

(붙임1)

인터넷·스마트폰 과의존 청소년을 위한 인터넷·스마트폰 치유크amp

I

목 적

- 인터넷·스마트폰 과의존 문제 해결을 위해 임상전문가의 심리평가 및 진단, 상담전문가의 개인·집단·부모·가족상담, 수련활동 전문가의 수련 및 체험활동 등 전문적·맞춤형 서비스 제공으로 청소년의 인터넷·스마트폰 사용조절력 향상 및 안정적인 생활적응 도모
- 인터넷·스마트폰 과의존 청소년에 대한 집중치료 시스템 마련으로 심리·사회적 위험요인을 해결하여 건강한 사회 구성원으로서의 성장 및 발달에 기여

II

개 요

- 사 업 명 : 인터넷·스마트폰 치유크amp
- 사업기간 : 2019년 7월 29일(월) ~ 8월 9일(금), 11박 12일
- 대 상 : 인터넷·스마트폰 과의존으로 일상생활에 도움이 필요한 여자 중·고등 25명(학교 밖 청소년 포함)
(대학생 멘토 12명, 멘토 1명 : 멘티 2명 결연하여 생활 및 정서적지지)
- 장 소 : 경상북도청소년수련원(김천 소재)
- 주요활동

개인상담



스스로 문제 인식 및 해결에 대한 동기고취를 위한 맞춤형 상담

집단상담



인터넷·스마트폰 과의존으로 나타나는 부정적 영향 파악 및 해결방안 모색

부모/
가족상담



청소년 가족 내 인터넷·스마트폰 과의존 위험요인 탐색 및 해결점 제시

대안활동



인터넷·스마트폰 사용 대신 즐길 수 있는 보드게임 운동 등 대체활동 경험

수련/
체험활동



팀워크, 리더십, 상호존중, 협동심 등을 배워 성취감 및 자신감 형성

III

프로그램 구성 근거

구 분	인터넷·스마트폰 과의존 문제	문제 해결 방법
정서·인지 활동	• 인터넷·스마트폰 과의존 인식부족 및 심리·신체적 피해 심각	▶ 인터넷·스마트폰 피해 자각 및 변화 동기 유발 : 개인 및 집단상담, 교육
	• 우울·불안감 및 미래 희망 부재	▶ 지지적 상담 및 성공경험 제공 : 개인 및 집단상담
	• 자기조절 부족	▶ 규칙설정 및 자기조절 재교육 : 집단생활
	• 대인관계 및 사회기술 부족	▶ 사회기술 교육 및 다양한 현실관계 경험 : 집단상담, 자치활동, 멘토와의 생활
	• 인터넷·스마트폰에 대한 금단 및 내성	▶ 11박 12일간 인터넷 및 게임과의 격리 : 기숙형 캠프
	• 기타 활동에 대한 흥미 부족	▶ 다른 대안 및 수련활동 제공 : 신체운동, 보드게임, 팀워크활동 등
부모·가족 관계 회복	• 가족 내 갈등 및 친밀감 부재	▶ 부모-자녀 활동을 통한 친밀감 형성 : 다양한 부모-자녀 활동
	• 부모-자녀 갈등	▶ 부모교육·부모상담 및 가족상담

IV

치유크amp 참가 요건

조 건	사 유
캠프 참여 동기가 있는 청소년	♣ 청소년의 참여 동기여부가 치료효과에 영향을 주므로 참여 동기가 있는 청소년을 우선적으로 선정
사전면담 및 심리검사	♣ 사전면담 : 대상자들의 심리상태 파악을 위한 청소년 및 부모 면담 실시 ♣ 심리검사 : 인터넷·스마트폰 과의존 원인 및 공존질환 여부 확인을 위해 종합심리검사 실시
부모가 인터넷·스마트폰 치유크amp 3회 참석 가능한 청소년	♣ 필수참여 시기 ① 입교식 및 부모교육: 7월 29일(월), 12:00 ② 부모/가족상담 및 프로그램 : 8월 3일(토)~4일(일), 1박 2일(숙식 제공) ③ 수료식: 8월 9일(금), 11:00
사후 프로그램 참가	♣ 치유크amp 종결 후 참가자의 지속적 효과 유지를 위한 사후프로그램 참여 ① 청소년-동반자(상담원)와의 1:1 개인상담 참여(12회기) ② 본 진흥원에서 주최하는 사후 프로그램 참여(1회)
동의서 작성에 동의	♣ 인터넷·스마트폰 치유크amp 참가 동의(참가자 및 보호자), 영상물 이용허락 동의, 연구 참여 및 자료 활용 동의, 동반자배정 및 사후 프로그램 참여 동의
자부담 (100,000원)	♣ 캠프 비용은 1인 180만원 상당이지만, 총 12일간의 간식비 중 일부 부담 ※ 단 한부모, 차상위 계층 이하 등 어려운 가정의 청소년은 증빙서류 제출 시 자부담 면제(수급자 증명서, 차상위 계층 관련 서류 등)

V

치유크amp 참가 신청 절차

참가 문의	1단계	인터넷·스마트폰 과의존으로 도움이 필요한 청소년 발견 시 경상북도청소년진흥원 문의 054-850-1031(담당자 권미숙)
접수 및 평가	2단계	참가신청자의 심리상태 및 인터넷·스마트폰 과의존 여부 파악을 위한 접수면접 및 진단평가 실시(1차 면담)
심층 심원인 평가	3단계	참가 신청자의 인터넷·스마트폰 과의존 원인파악을 위한 임상심리사의 종합심리검사 실시(2차 심리검사)
선정 회외	4단계	2단계 및 3단계를 통한 인터넷·스마트폰 치유크amp 참가 대상자 판정 회의(공동체 생활 적합 여부 고려하여 선발)
최종 선발	5단계	최종 인터넷·스마트폰 치유크amp 참가자 선정 및 안내

VI

기 대 효 과

- 인터넷·스마트폰 과의존으로 인해 발생하는 문제점들을 해결함으로써, 청소년의 사회기술 능력을 향상시켜 생활 및 학교적응에 기여
- 1박 2일의 주말 가족프로그램을 통해 신뢰로운 가족관계를 회복하고, 부모/가족상담 및 상담 프로그램으로 부모-자녀 이해, 긍정적 의사소통 훈련 등 가족기능을 강화하여 인터넷·스마트폰 과다사용 문제 해결에 기여
- 전문적 상담, 치료 및 다양한 경험으로 희망적 미래를 발견하고, 실천의지를 통해 긍정적 자아상 형성 및 목표지향적인 생활태도 형성

2019년 인터넷·스마트폰 치유크amp 일정표

일정 시간	1일차 월(29일)	2일차 화(30일)	3일차 수(31일)	4일차 목(1일)	5일차 금(2일)	6일차 토(3일)	7일차 일(4일)	8일차 월(5일)	9일차 화(6일)	10일차 수(7일)	11일차 목(8일)	12일차 금(9일)
07:30-08:00		기상점호	기상점호	기상점호	기상점호	기상점호	기상점호	기상점호	기상점호	기상점호	기상점호	기상점호
08:00-09:00												
09:00-10:00		수퍼비전 집단1 (2그룹)	자유시간 생활관리	자유시간	자유시간 생활관리	자유시간 생활관리	[체험] 가족 부모- 자녀 상 스포츠 마사지 배우기	자유시간 생활관리	자유시간 생활관리	자유시간 생활관리	[교육] "꿈꾸기" 동기강화 프로젝트	▶경매 ▶평가지 작성 *수료식* ▶발표회 ▶캠프 영상
10:00-12:00		대구로 이동	수퍼비전 집단2 (2그룹)	[수련] 집라인	수퍼비전 집단4 (2그룹)	부모 상담 수퍼비전 집단5 (2그룹)		[대안] 풍선아트	수퍼비전 집단6 (2그룹)	수퍼비전 집단7 (2그룹)		
12:00-13:00	접수/											
13:00-14:00	입교식	[체험] 친한 멘토/멘티 "놀이 동산"	개 인 상 담 1 [대안] 보드 활동	수퍼비전 집단3 (2그룹)	개 인 상 담 2 [대안] DIY 나무로 만드는 세상	부모 상담 웃음 치료	가족 상담 [수련] 미니 올림픽	개 인 상 담 3 [대안] 미디어 자기조절 UCC 제작	봉사활동 이동	해평수련원 이동(30분) [교육] 안전교육	[치유] "꿈새기기" 꿈화분 만들기 (원예치료)	부모님과 함께 집으로 GO!! BYE~^^
14:00-15:00	[수련] 야스 아스 부모 교육			휴식					[체험] 배려 나눔 기쁨	[수련] 스포츠 스태킹		
15:00-16:00	브레 이킹								봉사활동 *양로원* 「성심 셀린의집」	수련원으로 이동	[체험] "꿈이루기" ▶미술만남 ▶미술공연 ▶마술 배우기	
16:00-17:00	[교육] 안전 교육	수련원 으로 이동		[수련] 필러 비즈/ OPS공예		[치유] 부모-자녀 "요리치료"	[대안] 미디어 자기조절 UCC 제작					
17:00-18:00												
18:00-19:00												
19:00-20:00	자치 활동1 "조원 소개"	자치 활동2 "마음나누기"	[체험] 다이어트 댄스 배우기	[체험] 다이어트 댄스 배우기	[체험] 합창 배우기	[수련] 레크 & 캔들파이어	[체험] 합창 배우기	[체험] 다이어트 댄스 배우기	[체험] 합창 배우기	[수련] 오싹오싹 담력체험	자치 활동3 "발표회준비"	
20:00-21:00												
21:00-22:00	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식 ▶이동(30분)	▶소감공유 ▶간식	
22:00-	청소점호 ♡꿈나라	청소점호 ♡꿈나라	청소점호 ♡꿈나라	청소점호 ♡꿈나라	청소점호 ♡꿈나라	청소점호 ♡꿈나라	청소점호 ♡꿈나라	청소점호 ♡꿈나라	청소점호 ♡꿈나라	청소점호 ♡꿈나라	청소점호 ♡꿈나라	

★ 상기 프로그램 내용은 사정으로 변경 될 수 있습니다 ★

2018 인터넷·스마트폰 치유크amp 활동 사진



"아이스브레이킹" 몸으로 친해져요^^

✿



부모님과 함께 "내 손으로 직접 요리를~"



신나는 이월드 놀이동산에서 짜릿한 체험

✿



한 조각, 한 조각 장인의 정신으로 시작하는 퍼즐



"마술공연" 배우고, 공연도 보고 신기한 마술

✿



"미래의 나의 집" 만들기 체험



허공을 가르는 시원한 바람~ "집라인"

✿



12일 동안 고생한 여러분에게 주어지는 선물