



2018 인터넷·스마트폰 치유캠프 운영

I. 목적

인터넷 및 스마트폰 과의존으로 인해 일상생활에 어려움을 겪고 있는 청소년에게 임상전문가의 심리평가 및 진단, 상담전문가의 개인·집단·부모·가족상담, 수련활동 전문가의 수련 및 체험활동 등의 체계적 맞춤형 서비스 제공을 통해 청소년들이 자신의 문제를 스스로 인식하고 해결할 수 있는 역량을 강화하여, 건전한 인터넷·스마트폰 이용습관 형성 및 사용조절력 향상에 도움을 주고자 함.

II. 사업개요

- ▣ 사업명 : 인터넷·스마트폰 치유캠프 "미디어와 멋진 친구 되기"
- ▣ 사업기간 : 2018년 7월 30일(월)~8월 10일(금), 11박 12일
- ▣ 대상 : 경북 도내 미디어 과의존, 학교폭력 가피해, 우울, 불안, 낮은 자존감, 과도한 스트레스 등으로 인해 어려움을 겪고 있는 여자 중·고등학생 25명
- ▣ 장소 : 경상북도청소년수련원(김천 소재)
- ▣ 주요활동

개인상담	➔	스스로 문제 인식 및 해결에 대한 동기고취를 위한 맞춤형 상담
집단상담	➔	미디어 과의존으로 나타나는 부정적 영향 파악 및 해결방안 모색
부모/가족상담	➔	청소년 가족 내의 미디어 과의존 위험요인 탐색 및 해결점 제시
대안 활동	➔	미디어 사용 대신 즐길 수 있는 보드게임, 운동 등 대체활동 경험
수련/체험활동	➔	팀워크, 리더십, 상호존중, 협동심 등을 키우며 성취감 및 자신감 형성

Ⅲ. 인터넷·스마트폰 치유크램프 구성 근거

구 분	미디어 과의존 문제	문제 해결 방법
정서·인지 활동	• 미디어 과의존 인식부족 및 심리·신체적 피해 심각	▶ 미디어 폐해 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
	• 미디어에 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. 참가 요건

조 건	이 유
캠프 참여 동기가 있는 청소년	♣ 참여 동기가 있어야 치료효과가 있으므로 조금이라도 본인 스스로 참여 동기가 있는 청소년을 우선적으로 선정
면담, K척도검사 등 사전 실시	♣ 대상자들의 심리상태 파악을 위한 청소년 및 부모 면담 참여
부모가 인터넷·스마트폰 치유크램프 3회 참석 가능한 청소년	♣ 필수참여 시기(일정표 참조) ① 입교식 및 부모교육 : 7월 30일(월), 12:00~16:00 ② 부모/가족상담 및 프로그램 : 8월 4일(토)~5일(일), 1박 2일(숙식 제공) ③ 수료식 : 8월 10일(금), 11:00~13:00
사후 프로그램 참가	♣ 치유크램프 종결 후 참가자의 지속적 효과 유지를 위한 사후프로그램 참여 ① 청소년-동반자(상담원)와의 1:1 개인상담 참여(12회기) ② 본 기관에서 주최하는 부모-자녀 프로그램 참여(1회)
동의서 작성에 동의	♣ 인터넷·스마트폰 치유크램프 참가 동의(참가자 및 보호자), 영상물 이용허락 동의, 연구 참여 및 자료 활용 동의, 동반자배정 및 사후 프로그램 참여 동의 필요
자부담 (100,000원)	♣ 캠프 비용은 1인 160만원 상당이지만, 총 12일간의 간식비 중 일부 부담 ※ 단, 한부모 및 차상위 계층 이하 청소년은 증빙서류 제출 시 자부담 면제

V. ■ 참가 신청 절차 ■

참가문의	1단계	자녀 및 주변 청소년의 미디어 과의존 발견 시 경상북도청소년진흥원 문의 054-850-1032(담당자 권미숙)
접수 및 평가	2단계	참가 신청자의 심리상태 및 미디어 과의존 수준 파악을 위한 접수면접 및 진단평가 실시(1차 면담)
심층원인평가	3단계	참가 신청자의 미디어 과의존 원인파악을 위한 임상심리사의 종합심리검사 실시(2차 심리검사)
선정회의	4단계	2단계 및 3단계를 통한 인터넷·스마트폰 치유캠프 참가 선정 여부 회의(공동체 생활 적합 여부 고려하여 선발)
최종선발	5단계	최종 인터넷·스마트폰 치유캠프 참가자 선정 및 안내

VI. ■ 기대효과 ■

- 인터넷·스마트폰 과의존으로 인해 발생하는 문제점들을 해결함으로써, 청소년의 사회기술 능력을 향상시켜 **생활 및 학교적응에 기여**
- 전문적 상담과 치료 및 다양한 경험으로 희망적 미래를 발견하고, 실천 의지를 다져서 **긍정적 자아상 형성 및 목표지향적인 생활태도 형성**



2018

스마트폰 치유캠프 일정표

일정 시간	1일차	2일차	3일차	4일차	5일차	6일차	7일차	8일차	9일차	10일차	11일차	12일차	
	월(30일)	화(31일)	수(1일)	목(2일)	금(3일)	토(4일)	일(5일)	월(6일)	화(7일)	수(8일)	목(9일)	금(10일)	
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	몸깨우기 (요 가)	가족 [치유] 다도 체험	자유시간 생활관리	몸깨우기 (요 가)	산책	[교육]	▶경매 ▶평가지	
10:00-12:00		대구로 이동	수퍼비전 집단2 (2그룹)	[수련] 챌린지 코스	수퍼비전 집단4 (2그룹)	부모 상담	[대안] 풍선 아트	수퍼비전 집단5 (2그룹)	수퍼비전 집단6 (2그룹)	수퍼비전 집단7 (2그룹)	"꿈꾸기" 동기강화 프로젝트	*수료식* ▶발표회 ▶캠프 영상	
12:00-13:00	접수/												
13:00-14:00	입교식	[체험] 친한 멘토/멘티	개인 상담 1	수퍼비전 집단3 (2그룹)	개인 상담 2	[치유] 웃음 치료	가족 상담	개인 상담 3	봉사활동 이동	[교육] 안전교육	[치유]	부모님과 함께 집으로 GO!! BYE~^^	
14:00-15:00	[교육][교육] 안전부모 교육교육	"놀이 동산"		[대안] 보드 활동		[대안] DIY 나무로 만드는 세상	[수련] 미니 올림픽		[대안] 미디어 자기 조절 UCC 제작	[체험] 배려 나눔 기쁨 봉사활동 *양로원* 「성심 셀린의집」	[수련] 스포츠 스태킹		"꿈새기기" 꿈화분 만들기 (원예치료)
15:00-16:00				[대안] 네일 아트		[치유] 부모-자녀 "요리치료"	[대안] 미디어 자기조절 UCC 제작		[수련] 천연 비누	[체험] "꿈이루기" ▶미술만남 ▶미술공연 ▶마술 배우기			
16:00-17:00	[수련] 아이스 브레 이킹	수련원 으로 이동							수련원으로 이동				
17:00-18:00													
18:00-19:00													
19:00-20:00	자치 활동1	자치 활동2	[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		
20:00-21:00	"조원 소개"	"마음나누기"									"발표회준비"		
21:00-22:00	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶소감공유 ▶간식	▶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	청소점호 ♡꿈나라	

캠프 세부 프로그램은 기획·구성 및 내부사정에 따라 변경될 수 있음을 양해바랍니다.



2017 인터넷·스마트폰 치유크램프 활동 사진



인터넷·스마트폰 치유크램프 입소식



"아이스브레이킹" 몸으로 친해져요^^



우리 함께 배워봐요~ 신나는 댄스~!!!



한 조각, 한 조각 장인의 정신으로 시작하는 퍼즐



"마술공연" 배우고, 공연보고 신기한 마술



"캔들파이어" 서로의 마음 전하기



"스포츠 컵스택" 집중과 신속함이 필요한 컵쌓기



12일 동안 고생한 여러분에게 주어지는 선물

※ 참가자들의 개인정보보호 위해 뒷모습 위주 사진으로 얼굴표정을 볼 수 없지만, 실제로는 재미있게 적극적으로 참여하였음.