P.O. Box 1507
Canal Street Station
New York, NY 10013

P 212.566.8120
800.214.4150
F 212.566.8121

DAY ONE
Building safe futures for youth

10대 아이들을 사랑하고 도와주는 사람들에게 필요한 참고 사항:

10대 아이들이 건전한 관계를 만들기 위한 방법

예방 조치

- ✓ **10대 아이들 스스로 존경하께끔 가르쳐라.** 10대 아이들이 누구를 만나고 무엇을 하고 무슨 옷을 입는지 좋은 생각을 하게끔 도와줘라. 다른 사람들을 멋대로 다루거나 때릴 수있는 권리가 그 누구에게도 없다고 아이들에게 말하라
- ✓ 인간관계에서 폭력을 조장하는 영상물에서 보여주는 **부정적인 면들을 문제 삼고 서로 토론하여라**. 폭력은 결코 정당화 될 수 없다고 지적하여라.
- ✓ **스스로 보호할 수 있도록 가르쳐라**. 서로 사귀면서 발생할 수 있는 폭력에 대한 문제를 스스로 알 수 있게끔 만들고, 안전을 위하여 각각 다른 상황에 어떻게 대처할 수 있는 방법에 대하여 서로 토론하여라.
- ✓ 다른 사람의 권리를 존중하면서 **스스로 거듭날 수 있도록 10대들에게 가르쳐라**. 무엇을 말할건가 연습시켜라.
- ✓ 당사자들끼리 서로 존중하고 도와주고 신뢰를 쌓을 수있는 **건전하고 바람직한 관계를 강조하여라**, 이러한 관계에서는 건전하고 바람직한 행동이 필요하다고 강조하여라. 예를 들면: 당사자들이 서로 합심하여 함께 결정하고, 대화하고 서로 다른 상대방의 관심사를 인정해주는 것을 말한다.

건전하거나 바람직하지 않는 관계에서 나타나는 경고할 만한 나쁜 사례

- **고립.** 아이가 가족이나 친구로 부터 단절되었나? 한때 중요하게 느꼈던 흥미를 잃거나 그런 흥미를 포기 하였나?
- **정서적 또는 신체적인 변화**, 기분이나 개인 성향에 갑자기 변화가 온 것을 느꼈나? 사귀고 있는 상대방을 두려워 하는 것 같나? 지속적으로 초조하고, 걱정하고 우울하거나, 지나치게 장난을 하거나 말 수가 적어 졌나? 잘 설명하지 못하는 멍이나 긁힌 자국이나 상처가 있나?
- **지속적으로 관리할것**. 아이가 사귀고 있는 상대방으로 부터 전화 통화가 없을때 충격을 받거나 초조 불안한 것처럼 보이나? 아이가 사귀고 있는 상대방이 항상 아이에게 일거수 일투족을 케 묻는 것 처럼 보이나?
- **아이가 사귀고 있는 상대방의 행동**. 아이가 사귀고 있는 사람이 아이의 행동을 관리 통제하고, 혼자 결정하고 지나치게 질투하거나 소유욕이 강하며, 아이가 어디에 있고 누구와 함께 있는지 알고 싶어 하나?
- **아이가 사귀고 있는 상대방의 행동에 대한 용서**. 아이가 사귀고 있는 상대방의 행동 때문에 부모나 다른 사람들에게 용서를 빌고사과를 하나? 상대방의 성질이나 폭력적인 행동을 가끔씩 이야기 하고나서 나중엔 농담이라고 웃고 넘기나?

800.214.4150으로 전화하여 **Day One**에 도움을 요청할 수 있다. 24시간 운영되는 기관에 도움이 필요한 경우, 800-621-HOPE(4673) 에 전화하여 뉴욕 시 가정 폭력 담당 핫 라인을 이용할 것.

아이가 부모의 도움이 필요하다고 하면

> 아이의 능력을 인정하고 긍정적으로 행동하도록 노력 할 것.

- **조용히 긍적적으로 받아들여라**. 합리적이며 건설적인 방법으로 본인의 노여움을 다스려라.
- **아이가 하는 말을 적극적으로 귀 기울여라**. 질문을 하되 판단을 하지 말아라. 항상 대화의 문을 열어 놓아라. 자기가 하는 말을 부모가 잘 들어주고 소리를 지르지 않거나 말을 막지 않는다고 느끼면 좀 더 솔직하게 부모에게 이야기하고 도움을 필요로 한다.
- **아이를 비난하거나 처벌하지 말아라**. "무엇을 어떻게 했길래 너를 때렸니?"라거나 "왜 이런 일이 발생하게 만들었니?"라고 질문하지 말아라. 대신 아이가 상처를 받아서는 안된다는 것을 스스로 알수있게끔 만들어야한다. "문제가 있는 사람은 네가 아니고 그 사람이다. 그사람을 변화시키기 위해 도와주는 것이 너의 책임은 아니다"라는 등 이렇게 해 보아라.
- **아이를 억 누르지 말아라**. 아이가 어리석고 지각 없다고 본인이 생각한다는 느낌을 아이에게 주지 말아라. "너의 잘못이 아니다. 네가 비난 받아서는 안된다; 아무리 상대방이 네가 잘못했다고 느낄 수 있게 만들어도. 상대방이 너에게 그렇게 해서는 안된다"라고 해 보아라.

> 답답한 심정을 잘 다스려 아이에게 영향을 주지 말아야 한다한다.

- **아이에게 사랑과 관심을 확실하게 보여줘라**. 아이가 자신에게 가장 좋은 것을 할 수 있도록 도와주고 싶다고 강하게 보여주어라. "너에게 어떤일이 발생하나 관심이 많다. 너를 사랑하고 도와주고 싶다"라고.
- **아이가 느끼는 것을 심각하게 받아드려라**. 아이가 상대방에게 느끼는 감정을 – 좋든 나쁘든 간에 – 현실적으로 받아 드려라. 아이에게 아직 사람을 이해하지 못한다고 말하지말고 상대방을 잊어 버리라고 기대하지도 말아라. 상처를 주는 사람을 사랑하는 것도 가능하기 때문이다.
- **학대를 하는 가해자에게 폭력적으로 위협하지 말아라!** 본인 자신이 상대방을 위협하는 것이 괜찮다고 생각하면 가해자도 똑같이 생각하므로, 위협하여 문제들을 폭력적으로 해결하려는 생각을 더욱 강하게 만든다. 대신! 만일 폭력을 행사하는 것을 알게 되면 경찰을 부른다고 아이와 아이가 사귀는 상대방에게 알려줘라.
- **아이가 선택한 것을 존중해라**. 아이에게 학대를 가하는 상대방하고 못 만나게 하면 부모에게 거짓말을 하게 된다. 부모에게 도움을 받지 않으려고도 한다. 만일 부모가 꾸준히 도와주겠다고 한다면, 그런 관계를 청산하기로 결정하려고 하며, 미래에는 좀더 건전하고 바람직한 관계를 어떻게 만들까 배우려고 한다.
- **안전 계획을 만들어라**. 여러가지 상황에서 폭력이 발생되었을때 무엇을 해야 하는지 "자기 위치에서의 역활"을 해 보라. 학대하는 가해자가 같은 학교에 다닌다면 교내에서 누구에게 이야기 하고 그에 따른 안전 계획을 아이가 만들 수 있도록 도와줘라. 그 계획에 가해자를 안전하게 만날 수 있는 방법도 포함 시킬 수 있다. 예를 들면, 방안에 있어서 감시하지 말고 잘 들리는 곳에 있으면서 집안에서 그 둘만의 시간을 보낼 수 있도록 허락해 보라.
- **가능하면 아이 스스로 관리를 많이할 수 있도록 허락해라**. 건전하게 결정을 내릴 수 있게 하여라. 안전을 최 우선으로 생각해야 하지만, 가해자가 아이의 관리 능력을 빼앗아 버리기 때문에, 아이 스스로 안전하다고 느낄때마다 결정을 하도록 허락하는 것이 중요하다. 본인이 결정을 내리다보면 상황이 더 악화될 수 있다.
- **가정 폭력 상담소나 핫라인으로 전화 하여라**. 서로 사귀는 관계에서 일어나는 학대에 관한 정보와 아이를 도와주는 방법에 대한 조언이나 정서적으로도 도움을 받을 수 있다.
- **사귀다 헤어지는 기간이 서로의 관계에서 가장 위험한 시기다**. 만일 아이가 가해자인 상대방과 헤어진다면 가정 폭력 상담소에 연락하여 아이를 위한 보호 명령이나 아이를 보호할 수 있는 다른 방법에 대하여 물어 봐 라.
- **아이를 위하여 상담을 하여라**. 가정 폭력이나 10대 아이들의 학대에 관한 문제에 전문가인 상담원이나 그런 기관에 연락하여라. 상담을 하면 아이가 학대를 당하면서 정서적으로 받은 상처를 치유할 수있고 미래에는 학대를 당하는 그런 관계로부터 벗어날 수 있는 방법을 배울 수 있다.

아 이와 대화하기가 무척 힘들 경우, 다음을 시도 하여라 :

"때때로 사람들은 다른 사람들을 두렵게 만들거나 위협을 느끼게 끔 행동을 한다 – 물리적인 폭력을 행사하지 않고도. 무의식적으로 느끼는 것에 귀를 기울여라. 만일 두렵다고 느낀다면 그것에 관하여 이야기 하는 것이 중요하다. 혹은, "이것에 관하여 이야기 하는 것이 중요하다, 나와 함께 이야기 하고 싶지 않으면 네가 믿는 사람을 찾아 그 사람과 이야기 해라. 이런 문제들을 해결해줄 수 있으며 비밀 보장이 되는 핫라인을 이용하여 다른 사람에게 이야기 할 수 있다."

> **아이가 다른 사람을 학대한다고** 의심이 되면, 아이에게 자신의 그런 행동과, 왜 그런 식으로 행동하는 것이 필요하다고 느꼈는 지 생각해 보게 한다. 각자에게 적절하지 않는 행동을 함으로써 심각한 결과를 초래하는 것을 남자와 여자로 나뉘어 가상으로 행동해 보이고 이야기 해보라.