



가정폭력 예방 연구

완주고등학교 학생생활안전부

1. 가정폭력이란

가정폭력이란 가족 구성원 사이에서 폭력이란 수단을 가지고 상대방을 억압하고 통제하는 상황이나 신체적, 정신적 또는 재산상의 피해를 가져오는 모든 행위



2. 가정폭력의 예방방법

가. 화 조절하기

화는 폭력 발생의 직접적인 원인은 아니지만, 화를 조절하는 데에 실패할 경우 심각한 폭력으로 이어질 수 있습니다. 따라서 화를 조절하기 위해서는 화가 자연스러운 감정이라는 것을 인정하고, 화가 나는 감정이 들게 하는 상황들을 떠올려 정리해 볼 필요가 있습니다. 이를 통해서 화를 조절하는 방법을 배워야 합니다.

나. 스트레스 관리하기

스트레스는 폭력의 간접적인 원인이 될 수 있습니다. 또한 폭력발생의 요인으로 작용할 수 있기 때문에 스트레스를 줄일 수 있는 방법을 생각해보고 자신이 할 수 있는 스트레스 관리 방법을 터득하여 스트레스를 다스려야 합니다.

다. 효과적으로 대화하기

우리나라 속담에는 '말 한마디로 천냥 빚을 갚는다'라는 말이 있습니다. 따뜻한 말을 통해서 서로에게 쌓인 감정들을 풀고 칭찬을 통하여 따뜻한 분위기를 형성합니다.

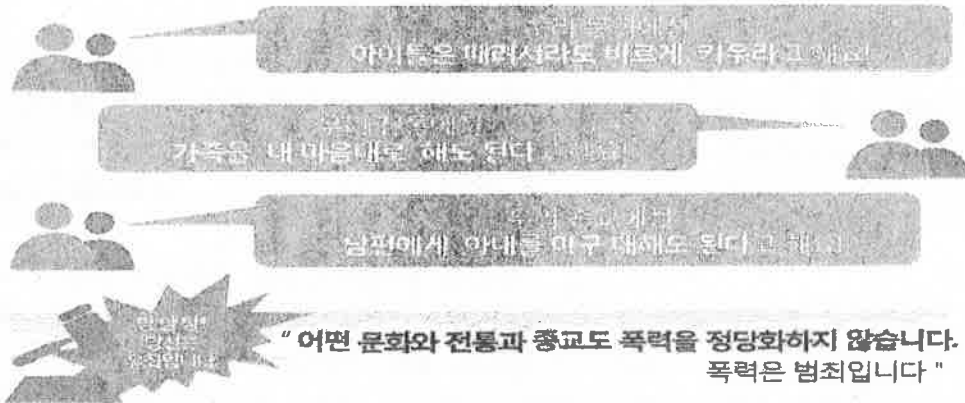
라. 칭찬 한마디 하기

칭찬이 가장 필요하지만 가장 어색한 것도 가족입니다. 칭찬은 부부관계 및 가족관계에 엄청난 힘을 가져옵니다. 칭찬은 모든 관계를 회복시킬 수 있기 때문에 칭찬을 먼저 하는 것은 매우 좋은 방법입니다.

3.

가정폭력의 대처방법

- 1) 혹시 지금 피해자라면 신분증, 신용카드, 통장, 갈아입을 옷 등은 미리 준비해 놓고 급히 챙겨 올 수 있는 장소에 보관합니다.
- 2) 위급한 상황을 대비해 조금이라도 비상금을 마련해 둡니다.
- 3) 위급상황 발생 시 안전한 장소가 필요할 경우를 대비해 미리 갈 곳과 연락할 사람을 정해둡니다.
- 4) 이웃들에게 폭행을 당하는 소리가 나면 경찰에 신고해 달라고 부탁드립니다.



4.

가정폭력 피해지원 기관

기타기관
아동보호전문기관(577-1399)
노인보호전문기관(577-1389)
건강가정센터(577-9337)
범죄피해사지원센터
일스톱지원센터
지역종합사회복지관 등

여성긴급전화
1366

- 365일 24시간 위기 개입 상담 응대지원
- 긴급피난처 운영, 7일 이내 긴급보호
- 지역관련 기관 연계 (법률, 의료 등)
- 13개국 어주어침 자국어 상담, 통역서비스 지원
- 어주어침센터 연계

가정폭력피해자
지원기관

가정폭력
상담소

가정폭력
피해자
보호시설

- 평일 9:00 - 18:00
점기적인 상담
- 피해자 교정 및 치료 프로그램 운영(지정기관)
- 피해자 치료 및 회복 프로그램
- 가정폭력전문상담원양성교육(지정기관)
- 부부 및 집단 상담
- 지역 관련기관 연계 (법률, 의료 등)

- 지속적인 상담, 법률, 의료지원 서비스
- 자녀와 함께 생활 (인식, 교육 등)
- 학습지원(방학선교 등)
- 자립 지원 (취업, 주거 지원 등)