



# 가정통신문

☎ 063-856-6032 <http://jingyeong.hs.kr>

교 博 崇  
會 愛 實  
제 2022 - 25호

## 가정폭력 예방을 위한 안내

### 1. 가정폭력이란?

- ▶ 가정폭력이란 가족 구성원 사이에서 폭력이란 수단을 가지고 상대방을 억압하고 통제하는 상황을 말합니다.
- ▶ 신체적, 정신적 또는 재산상의 피해를 가져오는 모든 행위를 말합니다.

### 2. 가정폭력의 예방방법

#### ① 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.

#### ② 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.

#### ③ 효과적으로 대화하기

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

#### ④ 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

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





우리 문화에선  
아이들은 때려서라도 바르게 키우라고 해요!

우리 전통에선  
가족을 내 마음대로 해도 된다고 해요!



우리 종교에선  
남편에게 아내를 마구 대해도 된다고 해요!



" 어떤 문화와 전통과 종교도 폭력을 정당화하지 않습니다.  
폭력은 범죄입니다 "

#### 4. 가정폭력 피해지원 기관

##### 기타기관 :

아동보호전문기관(1577-1391),  
노인보호전문기관(1577-1389),  
건강가정센터(1577-9337),  
범죄피해자지원센터,  
원스톱지원센터,  
지역종합사회복지관 등

여성긴급전화  
1366

- 365일 24시간 위기 개입 상담 (초기지원)
- 긴급피난처 운영: 7일 이내 긴급보호
- 지역관련 기관 연계 (쉼터, 법률, 의료 등)
- 13개국 이주여성 자국어 상담, 통역서비스 지원
- 이주여성쉼터 연계



가정폭력피해자  
지원기관

가정폭력  
상담소

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

가정폭력  
피해자  
보호시설

- 지속적인 상담, 법률, 의료지원 서비스
- 자녀와 함께 생활 (의식주 무료제공)
- 학습지원(비밀전학 등)
- 자립 지원 (취업 연계, 직업훈련 등)

※출처: 여성가족부

항상 폭력 없는 건강하고 행복한 가정생활 되시기를 바랍니다.

2022년 7월 12일  
진경여자고등학교

