

2019년 청소년 인터넷·스마트폰 치유캠프

□ 목적

- 인터넷·스마트폰 과다사용 청소년을 대상으로 과다사용의 원인과 문제를 청소년 스스로 인식하고 해결에 대한 동기를 고취할 수 있도록 11박 12일의 기숙형 프로그램 서비스 제공함

□ 프로그램 개요

- (프로그램명) “2019년 청소년 인터넷·스마트폰 치유캠프”
- (기간) 2019년 7월 15일 (월) ~ 7월 26일 (금) 11박 12일
- (장소) 꽃동네사랑의연수원 (충북 음성군 음성읍 꽃동네길 138)
- (대상및인원) 인터넷·스마트폰 과의존 중학생 여자 청소년 25명
- (참가비) 1인 당 100,000원 (식비보조금) (* 기준중위소득 60%이하 취약계층은 무료)

□ 세부 프로그램 내용

	내 용
과다사용 원인평가	인터넷·스마트폰 과다사용의 원인과 과다사용으로 인해 발생하게 된 다양한 정신적, 심리적, 환경적 문제 등을 파악하여 청소년의 정신건강에 대한 정확한 평가와 진단
개인상담	인터넷·스마트폰 과다사용의 원인평가에 기초하여 인터넷·스마트폰 사용문제를 청소년 스스로 인식하고 해결에 대한 동기를 고취한 후, 청소년 맞춤형 개별상담
집단상담	인터넷·스마트폰 과다사용으로 인해 나타난 다양한 부정적 영향 파악하고 자기에게 맞는 해결방법 모색, 꿈 찾기 등을 통한 진로탐색 진행
가족캠프	주말동안 진행되는 1박 2일 가족캠프를 진행함으로써 가족의 소중함과 가족과의 관계증진을 돕고 캠프 후에도 가족과 함께할 수 있는 시간을 지속적으로 가질 수 있도록 도움
부모교육 부모상담	자녀의 인터넷·스마트폰 사용조절 어려움에 대한 근본적인 문제의 원인을 알아보고 효과적으로 대처할 수 있는 방법을 배움으로써 향후 부모가 자녀의 든든한 지지체계가 될 수 있도록 교육함. 또한 전문상담사의 가족 상담을 통해 개별 청소년과 가족 내의 인터넷·스마트폰 과다사용 위험요인을 파악하고 이를 해결할 수 있는 방안을 제시함으로써, 캠프가 끝난 후에도 청소년들이 다시 인터넷·스마트폰 사용 문제에 어려움을 겪지 않도록 도움
대안활동 수련활동 자치활동 봉사활동	11박 12일 동안 참가청소년들은 수련활동 전문가들과 함께 팀워크, 리더십, 상호존중, 신뢰와 책임감, 협동심 등을 배울 수 있는 공동체훈련, 챌린지, 봉사활동 등의 수련활동과 인터넷 게임을 대안할 수 있는 보드게임 및 다양한 취미(레크댄스, 캘리그래피, 네일아트, 천연화장품 만들기 등) 자치활동을 경험 (* 추후 봉사시간 인정됨)

□ 신청방법

- 1) 신청기간: ~ 2019년 6월 28일 (금) 18:00까지
- 2) 전화접수: 042-257-2000 (상담팀 방정심, 최송화)

2019년 인터넷·스마트폰 치유캠프 프로그램 일정표

시간	일정												
	1일차	2일차	3일차	4일차	5일차	6일차	7일차	8일차	9일차	10일차	11일차	12일차	
	7/15	7/16	7/17	7/18	7/19	7/20	7/21	7/22	7/23	7/24	7/25	7/26	
	월	화	수	목	금	토	일	월	화	수	목	금	
07:30 ~ 08:00		점호	점호	점호	점호	점호	점호	점호	점호	점호	점호	점호	
08:00 ~ 09:00		아침 1	아침 2	아침 3	아침 4	아침 5	아침 6	아침 7	아침 8	아침 9	아침 10	아침 11	
09:00 ~ 10:00		산책	산책	산책	산책	산책	산책	산책	산책	연수원 봉사활동	산책	리허설	
10:00 ~ 11:00	센터 집합	집단 상담 1	집단 상담 2	집단 상담 3	집단 상담 4	집단 상담 5	가족 프로그램 (사랑체험 & 페이퍼 브릿지)	집단 상담 6	집단 상담 7		연수원 봉사활동	공동체 활동 (발표회 준비)	부모상담3 + 멘토
11:00 ~ 12:00	출발												발표회 및 수료식
12:00 ~ 13:00	캠프 운영준비	점심 12	점심 13	점심 14	점심 15	점심 16	점심 17	점심 18	점심 19	점심 20	점심 20	점심	
13:00 ~ 14:00	접수	연수원 프로그램 (서로를 더 깊이)	개인상담 1	연수원 프로그램 (레크댄스)	개인상담 2	연수원 프로그램 (하모니)	연수원 프로그램 (사랑체험)	개인상담 3	연수원 프로그램 (레크댄스)	연수원 봉사활동	공동체 활동 (발표회 준비)	자치 활동 1 (영화치료)	
14:00 ~ 14:30	입교식 (멘토와의 만남)												개인상담 1
14:30 ~ 16:00	안전 교육 및 OT (아이스브레이크)	연수원 프로그램 (동네 반사회)	개인상담 1	연수원 프로그램 (하모니)	개인상담 2	연수원 프로그램 (사랑체험)	연수원 프로그램 (레크댄스)	개인상담 3	연수원 프로그램 (레크댄스)	연수원 봉사활동	공동체 활동 (발표회 준비)	자치 활동 1 (영화치료)	
16:00 ~ 17:30	부모 교육 (특별 활동실) 및 부모 상담 1												개인상담 1
17:30 ~ 18:00	방 안내	휴식		휴식		휴식		휴식		휴식		휴식	
18:00 ~ 19:00	저녁 21	저녁 22	저녁 23	저녁 24	저녁 25	저녁 26	저녁 도시락	저녁 27	저녁 28	저녁 29	저녁 30	저녁 30	
19:00 ~ 20:00	공동체 활동 (서로 알아가기, 규칙 정하기)	요가 스트레칭	생활 지도	천연 화장품 만들기	공동체 활동 (발표회 준비)	연수원 프로그램 (새로운 탄생 & 세족례)	요가 스트레칭	공동체 활동 (발표회 준비)	피로 페인팅	생활 지도	공동체 활동 (소감 나누기, 롤링 페이퍼)		
20:00 ~ 21:00		멘토링	멘토링	멘토링	멘토링		멘토링	멘토링	멘토링	멘토링		멘토링	
21:00 ~ 21:30	명상 1	명상 2	명상 3	명상 4	명상 5		명상 7	명상 8	명상 9	명상 10			
21:30 ~ 22:00	취침 점호	취침 점호	취침 점호	취침 점호	취침 점호	취침 점호	취침 점호	취침 점호	취침 점호	취침 점호	취침 점호	취침 점호	
대안활동1		대안활동2				대안활동3				대안활동4			
피로페인팅		멘토와 함께하는 활동				보드게임				멘토와 함께하는 활동			
대안활동5		대안활동 6				대안활동7				대안활동8			
멘토와 함께하는 활동		캘리그래피				천연화장품 만들기				네일아트			

※ 추후일정 및 세부 프로그램은 상황에 따라 변경될 수 있습니다.