

☒ Yes
☐ No

폭력에 대한 통념 알아보기

1. 잘못을 하면 때려서라도 고쳐야 한다.
☐ Yes ☐ No
2. 가정폭력이 있어도 자녀를 위해 참고 견디어야 한다.
☐ Yes ☐ No
3. 폭력을 당한 것은 창피한 일이니 덮어두는 것이 좋다.
☐ Yes ☐ No
4. 폭력가해자는 정신병자이거나 알코올 중독자이다.
☐ Yes ☐ No
5. 폭력에는 피해자와 가해자만 있을 뿐이다.
☐ Yes ☐ No
6. 피해자가 적극적으로 저항하면 폭력은 막을수 있다.
☐ Yes ☐ No
7. 폭력이 발생하더라도 참고 견디면 반드시 좋은 결과가 있을 것이다.
☐ Yes ☐ No
8. 밤늦게 짧은 옷을 입고 다니는 것은 성폭력의 위험을 자초하는 일이다.
☐ Yes ☐ No
9. 대부분의 폭력은 모르는 사람에 의해 발생한다.
☐ Yes ☐ No
10. 주변에 폭력이 발생했을 때에는 관여하지 않는게 상책이다.
☐ Yes ☐ No

후원 및
교육비 납부

시티은행(178-17428-266-01)
소통과 치유

상담 및
교육문의

sotong4u@hanmail.net
sotong4u@naver.com
T.02)3280-1176(하나하나치유)

오시는 길



156-808 서울 특별시 동작구 대방로 54길 18
서울 여성프라자 4층 돌출터 소통과 치유

교육 & 상담센터

소통과 치유



당신은 **삶**의 주인공입니다



교육&상담센터 소통과 치유는?

교육 & 상담센터 소통과 치유는 ‘당신은 삶의 주인공’
이라는 모토로 성 평등 의식과 공감, 소통능력을 향상시켜
자기 삶의 리더가 되도록 지원한다.

교육 & 상담센터 소통과 치유는 개인이 가정의 리더, 지역사회의 리더로 성장하여 성 평등한 사회형성에 기여하도록 한다.

소통과 치유는 가부장적 사회 분위기 속에서 무력감을 느끼는 여성들의 자아의식을 향상시키고 역량을 강화하여 행복한 삶을 선택하도록 돕는 교육 & 상담센터이다.



행복도 검사하기

(**SWLS** : Satisfaction with Life Scale)

Diener, Emmons, Larsen 및 Griffin (1985)



아래에 있는 항목들은 당신의 상태에 대한 질문입니다.
만족도가 어느 정도인지를 숫자에 직접 O표 하십시오.

1. 대체로 나의 생활은 이상적이라고 생각하는 생활과 비슷하다.

1 2 3 4 5 6 7
전혀 아니다 그저 그렇다 매우 그렇다

2. 나의 생활여건은 좋다.

1 - - - 2 - - - 3 - - - 4 - - - 5 - - - 6 - - - 7

3. 나는 나의 생활에 만족한다.

1 - - - 2 - - - 3 - - - 4 - - - 5 - - - 6 - - - 7

4. 지금까지 나는 내가 원하던 중요한 일을 이루었다.

1 - - - 2 - - - 3 - - - 4 - - - 5 - - - 6 - - - 7

5. 나는 다시 태어난다고 해도 지금까지의 생활방식을 바꾸지 않을 것이다.

1 2 3 4 5 6 7

채점과 결과: 위 점수를 모두 더해보세요.

□10점이하 <A타입> : 하위 25% ▶ 행복하지 않다고 느끼고 계시군요.
□11~19점 <B타입> : 하위 50% ▶ 행복하기에는 미진함도 있는 상태시군요.
□20~30점 <C타입> : 상위 25% ▶ 행복을 주변에서 쉽게 발견하는 군요.
□31점이상 <D타입> : 상위 12% ▶ 행복을 느끼실 것들이 아주 많군요.

*출처 <긍정심리학> 2006. 마틴 셀리그만 저. 김인자 역. 물푸레 출판사 : 한국심리상담연구소



상 답

- **개인상담** : 대인관계갈등, 의사소통, 자기이해
- **부부상담** : 외도, 이혼, 폭력, 의사소통, 예비부부 결혼준비
- **가족상담** : 자녀양육, 자녀진로, 시처기갈등, 가족관계향상



집단상담과 교육

- **의사소통향상** : 부부, 자녀, 대인간 대화법
- **독서치료** : 시, 소설, 문학작품을 통한 자기이해와 내면치유
- **현실치료성장프로그램** : 윌리엄 글라씨의 선택이론을
비탕으로 한 자기성장 프로그램
- **꿈 집단** : 무의식과 만나는 방법으로서의 꿈체험과
자기성장
- **의식향상훈련** : 여성 의식과 사회 의식 향상을 통한
역량강화



심리검사

- MMPI(다면적 인성검사)
- TC(성격 및 기질검사)
- K-WAIS(지능검사)
- HOLLAND(진로검사)
- KFD(동적가족화)
- MBTI(성격유형검사)
- SCT(문장완성검사)
- STRONG(진로검사)
- HTP(집, 나무, 사람검사)



전문강사양성(인권강사)

- 가정폭력예방 전문강사
- 성폭력예방 전문강사
- 학교폭력예방 전문강사