

 quiTeens

에퀴티즈 톨박스

 quiTeens

TOOLBOX

청소년들의 성평등,
비폭력 관계 증진하기

에퀴틴즈 툴박스 소개

편집자: Anamarija Sočo, Jules Schaper

저자: Anamarija Sočo, Christina Bodingbauer, Elizabeta Matković, Feđa Mehmedović, Hannah Mars, Jakob Ertl, Jens van Tricht, Larissa Kreuzer, Patrick Engels, Rick Reuther, Stipe Nogalo, Tamara Tokić, Teresa Schweiger, Tin Frančić.

디자인: Future Nomads - www.futurenomads.nl -

관련 문의

Status M - www.status-m.hr

Emancipator - www.emancipator.nl

Asocijacija XY - www.asocijacijaxy.org

Poika - www.poika.at

출처 / 웹사이트

www.equiteens.eu

www.menengage.org/regions/europe

www.status-m.hr/equiteens

www.emancipator.nl/equiteens

www.asocijacijaxy.org/projekti

www.poika.at/projekte

라이선스

크리에이티브 커먼즈(Creative Commons)

EU 면책조항

이 간행물 제작에 대한 유럽연합 집행위원회의 지원은 저자의 견해가 포함된 내용을 보증하는 것을 의미하지 않습니다. 유럽연합 집행위원회는 여기에 포함된 정보의 사용에 대해 어떠한 책임도 지지 않습니다.



working with men and boys for gender equality



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

이 책은 사단법인  젠더교육플랫폼효재가

네덜란드  Emancipator의 허락을 받아
voor mannen en emancipatie

 서울시성평등활동지원센터에서 번역, 인쇄 하였습니다

☰ quiTeens

Tool BOX

≡ quiTeens

Tools

BOX

목 차

챕터 1 - 소개	6
챕터 2 - 학습 성과	10
챕터 3 - 주제:	18
신체	20
젠더	22
건강	24
섹슈얼리티	26
관계	28
돌봄	30
동의	31
폭력	32
챕터 4 - 퍼실리테이터를 위한 팁	34
챕터 5 - 참여형 학습	38
챕터 6 - 캠페인 및 동원	40
챕터 7 - 워크숍 및 액티비티	42
<i>스타터</i>	42
온도계	43
꽃이 피는 나무	44
핫토픽 스피드데이트	46
일기 예보	47
더 비지트	48
<i>에너지아저</i>	50
동물 모으기	51
분자	52
팀	53
...하는 사람	54
품선 보호하기	56
끈적이는 손	58
두 가지 진실, 하나의 거짓	60
특권 종이 던지기	62

나	64
나는 ...라고 느낀다	65
사랑과 자기돌봄	68
신체 여정	70
미디어 내 캐릭터	72
내가 나에 대해 좋아하는 것	74
신체 표현	76
나와 타인	78
러브 스토리	79
이게 사랑인가요?	82
신체 형성	84
응원 메시지	86
나도 너와 똑같아	88
공통적인 특징	90
공감 교환	92
정체성	94
의자에 앉으세요	98
나의 관계	100
커뮤니케이션과 섹슈얼리티	102
공정한 분담	106
침묵의 편지	108
사람과 사물	110
동의 건기	112
사진을 보내줄 수 있나요?	114
채팅과 비밀	117
폭력이란 무엇인가?	120
네 개의 코너	122
나와 사회	124
내 상상 속 동물은 어디에 속할까?	125
내가 어떻게 보이나요?	128
조각가와 조각상	130
단어 경주	132
누구를 팔로우하시나요?	135
동물 의회	136
권력, 특권, 평등	139
고양이, 생쥐, 울타리	142
폭력의 스펙트럼	144
가상 사회	146
부록	148

Chapter 1

소개

이 툴박스에는 청소년들과 함께 관계 폭력 예방과 관련된 주제를 다루는 도구를 제공하는 다양한 워크숍과 액티비티로 구성된 교육 자료가 포함되어 있습니다. 청소년들은 자신의 젠더(gender)와 성 정체성을 발전시킬 수 있는 공간이 필요하며, 그 과정에서 다양한 사회적 장벽과 편견을 마주하게 됩니다.

청소년들이 원하는 안전하고 건강한 관계와 그들의 실제 롤모델은 때로는 극명한 대조를 보입니다. 성과 관계에 대한 교육은 여전히 많은 부분에서 부족하며 많은 가정에서 금기시되는 주제로 남아 있습니다. 하지만 이러한 주제에 대해 이야기하지 않는다면 청소년들은 자신의 욕망, 질문, 두려움, 희망을 가진 채 홀로 남겨지고 수치심과 불안감을 느끼게 됩니다.

관계, 특히 친밀한 관계에 대해 이야기할 때는 젠더 역할과 젠더 기반 폭력이라는 주제도 다루어야 합니다.

연구에 따르면 젠더 기반 폭력은 주로 소녀와 여성에게 영향을 미치며 성평등을 가로막는 심각한 장애물입니다(젠더 기반 폭력이란 무엇인가? | 유럽연합 집행위원회).

우리는 관계 폭력 예방 분야 청소년 교육에서의 핵심은 젠더 변혁적(gender-transformative) 접근이라고 생각합니다. 청소년기는 정체성이 형성되고 청소년들이 처음으로 친밀한 관계를 경험하는 시기입니다. 청소년들에게 유해한 성 규범에 대한 인식을 제고하면 청소년들이 자신감을 키우고 자신이 참여하고 기여하고 싶은 관계에 대해 정보에 기반한 결정을 내릴 수 있는 힘을 기르는 데 도움이 될 것입니다.

또한 청소년들이 자신의 정체성과 자아상을 형성하는 과정에서 경험하는 부정적인 압박뿐만 아니라 평등과 존중에 기반하지 않는 관계 기준에 대해서도 비판적인 질문을 하도록 장려합니다. 본 워크숍과 액티비티는 신체, 젠더, 건강, 섹슈얼리티, 관계, 돌봄, 동의, 폭력 등의 주제에 대한 대화를 나누고 장려함으로써 청소년들이 사회적 고정관념에 의문을 제기하고 변화할 수 있도록 돕습니다.

**“청소년들이 정체성과 자아상을 형성하는
과정에서 겪는 모든 압박뿐만 아니라 평등과
존중이 뒷받침되지 않는 관계 규범에 대해서도
비판적인 태도를 갖도록 장려합니다.”**

우리는 교육의 힘을 믿으며, 다양한 환경에서 활용할 수 있으면서도 청소년의 현실에 가깝고, 현재의 이슈와 트렌드를 반영하는 워크숍과 액티비티를 만들고자 노력했습니다. 4개국의 상황을 고려하여 국경을 넘어 다양한 환경에서 사용할 수 있는 워크숍과 액티비티를 개발했습니다.

툴박스는 다양한 요구를 충족하기 위해 오프닝 액티비티와 에너지이저, 심층 워크숍으로 구성되어 있습니다. 또한 다양한 연령대와 다양한 규모의 그룹을 대상으로 합니다. 워크숍은 투박스의 핵심입니다. 워크숍의 효과적인 활용을 위해 모든 잠재 사용자를 위한 가이드로서 이 소개서를 만들고 학습 성과를 정의했습니다.

누가 툭박스를 사용할 수 있나요?

워크숍과 액티비티는 정규, 비정규 교육 및 청소년 교육 환경의 다양한 교육자가 사용할 수 있습니다. 툭박스는 청소년의 친밀한 관계에서 젠더 측면을 다루고 청소년과 함께 유해한 젠더 규범과 고정관념을 바꿀 수 있는 공간을 만들고자 하는 모든 교육자를 위한 것입니다.

워크숍을 누가 진행하는지가 매우 중요합니다. 그렇기 때문에 우리는 청소년 교육을 통한 젠더 기반 폭력 예방을 위해 교육자의 역량에 초점을 맞췄습니다. 워크숍을 진행하려면 그룹 관계를 지원하고, 안전한 공간을 만들고, 민감한 이슈를 논의하는 방법을 알아야 합니다. 워크숍과 액티비티의 길이와 복잡성이 다양하기 때문에 경험이 적은 경우 짧고 간단한 액티비티부터 시작하여 자신의 경험과 역량을 쌓을 수 있습니다.

그러나 모든 퍼실리테이터(교사, 청소년 활동가, 사회복지사, 트레이너 등)는 민감한 주제에 대해 청소년들과 대화를 시작하는 방법을 알고 있어야 하며, 젠더 이론, 성교육, 폭력 예방에 대한 지식과 경험이 있어야 합니다.

우리는 이 툭박스가 청소년뿐만 아니라 교육자들에게도 심층 교육을 위한 자료가 될 수 있다고 믿습니다. 사용자들이 주어진 주제에 대해 교육을 받고, 참여적이고 자기 성찰적인 접근 방식에 대해 열린 자세로 임하도록 장려합니다. 워크숍과 액티비티는 청소년과 경험이 많은 교육자들과의 긴밀한 협업을 통해 개발되었으며 이러한 공동의 접근 방식을 반영합니다.

“이 툭박스는 청소년의 친밀한 관계에서 젠더 측면을 다루고 청소년과 함께 유해한 젠더 규범과 고정관념을 변화시킬 수 있는 공간을 만들고자 하는 모든 교육자를 위한 것입니다.”

국경을 초월한 협업을 통해 4개국과 다양한 유럽 지역의 모범 사례를 결합할 수 있었으며, 이는 워크숍과 액티비티 범위에 반영되었습니다. 사용자는 다양한 청소년 그룹을 위한 영감을 주고 혁신적인 학습 경험을 창출하기 위해 광범위한 액티비티 중에서 선택할 수 있습니다.

툴박스는 어떻게 사용하나요?

워크숍과 액티비티는 세 가지 주요 요소(나, 나와 타인, 나와 사회)로 분류되어 있으며, 주제, 기간, 연령 또는 그룹 규모 등 다양한 기준을 사용하여 검색을 더욱 구체화할 수 있습니다. 이 투박스를 관통하는 주제는 십대의 친밀한 관계에서의 젠더 기반 폭력 예방입니다. 이 주제가 방대하고 보다 미묘한 접근이 필요하기 때문에 다음과 같은 하위 주제에 대한 워크숍과 액티비티를 개발했습니다.

- 1. 신체**
- 2. 젠더**
- 3. 건강**
- 4. 섹슈얼리티**
- 5. 관계**
- 6. 돌봄**
- 7. 동의**
- 8. 폭력**

워크숍을 진행하기 전에 모든 사용자가 투박스의 모든 부분을 읽고 주제와 학습 성과를 숙지할 것을 적극 권장합니다. 이렇게 하면 젠더 변혁적 교육과 폭력 예방에 대한 접근 방식을 더 잘 이해하고 워크숍을 보다 쉽게 진행할 수 있습니다. 각 주제를 더 깊이 탐구하는 투박스 부분에서는 관련 워크숍과 액티비티를 소개하고 풍부한 추가 자료와 읽을거리를 제공합니다.

Chapter 2

주제

이 섹션은 툭박스의 세 가지 주요 요소(나, 나와 타인, 나와 사회)에 대한 학습 성과를 설명합니다. 세 가지 차원의 학습 성과를 카테고리별로 제시합니다.

인지적 성과(Cognitive Outcome)는 참가자가 에퀴티즈 액티비티에 참여한 후 배우게 될 지식입니다. 정서적 성과(Affective Outcome)는 참가자들이 워크숍에 참여한 후 가져야 할 태도를 말하며, 기술적 성과(Skills Outcome)는 참가자들이 툭킷의 교육 액티비티에 참여한 후 각 카테고리에서 어떤 기술을 채택할 것으로 예상되는지를 예측합니다.

성과는 다음을 전제하고 정의합니다. 참가자가 세 가지 영역 중 하나의 워크숍에 모두 참여하며, 해당 워크숍에서 다루는 분야에 역량을 갖춘 유능한 교육자가 워크숍을 진행합니다.

나



인지적 성과

- 참가자는 성(sex)과 젠더(gender)라는 용어의 차이점을 이해합니다.
- 참가자는 젠더 규범과 사회적 기대가 자신의 신체 이미지와 신체 수용에 미치는 영향을 보여주는 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 개인의 정체성을 이루는 다양한 측면과 차원을 나열할 수 있습니다.
- 참가자는 소셜 네트워크가 개인의 자존감과 자신감에 미치는 부정적 혹은 긍정적 영향에 대한 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 자기 파괴적인 행동의 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 젠더 규범이 감정 표현에 미치는 부정적인 영향을 예로 들고 특정 상황에서 자신의 감정을 적절하게 표현할 수 있는 방법을 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 자신의 정체성에 속하는 특성들을 나열할 수 있습니다.
- 참가자는 지지(support)를 대인관계의 핵심 요소라 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 남성과 여성, 그리고 관계가 미디어에서 어떻게 묘사되는지 사례를 공유할 수 있습니다.
- 참가자는 미디어가 섹슈얼리티, 젠더와 관련된 개인의 가치관, 태도, 행동에 미치는 영향을 설명할 수 있습니다.



정서적 성과

- 참가자는 외모와 관련된 개성의 표현을 지지합니다.
- 참가자는 사회에서 이상적으로 여기는 외모에 대한 관념을 스스로 수정합니다.
- 참가자는 정체성의 차이를 인정합니다.
- 참가자는 소셜 네트워크가 자신의 건강, 태도, 행동에 상당히 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 인식합니다.
- 참가자는 각자의 감정 표현 방식을 인정하고 자기 자신에 대해 비폭력적인 행동을 하려는 의지를 보여줍니다.
- 참가자는 자신과 타인의 감정 표현이 다를 수 있음을 인정합니다.
- 참가자는 자기 자신과 자신의 성격을 받아들입니다.
- 참가자는 건강한 관계를 개인 발달의 중요한 측면으로 여기고 받아들입니다.
- 참가자는 섹슈얼리티와 젠더에 관련된 가치, 태도, 행동에 영향을 미치는 미디어의 힘을 인식합니다.



기술적 성과

- 참가자는 외모에 대한 젠더 고정관념이 청소년의 태도와 행동에 미치는 해로운 영향에 대한 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 개인의 특성에 대한 오해와 비수용이 어떻게 편견과 차별의 근거가 될 수 있는지 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 특정 액티비티에 참여하며 대인 커뮤니케이션과 대중 연설 기술을 연습합니다.
- 참가자는 또래의 심리 사회적 역량 강화를 지지함으로써 소셜 네트워크의 위험과 유해한 영향으로부터 더 쉽게 대처할 수 있습니다.
- 참가자는 특정 자기 파괴적 행동이 어떻게 특정 정신적 문제와 행동 문제로 이어질 수 있는지 인식할 수 있습니다.
- 참가자는 또래의 다양한 감정(예: 분노, 두려움, 행복감 등)을 인식하고 갈등을 예방할 수 있도록 의사소통 방식을 조절할 수 있습니다.
- 참가자는 자신의 기분이 좋아질 수 있는 방식으로 우정과 사랑을 표현할 수 있습니다.
- 참가자는 미디어에서 남성과 여성이 묘사되는 방식에 의문을 갖습니다.

나와 타인



인지적 성과

- 참가자는 젠더 고정관념과 젠더 불평등이라는 용어를 정의할 수 있습니다.
- 참가자는 또래의 다양한 정체성을 예로 들 수 있습니다.
- 참가자는 청소년들 간의 차이가 자신과 또래에게 얼마나 중요한지 예를 들 수 있습니다.
- 참가자는 자신의 삶에서 다양한 관계를 식별할 수 있습니다.
- 참가자는 자신들이 소중히 여기고 친밀한 관계에서 추구하는 가치를 나열할 수 있습니다.
- 참가자는 사랑과 유사한 감정의 차이를 구분할 수 있습니다.
- 참가자는 사랑, 광기, 질투가 무엇인지, 그리고 그 차이점에 대해 생각해 볼 수 있습니다.
- 참가자는 건강한 연애 관계와 건강하지 않은 연애 관계의 특징을 나열할 수 있습니다.
- 참가자는 건강한 우정과 건강하지 않은 우정의 특징을 나열할 수 있습니다.
- 참가자는 다른 사람과의 관계를 개선하기 위해 의사소통 기술을 사용하는 이유를 말할 수 있습니다.
- 참가자는 건강한 관계를 구축하는 데 있어 의사소통의 중요성을 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 의사소통 부족과 건강하지 못한 관계 사이의 연관성에 대한 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 양질의 인간관계를 구축하는데 있어 의사소통의 중요성을 이해합니다.
- 참가자는 폭력을 설명하는 방법과 모든 폭력에는 결과가 따른다는 것을 압니다.
- 참가자는 폭력의 다양한 예를 인용할 수 있습니다.
- 참가자는 성폭력을 정의하고 이를 조장하는 고정관념과 편견을 예로 들 수 있습니다.
- 참가자는 폭력의 피해자, 가해자, 목격자의 입장에 대해 토론할 수 있습니다.
- 참가자는 다양한 형태의 또래 압력을 나열할 수 있습니다.

• 참가자는 온라인 성적 행동과 관련된 위험을 설명하고 각 위험을 줄이거나 제거하기 위한 전략을 정의할 수 있습니다.

• 참가자는 게임이 어떻게 해로울 수 있는지에 대한 예를 제시할 수 있습니다.

• 참가자는 온라인 비디오 게임 세계에서 건강하지 못한 관계의 예를 제시할 수 있습니다.

• 참가자는 공동체 내 가치관이 젠더 역할에 대한 기대와 성평등에 미치는 영향을 설명할 수 있습니다.

• 참가자는 동의에 대해 듣고, 인정하고, 행동하거나 행동하지 않는 것이 무엇을 의미하는지 논의할 수 있습니다.

• 참가자는 성희롱과 괴롭힘의 사례를 설명하고 인식할 수 있습니다.

• 참가자는 편견과 차별(성, 젠더, 섹슈얼리티, 피부색, 종교 등에 근거한)이 사람들의 건강에 미치는 영향을 조사할 수 있습니다.

• 참가자는 동의를 정의하고 성적 의사결정에 있어 동의의 의미를 설명할 수 있습니다.

• 참가자는 건강한 가족 기능의 특징을 식별할 수 있습니다.



정서적 성과

• 참가자는 사람들 사이에는 다양한 종류의 관계가 있으며 건강한 관계와 건강하지 않은 관계가 있다는 것을 받아들입니다.

• 참가자는 청소년들 사이의 차이가 차별과 편견의 요인이 아니라 정상적인 것이며 삶을 풍요롭게 하는 요소라는 것을 받아들입니다.

• 참가자는 건강한 연애 관계와 건강하지 않은 연애 관계가 있다는 것을 받아들입니다.

• 참가자는 질투가 연애 관계의 건강하지 못한 측면이라는 것을 받아들입니다.

• 참가자는 의사소통이 건강한 관계를 유지하고 구축하는 데 중요한 요소라는 시각을 가집니다.

• 참가자는 의사소통이 평등한 관계를 구축하기 위한 중요한 전제 조건임을 받아들입니다.

• 참가자는 관계 구축에 있어 의사소통의 중요성에 대한 자신의 태도를 바로잡습니다.

• 참가자는 건강하지 못한 관계에 대한 태도를 바로잡고 이러한 관계가 파괴적일 수 있음을 인지합니다.

• 참가자는 건강한 관계를 구축하는 데 있어 비폭력적 의사소통을 중요하게 여깁니다.

- 참가자는 관계에서 폭력에 대한 무관용 원칙의 태도를 보입니다.
- 참가자는 모든 형태의 폭력이 잘못되었음을 받아들입니다.
- 참가자는 모든 형태의 폭력이 인권 침해임을 인정합니다.
- 참가자는 비폭력적, 성평등한 태도와 의견을 통해 폭력 예방에 대한 개인과 사회의 책임에 대한 신념을 보입니다.
- 참가자는 또래와 부정적인 또래 압력이 자신과 또래에게 해로울 수 있음을 인정합니다.
- 참가자는 대인 관계에서 성평등한 태도를 보입니다.
- 참가자는 과도한 비디오 게임 플레이가 해로울 수 있음을 인정합니다.
- 참가자는 온라인 비디오 게임 세계에는 건강한 관계와 건강하지 않은 관계가 있다는 것을 받아들입니다.

- 참가자는 개인, 또래, 가족, 공동체가 서로 다른 가치관, 신념, 태도를 가질 수 있음을 인정합니다.
- 참가자는 (성에 관한) 동의를 구하고 인식하는 것이 중요하다는 것을 인정합니다.
- 참가자는 성희롱, 괴롭힘 또는 기타 형태의 폭력을 경험하는 경우 도움을 구하는 것이 중요하다는 것을 인지합니다.
- 참가자는 폭력을 경험하거나 목격했을 때 효과적으로 대응하고 도움을 요청하는 방법을 제시합니다.
- 참가자는 모든 사람들이 오명을 쓰고 차별받는 사람들을 보호해야 할 책임이 있음을 인지합니다.
- 참가자는 건강한 가족 관계가 건강한 가족 기능에 중요한 이유를 정당화합니다.



기술적 성과

- 참가자는 성평등 증진을 지지합니다.
- 참가자는 독성 관계의 잠재적 결과가 무엇인지 결론을 내립니다.
- 참가자는 자신의 감정을 표현하고 대화 상대의 감정을 이해하는 데 있어 의사소통의 긍정적인 결과를 평가합니다.
- 참가자는 다른 참가자와의 대화와 토론 시 적극적으로 경청합니다.
- 참가자는 건강한 관계와 건강하지 않은 관계를 식별하는 방법과 건강하지 않은 관계가 자신의 삶에 어떤 영향을 미칠 수 있는지 예를 들 수 있습니다.
- 참가자는 워크숍을 진행하면서 의사소통 역량을 발휘하고 다른 참가자와 협력합니다.
- 참가자는 폭력 피해자에 대해 공감하고 갈등 해결에 비폭력적인 의사소통을 하기 위한 의지를 보여줍니다.
- 참가자는 폭력과 갈등 해결에 대한 토론에서 적극적으로 경청하고 결론과 결정을 내리기 전에 비판적 사고 기술을 적용합니다.
- 참가자는 폭력에 노출된 경우 도움을 요청하는 방법을 제시합니다.
- 참가자는 부정적인 도래 압력에 대응하는 방법을 보여줍니다.
- 참가자는 비디오 게임 플레이를 자제하는 방법을 보여줍니다.
- 참가자는 행동과 의사결정에 영향을 미치는 공동체 내 사회적, 문화적 규범, 가치, 신념에 의문을 가집니다.
- 참가자는 성적 행동에 관한 개인적 경계와 관련하여 동의 또는 거부를 표현합니다.
- 참가자는 포용, 차별금지, 다양성 존중을 위해 목소리를 내는 연습을 합니다.
- 참가자는 건강한 가족 기능에 대한 자신의 기여도를 평가합니다.

나와 사회



인지적 성과

- 참가자는 '젠더'라는 용어를 정의하고 'Gender'와 'Sex'의 차이점을 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 사회적, 문화적 규범과 종교적 신념이 젠더 역할에 어떤 영향을 미치는지 예를 식별할 수 있습니다.
- 참가자는 젠더 규범이 정체성, 습관, 행동을 형성하는 방법을 식별할 수 있습니다.
- 참가자는 젠더 규범이 의사결정에 미치는 부정적인 영향과 개인의 선택에 미치는 제한적인 영향의 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 성 불평등과 권력의 차이가 성적 행동과 성적 강요, 학대 및 기타 형태의 젠더 기반 폭력의 위험에 영향을 미치는 방식을 식별할 수 있습니다.
- 참가자는 사회의 특정 계층이 소외계층과 비교해 갖는 특권과 권력의 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 다른 사람들과의 상호작용에서 소셜 네트워크를 사용하는 다양한 방법의 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 불평등과 엄격한 사회 규범이 사람들의 삶과 기회에 미치는 영향을 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 미디어가 자신의 자아상에 해로운 영향을 미치는 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 젠더 기반 폭력을 정의하고, 젠더에 대한 우리의 생각과 관념이 차별과 폭력 등 다른 사람을 대하는 방식에 어떠한 영향을 미치는지 인지할 수 있습니다.



정서적 성과

- 참가자는 젠더 역할에 대한 비판적인 태도를 고치고 새로운 정보와 증거에 따라 행동을 바꿉니다.
- 참가자는 여러 요인이 젠더 역할에 영향을 미친다는 사실을 인지합니다.
- 참가자는 엄격한 젠더 규범을 문자 그대로 고수할 때 그것이 초래할 결과를 인식합니다.
- 참가자는 소외계층에 공감을 표시합니다.
- 참가자는 소셜 네트워크를 통해 다른 사람과 공유해서는 안 되는 정보가 있다는 것을 인정합니다.
- 참가자는 더 나은 사회적 평등과 사회 정의를 구현하기 위한 의지를 보여줍니다.
- 참가자는 미디어가 태도, 행동, 자아상에 부정적 또는 긍정적 영향을 미칠 수 있음을 인정합니다.
- 참가자는 모든 형태의 젠더 기반 폭력이 잘못되었음을 인정합니다.
- 참가자는 포용, 차별금지, 다양성의 중요성을 이해합니다.
- 참가자는 젠더 역할과 기대치가 바뀔 수 있음을 인지합니다.



기술적 성과

- 참가자는 정체성, 행동, 태도의 발달에 대한 이상화된 남성성과 여성성의 영향을 평가하고 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 개인의 엄격한 젠더 규범이 어떻게 특정 행동 문제로 이어지는지 평가합니다.
- 참가자는 성평등(gender equality)과 젠더 정의(gender justice) 증진을 지지합니다.
- 참가자는 젠더 역할에 대한 관점에 영향을 미치는 사회적, 문화적, 종교적 신념에 대해 고찰합니다.
- 참가자는 다른 정보를 공유했을 때의 결과를 예로 제시하고, 이 문제를 자신의 삶에 맞게 맥락화합니다.
- 참가자는 의사결정 과정에서 비판적 사고를 활용하고 다양한 사회계층에 대한 공감을 보여줍니다.
- 참가자는 미디어가 청소년이 자기 자신과 자신의 신체를 받아들이는 데 부정적인 영향을 미칠 수 있는 콘텐츠를 제공하는 데 있어 더 큰 책임이 있다고 주장합니다.
- 참가자는 자신 또는 아는 사람이 성폭력 피해를 당했을 때 신뢰할 수 있는 어른에게 어떻게 연락하고 이야기를 나눌지 설명합니다.
- 참가자는 가정, 학교, 공동체에서 보다 긍정적인 젠더 역할을 이끌어내는 일상적인 행동을 실천합니다.

Chapter 3

학습성과

핵심 주제는 십대 청소년의 관계에서 성평등과 젠더 기반 폭력 예방을 촉진하는 것입니다. 이 툴박스는 복잡성, 인터페이스, 다음과 같은 주제와 중복되는 이유로 인해 여러 개의 하위 주제를 포함하고 있습니다.

신체

신체의 발달

인생의 첫 20년간은 신체적, 운동적, 인지적, 성적(sexual), 사회적, 정서적 측면에서 인체의 성장과 발달이 집중적으로 일어납니다. 발달은 전 생애에 걸쳐 중요한 역할을 하지만, 유년기와 청소년기의 발달 과정의 특성과 발현 및 속도는 노년기와 비교할 수 없습니다.

10세에서 18세 사이에는 이차 성징이 (더) 눈에 띄기 시작하고, 청소년은 성인 키로 성장하며 생식이 가능해집니다. 사춘기(9~13세)가 많은 신체적 변화와 함께 시작됩니다. 이 연령의 신체 발달은 에스트로겐, 프로게스테론, 테스토스테론 호르몬 생성이 시작되면서 영향을 받습니다. 테스토스테론의 영향으로 (소년과 소녀 모두에서) 음모가 서서히 발달하고 키 성장이 가속화됩니다.

또한 뇌에는 심리적 기능에 영향을 미치는 많은 변화가 일어납니다.

예를 들어, 제어, 방향, 합리적 판단에 중요한 뇌 영역은 아직 발달 중입니다.

이 시기에는 성적 감정과 타인에 대한 호감도가 증가하며, 청소년은 타인의 의견을 더 많이 인식하고 자신을 타인 또는 자신이 바라는 이상적 이미지와 비교하게 됩니다. 그 결과 청소년들은 자신의 신체와 외모에 대해 불안감을 느끼는 경우가 많습니다. 청소년들은 자신의 몸이 정상적이고 매력적인지 (부분적으로는 미디어와 광고에 의해 전파되는 이상화된 이미지와 비교하여) 궁금해합니다. 호르몬 수치의 변화는 다양한 감정과 기분의 변동을 일으켜 순간적으로 화를 내거나 슬퍼하다가도 금방 행복하고 기뻐할 수 있습니다.

성 정체성의 발달 과정에서 이 시기에는 두 가지 상반된 과정이 진행됩니다. 한편으로는 청소년들의 사고가 더욱 유연해집니다.

예를 들어, 소년이 아주 '소녀처럼' 행동하면서도 여전히 소년일 수 있다는 것을 인지적으로 완벽하게 이해할 수 있습니다.

반면에 젠더 순응(gender-conforming) 행동에 대한 사회적 압박은 점점 더 커지고 있습니다. 이 시기에는 젠더 규범이 성적인 관계에도 점점 더 많이 적용되어 소녀와 소년이 성적으로도 어떻게 행동해야 하는지에 대한 명확한 기대가 있습니다. 이러한 암묵적인 규칙은 소년과 소녀 모두의 자유로운 선택을 방해하고 인간의 잠재력을 최대한 발휘하는 데 제한이 될 수 있습니다.

성(Sex)

성은 염색체, 호르몬, 생물학적 특성의 조합과 관련됩니다. 이는 사람의 출생 시 성별을 분류하는 기준이 되는 신체적 특징입니다. 모든 사람이 남성 또는 여성으로 명확하게 분류할 수 있는 신체를 가지고 태어나는 것은 아니며, 이를 간성이라고 합니다.

간성(Intersex)

간성은 남성과 여성의 신체적 특징을 모두 가지고 태어난 사람을 말합니다. 예를 들어, 미성숙한 음경과 질 입구 또는 자궁을 가지고 있거나, 외음부와 음경을 닮은 큰 음핵을 가지고 태어나는 사람이 있습니다. 하지만 이보다 훨씬 더 다양하고 변형된 형태가 있습니다. 다른 간성의 예로는 여성 호르몬과 남성 호르몬, 염색체 또는 유전자가 변형되거나 혼합되어 있는 사람들이 있습니다. 예를 들어, 균일하게 XX 또는 XY 염색체가 아니라 XXY 또는 다른 변형이 있습니다.

미의 이상(Ideal)

서구 사회에서 여성의 아름다움에 대한 이상은 날씬한 몸매, S라인, 긴 다리, 큰 눈, 도톰한 입술과 고른 피부를 가진 젊은 여성으로 구체화됩니다. 반면에 남성의 아름다움은 뚜렷한 턱선이 있는 얼굴, 날씬하고 근육질(식스팩)이며 넓은 어깨의 V자형 몸통이 특징입니다. 이러한 미의 이상은 비현실적이고 대부분의 사람들은 사실상 달성할 수 없으며, (소셜) 미디어, 광고, 대중문화에 의해 확산되고 유지되며 세계화의 영향을 받습니다.

한 문화권 내에는 서로 다른, 때로는 모순되는 미의 이상이 존재할 수 있습니다.

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

남과 여: 큰 차이가 없음

테스토스테론 렉스

속설: 남자아이는 두뇌 발달이 느리다

낮선 사람이 신체 이미지에 대해 솔직해질 때

관련 워크숍 및 액티비티

다음 워크숍과 액티비티는 '신체'라는 주제와 관련이 있습니다.

나는 ...라고 느낀다

신체 여행

내가 나에게 대해 좋아하는 것

신체 표현

젠더

젠더: 사회적 통념

예전에는 분홍색이 남자아이의 색이고 파란색이 여자아이의 색이었다는 사실을 알고 계셨나요? 많은 나라에서 축구가 여자아이들의 스포츠라는 사실도요? 그리고 연극과 발레는 남자아이들만의 전유물이었다는 사실도요?

또한 과거에는 모든 교사가 남성이었지만 지금은 많은 여성이 교사로 일하고 있습니다. 일반적으로 '남성적'이거나 '여성적'인 것은 시간이 지남에 따라 변합니다. 이는 고정된 것이 아니며 국가, 지역, 문화, 상황, 시대에 따라 달라질 수 있습니다.

젠더는 성별에 문화적, 사회적 의미를 부여하는 방식입니다. 젠더는 우리가 남성적 또는 여성적이라고 정의하는 일련의 규범, 가치, 견해, 행동, 관행의 집합입니다. 사회는 태어날 때 부여된 성별에 따라 남자 아이와 여자 아이가 어떤 사람이 되어야 하는지, 무엇을 원하고, 하고, 보여 주어야 하는지에 대해 서로 다른 젠더 기대치를 가지고 있습니다.

이렇게 젠더에 대한 기대는 우리 사회에 깊이 뿌리내리고 있으며 상당 부분 내재화되어 있습니다. 어릴 때부터 사람들은 젠더 규범을 배우게 되고, 이러한 젠더 규범은 자연스럽게 보편적이며 불변하는 것으로 인식됩니다.

고정관념은 사회화 과정을 통해 전달됩니다. 그 결과 아이들은 사회에서 기대하는 것을 내재화합니다. 이 과정에서 부모, 교사, 친구, 이웃, 미디어 속 인물, 책 속 캐릭터는 한편으로는 특정 행동을 정상이라고

제시하고 다른 한편으로는 (암묵적 또는 명시적으로) 특정 생각을 거부함으로써 역할 모델 또는 메신저로서 중요한 역할을 합니다.

젠더 고정관념

남성과 여성이 어떻게 행동해야 하는지에 대한 아이디어는 종종 고정관념에 기반합니다. 여기에는 남자는 일하고 여자는 가정을 돌봐야 한다는 생각, 또는 남자는 타고난 리더, 야심차고 확신이 있으며 운동에 능하고 지배적이라는 생각, 여자는 다정하고 순진하고 쾌활하고 사교적이고 동정심이 많고 세심하고 친절하고 충성스러울 것이라는 생각 등이 포함됩니다. 그러나 일부 아이디어나 메시지는 다른 것과 비교해 더 미묘한 차이가 있을 수 있습니다. 고정관념은 세상을 진부하고 흑백 논리만 표현하기 때문에 모든 회색 영역이 들어갈 여지가 거의 없다는 점에서 규범과 다릅니다. 따라서 고정관념의 이미지에는 '좋은 여자'라는 한 가지 유형과 '진짜 남자'라는 한 가지 유형만 존재합니다.

젠더규범

모든 사람은 젠더를 가지고 있으며 사회적 규범에 의해 형성됩니다. 요컨대, 여자로 태어난 아이는 긴 머리를 하고, 치마를 입고, 배려심이 많고 친절하며 공감 능력이 뛰어나고, 가정을 돌보고, 남자와 사랑에 빠질 것이라고 생각합니다. 사회는 남자로 태어난 아이들이 짧은 머리를 하고, 치마와 원피스가 아닌 바지를 입고, 강인하고 힘이 세며, 가장이 되고, 울거나 취약한 모습을 보이지 않고, 여자와 사랑에 빠질 것으로 생각합니다. 또한 공부, 스포츠, 취미, 일에도 남성적이고 여성적인 것으로 분류되는 기대치도 있습니다. 이러한 믿음, 생각, 기대는 사람들이 사회적 인정을 받고 소외되지 않기 위해 준수해야 하는 사회적 규칙입니다.

성 정체성

성 정체성은 자신을 어떻게 정의하는지를 말합니다. 모든 아이가 자신을 소년이나 소녀처럼 느끼는 것은 아니며, 모든 성인이 남자나 여자처럼 느끼는 것도 아닙니다. 성 정체성은 자신의 정체성과 관련된 자신의 신체에 대해 느끼는 감정을 말합니다. 하지만 성 정체성은 시간, 공간, 맥락에 따라 달라지기도 합니다. 따라서 성 정체성에 대한 감정과 인식이 계속 동일하지 않기 때문에 젠더는 유동적입니다. 예를 들어, 어느 날은 더 남성적으로 느껴지고 다른 날은 더 여성적으로 느껴질 수 있습니다.

사람들은 흔히 음경을 가진 아이는 남자, 질이 있는 아이는 여자라고 생각합니다. 이는 보통 맞습니다. 이 경우 생물학적 성별이 성 정체성과 일치합니다. 그런 사람들은 시스젠더(cisgender)입니다. 일부 사람들은 자신의 생물학적 성별이 성 정체성과 일치하지 않는다는 사실을 나중에 알게 됩니다. 50 가지가 넘는 다양한 성 정체성이 존재합니다.

젠더 표현

누군가가 자신의 성 정체성을 표현하는 방법을 젠더 표현이라고 합니다. 예를 들어, 이는 옷차림이나 행동 방식과 관련이 있습니다. '전형적인 소녀' 또는 '전형적인 소년' 등이 될 수 있지만 모든 종류의 변형이 가능합니다. 누군가는 자신의 정체성에 맞는 것을 스스로 결정합니다.

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

소개: 젠더 고정관념과 편견

아이들이 설명하는 성평등

학교에서의 젠더 보상

남아/여아의 고정관념

젠더 마케팅

여아 장난감 대 남아 장난감: 실험

아이들의 고정관념을 뒤집은 한 수업

더 이상 소년과 소녀는 없다

젠더 고정관념과 교육

맨 박스

관련 워크숍 및 액티비티

다음 워크숍과 액티비티는 '젠더'라는 주제와 관련이 있습니다.

누구를 팔로우하시나요?

의자에 앉으세요

고양이, 생쥐, 울타리

러브 스토리

조각가와 동상

동물 의회

단어 경주

신체 형성

건강

젠더 규범 제한의 영향

젠더 고정관념과 엄격한 젠더 규범은 우리가 자신과 타인, 세상을 바라보는 방식에 큰 영향을 미치며, 따라서 우리의 행동에도 영향을 미칩니다. 이는 사람들을 소외시킬 뿐만 아니라 사회의 다양성과 평등을 저해하고 (젊은) 사람들의 건강에 해로운 영향을 초래할 수 있습니다.

젠더와 건강

개인의 건강은 유전적 특성뿐만 아니라 생활 방식, 행동, 그리고 살고 있는 환경의 영향을 받습니다. 따라서 젠더는 개인의 건강과 웰빙의 모든 측면에서 중요한 역할을 하는데, 생활 방식과 행동, 사회가 사람을 바라보고 대하는 방식을 결정하는 요인인 경우가 많기 때문입니다.

예를 들어, 성 정체성이나 젠더 표현이 일반적인 사회적 규범(이성애자)과 다른 사람은 차별, 소외, 폭력을 경험할 가능성이 더 높습니다. 이는 개인의 신체적, 정신적 건강에 영향을 미칩니다.

남성성 규범의 영향

젠더와 건강에 관한 다양한 연구에 따르면 젠더 규범은 개인, 환경, 사회 전체에 제한적이고 해로운 영향을 끼칩니다. 2018년 미국 심리학회(APA)는 감정 억제, 경쟁심, 지배력, 공격성을 특징으로 하는 전통적인 남성성 규범에 따르도록 사회화된 소년과 남성은 심리 발달에 제한을 받는다고 밝혔습니다. 이는 남성의 행동을 억제하고 젠더 역할에 대한 과부하와 갈등으로 이어지며 정신, 신체 건강에 부정적인 영향을 미칩니다.

남성에게 특정한 건강 위험도 있습니다. 남성은 여성보다 일찍 사망하고 심혈관 질환에 걸릴 확률이 높으며, 이는 부분적으로는 흡연, 위험 운전, 성적으로 위험한 행동, 위험한 스포츠와 같은 생활 방식과 위험한 행동의 결과입니다. 남성은 또한 자신이 약해 보일까 봐 도움을 구하지 않는 경우가 더 많고, 나이가 들수록 더 외로움을 느끼며, 종종 약물 남용으로 주의를 돌리기도 합니다.

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

[APA: 소년, 청년을 위한 지침서](#)

[젠더 건강 격차 해소](#)

관련 워크숍 및 액티비티

다음 워크숍과 액티비티는 '건강'이라는 주제와 관련이 있습니다.

[나는 ...라고 느낀다](#)

[내가 나에 대해 좋아하는 것](#)

[사랑과 돌봄](#)

[신체 여행](#)

[응원 메시지](#)

[동물 의회](#)

[내가 어떻게 보이나요?](#)

섹슈얼리티

성 발달

성 발달은 아이가 사춘기에 접어들기 훨씬 전부터 시작됩니다. 발견의 여정은 첫키스와 성경험 이전에 태어나면서부터 시작됩니다.

- **영아(0~18개월)**는 부모 및 다른 보호자와 긴밀한 정서적 유대감을 형성합니다. 애착이라고 하는 이러한 신뢰의 유대는 건강한 정서적, 신체적, 성적 발달의 기초가 됩니다. 이러한 안전한 환경에서 아이들은 자신의 몸과 주변 세상을 천천히 탐색합니다.

- **유아(18개월~3세)**는 자신과 타인의 신체에 대해 호기심이 많습니다. 남자아이와 여자아이의 차이를 발견하고 '더러운' 단어를 시도해보는 것을 좋아합니다.

- **소아(3~6세)**는 자신의 성과 사회적 규칙(젠더)을 인식하게 됩니다. 생식에 관한 이야기에 관심을 갖고 처음으로 친한 친구를 사귀게 됩니다.

- **초등학생(6~11세)**부터는 성에 대한 관심을 밖으로 덜 드러냅니다. 관심이 주로 친구와 미디어에 집중됩니다.

- **중학생(11~14세)**의 신체는 빠르게 성장하고 변화합니다. 청소년의 뇌에서도 행동에 영향을 미치는 중요한 발달이 일어나고 있습니다.

- **고등학생(15~19세)** 시기에는 자의식이 더욱 강해집니다. 친밀하고 개인적인 우정을 알게 됩니다. 첫 번째 "확고한" 관계를 맺고 첫 번째 친밀한 성경험을 갖습니다.

친밀감과 섹슈얼리티

친밀감과 섹슈얼리티는 보통 함께 언급되지만, 친밀감은 섹슈얼리티와는 다릅니다. 섹슈얼리티는 성적 감정, 바람, 욕구에 관한 것입니다. 친밀감은 종종 소속감, 안정감, 다른 사람과 가장 깊은 생각과 감정을 공유할 수 있는 공간을 가지고 있는 느낌으로 묘사됩니다.

연애 관계에서 섹슈얼리티와 친밀감은 중요한 요소이며 종종 서로 연결되어 있습니다. 하지만 우정에서도 친밀감은 중요합니다. 자신을 드러낼 수 있는 좋은 대화를 나누는 것은 우정에서도 경험할 수 있는 친밀감의 한 형태입니다.

성적 지향(Sexual Orientation)

성적 지향은 한 사람이 경험하는 로맨틱 또는 성적 매력의 성질입니다. 가장 잘 알려진 성적 지향은 이성애, 동성애, 양성애, 무성애입니다. 성적 지향에는 다음과 관련된 여러 가지 차원이 있습니다.

- **매력:** 어떤 사람에게 로맨틱 또는 성적으로 매력을 느끼는가? 남성, 여성 또는 여러 젠더에 매력을 느끼는가?
- **성적 행동:** 어떤 사람과 친밀감을 느끼는가? 남성, 여성 또는 여러 성별의 사람들과 성관계를 가지는가?
- **자기 지칭:** 자신을 어떻게 식별하고 호칭하는가? 이성애자, 게이, 레즈비언, 양성애자 또는 그 밖의 다른 명칭으로?

개인의 매력, 성적 행동, 자기 지칭이 반드시 일치할 필요는 없습니다. 예를 들어, 자신을 이성애자라고 표현하면서도 동성에게 로맨틱하거나 성적인 매력을 느낄 수도 있습니다. 성적 지향과 그 차원도 매우 다양합니다.

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

[성적 지향: 매력의 스펙트럼](#)

[성 건강 관리](#)

[남자들은 ...해도 괜찮을까?](#)

관련 워크숍 및 액티비티

다음 워크숍과 액티비티는 '섹슈얼리티'라는 주제와 관련이 있습니다.

[분자](#)

[사진을 보내줄 수 있나요?](#)

[채팅과 비밀](#)

[커뮤니케이션과 섹슈얼리티](#)

[내가 어떻게 보이나요?](#)

관계

사랑, 섹스, 신뢰

관계는 사랑으로만 존재하는 것이 아닙니다. 인간은 살아가면서 연인뿐만 아니라 부모, 친구, 교사, 코치, 고용주, 의사, 자녀 등 다양한 관계를 맺게 됩니다.

사랑, 섹스, 신뢰에 관한 한 모든 관계는 서로 다릅니다. 지금 약속한 관계를 선호한다고 해서 영원히 그래야 한다는 의미는 아닙니다.

시간이 지나며 관계가 발전함에 따라 관계 주변의 삶이 변하고, 나이가 들면서 본인도 변합니다. 이러한 모든 변화는 관계에 대한 관점에 영향을 미칠 수 있습니다. 많은 사람들이 관계를 유지하는 단 하나의 방법이 있다고 생각합니다. 많은 사람들에게 잘 통하는 방법이 있는 반면, 그 방법이 통하지 않는 사람들도 많습니다. 사람마다 원하는 것과 필요로 하는 것이 다르기 때문에 사람마다 더 효과적인 관계 유형이 다를 수 있습니다. 이 모든 관계는 옳고 그름의 문제가 아니며, 각자에게 맞는지 아닌지에 관한 문제입니다.

관계의 형태

관계에 대해 이야기할 때 중요한 두 가지는 관계에 관여하는 사람과 관계를 특징 짓는 요소입니다.

• **부모 자식 관계:** 이상적인 경우, 부모와 자식 간의 관계는 무조건적인 충성심을 기반으로 평생 지속되고 깨지지 않는 특별한 관계입니다.

• **친구 관계:** 친구 관계는 성별이 문제가 되지 않는 두 명 이상의 사람들 사이의 가까운(일반적으로 비성적인) 관계입니다. 친구는 서로를 돕고 받아들이며 지지합니다.

• **일부일처제 관계:** 일부일처제(monogamous) 관계는 많은 문화권에서 표준이자 출발점으로, 한 사람과만 관계를 맺고 다른 사람과의 성관계는 고려되지 않습니다. 이 관계는 두 사람이 영원히 함께 삶을 공유하는 것을 목표로 하는 유대감을 기초로 합니다. 종종 사랑과 성관계의 결합인 경우가 많습니다.

• **열린 사랑 관계:** 열린 관계(open relationship)에서는 파트너 중 한 명 또는 둘 다 다른 사람과 관계를 맺을 수 있습니다. 이는 로맨틱한 관계일 수도 있고 성적인 관계일 수도 있으며, 둘 다일 수도 있습니다. 그러나 대부분의 경우 파트너 이외의 다른 사람과 진지한 관계를 맺지 않는 경계선 내의 성적 관계에 해당합니다.

• **다자 연애 관계:** 폴리아모리(Polyamory)는 그리스어로 '많은 사랑'을 뜻합니다. 이 관계 형태에서 파트너는 다른 사람과 정서적이고 로맨틱한 관계를 맺을 수 있습니다. 그러나 이 관계가 실제로 작동하는 방식에는 차이가 있습니다.

예를 들어, 두 파트너 모두 다른 사람과 정서적 관계는 가질 수 있지만 성적인 관계는 가질 수 없습니다. 폴리아모리는 종종 다른 사람과의 성관계보다는 정서적 관계에 더 중점을 둡니다.

• **성적인 관계:** 이 유형의 관계는 섹스만 있고 다른 것은 없습니다. 섹스를 제외하고는 데이트나 친근한 만남이 없는 '아무 조건 없는 관계'에 비유할 수 있습니다. 감정적인 관계도 없지만 나중에 언제든지 바뀔 수는 있습니다.

• **장거리 관계:** LAT는 'Living Apart Together'의 줄임말로, 간단히 번역하자면 연애 관계에 있지만 서로 따로 떨어져 사는 관계를 의미합니다. 실제로는 두 사람 모두 동의하는 선택인 경우가 많으며, 각자의 삶을 유지하고자 하는 사람들 사이에서 더 흔합니다.

건강한 관계 vs. 건강하지 않은 관계

관계는 여러분과 파트너의 관계처럼 시간이 지남에 따라 다양한 형태로 변화할 수 있습니다. 건강한 관계는 서로 평등하고, 신뢰하고, 공감하고, 인정하고, 감사하며, 개방적이고 솔직하게 소통하고, 관심과 애정을 표현하며, 서로의 가장 깊은 두려움과 욕구에 진정으로 귀 기울이고, 서로를 존중하고, 서로를 바꾸려 하지 않고, 함께 공평한 결정을 내리고, 상호 동의 하에 친밀한 관계 및/또는 성관계를 갖고, 의견의 불일치를 차분하게 인내심을 갖고 논의하고, 상대방에게 여유를 주고, 서로를 인내하고 지지하고 함께 성장하는 것을 특징으로 하는 관계를 의미합니다.

건강하지 못한 관계의 징후로는 상대방에 대한 존중이 거의 없거나 전혀 없음, 신뢰 부족, 상대의 삶과 선택에 대해 통제하고 권위를 내세우는 경향, 적대적인 의사소통, 닳하기, 질투, 친구와 가족으로부터 상대를 고립시키기, 비밀을 만들고 사랑하는 사람으로부터 숨기는 것, 상대의 행동에 대한 변명, 정신과 신체 건강에 대한 부정적인 영향 등이 있습니다. 예를 들면 스트레스, 두려움, 불안감 등입니다.

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

건강한 vs. 건강하지 않은 관계

관련 워크숍 및 액티비티

다음 워크숍과 액티비티는 '관계'라는 주제와 관련이 있습니다.

- 침묵의 편지
- 두 가지 진실, 하나의 거짓
- 응원 메시지
- 사람과 사물
- 러브 스토리

돌봄

돌봄은 중요합니다

돌봄은 받는 것도 좋지만 누군가를 돌보는 것도 마찬가지로 중요합니다. 무언가 또는 누군가를 돌볼 때 우리 몸은 기분을 좋게 만드는 호르몬인 옥시토신이 분비됩니다. 누군가를 돌보는 일은 종종 자신이 중요한 존재가 될 수 있다는 느낌을 줍니다.

마지막으로, 돌봄은 애착, 즉 소속감을 형성하는 요소 중 하나입니다. 돌봄은 자신이나 다른 사람 또는 집안일을 돌보는 것처럼 무언가 또는 누군가에게 주의를 기울이고 책임을 지는 것을 의미합니다. 자신과 타인을 돌보는 것은 사회에서 가장 중요한 선(good)이지만 여전히 과소평가되고 있습니다.

돌봄은 역량입니다

우리 사회에서 돌봄은 여전히 여성성과 연관되는 경우가 많습니다. 즉, 여성이 자연스럽게 하고 잘하는 일이라고 생각하는데 실제로는 맞지 않는 고정관념입니다. 돌봄은 누구나 개발할 수 있는 역량이며 인간 잠재력의 보편적인 부분입니다.

젠더 역할과 돌봄

돌보는 여성과 일하는 남성에 대한 일반적인 젠더 규범과 고정관념은 일과 돌봄의 불평등한 분배로 이어집니다. 예를 들어, 여성은 노동 시장에 덜 참여하고, 재정적으로 더 의존하며, 고위직에 있는 여성의 비율은 여전히 불균형적으로 적고, 임금 격차도 매우 큼니다. 육아와 기타 돌봄 의무는 남성과 여성 간 소득 불평등의 주요 원인입니다. 상대적으로 많은 여성이 가족, 가사 또는 비공식적인 돌봄 책임 때문에 파트타임으로 일하거나 아예 일하지 않습니다.

일하는 아버지는 집안일과 육아 등 돌봄 책임에 있어서 뒤처집니다. 연구에 따르면 아버지들은 자녀와 더 많은 시간을 보내고 싶어 하지만, 육아휴직은 종종 바람직하지 않은 것으로 여겨지고 있습니다. 이는 특히 직장에서의 사회적 지원과 격려의 부족과 관련이 있습니다. 남성들은 육아휴직이 자신의 경력에 해가 될까 봐, 재정적으로 불가능할까 봐, 또는 자신의 직책과 육아휴직을 병행할 수 없을까 봐 두려워하는 것으로 보입니다. 소년과 청년의 양육 방식은 그들의 성별에 대한 인식과 미래에 가능한 역할에 영향을 미칩니다.

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

바구니의 미스터리

배려하는 아들 키우기

아버지가 된다는 것

관련 워크숍 및 액티비티

다음 워크숍과 액티비티는 '돌봄'이라는 주제와 관련이 있습니다.

사랑과 자기돌봄

응원 메시지

공정한 분담

가상 사회

동의

경계(boundaries)와 동의(consent)

동의라는 단어는 허용한다는 뜻입니다. 동등한 의사 결정의 기초가 되는 동의는 관련된 사람 중 누구도 결정에 대해 실질적이고 압도적인 반대를 하지 않는 것을 의미합니다. 로맨틱한 관계 또는 성적인 관계에서 동의를 구하거나 동의하는 것은 성교에만 국한되지 않습니다. 키스, 만지기, 성적인 발언도 포함됩니다. 상대방의 경계를 넘어서는 성적인 행동을 피하려면 동의를 구하는 것이 중요합니다. 확실하지 않은 경우, 자신과 상대방 모두와 확인하세요.

귀를 기울이고 확인하기

동의를 요청하거나 제공할 때는 강요, 속임수, 협박이 없어야 합니다. 무언가를 할 때는 상대방을 행복하게 하기 위해서 혹은 결과가 두려워서가 아니라 자신이 원해서 하는 것이어야 합니다.

관계에서는 동등한 지위를 갖는 것이 중요합니다. 한 사람이 더 많은 권력을 가지고 있으면 다른 사람은 거절하기가 더 어려워집니다. 누군가가 무언가를 원하는지, 그 사람이 그것을 좋아하는지 항상 명확하지는 않습니다.

다행히도 의심스러울 때는 항상 상대방에게 귀를 기울이고 상대방이 여전히 괜찮은 건지 확인할 수 있습니다.

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

동의: 차 마시는 것 만큼 간단함

관련 워크숍 및 액티비티

다음 워크숍과 액티비티는 '관계'라는 주제와 관련이 있습니다.

동의 경기 : 기준선 배우기

사진을 보내줄 수 있나요?

채팅과 비밀

사람과 사물

폭력

개인의 존엄성 침해

폭력은 신체적, 성적 및/또는 정신적 폭력의 형태로 개인의 존엄성을 침해하는 행위입니다. 폭력은 부상을 발생시키는지 여부와 관계없이 한 번의 타격, 밀기, 때리기, 발길질부터 영구적인 신체적 및/또는 정서적 상처를 초래하는 체계적이고 빈번한 장기적인 폭력까지 다양합니다. 종종 폭력은 공격성과 감정을 말로 표현하지 못하는 것과 관련이 있습니다. 또한 폭력은 권력의 표현, 불평등의 표현 및/또는 사회 내 공동체에 대한 억압의 표현이 될 수도 있습니다.

다양한 형태의 폭력

폭력은 모든 사회계층의 사람들 사이에서 발생하며 사람, 동물 또는 물건에 상처나 손상을 입히는 것을 포함합니다. 폭력은 주로 물리적이지만 상처나 손상은 심리적 또는 정서적일 수도 있습니다. 대부분의 경우 폭력의 가해자는 피해자가 아는 사람입니다. 폭력에는 다양한 형태가 있습니다.

- **신체적 폭력**은 때리기, 발로 차기, 물기, 쥐어짜기, 밀기, 굶기, 머리카락을 잡아당기기, 화상 입히기 등 다양한 형태로 나타납니다.
- 성폭행 또는 강압에 의한 성행위라고도 하는 **성폭력**은 누군가가 강제로 수행하거나, 겪거나, 보도록 강요받는 모든 성적 행위를 일컫는 용어입니다. 여기에는 폭행, 강간 또는 성적 학대가 포함될 수 있습니다. 원치 않는 성관계나 음란물을 시청하게 하는 것도 성폭력에 해당합니다.

• **정서적 폭력**은 사람에 대한 심리적 학대입니다. 이는 한 사람에 대한 만성적이고 심각하며 점점 부정적인 상호작용이 고조되는 패턴이 특징입니다.

예를 들어, 거부, 적대적인 태도와 행동의 형태로 나타납니다. 정서적 폭력은 반복적인 욕설, 협박, 거부, 모욕 또는 비하 발언으로 나타날 수 있습니다. 마지막으로, 가두거나 묶어두는 것도 심리적 학대에 해당합니다.

• **경제적 폭력**은 다양한 형태로 나타납니다. 대부분의 경우 눈에 보이지 않지만 그렇다고 해서 심각성이 덜한 것이 아닙니다. 파트너가 여러분의 은행 계좌를 확인, 통제하거나 계좌 개설을 금지하고 식료품 살 돈만 줄 수 있습니다. 또 다른 예로는 노모의 금융 거래를 대신 처리하고 그 과정에서 어머니의 신뢰를 악용하거나 할아버지의 신용카드를 무단 구매를 하는 것 등이 있습니다.

괴롭힘, 동성애 혐오, 트랜스 혐오

엄격한 젠더 규범은 젠더 기반 폭력과 밀접한 관련이 있습니다. 남성과 여성이 어떻게 보이고 행동해야 하는지에 대한 사회적 규범과 남성과 여성이 수행해야 하는 역할에 대한 사회적 관념은 대부분의 사람들에게 강하게 나타납니다.

전통적인 남성성 규범은 남성다움을 증명해야 하고 공적 공간에서 지배력과 공간 점유에 관한 것이기 때문에 경직되어 있습니다. 남성이 일반적인 남성성에 대한 관념에 부합하지 않으면 특히 다른 남성들로부터 '게이'부터 '계집애', '겁쟁이'에 이르기까지 온갖 종류의 말을 듣게 됩니다.

언어적 폭력은 특정 행동, 특성 또는 역할을 비난하는데 사용되며, 언어적 폭력으로 끝나지 않는 경우가 많습니다. '당하지' 않기 위해 소년과 남성은 남성성이라는 틀을 따라야 할 뿐만 아니라 자신의 남성성을 증명하기 위한 행동을 수행해야 합니다. 이는 반여성성, 여성 혐오, 불건전한 야망, 약해 보이는 것 피하기, 무모하고 위험한 행동, 왕따, 동성애 혐오, 폭력, 성희롱으로 이어집니다.

예를 들어, 자신이 성적으로 활발한 이성애자 남성임을 증명하려는 충동은 여성과 소녀의 (성적) 경계를 무시하거나 심지어 알아차리지 못하게 만들 수 있습니다. 남성, 특히 어린 소년들 사이에서 '게이'로 여겨지는 것에 대한 두려움은 엄청납니다. '게이'는 여전히 가장 일반적으로 사용되는 욕설입니다. 연구에 따르면 동성애 혐오 폭력의 주요 원인 중 하나는 가해자들이 남성성과 여성성에 대해 가지고 있는 생각에 있습니다.

대부분의 가해자도 남성입니다. 이들은 이성애자가 아닌 남성에게 대해 강한 감정을 가지고 있으며, 예를 들어 남성의 '여성스러운' 행동이나 공공연한 동성애에 화를 내거나, 동성애자가 자신을 매력적으로 여길까 봐 두려워합니다. 게이 여성에 대한 폭력의 경우, 남성 가해자는 남성 (이성애자) 섹슈얼리티에서 배제되거나 거부감을 느낍니다. '남성' 또는 '여성'이라는 전통적인 범주에서 눈에 띄게 벗어난 트랜스젠더는 극단적이고 과도한 폭력에 시달려야 합니다.

폭력의 정상화

모든 형태의 폭력이 '폭력'으로 간주되거나 경험되는 것은 아닙니다. 폭력은 구조적으로 발생하고 많은 사람들이 폭력을 인식하지 못하기 때문에 폭력은 종종 '정상'으로 여겨집니다.

사회에서 특정 형태의 폭력은 정상화되어 경시되고 있습니다. 많은 경우 폭력을 견디는 사람에게 책임이 전가됩니다. 이러한 폭력은 항상 명시적으로 일어나는 것이 아니라 암묵적으로 발생합니다.

이런 종류의 피해자 비난의 잘 알려진 예는 다음과 같습니다.

"어떤 옷을 입고 있었나요?"

"왜 혼자 길을 걷고 있었나요?"

"어떤 말을 했길래 상대방이 그런 반응을 보였나요?"

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

[멘인게지 - 고정관념](#)

[질레트 - 최고의 남자가 될 수 있는 방법](#)

[아빠에게](#)

[이야기를 바꿉시다](#)

[차별과 괴롭힘에 대처하기 위한 팁](#)

관련 워크숍 및 액티비티

다음 워크숍과 액티비티는 '젠더'라는 주제와 관련이 있습니다.

[폭력이란 무엇인가?](#)

[폭력의 스펙트럼](#)

[네 개의 코너](#)

[고양이, 생쥐, 울타리](#)

Chapter 4

퍼실리테이터를 위한 팁

이 파트에서는 교육자와 청소년 활동가가 교육 프로그램을 성공적으로 실행하고 워크숍을 진행하기 위해 갖추어야 할 핵심 역량에 대해 설명합니다. 양질의 비공식 교육 또는 청소년 프로그램을 위해서는 교육자와 퍼실리테이터가 지속적으로 역량을 강화해야 합니다.

여기에서는 퍼실리테이터의 역량뿐만 아니라 퍼실리테이터로서의 자신감을 향상시키는 데 도움이 될 수 있는 개인적, 사회적 개발을 위한 몇 가지 실용적인 팁을 찾을 수 있습니다.

이 툴박스는 우리 사회에 만연해 있고, 청소년들의 삶 속에 내재화된 유해한 성 고정관념과 규범을 바꾸기 위한 교육 자료를 제공합니다.

퍼실리테이터의 목표는 청소년들이 자신의 니즈, 바람, 목표를 파악하고 각자가 희망하는 것에 가장 적합한 선택을 할 수 있도록 지원함으로써 이러한 관념에 의문을 제기하고 깰 수 있도록 장려하는 것입니다.

이를 위해서는 안전하고 동기 부여가 되며 포용적인 그룹 학습 환경을 조성하기 위해 지속적으로 노력해야 합니다. 여러분의 임무는 비판적 사고, 창의성, 학습에 대한 동기 부여, 질문하기, 다른 관점에서 사물을 보는 능력을 키우는 것입니다. 툴박스는 다양한 워크숍과 기타 액티비티를 통해 이를 지원합니다.

“퍼실리테이터로서 가장 중요한 도구는 적극적인 경청, 열린 마음, 인내심, 감수성, 신뢰성, 정직성, 투명성, 기밀성, 공감입니다.”

청소년의 니즈와 열망

교육자로서 여러분의 핵심 역할 중 하나는 함께 하는 청소년의 니즈와 열망을 지원하는 것입니다. 즉, 공감을 바탕으로 그룹과 긍정적이고 호기심이 많으며 비판적이지 않은 관계를 구축할 수 있습니다. 이는 청소년들의 현실과 문제를 더 잘 이해하는 데 도움이 됩니다.

퍼실리테이터의 역량

비정규 교육 범위의 퍼실리테이션 과정에서는 청소년과 동등한 관계로 소통해야 합니다. 이는 청소년들과 연대할 준비가 되어 있고, 그들의 의견에 진정으로 관심을 가지고 있으며, 그들의 도전을 받을 준비가 되어 있다는 것을 의미합니다. 퍼실리테이터로서 청소년들과 그들의 의견, 두려움, 우려에 대해 토론하는 과정에서 필요한 주요 도구는 적극적인 경청, 열린 마음, 인내심, 감수성, 신뢰성, 정직성, 투명성, 기밀성, 공감입니다.

그룹 프로세스가 가장 중요합니다

워크숍은 그룹 프로세스로 진행되며, 퍼실리테이터는 프로세스를 만들고, 조정하고, 순조롭게 유지하고, 무엇보다도 사람들의 참여를 유도하는 데 중요한 역할을 합니다. 퍼실리테이터는 프로세스를 조정할 뿐 그룹 활동의 내용이나 결과물에 영향을 미치지 않습니다. 퍼실리테이터는 그룹의 작업 방식과 반응에 주의를 기울이고 문제가 발생할 경우 자원 역할을 합니다.

모든 사람의 참여 독려

퍼실리테이터는 팀빌딩(team building) 기술, 그룹 프로세스, 그룹 역학에 익숙해야만 그룹이 과제를 수행하고, 의견과 아이디어를 공유하고, 대화를 나누는 데 도움을 줄 수 있습니다. 퍼실리테이터는 모든 사람의 의미 있는 참여를 독려하고, 구조를 제공하며, 올바른 질문을 하고, 갈등을 해결하도록 도와줌으로써 그룹의 잠재력을 최대한 끌어내는 조연자 역할을 합니다. 퍼실리테이터는 그룹을 고치려고 하거나, 사람들을 판단하거나 조종하거나, 대화를 지배하거나, 편을 들거나, 그룹의 제안을 거부하거나, 모든 답을 알려고 하지 않습니다.

그룹 파악하기

워크숍을 시작하기 전에 그룹을 파악하는 것이 중요합니다. 함께할 그룹을 알면 툭박스 워크숍과 액티비티를 선택하는 데 도움이 될 뿐만 아니라 참가자에게 필요한 것, 이미 알고 있거나 좋아하는 것에 대한 정보를 알 수 있으므로 세션을 더욱 흥미롭게 만들 수 있습니다. 질문지, 간단한 설문조사, 인터뷰 또는 참가자와의 대화를 통해 그룹과 니즈 평가 액티비티를 실시하는 것이 좋습니다.

해당 그룹과 함께하는 다른 전문가(교사, 청소년 활동가, 교육자)로부터 유용한 정보를 얻을 수도 있습니다.

미리 준비해야 할 또 다른 사항은 교육 공간(방, 의자, 교육 자료 등)이 있으며, 무엇보다 중요한 것은 세부적인 과정과 방법이 담긴 어젠다입니다. 툭박스에는 제안된 세부 어젠다를 그대로 실행하거나 개입의 기초와 영감으로 활용할 수 있는 다양한 워크숍 및 액티비티가 제공됩니다.

분위기를 편안하게 만들고 참여를 유도하기 위해 아이스브레이커와 에너지저 몇 가지를 추가로 준비해 두세요.

신호에 주의 기울이기

세션이 진행되는 동안 안전하고 포용적이며 참여를 독려하는 공간을 조성하세요.

주의 깊게 경청하고, 그룹의 신호에 주의를 기울이고, 잘 이해했는지 확인하고, 관련 질문을 하세요. 그룹의 필요에 따라 어젠다를 조정할 준비를 하십시오. 일부 참가자(수줍음이 많거나 내성적인 사람)는 발언할 수 있는 시간이나 격려가 더 필요할 수 있습니다. 지배적이거나 방해가 되는 일부 참가자에게는 새로운 목적 의식과 가치를 부여할 수 있는 역할(워크숍 중에 마커를 나눠주거나 보드에 글을 쓰는 등의 작은 과제)을 맡기는 것이 도움이 될 수 있습니다.

관련 자료에 따르면 교육자와 청소년 활동가의 전문성 개발에는 안전한 학습 환경, 공동 학습 창조, 성찰적 실천, 리더십 개발, 동료 및 자기 평가 등 5가지 중요한 요소가 포함됩니다. 이 다섯 가지 요소는 모두 퍼실리테이터에게 매우 중요합니다.

안전한 공간 만들기

우리는 참가자들이 자신의 의견, 필요, 경험을 적극적으로 공유할 수 있는 안전한 학습 환경도 중요하다는 것을 잘 알고 있습니다. 안전한 공간은 말할 수 있는 기회를 의미하기도 하지만, 말하지 않아도 편안한 공간을 의미하기도 합니다.

안전한 학습 환경은 평소 자신이 틀렸다고 생각하거나 소수에 속한다고 생각하여 자신의 생각을 공유하는 것을 두려워하는 참가자들에게 표현할 수 있는 공간을 제공합니다. 그룹 규칙을 만들면 안전한 학습 환경을 조성하는 데 도움이 되며, 특히 참가자가 규칙을 제안하는 것을 적극 권장합니다. 또한 "다르게 생각하는 사람이 있나요?" 또는 "다른 사람들은 어떻게 생각하나요?"와 같은 질문을 하여 다양한 의견을 나눌 수 있는 공간을 조성하는 것은 참가자들이 자신을 표현하는 데 도움이 될 수 있습니다.

퍼실리테이터의 태도

프레젠테이션 기술은 훌륭한 퍼실리테이터의 핵심 기술 중 하나입니다. 명확하고 자신감 있게 말하되, 장황한 설명으로 시간을 독점하지 마십시오. 미소 지으며 밝고 활기찬 태도를 취하세요. 모든 사람을 쳐다보십시오(눈을 쳐다보고 싶지 않다면 이마에 초점을 맞추세요). 개인적인 경험을 공유하여 그룹 참여도를 높이되, 절대로 본인에 관한 세션으로 만들지 마세요. 농담을 하는 것도 좋습니다.

요약 및 결론

세션이 끝날 때 강력한 결론으로 마무리합니다. 워크숍의 목표를 염두에 두고 그룹이 무엇을 하고, 공유하고, 이야기하고, 결론을 내렸는지 요약하세요. 워크숍 설명의 '주의사항' 섹션은 결론을 준비하는 데 유용할 수 있습니다. 참가자들이 표현한 단어와 생각을 사용하여 세션을 마무리할 수 있도록 노력합니다.

적극적인 경청은 특히 바꿔 말하기와 요약과 같은 기술에 도움이 될 수 있습니다. 또한 참가자들이 세션의 중요한 목표를 달성하지 못했더라도 주저하지 말고 목표를 명확히 언급하십시오.

세션 후 평가

평가는 여러분의 역량, 방법, 방법론을 개선하는 데 필수적입니다. 모든 세션이 끝나면 잠시 시간을 내어 혼자 또는 파트너(짝을 이루어 작업하는 경우)와 함께 무슨 일이 있었는지, 다르게 할 수 있었던 것은 무엇이었는지, 세션에서 좋았던 점은 무엇이었는지 생각해 보세요. 세션을 되돌아보는 것은 앞으로 실수를 피하고, 실습을 개선하고, 향후 단계를 명확하게 파악하고, 효과를 높이고, 새로운 아이디어를 얻고, 궁극적으로 더 나은 퍼실리테이터가 되는 데 도움이 됩니다.

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

[비공식 교육을 위한 매뉴얼](#)

[청소년 활동 포트폴리오](#)

[지역사회 기반 청소년 활동 개선](#)

“지배적이거나 방해가 되는 일부 참가자에게는 새로운 목적의식과 가치를 부여할 수 있는 역할을 맡기는 것이 도움이 될 수 있습니다.”

참여형 학습

참여형 학습은 학습자에게 초점을 맞춘 교수법이자 학습법으로, 참가자가 학습 과정의 중심에 있는 다양한 교수 및 학습 전략을 결합한 것입니다.

교육자는 교육 경험을 통해 참가자를 안내하는 퍼실리테이터 역할을 하며, 참가자가 동료와 교육자와의 상호 작용을 통해 학습할 수 있도록 안내하는 것이 주요 목표입니다.

참여형 교육은 학생 중심이기 때문에 모든 액티비티는 참가자를 참여하도록 설계되며, 특정 세션의 결과는 학생의 참여와 기여도에 따라 달라집니다.

진정한 학생 중심 참여형 교육은 교육자와 참가자의 협력을 필요로 하지만, 학습 과정의 일부로서 참가자 간의 협업도 요구합니다. 이를 통해 참가자들은 협업과 소통 능력을 키울 수 있습니다. 학생들은 독립적으로 참가할 뿐만 아니라 학습 과정의 일부로서 다른 사람들과 상호 작용하는 방법도 배웁니다.

학생 중심 학습이라는 용어는 개별 참가자와 참가자 그룹별 학습 니즈, 관심사, 희망 또는 문화적 배경을 다루기 위한 다양한 교육 프로그램과 도구, 학습 경험, 교육 방식 및 전략을 의미합니다. 이러한 목표를 달성하기 위해 교육자는 기존의 과제와 교육 전략을 수정하고 참가자를 그룹화하고 가르치는 방식을 완전히 재설계하는 등 다양한 교육 방법을 사용할 수 있습니다.

참여형 교육은 특정 조건이 충족되어야 실행할 수 있습니다. 학습의 기본은 학생의 참여이므로 참여형 수업의 경우 일반적으로 학교의 표준 수업시간(45~60분)이 짧습니다. 때로는 계획된 워크숍을 실행하기 위한 조건을 설정하기 위해 두 블록(90분)을 계획하는 것이 중요합니다. 학습 공간은 교육용 게임, 교육용 운동, 소규모 그룹 활동과 같은 특정 액티비티를 구현하기 위한 특정 요구사항을 충족해야 합니다.

학생 중심의 참여형 학습은 참가자의 니즈, 능력, 관심사, 학습 스타일에 초점을 맞추고 의사소통과 협업뿐만 아니라 리더십, 퍼실리테이션, 협상, 비판적 사고, 젠더 변혁적 교육 및 폭력 예방 프로그램과 관련된 기타 역량을 향상할 수 있는 다양한 기회를 제공합니다. 이러한 학습 방식을 참가자가 그룹 내에서 정보의 수신자뿐만 아니라 시연자, 발표자, 퍼실리테이터, 리더 등의 역할을 수행하기 때문에 학습 과정의 일부인 다양한 주제에 대한 이해 수준을 향상 시킵니다.

참여형 및 학생 중심 교육은 교육 과정에 포함될 주제에 대해 참가자와 상의해야 합니다. 이를 통해 참가자의 니즈와 관심에 맞출 수 있습니다. 또한 학습자는 자신의 삶, 니즈, 관심사와 관련된 주제를 다루고, 지식을 구축, 이해, 연결하는 데 적극적으로 참여할 때 학습 과정을 더욱 의미 있게 여깁니다. 참여형 교육은 학습 과정에 대한 학생의 참여에 초점을 맞춘 교육 개념이므로 다양한 교수 및 학습 모델을 포함하는 포괄적인 접근법일 경우가 많습니다.

참가자는 팀으로 협업하고, 동료와 팀원을 다양한 액티비티에 참여시키도록 권장합니다. 따라서 이러한 유형의 학습은 다양한 청소년들의 니즈를 충족하고 다양한 참가자 그룹이 지식과 기술을 배우고 습득할 수 있는 동등한 기회를 제공할 수 있는 잠재력을 가지고 있습니다.

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

[교육 개혁 용어집](#)

[학생 중심 학습](#)

캠페인 및 동원

동원(Mobilization)과 캠페인은 여러분과 참가자들이 수행한 내용을 다른 사람들에게 보여주고, 중요하다고 생각하는 주제에 대한 인식을 높이는 활동입니다. 연구에 따르면 그룹 교육 세션만으로도 태도와 행동의 변화를 촉진할 수 있지만, 청소년이 주도하는 캠페인, 행동주의, 기타 커뮤니티 활동이 보완되는 경우 그 효과는 더 커질 수 있습니다.

역사적으로 우리는 청소년과 사회 활동가들이 청소년 간의 싸움부터 경찰과의 지역적 긴장, 심지어 인종 폭력에 대한 긴장 관리에 이르기까지 사회적 불안과 폭력 발생을 관리, 중재, 통제하기 위해 개입하는 것을 보아왔습니다. 따라서 청소년이 사회를 조직하고 참여한다는 결론을 내릴 수 있습니다.

이 파트에서는 캠페인을 개발하는 단계와 참가자들이 적극적인 변화의 주체로 전환하도록 격려하고 지원하는 방법에 대한 제안을 확인할 수 있습니다.

청소년이 주도하는 캠페인은 모든 개발 단계에 청소년이 참여합니다. 이를 통해 청소년들은 주인의식과 소속감을 키울 수 있고, 자신이 성찰한 변화를 옹호할 수 있습니다.

1. 니즈 파악하기

참가자들이 세상에서 보고 싶은 변화를 정의하도록 돕습니다. 캠페인 목표에 따라 남성과 소년의 태도, 해결해야 할 문제와 관련된 지식, 행동, 관행에 대한 정보를 수집합니다.

2. 캠페인 타깃 프로필 정의하기

타깃은 영향을 주고자 하는 사람을 말합니다. 타깃을 정의하려면 타깃 그룹에서 '전형적인' 타깃의 프로필을 개발하고 사회 인구 통계, 태도(젠더 역할), 관심사, 취미(시간을 어떻게 보내는지) 등 다양한 특성을 고려해야 합니다. 타깃을 정의하면 타깃 그룹에게 매력적이고 적절한 가장 효과적인 방법으로 메시지를 전달하는 데 도움이 될 수 있습니다.

3. 캠페인 메시지 정의하기

시간을 들여 창의적인 기본 메시지를 작성하세요. 작성하는 메시지는 사람들이 캠페인에 대해 알고 기억하기를 바라는 핵심 아이디어가 될 것입니다. 메시지는 전달하고자 하는 대상에 맞게 조정되어야 합니다. 캠페인이 어떤 사안에 반대하는 것이라도 메시지는 긍정적인 해결책을 제시해야 합니다. 메시지가 창의적이고 타깃 그룹에 맞게 잘 조정되어 있다면 더 많은 사람들이 기억할 것입니다. 메시지에 대중문화를 참조하면 사람들의 관심을 끌고 공유될 수 있으므로 도움이 될 수 있습니다.

4. 핵심 플레이어 정의하기

캠페인의 핵심 플레이어는 원하는 것을 얻을 수 있도록 도와줄 수 있는 사람들입니다. 여기에는 개선하고자 하는 태도와 행동을 형성하는 다양한 영향과 정보의 출처를 파악하고 이해하는 것이 포함됩니다. 이러한 사람들은 문제의 직접적인 영향을 받는 사람일 수도 있고 또래, 가족, 기관(학교, 사회 서비스, 보건 기관), 미디어와 같은 동맹자와 지지자일 수도 있습니다.

5. 미디어 및 소셜 채널

소셜 미디어에 캠페인을 게시하세요.

소셜 미디어는 메시지와 스토리를 공유하고, 지지를 얻고, 타깃 청중의 관심을 끌기 위해 사용할 수 있는 도구입니다. 소셜 미디어를 통해 비교적 쉽게 많은 사람들에게 다가갈 수 있습니다. 요즘 시대에는 청소년을 대상으로 하는 프로젝트에 소셜 미디어를 커뮤니케이션 전략의 일부로 포함시키는 것은 당연한 일이 되었습니다. 가능하다면 인스타그램, 틱톡, 페이스북, 유튜브 등 다양한 소셜 미디어 플랫폼을 사용할 수 있습니다. 그렇지 않다면 타깃이 가장 많이 사용하는 두 가지 옵션을 선택할 수 있습니다. 여러 소셜 미디어 플랫폼에 정기적으로 게시하지 않는 것보다 한 두 개의 소셜 미디어 플랫폼에서 일관성을 유지하는 것이 더 좋습니다.

흥미로운 자료

다음 자료는 온라인에서 찾을 수 있으며 추가 학습에 도움이 될 수 있습니다.

자신의 세계를 만들어가는 젊은이들

청소년 활동가를 위한 툴킷

성평등 구현을 위한 청소년 참여

소셜 미디어와 예술 활용하기

Chapter 7

워크숍 및 액티비티

스타터

온도계

'그룹의 온도 측정'을 위한 액티비티. 워크숍을 시작할 때 참가자들이 특정 주제에 대해 어떻게 느끼는지 조사하거나 평가하는 데 사용할 수 있습니다.

태그

스타터

10분

10세 이상

6-25 명

학습 목표

-

준비물

- 화이트보드(또는 플립차트)
- 마커
- 포스트잇
- 테이프

준비사항

한가지 주제에 대해 질문이나 문장을 준비합니다.

방법

1. 보드에 온도계를 그리거나 바닥에 테이프로 온도계를 만듭니다. 테이프로 붙인 온도계는 방 전체로 뻗어 있어야 합니다.
2. 참가자에게 특정 질문이나 문장과 관련된 온도계의 특정 위치에 서도록 요청합니다. 보드를 사용하는 경우, 온도계 위에 포스트잇을 붙이게 하거나, 방 전체에 테이프로 붙인 온도계를 사용하는 경우, 주어진 질문이나 문장과 관련된 느낌에 해당하는 지점에 직접 서도록 합니다.
3. 참가자에게 온도계에 붙인 포스트잇 또는 참가자가 서있는 위치에 대해 설명하도록 요청합니다. 가능한 한 많은 관점을 모아봅니다.

주의사항

-

결론

-

매칭 워크숍

-

꽃이 피는 나무

이 액티비티는 스타터로 좋으며 참가자들의 희망과 두려움을 파악하여 안전하고 참여할 수 있는 공간을 만드는 데 도움이 됩니다.

태그

스타터

15분

10세 이상

6-25명

학습 목표

-

준비물

- 포스트잇(4가지 색상)
- 참가자 한 명당 펜 한 개
- 플립차트

준비사항

플립차트를 벽에 붙이고 그 위에 뿌리, 몸통, 잎이 달린 나뭇가지, 매달린 열매가 있는 나무를 그립니다.

방법

1. 모든 참가자에게 네 가지 색의 포스트잇을 충분히 줍니다.
2. 참가자들은 함께 플립차트에 꽃이 만발한 나무를 만들어야 합니다. 이 나무는 네 부분으로 구성됩니다. 각 부분마다 다른 색의 포스트잇을 사용합니다.
 - 잎: 이 워크숍에서 무엇을 배우고 싶은가.
 - 열매: 어떤 경험을 가지고 돌아가고 싶은가.
 - 몸통(행동 강령): 성공적인 워크숍을 위해 우리가 함께 만든 규칙은 무엇인가?
 - 뿌리(모두의 의견): 이번 워크숍에서 개인적으로 무엇을 얻어가고 싶은가.
3. 참가자들에게 자신이 기여하고 싶은 것을 (포스트잇 당 한 가지씩) 적어 나무의 여러 부분에 붙이게 합니다. 5분의 시간을 줍니다.
4. 그런 다음 그룹이 적어 나무에 붙인 내용에 대해 토론합니다. 워크숍을 계속하기 전에 행동 강령(몸통)에 대해 토론합니다.
5. 워크숍을 성공적으로 진행하기 위해 그룹이 지켜야 할 중요한 매너를 적습니다.

주의사항

누구나 익명으로 참여할 수 있으며, 토론하는 동안 누가 무엇을 기여했는지가 중요합니다. 참가자가 직접 포스트잇의 내용에 대해 말하거나 질문할 수도 있습니다.

결론

나무를 사용하여 워크숍에 대한 참가자들의 희망과 두려움에 대해 토론합니다. 그런 다음, 그룹과 함께 행동 강령(몸통)을 살펴보고 무엇이 필요한지 토론합니다. 이 나무는 그룹의 출발점에 대한 통찰력을 제공하고 워크숍 주제를 소개하는 데에도 사용할 수 있습니다.

뿌리는 우리가 구축하는 토대입니다. 사회적 문제와 과제에 대한 해결책을 찾으려면 그 문제의 핵심을 다루고 우리 자신의 경험과 관점이라는 뿌리에서 시작해야 합니다. 그렇지 않으면 증상 억제에 머물게 됩니다.

변형

이 과제를 시작하기 전에, 워밍업으로 그림 그리기를 할 수 있습니다. 다음과 같이 말하세요. "1분 안에 여러분이 생각하는 이상적인 나무를 포스트잇에 그려보세요". 그런 다음 참가자들에게 누가 나무의 뿌리를 그렸냐고 물어보세요. 그리고 뿌리는 눈에 보이지 않지만, 사실 나무에서 가장 중요한 부분이라고 설명해 주십시오

매칭 워크숍

-

핫토픽 스피드데이트

참가자들에게 한 가지 주제를 주고 서로의 관점을 확인하게 하는 간단한 스피드데이트입니다.

태그

스타터

20분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

-

준비물

- 의자
- 종이

준비사항

의자를 서로 마주보게 두 줄로 배치하고 참가자와 토론하고 싶은 다양한 주제를 종이에 적습니다.

방법

1. 퍼실리테이터는 의자를 서로 마주보게 두 줄로 세우고, 한 쌍이 한 가지 주제를 가질 수 있도록 충분한 토론 주제(접힌 메모지에 적음)를 준비합니다.

2. 각 쌍에 주제가 적힌 접힌 메모지를 제공합니다.

3. 각 쌍이 노트를 받으면 시간이 시작되고 주제에 대해 알고 있는 내용, 생각한 내용 및/또는 연상되는 내용 등 주제에 대한 대화를 시작합니다.

4. 퍼실리테이터가 시간을 쪼입니다(주제당 2분). 2분이 지나면 한 줄은 의자 하나를 옮기고 다른 줄은 그대로 서 있습니다.

5. 한 줄이 의자를 이동할 때마다 모든 사람이 새로운 주제가 적힌 새 종이를 받도록 합니다.

6. 움직이는 줄의 모든 참가자가 멈춰 있는 줄의 모든 참가자와 이야기를 나눌 때까지 이 과정을 반복합니다.

결론

참가자들에게 대화에서 무엇이 인상적이었는지, 어떤 관점이 특별하고 자신과 다른지 물어봅니다.

매칭워크숍

-

일기 예보

그룹의 분위기를 파악하기 위한 짧고 창의적인 스타터입니다.

태그

스타터

15분

8세 이상

6-25 명

학습 목표

-

준비물

- 펜, 마커 및/또는 연필
- 도화지

준비사항

펜, 마커 및/또는 연필과 도화지를 준비합니다.

방법

1. 각 참가자에게 도화지와 펜, 마커 및/또는 연필이 있는지 확인합니다.
2. 참가자들에게 "오늘 기분이 어떠세요?"라고 물어보고 자신의 기분에 대해 일기예보를 그리게 합니다. 시작하기 전에 다음과 같은 가능한 답변의 몇 가지 예를 제시합니다. 25도의 쾌적한 날씨, 화창한 날씨, 천둥 번개가 치지만 금방 지나감, 또는 폭우가 쏟아짐. 10분 동안 일기예보를 그릴 시간을 줍니다.
3. 시간이 다 되면 참가자들은 서로에게 일기예보를 발표합니다. 참가자들은 텔레비전 일기예보 스타일로 발표할 수 있습니다.

주의사항

누군가의 기분이 좋지 않은 경우, 그 사람이 왜 기분이 좋지 않은지(물론 존중, 공감해주면서), 기분을 좋게 하기 위해 워크숍에서 무엇을 할 수 있는지 논의할 수 있습니다.

결론

이 액티비티는 모든 종류의 감정이 허용된다는 스몰토크로 끝낼 수 있습니다.

변형

온라인에서는 줌이나 팀즈를 통해 패들렛(Padlet, 그림 그리기 소프트웨어)을 사용하거나, 참가자에게 컴퓨터 뒤에서 일기예보를 그려서 발표하도록 요청하여 이 스타터를 이용할 수 있습니다.

매칭워크숍

-

더 비지트

간단한 온라인 게임을 통해 게임, 폭력, 공감에 대한 토론을 시작하기 위한 스타터로 사용할 수 있는 액티비티입니다.

태그

스타터

20분

10세 이상

6-25명

학습 목표

-

준비물

- 노트북
- 인터넷 연결

준비사항

'더 비지트(The Visit)' 게임을 미리 확인하고 웹 브라우저에서 링크를 엽니다.
파이어폭스와 크롬이 이 온라인 게임에 가장 적합합니다.

방법

1. 참가자들에게 온라인 비디오 게임을 할 것이라고 설명합니다. 다음 중 선택합니다.
 - o 참가자들에게 소그룹으로 몇 라운드를 플레이하게 한 다음, 게임에서 무엇을 경험했는지 토론하게 합니다.
 - o 화면을 공유하고 먼저 자신이 몇 라운드를 플레이하는 동안 참가자들이 보고 반응할 수 있게 합니다.
2. 게임이 끝난 후, 참가자들이 생각해볼 수 있는 질문도 할 수 있습니다.
 - o 이 게임이 다른 게임과 다른 점은 무엇인가요? 다른 게임에서는 폭력, 파괴, 살인을 어떻게 다루나요?
 - o 비디오 게임에서 폭력을 사용하는 것에 대해 어떻게 생각하나요? '더 비지트'에서 계를 죽인 후의 결과에 대해 어떻게 생각하나요?
 - o 게임(및 기타 미디어)에서 폭력이 해결책으로 자주 제시되는 이유는 무엇인가요? 플레이어가 상대방은 물론 관련 없는 제3자를 죽일 때 왜 보통 기분이 나빠지지 않을까요?

주의사항

브라우저 기반 게임인 '더 비지트'는 일반 게임과는 다르게 작동합니다. 많은 게임에서 살인과 파괴는 보상을 받지만, 이 게임에서는 플레이어가 이에 대한 처벌을 받습니다. 이 액티비티는 모든 종류의 감정이 허용된다는 스몰토크로 끝낼 수 있습니다.

결론

폭력이 종종 미화되고 '정상'인 것처럼 여겨지고 있다고 설명하세요. 비디오 게임은 무해해 보일 수 있지만 문화에 영향을 미칩니다.

매칭워크숍

-

에너지이저

동물 모으기

참가자들을 활기차게 만들고 소그룹으로 나누는 간단하고 재미있는 방법입니다.

태그

에너지이저

15분

8세 이상

10-25 명

학습 목표

-

준비물

- 종이 조각
- 펜 또는 마커
- 종이를 넣을 곳(모자, 상자, 그릇 등)

준비사항

여러 동물의 이름이 적힌 종이를 여러 번 인쇄합니다(부록 A 참조). 각 참가자는 종이 조각 하나를 받습니다.

방법

1. 몇 개의 그룹을 만들 것인지와 그룹 크기를 결정합니다(예: 그룹당 5명). 만들고자 하는 그룹의 크기만큼 같은 동물이 그려진 종이 조각이 있는지 확인합니다.
2. 종이 조각을 접어서 상자에 넣고 섞습니다.
3. 그룹을 돌아다니며 참가자들에게 종이 조각을 뽑은 뒤 다른 사람에게 보여주지 않고 그 위에 적힌 내용을 읽으라고 합니다.
4. 그런 다음 참가자들은 각자 가진 동물이 할 법한 몸짓이나 소리를 내며 그룹을 구성해야 합니다.

주의사항

-

결론

-

변형

참가자들이 눈을 감은 채로 동물 소리를 내고 귀로 그룹을 찾아 서로를 찾게 합니다.

매칭워크숍

동물 의회

분자

그룹에 활력을 불어넣고 학생들을 소그룹으로 나누는 간단하고 빠른 방법입니다.

태그

에너지아저

10분

8세 이상

10-25 명

학습 목표

-

준비물

-

준비사항

-

방법

1. 넓은 개방된 공간에서 시작합니다. 참가자들에게 방 안을 자유롭게 돌아다니라고 합니다. 그런 다음 숫자를 외칩니다(예: '4'). 그러면 참가자들은 4개(원자)로 이루어진 그룹을 형성하여 분자를 만들어야 합니다.

2. 분자를 완성한 참가자들은 서로 포옹할 수 있습니다.

3. 분자를 만들지 못한 참가자는 탈락하고 다음 라운드를 기다립니다.

4. 두 개의 숫자를 불러서 더 어렵게 만듭니다. 첫 번째 숫자는 분자의 참가자 수를 나타내고, 두 번째 숫자는 바닥에 있는 다리 수를 나타냅니다(예: '4와 4'). 그러면 각 분자에는 바닥에 다리가 4개만 서 있을 수 있습니다.

5. 원하는 만큼 어렵게 만듭니다.

주의사항

-

결론

-

매칭워크숍

-

팀

이 짧은 에너지이저를 통해 참가자들은 상상력을 발휘하여 협업하고 공감합니다. 이 에너지이저는 스포츠와 감정을 연결합니다.

태그

에너지이저

15분

8세 이상

6-25 명

학습 목표

-

준비물

-

준비사항

-

방법

1. 참가자들은 원을 그리며 서 있고, 참가자 수에 따라 1부터...까지의 번호가 할당됩니다.
2. 퍼실리테이터는 다음과 같이 설명합니다: 여러분이 스포츠 팀이고 중요한 경기에서 방금 승리했다고 상상해 보세요. 지금 제가 부르는 번호들은 방 중앙으로 와서 함께 환호하세요!
3. 그 후, 워크숍 퍼실리테이터는 승리에 대해 함께 환호할 수 있는 다른 숫자를 계속 부릅니다(약 30초간). 모든 번호가 적어도 한 번은 환호할 수 있도록 하는 것이 중요합니다.
4. 그런 다음 인터뷰로 전환할 수 있습니다. 다음은 질문 예시입니다.
 - 이 액티비티는 어땠나요?
 - 어떻게 환호했나요? 모두가 같은 방식으로 환호했나요?
 - 어떤 방식으로 감정을 표현하나요? 공개적으로 표현할 때와 사적으로 표현할 때 감정에 차이가 있나요?

주의사항

이 액티비티는 워밍업이나 에너지이저 용도로 사용할 수 있습니다. 이 액티비티는 스포츠에서 젠더에 관한 워크숍의 도입부로도 사용할 수 있습니다. 즉흥적인 움직임이 많으므로 충분한 공간이 있어야 합니다.

결론

-

매칭워크숍

-

...하는 사람

‘의자 댄스’는 참가자들이 자신에 대한 정보를 공유한 후 의자를 차지하려는 게임입니다. 누가 의자를 차지할까요?

태그

에너지이저

10분

8세 이상

6-25 명

학습 목표

• 참가자는 사람들 간의 유사점, 차이점, 다양성에 대한 통찰력을 얻을 수 있습니다.

준비물

• 각 참가자를 위한 의자

준비사항

의자를 원형으로 배치합니다.

방법

1. 모든 사람이 원 안의 의자에 앉고 장애물(코트, 가방 등 물건)이 없는지 확인합니다.

2. ‘...하는 사람’이라는 활동적인 게임을 할 것이며, 일종의 뮤지컬 체어 2.0이라고 설명합니다.

3. 이제 원에서 누군가의 의자를 제거하여 의자 하나가 없는 채 그 사람이 원 안으로 들어가게 합니다(여러분이 직접 시작할 수도 있습니다).

4. 가운데에 있는 사람은 ‘...하는 사람’이라는 표현을 사용해 그 안에 있는 다른 여러 사람에게도 적용될 수 있다고 생각되는 자신에 대한 개인적인 이야기로 문장을 완성합니다. 예를 들면, 자신이 입는 옷, 취미, 가족, 좋아하는 음식이나 색깔, 경험 등을 이야기할 수 있습니다.

주의사항

결론

5. 원 안에 서 있는 사람이 무언가를 공유하는 순간(예: 피자를 좋아하는 사람), 그에 해당되는 사람들은 새로운 의자를 찾아야 합니다.

변형

매칭워크숍

6. 가운데에 있는 사람은 의자를 가져와서 새로운 사람이 가운데에 앉을 수 있도록 해야 합니다.

7. 이 과정을 여러 번 반복합니다. 퍼실리테이터는 모든 사람의 차례를 주시하고, 게임을 시작할 때 가운데에 서서 좋은 예를 보여줍니다. 가능하다면 각 라운드에서 조금 더 깊이 들어가면서 워크숍의 내용을 심화할 수 있습니다.

주의사항

게임 규칙: 반드시 자기 자신에 대한 내용이어야 합니다. 의자를 움직이거나 옆 의자에 앉을 수 없으며, 밀거나 당기는 행위는 허용되지 않습니다. 이러한 행동을 하는 사람이 있다면 그 사람이 이제 원 안에 들어갈 차례입니다.

모든 사람이 공정하게 게임을 하도록 진행하세요. 자신에 관한 것만 말해야 하고, 자기 옆에 있는 의자로 이동하면 안 됩니다.

기세를 유지하세요.

처음에는 게임이 대부분 피상적인 수준에 머물러 있는 것을 보게 될 것입니다. 대부분 그룹에서 참가자들은 외적인 특징을 강조합니다. 원 안에 있을 때 개인적인 것을 추가하여 게임에 깊이를 더하세요. 단계적으로 진행하세요!

결론

게임이 끝나면 그룹에게 “이 게임을 하면서 무엇을 발견했나요?”라고 묻고 여러 사람의 답을 들어봅니다. 대부분의 사람들은 게임이 피상적인 수준에 머물렀다고 판단할 것입니다. 다음과 같은 질문을 계속할 수 있습니다. “예를 들 수 있나요? 왜 이런 일이 일어났다고 생각하나요?”

본 것을 요약하세요. 참가자 간의 차이점도 발견했지만, 유사점도 (더 많이) 발견했다고 덧붙입니다. 모든 데이터를 바탕으로 운동화나 청바지를 입는 사람, 스포츠를 하는 사람, 스파게티를 좋아하는 사람, 괴롭힘을 당한 사람 등 '카테고리'를 만들 수 있습니다.

매칭워크숍

-

풍선 보호하기

이 에너지이저에서 참가자들은 함께 협력하고 서로를 돌봄으로써 풍선을 보호할 것인가, 아니면 자신의 이익을 위해 행동할 것인가 하는 실험에 참여하게 됩니다.

태그

에너지이저

10분

8세 이상

10-25 명

학습 목표

-

준비물

• 풍선

준비사항

모두에게 바람을 넣은 풍선이 주어집니다.

방법

1. 퍼실리테이터가 (바람을 넣은) 풍선을 나눠줍니다.
2. 모든 사람이 풍선을 받으면 다음과 같이 계속합니다.
"이 풍선은 당신의 소중한 것입니다. 상대방의 자산을 보호하고 여러분의 풍선이 터지지 않도록 잘 지켜주세요"라고 말합니다.
3. 풍선으로 무엇을 할지 결정할 수 있도록 10분의 시간을 줍니다.
4. 어떤 일이 일어나는지 관찰하세요. 참가자들이 과제가 무엇인지, 그룹으로 무엇을 할 것인지에 대해 이야기하고 있나요? 아니면 즉각적인 행동을 취하고 서로의 풍선을 터트리려 하나요?
5. 그룹과 다음에 관해 토론합니다.
 - 무슨 일이 일어났다고 생각하는가?
 - 여러분의 전술은 무엇이었나?
 - 협력이 있었는가?
6. 그룹이 다른 사람의 풍선을 터트리는 데 집중했다면, 참가자들과 함께 다음에 관해 토론합니다.
 - 참가자들이 풍선을 위해 만든 '안전한 공간'을 왜 존중하지 않았는가?
 - 왜 폭력을 사용하기로 선택했는가?

주의사항

대부분의 그룹에서는 모두가 다른 사람의 풍선을 터뜨리기 위해 쫓아가면서 동시에 자신의 풍선을 구하거나 보호하려고 합니다.

결론

결론은 사회에 잘못된 인식이 있다는 것입니다.

소중한 것을 지키기 위해 다른 사람에게 폭력을 사용해야 한다는 뜻은 아닙니다. 서로의 풍선을 터뜨리는 것이 과제가 아니었습니다.

풍선을 온전하게 지키고 보호하는 것이 과제였습니다. 아무도 자신의 풍선을 지키거나 보호하기 위해 폭력을 사용해야 한다고 말하지 않았습니다.

변형

두 세 개의 (소규모) 그룹을 만듭니다. 이 그룹은 사회에서 하나의 커뮤니티를 형성하고 대표합니다. 각 커뮤니티에 풍선을 하나씩 주고 풍선을 지켜야 하는 임무를 부여합니다. 커뮤니티는 서로의 풍선을 파괴할까요?

매칭워크숍

폭력이란 무엇인가?

폭력의 스펙트럼

끈적이는 손

어떻게 하면 더 나은 균형을 이룰 수 있을까요? 힘과 전술 중 어느 쪽을 택할까요? 이 액티비티를 사용하여 조용한 그룹이 움직이도록 하거나 활발한 그룹이 에너지를 사용하도록 하세요.

태그

에너지아저

15분

8세 이상

6-25 명

학습 목표

-

준비물

-

준비사항

참가자들이 짝을 이룰 수 있는 충분한 공간.

방법

1. 참가자는 가급적 키와 몸무게가 비슷한 사람과 짝을 이루어야 합니다.
2. 참가자 A와 B는 서로 마주보고 손바닥을 맞대고 세계 밀어서 상대방이 균형을 잃게 하려 합니다.
누군가 발을 움직이면 그 사람은 균형을 잃은 것으로 간주합니다.
3. "시작할 준비가 되셨나요? 시작하세요!", "여러분의 의견을 들어봅시다!" 등의 말로 참가자들을 유도합니다. 참가자들은 아마도 가능한 한 세계 밀기 위해 최선을 다할 것입니다.
4. 1분 후 잠시 멈추고 열정적으로 밀던 누군가에게 앞으로 나와 달라고 요청합니다.
5. 그 사람의 노력에 대해 칭찬한 뒤 도전하라고 말합니다. "이제 당신은 나와 경쟁해야 합니다. 내가 균형을 잃게 하진 못할 거예요. 시작!"
6. 참가자가 최대한 힘을 주면 재빨리 손을 떼어 균형을 잃게 합니다(상대방이 넘어지지 않도록 주의하세요). "내가 1-0으로 또 이겼네요." 필요한 경우 상대방이 트릭을 이해할 때까지 몇 번 반복합니다.
7. 몇 분 후 멈추고 마무리 토론을 시작합니다. 대화는 짧게 해도 됩니다. 예를 들어, 다음과 같은 질문을 하세요. 이 액티비티가 어땠나요? 어떤 전술이 효과적이었나요? 무엇을 배웠나요?

주의사항

활기찬 액티비티이므로 긍정적이고 경쟁적인 분위기를 조성하고 유지하도록 노력하세요.

결론

참가자들이 가장 좋았다고 생각하는 전술에 대해 토론합니다. 항상 반응하거나 밀어붙일 필요는 없다고 설명하세요. 자신에 집중한 채 (오로지 물리적 힘만을 사용할 때 발생하는) 균형을 잃지 않고 문제를 해결하는 것은 실제로 매우 강력한 힘을 발휘합니다. 필요하다면 이를 일상 생활과 연결시켜 보세요. 자신에 집중하면 균형이 깨지지 않습니다. 다른 사람 때문에 바빠서 또는 모든 일에 반응하거나 행동하는 순간, 자신에게 쏟을 수 있는 많은 에너지를 다른 일에 소비하게 됩니다.

변형

-

매칭워크숍

-

두 가지 진실, 하나의 거짓

이 에너지자이저를 통해 참가자들은 누군가에 대한 진실과 거짓을 알아내는 동시에 자신이 편견을 갖지 않도록 노력하게 됩니다.

태그

에너지자이저

10분

10세 이상

6~25 명

학습 목표

-

준비물

- 모든 사람을 위한 포스트잇 또는 종이
- 펜

준비사항

모든 참가자는 펜과 메모지를 갖고 있어야 하며, 걸어 다닐 수 있는 충분한 공간이 있어야 합니다.

방법

1. 각자 메모지에 1~3번을 적고 자신에 대한 개인적인 것 3가지를 적도록 합니다. 세 가지 중 하나는 다른 사람들이 발견할 거짓말이어야 합니다(진실과 거짓이 무엇인지 말하지 않음).
2. 모든 사람이 메모를 마치면 방을 돌아다니며 서로의 메모를 읽고 어떤 말이 거짓말인지 알아내려고 노력합니다. 자신의 메모 뒷면에 그 사람의 이름과 거짓말인 문장의 번호를 적습니다(예시: [이름] + [번호]).
3. 주어진 시간 내에 각 참가자의 거짓말을 모두 찾아내는 것이 목표입니다. 정해진 시간이 다 되면 참가자들은 자신의 거짓말을 공유하고 퍼실리테이터는 누가 가장 많은 정답(거짓말)을 맞췄는지 묻습니다.
4. 그 후에 그룹과 함께 이 액티비티를 통해 어떤 경험을 했는지 그룹별로 다음과 같이 토론합니다. 다른 사람의 진실 및/또는 거짓을 추측하는 것이 쉬웠나요? 무엇이 어렵거나 쉬웠나요? 그 사람에 대해 이미 알고 있는 정보를 바탕으로 선택했나요, 아니면 그 사람에 대한 첫인상을 바탕으로 선택했나요?

주의사항

이 에너지이저는 성별, 편견, 고정관념을 다루는 액티비티 전후에 안전한 공간을 만들기 위해 사용할 수 있습니다.

어떤 진실과 거짓을 공유할지는 모두가 스스로 결정합니다. 공유된 내용은 교실 내에서만 유지됩니다.

결론

결론은 우리는 종종 누군가의 외모에 근거한 편견을 가지고 있다는 것입니다. 이러한 편견을 바탕으로 우리는 그 사람에 대한 의견을 형성하고 그에 따라 (무의식적으로) 행동합니다.

'편견'이란 특정 집단에 속한다는 사실에 근거하여 특정인에 대해 갖는 편향된 판단, 의견 또는 태도를 말합니다. 이는 차별을 지지 또는 유발하거나, 정당화하는 일련의 태도입니다.

편견은 사람의 분류하는 경향과 관련이 있습니다.

변형

시간을 절약하려면 그룹에서 몇 명의 자원자를 선정하고, 이들이 자신에 대한 진실과 거짓말을 제시하면 다른 사람들이 거짓말이 무엇인지 추측할 수 있습니다.

온라인 사용: 이 액티비티는 퀴즈를 만들어서 온라인에서 수행할 수도 있습니다. 이 경우 참가자들의 의견을 미리 수집해야 합니다.

다른 가능한 변형: 모든 사람이 퍼실리테이터에게 진실 및/또는 거짓말을 제시하면, 퍼실리테이터가 이를 돌아가며 소리내어 읽고, 그룹이 각 진실과 거짓말이 누구의 것인지 맞춥니다.

매칭워크숍

-

특권 종이 던지기

참가자들은 유리한(또는 불리한) 위치에서 종이를 쓰레기통에 던져 넣으라는 지시를 받고 특권을 갖는다는 것이 어떤 의미인지 경험합니다.

태그

에너지아저

10분

8세 이상

6-25 명

학습 목표

• 참가자는 유리한 또는 불리한 위치에서 '동일한' 기회를 갖는다는 것이 어떤 것인지 경험합니다.

준비물

- 의자
- 재활용 쓰레기통
- 종이(참가자당 3장)

준비사항

의자로 원을 만들고 공간의 한 편에 휴지통을 놓습니다.

방법

1. 참가자들에게 원 안의 의자에 앉으라고 요청하고 각 참가자에게 종이 한 장을 줍니다. 이것이 게임이라고 설명합니다. 교실 앞쪽에 쓰레기통을 놓습니다. 이기기 위해서 참가자들은 의자에서 쓰레기통에 종이를 던져야 합니다.

2. 뒤쪽에 있는 참가자는 게임이 불공평하다고 불평할 수 있지만, 앞쪽에 있는 참가자는 목표를 달성하는 데에만 집중할 것입니다.

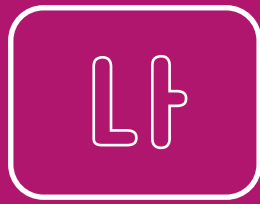
3. 참가자들과 다음에 대해 토론합니다. 참가자들은 어떤 기분이 들었나요? 게임이 모두에게 공평하다고 생각했나요? 애초에 쓰레기통이 어디에 있었어야 했을까요? 모든 사람에게 '동등한 기회'를 주는 것이 항상 공정한 것은 아니라는 점을 강조하세요. 엄밀히 말하면, 모든 참가자는 자신의 위치에서 종이 뭉치로 득점할 수 있는 동일한 기회를 얻지만, 이 기회가 모두 동등한 것은 아닙니다.

주의사항

일부 참가자는 게임이 불공평하다고 시끄럽게 말할 것입니다. 휴지통을 여러 번 다른 장소에 놓아봅니다.

결론

이 액티비티는 특권에 관한 것이라고 설명합니다. 특권이란 일부 사람들이 갖는 노력없이 얻은 혜택의 집합이라고 설명합니다. 어떤 사람들에게는 다른 사람들보다 '쓰레기통'에 닿기가 어렵습니다. 또한 (잘) 던지지 못하는 사람들도 있습니다.



나는 ...라고 느낀다

참가자는 유쾌한 감정과 불쾌한 감정을 인식하고 구별하는 법과 감정과 행동의 차이를 배웁니다.

태그

나

젠더

건강

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 젠더 규범이 감정 표현에 미치는 부정적인 영향의 예를 제시하고 특정 상황에서 적절하게 감정을 표현하는 방법을 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 자신의 감정과 다른 사람의 감정이 다르게 표현될 수 있음을 인지합니다.
- 참가자는 또래의 다양한 감정(예: 분노, 두려움, 기쁨 등)을 인식하고 갈등을 피하기 위해 의사소통을 조정합니다.

준비물

- 종이
- 펜
- 골판지
- 포스트잇
- 테이프

방법

1. 참가자들에게 어떤 감정을 알고 있는지 물어봅니다. 목표는 다양한 기본 감정(두려움, 분노, 슬픔, 행복, 사랑)을 기억하는 것입니다. 참가자들이 언급한 감정을 보드에 적습니다.
2. 방 양쪽에 두 장의 종이를 놓고, 한 장은 '매우 어려움', 다른 한 장은 '매우 쉬움'이라고 적습니다.
3. 참가자들에게 일어서게 한 다음, 방에서 어떤 감정을 표현하는 것이 얼마나 쉬운지 또는 어려운지 물어봅니다. 예를 들어, 분노를 표현하는 것이 얼마나 어려운가요? 기쁨을 표현하는 것은 얼마나 어려운가요?
4. 각 감정에 대해 참가자들과 다음과 같이 토론합니다. 왜 그렇게 행동했나요? 그것에 대해 어떻게 생각하세요? 다른 사람의 위치에 놀랐나요? 왜 그랬나요? 왜 안 그랬나요?

5. 보드에 T분포표를 그리고 "괜찮음"과 "괜찮지 않음"을 쓰고 "느껴도 괜찮은 감정이 있나요?"라고 질문합니다.

"왜 그럴까요?"라고 물은 뒤 참가자들의 답을 표의 오른쪽 옆에 적습니다.

6. 표의 모든 감정을 적고 나면 참가자들에게 각 열의 감정의 공통점이 무엇이라고 생각하는지 물어봅니다. 참가자들이 '괜찮음' 열에 있는 감정은 유쾌한 감정이고, '괜찮지 않음' 열에 있는 감정은 불쾌한 감정이라는 것을 깨닫게 하는 것이 목표입니다. 이 결론에 도달하면 각 열 옆에 "유쾌함"과 "불쾌함"을 적습니다. T분포표에서 "괜찮음"과 "괜찮지 않음"을 지우고 가운데에 "괜찮음"을 씁니다. 느낄 수 있는 모든 감정은 괜찮은 것이며 '좋은' 감정과 '나쁜' 감정은 없다는 점을 강조하세요.

7. 다음과 같이 토론을 계속합니다. 여러분은 불쾌한 감정을 경험할 때 어떻게 하나요? 우리의 감정과 행동 사이에 차이가 있나요? 참가자들의 이전 답변을 사용하여 다르게 행동할 수 있는지 물어봅니다. 우리가 감정을 표현하는 방식은 우리와 다른 사람들에게 어떤 영향을 미치나요? 남자와 여자는 감정을 다르게 표현하나요? 어떻게 다른가요? 필요한 경우 참가자의 이전 답변을 예를 들어 보여줍니다. 우리는 감정을 표현하는 방법을 배웠다고 생각하나요? 누가 가르쳐줬나요? 언제?

8. 액티비티를 완료하고 결론을 도출합니다.

결론

모든 감정은 느껴도 괜찮습니다. 좋은(긍정적) 감정과 나쁜(부정적) 감정은 없으며, 유쾌하고 불쾌한 감정만 있습니다. 감정은 행동이 아니며, 감정과 감정의 구체적인 표현(행동)에는 차이가 있습니다.

즉, 우리가 느끼는 감정은 특정한 방식으로 행동하지 않는 이상 다른 사람에게 직접적인 영향을 미치지 않습니다. 우리는 우리가 느끼는 대로 느낄 권리가 있지만, 자신이나 타인에게 파괴적이거나 위험한 행동을 해서는 안 됩니다.

매칭워크숍

신체 여정

사랑과 자기돌봄

참가자들은 신체적, 정신적 건강을 위해 자신을 돌보는 것이 행복하고 만족스러운 삶을 위한 필수 조건이라는 것을 배웁니다.

태그

나

폭력

돌봄

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 자기 파괴적인 행동의 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 자신의 감정 표현에 대한 개성을 받아들이고 자신을 우아하게 바라보려는 의지를 보입니다.
- 참가자는 자기 파괴적인 행동이 어떠한 특정 정신 건강 문제를 나타내고 행동 문제로 이어질 수 있는지 알아봅니다.

준비물

- 보드
- 마커
- 큰 빈 종이 한 장(포스터 크기)

준비사항

큰 빈 종이에 '나 자신을 돌보는 방법'이라고 적습니다. 각 그룹별로 참가자들이 사용할 풀과 다양한 색상의 작은 종이 10장, 마커를 준비합니다.

방법

1. 참가자들에게 다양한 형태의 폭력에 대해 생각해 보고 나열해 보라고 합니다('주먹질', '때리기', '꼬집기', '욕하기', '약담하기', '무시하기' 등). 그룹이 이미 폭력에 관한 다른 워크숍에 참여한 적이 있고 신체적, 언어적, 성적인 온라인 폭력과 기타 형태의 폭력과 같은 일반적인 카테고리를 언급하기 시작하면, 그들의 지식을 칭찬하되 구체적인 예를 들어달라고 요청합니다. 그 예들을 보드에 적습니다.
2. 다음과 같은 질문으로 대화를 시작합니다. 폭력 행위에 몇 명이 연루되었나요? 이 질문을 통해 참가자들에게 폭력 행위에는 가해자, 피해자, 방관자 등 다양한 역할이 있을 수 있음을 상기시키세요. 피해자와 가해자가 같은 사람일 수 있나요? 어떻게 자기 자신에게 폭력을 행사할 수 있을까요?
3. 폭력 행위가 나열된 보드를 다시 살펴봅니다. 참가자들에게 나열된 폭력 행위 중 누군가가 자신에게 가할 수 있는 행위가 있는지 물어보고, 자해가 될 수도 있는 행위가 있으면 동그라미를 치게 합니다.

참가자들에게 자신에 대해 부정적으로 말하는 것과 같이 일반적으로 비교적 무해하다고 여겨지는 행동도 해롭다는 것을 이해하도록 돕습니다.

4. 창의적 액티비티 중 하나를 사용하여 참가자들을 소그룹으로 나눕니다. 영감을 얻으려면 '에너지라이저' 섹션을 참조하세요.

5. 각 그룹에게 서로 다른 색의 종이 10장을 주고, 자신을 돌보기 위해 할 수 있는 일 10가지를 생각해 보고 각 아이디어를 별도의 종이에 쓰게 합니다.
5분의 시간을 줍니다.

6. 큰 빈 종이를 준비해 '나 자신을 돌보는 방법'과 같은 제목을 쓰고 풀을 제공합니다. 각 그룹이 아이디어를 발표하도록 하고, 각 아이디어에 대해 나머지 참가자들에게 좋은 아이디어인지 아닌지 물어본 다음 큰 시트에 붙입니다. 참가자들이 같은 아이디어를 발표하면 한 번만 붙입니다.

7. 모든 아이디어가 발표되고 포스터가 완성되면, 포스터를 걸어두어 모두가 스스로를 돌보는 방법을 상기하도록 할 수 있습니다. 액티비티를 마무리합니다.

결론

자기 돌봄은 정신 건강의 중요한 부분입니다. 다른 사람이나 주변을 돌보느라 너무 바쁘다 보면, 우리는 때때로 자신을 잘 돌보거나 자신의 필요를 충족시키는 것을 잊어버릴 수 있습니다. 폭력적이고 해로운 행동을 하기 쉬워지는 경우도 있습니다. 대부분의 폭력에는 한 명 이상의 가해자와 한 명 이상의 피해자가 있지만, 때로는 가해자와 피해자가 같은 사람인 경우도 있습니다.

자해는 심리적 문제를 나타낼 수 있습니다. 본인 또는 지인이 자해를 하고 있다면 신뢰할 수 있는 성인(교사, 학교 심리학자/교육자 또는 신뢰할 수 있는 다른 사람)에게 도움을 요청하거나, 헬프라인에 전화하거나, 다른 전문 서비스(정신건강 기관, 사회복지 센터, 지역 사회 복지 프로그램)에 연락하는 것이 중요합니다).

매칭워크숍

신체 여정

나는 ...라고 느낀다

신체 여정

참가자들은 이완 운동을 통해 자신의 몸에 집중하고 몸이 제공하는 모든 긍정적인 것과 가능성에 대해 생각해 봅니다.

태그

나

폭력

돌봄

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 자기 몸의 (바꾸고 싶은 부분을 강조하는 대신) 긍정적인 측면에 집중하는 것이 어떤 느낌인지 경험합니다.
- 참가자는 신체가 단순한 외모 그 이상이라는 것을 인식하고 인체의 기능을 (재)인식하는 방법을 배웁니다.

준비물

- '몸을 통한 여행' 텍스트(부록 B 참조)
- 담요 및/또는 베개
- 모든 사람을 위한 펜과 종이

준비사항

편안한 분위기, 충분한 공간(온라인인 경우 필요 없음).

방법

1. 참가자들에게 짧은 이완 운동을 할 것이므로 바닥에 (담요를 깔고) 누워서 큰 소리로 읽을 텍스트를 들어야 한다고 설명합니다.
2. 이제 '몸을 통한 여행'이라는 글을 읽어줍니다.
3. 읽기가 끝나면 아이들에게 똑바로 앉거나 필요한 경우 의자에 앉을 수 있는 시간을 줍니다. 그런 다음 이 운동에 대해 어떻게 생각했는지, 자신의 몸에 주의를 기울이는 것이 어떤 느낌인지 물어보세요.
4. 참가자들에게 종이와 펜을 나눠주고 자신의 몸 윤곽을 그리고 자신이 좋아하는 신체 부분/부위를 3개 이상 표시하도록 요청합니다. 자신이 그린 그림을 다른 사람에게 보여줄 필요는 없다고 말해줍니다.
5. 이 과정이 쉬웠는지, 어려웠는지 물어봅니다. 자기 몸에 대해 좋아하는 점을 생각하는 것이 왜 어려울 수 있는지 물어보고, 몸에 대해 싫어하는 점을 생각하는 것이 더 쉽다는 사실에 대해 다음과 같이 토론을 시작할 수도 있습니다. 자기 몸에서 마음에 들지 않는 세 가지 측면을 생각하는 것도 똑같이 어려울까요? 이는 우리에게 무엇을 말해줄까요? 우리가 우리 몸에 너무 엄격한 것은 아닐까요? 어떻게 그럴 수 있을까요?

6. 우리 몸에 대해 무엇을 바꾸고 싶은지 생각하는 대신, 이제 우리가 즐기는 일(예: 액티비티)을 하기 위한 도구로서의 몸에 초점을 맞추자고 말합니다.

7. 이를 염두에 두고, 참가자들에게 자신의 그림을 가지고 각 신체 부위를 어떤 액티비티에 사용하는지, 즉 자신이 좋아하는 일과 자신의 신체가 그 일을 하도록 어떻게 도와주는지 적으라고 요청합니다. 다음을 고려하는 것이 도움이 될 수 있습니다.
내가 내 몸이나 특정 신체 부위에서 무엇을 좋아하거나 감사하게 여기는가?
내 몸은 무엇을 돕거나 할 수 있는가? 내가 좋아하는 액티비티에는 어떤 것이 필요하거나 가치가 있는가?

8. 원하는 참가자들은 자신의 발견을 그룹과 공유할 수 있습니다.

주의사항

신체의 외형이 아닌 기능에 초점을 맞추도록 합니다. 참가자들이 특정 신체 부위를 사용해 어떤 액티비티에 참여할 수 있나요? 취미, 애정 표현, 자기 표현 등(예: 포옹, 놀이, 춤, 점프, 키스, 음악 만들기, 손잡기 등)을 예로 들 수 있습니다.

결론

우리 몸을 자원으로 보는 것이 어떤 느낌인지 생각해보고, 우리 몸에 대해 싫어하는 점이나 바꾸고 싶은 점을 강조하는 대신 긍정적인 측면을 강조하세요.

우리 몸은 우리가 즐거운 액티비티를 할 수 있도록 도와주며, 몸의 다양한 형태와 크기를 감사해야 합니다! 우리 몸을 자원으로 보고, 모든 긍정적인 측면에 집중하면 기분이 좋습니다.

매칭워크숍

-

미디어 내 캐릭터

이 액티비티에서는 참가자들이 (잘 알려진) 미디어 캐릭터에서 무엇을 중요하게 생각하는지 살펴봅니다.

태그

나

젠더

신체

30분

8세 이상

6-25 명

학습 목표

- 참가자는 미디어에서 남성, 여성과 관계가 어떻게 묘사되는지 예를 들 수 있습니다.
- 참가자는 미디어가 섹슈얼리티와 젠더에 관련된 개인의 가치관, 태도, 행동에 미치는 영향을 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 섹슈얼리티와 젠더와 관련된 가치관, 태도, 행동에 영향을 미치는 미디어의 힘을 인식합니다.
- 참가자는 미디어에서 남성과 여성이 묘사되는 방식에 대해 비판적인 사고를 보입니다.

준비물

- 종이
- 연필 또는 마커

준비사항

각 참가자에게 종이와 여러 가지 색연필을 제공합니다. 짝을 이룰 수 있도록 충분한 공간을 제공합니다.

방법

1. 참가자들에게 TV나 영화, 음악가, 팝스타, 유명인, 운동선수 등 자신이 존경하는 인물을 선택하라고 합니다. 각자 한 명씩 선택해야 합니다.
2. 그런 다음 자신이 선택한 인물을 그리도록 합니다.
3. 그림이 완성되면, 왜 이 인물을 선택했는지 짝을 지어 토론하고 그 인물의 행동, 태도, 행동에 대해 존경하는 점과 존경하지 않는 점을 설명합니다. 그림 옆에 이 내용을 적도록 합니다.
4. 10분 후, 각 참가자는 자신의 짝이 선택한 인물을 그룹에 발표합니다).

5. 발표가 끝나면 그룹과 함께 토론을 시작합니다. 질문: 우리는 어떤 특징을 더 중요하게 여깁니까? 그리고 덜 중요하게 여기는 것은?
왜 우리는 특정 캐릭터를 다른 캐릭터보다 더 좋아할까요?
사회는 남성에게 대해 어떤 기대를 가지고 있나요? 여성은 어떤가요? 이러한 기대 중 어떤 것이 바뀌었으면 좋겠습니까?

주의사항

참가자들이 남성을 묘사할 때 흔히 가지는 고정관념은 힘, 외모, 남성성, 남성 우월성입니다. 특히 젊은 남성은 이러한 특징을 가진 캐릭터를 묘사하는 경향이 있습니다.

여성들은 배려심이 많고, 섹시해 보아야 하지만 너무 야해 보이지는 않아야 하며, 요리를 할 줄 알고, 적합한 사람을 만날 때까지 처녀로 지내야 하며, 결혼해서 아이를 낳아야 인생이 완성된다는 등의 특징을 가진 인물로 묘사하는 경향이 있습니다.

남자가 섹스를 원하고 항상 섹스를 할 준비가 되어 있다는 생각은 사실이 아니며 이러한 생각이 종종 다른 사람을 지배하는 데 사용됩니다.

결론

사회(TV, 소셜 미디어, 광고 등의 미디어 포함)는 우리가 보거나 인식하지 못하고 '정상'이라고 느끼지 못하는 일상적인 메시지로 구성되어 있지만, 남자와 여자가 어때야 하고 어떻게 행동해야 하는지에 대한 우리의 이미지/생각에 큰 영향과 영향을 미칩니다.

변형

그룹이 특정 캐릭터나 유명인을 떠올리는 데 어려움을 겪는다면 존경하는 친구나 가족에 대해 이야기해 보라고 제안합니다.

이 액티비티를 온라인 버전으로 진행하려면 참가자들이 짝을 지어 좋아하는 캐릭터나 유명인에 대해 이야기하는 온라인 하위 그룹을 만들 수 있습니다.

매칭워크숍

-

내가 나에게 대해 좋아하는 것

참가자는 자신에게 편지를 쓰거나 그립니다. 편지에는 자신에 대해 좋아하는 점, 특별한 점이나 존경하는 점이 포함되어야 합니다.

태그

나

젠더

신체

30분

10세 이상

6-25 명

학습 목표

• 참가자들은 자신을 더 사랑스럽게 바라보고 자신에 대한 지지를 표현하는 방법을 배웁니다.

준비물

- 종이(가급적 다양한 색상)
- 펜
- 봉투와 우표

준비사항

각 참가자가 프라이버시를 지키며 글을 쓰거나 그림을 그리기에 충분한 의자와 테이블.

방법

1. 모든 참가자에게 종이(가능하면 참가자가 좋아하는 색으로)와 펜을 준비합니다.
2. 참가자들에게 자신에게 편지를 쓸 것이라고 말합니다. 편지는 사적인 내용이며, 참가자가 공유를 원하지 않는 한 아무도 읽을 수 없습니다.
3. 참가자는 자신이 좋아하고 자신에 대해 특별하다고 생각하는 점을 적을 수 있습니다. 자랑스러운 점을 그림으로 그리거나 설명할 수도 있습니다.
4. 편지가 준비되면 참가자들은 편지를 봉투에 넣고 봉투를 닫고 주소를 적습니다.
5. 액티비티가 끝나면 편지를 모아 우표를 붙이고 몇 주 안에 우편으로 보냅니다. 아이들이 편지를 받으면 자신에 대해 쓰고 그린 내용을 다시 한 번 살펴볼 수 있습니다. 워크숍의 형식이 허용하는 경우(정기 일정) 편지를 받은 기분에 대해 토론할 수 있습니다.

주의사항

자신에게 편지를 쓰는 것은 매우 어려울 수 있으므로 참가자가 충분히 편안하게 할 수 있도록 충분한 시간과 공간이 있어야 합니다. 어렵다고 느끼는 사람들에게는 특별한 내용일 필요는 없으며 아주 간단한 내용도 적을 수 있다는 점을 상기시켜 격려할 수 있습니다. 모두가 계속 시도하게 하세요.

결론

우리는 종종 우리 자신이 실제로 얼마나 괜찮은 사람인지 알기가 어렵습니다. 그래서 가끔 우리 자신의 어떤 점을 좋아하는지 스스로에게 상기시켜야 합니다. 자신의 독특함에 대해 더 자신감을 갖게 되면 자신의 좋은 점을 인식하고 우리가 누구인지 더 쉽게 받아들일 수 있도록 스스로를 훈련하는 데 도움이 됩니다.

변형

온라인에서는 참가자들이 FutureMe.org, WhenSend.com 또는 EmailFuture.com 웹사이트 중 하나에 편지를 쓰는 방법으로 이 액티비티를 수행할 수 있습니다. 이러한 사이트에서 참가자는 편지를 이메일로 받을 날짜를 설정할 수 있습니다. 편지를 썼던 것을 잘 기억할 수 있도록 몇 주 안으로 날짜를 설정하는 것이 좋습니다. 그러나 메시지를 복사하여 몇 달이나 1년 후처럼 더 이상 편지를 기대하지 않을 때 다시 받을 수도 있습니다.

이메일 주소가 없는 참가자가 있는 경우 TheTimeCapsule.org를 사용할 수 있습니다. 여기서는 링크를 통해 액세스하고 메시지를 가상 상자에 담아 지정된 시간에 열 수 있습니다. 이러한 웹페이지 중 일부에서는 '비공개' 또는 '공개' 옵션을 선택할 수 있습니다. 편지가 웹 페이지에 (익명으로) 게시되지 않도록 '비공개'를 선택하는 것이 중요합니다.

매칭워크숍

신체 여정

사람과 자기돌봄

가상사회

나는 ...라고 느낀다

미디어 내 캐릭터

신체 표현

참가자들은 특정 포즈를 취하며 방 안을 돌아다니고 자신의 자세와 움직임(신체 표현)에 따라 어떠한 기분이 드는지 생각해 봅니다.

태그

나

젠더

신체

10분

10세 이상

6-25 명

학습 목표

• 참가자들은 현재 자신의 신체 표현이 자신의 외모나 기분에 어떤 영향을 미치는지 생각해 봅니다.

준비물

- 종이(가급적 다양한 색상)
- 펜
- 가능하면 봉투와 우표

준비사항

모든 사람이 방을 돌아다닐 수 있는 충분한 공간이 있어야 합니다.

방법

1. 참가자들에게 방을 돌아다니게 하고 이제 몇 가지 포즈를 발표할 것이며 모두가 각자의 방식으로 시도해 볼 수 있다고 설명합니다.
2. 다음 세 가지 포즈로 시작하여 참가자들에게 1분 동안 시도해 볼 시간을 줍니다.
 - 어깨를 안으로 집어넣고 얼굴은 바닥을 향한 구부정한 자세로 방 안을 돌아다닙니다.
 - 다리를 꼬고 서서 가슴 앞에 팔짱을 유지합니다.
 - 꼬그려 앉고 고개를 숙여 몸을 최대한 작게 만듭니다.
3. 이제 참가자들에게 일어나서 다음 세 가지 자세를 준비할 수 있도록 몸을 약간 풀라고 요청합니다.
 - 똑바로 선 다음 방을 가로질러 앞으로 걸어갑니다.
 - 발끝으로 걷고 사과를 따듯이 몸을 위쪽으로 쪽 뻗습니다.
 - 다리를 넓게 벌리고 서서 팔을 쪽 뻗습니다.
4. 참가자들에게 다음 질문을 합니다.
 - 처음 세 가지 운동을 하는 동안 기분이 어땠나요? 마지막 세 가지 운동은 어땠나요? 어떤 차이를 느꼈나요?
 - 몸을 움츠리고 닫거나, 아니면 다가가서 주변 사람들에게 몸을 보여주는 등 몸의 자세가 기분에 영향을 미칠 수 있다고 생각하나요?

주의사항

특히 마지막 세 가지 동작을 할 때 일부 참가자는 다른 참가자보다 더 표현력 있게 움직이기 때문에 다른 사람을 (건드리지는 않고) 옆으로 '밀어내면서' 자신을 위한 공간을 더 많이 차지하게 될 수 있습니다. 이런 경우, 누가 얼마나 많은 공간을 차지하고 있는지, 모든 사람이 동등한 공간을 확보하고 있는지 관찰하는 것이 중요하다는 것을 깨닫게 해 주세요.

결론

공간을 걸어 다닐 때 몸을 움직이는 방식이 시도하는 포즈에 따라 달라지는지, 이것이 느낌이나 생각에 영향을 미칠 수 있는지 생각해 보게 합니다. 따라서 몸짓이 우리의 기분이나 움직임에 영향을 미치는 것 외에도 어떻게 우리의 감정에 영향을 미칠 수 있는지에 대해 토론할 수 있습니다.

매칭워크숍

신체 여정

사랑과 자기돌봄

나는 ...라고 느낀다

나와 타인

러브 스토리

참가자들은 연애 관계에 대한 자신의 이상과 기대치를 탐색하고 건강한 관계를 가능하게 하는 기반에 대해 이야기합니다.

태그

나와 타인

젠더

관계

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 건강한 우정과 건강하지 않은 우정 및 관계의 차이를 설명하는 방법을 알게 됩니다.
- 참가자는 비폭력적이고 성평등한 태도와 신념을 통해 폭력 예방에 대한 개인과 사회의 책임이 있다고 믿습니다.
- 참가자는 또래와 소통할 때 적극적인 경청 기술을 사용합니다.

준비물

- 종이
- 펜 또는 연필

준비사항

-

방법

1. 참가자들을 2~4 그룹으로 나누고 반야와 루카의 이야기를 들려줍니다. 반야와 루카는 서로에게 관심을 가진지 꽤 됐지만 아직까지 아무도 표현하지 않았습니다. 방학 중이던 어느 날, 반야는 먼저 표현하기로 결심하고 루카에게 다가갑니다.
2. 각 그룹은 반야와 루카에 대한 설명과 그들의 러브 스토리가 어떻게 전개되는지에 대한 설명을 해야 한다고 알려줍니다. 그들이 어떻게 관계를 시작하고 초기 단계는 어떤 모습인지에 대한 설명이 포함됩니다. 그룹에 15분 동안 토론하고 이야기를 구체화할 시간을 줍니다. 각 그룹은 이야기를 글로 써서 전체 그룹에 읽어주거나 짧은 발표(skit)를 준비할 수 있으며, 어린 참가자의 경우 집중력을 높이기 위해 그림을 준비하여 발표할 수 있습니다. 선택사항: 참가자들이 답을 준비하는 동안 들을 수 있는 음악을 틀어주세요.
3. 각 그룹이 이야기를 발표하도록 합니다. 불완전하거나 짧은 이야기라도 괜찮으며, 그룹이 준비한 것을 최선을 다해 발표해야 한다는 점을 강조합니다.

4. 다음과 같은 질문으로 토론을 촉진합니다.

등장인물들 사이의 공통점은 무엇이고 차이점은 무엇인가요? 이야기들 사이의 유사점과 차이점은 무엇인가요? 이야기 속 등장인물들은 종교적, 민족적 또는 사회적 배경이 달랐나요? 이러한 차이가 관계에 영향을 미쳤나요? 그렇다면 어떤 방식으로 영향을 미쳤나요? 여러분의 지역사회/학교에서 있었던 비슷한 이야기/상황을 알고 있나요?

5. 이야기 속 관계의 긍정적인 측면을 몇 가지 말해보세요.

이제 부정적인 측면을 몇 가지 나열하세요. 이 이야기 속 관계는 루카와 반야 모두에게 평등했나요? 반야와 루카 모두 동등한 권력을 가졌나요? 어떤 면에서 두 사람이 동등한 권력을 가졌고, 어떤 면에서는 그렇지 않았나요? 그렇지 않았다면 어떤 결과가 초래되었나요? 여자들은 친밀한 관계에서 무엇을 기대하나요? 이것은 남자가 기대하는 것과 다른가요? 그렇다면 여자와 남자가 서로 다른 기대치를 갖는 이유는 무엇인가요? 여자가 관계에서 원하는 것과 남자가 원하는 것이 다르다면 어떻게 될까요? 질투는 '진정한 사랑의 증거'로 간주되나요? 그렇다면 그 이유는 무엇인가요?

6. 토론을 요약하고 남자와 여자가 친밀한 관계에서 얼마나 자주 서로 다른 기대치를 갖는지 설명하면서 마무리합니다. 이를 더 강조하기 위해 다음 과제를 줍니다.

7. 과제: 참가자들은 TV 시리즈, 영화, 음악 등에서 이상적인 친밀한 관계 또는 사랑 이야기의 예를 찾습니다. 10분의 시간을 주고 발표하게 합니다.

8. 토론을 시작합니다.

o TV, 라디오, 영화, 음악, 잡지, 신문에 나오는 로맨스 이야기가 여러분의 연애 관계에 대한 기대에 어느 정도 영향을 미칩니까?

o 남자와 여자는 관계에서 서로 다른 역할을 가지고 있나요? 그렇다면 그 역할은 무엇인가요?

o 누가 관계에서 첫 단계를 시작해야 할까요?

누가 관계에서 첫 단계를 시작해야 할까요?

어떤 사람들은 소년과 남성이 관계에서 '모든 단계를 주도해야 한다'고 생각하며 소녀와 여성은 반응만 하면 된다고 생각합니다. 이에 동의하나요?

○ 동의하는 이유 또는 동의하지 않는 이유는 무엇인가요? 연애 관계에서 소녀나 여성이 첫 단계를 시작하는 것이 괜찮다고 생각하나요?

○ 커플이 동등한 관계를 갖는다는 것은 무엇을 의미하나요?

○ 사귀는 사이의 사람들은 서로를 어떻게 대해야 하나요? 한 사람이 다른 사람을 대하는 방식에 차이가 있나요?

○ 이 액티비티를 통해 무엇을 배웠나요?

주의사항

이 액티비티에서 사랑 이야기를 구성하고 토론하는 과정에서 참가자들은 자신의 삶과 주변의 친밀한 관계(부모, 조부모, 이웃 등)의 요소에 대해 기여하거나 생각할 수 있습니다. 경우에 따라 (다른 액티비티와 마찬가지로) 강한 감정을 불러일으킬 수 있으므로 퍼실리테이터는 필요한 경우 도움을 주거나 도움을 안내할 준비가 되어 있어야 합니다.

결론

남성과 여성(또는 소년과 소녀)이 관계에서 가져야 할 서로 다른 역할에 대한 사회적 기대와 믿음이 많이 있습니다. "남성/소년은 관계에서 모든 주도권을 쥐고 있어야 한다"와 같은 일부 기대는 여자를 불평등한 위치에 놓이게 합니다. 예를 들어, 이러한 기대 때문에 남자는 특정 사안에 대해 파트너보다 잘 이해하지 못하더라도 관계에서 모든 중요한 결정을 내려야 한다고 생각할 수 있고, 여자는 목소리를 내는 것을 불편하게 느낄 수 있습니다. 청소년기에는 기분이 좋고, 안전하며, 사랑받는다고 느끼고, 중요한 욕구가 충족되는 관계를 맺어 개인으로서 발전하고 성장할 수 있도록 하는 것이 중요합니다. 이렇게 건강하고 평등한 관계를 유지하려면 두 파트너 모두의 노력이 필요합니다. 두 파트너 모두 자신의 기대, 필요, 욕구를 전달하고 상대방의 기대, 필요, 욕구를 이해하고 경청해야 합니다.

매칭워크숍

이게 사랑인가요?

채팅과 비밀

커뮤니케이션과 섹슈얼리티

이게 사랑인가요?

이 워크숍에서는 친밀한 관계와 사랑에 대한 정서적 관점을 소개하고, 건강하지 않은 사랑의 표현을 인식하고 식별하는 방법을 알아봅니다.

태그

나와 타인

건강

섹슈얼리티

관계

45분

12세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 사랑과 유사한 감정을 구별할 수 있습니다.
- 참가자는 사랑, 홀림, 질투에 대해 생각해보고 그 차이점을 인식할 수 있습니다.

준비물

- 칠판 또는 플립차트
- 분필 또는 펜
- 종이

준비사항

참가자의 문화적 맥락, 환경, 언어에 맞게 수업을 조정하세요. 종이 5장을 준비하여 홀림, 열병, 로맨스, 성적 매력, 질투 등의 단어를 적습니다. 영감을 얻기 위해 건강한 관계의 특징을 검토하세요.

방법

1. 참가자들을 다섯 그룹으로 나눕니다. 각 그룹에게 준비해 온 종이 한 장을 가져가라고 합니다. 칠판에 "사랑과 ___의 차이점은 무엇인가?"라고 적습니다.
2. 그룹에게 종이를 가져다가 칠판에 적힌 문장을 쓰고 빈칸을 종이에 적힌 단어로 채우라고 요청합니다. 그룹에게 질문에 대해 토론하고 답을 적으라고 합니다.
3. 몇 분 후에 첫 번째 그룹이 질문과 답을 발표하도록 합니다. 다음 질문을 사용하여 짧은 토론을 이끌 수 있습니다.
 - 동의하지 않거나 비판적인 의견을 가진 사람이 있나요?
 - 문화적 규범에 따라 여자와 남자가 이런 느낌을 동등하게 받을 수 있나요? 동등하게 경험했나요?
 - 누군가가 이 감정을 사랑으로 대체한 예를 들 수 있나요? 이 감정이 사랑으로 대체되면 어떤 일이 벌어지나요?
 - 이 감정이 사랑의 일부가 될 수 있을까요?

4. 나머지 네 그룹과도 3번 단계를 반복합니다.

주의사항

일부 참가자들은 비공개적으로 질문하는 것을 더 편안하게 느낄 수 있기 때문에 그러한 기회를 제공해야 합니다.

결론

10분 동안 다음에 대해 논의합니다.

- 청소년들은 사랑과 로맨스를 어떻게 경험하나요?
- 영화나 소설이 이러한 감정을 사실적으로 묘사하나요? 그렇지 않다면 청소년들의 기대에 어떤 영향을 미친다고 생각하나요?
- 사랑과 다른 감정의 차이에 대한 자신의 관점을 이해하는 것이 왜 중요한가요?

매칭워크숍

나의 관계

동의 걸기

커뮤니케이션과 섹슈얼리티

응원 메시지

신체 형성

참가자들은 사회적, 문화적 규범이 자신의 자아상, 태도 및 행동에 어떤 영향을 미치는지 알아봅니다. 이 액티비티는 참가자들의 비판적 사고를 장려합니다.

태그

나와 타인

신체

섹슈얼리티

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 자신의 문화에서 이상적으로 여겨지는 남성과 여성의 신체에 대해 인지합니다.
- 참가자는 사람들이 몸을 이상적인 모습에 가깝게 만들기 위해 하는 관행과 그로 인한 결과를 알아봅니다.
- 참가자는 비판적 사고 기술을 배우고 미의 이상이 가져오는 사회적 압박에 대해 의문을 갖습니다.

준비물

- 칠판 또는 플립차트
- 분필 또는 펜

준비사항

-

방법

1. 다음 질문으로 주제를 소개하세요.
 - 여자와 남자는 특정한 모습으로 보여야 한다는 압박감을 어떻게 느끼나요?
 - 이러한 이상적인 이미지는 우리 대부분에게 현실적인가요, 아니면 꿈의 이미지로 남아 있나요?
 - 젊은이들은 이러한 이상에 맞추지 못할 때 어떤 감정을 느낄까요?
 - 사람들은 완벽한 몸과 매력의 기준을 충족하기 위해 무엇을 하나요(또는 청소년들은 무엇을 할까요)? 예를 들어 머리, 피부, 몸매를 위해 무엇을 하나요?

칠판에 답을 적으세요.

2. 아래 목록에서 볼륨 만들기 또는 극단적인 다이어트, 극단적인 형태의 몸 만들기 또는 익스트림 스포츠, 태닝이나 피부 탈색, 화장, 헤나 또는 매니큐어, 피어싱, 흉터 또는 문신, 면도 또는 제모, 머리 펴기, 파마 또는 염색, 성형 수술, 성기 수술 또는 할레* 등 다른 미적 시술에 대해 토론할 수 있습니다.

3. 참가자들에게 묻습니다.

○ 이 목록에 있는 개입에 대해 어떻게 생각하나요? 어떤 관행이 무해하고 어떤 관행은 해로울 수 있나요?

○ 우리나라 사람들은 나열된 일부 관행에 대해 어떻게 말할까요? 이 중 우리나라에서는 일어나지 않는 개입이 있나요?

○ 이러한 이상적인 이미지는 어디에서 온 것일까요? 외모와 관련하여 여성이 남성보다 사회적으로 기대되는 이상적인 외모에 대한 압박을 더 많이 받고 있나요? 이 과정에서 누가 이득을 보고 누가 피해를 볼까요? 이러한 압박이 개인의 자존감에 어떤 영향을 미칠 수 있을까요?

○ 신체 변형을 포함한 유해한 관행을 중단하는 것이 얼마나 중요한가요? 구체적으로 어떤 관행을 중단해야 한다고 생각하나요?

○ 자라면서 이러한 관행이 위험하므로 중단해야 한다는 말을 들은 적이 있습니까?

○ 이에 대한 지식과 느낌을 다른 사람과 공유한 적이 있나요? 어떻게 공유할 수 있을까요?

주의사항

일부 그룹 내에서 여성 할레 등의 신체적 이상에 대해 논의하는 것은 민감한 주제일 수 있습니다. 청소년의 자아상과 이에 대한 논의를 위한 팁을 여기에서 자세히 알아보세요.

결론

사춘기에는 많은 남학생과 여학생이 자신의 외모에 대해 불만과 걱정을 느낍니다. 청소년들은 사회의 기대에 부응해야 할 것 같은 사회적 압박을 느낍니다. 모든 인간의 신체는 아름답고 보편적입니다. 청소년들이 자신이 따라야 할 사회적 이상이 있다고 느끼지 않도록 해야 합니다.

매칭워크숍

신체 여정

사랑과 자기돌봄

미디어 내 캐릭터

내가 나에게 대해 좋아하는 것

내가 어떻게 보이나요?

응원 메시지

참가자들은 누군가에 대해 좋아하는 것, 존경하는 것, 그 사람의 특별한 점을 말하기 위해 메시지를 쓰거나 그림을 그립니다.

태그

나와 타인

건강

관계

돌봄

20분

8세 이상

6-25 명

학습 목표

- 참가자들은 지지를 우정의 중요한 부분으로 인식할 수 있습니다.
- 참가자는 우정을 소중히 여기는 법을 배웁니다.
- 참가자는 우정과 사랑을 자존감을 높일 수 있는 건강한 방식으로 표현하는 방법을 배웁니다.

준비물

- 종이
- 가위
- 펜
- 비스킷
- 고무줄 또는 끈
- 냅킨

준비사항

각 참가자가 혼자서 무언가를 쓰거나 그릴 수 있도록 충분한 의자와 테이블.

방법

1. 모든 참가자에게 종이 한 장과 펜이 있는지 확인합니다.
2. 참가자들에게 긍정적인 말을 전달하고 싶은 사람에게 메시지를 쓸 것이라고 말합니다. 따라서 참가자들은 먼저 누구에게 편지를 쓸지 결정해야 합니다. 이 편지는 개인적인 것이므로 공유하고 싶지 않으면 아무도 읽을 수 없습니다.
3. 참가자는 종이에 멋진 짧은 메시지를 써야 합니다. 예를 들어, 그 사람에 대해 좋아하는 점, 그 사람을 특별하게 만드는 점 또는 그 사람에게 감명을 받았던 상황을 그릴 수 있습니다.

4. 참가자들에게 고무줄이나 끈으로 자신의 메시지를 비스킷에 붙이게 합니다. 그런 다음 비스킷을 냅킨으로 포장합니다. 참가자들은 다음에 그 사람을 만날 때 비스킷을 그 사람에게 줄 수 있습니다.

그룹에게 물어볼 질문

- 다른 사람의 좋은 점을 생각한다는 것은 어땠나요?
- 쉬웠나요, 어려웠나요?

워크숍의 형식이 허락한다면 일주일 후에 그 사람에게 비스킷을 주었을 때 기분이 어땠는지 토론할 수도 있습니다.

주의사항

학생들에게 메시지를 받는 사람 외에는 누구에게도 보여줄 필요가 없다는 것을 강조하는 것이 중요합니다.

결론

우리 자신이 실제로 얼마나 괜찮은 사람인지 깨닫기는 쉽지 않습니다. 우리는 긍정적인 메시지를 통해 누군가가 자신의 특별함을 깨닫고 감사할 수 있도록 도울 수 있습니다. 안타깝게도 우리 인간은 다른 사람의 좋은 점을 말하기가 쉽지 않은 경우가 많습니다. 하지만 연습하면 나아질 수 있습니다.

변형

고무줄을 사용하여 메시지를 붙이는 대신 참가자들은 설탕과 물로 아이싱을 만들어 비스킷에 메시지를 붙이는 데 사용할 수 있습니다.

전자레인지 사용할 수 있다면 시판 포춘쿠키를 구입하여 안에 담긴 메시지를 바꾸고 직접 만든 메시지를 넣을 수 있습니다. 이렇게 하려면 포춘쿠키를 젖은 천에 싸서 전자레인지에 20초 동안 돌립니다. 이제 포춘쿠키가 전보다 부드러워질 것입니다(천이 매우 뜨거울 수 있으니 주의하세요). 쿠키를 조심스럽게 열고 메시지를 제거한 다음 자신의 메시지로 교체할 수 있습니다.

매칭워크숍

공감 교환

내가 어떻게 보이나요?

나도 너와 똑같아

이 워크숍을 통해 학생들은 안전한 환경에서 또래 친구들을 알아가고 서로의 유사점과 다양성에 대해 배울 수 있습니다.

태그

나와 타인

관계

30분

12세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자들은 좋은 관계를 형성하는 데 있어 상호 의사소통의 중요성을 인식합니다.
- 참가자들은 또래들 사이에 차이점보다 유사점이 더 많다는 것을 알게 됩니다.
- 참가자의 의사소통 능력이 향상됩니다.

준비물

- A4 용지
- 연필
- 참고자료(부록 C 참조)

준비사항

-

방법

1. 학생들을 쌍으로 나누고 과제를 설명합니다. 각 참가자는 자신의 짝에 대해 조사합니다. 조사는 인터뷰를 통해 이루어집니다.

15분 안에 상대방에 대해 가능한 한 많이 알아보고 인터뷰 대상에 대한 이야기를 미리 준비하는 것이 과제입니다

2. 이 과제를 하기 위한 인터뷰에서 사용할 수 있는 질문이 포함된 참고자료를 학생들에게 제공합니다.

3. 15분 후, 각 참가자 쌍은 서로에 대해 준비한 이야기를 발표합니다. 발표가 끝나면 다음과 같은 질문을 하며 이야기에 대해 토론합니다.

- 두 사람 사이에 특별한 유사점을 발견했나요?
- 그 유사점은 무엇인가요?
- 두 사람 사이의 가장 두드러진 차이점은 무엇인가요?
- 파트너에 대해 인상 깊었던 점이 있었나요? 있었다면 무엇이었나요?

4. 모든 쌍이 발표를 마친 후, 퍼실리테이터는 다음 질문을 통해 그룹과 소통합니다.

- 이 액티비티의 목적이 무엇이라고 생각하세요?
- 또래와 이야기하면서 자신에 대해 새로운 것을 배웠나요?
- 또래와 좋은 관계를 맺는 데 의사소통이 얼마나 중요한가요?
- 우리는 일상적인 의사소통을 할 때 얼마나 솔직한가요?

이제 학생들에게 조사하는 데 시간을 할애해 준 대화 파트너에게 감사를 표하도록 합니다.

주의사항

그룹 내 학생 수가 홀수인 경우, 학생 중 한 명에게 이미 짝을 이룬 다른 사람을 조사하는 임무를 부여하거나 퍼실리테이터가 조사에 참여할 수 있습니다.

이 액티비티는 학생들 사이의 긴장을 완화하는 데 유용할 뿐만 아니라, 학생들에게 소외계층에 속하는 사람을 소개하기에도 좋습니다.

결론

여러분은 자주 외로움을 느끼고 걱정거리나 좋아하는 것들이 혼자만의 것이라고 느낄 수 있습니다. 하지만 우리는 또래 친구들과 우리가 항상 인식하지 못하는 많은 유사점을 가지고 있습니다. 또래와의 관계에서 우리는 서로를 더 잘 알 수 있는 유익한 소통의 시간을 갖지 못하는 경우가 많습니다. 다른 사람을 알아가는 것은 다른 사람뿐만 아니라 우리 자신을 이해하는 데도 도움이 됩니다.

매칭워크숍

...하는 사람

공통적인 특징

공감 교환

공통적인 특징

이 '빙고' 게임에서 참가자들은 정체성의 다양한 측면과 자신과 타인의 관계에 대해 더 많이 알게 됩니다.

태그

나와 타인

관계

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 정체성의 다양한 측면에 대해 이해하게 됩니다.
- 참가자는 방 안의 다른 사람들과의 많은 유사점을 인식하게 됩니다.
- 참가자들은 소속감과 관심사에 대해 사람들이 서로 다르게 생각할 수 있다는 것을 경험합니다.

준비물

- '빙고' 유인물(부록 D 참조)
- 참가자당 펜 1개
- 음악

준비사항

직업/학교, 가족/친구, 언어, 종교, 배경, 성별, 취미, 스포츠, 음악/춤/기타 예술 또는 재능, 지역/거주지, 문화 등의 카테고리에 대한 문장을 준비합니다. 이 문장들로 빙고 카드가 구성됩니다.

방법

1. 정체성에는 다양한 측면이 포함되며, 이제 학생들이 동의할 수도 있고 동의하지 않을 수도 있는 몇 가지 구체적인 문장을 듣게 될 것임을 알려줍니다.

예를 들어, 가족이라는 카테고리를 사용하여 다음과 같은 문장을 추가합니다. "저는 첫째입니다." 이것이 누군가에게 해당된다면, 그들의 정체성의 일부가 언니/오빠가 되는 것일 수 있다는 점을 간단히 설명합니다.

2. 모든 사람에게 빙고 카드를 주고 모두 펜을 하나씩 가지고 있는지 확인합니다. 참가자들에게 일어서서 방 안을 돌아다니라고 요청합니다. 참가자들은 음악이 흐르는 동안 계속 방 안을 돌아다니다가 음악이 멈추면 짝을 지어 문장 중 하나를 서로에게 읽어주고, 상대방이 해당 문장에 대해 "예"라고 답하면(자신과 관련된 경우) 빙고 카드에 그 사람의 이름을 기입할 수 있습니다. 그렇지 않은 경우, 빙고 카드의 한 칸은 비어 있습니다.

음악이 다시 재생되기 시작하면 새로운 라운드가 시작됩니다. 방을 돌아다니다가 음악이 멈추면 짝을 지어 서로에게 문장을 읽어주고, 그 문장에 해당되는 경우 빙고 카드에 파트너의 이름을 기입합니다.

3. 한 참가자가 세 개의 이름을 연속으로 모으면 빙고가 완성되어 게임이 끝납니다.

4. 게임이 끝나면 보드나 플립차트에 다음 질문을 적습니다.

○ 이 그룹에 속해본 경험 또는 이러한 관계를 맺은 경험이 어땠는지?

○ 나는 항상 이러한 소속감을 편안하게 느꼈는가?

○ 이 관계는 내가 스스로 선택한 것인가, 아니면 다른 사람들이 나와 연관시켜 준 것인가? 이 관계는 나에게 큰 의미가 있는가?

5. 이제 참가자들에게 공유된 관계를 바탕으로 소그룹을 구성하고 위의 질문에 대해 토론하도록 요청합니다.

6. 각 그룹에게 결과를 간략하게 요약하도록 합니다.

○ (같은 그룹의 구성원으로서) 어떤 유사점과 차이점에 대해 논의했나요?

○ 그룹 구성원들이 공통적으로 가지고 있는 연관성에 대해 생각하는 방식이 다를 수 있나요?

주의사항

스스로 정의한 선호도에 대해 타인이 의문을 제기하는 경우, 타인이 정의한 정체성과 스스로 정의한 정체성이 일치할 필요는 없다는 점을 강조하세요. 사람들은 종종 자신이 (더 이상) 소속되어 있지 않다고 느끼는 특정 그룹에 속해 있습니다.

결론

우리 모두는 한 번에 한 가지 이상의 존재이며, 우리의 정체성은 여러 층으로 구성되어 있다는 점을 강조해야 합니다(오늘은 그룹당 한 가지만 다루었습니다). 이러한 부분의 구성과 개인이 느끼는 의미는 각자 다릅니다. 한 그룹의 구성원으로서 많은 것들이 비슷한 방식으로 인식될 수 있지만, 그 그룹의 다른 구성원에게는 다르게 인식될 수도 있습니다. 특정 그룹에 속하는 것이 모든 사람에게 동일한 역할을 하거나 자신을 정의하는 데 있어 모든 사람에게 똑같이 중요한 것은 아닙니다.

매칭워크숍

정체성

공감 교환

공감 교환

소그룹에서 참가자들은 익명으로 부당한 대우를 받은 경험을 공유하고 모든 사람의 입장이 되어줍니다.

태그

나와 타인

관계

젠더

돌봄

30분

12세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 편견과 차별(예: 성별, 젠더, 섹슈얼리티, 피부색, 종교)이 사람들의 건강에 미치는 영향을 살펴봅니다.
- 참가자는 모든 사람이 편견이나 차별받는 사람들을 위해 나서야 할 책임이 있다는 것을 인식합니다.
- 참가자는 포용과 차별 금지, 다양성 존중을 위해 목소리 내기를 연습합니다.

준비물

- 상자
- 충분한 종이
- 펜

준비사항

4~5명으로 소그룹을 구성합니다. 영감을 얻으려면 '에너지이저'를 참조하세요.

방법

1. 참가자들을 4~5명씩 그룹으로 나누고 모든 참가자가 종지와 펜을 가졌는지 확인합니다.
2. 참가자들에게 성별, 인종, 피부색, 종교 또는 그 밖의 이유로 부당한 대우를 받았던 경험에 대해 생각해 보라고 합니다. 참가자에게 10분의 시간을 주어 개인적인 경험에 대해 쓰도록 합니다.
3. 한 가지 경험을 적고 나면 종이를 반으로 접어서 상자에 넣으라고 합니다. 종이를 흔들어 섞어주세요. 참가자가 자신의 쪽지를 돌려받지 못하도록 하세요. 그렇게 된다면 종이를 다시 섞습니다.
4. 퍼실리테이터가 직접 자신의 삶에서 처음으로 부당한 대우를 받았던 상황에 대해 이야기하며 예를 드세요. 이야기는 5분을 넘지 않아야 합니다.

5. 자신의 이야기를 공유한 후, 참가자들이 상자에서 꺼낸 이야기를 그룹과 공유하게 합니다.

6. 참가자들은 (다른 그룹의 참가자가 작성한) 익명 카드의 설명을 읽고 '그 사람의 입장이었다면' 어떻게 느꼈는지 이야기하고, 그 상황에 대해 더 알고 싶은 것이 무엇인지 토론합니다. 참가자가 자신의 이야기라고 밝히지 않는 한 익명을 유지합니다. 참가자에게는 공유할 시간이 20분 주어집니다.

7. 소그룹을 마무리하고 전체 그룹의 참가자들에게 다른 사람의 삶과 어려움에 대한 짧은 통찰을 얻은 경험이 어땠는지 공유하도록 하세요. 연습이 끝나면 몇 가지 질문을 통해 모든 참가자와 함께 내용을 되짚어보는 것이 중요합니다.

토론을 위한 질문

- 이 액티비티가 어땠나요?
- 쪽지에 묘사된 상황에 대해 어떻게 생각하거나 느꼈나요?
- 이런 일이 여러분에게 일어난다면 어떤 기분이 들었을까요?
- 이번 액티비티를 통해 무엇을 배웠나요?

주의사항

그룹에게 정중하게 경청하고 상황을 이해하는 데 도움이 되는 명확한 질문만 해야 함을 강조합니다.

상황 자체에 대한 의견이나 판단을 제시해서는 안 됩니다.

결론

일부 상황에는 구조적 차별이 관련될 수 있음을 명확히 알려주는 것이 중요합니다. 이를 지적하고 사람들이 어떻게 구조적으로 고통을 받는지 설명하는 것이 중요합니다.

매칭워크숍

특권 종이 던지기

정체성

참가자들에게 사람들이 가질 수 있는 다양한 정체성을 소개합니다. 이 액티비티의 목표는 청소년들이 다양한 유형의 정체성을 받아들이도록 하는 것입니다.

태그

나와 타인

관계

젠더

섹슈얼리티

90분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자들은 서로의 유사점을 인식하게 됩니다.
- 참가자들에게 정체성 다양성의 개념을 소개합니다.
- 참가자들은 정체성이 어떻게 편견과 거부(및 배제)를 조장할 수 있는지에 대한 예를 제시할 수 있습니다.

준비물

- 유인물 '아이스버그'(부록 E 참조)
- 유인물 '우리의 유사점'(부록 F 참조)
- A4 용지
- 연필

준비사항

이 워크숍은 충분히 움직일 수 있는 공간이 필요합니다. 세션의 첫 번째 파트에는 유인물이 필요하고, 두 번째 파트에는 소그룹당 A4 용지 한 장이 필요합니다. 여분의 용지를 준비해 두세요.

방법

파트 1

1. 참가자들에게 앞으로 45분 동안 정체성에 대해 이야기할 것이라고 설명합니다. 정체성이 무엇을 의미하는지 설명할 수 있는 사람이 있는지 물어봅니다. 참가자들의 대답을 들은 후, 다양한 정체성이 존재하며 특정 민족이나 팬클럽에 속한 소속감이나 특정 음악에 대한 선호도 등에 따라 평생 동안 정체성이 바뀔 수 있다고 설명합니다.
2. 청소년들이 특정 축구 클럽과 자신을 동일시하는 것과 같은 정체성의 예를 제시합니다. 참가자들에게 다른 정체성의 예를 몇 가지 더 제시하도록 요청합니다.
3. 참가자들에게 일어서라고 요청합니다: 남학생은 모두 방의 왼쪽에, 여학생은 오른쪽에 서도록 합니다. 남학생과 여학생, 남성과 여성 등 사회적으로 눈에 띄게 구분되는 그룹으로 사람들을 나누는 것이 쉽다고 설명합니다.

4. 그러나 더 많은 특징을 찾아보려고 한다면 이러한 그룹 구분은 크게 달라질 것입니다. 참가자들에게 이제 읽어줄 문장에 동의하는지 또는 동의하지 않는지에 따라 빠르게 응답하고 위치를 바꾸도록 요청합니다. 참가자들은 아래 문장을 읽은 후 위치를 정하고 몇 초 동안 그 위치에 그대로 두어 상호 유사점을 파악합니다.

○ 아이스크림을 좋아하는 사람은 모두 오른쪽으로 이동하고, 아이스크림을 싫어하는 사람은 왼쪽으로 이동하세요.

○ 잼을 좋아하는 사람은 오른쪽에, 그렇지 않은 사람은 왼쪽에 서세요.

○ 어두운 옷을 입은 사람은 오른쪽에 서고, 밝은 옷을 입은 사람은 왼쪽에 서세요.

○ 거미나 곤충을 무서워하는 사람은 오른쪽에 서고, 무서워하지 않는 사람은 왼쪽에 서세요.

○ 페이스북 프로필이 있는 사람은 오른쪽에, 없는 사람은 왼쪽에 서세요.

○ 머리가 짧은 사람은 오른쪽에 서고, 머리가 긴 사람은 왼쪽에 서세요. 아래 문장들에는 특히 주의를 기울이세요.

○ 치과 의사를 무서워하는 사람은 오른쪽에 서고, 그렇지 않은 사람은 왼쪽에 서세요.

○ 어렸을 때 다른 사람의 장난감을 '훔친' 경험이 있는 사람은 왼쪽에, 그렇지 않은 사람은 오른쪽에 서세요.

○ 스포츠를 좋아하지 않는 사람은 왼쪽에, 스포츠를 좋아하는 사람은 오른쪽에 서세요.

○ 형제자매가 있는 사람은 왼쪽에 서고, 없는 사람은 오른쪽에 서세요.

○ 폭력에 노출된 적이 있는 사람은 왼쪽에, 그렇지 않은 사람은 오른쪽에 서세요.

○ 잠자는 것을 좋아하는 사람은 왼쪽에, 싫어하는 사람은 오른쪽에 서세요.

○ 학교를 좋아하는 사람은 왼쪽에, 학교를 싫어하는 사람은 오른쪽에 서세요.

○ 초등학교, 중학교에 다니거나 청소년 활동을 하는 사람은 왼쪽에 서세요 (상황에 따라 다름).

모든 사람은 왼쪽으로 가고 당신은 오른쪽으로 갑니다.

5. 참가자들에게 사람들은 여러 가지 정체성을 가지고 있다고 설명합니다. 나이, 종교, 성별, 젠더, 사회적 지위, 국적, 성적 지향 등은 모두 정체성을 구성하는 특징입니다. 어떤 정체성은 눈에 보이기 때문에 쉽게 알아볼 수 있는 반면(나이, 성별, 인종 등), 어떤 정체성은 눈에는 보이지 않지만(음악 선호도, 국적, 종교, 경제적 지위) 대화를 통해 파악할 수 있습니다.

참가자들에게 주변 사람들의 정체성에 대해 이야기할 때 정체성을 이해하는 데 좋은 접근법은 '아이스버그(빙산)' 모델이라고 설명합니다.

6. 다음 연습에서 사용할 '아이스버그' 유인물을 참가자들에게 나누어 줍니다.

7. 우리가 다른 사람에게서 보는 것은 대개 그 사람의 실제 모습의 극히 일부에 불과하며, 우리는 종종 눈에 보이는 극히 일부만 보고 다른 사람에 대한 의견을 형성한다고 설명합니다. 우리는 누군가의 겉모습만 가지고는 그 사람이 어떤 능력을 가지고 있는지 거의 파악할 수 없습니다. 우리는 사람들의 태도, 신념, 가치관, 성격, 그들이 살고 있는 세상에서의 목적에 대한 비전을 볼 수 없으며, 이 모든 것들이 그들의 정체성을 나타냅니다.

8. 참가자들에게 아이스버그 유인물을 보고 수면 위로 무엇이 보이는지 살펴보라고 한 뒤 다음 질문을 물어봅니다.

- 우리가 표면적으로 보이는 것을 바탕으로 누군가를 판단할 때 얼마나 정확할 수 있을까요?
- 표면 아래의 모든 것을 볼 수 없기 때문에 누군가를 잘못 판단할 수 있나요?
- 표면 아래를 보려면 어떻게 해야 할까요?

파트 2

9. 참가자를 네 그룹으로 나눕니다. 외모에 따라 나누거나 특정 기준없이 무작위로 나눌 수 있습니다. 이 액티비티를 수행하려면 빈 A4 용지와 펜이 필요합니다. 각 그룹에는 그림을 그리고 쓸 수 있는 빈 종지와 연필이 주어집니다.

10. 참가자를 네 그룹으로 나눕니다. 외모에 따라 나누거나 특정 기준없이 무작위로 나눌 수 있습니다. 이 액티비티를 수행하려면 빈 A4 용지와 펜이 필요합니다. 각 그룹은 그림을 그리고 쓸 수 있는 빈 종이와 연필을 받습니다.

11. 참가자들에게 그룹 내에서 그룹 구성원의 개별 특성에 대해 토론하라고 합니다. 각 그룹과 그룹에 속한 각 개인은 자신의 개인적인 자질 또는 특징이라고 생각하는 구체적인 특성을 나열해야 합니다. 목표는 개별 구성원이 가진 자질을 최대한 많이 수집하여 슈퍼인간에 투영하는 것입니다.

12. 그룹은 슈퍼인간의 윤곽을 그린 다음, 확인된 모든 성격 특성을 연결해야 합니다. 성격 특성은 각 그룹이 대표하는 슈퍼인간의 윤곽선 그림 옆에 그리거나 적을 수 있습니다.

13. 그룹이 과제를 완료한 후, 각 그룹이 그린 그림을 발표하고 파악한 특성을 설명하도록 합니다.

주의사항

이번 액티비티 동안 남학생들은 치과 의사와 거미에 대한 두려움을 숨기고 주저할 수 있습니다. 이는 또래의 압력과 젠더 규범(소년과 남성은 약한 모습을 보여서는 안 된다는 고정관념) 때문일 수 있습니다. 퍼실리테이터 본인이 가진 두려움이나 불안을 공유하면 도움이 됩니다. 그렇게 함으로써 보다 '용감한' 공간을 만들 수 있습니다.

결론

워크숍을 요약하고 결론을 도출하기 전에 참가자들에게 다음과 같은 질문을 하세요.

- 워크숍을 통해 자신에 대해 무엇을 배웠나요?
- 워크숍을 통해 다른 사람들에 대해 배운 것이 있나요?
- 가까운 사람이나 우리 그룹에 속한 사람들의 특성을 아는 것이 중요한가요? 이유는 무엇인가요?
- 다른 사람들의 특성이 여러분에게 유용할 수 있을까요? 여러분의 특성은 다른 사람들에게 얼마나 유용할 수 있나요?

매칭워크숍

공통적인 특징

공감 교환

의자에 앉으세요

역할극을 통해 참가자들은 지역사회 내에서 성별과 관련된 기대와 메시지를 인식하게 됩니다.

태그

나와 타인

관계

젠더

20분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 지역사회 내의 가치관이 젠더 역할과 성 평등에 어떤 영향을 미치는지 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 개인, 또래, 가족, 지역사회가 서로 다른 가치, 신념, 태도를 가질 수 있음을 이해합니다.
- 참가자는 행동과 의사 결정에 영향을 미치는 지역사회 내의 사회적, 문화적 규범 가치와 믿음에 대해 질문합니다.

준비물

- 의자
- 포스트잇
- 펜
- 캐릭터가 적힌 카드

준비사항

4~5명으로 구성된 그룹별로 의자 1개, 모두가 사용하기에 충분한 포스트잇과 펜, 캐릭터가 적힌 카드가 제공됩니다.

방법

1. 퍼실리테이터가 참가자들을 각각 4~5명씩 그룹으로 나눕니다.
2. 한 사람은 의자에 앉고 다른 사람들은 그 주위에 서 있습니다.
3. 서 있는 모든 사람은 캐릭터가 정해지고 역할을 수행합니다. 의자에 앉은 사람은 참가자 또래의 소년 또는 소녀입니다. 다른 사람들에게는 캐릭터가 적힌 카드가 주어집니다(예: 성직자, 교장, 형제, 아버지, 어머니, 파트너, 선생님, 친구 또는 지역사회의 다른 누군가).

4. 캐릭터를 맡은 참가자는 각 역할에 따라 의자에 앉은 사람에게 전할 메시지와 조언을 생각해 봅니다.

모든 메시지는 포스트잇에 적어서 의자에 앉은 사람에게 붙입니다. 메시지를 작성한 참가자는 의자에 앉은 사람에 포스트잇을 붙이면서 큰 소리로 읽습니다.

총 5분의 시간이 주어집니다.

5. 4번 단계가 끝나면 의자에 앉은 사람들과 다음과 같이 토론합니다.

- 메시지에서 어떤 점을 발견했나요?
- 어떤 메시지가 기억에 남나요?
- 모든 메시지에 대해 어떻게 생각했나요?
- 일부 폭력적인 메시지가 있었나요? 그렇다면 어떻게 대처하겠나요?

주의사항

역할은 무엇이든 될 수 있으며 퍼실리테이터가 참가자의 환경을 고려하여 결정합니다.

결론

지역사회 내에는 압박감으로 느껴질 수 있는 다양한 사람들의 메시지가 많이 있습니다. 참가자들이 느끼는 압박감이 참가자들의 기분과 정신 건강에 미치는 영향에 대해 이야기해 보세요.

매칭워크숍

조각가와 조각상

단어 경주

나의 관계

이 액티비티에서는 청소년들이 살아가면서 맺는 다양한 관계를 탐구합니다. 참가자들은 다른 사람들과 맺고 있는 여러 관계의 특징에 대해 토론합니다.

태그

나와 타인

관계

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 자기 삶 속의 다양한 인연을 식별합니다.
- 참가자 자신이 중요하게 생각하는 본인의 특성과 친밀한 관계에서 바라는 특성 목록을 작성합니다.
- 참가자는 비판적 사고 능력을 향상시킵니다.
- 참가자는 자신의 관계를 시각화하여 통찰력을 얻습니다.

준비물

- 칠판 또는 큰 종이
- 분필 또는 마커

준비사항

-

방법

1. 학생들에게 다양한 유형의 인간 관계를 분류하는 방법을 설명합니다. 참가자들에게 다른 사람들과의 관계를 나열하도록 요청합니다.
2. 학생들에게 자신의 목록을 다른 사람들과 공유하고 싶은지 물어봅니다(필수는 아님). 가족, 친구 또는 이웃과의 관계 등 학생들이 나열한 다양한 유형의 관계를 칠판에 적습니다.
3. 칠판에 4개의 동심원을 그립니다.

4. 학생들에게 빈 종이를 가져가라고 한 뒤 다음과 같이 설명합니다.
 - 제가 그린 것과 같이 작은 동심원부터 큰 동심원까지 일련의 동심원을 그리세요. 가장 큰 원은 종이 전체를 사용합니다.
 - 가장 작은 원 안에 자신의 이름을 쓰거나 자신의 모습을 그립니다.
 - 여러분 삶 속의 주변 사람들을 생각해 보세요. 가장 작은 원 바로 바깥에 가장 가까운 사람들의 이름을 적습니다.
 - 다른 두 개의 원에는 여러분과 조금 더 거리감이 있는 사람들의 이름을 적거나 그립니다.
5. 참가자들에게 서로 가장 가까운 사람들 3~4명씩 그룹을 구성하도록 요청합니다. 그런 다음 2분 안에 서로에게 그린 그림을 설명하도록 요청합니다.
6. 참가자들에게 10분 동안 자신이 소중하게 여기는 관계의 가장 중요한 특성이 무엇인지 다음과 같이 생각해 보도록 합니다.

주의사항

-

결론

목록에 있는 사람 중 한 명을 떠올려보세요. 그 사람의 가치를 가장 잘 설명할 수 있는 단어를 선택합니다. 이제 사람들이 여러분을 설명할 때 사용했으면 하는 단어 한두 개를 칠판에 적습니다. 자신이 (자신 또는 다른 사람에 대해) 높이 평가하는 덕목을 생각해 보고 종이에 글씨를 꾸미거나 창의적인 방법으로 적습니다. 단어를 쓰거나 그리면서 그 단어가 자신에게 어떤 의미인지 생각해 보세요.

매칭워크숍

의자에 앉으세요

응원 메시지

공정한 분담

커뮤니케이션과 섹슈얼리티

이 액티비티는 성적/연애 관계에서 의사소통의 관련성에 대한 것으로, 즐겁고 건강한(또는 건강하지 않은) 관계에 대한 인식을 높이기 위한 것입니다.

태그

나와 타인

관계

섹슈얼리티

동의

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 자신의 감정을 표현하고 다른 사람의 감정을 이해함으로써 의사소통의 긍정적인 결과를 인식합니다.
- 참가자는 다른 사람과의 관계를 개선하기 위해 의사소통 기술을 사용해야 하는 이유를 확인할 수 있습니다.
- 참가자는 건강한 관계를 구축하는 데 있어 의사소통의 중요성을 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 의사소통 부족과 건강하지 못한 관계 사이의 연관성에 대한 예를 제시할 수 있습니다.
- 참가자는 또래 친구들과 대화하고 토론하는 동안 적극적으로 참여하는 법을 배웁니다.

준비물

-

준비사항

-

방법

1. 참가자들에게 파트너와 악수하고 악수할 때 어떤 특별한 점을 느꼈는지 말해보라고 합니다.
2. 그런 다음 참가자들에게 다음 질문을 합니다.
 - 악수하는 동안 어떤 느낌이 들었나요?
 - 파트너와 악수할 때 불편함을 느꼈나요? 그랬다면 그 이유는 무엇인가요? 그렇지 않았다면 그 이유는 무엇인가요?

참가자 중 악수한 사람이 친구이기 때문에 악수하는 것이 편안했다고 말하는 사람이 있다면, 신뢰가 불편함을 느끼지 않게 하는 요인인지 물어봅니다.

3. 이제 참가자들에게 어떤 종류의 악수를 좋아하고 싫어하는지에 대해 파트너와 이야기를 나누라고 합니다. 그런 다음, 퍼실리테이터의 신호에 맞춰 모든 참가자에게 파트너와 다시 악수하라고 말합니다.

4. 최소 5쌍에게 이 악수가 첫 번째 악수와 어떻게 다른지 설명해 달라고 묻습니다. 다음 질문을 합니다.

- 마지막 악수에 대해 설명해 주세요.
- 두 번째 악수가 첫 번째 악수보다 더 좋았나요?
- 마지막 악수에서 달라진 점에 대해 구체적으로 언급해줄 수 있나요?
- 첫 번째 악수보다 두 번째 악수가 더 편안하게 느껴졌나요? 그렇다면 왜 그런 것 같나요?

5. 참가자들에게 원래 배정되었던 사람과 다시 악수하도록 요청합니다. 참가자들에게 이번에는 완벽한 악수를 하는 것이 목표라고 설명합니다.

6. 악수의 길이, 악수의 강도, 눈을 맞추는지, 손에 땀이 나는지, '하이파이브'를 하는지 등을 고려할 수 있다고 조언합니다. 학생들이 파트너와 대화할 때 완벽한 악수에 기여하는 요소와 악수를 불편하게 만들 수 있는 요소에 주의를 기울여야 한다고 설명합니다.

7. 참가자들에게 이러한 요소에 대해 토론하고 완벽한 악수를 해보도록 요청합니다. 30 초에서 1분 후에 참가자들에게 다시 악수를 해보라고 합니다.

8. 이제 참가자들에게 다음 질문을 사용하여 마지막 악수에 대해 설명하도록 요청합니다.

- 첫 번째 악수에서 발생한 불편함이 사라졌나요?
- 첫 번째 악수와 비교했을 때 마지막 악수는 어땠나요?
- 첫 번째와 세 번째 악수 사이에 차이를 느꼈나요?
- 세 번째 악수가 이전 악수보다 더 좋았던 이유는 무엇인가요?
- 사람들 간의 관계를 개선하는 데 있어 의사소통이 얼마나 중요한가요?
- 의사소통이 사람들 간의 즐겁고 건강한 관계를 만드는 데 도움이 될 수 있나요? 어떻게 그럴까요?

9. 참가자들에게 의사소통이 건강하고 편안한 인간 관계를 형성하는 열쇠라고 알려주고 세션을 계속 진행합니다. 의사소통을 통해 우리는 (친구, 또래와의) 관계에서 무엇이 우리를 힘들게 하는지, 무엇이 우리에게 적합한지 말할 수 있습니다. 청소년들은 친구와의 대화에서 종종 관계의 좋은 점은 말하지만 자신을 괴롭히는 것은 표현하기가 어렵습니다. 어떤 사람들은 다른 사람과의 관계에서 특정 반대 의견을 제기하는 것을 어렵게 느끼는데 그 이유가 뭐라고 생각하나요?

10. 참가자들을 두 개의 큰 그룹으로 나누고 각 그룹이 그룹 리더를 선택하도록 합니다. 그룹 활동 후, 리더는 그룹의 결론을 발표합니다. 각 그룹에게 주어진 질문에 답할 수 있는 10분의 시간을 줍니다.

그룹 1 - 친구와의 관계에서 힘든 점을 친구에게 말하기를 꺼려하는 몇 가지 이유를 말해보세요. 왜 우리는 우리 자신의 장벽과 의심을 극복하고 친구 관계에서 힘든 점을 표현하지 못할까요? 그룹 반응: 우리는 상대방에게 상처를 주는 것이 두렵다. 관계를 망치고 싶지 않다. 부끄럽다. 갈등이 두렵다. 그 사람은 비판을 받아들이는 방법을 모른다.

그룹 2 - 우리가 누군가와 관계에서 힘든 점을 그 사람에게 말한다면, 이것이 관계에 긍정적으로나 부정적으로 어떤 영향을 미칠 수 있을까요?

11. 두 그룹 모두에게 결론을 발표하도록 요청합니다.

- 참가자들에게 이 워크숍에서 무엇을 배웠는지 물어봅니다.
- 우리가 말을 하지 않는다면, 관계에서 우리의 감정과 입장에 어떤 영향을 미칠까요?
- 우리를 힘들게 하는 것에 대해 침묵하는 것이 관계를 개선할 수 있는 방법인가요?
- 약속 액티비티를 통해 어떤 결론을 도출했나요?
- 두 번째 액티비티에서 어떤 결론을 도출했나요?

주의사항

이 액티비티는 신체 접촉이 포함되므로 일부 참가자(종교인, 트라우마가 있는 사람)는 참여를 원하지 않을 수 있습니다. 참가자에게 소독제를 제공합니다.

결론

의사소통을 통해 우리는 다른 사람과의 관계에서 무엇이 우리를 힘들게 하는지 이야기할 수 있고, 우리 관계에 대한 그 사람의 의견을 이해할 수 있습니다. 의사소통은 관계를 시작할 때뿐만 아니라 관계를 개선하거나 끝내는 데에도 필수적입니다.

의사소통을 통해 우리는 친구에게 우리의 생각을 전하고, 논쟁하거나, 특정 주제에 대한 우리의 견해를 설명할 수 있습니다. 의사소통을 통해 우리는 감정적으로 마음을 열고 무엇이 우리를 행복하게 또는 슬프게 하는지에 대해 이야기할 수 있습니다. 의사소통은 관계를 형성하고 건강한 관계를 발전시키기 위한 기초가 됩니다. 이를 통해 우리는 사람들을 알아가고, 그들의 태도와 생각, 감정을 이해하고, 그들의 성격을 알 수 있습니다.

건강한 관계는 열려 있고 장애물이 없는 의사소통을 의미하며, 의사소통의 부족은 건강하지 않은 관계의 중요한 징후 중 하나입니다. 두 사람 간의 관계에 대한 의견과 같이 민감한 주제에 대해 소통할 때는 하고 싶은 말을 미리 준비하고, 정보를 전달할 수 있는 최적의 방법을 선택하고, 항상 긍정적인 문구, 예시, 감정으로 교류를 시작한 이후에 부정적인 내용을 전달하는 것이 매우 중요합니다.

매칭워크숍

나는 ...라고 느낀다

응원 메시지

공정한 분담

참가자들은 가족을 돌보는 일에 무엇이 있는지, 그리고 공정한 책임 분담은 어떤 모습일지 알아봅니다.

태그

나와 타인

관계

젠더

돌봄

30분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 건강한 가족 기능의 특징을 나열할 수 있습니다.
- 참가자는 이러한 특징이 건강한 가족 기능에 중요한 이유를 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 건강한 가족 기능에 대한 자신의 기여도를 평가할 수 있습니다.

준비물

- 종이
- 다양한 색상의 마커
- 워크시트 분담표(부록 G 참조)

준비사항

가족을 돌보는 일에 대한 몇 가지 문항을 준비하고 유인물을 인쇄합니다. 한 장의 종이에 "예/동의합니다"를, 다른 한 장에는 "아니오/동의하지 않습니다"를 적습니다.

방법

1. 퍼실리테이터는 가족 돌봄에는 많은 일이 포함되며, 때로는 공정하게 분담되기도 하고 때로는 그렇지 않을 수도 있다고 설명합니다. 자녀가 있거나 없는 가족, 두 명 이상의 부모가 자녀를 돌보는 가족, 한 명의 부모가 자녀를 혼자 돌보는 가족, 조부모가 같은 집에 사는 가족 등 가족 구성도 다양합니다.
2. 소개가 끝나면 퍼실리테이터가 액티비티에 대해 설명합니다.
 - 몇 가지 문장을 낭독하고 참가자들이 이에 대해 생각해보고 "예/동의합니다" 또는 "아니오/동의하지 않습니다"라고 표시된 칸으로 이동하도록 안내합니다. 참가자는 이 두 가지 문장 사이에서 자신의 위치를 선택할 수도 있습니다.
 - 참가자들에게 주의 깊게 경청하고, 인내심을 갖고, 다른 사람의 의견을 존중하며, 누구도 비난받아서 안 된다는 점을 명심하도록 요청합니다.
 - 참가자는 낭독되는 문장을 보고 들은 후 왼쪽 또는 오른쪽으로 이동(동의/반대)하도록 선택할 수 있습니다. 액티비티 중에 의견을 바꿀 수도 있습니다.

3. 각 문장마다 참가자들에게 자신의 선택에 대해 설명하도록 요청하고 서로 토론하도록 장려합니다. 참가자들에게 자신의 신념과 의견에 대한 구체적인 예를 들어달라고 요청하여 토론을 촉진합니다.

4. 요약으로 마무리하고 참가자들이 표(유인물)를 스스로 작성하고 가정에서의 분담이 어떻게 이루어지는지 생각해 보도록 합니다.

토론이 주제에서 벗어날 수 있음을 유의하세요. 퍼실리테이터의 역할은 토론을 주제로 돌아오게 하는 것입니다.

주의사항

예를 들어, 부모님 사이에 긴장, 폭력 또는 어려운 관계가 있는 경우 학생들이 가족 상황에 대해 이야기하고 싶어하지 않는 경우가 있습니다. 이 사람들이 이 액티비티에 어떻게 반응하는지 주목하세요. 사적인 상황을 공유하는 것이 감정을 동요시키는 경우, 돌봄의 공동 책임에 대한 방향으로 대화를 유도합니다.

결론

참가자들과의 토론을 통해서 모든 가족 구성원이 함께 또는 혼자서 즐길 수 있는 자유 시간을 가질 수 있도록 집안일을 분담하는 것이 더 공정하다는 점을 명확히 합니다. 남성*과 여성*, 남자아이*와 여자아이*는 동등한 권리를 가지며 이러한 평등은 가정에서 시작되어야 합니다. 이는 모든 가족 구성원이 자녀와 가정에 대한 책임을 동등하게 나눠야 한다는 것을 의미합니다. 현대의 삶은 많이 변했고 남성과 여성 간의 역할을 엄격하게 구분하는 것은 더 이상 적합하지 않습니다. 모든 일은 똑같이 훌륭하고 중요합니다. 집안일과 청소는 여자아이뿐만 아니라 남자아이도 할 수 있습니다. 어머니, 여자 형제, 할머니도 아버지, 남자 형제, 할아버지와 마찬가지로 일이나 공부로 바쁘기 때문에 여자들에게만 집안일을 맡기는 것은 공정하지 않습니다.

매칭워크숍

나의 관계

침묵의 편지

참가자들은 '침묵의 우편' 게임을 변형한 이번 게임에서 손을 쥐는 아주 간단한 의사소통 방식을 통해 메시지를 전달합니다.

태그

나와 타인

신체

관계

돌봄

동의

15분

8세 이상

6-25 명

학습 목표

• 참가자들은 다른 사람이 전달하고자 하는 바를 아는 데 의사소통이 얼마나 중요한지 깨닫게 됩니다.

준비물

- 칠판 또는 플립차트
- 분필 또는 마커

준비사항

모든 사람이 등글게 설 수 있을 만큼 넓은 공간을 준비합니다.

방법

1. 참가자들에게 원을 그리며 서서 서로의 손을 잡고 눈을 감으라고 말합니다. 퍼실리테이터 역시 원의 일부가 되어 옆 사람의 손을 꼭 쥐고 메시지를 보냅니다. 메시지를 받은 옆 사람은 서클의 다음 사람의 손을 쥐어 메시지를 전달합니다.

○ 한 번 쥐는 경우(<꼭 쥐기>)는 시계 방향으로 이렇게 계속 진행합니다.

○ 두 번 꼬집는 경우(<꼬집기-꼬집기>)에는 방향이 바뀝니다.

참가자는 계속 눈을 감고 있습니다.

2. 이 연습 라운드가 끝나면 여러 번 리드미컬하게 꼬집는 특수 코드가 전달됩니다:

○ 일련의 문자(예: <짧게-짧게-길게-짧게 짧게>)를 고안하여 옆 사람에게 보냅니다.

이 사람은 차례로 다음 사람에게 '메시지'를 똑같이 전달하려고 노력합니다.

○ 메시지를 제대로 받지 못한 경우 언제든지 발신자에게 메시지를 다시 보내달라고 '요청'할 수 있다는 규칙을 추가하세요. 이렇게 하려면 "다시 보내주세요"라는 의미로 손가락을 펼쳐야 합니다.

○ 라운드가 끝날 때 똑같은 꼬집기 세트가 되돌아와야 합니다. 이 게임은 기존의 '침묵의 우편'과 동일하지만 단어가 없습니다.

원한다면 매번 다른 사람이 시작하여 여러 라운드를 할 수 있습니다.

3. 참가자들에게 전달된 메시지를 정확히 느끼는 것이 쉬웠는지 또는 어려웠는지 물어봅니다. 서로의 손을 쥐는 아주 간단한 의사소통 방식만으로 서로에게 '메시지'를 보낸 소감이 어땠는지 물어봅니다. 메시지를 받기 위해 세심한 주의를 기울이고 계속 경계를 늦추지 않아야 하는 기분이 어땠는지 묻습니다.

주의사항

참가자들에게 서로의 손을 쥐는 압력에 세심한 주의를 기울이라고 알려주십시오. 어떤 학생은 다른 학생보다 더 세게 쥘 수 있습니다. 서로를 아프게 해서는 안 됩니다.

결론

참가자들에게 다른 사람들이 우리에게 무엇을 전달하려고 하는지에 대한 의식을 갖는 것이 중요하다는 것을 알려줍니다.
메시지를 잘 표현하는 것이 항상 쉬운 것은 아닙니다. 따라서 우리는 좋은 청취자(또는 메시지 수신자)가 되어야 합니다. 다음 라운드에서는 워크숍 그룹을 구성하여 다른 사람들이 우리에게 전달하려는 내용을 잘 알아차린다는 것이 무엇을 의미하는지 시도해 볼 수 있습니다. 이를 위해서는 참가자들이 메시지를 제대로 이해했는지 확실하지 않은 경우 서로에게 메시지를 반복해달라고 '요청'하는 것이 이 액티비티에서 중요한 부분이라고 알려줄 수 있습니다. 참가자들이 원을 완전히 돌 때까지 메시지를 전달할 수 있도록 최선을 다하도록 격려하세요.

매칭워크숍

동의 걸기

커뮤니케이션과 섹슈얼리티

응원 메시지

사람과 사물

사람과 사물

이 액티비티는 권력 역학(power dynamics), 즉 우리가 권력을 행사하는 방법, 의사소통, 동의의 중요성에 관한 것입니다.

태그

나와 타인

신체

관계

돌봄

동의

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자들은 '동의'(예: 친밀한 행위에 대한 동의)를 요청하는 것이 무엇을 의미하는지, 이를 인정하고 그에 따라 행동하는 것이 무엇을 의미하는지 토론합니다.
- 참가자는 (성적) 동의(태도)를 제공하고 인식하는 것의 중요성을 인식합니다.
- 참가자는 성적 행동(기술)과 관련하여 자신의 경계와 원하거나 원하지 않는 것을 표현할 수 있습니다.

준비물

-

준비사항

편안한 그룹 분위기와 참가자들이 움직일 수 있는 충분한 공간을 확보합니다.

방법

1. 참가자들에게 두 줄로 서도록 요청하고 모든 사람은 맞은편에 누군가가 있는지 확인합니다. 학생 수가 홀수인 경우, 혼자서도 참여할 수 있습니다.
2. 한 줄은 '사람'으로, 다른 줄은 '사물'로 무작위로 선택합니다.
3. 이 액티비티의 규칙을 설명합니다.
(가) 사물: '사물'은 생각하거나 느끼거나 결정을 내릴 수 없습니다. 사물에는 섹슈얼리티가 없으며 '사람'이 시키는 대로 해야 합니다. 사물이 움직이거나 무언가를 하려면 반드시 사람에게 허락을 받아야 합니다.
(나) 사람: '사람'은 생각하고, 결정을 내릴 수 있고, 섹슈얼리티가 있고, 느끼고, 더 나아가 원하는 것을 취할 수 있습니다.
4. '사람' 그룹에게 '사물'로 원하는 것을 하라고 말합니다. 사물은 사람들이 원하는 대로 무엇이든 따라야 합니다.

5. 그룹은 5분 동안 (방 안에서) 지정된 역할을 수행하며 권력 역학을 경험합니다.

6. 5분 후, 그룹 토론을 시작합니다.

○ 이 액티비티에서 무엇을 발견했나요?

○ 어떤 경험이었나요?

○ '사람'이 여러분을 어떻게 대했나요? 기분이 어땠나요?

○ 우리는 일상에서 다른 사람들을 이런 식으로 대하나요? 이런 대우를 어떻게 바꿀 수 있을까요? 어떻게 대처하겠습니까?

주의사항

참가자가 짝수가 아닌 경우, 참가자 중 한 명을 관찰자로 참여하도록 요청하거나 퍼실리테이터가 두 명인 경우 퍼실리테이터 한 명이 참여합니다.

결론

퍼실리테이터와 교육자로서 우리의 관계와 삶 속의 권력 역학에 대해 토론하는 것이 중요합니다. 권력을 자주 사용하고 남용하는 사람들은 심지어 자기 자신을 존중하거나 인정하지도 않는 경우가 많다는 사실을 언급합니다. 일반적으로 이러한 사람들은 자신에 대해 불만족스러워하며 모든 것을 통제하기 위해 다른 사람에게 권력을 행사해야 한다고 생각하는 경우가 많습니다. 간단히 말해서, 일부 남성(과 여성)이 다른 사람에게 권력을 행사하는 방식은 다른 사람에게도 해롭지만 대개는 자기 자신에게도 해롭다는 점을 강조하세요.

매칭워크숍

동의 걸기

폭력의 스펙트럼

동의 걷기

참가자들이 안전한 공간에서 서로에게 다가가서 개인적인 경계를 물리적으로 탐색하는 연습입니다.

태그

나와 타인

신체

관계

동의

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 동의의 정의를 내리고 성적(sexual) 의사결정에 대한 동의의 의미를 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 (성적) 동의를 제공하고 지키는 것이 중요하다는 것을 인식합니다.
- 참가자는 자신의 경계를 정의하고 성적 행동과 관련하여 원하거나 원하지 않는 것을 표현할 수 있습니다.

준비물

-

준비사항

두 줄로 서서 서로를 향해 걸어갈 수 있는 충분한 공간이 있어야 합니다.

방법

1. 참가자들이 서로 마주보고 두 줄을 이루게 합니다. 두 줄 사이에는 최소 4미터의 공간이 있어야 합니다.
2. 퍼실리테이터가 어느 줄의 참가자가 출발할지 알려줍니다.
3. 퍼실리테이터가 시작 신호를 주면 해당 줄의 참가자는 맞은편 참가자를 향해 그 참가자가 "멈춰"라고 말할 때까지 걷기 시작합니다.
4. 그런 다음 걷기 참가자가 멈춘 위치를 평가합니다.
5. 참가자들에게 "이 위치가 편안하게 느껴지나요, 아니면 너무 가깝나요? 아니면 한 걸음 더 갈 수 있을까요?"라고 질문합니다.
6. 한 걸음 더 앞으로(또는 뒤로) 걸어보라고 요청합니다.

7. 참가자들에게 자신의 몸이 느끼는 경험에 집중하라고 말합니다.
- 이 경험이 어땠나요?
 - 여러분은 자신의 경계를 또는 상대방의 경계를 넘었나요?
 - 몸에서 어떤 일이 일어나고 있는지 알아차렸나요/느꼈나요?
 - 상대방의 바디랭귀지를 보고 여러분이 경계를 넘었다는 것을 알 수 있었나요?
 - 자신과 파트너에 대해 무엇을 배웠나요?
 - 역할은 무엇이든 될 수 있으며 퍼실리테이터가 참가자의 환경을 고려하여 결정합니다.

주의사항

이 액티비티를 하는 동안 일부 참가자는 '나는 감당할 수 있다'는 태도로 거의 넘어질 정도로 가까이 다가갈 수 있습니다. 보기에는 감당할 수 있을 것 같지만, 상대방의 경계를(그리고 자신의 경계도) 넘어섰을 가능성이 높습니다. 이런 일이 발생하면 두 참가자에게 정말 기분이 좋았는지 나빴는지 물어볼 수 있습니다.

다른 사람이 여러분의 경계를 넘으면 기분이 어떤가요? 다른 사람의 경계를 넘으면 기분이 어떤가요?

결론

대부분의 참가자들은 상대방이 “멈춰”라고 말할 때까지 그들 자신의 감정과 원하는 것에 집중하지 않고 계속 걸어갑니다.

상대방의 요청이 있기 전에 멈췄나요?

만약 한 걸음 더 나아가라고 말했다면 그럴 필요는 없습니다. 이것이 또래 압력이 작동하는 방식입니다. 때로는 자신이나 상대방에게 좋지 않다고 느끼는 행동을 할 때가 있습니다. 이 연습은 이를 인지하도록 도와줍니다.

주의해야 할 몇 가지 신체 신호도 있습니다. 예를 들어, 시선을 다른 곳으로 돌리거나(눈을 마주치지 않음), 몸을 뒤로 젖히는 자세, 하복부(배)에 느껴지는 느낌 등이 있습니다.

변형

상대방 방향으로 걷고 있는 참가자에게 상대방의 경계에 도달했을 때를 느끼도록 지시할 수도 있습니다. 참가자가 걸음을 멈추면 그 사람이 적절한 시간/위치에서 멈췄는지, 너무 가까운 것은 아닌지, 아니면 조금 더 갈 수 있는지 확인합니다.

매칭워크숍

사람과 사물

사진을 보내줄 수 있나요?

사진 하나만 보내줄래요?

참가자는 다른 사람에게 성적으로 노골적인 자료를 보내는 것의 위험성과 친밀한 관계에서 상호 신뢰의 중요성을 인식하게 됩니다.

태그

나와 타인

관계

섹슈얼리티

동의

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 성적인 행동의 위험성을 설명하고 개별적인 위험을 줄이거나 없애기 위한 전략을 파악할 수 있습니다.
- 참가자는 대인 관계에 대해 성평등한 태도를 보여줍니다.
- 참가자는 의사결정 과정에서 비판적 사고 능력을 발휘하고 잠재적 위험과 결과를 비교하여 각 선택의 결과를 고려합니다.

준비물

- 참가자당 A5 용지 1장
- 색연필과 마커

준비사항

-

방법

1. 각 참가자에게 A5 용지를 한 장씩 주고 자신의 초상화와 함께 각자가 삶에서 소중한 여가는 것(애완동물, 개인 물품, 취미, 다른 사람 등)을 그린 다음 서명하도록 합니다. 이 과제에 5-10분을 주십시오.
2. 참가자들이 그림을 완성한 후, 그룹과 함께 빠른 에너지이저인 '분자' 액티비티를 진행합니다. 다양한 수의 '분자'로 몇 차례 자유롭게 진행하되, 참가자들을 쌍으로 나누기 위해 숫자 2로 마무리합니다. 처음에 참가자는 자신이 선택한 사람과 짝을 이루게 되는데 괜찮습니다. 참가자 수가 홀수인 경우 세 명의 참가자로 그룹을 구성할 수 있습니다.
3. 짝이 지어지면 참가자에게 자신의 초상화를 파트너에게 주고 초상화가 자신에게 어떤 의미인지 설명하게 합니다.
이 과제에 5~10분의 시간을 줍니다.

4. 이제 참가자들이 3명 그룹으로 나뉘어 '분자' 활동을 한 번 더 진행합니다. 이 라운드와 다른 모든 라운드에서 이미 짝(또는 그룹)을 이룬 참가자는 다시 함께 모일 수 없다는 규칙을 소개합니다.

5. 3명 그룹이 구성되면, 참가자들에게 현재 가지고 있는 초상화를 그룹 내의 다른 사람들과 교환하게 합니다.

6. 에너지이저 '분자'와 초상화 교환을 한 번 더 하고 4~5명 그룹으로 모여 마무리합니다.

7. 각 그룹에게 마지막 라운드에서 받은 초상화를 발표하고 다음과 같은 대화를 시작하라고 합니다.

○ 처음 짝이 된 사람과 그림을 공유했을 때 기분이 어땠나요? 그 사람이 당신의 그림으로 무엇을 하기를 바랐나요?

○ 처음 짝이 된 사람으로부터 그림을 받았을 때 기분이 어땠나요? 그 행동에 대해 어떻게 느꼈나요?

○ 그림을 공유할 의도가 전혀 없던 다른 사람에게 그림을 전달하여 공유하게 되었을 때 기분이 어땠나요?

○ 누가 내 그림을 소유했는지 추적하는 것이 얼마나 어려웠나요? 기분이 어땠나요? 그것에 대해 어떻게 생각했나요?

○ 온라인으로 그림을 공유했다면 누가 그림을 볼 수 있는지 추적하는 것이 더 쉬웠을까요, 아니면 더 어려웠을까요?

○ 개인적인 것을 다른 사람과 공유할 경우 자신을 보호하기 위해 무엇을 할 수 있나요?

○ 원치 않는 것을 받은 경우 무엇을 할 수 있나요?

8. 액티비티를 요약하고 마무리합니다.

주의사항

일부 청소년들이 친밀한 관계에서 '섹스팅'을 하고 야한 사진이나 동영상을 은밀히 공유한다는 사실을 알고 있다고 언급합니다.

성적으로 노골적인 사진과 동영상을 공유하는 섹스팅에 대한 부정적인 이미지가 있습니다. 타인의 성적 이미지를 퍼뜨리는 청소년들은 이러한 부정적인 이미지에서 고무감을 느끼는 것으로 보입니다.

그 결과, 청소년들은 섹스팅을 나쁜 일이라고 생각하며 섹스팅을 통해 이미지를 전송한 상대방을 처벌하는 것이 정당하다고 생각합니다. 따라서 섹스팅에 참여하거나 흥미를 느끼는 청소년들을 이해하고, 열린 태도를 가지며, 원치 않는 유포를 강력하게 처벌하고, 무엇보다도 자신의 몸과 다른 사람의 몸을 발견하는 즐거움에 초점을 맞춰야 합니다.

결론

자신의 몸과 다른 사람의 몸을 발견하는 것은 재미있고 즐거워야 합니다. 섹스팅은 이러한 성적 탐험의 일부입니다. 서로의 동의와 열정을 바탕으로 이루어진다는 전제에서요. 누군가가 여러분의 신뢰를 배신하고 허락 없이 이미지를 퍼뜨리는 일이 발생할 수 있습니다.

그러면 사람들은 “사진이 유출됐다” 또는 “사진이 학교에 퍼졌다”고 말합니다. 마치 한 휴대폰에서 다른 휴대폰으로 저절로 사진이 옮겨간 것처럼 말이죠. 어떤 경우든 그 책임은 임의대로 유포한 사람에게 있으며, 그 사람은 폭력을 저지른 것입니다. 심지어 법으로 처벌받을 수도 있습니다. 즐길 수 있지만 섹스팅은 항상 신중해야 합니다.

다음은 몇 가지 팁입니다.

- 사진에서 사람들이 알아볼 수 있는 모습을 보이지 마세요! 사람들이 알아볼 수 있는 성적인 사진이나 동영상을 찍지 마세요.
- 오프라인에서 알고 있고 신뢰할 수 있는 사람과만 섹스팅을 하세요.
- 상대방과 명확한 합의를 합니다.
- 섹스팅은 상대방도 참여하는 경우에만 합니다.

다음 정의를 기억하세요: 섹스팅은 주로 휴대폰을 통해 성적으로 노골적인 메시지, 사진 또는 동영상을 자신과 다른 사람 간에 주고받거나 전달하는 것을 말합니다만, 컴퓨터나 기타 디지털 장치를 통해서도 이루어집니다.

성착취는 비신체적 형태의 강압을 통해 피해자로부터 성적 호의를 갈취하는 행위입니다. 성착취는 권력 남용이 강압 수단이 되는 성적 착취와 성적 이미지를 공개하겠다고 협박하는 성적 착취를 포함하는 광범위한 범주의 성착취를 말합니다.

매칭워크숍

러브 스토리

채팅과 비밀

커뮤니케이션과 섹슈얼리티

채팅과 비밀

참가자는 다른 사람과의 상호작용에서 부적절하고 바람직하지 않은 측면을 인식하고, 또한 관계에서 교묘하고 잠재적으로 파괴적인 행동을 식별하는 법을 배웁니다.

태그

나와 타인

관계

동의

폭력

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 건강한 우정과 건강하지 않은 우정, 친밀한 관계의 차이점을 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 관계에서 폭력에 대해 무관용의 태도를 보여줍니다.
- 참가자들은 폭력과 갈등 해결에 대한 토론과 액티비티를 하는 동안 비판적 사고 기술을 적용하여 결론을 도출하고 결정을 내립니다.

준비물

- '그루밍'을 통해 친밀한 관계를 발전시킨 두 사람에 대한 각 그룹별 이야기(부록 H 참조)
- 다양한 캐릭터 프로필
- 테이프
- 칠판 또는 플립차트
- 마커

준비사항

마르타와 존의 이야기를 각 그룹별로 복사하여 개별 시트에 캐릭터 프로필을 인쇄하거나 적습니다.

소그룹 토론을 위해 플립차트를 준비하거나 칠판에 다음 질문을 적습니다.

- 존은 어떤 사람인가요?
- 마르타는 어떤 사람인가요?
- 존과 마르타의 관계에 대해 어떻게 생각하세요?
- 현실적인 이야기인가요?
- 그 이유는 무엇인가요?

방법

1. 에너지이저 액티비티를 사용하여 참가자들을 소그룹(3~5명)으로 나눕니다.
2. 각 그룹에게 마르타와 존의 이야기 사본과 5번 단계에서 다른 그룹이 보게 될 이야기 속 인물들의 다양한 프로필 출력물을 줍니다. 각 그룹에게 캐릭터에 대한 정보는 다른 그룹에게 공개하지 말고 자신들만 알도록 합니다.
3. 퍼실리테이터 또는 참가자 중 한 명이 마르타와 존의 이야기를 큰 소리로 읽습니다.
4. 칠판이나 플립차트에 질문을 표시합니다. 존은 어떤 사람인가요? 마르타는 어떤 사람인가요? 존과 마르타의 관계에 대해 어떻게 생각하세요? 현실적인 이야기인가요? 그 이유는 무엇인가요? 그런 다음 그룹에게 처음에 주어진 캐릭터 프로필을 사용하여 질문과 함께 이야기에 대해 얘기를 나누라고 합니다.
5. 짧은 그룹 토론이 끝나면 참가자들을 다시 한자리에 모아 큰 하나의 그룹으로 만들고, 각 소그룹에서 자신이 맡은 인물의 캐릭터 프로필과 토론 내용을 한 명씩 발표합니다.
6. 대화를 시작하세요.
 - 마르타와 존의 이야기를 들었을 때 어떤 느낌이 들었나요?
 - 다른 그룹의 설명에 따라 마르타와 존이 누구인지 들었을 때 이야기에 대한 느낌과 의견이 바뀌었나요?
 - 이러한 관계가 현실적인가요?
 - 어떤 경우에는 이러한 관계가 괜찮고 어떤 경우에는 그렇지 않은가요?
 - 마르타가 마음을 바꿀 수 있을까요? 그 이유는 무엇인가요?
 - 마르타가 불편함을 느낀다면 어떻게 할 수 있을까요?
7. 액티비티를 완료하고 결론을 도출합니다.

주의사항

참가자 중 일부는 그루밍을 직접 경험한 적이 있을 수 있다는 점에 유의하고, 이러한 청소년들을 다시 피해자로 만들지 않도록 주의하세요.
참가자들에게 학교와 지역사회 내에서 이용 가능한 정보와 받을 수 있는 도움을 안내합니다.

결론

관계, 특정 요청, 신체접촉은 관련된 사람의 연령과 관계에 따라 적절하거나 부적절할 수 있습니다. 그루밍은 누군가가 부적절한 요청을 하거나 다른 사람에게 부적절한 행동을 할 때 발생합니다. 그루밍은 가해자가 성적으로 학대할 의도를 가지고 상대방의 신뢰를 점차 쌓아가는 준비 과정입니다.

시간이 지나면서 피해자와의 관계를 구축함으로써 성적 학대 또는 강간의 기반이 마련됩니다. 그루밍의 원리는 피해자가 가해자를 너무 신뢰해서 학대가 일어나지 않았다고 믿거나 신고하거나 도움을 요청하는 것이 배신이라고 생각하기 때문에 성폭행에 대해 넘어갈 수 있게 만드는 것입니다.

또한, '그루머(groomer)'는 파트너가 자신 외에는 누구에게도 사랑받을 수 없으며 가해자로부터 받는 '유형'의 사랑을 받을 자격이 있다고 믿게 만들 수 있는데, 이는 대개 교묘하고 파괴적인 방식입니다. 이러한 잘못된 부적절한 행동은 중단되어야 하며 신고해야 합니다.

변형

-

매칭워크숍

폭력이란 무엇인가?

사진을 보내줄 수 있나요?

폭력의 스펙트럼

폭력이란 무엇인가?

참가자는 친밀한 관계, 가정 그리고 지역사회에서 발생할 수 있는 다양한 유형의 폭력을 인식하는 법을 배웁니다.

태그

나와 타인

관계

동의

폭력

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 폭력을 설명하는 방법을 알고 모든 폭력에는 결과가 따른다는 것을 인식합니다.
- 참가자는 폭력의 피해자에 대한 공감을 표현하고 갈등 해결을 위해 비폭력적인 의사소통을 사용할 의지를 가집니다.
- 참가자는 폭력과 갈등 해결에 관한 토론과 액티비티에서 적극적인 경청과 비판적 사고를 통해 결론을 도출하고 결정을 내립니다.

준비물

- 칠판 또는 플립차트
- 마커
- 테이프

준비사항

폭력에 관한 워크숍을 진행하려면 폭력 피해자나 타인에게 폭력을 행사할 가능성이 있는 사람들에게 도움을 제공하는 시민사회단체와 같이 지역 내 폭력에 관련 정보를 찾아보는 것이 중요합니다. 학생들이 폭력이나 학대의 피해자임을 밝히는 경우 적절한 서비스를 소개할 수 있도록 준비하는 것이 중요합니다.

방법

1. 학생들에게 원형으로 앉아 잠시 폭력이 자신에게 어떤 의미인지 조용히 생각한 후, 폭력에 대한 생각을 종이에 그리거나 쓰도록 요청합니다.
2. 학생들이 글을 쓰거나 그림을 그리는 동안 칠판에 '신체 폭력', '감정 폭력', '성폭력'을 적되, 1번 단계에서 학생들이 그린 그림이나 다른 표현들 사이에 공간을 남겨둡니다. 학생들이 다양한 폭력의 유형을 인식하기 시작하는 3번 단계 이전에는 학생들에게 보여주지 않습니다.

3. 2~3명의 자원자에게 자신의 결과물을 발표해 달라고 요청합니다. 학생들과 함께 폭력의 형태를 파악한 다음 적절한 범주 아래 칠판에 붙입니다. '신체 폭력', '감정 폭력', '성폭력' 또는 그 중간 어딘가입니다.

4. 다른 학생들에게 이 단계를 따라 해 보라고 합니다.

5. 학생들의 답안에서 보인 몇 가지 공통점을 토론합니다. 다음 질문에 답할 때 고려해야 할 사항과 도움을 줄 수 있는 서비스에 대한 자료를 참조하세요. 이러한 질문에 대한 참가자들의 답을 칠판이나 플립차트에 적습니다.

○ 어떤 형태의 폭력을 당해도 마땅한 사람이 있습니까?

○ 누가 폭력의 가해자가 될 수 있나요?

○ 폭력은 개인에게 어떤 영향을 미치나요? 그리고 관계나 지역사회에는 어떤 영향을 미치나요?

○ 지역사회 내 폭력을 막기 위해 여러분과 다른 사람들이 할 수 있는 일은 무엇인가요?

주의사항

누가 어떤 행동을 했든, 어떤 상황에서도 어떤 형태의 폭력의 피해자가 되어 마땅한 사람은 없습니다.

부적절한 행동에 대한 처벌의 수단으로 폭력이 허용되어서는 안 됩니다. 이는 어른이든 아이든 모두에게 마찬가지입니다. 폭력을 경험하는 것은 신체적, 정신적 건강에 심각한 결과를 초래할 수 있습니다.

결론

폭력의 가장 기본적인 정의는 한 개인이 다른 개인에 대해 무력을 사용하거나 무력으로 위협하는 것이라고 할 수 있습니다.

폭력은 종종 다른 사람을 통제하고 권력을 휘두르기 위한 수단으로 사용됩니다. 폭력은 전 세계에서 발생하며 개인, 특히 남성이 분노와 갈등을 대처하는 방식에서 배우게 되는 경우가 많습니다. 일반적으로 폭력은 남성의 '자연스러운' 또는 '정상적인' 부분이라고 여겨집니다. 그러나 폭력은 배워서 하는 행동이며, 이러한 의미에서 폭력을 배우지 않고 예방할 수 있습니다. 청소년들은 일상생활에서 타인의 폭력 사용에 반대하는 목소리를 내기 위해 무엇을 할 수 있는지 생각해 보는 것이 중요합니다.

매칭워크숍

내 상상 속 동물은 어디에 속할까?

고양이, 생쥐, 울타리

네 개의 코너

이 인터랙티브 액티비티는 특정 상황에서 방관자로서 어떻게 행동해야 하는지에 대한 행동 관점을 제공합니다.

태그

나와 타인

돌봄

동의

폭력

20분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 성희롱, 괴롭힘(사이버 괴롭힘 포함)과 폭력의 예를 설명 및 인식할 수 있습니다.
- 참가자는 성희롱, 괴롭힘 또는 폭력에 직면했을 때 도움을 요청하는 것이 중요하다는 것을 인식합니다.
- 참가자는 괴롭힘, 성희롱 또는 폭력 위협을 경험하거나 목격했을 때 효과적으로 대응하고 도움을 요청하는 방법을 시연합니다.

준비물

- 기사 및/또는 문장이 포함된 파워포인트
- 테이프
- 종이(4장)
- 연필

준비사항

기사를 수집하거나 문장을 준비합니다. 방을 네 개의 코너로 나누고 각 코너에 대한 전략(행동, 주의 분산, 지원, 도움)을 종이에 적습니다. 이 라벨이 잘 보이도록 합니다.

방법

1. 액티비티를 시작하기 전에 참가자들에게 괴롭힘에 대해 몇 가지 질문을 하고, 질문에 해당하는 것이 있으면 손을 들고 합니다.

- 길거리 괴롭힘(또는 따돌림)을 당한 적이 있는 사람이 있나요?
 - 그 후 누군가 도와준 사람이 있나요?
 - 괴롭힘이나 따돌림을 목격했을 때 개입한 경험을 공유하고 싶은 사람이 있나요?
- 이동(동의/반대)하도록 선택할 수 있습니다. 액티비티 중에 의견을 바꿀 수도 있습니다.

2. 다음과 같이 대화를 시작합니다. "대부분의 사람들이 왜 개입하지 않는지 몇 가지 이유를 나열하세요". 참가자들이 자신의 의견을 공유하게 합니다.

3. 바닥에 네 개의 코너가 있고 각 코너는 주변인의 개입 방법(행동, 주의 분산, 지원, 도움)을 나타냅니다.

o 행동: 즉각적인 개입. 가해자(들)에게 그들의 행동을 지적합니다. 예를 들어, “이건 옳지 않아요” 또는 “그 사람을 내버려 두세요”와 같은 말을 합니다.

주의 분산: 주의를 분산시키려고 노력하세요. 예를 들어, 지금 몇 시인지 또는 버스 정류장이 어디인지 물어보세요. 이렇게 하면 피해자가 도망갈 시간을 벌 수 있습니다.

o 도움 제공: 피해자에게 도움을 제공할 수도 있습니다. 이렇게 하면 가해자를 언급할 필요가 없습니다. 피해자에게 “괜찮으세요?” “도움이 필요하세요?”라고 묻습니다.

o 도움 요청: 위협적이고 안전하지 않은 상황이라면 도움을 요청하세요.

예를 들어 경비원, 관리자, 경찰관 또는 학교의 누군가에게 도움을 요청할 수 있습니다.

4. 파워포인트에서는 기사, 신문 스크랩, 문장 또는 시나리오를 보여줍니다. 기사, 문장 또는 시나리오에 하나씩 이름을 붙입니다. 참가자들에게 어떤 행동을 취할지 선택하게 하고, 해당 코너로 걸어가서 그룹으로 토론하게 합니다.

o 비슷한 상황을 경험하거나 본 사람이 있나요?

o 그때 당신은 어떻게 했나요?

o 당신은 무엇을 할 수 있었나요?

주의사항

최근 기사, 신문 스크랩, 주변 사례 및/또는 실생활과 연관된 사례 연구를 선택합니다. 다양한 사람, 정체성, 상황 및 맥락에 주의를 기울이세요.

참고로 참가자들은 다음과 같은 의견을 낼 수 있습니다. “그건 내 문제가 아니다”, “다른 누구도 개입하지 않는다”, “내가 변화를 만들 수 없다”, “상황을 더 악화시킬 수 있다”, “내가 안전하지 않을까 두렵다”, “피해자가 자초했다”.

결론

주변인은 기준을 세우는 데 도움을 줄 수 있기에 변화를 만들 수 있다고 설명하세요. 자신의 안전이 항상 최우선이며, 상황이 악화될 위험이 있는 경우 항상 도움을 요청하고 위험을 감수할 것인지 선택해야 한다는 점을 분명히 알려주세요.

매칭워크숍

동의를 걷기

폭력이란 무엇인가?

폭력의 스펙트럼

나와 사회

내 상상 속 동물은 어디에 속할까?

참가자들은 상상 속 동물을 그려보고 그 동물이 다양한 크기의 집단에 속하거나 집단에서 배제되었을 때 어떤 기분이 드는지 경험해봅니다.

태그

나와 사회

관계

젠더

60분

8세 이상

10-25 명

학습 목표

• 참가자는 통찰력을 얻고 다양성, 차별 금지, 포용의 중요성을 인식하게 됩니다.

준비물

- 큰 종이 2장(A3 이상)
- 도화지(참가자당 1장)
- 색연필

준비사항

그림을 그릴 수 있도록 각 참가자에게 의자와 테이블을 제공합니다. 큰 종이 한 장에는 '내 동물'을, 다른 한 장에는 '내 동물이 아닌 동물'을 그립니다.

방법

1. 모든 참가자에게 종이 한 장과 색연필을 줍니다.
2. 모두가 자신만의 상상 속 동물을 그릴 것이라고 설명합니다. 이 동물이 어떻게 생겼는지는 우리가 누구인지, 어떤 사람인지, 어떤 경험을 했는지에 따라 달라집니다.
3. 이제 몇 가지 질문을 할 것이고 학생들은 질문에 해당하는 물체를 그려야 한다고 설명합니다. 학생들은 질문에 "예"라고 대답한 경우에만 해당 물체를 그려야 합니다. 처음에 모든 사람이 "예"라고 대답할 수 있는 질문을 하여 모든 사람이 몸통과 머리를 그릴 수 있도록 하는 것이 중요합니다. 질문에 대해 거짓말을 해도 괜찮다고 말하는 것이 중요합니다.
 - 이름이 하나 이상 있나요? 몸을 그리세요.
 - 18세 미만인가요? 머리를 그리세요.
 - 악기를 연주할 수 있나요? 녹색 모자를 그리세요.
 - 정기적으로 교회나 예배당에 가나요? 애완동물의 몸 어딘가에 노란색 꽃을 그리세요.
 - 먹기 싫어하는 음식이 있나요? 한 쌍의 눈을 그리세요.
 - 형제나 자매가 있나요? 애완동물의 털을 (아무 곳이나) 그리세요.
 - 형제가 두 명 이상 있나요? 뿔을 그리세요.

- 매년 휴가를 가나요? 꼬리를 그리세요.
- 여자만 하거나 남자만 하는 것이라며 무언가 하지 말라는 말을 들은 적이 있나요?
동물의 털을 (아무 곳이나) 그리세요.
- 노래 부르는 것을 좋아하나요? 갈기를 그리세요.
- 몸 때문에 놀림을 받은 적이 있나요? 점을 그리세요.

4. 공간을 '내 동물'과 '내 동물이 아닌 동물' 두 쪽으로 나눕니다.

5. 참가자들에게 상상 속 동물에 대해 몇 가지 질문을 할 것이라고 설명합니다. 대답에 따라 참가자들은 방의 양쪽 중 한쪽으로 이동해야 합니다. 방 중앙에 서는 것은 불가능하지만 누울 수는 있습니다. 누구도 자신의 동물을 다른 사람에게 보여줘서는 안 됩니다. 질문은 다음과 같습니다.

- 동물 그림에 녹색이 포함되어 있나요?
- 동물 그림이 손보다 큰가요?
- 동물의 머리와 꼬리에 털이 있나요?
- 동물이 높이 뿔 수 있을 것 같나요?
- 동물에 발가락이 있나요?
- 동물의 눈이 입보다 큰가요?
- 동물에 털이 있나요?

6. 각 질문 후에 모든 사람이 방 안에 흩어지면 짧게 쉬는 시간을 갖고 참가자들은 현재 어디에 서 있는지, 이렇게 서 있는 것이 어떤 느낌인지 간단히 관찰합니다. 액티비티를 하는 동안 참가자들은 다른 그룹에 속해 있는 것이 어떤 느낌인지도 관찰합니다. 관찰한 내용에 대해 토론하고 가능한 질문을 합니다.

- 소그룹에 속한 기분이 어땠나요?
- 한쪽에 혼자 있는 기분이 어땠나요?
- 큰 그룹에 속한 기분이 어땠나요?
- 어떤 점이 눈에 띄었나요?
- 항상 새로운 그룹에 속하는 것은 어떤 느낌이었나요?

주의사항

개인적인 문제가 거론될 수 있으므로 거짓말이 허용된다는 점을 분명히 해 주는 것이 중요합니다.

5번 단계 질문은 파트1의 질문 하나에서 언급된 단 한 가지 특징에 대해서만 정확히 물어서는 안 됩니다. 참가자가 파트 1에서 누가 이 질문에 대해 무엇을 대답했는지 단정할 수 있기 때문입니다.

결론

후속 인터뷰에서 참가자는 소수 집단에 속한다는 것과 다수 집단에 속한다는 것이 어떤 의미인지 파악할 수 있어야 합니다. 둘 사이의 차이를 인식해야 합니다. 여기서 모든 소속이 긍정적으로 평가되어 다양성의 가치가 드러나도록 하는 것이 중요합니다. 또한 '다름'이 개인의 특성에 의해 정의되는 것이 아니라 다양한 특성의 조합으로 인해 모두가 다르다는 사실, 그리고 이것이 매우 긍정적인 것임을 인식하는 것이 중요합니다.

변형

이 액티비티의 변형으로는 참가자가 질문을 하고 “예”라고 답하는 사람이 무엇을 고려야 하는지 제안할 수 있습니다.

온라인에서는 온라인 화이트보드인 Awwapp.com을 통해 이 액티비티를 수행할 수 있습니다. 이 툴은 누구나 집에서 할 수 있는 그림 그리기를 위한 것이 아니라 디지털 공간에서 참가자가 '움직이며' 사람들이 어디로 움직이는지 관찰할 수 있도록 하는 도구입니다.

매칭워크숍

단어 경주

공통적인 특징

동물 의회

네 개의 코너

내가 어떻게 보이나요?

참가자들은 미의 이상에 대해 브레인스토밍하고 이상적인 신체 이미지가 우리 자신의 신체 이미지에 어떻게 긍정적이거나 부정적인 영향을 미칠 수 있는지에 대해 생각해 봅니다.

태그

나와 사회

신체

젠더

건강

섹슈얼리티

60분

12세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 TV 광고, 잡지 및 소셜 미디어에서 이상적인 신체에 대한 명시적 및 암시적 메시지를 인식하게 됩니다.
- 참가자는 이상적인 신체를 추구하는 것이 미칠 수 있는 영향에 대한 통찰력을 얻습니다.
- 참가자들은 이상적인 신체를 비판적으로 바라보고 의문을 제기하는 방법을 배웁니다.

준비물

- 빙고 카드 '바디 토크'(부록 I 참조)
- 주사위
- 연필

준비사항

유인물 '바디 토크'를 인쇄합니다. 액티비티의 소개과 결론을 위해 방에 원을 만들어 놓습니다.

방법

1. 먼저, 오늘 세션은 외모에 대한 대화인 '바디 토크'를 통해 우리가 어떻게 (의도치 않게) 이러한 이상적인 이미지를 확산하는지에 대한 주제에 초점을 맞추고 있다고 설명합니다. "우리가 다른 사람에게 살을 빼서 예뻐 보인다고 말하거나 다른 사람의 외모를 비평하는 데 참여할 때, 우리는 사실 (누군가의 몸과 외모에 대해) 달성해야 할 이상이 있다는 생각을 지지하고 있는 것입니다. 때로는 칭찬처럼 보일 수도 있지만, 우리는 다른 사람과 자신을 비교함으로써 (충분히) 멋지게 보이는 방법은 단 하나뿐이라는 것을 암시하고 있는 것입니다. 이는 신체 이미지에 부정적인 영향을 미치고 불편함을 느끼게 할 수 있습니다."

2. 다음 질문을 플립차트에 적으세요.

- '칭찬'과 제안은 신체에 대한 이상과 이미지에 대한 생각을 어떻게 포함하나요?
- 그런 말을 하는 사람은 어디서 그런 아이디어를 얻었다고 생각하나요?
- '완벽하다'는 것은 무엇을 의미하며 누가 완벽한 것을 정의하나요?

○ 특정 방식으로 보이려고 하는 것은 어떤 부정적인 결과를 초래할 수 있나요?

3. 처음에 위의 질문을 사용하여 '바디 토크' 빙고의 한 문장을 예로 들어 토론하여 참가자들이 나중에 소그룹으로 빙고 게임을 할 때 무엇에 집중해야 하는지 아이디어를 얻을 수 있도록 합니다.

4. 4~5명으로 그룹을 구성하고 각 그룹에게 빙고 카드 한 세트와 주사위를 줍니다. 다음에 무엇을 할 것인지 설명합니다.

○ 한 사람이 주사위를 굴려서 다른 사람에게 해당 문장을 보여줍니다.

○ 그룹은 질문이 있는 문장을 분석해야 합니다(플립차트 참조).

○ 제안된 이상적인 신체에 대한 생각에 분명히 의문을 제기할 수 있도록 응답하는 방법을 결정합니다.

○ 자신의 차례가 된 사람이 너무 복잡하다고 생각하는 문장이 있으면 지울 수 있습니다.

○ 그러면 다음 사람에게 차례가 넘어갑니다. 해당 문장이 이전에 분석된 적이 있다면, 주사위는 다음 사람에게 넘어갑니다.

5. 모든 문장을 다룰 때까지 게임을 계속합니다. 마지막으로 액티비티가 어땠는지 물어봅니다.

○ 어떤 문장은 다른 문장보다 분석하기 더 어려웠나요?

○ 외모(규정된 이상적인 신체를 달성하는 것)에 대해 이야기하는 것이 우리의 신체 이미지에 부정적인 영향을 미칠 수 있다는 사실을 다른 사람들에게 어떻게 설명할 수 있을까요?

6. 외모에 대한 반응(또는 빙고 게임을 하는 동안 나타난 반응)에 어떻게 대응할 것인지에 대한 여러분의 아이디어를 공유하세요!

주의사항

그룹이 이상적인 신체가 의미하는 바를 정확히 알지 못하는 경우, 누군가가 그 이상을 따르고 싶어하는 '이유'에 대해 토론할 수 있습니다.

결론

우리 몸이 규정된 방식으로 보여야 한다는 생각을 따르는 것은 우리 자신의 자아상과 신체 이미지(정신 건강)에 부정적인 영향을 미칠 수 있다고 설명합니다.

매칭워크숍

단어 경주

조각가와 조각상

의자에 앉으세요

조각가와 조각상

'조각'을 하는 동안 그룹은 짝을 지어 남성성과 여성성을 연상시키는 바디랭귀지와 행동을 탐색합니다.

태그

나와 사회

신체

젠더

건강

섹슈얼리티

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자들은 젠더 규범이 어떻게 정체성, 라이프스타일, 행동에 영향을 미칠 수 있는지 인지합니다.
- 참가자들은 젠더 역할과 기대가 바뀔 수 있음을 이해합니다.

준비물

-

준비사항

움직이기에 충분한 공간을 제공합니다.

방법

1. 참가자들이 짝을 이루고 누가 A, 누가 B를 맡을지 결정합니다.
2. 먼저, A는 B에게 전형적인 남성 역할을 하라고 지시하며 어떤 자세를 취해야 하는지 알려줍니다.
3. 다음으로, B는 A에게 전형적인 여성 역할을 하라고 지시하며 어떤 자세를 취해야 하는지 알려줍니다.
4. 그 후 퍼실리테이터는 가장 흥미로운 포즈에 대해 생각해보고, 액티비티에서 어떤 차이점과 어려운 점이 있었는지 참가자들과 토론합니다.
 - 참가자들의 의견을 바탕으로 남성성과 여성성 그리고 이것이 어떤 모습인지에 대해 대화를 나눕니다.
 - 참가자들은 의견이 다를 수 있고 남성성과 여성성에 대한 각자의 생각을 토론할 수 있습니다.
 - 그러나 모더레이터가 토론을 계속 이끌고 궁극적으로 공동의 결론을 도출하는 것이 중요합니다.

주의사항

퍼실리테이터는 이번 액티비티를 명확하게 시연해야 합니다. 참가자와의 신체 접촉에 주의하세요. 주위를 돌아다니며 참가자들을 주시합니다. 일부 참가자는 주어진 자유를 이용해 워크숍을 방해할 수 있습니다.

이 액티비티 전에 '단어 경주'를 했다면 게임에서 나온 단어를 참고할 수 있습니다.

결론

젠더 규범과 고정관념은 우리가 세상을 바라보고 관계를 맺는 방식, 따라서 우리의 행동에 많은 영향을 미친다는 점을 언급하는 것이 중요합니다. 서구 문화적 맥락에서 강하고, 터프하고, 안정적이고, 확고하고, 지배적이고, 개방적이고, 캐주얼하고, 진지하고, 크고, 공간을 차지하는 것은 우리가 '남성적'이라고 생각하는 태도와 행동에도 반영되어 있다고 설명합니다. 조각상을 가능한 한 '여성적'으로 배치하라는 지시를 받으면 정반대로 우아하고, 내성적이며, 작고, 폐쇄적이고, 불안정하고, 쾌활하고, 취약한 태도와 행동이 나타납니다.

매칭워크숍

단어 경주

의자에 앉으세요

미디어 내 캐릭터

단어 경주

팀이 서로 경쟁하여 젠더(남성성, 여성성)와 관련된 단어를 최대한 많이 적는 액티비티입니다.

태그

나와 사회

젠더

20분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 젠더(gender)과 성(sex)의 차이를 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 사회적 규범, 문화적 규범, 종교적 신념이 젠더 역할에 어떤 영향을 미칠 수 있는지에 대한 예를 들 수 있습니다.
- 참가자는 많은 요인이 젠더 역할에 영향을 미친다는 것을 인식합니다.
- 참가자들은 젠더 역할에 대한 자신의 견해에 영향을 미치는 사회적, 문화적, 종교적 신념에 대해 생각해 봅니다.

준비물

- 플립차트 2장
- 테이프
- 컬러 마커(분홍색, 파란색, 빨간색)

준비사항

참가자들이 편안하게 움직일 수 있는 충분한 공간이 필요합니다.
두 장의 플립차트를 벽에 붙여 사용합니다.

방법

1. 참가자를 최대 11명으로 구성된 팀으로 나눕니다. 각 팀을 플립차트 종이 앞에 일렬로 세웁니다.
2. 첫 번째 플립차트 중앙에 사각형을 그리고 그 위에 '남성성'이라고 씁니다. 두 번째 플립차트 중앙에 원을 그리고 상단에 '여성성'이라고 적습니다.
3. 90-120초의 타이머를 설정합니다. 참가자들에게 90초 동안 차트에 한 단어를 적고, 펜을 뒤에 있는 사람에게 넘겨주고 줄의 맨 뒤로 이동하라고 말합니다.
4. 참가자들에게 금지된 단어는 없으며, 가장 먼저 떠오르는 단어를 적으면 된다고 알려줍니다. 다른(즉, 중복되지 않은) 단어를 가장 많이 적은 팀이 승리합니다.

5. 게임이 끝나면 잠시 목록을 검토하는 시간을 갖습니다. 몇 가지 단어를 살펴보면서 다음과 같은 질문을 합니다.

○ 남성성을 상징하는 단어들을 보면 어떤 점이 눈에 띄나요? 남성에게만 나타나는 단어가 있나요?

○ 여성성을 상징하는 단어를 보면 무엇이 눈에 띄나요? 여성에게만 나타나는 단어가 있나요?

○ 남성과 관련된 목록과 여성과 관련된 목록의 차이점은 무엇인가요? 왜 어떤 단어는 한쪽에는 있는데 다른 쪽에는 없을까요?

○ '남성성'에 관한 플립차트에 나열된 모든 단어(특성 및 자질)를 충족하는 남성이 있나요? 그리고 '여성성' 플립차트의 모든 단어에 맞는 여성이 있나요?

6. 눈에 띄는 단어에 동그라미를 치세요 - 신체적인 부분보다는 '융감한' 또는 '다정함'과 같이 묘사적인 단어에 동그라미를 치세요. 이러한 고정관념은 개인과 사회 전체에 해로울 수 있다는 점을 강조하세요. 이는 우리를 제한적인 틀 안에 가두어 더 큰 문제(감정 표현 실패, 정신 건강 문제, 배제)로 이어질 수 있습니다.

7. 남자가 남성적이지 않으면 어떻게 되는지 질문해 보세요. 답변의 (욕설) 단어를 사각형 바깥에 다른 색으로 적으세요.

8. 여성성의 동그라미에도 똑같이 합니다. 여성이 여성적이지 않으면 어떻게 되나요? 답변의 (욕설) 단어를 동그라미 바깥쪽에 다른 색으로 적으세요.

9. 참가자들과 이 (욕설) 단어들 중 눈에 띄는 내용을 토론합니다. 남성성 플립차트의 욕설은 여성성을 의미하며, 그 반대의 경우도 마찬가지입니다. 섹슈얼리티는 종종 젠더와 혼동되기도 합니다(아래 추가 설명 참조).

주의사항

참가자의 삶의 단계에 따라 신체적 특징, 행동, 역할, 특성과 관련된 단어를 플립차트에서 더 많이 또는 더 적게 보게 될 것입니다.

생물학적 및 신체적 특징과 같은 남녀 간의 차이에 대한 토론이 발생할 수 있습니다. 학생들에게 태어날 때부터 남성 또는 여성 성별이 분명하지 않은 간성인 사람들도 있다고 설명합니다.

결론

남성성과 여성성에 대한 이러한 생각은 젠더 규범, 즉 남성 또는 여성에 속하는 역할, 특성, 행동과 관련이 있다고 설명합니다. 젠더는 젠더 규범과도 관련이 있지만, 흔히 트랜스젠더나 섹슈얼리티를 먼저 연상하는 경우가 많습니다.

사회가 이러한 이분법을 만들었고 마치 '자연스러운' 것처럼 느껴질 수 있지만, 이는 우리가 거기에 익숙해졌기 때문이라고 설명하세요. (의류나 장난감 가게, TV 시리즈, 영화, 마케팅 등) 우리 주변 어디에나 존재합니다.

그러나 본질적으로 차트의 모든 단어는 인간의 잠재력에 관한 것입니다.

변형

멘티미터(Mentimeter) 툴을 사용하여 온라인에서도 단어 경주를 할 수 있습니다.

프레젠테이션 슬라이드를 만들고 워드 클라우드 형식을 사용하여, 참가자들이 휴대폰이나 웹 브라우저를 통해 남성성 또는 여성성과 연관된 단어를 채우도록 합니다.

매칭워크숍

조각가와 조각상

폭력이란 무엇인가?

폭력의 스펙트럼

누구를 팔로우하나요?

참가자들이 소셜 미디어 행동에 대해 의식적으로 자발적으로 성찰하게 하는 액티비티입니다.

태그

나와 사회

젠더

관계

돌봄

30분

8세 이상

6-25 명

학습 목표

• 참가자는 정체성과 (온라인) 행동과의 관계에 대한 통찰력을 얻게 됩니다.

준비물

- 종이
- 펜

준비사항

-

방법

1. 각 참가자는 자신이 선택한 소셜 미디어 플랫폼에서 가장 좋아하는 계정(개인적으로 알지 못하는 사람)에 대해 생각하고 그 사람의 계정을 좋아하는 이유를 나타내는 몇 가지 키워드를 적습니다.
2. 소그룹을 구성하여 해당 계정을 팔로우하는 이유 중 가장 중요한 '특징' 10가지를 나열하는 과제를 수행합니다.
3. 전체 그룹으로 모여 특징에 대해 토론합니다. 필요한 경우 소그룹으로 돌아가 '완벽한' 계정을 (창의적인 방법으로) 디자인하는 과제를 수행합니다.
4. 궁극적인 목표는 소셜 미디어가 미칠 수 있는 부정적인 영향에 대해서도 토론하는 것입니다.

주의사항

마지막에는 주요 생각과 발견을 (시각적으로) 요약합니다.

결론

대부분의 대형 계정과 인플루언서 뒤에는 한 명 이상의 사람이 있으며, 대부분 업무가 분담되는 전문적인 구조로 되어 있습니다.
그리고 '진짜'로 보이는 모든 것이 진짜는 아닙니다. 또한 소셜 미디어 계정에 표시되는 모든 것은 즉흥적인 것이 아닙니다.

매칭워크숍

-

동물 의회

참가자는 자신이 사회와 자연과 같은 다양한 시스템의 일부임을 인식하고 이러한 시스템 내에서 자신의 역할과 중요성을 인식하게 됩니다.

태그

나와 사회

젠더

관계

돌봄

90분

8세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 불평등과 엄격한 사회 규범이 사람들의 삶과 기회에 미치는 영향을 설명할 수 있습니다.
- 참가자는 사회적 평등과 사회 정의 증진을 위해 노력할 의지가 있음을 보여줍니다.
- 참가자는 의사결정 과정에서 비판적으로 사고하고 사회의 다양한 집단에 대해 공감을 표현하는 능력을 보여줍니다.

준비물

- 종이
- 다양한 물품: 콜라주 종이, 가위, 풀, 마커
- 인쇄된 유인물(부록 J 및 K 참조)
- 플립차트 또는 화이트보드와 마커

준비사항

그룹 수에 맞춰 동물에 관한 질문이 담긴 유인물을 인쇄합니다.

방법

1. 에너지이저 액티비티인 '동물 모으기'(스타터 & 에너지이저 참조)로 시작하여 참가자를 4~5개 그룹으로 나눕니다. 약 30분 정도 소요됩니다.
2. 각 그룹에 동물이 주어지면 동물에 대한 질문이 적힌 유인물을 나눠줍니다(유인물 참조).
3. 발표 준비를 위한 빈 종지와 기타 물품을 제공합니다. 그룹이 인터넷을 사용할 수 있는 경우 인터넷 검색을 할 수도 있습니다. 20분의 시간을 줍니다. 동물에 이름, 직업, 취미를 부여하는 등 동물에게 개성을 부여하는 '의인화'를 장려합니다. 의인화를 통해 참가자들은 동물의 프로필에 더 많이 관여할 수 있습니다. 동물이 겪는 문제와 그 문제에 대한 해결책에 초점을 맞춰야 한다고 알려주세요.

4. 각 그룹에 그룹이 맡은 동물에 대해 발표할 대표자를 지정하도록 요청합니다.

5. 모두 모인 가운데 각 그룹 대표자가 발표합니다.
그룹당 2~3분의 발표 시간을 줍니다.

6. 각 그룹의 대표자가 해당 동물에 대해 발표하는 동안 퍼실리테이터는 칠판에 두 개의 열이 있는 표를 그립니다. 한 열은 '문제'라고 쓰고 다른 열은 '해결책'이라고 씁니다.
퍼실리테이터는 각 그룹의 동물에 관한 답을 열에 채웁니다.

7. 모든 그룹의 발표가 끝나면 토론을 시작합니다.
 - 모든 동물을 알게 된 후 기분이 어떤가요?
 - 맡은 동물에 대해 새롭게 알게 된 것이 있나요?
 - 자기 자신이나 친구들에 대해 새롭게 알게 된 것이 있나요?
 - 그룹/동물을 대표할 사람을 어떻게 결정했나요?
 - 이 결정을 내릴 때 무엇을 고려했나요?
 - 발표에 대해 어떻게 생각하나요?
 - 동물들의 문제에 대한 설명에 만족하나요?
 - 보드에 적힌 일부 문제는 다른 문제보다 더 심각한가요? 그 이유는 무엇인가요?
 - 몇 가지 문제가 서로 관련되어 있나요? 그렇다면 어떻게?
 - 해결책에 만족하십니까? 그 이유는 무엇인가요?
 - 여러분 삶과의 연관성이 보이나요? 비슷한 점과 다른 점은 무엇인가요?
 - 여러분이 겪고 있는 문제가 동물의 문제보다 더 큰가요?
 - 환경(지역사회, 이웃 또는 학교)에서 두드러지는 특정 문제를 해결하기 위해 무엇을 할 수 있을까요?
 - 가능한 해결책에 대해 더 잘 소통하기 위해 무엇을 할 수 있을까요?

8. 참가자들에게 두 개의 생태 이미지(부록 J와 K 참조)를 보여주고 액티비티를 마무리합니다.

주의사항

이 액티비티는 90분 동안 진행되므로 중간에 잠시 휴식을 취하는 것이 좋습니다.

결론

지구상의 모든 것은 서로 연결되어 있으며 지구는 여러 개의 작은 부분으로 구성된 하나의 큰 시스템이라고 말할 수 있습니다.

우리는 먹는 음식, 입는 옷, 집에 있는 물건, 즐겨하는 스포츠, 듣는 음악, 보는 영화를 통해 전 세계의 사람들과 장소와 연결되어 있습니다. 우리는 사람과 장소뿐만 아니라 자연과도 연결되어 있습니다.

사실 우리는 자연에 속하며, 남성이 여성에 비해 위계질서에서 더 높은 위치를 차지해서는 안 되는 것처럼, 인간도 다른 생명체에 비해 위계질서에서 더 높은 위치를 차지해서는 안 됩니다.

우리의 일상적인 행동과 친구나 동료 시민의 니즈에 대한 태도, 자연과 기후 변화에 대한 일반적인 태도 등 시스템의 모든 부분에 대한 우리의 행동은 시스템 전체에 큰 영향을 미칩니다.

세계의 일원으로서 우리는 우리 모두의 생활 환경을 개선하기 위해 시스템의 여러 부분(인간, 동물, 자연)의 니즈에 대응할 의무가 있습니다. 이를 위해서는 타인의 경험과 니즈에 대해 열린 마음으로 공감하며 적극적으로 경청하고, 질문하고, 비판적으로 사고하고, 좋은 대의를 위해 함께 힘을 모으고 지역사회에 적극적으로 참여함으로써 타인의 경험을 내 경험처럼 소중히 여길 수 있습니다.

변형

온라인 액티비티의 경우 퍼실리테이터는 다섯 가지 동물을 정하고 참가자를 미리 그룹에 배정하여 그룹으로 작업할 수 있도록 분과 세션으로 보내야 합니다.

퍼실리테이터는 2번 단계의 질문을 채팅창에 붙여넣고 그룹에게 20분 동안 다양한 온라인 도구(예: Canva)를 사용하여 프레젠테이션을 만들도록 할 수 있습니다. 나머지 액티비티는 크게 조정할 필요가 없습니다.

매칭워크숍

동물 의회

내 상상 속 동물은 어디에 속할까?

권력, 특권, 평등

이 액티비티에서 참가자들은 소외계층에 대한 공감을 높이기 위해 평등, 편견, 차별에 대해 배웁니다.

태그

나와 사회

신체

젠더

폭력

섹슈얼리티

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 사회에서 권력의 분배에 대해 논의하는 방법을 배웁니다.
- 참가자는 권력, 특권 차별, 억압 사이의 관계를 인식하고 이러한 문제가 자신의 삶과 어떤 관련이 있는지 알아봅니다.
- 참가자가 분석력과 문제 해결 능력을 높일 수 있도록 돕습니다.

준비물

- 칠판 또는 플립차트
- 분필 또는 마커

준비사항

칠판이나 플립차트에 두 개의 열이 있는 표를 그림니다. 왼쪽 열에는 '더 많은 권력/특권'이라는 제목을 붙이고 다른 열에는 '더 적은 권력/특권'이라는 제목을 붙입니다. 학생들에게 자신의 삶과 사회에서 권력, 특권, 평등의 개념에 대해 배우게 될 것이라고 말합니다.

참가자들이 세션의 상호작용적인 부분을 준비할 수 있도록 권력, 평등, 특권이라는 용어를 소개하는 것이 중요합니다.

그룹에 적용되는 인구 집단의 목록을 작성합니다. 세션을 시작하기 전에 1번 단계를 완료합니다.

방법

1. 참가자들에게 권력의 의미와 모든 사람이 동등한 의사 결정권을 가지고 있는지 설명해 보라고 합니다. 두 개의 정사각형이 그려진 보드를 사용하여 이를 시각화합니다.
2. '사회에서 일반적으로 불평등한 권력을 가진 집단'이라는 제목의 첫 번째 예시(부자와 가난한 사람)를 읽습니다.

3. "다음 중 어느 그룹이 '더 많은 권력' 열에 속하고 어느 그룹이 '더 적은 권력' 열에 속할까요?"라고 질문합니다. 학생들에게 그러한 특징이 완전히 정확하지는 않다는 점을 알려줍니다.

4. 제공된 열에 학생들의 답을 기록합니다. 나머지 목록을 살펴보고 각 열에 학생들의 답을 기록합니다(민족, 인종, 종교 집단의 경우 해당 지역 언급에서 특정 집단의 이름을 포함시키는 것이 자연스럽습니다).

5. 참가자들에게 묻습니다.

○ 사회에서 더 많은 특권을 가진 집단의 목록을 보세요. 이 목록에 개인적으로 공감할 수 있는 집단이 있나요? 이 집단이 일반적으로 사회에서 더 많은 권력을 가지고 있다는 것에 동의하나요?

○ 이러한 권력 차이를 설명할 수 있는 경험이나 들은 이야기를 몇 문장으로 써보세요. 참가자들에게 3~5분의 시간을 줍니다.

○ 사회에서 특권이 적은 집단의 목록을 참고하세요. 여러분 자신이 이 집단에 속해 있다고 생각하십니까? 이 집단이 일반적으로 사회에서 권력이 적다는 데 동의하나요? 이러한 힘의 차이를 설명할 수 있는 경험에 대해 들어봤거나 직접 겪은 경험에 대해 몇 문장을 쓰세요(학생들에게 3~5분 정도 시간을 줍니다).

○ 각 목록에서 적어도 한 집단과 동일시할 수 있는 사람이 있으면 손을 듭니다. 대부분 특권을 가진다는 것이 어떤 것인지 경험한 적이 있습니까?

6. 몇 명의 참가자에게 권력이나 특권이 적은 그룹에 속해 있는 경험에 대해 물어달라고 요청합니다(공유는 자발적으로 이루어져야 하며, 누구도 강요하지 않습니다).

7. 참가자들에게 다음과 같은 질문을 하며 액티비티를 계속 진행합니다(질문당 1~2개의 답변으로 제한).

○ 취약계층의 경험에서 어떤 점을 발견했나요? (연구: 힘없는 사람들은 종종 차별을 받거나 억압을 받습니다).

○ 이러한 경험은 힘이 약한 사람들에게 어떤 감정을 불러일으킬 수 있나요? (칠판에 감정을 나열하세요. 일어난 일에 대한 설명이 아니라 감정을 표현하는 단어인지 확인하세요).

○ 칠판에 적힌 감정들에서 어떤 점이 눈에 띄나요?

8. 이제 앞의 두 목록으로 돌아가서 질문합니다.

- 그룹 내의 모든 사람이 각자 다른 단어 쌍을 사용하여 평등한 문장을 완성할 수 있도록 할 수 있나요? 경우에 따라 다른 단어나 완전히 다른 아이디어를 사용할 수도 있습니다. (시간이 허용하면 여러 개의 불평등 단어 쌍을 사용하여 반복합니다)
- 세계인권선언의 첫 번째 조항이 무엇인지 아는 사람이 있나요? 참고: 평등권.
- 첫 번째 조항을 칠판에 적습니다. "모든 인간은 태어날 때부터 자유로우며 그 존엄과 권리에 있어 동등하다. 인간은 천부적으로 이성과 양심을 부여받았으며 서로 형제애의 정신으로 행동하여야 한다."
- 평등의 개념에 대해 생각해 봅시다. 첫 번째 단어 쌍(부자와 가난한 사람)을 예로 들어 봅시다. 문장을 완성하세요. "부자와 가난한 _____ 사이의 평등." 어떤 것이 먼저 떠오르나요? (정답이 하나만 있는 것은 아닙니다).

주의사항

그룹이 예를 들기 어려워하는 경우 부자 대 가난한 사람, 남성 대 여성, 한국인 대 이주자, 청소년 대 성인, 백인 대 유색인종, 이성애자 대 동성애자, 시스젠더 대 트랜스젠더, 비장애인 대 장애인, 다수 종교 집단 대 소수 종교 집단 등의 인구 집단 예시를 직접 가져오거나 준비할 수 있습니다.

열린 질문을 하고 솔직한 대화를 나누면서 논쟁을 피하려고 노력하세요. 일부 개념은 이해하기 어려울 수 있습니다. 그런 다음 참가자의 삶에서 예를 들어 그들의 상황과 생활 환경에 맞게 다시 설명하세요.

결론

다음 질문으로 대화를 마무리합니다(또는 수업이 끝난 후 학생들에게 다음 질문에 대해 생각해 보도록 유도합니다). 모두에게 평등을 보장하기 위해 무엇을 해야 할까요?

매칭워크숍

의자에 앉으세요

공감 교환

고양이, 생쥐, 울타리

참가자는 성폭력에 대한 지식을 얻고 이를 예방하기 위한 사회 전체의 책임에 대해 알게 됩니다.

태그

나와 사회

젠더

관계

폭력

섹슈얼리티

45분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

• 참가자는 정체성과 (온라인) 행동과의 관계에 대한 통찰력을 얻습니다.

준비물

- 화이트보드 또는 플립차트
- 마커

준비사항

칠판이나 플립차트에 표를 그립니다(부록 L 참조).

방법

1. 게임으로 액티비티를 시작합니다. 참가자들은 원형으로 서서 서로의 손을 잡습니다. 그들은 울타리 역할을 합니다. 숫자 세기 동요를 부르면서 고양이와 쥐를 선택합니다. 게임이 시작될 때 쥐는 원 안에서 있고 고양이는 원 밖에서 있습니다. 고양이는 쥐를 잡으려고 하고, 쥐는 도망치려고 합니다.

참가자들은 번갈아 가며 한 번은 고양이를, 다음 번은 쥐를 돕습니다. 고양이가 쥐를 잡으면 게임이 종료됩니다.

2. 참가자들에게 게임을 하는 동안 기분이 어땠는지 물어보면서 토론을 시작합니다.

- 쥐는 기분이 어땠나요?
- 고양이는 기분이 어땠나요?
- 울타리는 기분이 어땠나요?

3. 참가자들의 대답을 표에 적습니다.

4. 각 열의 상단에서 '생쥐'를 '여자'로 바꾸고, '고양이'를 '남자'로 바꾸고, '울타리'를 '학교'로 바꿉니다. 참가자들에게 다음 질문을 합니다.

- 자신의 삶에서 여자와 남자가 표에 적힌 방식으로 행동한 예를 생각할 수 있나요?
- 언젠가는 이런 식으로 행동하는 것이 좋고 언젠가는 좋지 않을까요?
- 그런 상황에서 주변 사람들이나 학교는 어떻게 해야 하나요?

5. 참가자들에게 '차 동의(Tea Consent)' 비디오를 보여주고 토론합니다.
<https://youtu.be/oQbei5JGiT8>

6. 액티비티를 마무리합니다.

주의사항

청소년에 대한 다양한 유형의 성희롱과 학대에 대해 설명하는 것을 잊지 마세요.
○ 동의 없이 은밀한 부위를 만지거나 더듬거나 잡는 행위는 학대에 해당합니다.
○ 언어적 학대 - 여기에는 '참녀', '걸레', '매춘부' 등의 용어가 포함됩니다. 공공장소에서 치마나 상의를 들거나 바지나 속옷을 내리는 행위는 성희롱입니다.
○ 신체적 또는 언어적으로 원치 않는 성적 접근 - 이는 동의하지 않았는데도 성적인 방식으로 계속 말을 걸거나 행동할 때 발생합니다.

결론

우리는 살아가면서 다양한 출처(가족, 친구, 미디어)로부터 연애 관계에서 어떻게 행동해야 하는지에 대한 메시지를 받습니다. 소녀와 여성은 소년이나 남성에게 구애를 받거나 심지어 시달리는 게 당연하다는 생각이 널리 퍼져 있으며, 소년이나 남성 앞에서 연약하고 수동적이며 복종적인 소녀나 여성의 이미지를 유지하기 위해 원치 않는 행동을 참아야 하는 경우가 많습니다. 오히려 이러한 행동을 하는 남성들은 강하고 적극적인 사람으로 여겨지는 경우가 많습니다. 이러한 특성과 행동은 타고난 것이 아니며 자연스러운 것이 아닙니다.

상대방이 동의하지 않은 모든 행동(원치 않는 관심, 발언, 부적절한 접촉)은 성희롱 또는 성폭력으로 간주될 수 있습니다. 게다가 성희롱과 폭력에 대해 말하거나 신고하는 사람은 많지 않습니다. 청소년이 이러한 행동을 경험하고 있거나 경험한 적이 있고 이를 신고할 용기가 있는 경우, 그 청소년이 목소리를 낼 수 있도록 격려해야 합니다! 부적절한 행동을 하는 사람에게 자신의 행동 방식이 잘못되었다는 것을 알리는 것이 중요합니다. 청소년이 직접 문제를 해결하고 싶지 않은 경우, 문제를 해결할 수 있는 사람에게 알릴 수 있습니다.

매칭워크숍

폭력이란 무엇인가?

폭력의 스펙트럼

폭력의 스펙트럼

참가자들은 다양한 형태의 불평등한 대우와 폭력(성차별, 이중 잣대, 동성애 혐오, 트랜스 혐오 등)이 젠더에 대해 제한적인 인식과 어떻게 관련되어 있는지를 배웁니다.

태그

나와 사회

젠더

폭력

20분

10세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자들은 젠더 기반 폭력을 설명하고 젠더에 대한 우리의 생각과 고정관념이 다른 사람을 대하는 방식에 영향을 미칠 수 있으며, 이것이 차별과 폭력으로 이어질 수 있음을 인지할 수 있습니다.
- 참가자는 모든 형태의 젠더 기반 폭력이 잘못되었음을 인지합니다.
- 참가자들은 학교 안팎에서 발생하는 폭력을 포함하여 자신이나 아는 사람이 젠더 기반 폭력을 경험하는 경우 신뢰할 수 있는 성인과 어떻게 상의할 것인지 밝힐 수 있습니다.

준비물

- 플립차트
- 포스트잇
- 펜또는 마커

준비사항

피라미드가 그려진 플립차트를 준비합니다. 브레인스토밍을 위해 각 참가자에게 충분한 포스트잇과 펜을 배포합니다.

방법

1. 참가자들에게 다양한 형태의 폭력에 대한 구체적인 예시를 생각해 보라고 합니다. 참가자들에게 그 예시를 포스트잇에 적도록 합니다.
2. 참가자들에게 5분 동안 예시를 생각할 시간을 주고, 포스트잇 한 장당 한 가지씩 적으라고 합니다.
3. 학생들이 포스트잇에 예시를 적고 나면 피라미드가 스펙트럼이라고 설명합니다. 맨 위에는 '최악의' 폭력이 있고 맨 아래에는 비교적 '가벼운' 형태의 폭력이 있습니다. 참가자들은 자신의 포스트잇을 어디에 붙일지 결정할 수 있습니다.
4. 참가자들에게 자신의 예시를 설명하면서 피라미드 위에 포스트잇을 붙이라고 합니다.

5. 먼저, 참가자들이 만든 폭력의 스펙트럼에 대해 토론합니다. 무엇이 눈에 띄나요?

6. 유인물에 있는 피라미드를 보여주며 다음 질문을 합니다.

- 양쪽 사이에서 무엇을 발견했나요?
- 폭력이 많이 일어나는 장소와 상황이 있나요?
- 이러한 형태의 폭력에 더 많은 남성 또는 여성이 영향을 받나요?
- 폭력을 예방하기 위해 우리가 바꿀 수 있는 부분은 무엇인가요?

7. 이 연습을 마무리하고 아래에 설명된 결론으로 마무리합니다.

주의사항

참가자들에게 폭력의 형태를 설명하고 이름을 붙일 때 구체적으로 말하도록 합니다. 그렇지 않으면 참가자들은 성적, 온라인, 언어적, 신체적 폭력에 대해 일반적인 용어로 이야기할 가능성이 높습니다.

많은 경우에 참가자들은 살인이나 강간 중 어느 것이 더 나쁜지 토론할 것입니다. 모든 사람은 자신의 의견을 가질 권리가 있다고 설명합니다. 피해자 입장에서는 트라우마를 극복하고 살아가야 하기 때문에 강간이 더 나쁠 수 있습니다. 그러나 가해자의 관점에서 볼 때, 살인은 피해자의 삶과 그 사람이 인간으로서 앞으로 내릴 다른 모든 결정권을 빼앗는 것이기 때문에 누군가에게 할 수 있는 최악의 행위라고 할 수 있습니다.

결론

젠더 기반 폭력은 폭력을 사소화, 정상화, 유발하는 맥락(문화)에서 발생한다고 설명해 주세요. 피라미드의 가장 아래 레벨(유인물 참조)에 그 근거가 있습니다. 이 레벨에서는 가장 일반적인 형태의 젠더 기반 폭력이 발생합니다. 그 위의 레벨은 덜 일반적이기 때문에 더 작습니다. 말하자면 쌓여가는 것입니다.

농담으로 시작한 행동이 결국에는 용납할 수 없는 행동으로 이어질 수 있습니다. 우리는 성폭행, 학대, 살인을 예방할 수는 없지만 성차별, 동성애 혐오, 불평등한 대우, 상처를 주는 농담에 맞서 싸워서 관습을 바꾸고 변화를 만들 수 있습니다.

매칭워크숍

단어 경주

의자에 앉으세요

폭력이란 무엇인가?

가상 사회

참가자들은 창의적 액티비티를 통해 우리가 소셜 미디어와 상호작용하는 방식에 초점을 맞춥니다.

태그

나와 사회

젠더

관계

건강

30분

8세 이상

10-25 명

학습 목표

- 참가자는 소셜 미디어에 대해 비판적으로 생각하는 법을 배웁니다.
- 참가자는 소셜 미디어에서의 행동에 대해 생각해 봅니다.

준비물

- 펜
- 종이

준비사항

-

방법

1. 각 참가자는 짧은 시각적 스케치/그림으로 다음 질문에 답합니다.
 - 내가 밖에서 가장 좋아하는 장소는?
 - 내가 정말 싫어하는 장소는?
 - 내가 가장 좋아하는 음식은?
 - 내가 가장 좋아하는 활동은?
 - 내가 좋아하지 않지만 가끔은 해야 하는 활동은?
 - 오늘 나의 기분은?
2. 이번에는 각 질문에 대해 원하는 사람(누구에게도 강요하지 않는 것이 중요합니다)이 주제에 대한 자신의 스케치를 보여주고 이에 대해 간략하게 이야기합니다.
3. 일반적으로 참가자들은 싫어하는 것에 대한 스케치보다 좋아하는 것(예를 들어 집에서 가장 좋아하는 장소)에 대한 스케치를 더 많이 보여주려는 경향이 있는데, 그룹에서 이런 경향이 보인다면 왜 그런지 토론합니다. 그렇지 않다면 3번 단계로 건너뛰십시오.

4. 방금 만든 워크숍 상황을 소셜 미디어와 비교합니다. 참가자들이 좋아하는 활동/상황/주제는 무엇인가요?
참가자들이 소셜 미디어에 게시하거나 이야기하지 않는 것 또는 상황은 무엇인가요?
다른 사람들이 게시한 콘텐츠 중 마음에 들지 않는 것이 있나요?

주의사항

참가자가 아주 어리다면 1번 단계에서 질문을 두 세 개 정도로 줄이세요.

일부 참가자는 소셜 미디어에 활발히 참여하지 않을 수 있습니다. 이는 문제가 되지 않는다는 점을 명확히 설명하는 것이 중요합니다. 그럼에도 불구하고 그들도 보통 다른 사람들과 마찬가지로 이 주제에 관심이 있을 것입니다.

결론

한 가지 분명히 해야 할 것은 소셜 미디어에서 우리는 항상 사람들의 실제 현실의 일부만을 본다는 점입니다.

매칭워크숍

미디어 내 캐릭터

누구를 팔로우하나요?

부록

부록 A

워크숍 - 동물 모으기

물개	말
고양이	양
오리	앵무새
돼지	벌
기니피그	뱀
닭	원숭이
곰	사자
개구리	코끼리

부록 B

워크숍 - 신체 여정

이번 시간에는 우리 몸을 내면에서 경험하고 의식적으로 인식할 수 있는 기회를 갖게 될 것입니다. 때때로 우리는 우리 몸을 너무 엄격하게 다루고 항상 일해야 하는 기계처럼 사용합니다. 하지만 지금은 우리 몸에 필요한 모든 관심을 기울여 봅시다.

편안한 자세로 팔을 쭉 뻗어 보세요. 다른 사람을 건드리지 말고 자신을 위한 충분한 공간을 확보하세요. 편안하게 눈을 감으세요.

이제 몸이 바닥에 닿는 느낌에 집중하세요.

점점 더 편안해지면서 몸이 무거워지는 것을 느껴보세요.

숨을 내쉬면서 느껴지는 긴장을 내려 놓고 모든 팔다리의 힘을 완전히 빼세요.

신경을 손에 집중한 다음(잠시 멈춤) 천천히 팔로 올라갑니다(잠시 멈춤).

어깨로 가서 어깨를 귀 쪽으로 잠시 당긴 다음(잠시 멈춤) 다시 완전히 놓습니다.

이제 얼굴의 느낌을 느끼고 잠시 미소를 짓습니다(잠시 멈춤).

이제 몸의 중앙으로 신경을 이동합니다. 가슴, 배, 등을 느껴보세요(잠시 멈춤).

신경을 다리로 옮기고(잠시 멈춤), 발가락에 닿을 때까지 아래로 내려갑니다(잠시 멈춤). 완전히 편안하게 누워 몸 전체를 인식합니다(잠시 멈춤).

지금 몸의 어느 부위가 특별히 느껴지나요? (잠시 멈춤) 의식적으로 느끼지 못했던 부위는 어디인가요? (잠시 멈춤) 그동안 별로 신경 쓰지 않았던 부위를 잠깐 느껴보세요. 숨을 깊게 들이쉬고 내쉬세요.

이제 자신의 신체와 신체 능력을 필요로 하는 좋아하는 일을 상상해 보세요. 몸이나 몸의 특정 부위가 할 수 있는 일이라면 무엇이든 상관없습니다. 떠오르는 것이 있나요? (잠시 멈춤)

몸으로 할 수 있는 무언가를 찾았다면 잠시 멈춰보세요.

몸으로 할 수 있는 모든 것에 대해 우리 몸에 '감사'하는 것을 상상할 수 있나요? 그렇다면, 아무도 듣지 못하고 자신의 몸만 들을 수 있는 방식으로 해보세요(잠시 멈춤).

이제 몸의 일부를 스트레칭하거나 흔들어 이제 이 신체 여정의 마지막을 준비할 수 있습니다(잠시 멈춤).

준비가 되면 눈을 뜨고 천천히 똑바로 앉으세요.

부록 C

워크숍 - 나도 너와 똑같아

인터뷰 질문

- 어떤 음악을 들으세요?
- 스포츠에 대해 어떻게 생각하세요? 어떤 스포츠를 좋아하세요?
- 가장 좋아하는 음식이나 음료는 무엇인가요?
- 가장 좋아하는 학교 과목은 무엇인가요?
- 여가 시간에는 무엇을 하시나요?
- 자신에 대해 무언가를 바꿀 수 있다면, 무엇을 바꾸고 싶으신가요?
- 세상을 바꿀 수 있다면, 무엇을 가장 먼저 바꾸고 싶으신가요?
- 세 가지 소원을 들어줄 수 있는 금붕어를 잡을 수 있다면 어떤 소원을 빌겠나요?
- 자신에 대해 특별하다고 생각하고 다른 사람들이 감사하게 여기는 특징은 무엇인가요?

부록 D

워크숍 - 공통적인 특징 (빙고)

<p>나는 형제 또는 자매 중 첫째다.</p> <p>이름 _____</p>	<p>나는 외동이다.</p> <p>이름 _____</p>
<p>나는 채식주의자다.</p> <p>이름 _____</p>	<p>나는 2개 이상의 언어를 구사한다.</p> <p>이름 _____</p>
<p>나는 스포츠 클럽의 회원이다.</p> <p>이름 _____</p>	<p>나는 연애 중이다.</p> <p>이름 _____</p>
<p>나는 예술 그룹(춤, 노래, 연극)의 일원이다.</p> <p>이름 _____</p>	<p>나는 부모님이 한 명 이상이다.</p> <p>이름 _____</p>

이름 _____

이름 _____

이름 _____

이름 _____

이름 _____

이름 _____

이름 _____

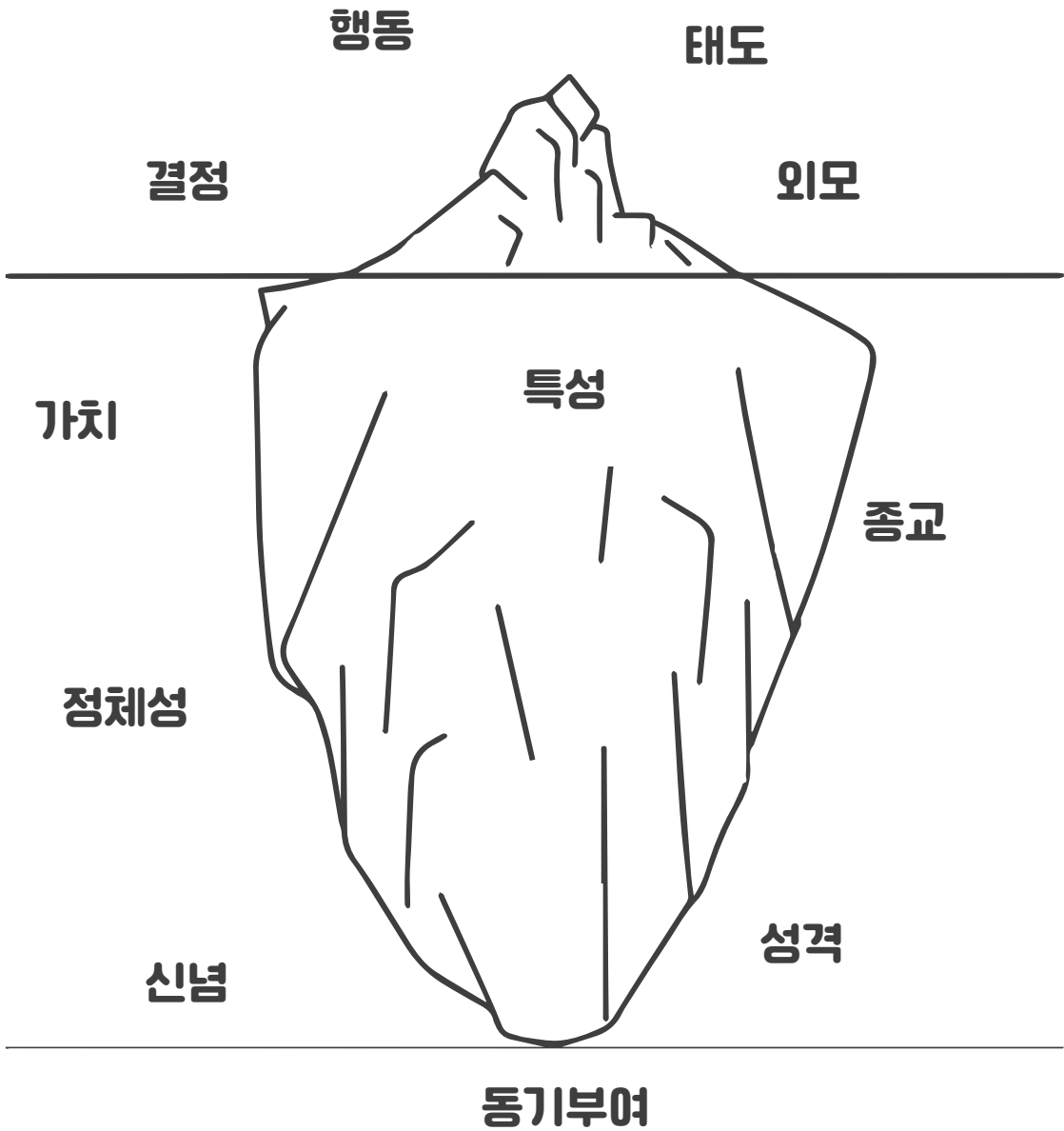
이름 _____

이름 _____

이름 _____

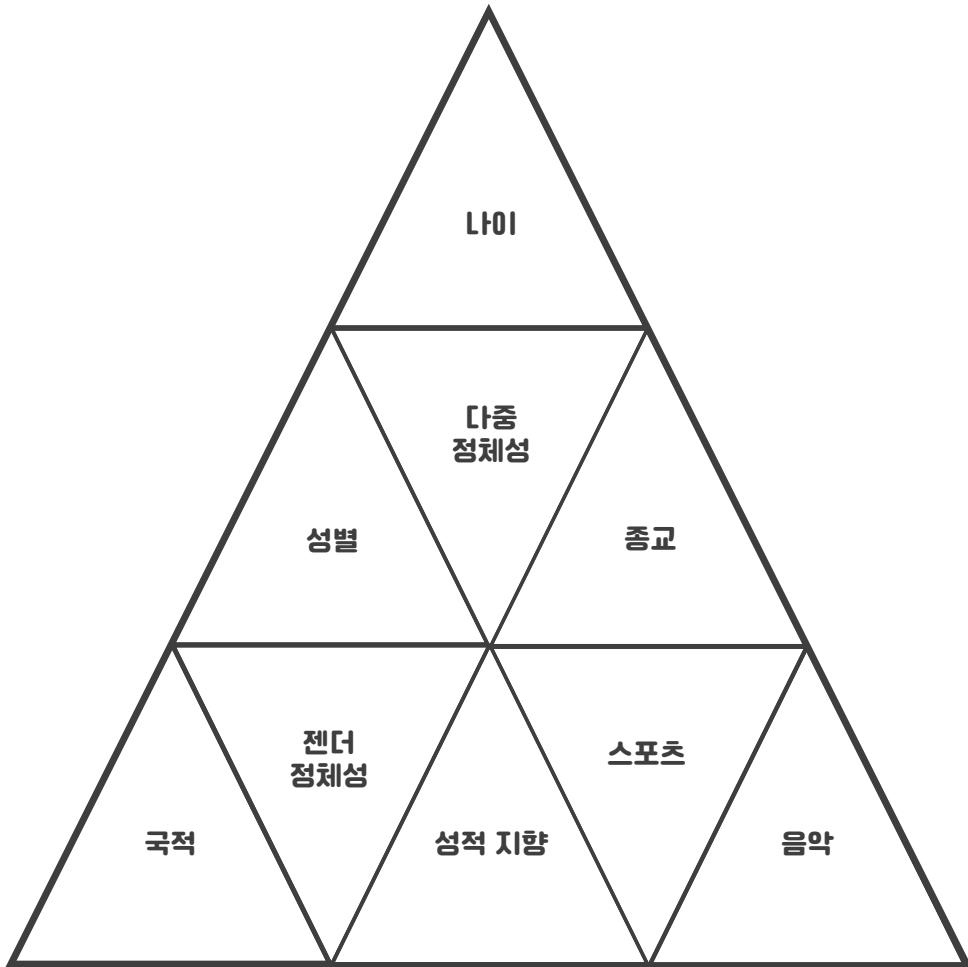
부록 E

워크숍 - 정체성



부록 F

워크숍 - 정체성



부록 G

워크숍 - 긍정적인 발달

	엄마	아빠	조부모	형제/자매	나
일주일당 소요 시간:					
일					
금					
수					
목					
금					
토					
일					
비공식적 활동 여가와 휴식					
합					

부록 H

워크숍 - 채팅과 비밀

마르타와 존의 이야기:

존이 먼저 마르타에게 메시지를 보냈습니다. "안녕 마르타, 잘 지내? 인스타그램 사진들이 멋지다!" 마르타는 존의 메시지에 꽤 놀랐고, 특히 그가 자신의 포스팅을 좋아할 것이라고는 전혀 예상하지 못했습니다. 둘은 매일 서로에게 장문의 메시지를 쓰기 시작했습니다. 존은 마르타의 삶과 고민에 관심이 많았고, 마르타는 곧 마음을 열고 그에게 속마음을 털어놓기 시작했습니다. 마르타는 무엇이든 솔직하게 이야기할 수 있는 사람이 있다는 사실에 행복해했습니다. 존은 마르타가 필요할 때마다 곁에 있어 주었습니다. 관심을 주는 것 외에도 그는 곧 그녀에게 팔찌, 귀걸이, 새 휴대폰 등 선물을 선물하기 시작했습니다. 이 휴대폰은 그와 메시지를 주고받을 때만 사용했습니다. 아무도 모르게 비밀리에. 존은 그것이 그들의 관계를 더 특별하게 만든다고 말했습니다. 얼마 후 존은 마르타를 아무도 아는 사람이 없는 다른 도시로 주말 여행을 가자고 제안했습니다. 마르타는 처음에는 꺼려했지만, 존이 자신에게 얼마나 잘해줬는지, 그리고 그가 그녀에게 베풀어준 모든 선물과 관심을 생각했습니다. 그녀는 동의했고 그들은 다음 주 금요일 저녁에 만나기로 했습니다....

이야기 속 등장인물들의 다양한 프로필:

- 마르타(13)와 존(14), 같은 학교 또래 친구,
- 마르타(13)와 존(48), 조카와 삼촌,
- 마르타(18)와 존(36), 인플루언서와 유명한 축구선수,
- 마르타(16)와 존(28), 학생과 교수,
- 마르타(14)와 존(47), 존은 마르타의 가장 친한 친구의 아버지입니다,

부록 I

워크숍 - 내가 어떻게 보이나요? '바디 토크' 빙고



내 몸은 훨씬 더 날씬해져야 해.



건강해 보이네. 살 빼졌니?



아직 여름에 어울리는
완벽한 몸매를 만들지 못했어.



나 다이어트 중이야.
너도 해 보는 게 좋지 않을까?



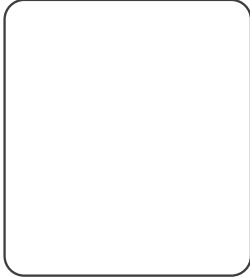
운동 스케줄을 만들어 줄까?
날씬해지는 데 도움이 될 거야.



나는 최대한 날씬해져야 해.

부록 J

워크숍 - 동물 의회



내 이름은 _____,

하지만 친구들은 _____ 라고 불러.

내 동물의 종은 _____,

우리는 _____ 에 살아.

행복하고 건강하기 위해서 나는 _____

내 환경에서 나의 행복과 건강을 방해하는 것은 _____

이에 대한 해결책은 _____

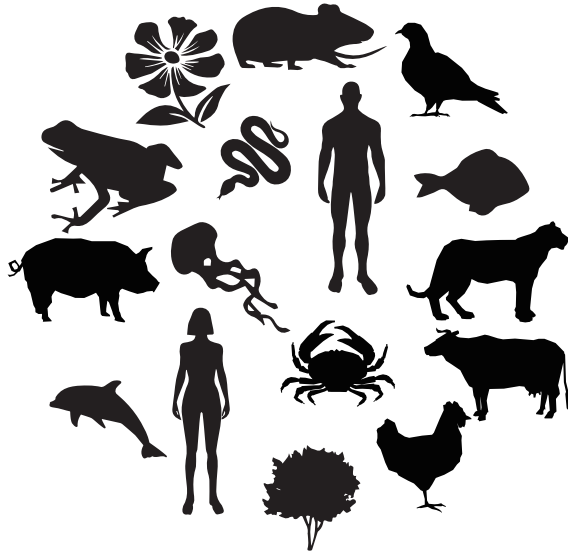
추가로, 내가 세상에서 가장 좋아하는 것은 _____

_____ 그리고 나는

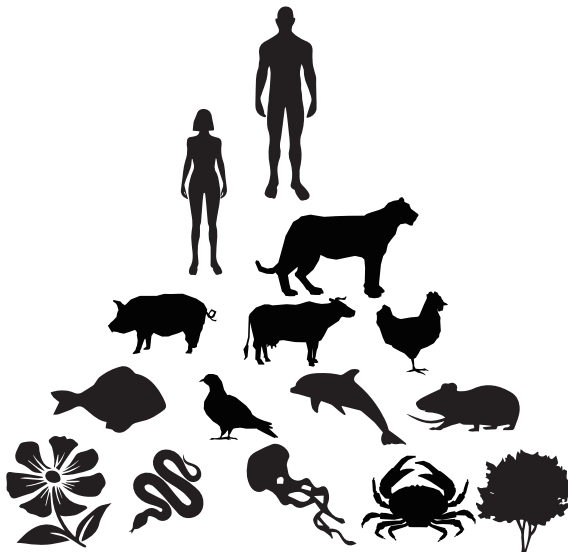
_____ 하기를 바라.

부록 K

워크숍 - 동물 의회



생태-논리적(ECO-LOGICAL)



자아-논리적(EGO-LOGICAL)

부록 L

워크숍 - 고양이, 생쥐, 울타리

	고양이	생쥐	울타리
생김새			
먹이			
내성			

발행일 2024년 02월 17일
발행인 노주희
발행처 서울시성평등활동지원센터
www.seoulgenderequity.kr
기획 사단법인 젠더교육플랫폼효재
진행 공경진, 김선화
번역 김보균
교정교열감수 박은진
디자인 김예은_키마스튜디오(lesbe92@naver.com)
인쇄 녹인이디컴(2d-com@hanmail.net)

