

■ 2020년 전문자료집 ■

부 모 교 육



재단법인 인천교구 천주교회 유지재단

남동장애인종합복지관

■ 2020년 전문자료집 - 부모교육

☐ 목 차 ☐

1. 기능향상지원1팀	
◦ 20-01 가정에서의 일상생활동작	5
◦ 20-02 인지강화를 위한 미술활동	35
2. 기능향상지원2팀	
◦ 20-03 우리아이 마음처방전	45
3. 가족문화지원팀	
◦ 20-04 장애자녀 자립생활 준비 및 지원방안	57
◦ 20-05 발달장애인의 성인기를 준비하는 생애포트폴리오	65
4. 직업지원팀	
◦ 20-06 발달장애인 공공후견인 지원사업 설명회	75
5. “늘푸른동산” 주간보호센터	
◦ 20-07 2020년 늘푸른동산 사업소개 및 운영방침	85
◦ 20-08 발달장애인의 자립생활 이해하기	91
6. 보호작업장 “열린일터”	
◦ 20-09 2020년 열린일터 사업소개 및 운영지침 교육	105

가정에서의 일상생활동작



팀 명	기능향상지원1팀
일 시	2020년 11월 25일 ~ 12월 31일
장 소	대회의실



남동장애인종합복지관

가정에서의 일상생활동작

1. 일상생활동작의 의미와 필요성

일상생활동작은 Activities of Daily Living이라는 용어으로써, 재활의 개념에서 대두된 내용이다. “생활 속에 필요한 모든 동작으로서 인간 각 개인이 매일 매일의 생활을 사는데 있어 절대적으로 필요한 동작군의 총칭”을 의미하며, 개인이나 가정생활 뿐 아니라 사회 구성원의 한 사람으로서 사회와의 관련을 가지고 생활하기 위해 필요한 모든 동작을 의미한다.

일상생활동작의 기초는 유아기 때부터 발달단계에 따라 정교해진다. 일상생활의 과정에 적극적으로 참여함으로써 감각운동기술 및 인지기술의 향상과 함께 의미 있는 과제를 성취하고, 새로운 과제를 배움으로써 성취감과 더불어 자신의 능력에 대한 자신감이 형성된다.

아동을 양육하는 보호자에게 있어서도 아동이 스스로 일상생활동작을 수행하는 것이 삶의 질 향상에도 긍정적인 효과를 제공하게 된다. 최근에는 삶의 질을 평가하는 기준이 물질적인 충족 여부에서 주관적인 안녕과 정서적인 우세성 쪽으로 변화하고 있다. 이러한 상황에서 장애아동의 양육을 담당하고 있는 보호자는 양육에 대한 부담감과 삶의 질 하락을 경험하고 있는데, 장애아동의 일상생활에 대한 참여가 개선되면, 보호자의 삶의 질 향상에도 긍정적인 영향을 준다는 연구결과도 있다.

2. 일상생활동작의 영역별 분류

일상생활동작은 크게 두 가지로 구분할 수 있다. 아주 기초적인, 삶을 유지하기 위해 필수적인 요소인 기본적 일상생활동작(B-ADL)과 사회적 상황에서 기능할 필요가 있는 수단적 일상생활동작(I-ADL)로 나눌 수 있다.

기본적 일상생활동작(B-ADL)	수단적 일상생활동작(I-ADL)
* 개인위생 및 몸단장 * 먹기 * 목욕 및 샤워 * 옷 입기/벗기 * 배뇨/배변 관리 * 화장실 위생 * 기능적 이동 * 개인용품 관리	* 타인/애완동물 돌보기 * 의사소통 매체 사용 * 지역사회 이동 * 재정관리 * 건강관리와 유지 * 집안관리 * 식사준비 및 설거지 * 쇼핑 * 안전조치 및 응급대처

3. 일상생활동작의 영역별 내용

가. 기본적 일상생활동작의 영역별 내용은 아래와 같다.

1) 개인위생 및 몸단장

위생관리 및 몸단장을 하는데 있어 필요한 모든 활동을 의미하며, 도구 준비 및 안전한 사용, 정리까지의 전 단계를 포함한다.

- 가) 양치하기 : 칫솔과 치약을 준비, 치약을 칫솔에 묻힘, 칫솔질을 함, 물로 입 행구기, 입가 및 칫솔을 정리, 치약 및 칫솔을 보관
- 나) 손 씻기 : 수도꼭지 열기, 물을 적당한 온도에 맞추기, 물로 손을 행구기, 손에 비누를 묻히기, 비누칠하기, 손을 물로 행구기, 수도꼭지 잠그기, 손을 수건에 닦기
- 다) 얼굴 씻기 : 수도꼭지 열기, 물을 적당한 온도에 맞추기, 물로 얼굴을 행구기, 손에 비누를 묻히기, 얼굴에 비누칠하기, 얼굴 행구기, 수도꼭지 잠그기, 얼굴의 물기를 닦아내기
- 라) 머리 감기 : 수도꼭지 열기, 물을 적당한 온도에 맞추기, 머리카락에 물 묻히기, 샴푸를 짜기, 머리카락에 샴푸 칠하기, 머리카락 행구기, 수도꼭지 잠그기, 머리카락의 물기를 닦아내기, 머리카락 말리기
- 마) 손발톱 관리 : 손톱깎이 준비하기, 손발톱을 적당한 길이로 자르기, 손발톱 정리하기, 잔여물을 올바르게 처리하기, 손톱깎이 정리하기
- 바) 로션 바르기 : 적당한 양의 로션을 짜기, 원하는 부위에 알맞은 로션을 바르기

2) 먹기

음식을 먹고 삼키는데 있어 필요한 모든 활동을 말하며, 입안에서 흘리지 않게 유지하고 조작하고 삼키는 것을 의미한다.

- * 적당량의 음식을 수저나 젓가락으로 집기, 먹기 적당한 온도인지 확인하기, 입으로 음식을 가져가기, 씹고 삼키기, 컵에 물을 적당량 따르기, 물 마시기, 식사속도 조절하기 등

3) 목욕 및 샤워

개인의 몸을 씻는데 있어 이동과 준비, 정리까지 포함한다.

- * 목욕을 위한 준비물(샤워 타올, 비누, 여벌의 옷 등)을 준비하기, 목욕하러 안전하게 이동하기(화장실, 샤워부스, 욕조 안 등), 목욕하는 동안 안정적인 자세를 유지하기, 적당한 온도로 물 맞추기, 몸에 물 묻히기, 몸에 비누칠하기, 물로 몸 행구기, 수건으로 물기 닦아내기, 뒷정리하기 등

4) 옷 입기/벗기

* 시간, 날씨, 상황에 적절한 옷과 액세서리를 선택하고, 옷장에서 고르고 꺼내기, 순서에 맞게 옷 입고 벗기, 옷과 신발을 자신의 몸에 맞추어 조절하기, 보조기 등 개인용품을 추가적으로 착용하고 벗기

5) 배변/배뇨 관리

방광과 대장운동의 수의적인 조절을 의미한다.

* 적절한 장소에서 배변/배뇨하기, 상황에 맞게 요의/변의를 참기 등

6) 화장실 위생

우리가 생각하는 배변/배뇨의 단계에서 외적으로 나타나는 전 단계를 의미한다.

* 필요한 물품(휴지, 카테터 등)을 준비하기, 화장실로 이동하기, 바지 등의 필요한 옷을 벗거나 정리하기, 변기에 앉기, 배변/배뇨 자세를 유지하기, 뒤처리하기, 옷 입고 정리하기, 변기 처리하기, 손 씻기 등

7) 기능적 이동

일상생활에서 나타나는 모든 과정의 이동, 침상 안에서부터 다른 장소까지 움직이는 모든 과정과 물건 운반까지 포함한다.

* 침상에서 자세 바꾸기, 침대에서 내려오기, 의자에 앉고 일어서기, 바닥에 앉고 일어서기, 소파에 오르고 내려오기, 방에서 거실로 이동하기, 방에서 거실을 거쳐 화장실로 이동하기, 방에서 리모콘 가져오기 등

8) 개인용품 관리

개인용품을 사용하고 세척 및 관리하는 것을 말한다.

* 안경 닦기, 안경 쓰고 벗기, 안경 정리하기, 보조기 정리하기, 보조기 착용하기 등

나. 수단적 일상생활동작의 영역별 내용은 아래와 같으며, 아동의 경우 보호자에게 위임하고 있는 경우가 많다.

1) 타인/애완동물 돌보기 : 보살핌을 준비·제공·관리/감독하는 것

2) 의사소통 매체 사용 : 전화·컴퓨터·AAC 등의 도구나 시스템을 사용하는 것

3) 지역사회 이동 : 버스 등의 대중교통 수단을 이용하여 공공시설을 이용하거나 이동하는 것

- 4) 재정관리 : 개인이나 공동체의 재산을 이용하고 장단기 목표에 따라 재원을 사용하고 계획하는 것
- 5) 건강관리와 유지 : 건강 유해행동을 자제하고 규칙적으로 약물을 복용하는 등의 건강과 안녕을 증진시키기 위해 계획하고 관리하며 유지하는 것
- 6) 집안관리 : 개인이나 가정의 재산과 환경을 획득하고 관리하고는 것, 수리하고 문제 발생 시 대처하는 것을 포함
- 7) 식사준비 및 설거지 : 균형 잡히고 영양가 있는 식단을 계획하고 준비하고 나르는 것, 식사 후 치우고 설거지하는 것을 포함
- 8) 쇼핑 : 쇼핑품목을 정하고, 물품을 고리며, 구매하고 요금을 지불하는 것
- 9) 안전조치 및 응급대처 : 예기치 않은 위험상황을 인식하고 안전을 위해 응급활동을 시작하는 것과 예방적인 과정을 인식하고 수행하는 것

4. 일상생활동작의 영역별 활동방법

일상생활동작을 검사하는 평가도구인 Wee-FIM에서는 일상생활동작의 영역을 자조(Self-care), 대소변 관리(Sphincter control), 이동(Mobility/Locomotion), 의사소통(Communication), 사회적 인지(Social cognition)로 크게 구분하고 있다. 이 중에서 먹기, 자기관리, 이동, 언어표현, 사회인지 등의 영역에서 가정에서 할 수 있는 활동방법에 대해 몇 가지 소개하고자 한다.

가. 먹기(Eating)

1) 수저로 구슬 옮기기

방법 : 수저를 사용하여 무겁지 않고 작은 물건을 옮긴다.

가) 큰 국자에서 수저로 옮겨가며 쉽게 성공할 수 있도록 유도한다.

나) 옮기는 방향은 바깥쪽에서 안쪽으로 옮기며, 낮은 곳에서 높은 곳으로 옮긴다.

다) 작은 구멍 안에 넣을 수 있게 하거나, 구르기 쉬운 구슬 등을 사용하여, 손의 조작적인 난이도를 조절할 수 있다.

라) 여러 가지 물건을 준비하고, 특정 순서나 일련의 개수 등에 맞추어 옮기게끔 하면, 과제의 수행에 대한 인지적인 난이도를 조절할 수 있다.

2) 물건 집어 옮기기

방법 : 작은 물건을 손가락으로 집어 옮기도록 한다.

가) 과자를 집어 먹듯이 손가락이나 손바닥을 사용하여 옮길 수 있도록 한다.

- 나) 방향은 바깥쪽에서 안쪽으로 옮기며, 낮은 곳에서 높은 곳으로 옮긴다.
- 다) 단아놓은 통에서 꺼내 옮기거나 닫힌 통을 열고 옮기는 등의 활동으로, 조작기술에 대한 난이도를 조절할 수 있다.
- 라) 여러 가지 다른 형태·크기·질감 등에 대한 물건을 준비하여 주머니에 넣고서 보지 않고 특정물건을 꺼내도록 하는 활동으로, 손의 촉각 구분에 대한 도전과제를 제공할 수 있다.
- 마) 여러 개의 물건 중 규칙이나 특정 순서를 정하여 이에 맞추어 옮기도록 하여, 인지적인 수행 난이도를 조절할 수 있다.

나. 자조(Self-care)

1) 노래에 맞추어 손씻기/양치질 하기

- 방법 : 특정한 노래에 맞추어 손을 씻거나 양치질에 참여하도록 한다.
- 가) 구강이나 손에 대한 감각적 수용에 이상이 없는 경우에 진행한다.
 - 나) 보호자가 같이 노래에 맞추어 행동에 대한 힌트를 주면서 진행한다.
 - 다) 아동이 완전하게 수행하지 못하더라도, 수행에 대한 칭찬과 함께 활동을 정리한다.
 - 라) 보호자의 말이나 동작 힌트, 혹은 노래를 점점 줄여가며, 일련의 수행 과정에 대한 인식을 높이도록 한다.
 - 마) 보호자의 관리·감독 없이도 수행하여 독립성을 높일 수 있도록 한다.

2) 양말 신고 벗기

- 방법 : 아동이 양말을 스스로 신고 벗을 수 있도록 한다.
- 가) 조금 사이즈가 크고, 입구 고무줄이 헐렁한 양말을 준비하여 아동이 쉽게 다룰 수 있도록 한다.
 - 나) 활동을 구분동작으로 나누어 1)양말의 좌우/위아래를 구별한다. 2)입구를 찾아 손가락을 넣어 잡는다. 3)입구를 손으로 벌린다. 4)발을 입구에 집어넣는다. 5)손을 당겨 양말을 끝까지 올린다. 6)손을 놓고 양말의 형태를 정리한다. 등의 순서로 보호자와 같이 시도한다.
 - 다) 처음부터 보호자의 도움을 제공하여 진행하다가 마지막에만 혼자 할 수 있도록 하여 스스로 완수에 대한 성취감을 느낄 수 있도록 한다.
 - 라) 아동의 수행능력에 맞추어 단계적으로 도움의 양을 줄여나간다.
 - 마) 여러 개의 양말을 섞어놓거나, 좌우의 형태가 다른 양말, 혹은 단색의 양말을 사용하여 수행의 난이도를 높일 수 있다.
 - 바) 캐릭터가 그려진 양말을 사용하는 등의 방법으로 수행의 난이도를 낮출 수 있다.(예- ‘뽀로로 얼굴이 보이게 양말 신어야죠?’ 등)

다. 이동(Locomotion and Mobility)

1) 장애물 통과하기

방법 : 아동이 다양한 방법으로 장애물을 넘어가거나 피해갈 수 있다.

가) 집에 있는 다양한 도구나 장난감(의자, 박스, 인형) 등을 사용하여 일련의 이동통로를 만들고 이를 적절하고 안전하게 통과할 수 있도록 한다.

나) 이동에 대한 안전을 우선적으로 확보하고 진행해야 하며, 항상 낙상에 대한 주의를 기울여야 한다.

다) 아동의 이동기술(기기, 걷기 등)에 맞추어 신체의 무게중심 이동이 많이 필요치 않은 상황에서부터 다양한 방법을 통한 난이도를 조절한다.

라) 넓은/좁은 미로 통과하기, 작은 물건 넘어가기, 낮은 발판 위에 올라갔다 내려오기, 물건 들고 옮기기, 높은 높이를 수그리거나 옆드려서 통과하기 등의 다양한 방법을 시도할 수 있다.

2) 자세 변경하기

방법 : 편안한 자세에서 다양한 자세로 몸의 위치를 바꿀 수 있다.

가) 편안한 자세에서 이동을 위한 준비로 몸의 위치를 바꿀 수 있도록 도움을 준다.

나) 아동의 신체적인 상황과 가능한 기능적인 부분을 고려하여 활동을 제시하고, 올바르게 수행할 수 있도록 정확한 도움을 제공한다.

다) 누운 자세에서 옆드린 자세, 누운 자세에서 앉은 자세, 옆드린 자세에서 앉은 자세, 앉은 자세에서 선 자세 등으로 높이에 따라 순차적으로 위치를 바꾸도록 한다.

라) 급격한 자세 변경보다 천천히 변경할 수 있도록 도움을 주며, 안전에 항상 유의한다.

라. 언어표현(Communication)

1) 그림보고 이름 맞추기

방법 : 제시된 그림을 보고 이름을 맞출 수 있다.

가) 그림카드 이름을 맞추듯이 그림과 이름을 연결할 수 있도록 한다.

나) 아동이 익숙한 그림과 이름을 선택하여 연결하도록 한다.

다) 이름을 부르기 어렵다면, 특정 소리나 선택지를 주어 고를 수 있도록 한다.

라) 그림을 보고 이름을 맞추거나, 이름을 듣고 그림을 맞추도록 한다.

마) 한 개의 그림을 보고 맞추는 것에서 몇 개가 겹친 그림을 보고 그림을 고르거나 이름을 연결하는 등으로 난이도를 조절할 수 있다.

2) 지시에 따라 행동하기

방법 : 제시된 지시를 듣고 맞추어 행동할 수 있다.

가) 보호자가 아동이 쉽게 할 수 있는 행동을 고려하여, 지시어를 제공하고 이에 맞추어 아동이 행동으로 수행한다.

나) 간단한 손동작이나 익숙한 행동으로 상황에 대한 인식을 제공한다.

다) 아동과 마주보고 앉아서 똑같은 행동을 하여 아동의 성공을 돕는다.

라) 단순한 행동에서 일련의 과정으로 난이도를 높일 수 있다.

(예- 박수를 치세요. ⇒ 박수를 세 번 치고 만세를 불러요.)

마) 직접적인 지시에서 함축된 지시로 수행에 대한 인지적 과제를 제공할 수 있다.(예- 리모콘을 찾아보세요. ⇒ TV를 켜주세요.)

마. 사회인지(Social cognition)

1) 그림보고 순서 맞추기

방법 : 일련의 그림을 보고 이야기의 순서를 맞추고 설명할 수 있다.

가) 그림을 보고 순서와 흐름을 정리하고 표현할 수 있다.

나) 도형 한 개의 몇 가지 부분적인 그림을 보고 순서를 맞출 수 있다.

다) 이야기를 듣고 순서에 맞게 그림을 정리하는 것에서 그림을 정리하고 이야기를 하는 것으로 난이도를 조절할 수 있다.

라) 이야기를 듣고 빠진 부분이나 잘못된 부분을 찾아서 수정할 수 있다.

마) 이야기를 듣고 부족한 부분이나 그림으로 나타나지 않은 부분에 대한 질문으로 인지적인 사고를 유도할 수 있다.

2) 일기쓰기 / 오늘 했던 일 설명하기

방법 : 오늘 있었던 일을 설명하거나, 일기로 쓸 수 있다.

가) 하루를 정리하며 당일에 있었던 일을 시간의 흐름에 맞게 설명하거나 일기로 쓸 수 있다.

나) 간단한 사건의 나열에서부터 상황·장소·느낌 등의 다양한 요소를 추가적으로 질문하여 오늘 하루를 재구성할 수 있다.

다) 시간적 흐름이나 개인적 경험에 기반을 둔 기억 회상을 목적으로 하여 자세하고 세부적인 내용의 정확성보다는 기억을 되짚어보는 느낌으로 아동에게 제시한다.

라) 이야기에서 부족한 부분에 대한 것은 추가적인 질문으로 회상에 대한 단서를 제공할 수 있다.

마) 오늘 했던 일 중 과거의 일과 교차되는 사건이 있다면, 이를 비교하여 이야기하는 것으로 좀 더 장기적인 기억회상이 이루어질 수 있도록 유도할 수 있다.

5. 정리

일상생활은 우리의 삶과 같은 의미라 할 수 있다. 삶을 살아가는데 있어 스스로 독립적인 삶을 사는 것은 자기완성과 자아확립 및 발현을 위해 꼭 필요한 요소라고 할 수 있다. 일상생활동작은 이러한 삶을 작게 구분 지어놓은 단위로써 수행에 대한 여러 가지 요소가 영향을 미치며, 또 미치기도 한다.

일상생활동작에는 다양한 요소들이 영향을 미치고 있으며, 크게 2가지로 구분하자면 운동능력과 인지능력이라 할 수 있다. 다양한 원인으로 인한 운동손상은 대동작 기능과 소동작 기능에 영향을 미치게 되고, 이러한 것이 결국 일상생활동작의 수행에 직접적인 영향을 미치게 된다. 또한 단순한 과제가 아닌 일련의 행동과 반응으로써 작용하는 일상생활동작은 신체적인 기능이 갖추어졌다고 원활하게 수행하는 것이 아니라, 상황에 맞게 대응하고 선택하는 인지적인 과정이 필수적으로 필요하게 된다. 이러한 점을 고려하였을 때, 손상능력에 초점을 맞춘 개입보다 기능적인 측면에 초점을 맞춘 개입이 더욱 효과적이라 할 수 있다.

아동의 기능을 확인하고, 목적으로 하는 동작의 수행에 필요한 활동을 분석하고, 적절한 도구를 사용하는 과정이 반드시 필요하다. 하지만, 가정에서는 활동을 분석하고 기능수준을 확인하는 과정에 어려움이 있을 수 있다. 이를 위해 가정에서는 일상생활동작을 연습할 때는 1) 가장 쉬운 동작부터 시작하고, 2) 적절한 운동 활동을 선택하여 운동하며, 3) 특수한 동작들은 실제 상황처럼 연습하는 것이 중요하다 할 수 있다.

제시된 활동은 일상생활동작의 영역 중 대표적인 영역을 선정하여 가정에서 진행하실 수 있는 내용으로 과제를 구성하여 제시하였다. 이외에도 가정의 환경과 아동의 특성 등에 따라 다양한 과제를 보호자가 구성할 수 있다. 행동의 습득을 위해서는 많은 양의 시도와 실패, 성공이 반복적으로 이루어져야 한다. 이를 위해 가정에서 보호자가 더 직접적이고 맞춤형된 방법을 선정하여 제공한다면 실제로 가정에서의 참여가 향상될 수 있을 것으로 생각된다.

6. 출처

- * 이인영, 이재신, 차태현, 유두한. 발달장애아동의 일상생활 수행능력이 부모의 부담감과 삶의 질에 미치는 영향
- * 박은영. 뇌성마비 아동의 일상생활동작에 영향을 미치는 요인에 관한 구조방정식 모형 검증(2009).
- * 이종호, 장용수. 시지각 프로그램 훈련이 발달장애아동의 일상생활활동에

미치는 효과(2013). 정서·행동장애연구.

- * 박주연, 박재국, 김영미. 발달장애아동의 감각통합기능과 일상생활활동에 대한 연구(2012). 한국지체·중복·건강장애교육학회 지체·중복·건강장애연구.
- * 정진우 외. 일상생활 동작과 기능훈련(1991). 대학서림.
- * 박수현. 작업치료사를 위한 임상지침서-개정판(2009). 군자출판사.
- * 평가도구(Wee-FIM, LOTCA, MVPT-3)

부록1. 일상생활동작의 필요관절가동범위

활동	관절	가동범위
먹기	어깨관절	70° - 100° 수평모음 45° - 60° 벌림
	팔꿈 관절	130° 굽힘
	앞 팔	70° 옆침
빚으로 머리 빚기	어깨관절	30° - 70° 수평모음 105° - 120° 벌림 90° 바깥 돌림
	팔꿈 관절	135° 굽힘
	앞 팔	100° 옆침
화장실 위생 관리	어깨관절	75° - 90° 수평벌림 30° - 45° 벌림 > 90° 안쪽 돌림
	팔꿈 관절	60° 굽힘
	앞 팔	90° 옆침
셔츠 건기	어깨관절	50° - 60° 수평벌림 55° - 65° 벌림 90° 안쪽 돌림
뒤통수 손으로 짚기	어깨관절	10° - 15° 수평 모음 110° - 125° 굽힘 90° 바깥 돌림
선반 위에 물건 올리기	어깨관절	70° - 80° 수평 모음 70° - 80° 굽힘 45° 바깥 돌림
반대쪽 어깨 씻기	어깨관절	60° - 120° 수평모음 60° - 90° 굽힘
	팔꿈 관절	120° 굽힘
	앞 팔	80° 옆침

활동	관절	가동범위
신발끈 매기	엉덩 관절	120° 굽힘
	무릎관절	117° 굽힘
의자에 앉기	엉덩 관절	112° 굽힘
	무릎관절	90° 굽힘
상체 구부리기	엉덩 관절	125° 굽힘
쪼그려 앉기	엉덩 관절	115° 굽힘 20° 벌림 20° 안쪽 돌림
계단 올라가기	엉덩 관절	67° 굽힘
	무릎관절	80° 굽힘
계단 내려가기	엉덩 관절	36° 굽힘
	발목관절	20° 완전 발등 굽힘
다리 꼬아 올리기	엉덩 관절	120° 굴곡 20° 벌림 20° 바깥 돌림
바지 입기	엉덩 관절	90° 굽힘

부록2. 일상생활동작의 발달단계

(1) 먹기

연 령	행 동 발 달
0~ 4개월	- 입 주위에서 여러 가지 반사활동들이 나타남 * 설근 반사, 빨기 반사, 연하반사 - 입 주위가 민감함
4~ 6개월	- 모든 반사가 모두 사라진다. - 입 안에 들어온 물체를 깨무는 물기반사가 약화됨 - 숟가락과 컵의 음식을 받아먹을 수 있음 - 젖병을 보면 울음을 그치거나 손을 뻗음 - 혀를 좌우로 움직임
6~ 9개월	- 과자를 깨물 수 있음 - 씹을 때, 턱을/위 아래로 움직이며 입을 다물고 삼킬 수 있음
9~ 12개월	- 숟가락을 사용하여 먹을 수 있음 - 씹을 때, 턱을 앞으로 움직임 - 도와주면 컵을 잡고 마시거나 젖병을 잡고 마실 수 있음 - 혀 끝을 올릴 수 있음
12~ 15개월	- 숟가락을 혼자 잡음(음식을 떠서 입으로 가져가지는 못함) - 컵을 잡고 마실 수 있으나 가끔 었지름
15~ 18개월	- 씹는 것이 안정됨(턱의 앞쪽 / 회전 움직임) - 서투르지만 혼자 먹을 수 있음 - 컵의 물을 흘리지 않고 마실 수 있음
1.5년 ~2년	- 먹을 수 있게 숟가락을 사용하지만 거꾸로 하거나 뒤집기는 어려움 - 마시는 동안, 컵을 유지할 수 있으며 음식을 가지고 놀 - 먹을 수 있는 것과 없는 것을 구별할 수 있음 - 빨대를 사용하여 마시기 시작함
3년	- 흘리지 않고 먹을 수 있음 - 한 손으로 컵을 사용하며 너무 무겁지 않으면 물을 따를 수 있음 - 식사예절을 지킬 수 있음
4년	- 포크를 이용할 수 있음 - 흘리지 않고 수저로 먹음
5년	- 펼치는데 무딘 칼을 사용할 수 있음 - 무딘 칼로 부드러운 음식을 자를 수 있음

(2) 옷 입고 벗기(dressing)

연 령	행 동 발 달
6~ 10개월	- 옷을 입히는 동안 앉아 있을 수 있음
10~ 12개월	- 옷을 입힐 때, 팔다리를 끼우는 등 참여함
15개월	- 구두, 모자를 벗을 수 있음
18개월	- 장갑, 양말을 벗을 수 있음 - 지퍼를 내릴 수 있음
1.5년	- 팬티를 벗을 수 있지만, 바르게 입지는 못함 - 구두, 모자를 쓸 수 있음
2년	- 모든 옷을 벗을 수 있음 - 신발, 양말, 티셔츠를 입을 수 있음
3년	- 입고 벗기가 가능함 - 바지 한쪽에 양쪽 다리를 집어넣거나 앞뒤/좌우를 혼동하기도 함 - 단추 조절에 어려움을 보임
4년	- 단추가 가능함
5년	- 옷을 혼자 입을 수 있음 - 넥타이 등 악세서리를 다루는 것은 아직 미숙함
6년	- 끈 매기, 끈 꿰기, 스냅단추, 뒤 지퍼 등을 바르게 수행할 수 있음

(3) 화장실 기술(toileting)

연 령	행 동 발 달
1년	- 젖거나 흘렸을 때 불편함을 표현할 수 있음 - 규칙적으로 대변을 조절할 수 있음
1.5년	- 안아서 앉혀주면 변기에 잠깐 앉아 있을 수 있음
2년	- 규칙적으로 소변을 조절함
2.5년	- 가끔 실수하지만 조절된 기술을 가짐 - 타인에게 화장실 가고 싶다고 의사를 표현하기도 함 - 화장실 가고 싶은지 물어보는 사람이 필요함 - 화장실에 가고 앉도록 도와줘야 함
3년	- 독립적으로 화장실에 가서 스스로 변기에 앉을 수 있음 - 뒤처리 시 도움이 필요함 - 벨트나 어려운 옷을 입을 때 도움이 필요함
4-5년	- 독립적 화장실 기술을 수행할 수 있음 - 휴지 찢기, 변기 레버 누르기, 손 씻기, 옷 정리가 가능함

(4) 가사관리(home management)

연 령	행 동 발 달
2년	- 요구하면 장난감을 가져오고 가져다 놓을 수 있음 - 부모의 가사 활동을 모방할 수 있음
3년	- 떨어뜨리지 않고 운반이 가능함 - 엷지른 것을 닦을 수 있음
4년	- 과자를 잘 고정해서 먹을 수 있음
5년	- 간단한 샌드위치를 만들 수 있음 - 잠자리를 정리할 수 있음 - 깨끗이 장난감을 정리할 수 있음 - 전화에 정확히 대답할 수 있음
6년	- 간단한 심부름을 할 수 있음 - 안전하게 거리를 돌아다닐 수 있음
7-9년	- 간단한 요리를 시작할 수 있음 - 간단한 돈을 계산할 수 있음 - 전화를 사용할 수 있음
10-12년	- 보호자의 지도에 따라 요리가 가능함 - 설거지, 식탁정리, 간단한 수리가 가능함 - 애완동물을 돌볼 수 있음
13-14년	- 요리와 세탁이 가능함

가정에서의 일상생활동작

남동장애인종합복지관 작업재활실 보호자교육

▼	▼	▼	▼
Check 01	Check 02	Check 03	Check 04
ADL의 의미와 필요성	ADL의 영역별 분류	ADL의 영역별 내용	ADL의 영역별 활동방법

Activities of Daily Living 일상생활동작의 의미와 필요성

"개인 및 구성원으로서의 삶 속에서 생활하는데 필요한 모든 동작들"

발달 획득 및 자신감 획득

감각운동 기술 및 인지기술의 향상
의미있는 과제를 성취하고, 새로운 과제를 배움
성취감과 자신의 능력에 대한 자신감 획득

이동 및 보호자의 삶의 질 향상

삶의 주관적이고 정서적인 안녕을 경험
보호자의 양육 부담감 경감
아동과 보호자 모두의 삶의 질 향상

일상생활동작의 영역별 분류

'개인의 기초적인 삶'과 '사회 구성원으로서의 삶'으로 구분

기본적 일상생활동작 (B-ADL)

개인위생 및 몸단장
먹기
목욕/샤워
옷 입기/벗기
배뇨/배변 관리
화장실 위생
기능적 이동
개인용품 관리

기초적인 삶을 유지하기
위해 필수적인 요소

수단적 일상생활동작 (I-ADL)

타인/애완동물 돌보기
의사소통매체 사용
지역사회 이동
재정 관리
건강 관리 및 유지
집안 관리
식사 준비 및 설거지
쇼핑하기
안전조치 및 응급대처

사회적 상황에서 기능할
필요가 있는 요소

일상생활동작의 영역별 활동방법

Eating (먹기) 수저로 구슬 옮기기

내용

수저를 사용하여
작은 물건을 옮긴다.

사용도구 :
국자, 수저, 구슬, 탁구공,
페트병, 통, 캔 등

수행방법

먹기 동작과 유사하게...

옮기는 방향은
바깥쪽에서 안쪽으로,
낮은 곳에서 높은 곳으로

조작적 난이도

보다 섬세하게...

구르기 쉬운 구슬 옮기기
평평한 수저 사용하기
좁은 입구의 통에 넣기
등

인지적 난이도

규칙이나 순서를 기억하며..

여러가지 물건을 준비하고
특정한 순서에 따라 넣기
번호와 갯수에 맞추어 넣기
등

일상생활동작의 영역별 활동방법

Eating (먹기) 물건집어 옮기기

내용

작은 물건을 손가락으로
집어서 옮긴다
사용도구 :
작은 통, 접시,
다양한 크기의 작은 물건
(클립, 콩, 지우개 등)

감각적 난이도

촉각으로 물건을 구별

다양한 도구를
주머니에 넣고, 보이지않고
만져서 옮기도록 함

조작적 난이도

여러가지 방법으로...

닫힌 통을 열기
여러개 중 가장 작은 것
찾아 옮기기
등

인지적 난이도

규칙이나 순서를 기억하며..

여러가지 물건을 준비하고
특정한 순서에 따라 넣기
번호와 갯수에 맞추어 넣기
등

일상생활동작의 영역별 활동방법

Self-Care 자조) 노래에 맞추어 손씻기/양치하기



일상생활동작의 영역별 활동방법

Self-Care 자조) 양말 신고 벗기

내용

아동이 양말을 스스로 신고
벗을 수 있다.

사용도구 :
다양한 종류의 양말

수행방법

구분동작으로 차근차근..

- 1) 양말의 위치구별
- 2) 입구 벌리기
- 3) 발 넣어 올리기
- 4) 정리하기

도움 제공

완성을 혼자서 한 것처럼..

도움의 양을 마지막부터
점차적으로 줄여나감
마지막을 스스로 함으로써
성취감을 제공함

수행의 난이도

좌우와 위아래를 쉽게 구분

캐릭터 양말을 사용 등

예) 뽀로로 얼굴이 보이게 신어야
죵?

일상생활동작의 영역별 활동방법

Locomotion&Mobility 이동) 장애물 통과하기

내용

다양한 방법으로 장애물을
피하거나 넘어갈 수 있다.

환경구성 :
안전한 공간,
다양한 종류의 장애물
(책, 박스, 인형 등)

고려사항

항상 안전(낙상)에 유의!!

다양한 도구를 활용하여
통로를 구성하고 이를
적절하고 안전하게
통과하기

수행의 난이도

아동의 신체능력에 맞추어..

이동기술에 맞추어 무게중
심 이동이 크지 않은 상황
부터 점차 다양하게 진행

여러가지 방법

다양하게 섞어서도 해봐요.

넓은/좁은 미로 통과하기
작은물건 넘어가기
낮은 발판 오르고 내려오기
물건 들고 옮기기 등

일상생활동작의 영역별 활동방법

Locomotion&Mobility 이동) 자세 변경하기

내용

편안한 자세에서
다양한 자세로
몸의 위치를
바꿀 수 있다.

주의사항

항상 안전에 유의!!

잘하더라도
급격한 자세변경보다
천천히 안전하게 한다

수행방법

아동의 신체능력에 맞추어..

눕기, 엎드리기, 앉기, 의자
에 앉기, 서기 등의
다양한 자세를
순차적으로 변경한다.

여러가지 방법

지시에 맞춰서도 해봐요.

다양한 지지면(침대, 바닥)
보호자의 지시에 맞추어
변경한 자세에서 다른 상황
을 이어나간다.

일상생활동작의 영역별 활동방법

Communication 의사소통) 그림보고 이름 맞추기

내용

제시된 그림을 보고 이름을
맞출 수 있다.
사용도구 :
다양한 그림카드,
글자카드,
그림과 관련된 장난감

수행방법

익숙한 그림부터..
제시된 그림과 이름을
선택하여 연결한다.

수행의 난이도

시각적 분별을 추가
여러개가 겹친 그림을
보고 있는 그림 연결하기
이름을 연결하기 등

여러가지 방법

꼭 말로 하지 않아도...
그림을 보고,
이름/소리/행동/특징/색깔
등을 다양하게 표현한다.
(반대로도 해본다)

일상생활동작의 영역별 활동방법

Communication 의사소통) 지시에 따라 행동하기



일상생활동작의 영역별 활동방법

Social Cognition 사회인지) 그림보고 순서 맞추기

내용

일련의 그림을 보고 이야기
의 순서를 설명할 수 있다.

사용도구 :
일련의 그림카드

수행방법

너무 말이 안되면, 도와줘요

그림을 보고 이야기의
순서나 흐름에 맞추어
표현할 수 있다.

수행의 난이도

너무 논리적이지 않아도 OK

부족한 부분이나 그림에
나타나지 않은 내용을
질문하여 인과관계를
생각해보게 할 수 있다.

여러가지 방법

다양하게 섞어서도 해봐요.

도형 그리기 보며 맞추기
이야기듣고 카드 나열하기
이야기 듣고 순서 수정하기

일상생활동작의 영역별 활동방법

Social Cognition 사회인지) 일기쓰기/오늘 했던 일 설명하기

내용

하루의 기억을 시간의
흐름에 맞추어 설명하거나
일기를 쓸 수 있다.

환경구성 :
편안한 환경

수행방법

간단한 질문으로 도와줘요.

아침부터 지금까지 있었던
일에 대해 간단하게
사건/상황/느낌/장소
등을 설명하도록 해요

도움방법

너무 직접적인 언급은 NO

내용의 정확성보다 느낌
같은 개인적인 요소로
회상을 도와주세요.
예) 점심에 뭐가 맛있었지?

여러가지 방법

좀 더 장기기억과도 연결

오늘 경험과 과거의 경험을
연결하여 설명하도록
질문할 수 있어요.

집에서 아이들과 재미있고 다양하게 시도해보세요.

운동과 인지능력을 모두 고려하여, 손상능력에 초점을 맞추기보다 기능적인 측면에 초점을 맞춘 개입이 효과적이다.

- 01 가장 쉬운 동작부터 연습한다.
- 02 적절한 운동 활동으로 운동연습한다.
- 03 특수한 동작은 실제상황처럼 연습한다.

집집마다 다른 환경과 스타일에 맞추어 많이 참여할 수 있도록
다양한 방법으로 제시해 주세요.

! 참고자료

논문

이인영, 이재신, 차태현, 유두한. 발달장애아동의 일상생활 수행능력이 부모의 부담감과 삶의 질에 미치는 영향
박은영. 뇌성마비 아동의 일상생활동작에 영향을 미치는 요인에 관한 구조방정식 모형 검증
이종호, 장용수. 시지각 프로그램 훈련이 발달장애 아동의 일상생활활동에 미치는 효과.
박주연, 박재국, 김영미. 발달장애아동의 감각통합기능과 일상생활활동에 대한 연구

책

정진우 외. 일상생활동작과 기능훈련
박수현. 작업치료를 위한 임상지침서-개정판

평가도구

Wee-FIM
LOTCA
MVPT-3

인지강화를 위한 미술활동



팀 명	기능향상지원1팀
일 시	2020.12.14. - 2020.12.18.
장 소	프로그램실



남동장애인종합복지관

인지 강화를 위한 미술활동

1. 인지적 치료란?

인지적 치료는 인간의 사고와 인식 그리고 궁극적으로 인간의 행동을 변화시키는 데 초점을 맞춘 구조화된 치료방법이다. 개인의 신념이 개인의 감정과 행동을 결정한다는 전제에 근거하여 부적합한 감정과 행동 뒤에 있는 역기능적인 사고과정에 초점을 둔다. 개인이 보다 효과적으로 기능하도록 사고의 편견이나 인지 왜곡을 제거하는 것을 치료목표로 하며, 치료과정에서 치료사의 역할은 마치 교육자와 같다.

2. 인지적 미술의 역할

개인은 미술을 통해서 표현할 때 합리적인 신념이나 추리, 해석을 전달할 수 있다. 인지적 접근의 미술은 인지기능을 구명하고, 평가하며, 그리고 발달시키는 데 있어 미술의 역할을 탐색하는 것으로 정의될 수 있다.

3. 인지 강화를 위한 미술활동의 방법

- 1) 인지 기능, 정서적 안정들을 통한 긍정적인 방향을 목적으로 모두에게 적용 가능하다.
- 2) 난이도를 구분하여 아동의 연령 및 발달수준에 따라 단계별로 적용할 수 있도록 하였다.
- 3) 개인 및 그룹별로 가정에서 지도할 수 있는 내용으로 구성하였다.

4. 인지적 미술활동을 적용할 때의 유의사항

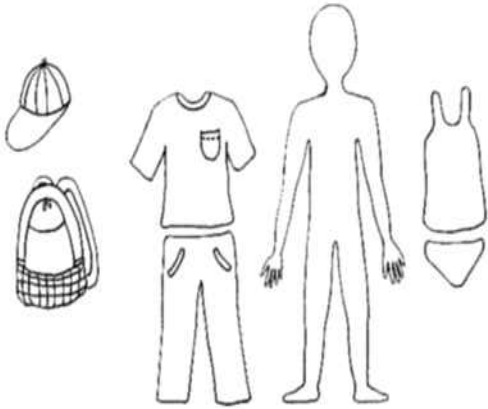
- 1) 아동이 복잡한 문제를 이해하는 능력이 부족하므로 이미지로 표현될 수 있는 구체적인 예를 제시한다.
- 2) 아동이 표현한 작품에 질문을 할 때 개방형의 질문보다는 선택의 여지를 주는 답을 제시해 줄 수 있어야 한다.
 - 개방형질문 : 무언가 본인의 이야기를 할 수 있도록 이끌어 내는 질문
“현재 어디에 사나요? 주소가 어딘가요?”
 - 폐쇄형질문 : 네, 아니요로 간단하게 답변할 수 있는 질문
“현재 인천광역시 남동구에 살고 있나요?”
- 3) 아동은 주로 사고과정에서 빠진 부분에 초점을 두어야 한다.
- 4) 아동에게는 간접적이고 체험적인 방법으로 전달되도록 한다.

5. 인지 강화를 위한 미술활동

1) 난이도 하

(1) 상황에 맞는 옷 입히기

- 주어진 상황 사진을 본 후, 시공간적인 환경을 관찰하고 사회적 인지기능을 향상할 수 있다. 상황에 맞는 의복을 순서대로 그리는 과정으로 자조기술을 경험하며 채색하고 꾸미는 작업을 통해 규칙이나 예절 등 사회적 규범과 약속에 대해 인지능력을 강화할 수 있다.
- 인지 발달은 상황이 주는 자극, 주변인물로 인한 간접경험 등의 사회적 기여가 필요하다. 아동이 새로운 원리를 배우고 찾기 위해 호기심을 가지고 적극적으로 환경을 탐색하도록 돕는다.

단계	활동순서	준비물
1	상황이 나타난 사진을 보고 표현된 상황을 인지하고 설명할 수 있도록 한다. (예: 학교, 소풍, 지하철, 운동회, 시장)	상황설정 사진
2	신체도안과 여러 가지 의복도안을 준비한다.	신체도안과 의복도안
3	신체도안과 의복도안 중 사진 속 상황에 맞는 의복을 골라 올린다.	가위
4	신체도안 위에 오려진 의복을 붙인 후 채색도구로 채색한다.	풀, 채색도구
5	상황에 맞도록 표정, 동작을 그린 후 완성한다.	도화지
6	완성된 그림을 보고 상황을 설명하는 글을 적도록 하여 인지개념을 정리한 후 대화를 하여 부족한 점을 보충한다.	종이
주의사항	1. 아동의 성별에 따라 도안을 다르게 구성한다. 2. 인지수준에 따라 도안에 차별화를 주도록 한다.	
 		

(2) 손으로 바라보기

- 시각이 아닌 다른 감각을 이용해 사물을 탐색함으로써 평소에 알지 못했던 사물의 다른 모습을 알아 가며 창의력 발달과 형태인지력, 사물인지력에 도움을 준다. 또한 손으로만 대상을 탐색하면서 손의 감각을 자극하고, 그 감각에 집중할 수 있도록 한다.
- 시각만이 아닌 다른 감각을 사용하여 세상을 바라보고 사물의 형태를 인지하는 능력을 키워본다.

단계	활동순서	준비물
1	눈을 감고 사물을 자유롭게, 충분히 탐색할 수 있는 시간을 갖는다. (예: 인형, 네모, 세모, 동그라미, 컵, 자)	다양한 사물
2	손으로 느껴지는 사물의 모습이나 특징을 자유롭게 이야기한다.	
3	손으로 만졌던 느낌을 연상하여 사물의 형태를 그림으로 표현하다.	필기구
4	그림을 완성 후, 자신의 그림과 사물의 모습을 비교해 보는 시간을 갖는다.	
주의 사항	1. 이미 알고 있는 사물을 제시하게 되면 손으로 느끼지 않고도 그림으로 표현할 수 있으므로 가능한 다양하고 독특한 사물을 사용할 수 있도록 한다.	
 		

2) 난이도 중

(1) 내 이름을 널리 알리자

- 판화작업을 하면서 이름자가 바로 나오도록 생각해 보는 경험을 통해 인식의 전환을 경험하고 추리력이 향상된다. 또한 그 인식의 수단으로 자신의 이름을 사용함으로써 자기인지에 긍정적인 영향을 미친다. 판화의 고유성인 여러 장을 찍어낼 수 있다는 점을 이용하여 다양한 색을 바꿔가면서 아동의 이름을 찍어내 보는 과정을 통해 색채지각을 확장하고 이름을 크게, 여러장 작품화시키는 과정을 통해 자존감이 향상된다.
- 사전연습을 통해 이름을 올바르게 쓰고 물감을 칠한 후 찍어내면 반대로 찍히는 것을 통해 오류를 경험한다. 오류를 범하지 않기 위해 고민하고 추론하여 이름이 옳게 나오는 경험을 하고 이를 통해 오류를 바로 잡는다.

단계	활동순서	준비물
1	<사전연습> 우드락판에 아동의 이름을 쓴 후 날카로운 도구를 이용해서 파낸다.	우드락, 날카로운 도구
2	물감을 바르고 도화지에 찍어낸다. 이름이 좌우 바뀌어서 찍혀 나오는 것을 경험한다.	물감, 도화지
3	이번에는 판화로 찍어 낼 글자가 바로 나오려면 이름을 어떻게 써야 할지 생각한다.	
4	우드락판에 거꾸로 이름을 새기고 날카로운 도구로 파낸다.	우드락, 날카로운 도구
5	롤러로 물감을 칠한 후 도화지에 찍어낸다.	물감, 도화지
6	다양한 색을 사용하여 여러 장 찍어낸다.	
주의 사항	우드락 판에 칠할 물감(수채화물감)에는 물을 거의 섞지 않고 사용해야 작품이 선명하게 잘 나옴	
		

(2) 내가 만드는 퍼즐

- 그림을 조각으로 자르면서 소근육을 강화시킬 수 있다. 그리고 이 자른 조각을 다시 재구성하는 과정을 통해 창의력과 상상력을 키울 수 있다. 만약, 어린 아동이나 치매노인, 인지장애 환자들에게는 자른 조각을 섞어 원래의 모양으로 맞추면서 인지기능을 강화할 수 있다.

단계	활동순서	준비물
1	두꺼운 종이 위에 자유롭게 그린다.	그림도구
2	다 그린 그림의 뒷장에 선을 그어 조각의 모양을 알맞게 만든다.	자
3	선을 따라 그림을 잘라서 여러 개의 조각으로 나눈다. (그림을 조각으로 누날 때, 너무 작거나 너무 큰 모양으로 만들지 않도록 주의한다.)	가위
4	자른 조각들을 섞은 다음 다시 원래의 모양으로 맞춘다. (그 다음 이 자른 조각들을 다시 재구성하여 새로운 이미지를 만들어 본다).	
5	새로운 이미지를 만든 경우, 새로운 이미지에 대해 이야기를 나누고 그것에 대해 느낌이나 생각을 재인식하여 그림으로 간단하게 표현해본다.	
주의 사항	1. 아동의 상황에 따라서 조각의 크기를 결정할 수 있다.	
		

2) 난이도 상

(1) 우리 동네 지도 그리기

- 집 근처의 자주 다니는 길을 중심으로 생각나는 대로 그려 기억에 관련된 뇌 기능의 활성화를 도모한다. 기억 속에 저장된 주변 모습을 더듬어 생각해낸 후 그림으로 재 표현해 봄으로써 경험에 의한 무질서한 학습을 논리적 기억으로 정리하여 인지 기능 중 체계화의 방법을 습득할 수 있도록 한다.

단계	활동순서	준비물
1	보호자는 대화를 통해 집 주변에 대해 생각할 수 있도록 유도한다.(아동이 기억이 잘 안난다고 했을 때는 현관문을 열고 나오면서 만나는 풍경을 기억하고 표현할 수 있도록 이야기로써 유도한다.)	
2	4절지에 길을 그리며 주변 건물에 대한 기억 탐색을 함께하여 활발하게 진행되는 데 도움을 줄 수 있도록 한다.	4절지, 연필, 지우개
3	채색도구를 사용하여 색칠하고, 스티커를 이용하여 가장 선호하는 장소나 공간을 꾸밀 수 있도록 한다(보호자는 아동이 어떤 장소에 강하게 반응하는지도 기억해 두도록 한다).	채색도구, 스티커
4	말풍선이나 인물, 나무 등의 주변 풍경도 함께 넣어 그림을 완성하도록 한다.	
5	완성작을 보며 이야기를 하고 보호자는 아동과 함께 집 주변을 둘러보며 아동이 그린 지도그림이 실제의 모습과 어떻게 다른지 비교하며 관찰해 본다.	
주의 사항	보호자는 미리 아동의 주변동네에 대해 파악하여 정보를 준비하도록 한다.	



(2) 나의 하루를 만들어요

- 현재 하루 일과를 표현해 보고 현재 자신의 중요한 시간을 찾아본다. 이를 통해 자기 인식을 가능하게 하고 자기 행동의 관리와 시간 관리를 인식할 수 있게 한다. 모빌을 만들어 이를 정리해 봄으로써 자기 통제력의 향상을 유도한다.

단계	활동순서	준비물
1	하루 중 자신에게 중요한 일과와 시간을 생각해 본다.	
2	8절지 도화지를 4등분으로 잘라 카드를 만든다.	도화지, 가위
3	각각 중요한 일과를 그림으로 표현한다.	그림도구
4	4장의 카드그림을 나열하여 붙이거나 편칭을 내고 끈으로 연결하여 모빌로 만든다.	
5	제목을 정하고 자신이 그린 그림을 설명하도록 한다.	
6	하루 일과를 되돌아보고 자기 행동을 인지하고 수정, 보완하도록 유도한다.	
주의 사항	1. 카드는 원, 하트, 세모 등 내담자가 원하는 모양으로 자를 수 있다. 2. 시간 순서대로 모빌을 만들 수도 있고, 중요하다고 생각하는 일과 순서대로 모빌을 만들어 자기 행동을 인지시킬 수도 있다.	
 		

6. 결과

미술은 고유한 자신의 표현이므로 의지력을 키우는 데 도움이 되며 발달장애인 아동의 내적인 발전과 사회통합을 위한 중요한 예술장르입니다. 그러나 발달장애인 아동들은 뇌의 분석기능과 감각기능의 장애로 인하여 비장애아동에 비하여 원활한 미술활동이 어려우며 그들에게 맞는 미술활동이 필요합니다. 따라서 본 “인지 강화를 위한 미술활동”은 단순한 표현력 함양에만 그치지 않고, 각 발달단계에 따라 아동 개개인의 창의성과 지적능력 함양을 돕고자 합니다. 가정에서 아동을 양육하는데 유익한 자료가 되기를 바랍니다.

7. 참고문헌

김선현(2018). 인지 강화를 위한 미술치료 프로그램. 이담
양경희, 박원희(2008). 장애아를 위한 통합적 미술교육. 학지사

우리아이 마음처방전



팀 명	기능향상지원 2팀
일 시	2020년 12월 1일
장 소	대회의실



남동장애인종합복지관

우리아이 마음처방전

1강. 두려움

불안하지 않는 아이가 행복한 아이

* 아이들의 행동 패턴

3-5세 : 자연계에서 일어나는 상황

ex) 날파리, 벌, 곤충, 높은 곳, 캄캄한 곳, 변기

5-7세 : 막연한 것, 혼자 남는 것, 헤어지는 것

ex) 이를 드러내는 큰 개, 좀비, 귀신

초등학생 : 죽음, 시험, 경쟁, 전쟁, 멸망

지나치게 보호하는 것은 불안을 극복하지 못하게 한다.

↳ 두려움, 불안의 정체를 이해하고 정상적인 연령 때에 보이는 문제인지 파악하기

① 자기 보호 본능에 대한 두려움

경계 상황의 발생 : 상황 파악이 안됨, 예측할 수 없음, 경험한적 없음

↳ 자신을 보호하기 위해 일단 경계한다.

-마음 처방전

ex) 벌레, 나방 : 아이를 비웃거나 놀리지 않기

└ 아이가 성장하며 학습을 통해 공존해야 할 생명체임을 인식

↳ 운동신경 발달로 대처 능력 생김

ex) 넘어질까 봐 자전거를 못 탄 : 익숙해지도록 연습, 단계별 연습

ex) 계단을 무서워함 : 단계별 연습, 평상시 안전 교육

② 기계, 알약, 전자제품에 대한 두려움

-마음 처방전

ex) 미용실 : 인형놀이를 통한 머리 자르기

자른 후 길러야 머리카락이 더 건강해짐을 가르쳐주기

몸부림치지 않으면 이발 기계가 상처주지 않음을 가르쳐주기

저항이 심하다면 보호자가 잘라주기

ex) 전자제품 : 기계 눈으로 관찰, 작동시키지 않고 만져보기

적용되면 작동시켜 소리 듣게 하기

강요하지 않기

③ 심리 관련 두려움

* 너무 의존적일 때 : 불안함이 있을 때 의존함

(과잉보호하면 스스로 대처하지 못하고 부모가 해결해주길 바람)

부모가 과잉 반응할 경우

(아이는 쉽게 불안감이 들고 자신감이 없어짐)

-마음 처방전

아이 속도에 맞춰 천천히 스스로 해결하도록 하기

(과잉 반응과 과잉보호 하지 않기, 지나친 불안조장하거나 위협, 협박 하지 않기)

* 사소한 일에 걱정이 심할 때 : 생물학적으로 그렇게 태어났을 수 있음

가족력(부모의 태도를 보고 자람)

-마음 처방전

양육태도 개선

* 다른 사람에게 사랑하느냐고 자꾸 묻는 경우

-마음 처방전

부모의 감정 상태를 정확하게 표현하기

↳야단치는 것과 단호하게 가르치는 것은 다르다고 설명하기

2장. 긴장

* 수행불안 : 주시(응시) 불안을 이해해야함(누군가가 보면 긴장하게 됨)

잘하고 싶은데 잘 못하게 될까봐 염려하는 것

↳수행의 효율이 떨어지게 됨

따라서 결과 중심으로 아이를 양육하지 않기

과정이 중요하며, 실패는 삶의 일부분임을 알려주기

① 시험 불안

평소엔 잘하다 시험만 보면 망친다.

↳모범적인 아이들이 많다.

-마음 처방전

긍정적 마음&자신감 있는 태도 길러주기

- 긍정적인 시나리오 그려보기
- 긴장된 마음 가족이나 친구에게 말해보기
- 시험도중 자신을 진정시킬 수 있는 말 가르쳐주기
- 스스로 긴장감 해소하고 조절할 수 있게 해주기

② 수행 불안

발표나 무대공연 시 긴장해서 땀 뻘뻘 얼어붙는다.

아이의 수행불안을 부추기는 것은 부모임.

-마음 처방전

과정이 중요하며 실패는 삶의 일부분임을 알려주기

- 수행과정의 노력 칭찬
- 아이가 결과에 주눅 들지 않게 하기
- 결과가 어떻든 사랑받고 귀한 존재임을 느끼게 하기
- 아이에게 무엇을 수행하게 하려면 명확하고 구체적인 목표 정하게 할 것

③ 선택적 함구증

불안의 극단적인 형태, 장기간 되면 성격, 사회생활에 문제가 됨.

- 되도록 빨리 병원 치료 받기
 - └약물치료
 - └행동치료
 - └놀이치료
 - └가족치료

3장. 감정조절

후천적으로 배우는 것

긍정적 감정은 표현하기 쉬우나 부정적 감정은 표현하기 어려움.

* 만 3세가 가장 중요하다.(때를 부릴 때 보호자가 공격성으로 반응하면 아이의 공격성이 커짐)

- 아이의 감정에 잘 수긍하고 인정하기
- 문제점을 이야기해 주기
- “어떻게 할까?” 아이와 의논하기
- 감정을 말로 표현하게 하기

* 청소년기 아이들 감정조절 : 아이가 표현하는 부정적 감정 부모가 안전하게 받아주기

① 화를 자주 내는 아이

동기부여나 에너지원으로 사용되는 경우는 좋은 것

때쓰기, 소리 지르기 등 공격적인 것은 나쁜 것

* 화 표현하는 방법 가르쳐 주기

- 화낼 때 야단치거나 무시하지 않기, 내면 감정 알아차리고 존중 해 주기

- 마음 처방전

아이 마음 인정해 주기

- 아이를 보호하기 위한 것임을 기억하기
- 좋은 본보기가 되어주기(화가라 앉히는 훈련하고 시범 보여주기)
- 화의 허용범위 명확히 구분하기
- 이성을 유지하며 조언은 하되 명령은 하지 않기
- 빨리 개입하기

▶ 자존감이 낮아 사소한 거에 화 많이 낼 때

평소 아이가 가치 있고 존중받을만한 아이임을 알려주어 긍정적인 자아상을 형성하도록 하기

▶ 소외감 느껴서 화낼 때

신체 접촉하고 관심 표현

▶ 관심 받고 싶어서 화낼 때

부적절한 행동은 무시하되, 아이에게 관심 표현하기

* 부모가 자신의 감정을 잘 절제하는 모습 보여주기

② 짜증과 신경질을 내는 아이

-마음 처방전

자기감정 있는 그대로 표현하게 해주기

1. 아이 감정에 관심 기울이기
2. 일정시간 규칙적으로 놀아주며 밀착관계 유지
3. 아이 감정과 주파수에 맞춰 부모 감정 유지
4. 부모가 긍정적인 방식으로 표현하고 처리하기
5. 부정적인 감정 처리 방법 가르쳐주기

③ 징징거림

별주는 것도 관심이라 생각함

-마음 처방전

아이 요구 먼저 확인, 타당한 요구는 들어주기, 부적절한 요구는 설명해주기

부모의 애정과 관심에 대한 믿음→당장은 아니어도 자신의 요구 들어줄 것임을 깨달음

→필요한 것 얻으려면 기다릴 줄 알아야함을 배움

④ 빠침

수동적이면서 공격적인 특성(다른 사람의 마음을 자기가 원하는 방향으로 조종하기 위함)

자기감정을 표현할 수 있는 방법 가르치기

-마음 처방전

- 실망한 아이의 마음 어루만지기, 선택할 기회 주기
- 긍정적으로 생각하는 마음가짐 북돋아 주기
- 잘못된 것을 찾지 말고 문제해결방법 찾기
- 아이의 속마음 잘 헤아려주기
- 보호자 과잉반응하지 않기
- 강압적인모습 보이지 않기

⑤ 질투심

질투심 : 부정적인 특성

경쟁심 : 서로를 발전시킬 수 있음

* 보호자가 어떻게 대하느냐에 따라 아동의 질투가 생기기도 함.

-마음처방전

바로 개입하여 감정 조절할 수 있게 도와주기

아이가 어릴수록 좋음(부모의 언행 조심, 적절한 주의와 관심주기, 질투심 때문에 죄책감 느끼지 않게 다독이기)

4강. 심하게 대들기, 말대꾸

Q. 아이가 부모를 공격적인 대상으로 생각하나?

아이의 행동은 공격적이지만 감정은 두려움일 수도 있음.

따라서 자신의 태도를 생각해보기(방어반응으로 공격적인 태도가 나올 수도 있음)

* 부모에게 하는 부적절한 행동 유형

- ① 간죽거리며 청개구리 짓을 해요 : 처벌은 훈육에 도움 되지 않음
근본적인 이유를 가르쳐주기

-마음처방전

- 확고하고 엄한 태도를 유지하지만 친절하게 대하기
- 잠시 뒤로 물러나고(처벌은 뒤로 미루기) 말로하기
- 아이에게 선택권을 주기
- 자주 칭찬, 격려하고 아이를 존중하기
- 일관성을 유지하고 현실적이 되기
- 부모 자신이 무슨 말을 하고 있는지 살펴보기
- 무조건 타임아웃 쓰지 않기
- 위협하지 않기

- ② 꼬박꼬박 말대꾸를 해요 : 부모의 존중이 지나치거나 방송, 친구를 따라하는 것

-마음 처방전

- 아이를 존중하며 기본적인 상식을 벗어나지 않는 선에서 지도
↳ 가르치는 기회로 삼느냐 말대꾸를 막아버리느냐는 부모의 몫
- 설교하지 말고 가르쳐주기(의사소통의 시간)
- 주관적인 반응 말고 객관적으로 대하기
- 애정을 주는 대화하기, 과잉반응하지 않기

5강. 공격성

공격성 : 옛것을 허물고 나만의 새로운 인생을 창조해나가기 위한 에너지원.

(자신을 지키고 버티는 것, 힘의 균형)

정상적인 발달을 꼭 거쳐 가야 함.

힘의 균형이 깨져 억지로 참으면 마음의 병이 생김.

* 걸음마, 신체 발달하며 이것저것 던지며 즐거워함

↳ 위험한 것은 치우고 던져도 되는 것을 두기

* 아이에게 과잉반응하지 않기(아이가 화나서 공격적인 행동이 나오는 것임)

* 3세 미만 아이에겐 “안 된다”라고 그때 말해주는 것이 좋음

* 말하기 시작하면 부정적인 감정을 표현할 수 있는 말을 가르치기

아이는 꼭 가르쳐줘야 하는 존재이다.

① 폭력

원인 : 화나서, 호기심, 스트레스와 좌절(엄격한 부모), 자기중심적 사고, 충동조절못함

-마음 처방전

아이의 감정 이해하고 말하도록 유도하기

아이의 긍정적인 행동에 대해선 칭찬과 상주기

아이를 때리지 않기

폭력적인 영화, 만화, 게임 접하지 않게 하기

* 다른 아이를 괴롭히거나 때릴 때

-마음 처방전

행동 무시하기, 과잉반응하지 않기

* 욕설과 협박

-마음처방전

나쁜 행동임을 일깨워 주기

부모부터 욕설 사용하지 않기

단호하기 말해주기

욕설 아닌 다른 말로 자신의 감정 표현할 수 있게 도와주기

* 반항(고함지르기)

-마음 처방전

아이의 관심을 다른 곳으로 돌리기

ex) 대형마트 : 심부름시키기.

공공장소 : 네 소리가 마치 사자소리 같아. 예쁜 고양이 소리 내볼까?

원하는 것이 있어서 : 아이가 원하는 대로 만들어주기.

원하는 것을 주지 않아서 : 원하는 것을 주지 않기(“이것 끝나면 바로 줄게”)

때, 분노, 발작 : 아이에게 집안에서 모든 가족들이 공동으로 지키는 규칙
다시 한 번 더 명확하게 이야기하기.

그래도 지르면 아이를 방으로 잠깐 들여보내고 5분마다 확인.

충분히 기분이 풀렸다면 나와도 좋다고 말해주기.

② 자해와 학대

* 머리를 벽에 박는 행동

6개월~4세 사이는 정상적인 행동-자신의 의사를 표현하는 방법

자신을 안정시키는 행동(리듬감을 느낌)

계속 한다면 음악 틀고 손뼉 쳐서 박자 맞추게 하기

• 화나 좌절감 때문

자신의 감정 원활하게 표현하기, 기분을 적절히 통제하기, 욕구를 조절하는 능력 발달

아이 스스로 다칠 만큼 안하고 조절하기 때문에 억지로 막지 않기

- 관심을 얻기 위해서

관심을 보이지 않기(평소엔 관심 많이)

행동 멈추는 조건으로 보상을 주는 거래 하지 않기

화내지도 벌주지도 않기

-마음 처방전

긍정적 방식의 대화하기

속상해하는 이유를 파악해서 설명해주기(규명)

스스로 가라앉힐 시간 주기

틀린 행동에 관심 주지 않기

* 동물 학대

부모 방임, 신체적 혹은 성적 학대

적대감, 공격성을 나타냄

-마음 처방전

아이와 이야기하기

생명의 존엄성, 동정심 알려주기

무죄의 탐험 행동

vs

계산된 동물 학대

알려주면 금방 고쳐짐

반드시 개입해야 함

동물과 많이 접촉하기

동물을 옹호하는 태도 보이면 칭찬하기

③ 물건 던지기

-마음 처방전

던져도 되는 물건과 장소 구분하게 해주기

과잉반응 하지 않기, 물건을 던진 아이의 손등을 가볍게 때리는 것도 안됨.

화난 마음 표현하는 다른 방법 알려주기

④ 깨물기

-마음 처방전

마음을 이해해주기

문 아이, 물린 아이 둘 다 괜찮은지 확인하기

둘 다 도와주기

선생님, 부모님에게 도움을 청하라고 알려주기

아이와 일어났던 일에 대해 이야기 나누기

제지하는 동안 아이를 사랑하고 있는지 표현하기

단호하고 분명한 태도 유지하기

6강. 거짓말

가장 큰 이유는? 혼날까봐

따라서 초등학생까지는 혼내지 않기

(사춘기 아이는 따끔하게 혼내기)

* 생각 없이 말하는 아이

천천히 생각해볼 시간 주기

솔직히 말하면 그냥 넘어가주기(가볍게)

* 순간을 모면하려는 아이

보호자를 따라하는 것일 수도 있음

문제해결수단으로 생각함

정직한 것이 문제를 처리할 수 있는 가장 좋은 방법임을 알려주기

솔직하게 말하면 벌주거나 혼내지 않기

① 자신의 이익을 위한 고의적 거짓말

갖고 싶은 물건 시간, 노력, 인내가 필요하다는 것을 알지 못함.

빨리 얻고 싶어서, 말해봤자 부모가 안 들어줘서 거짓말 함.

↳정직한 방법으로 얻는 결과만이 자신의 소유가 된다는 것 알려주기

-마음 처방전

미취학이라면 동화에 나오는 주인공의 예를 들어 설명하기, 취학이라면 솔직해서 잘된 일화 얘기해주기

↳아이가 소심하고 자존심이 강한 내향적 성격이라면

↳자상한 태도로 아이를 이해하고 믿고 있다는 것을 알게 하기

↳부모가 소소한 갈등으로 관계가 나빠져 있는 아이가 거짓말 하면

↳거짓말한 잘못을 먼저 꺼내지 말고 대화를 풀어나가기

↳그 후, 잘못을 생각해보고 고칠 수 있도록 도와주기

생각할 시간 주기(의심, 추궁하는 질문 안 됨)

* 습관적으로 거짓말을 하다 자신도 그것이 진실인 것으로 믿는 경우

어릴 때 치료가 필요함. 스스로 믿으면 죄책감이 없음.

-마음 처방전

거짓말은 결국 해가 된다는 것 계속 알려주기

평소 정직한 모습 보여주기

아이의 잘못에 초점을 맞추기보다 어떻게 대처해야하는지에 중점을 두고 문제해결에 대한 조언하기

② 상황을 모면하거나 불편함을 해결하기 위한 거짓말

-마음 처방전

화내거나 욕박지르지 않기

시간을 정해주고 하던 것 마무리하게 하거나 잠시 멈추게 하고 대화하기
 다른 사람의 말을 충분히 듣고 생각하는 습관 만들기→거짓말 줄고 사고력 향상됨
 * 잘못해서 벌을 받거나 비난받을 일이 생기면 그 상황을 피하기 위해 거짓말
 거짓말 했다고 추궁하면? 불안해서 계속 거짓말
 따라서, 부모가 아이를 궁지에 몰수록 아이는 거짓말을 하게 됨
 -마음 처방전
 처벌, 비난을 두려워하지 말고 받는 것이 용기 있는 행동임을 알려주기
 정직하게 말하면 더 혼날 수 있다는 생각 가지지 않게 해주기
 거짓말 할 수밖에 없는 상황 만들어 주지 않기
 정직하게 말하면 격려해주기

③ 관심이나 인정받기 위한 거짓말

속상하고 공허함을 느끼게 됨

심한 허풍은 또래 관계에 어려움이 생길 수 있음

-마음 처방전

유아, 초등학교 저학년이라면? 친구들과 자연스럽게 어울리게 해주며 아이 체면 세워주기

12번 해주고 선물이나 거짓말로 진정한 친구 사귄 수 없음 알려주기

부모의 사랑이 절대적으로 필요함.

7장. 때

보통 2-3세에 때를 잘 씹(만 나이)

만 3세 이상이면 잘 지도해야함.

┌부모 간 양육의 불일치

└안 된다 하다가 때쓰면 포기하고 들어줌

└지나치게 허용적으로 자란 아이

* 때쓰면 진정될 때까지 기다리기

* 말한 대로 행동하기

* 공격적인 방식은 안 됨, 아이가 때리면 잡고 기다리기

* 부모가 일관된 태도로 대하기

① 집 안에서 때쓰는 아이

-마음 처방전

눈 맞추고 단호하지만 부드럽게 대하기

┌작은 아이 : 몸부림치지 못하게 다리 사이로 잡기

┌큰 아이 : 양손으로 아이의 얼굴 잡기

부적절한 요구는 끝까지 들어주지 않는다는 것을 알게 하기

② 집 밖에서 떼쓰는 아이

-마음 처방전

조용한 곳으로 데려가기, 데려 가서는 집에서의 방법과 동일

원인별- 언어 능력이 미숙해서 감정을 말로 표현하기 어려워 떼쓰는 경우

↳ 여러 행동표현을 알아두기

기분이 좋지 않을 때, 잠을 충분히 못 잤을 때, 배고플 때

↳ 때를 용서해주고 감내해야함

↳ 충분히 공감해주면서 자기 스스로 조절할 수 있게 도와주기

관심 받고 싶어서

↳ 관심, 반응하지 않기, 무시하기

↳ 진정 후 대화 시도하려할 때는 귀 기울여주기

불안해서

↳ 공포감이므로 다정하게 안아주고 충분히 설명해주기

8강. 고집

고집은 자기주장을 담고 있음. 자기의 방식을 고수한다는 의미

변화에 두려움을 느끼는 아이들이 있음→편안하게 해줘야함

그렇지 않다면?진다고 생각하거나 남의 의견을 받아들이는 것을 자존심 상해함
따라서, 고집을 무조건 바로 바꾸고 꺾는 방법은 좋지 않음

① 고집의 원인과 대처방법

* 무섭고 두려운 고집- 설명을 충분히 해주고 어떻게 할지 해결책 함께 고민

* 변화에 대한 고집- 예상되는 상황 설명해주기, 흥미 자극해서 자발적으로 변화하도록 하기

* 단순한 반항- 사정하거나 부탁하지 말고 분명하게 주장

부모의 말을 듣지 않았을 때 생기는 결과에 대해 설명

요구가 논리적, 합리적이어야 함

바르게 행동했다면 칭찬하기

② 융통성 없는 고집(고지식)

정답이자 원리, 원칙에 맞는 경우가 많음

해결- 아이의 말 주의 깊게 듣고 잘 이해시키고 설득하기

잘 이해하지 못하면 타협안 제시하기

아이가 무조건 자기주장만 내세우면, 평소 상대방의 입장에서 생각하고 행동하도록 가르쳐주기

<Reference>

1. 오은영 박사의 우리아이 마음처방전

장애자녀 자립생활 준비 및 지원방안



팀 명	가족문화지원팀
일 시	2020년 08월 25일(화)/16:00-17:00
장 소	대회의실



남동장애인종합복지관

장애자녀 자립생활 준비 및 지원방안

1. 사업내용

- 1) 일시 : 2020년 08월 25일 (화) / 16:00~17:00
- 2) 장소 : 남동장애인종합복지관 프로그램실
- 3) 강사 : 김광백(인천장애인자립생활센터 사무국장)
- 4) 주제 : 장애자녀 자립생활 준비 및 지원방안
- 5) 참석인원 : 발달장애인 자립생활에 관심이 있는 보호자 (총16명)
- 6) 이용실적

세부 사업명	목표량	연인원	달성률(%)
부모교육	19	16	84.2
만족도 및 욕구조사	19	16	84.2

6) 업무분장

담당자		담당업무	비 고
가족문화 지원팀	박성묵	-사업총괄 및 슈퍼비전 제공	-
	윤혜림	-사전 준비 : 계획, 강사섭외, 홍보 등 -프로그램 진행 -평가 : 만족도 조사 및 보고서 작성	-
	고형식	-프로그램 보조 및 사진촬영	-
	오누리		

7) 추진일정

내용 \ 기간	7월 5주	8월 1주	8월 2주	8월 3주	8월 4주	9월 1주
프로그램 계획						
홍보						
이용인 접수						
프로그램 진행						
프로그램 평가						
보고서 작성						

8) 세부일정

일 자	시 간	내 용	비 고
8/25 (화)	15:00 - 16:00	사전준비 및 셋팅	-
	16:00 - 17:00	장애자녀 자립생활 준비 및 지원방안 강의진행	-
	17:00 - 17:30	- 질의응답 및 보호자 만족도 설문 실시 - 강사비 지급확인 및 개인정보동의 서류 작성	-

9) 운영방안

(1) 홍보

① 홍보방법

- 남동장애인종합복지관 홈페이지 및 카카오톡을 통한 홍보 실시
- 복지관 프로그램 이용 보호자 대상 홍보
- 지역사회 내 유관기관(인천시, 부천시, 시흥시)으로 홍보공문 발송

② 홍보일정 : 2020년 08월 03일 (월) ~ 2020년 08월 14일 (금)

(2) 접수

① 접수인원 : 16명

② 접수일정 : 2020년 08월 18일 (월) 10:00~ 접수인원 마감 시까지

③ 접수방법 : 전화 및 온라인접수

(3) 진행방법(총 2회)

① 카카오톡 라이브톡 활용하여 실시간 교육진행

: 2020년 08월 25일 (화) / 16:00

② 현장녹화를 통한 동영상 공유강의: 2020년 08월 31일 (월) / 14:00

(4) 연계협력 : 한국장애인부모회에서 공모한 2020년 부모교육지원 사업 선정에 따른 운영

2. 평가 및 개선사항

1) 목표평가

- ① 교육 후 구글 온라인 설문지를 통하여 만족도 평가 진행하였으며, 참여자 총 16명 중 16부를 회수하여 100%의 회수율을 보였음. 만족도 설문 항목 중 대부분 '담당자의 홍보'로 부모교육을 알게되었다고 함. '만족' 이상의 답변이 '강의 주제' 16명(100%), '강의방식' 16명(100%), '양육에 도움정도' 15명(93.8%), '강의의 전반적 만족도' 16명(100%), '추후 강의참여'는 16명(100%)으로 나타나 전반적으로 높은 만족도를 보임. 이를 통해 '발달장애인 자립생활지원 방안'에 대한 부모양육능력이 향상되었음을 확인할 수 있었음.

2) 담당자 평가

- ① 코로나19로 집합교육의 형태로 진행되지 못하였으나 사회적거리두기 단계 상황과 무관하게 교육진행은 취소 및 연기처리 되지 않고 카카오톡 라이브톡에서 온라인 실시간 진행 가능하였음.
- ② 온라인 교육으로 장소에 구애받지 않고, 자녀들과 함께 자유롭게 강의를 들을 수 있어 부모님들의 참여율이 높았음.
- ③ 온라인 상에서나마 오랜만에 부모님들 간 교류가 있어 좋았다는 부모님들의 긍정적 평이 있었음.
- ④ 교육 중 ‘강사님의 강의 속도가 빠르다, PC버전에서는 화면이 가로로 보인다.’ 등의 피드백을 받아 실시간으로 적용하여 원활한 강의를 진행 할 수 있었음.
- ⑤ 강의당일 교육 자료를 빔프로젝트로 출력하는 동시에, 카카오톡 라이브톡 내 PDF파일을 공유하여 교육 자료를 쉽게 보실 수 있도록 지원 하였고, 스마트폰 연결 가능한 마이크를 활용해 강의내용이 효과적으로 전달 될 수 있도록 지원하였음.

3) 문제점 및 개선방안

문제점	개선방안
- 라이브방송의 장점은 상호작용이 가능하다는 점인데, 강의시간을 조절하다 보니 강사와 쌍방향으로 질의응답하는 부분이 어려웠음. - 강의는 1회성 강의로 진행되었으나 부모교육에 관한 욕구가 있는 분들은 지속적이고, 심도 있는 강의를 원한다는 의견이 있었음. - 처음 기능을 사용하는 분들이 많아 교육 전 입장하는 시간이 지연되었음.	- 강의 중 질의응답 시간을 포함해서 진행하면 효과적인 교육이 진행될 예정임. - 연속성을 가지고 진행하거나 추후 부모교육 관련 정보 발생 시 정보공유하고자 함. - 교육 15분전 사전 테스트 시간을 활용해서 진행 한다면 보다 원활한 서비스 재개가 가능할 것임.

4) 이용인 참여 및 만족도 결과

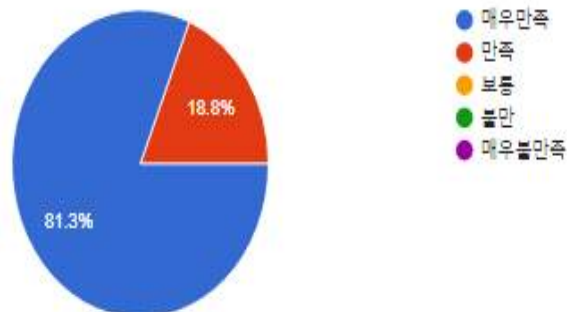
1. 가족문화지원 부모교육(ON:TACT)을 어떤경로를 통해서 알게 되었나요?

응답 15개



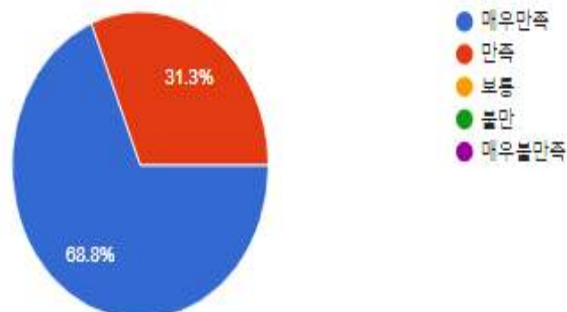
2. 강의 주제 및 내용에 대해 만족하나요?

응답 16개



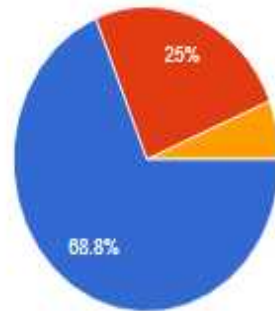
3. 강의 방식(비대면/카카오 라이브톡활동)에 대해 만족하십니까?

응답 16개



4. 강의 내용이 자녀양육에 도움이 되었나요?

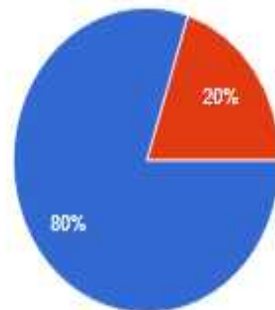
응답 16개



- 매우 도움이 되었다.
- 도움이 되었다.
- 보통이다.
- 도움이 되지 않았다.
- 전혀 도움이 되지 않았다.

5. 강의 내용에 대해 전반적으로 만족하나요?

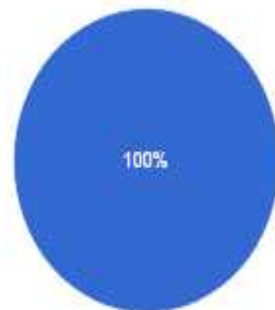
응답 15개



- 매우만족
- 만족
- 보통
- 불만
- 매우불만족

6. 추후에도 부모교육(ON:TACT) 참여를 희망하나요?

응답 15개



- 네, 참여하고 싶어요.
- 아니요, 참여하고 싶지 않아요.

7. 건의사항 있으시면 자유롭게 적어주세요.

응답 6개

좀더 구체적이고 현실적인 방법에대한 추가 강의가 필요할듯합니다

쌍방향 통신이 안되서 질의응답면이 좀 아쉬웠어요 그외는 만족입니다^^

성년후견인교육들고싶습니다

온라인 교육 처음인데 더 좋은것 같아요 이동시간도 없고 애들도 안맡겨도 되고요

부모교육이 다양한 주제로 자주 진행되면 좋을 것 같습니다

감사합니다

3. 결산

: 한국장애인부모회 부모교육 지원사업으로 기관에서 직접 강사에게 강사비 지급하여 예산 및 결산이 발생하지 않았음.

- 별첨 1. 교육사진 1부
2. 교육계획서 1부
3. 교육자료 1부
4. 온라인참여자 명단 1부

별첨1. 교육사진



발달장애인의 성인기를 준비하는 생애포트폴리오



팀 명	가족문화지원팀
일 시	2020년 12월 7일 (월) 10:00-12:00
장 소	3층 강당 (비대면 실시간 온라인 강의/ZOOM)



남동장애인종합복지관

가족문화지원 부모교육(2차) 평가서

1. 사업내용

- 1) 일시 : 2020년 12월 17일 (목) / 10:00~12:00 (2시간)
- 2) 장소 : 비대면강의 / 줌(ZOOM) 플랫폼 활용
(남동장애인종합복지관 3층 강당)
- 3) 주제 : 발달장애인의 성인기를 준비하는 생애포트폴리오
- 4) 강사 : 정은미 / (주)안정, 세아담대표
- 5) 참석인원 : 발달장애인 자립생활에 관심이 있는 보호자 (총 14명)
- 6) 실적

세부사업명	목표량	연인원	달성률(%)
부모교육	19	14	73.6
만족도 및 욕구조사	19	14	73.6

7) 업무분장

담당자		담당업무	비 고
가족문화 지원팀	박성묵	- 사업총괄 및 슈퍼비전 제공	-
	윤혜림	· 사업 계획 - 강사섭외 - 계획서작성 - 참여자 모집 및 관리, 홍보(공문발송 외) · 사업 진행 - 프로그램장소 사전예약 및 녹화안내문 부착 - 기자재(마이크, 노트북 등)셋팅 - 강사비 지출 및 증빙서류확인 · 사업 평가 - 만족도 조사 및 결과보고서 작성	-
	고형식	기자재 셋팅 지원(마이크, 노트북, 빔프로젝트)	-
	오누리	사전 ZOOM 테스트 지원	-

8) 추진일정

내용 \ 기간	11월 4주	12월 1주	12월 2주	12월 3주	12월 4주
프로그램 계획					
홍보					
이용인 접수					
프로그램 진행					
프로그램 평가					
보고서 작성					

9) 세부일정

일 자	시 간	내 용	비 고
12/17 (목)	09:00 - 10:00	사전준비 및 셋팅	3층 강당
	10:00 - 12:00	강의 및 실시간 질의응답	
	12:00 - 12:15	온라인 만족도조사	

10) 운영방안

(1) 홍보

① 홍보방법

- 남동장애인종합복지관 홈페이지 및 카카오톡을 통한 홍보 실시
- 복지관 프로그램 이용 보호자 대상 홍보
- 지역사회 내 유관기관으로 홍보공문 발송

② 홍보일정 : 2020년 12월 01일 (화) ~ 2020년 12월 04일 (금)

(2) 접수

① 접수인원 : 14명

② 접수일정 : 2020년 12월 07일 (월) 10:00 ~ 접수인원 마감 시까지

③ 접수방법 : 선착순 온라인접수

(3) 진행방법 : 비대면강의 / 줌(ZOOM) 플랫폼 활용(남동장애인종합복지관 강당)

2. 평가 및 개선사항

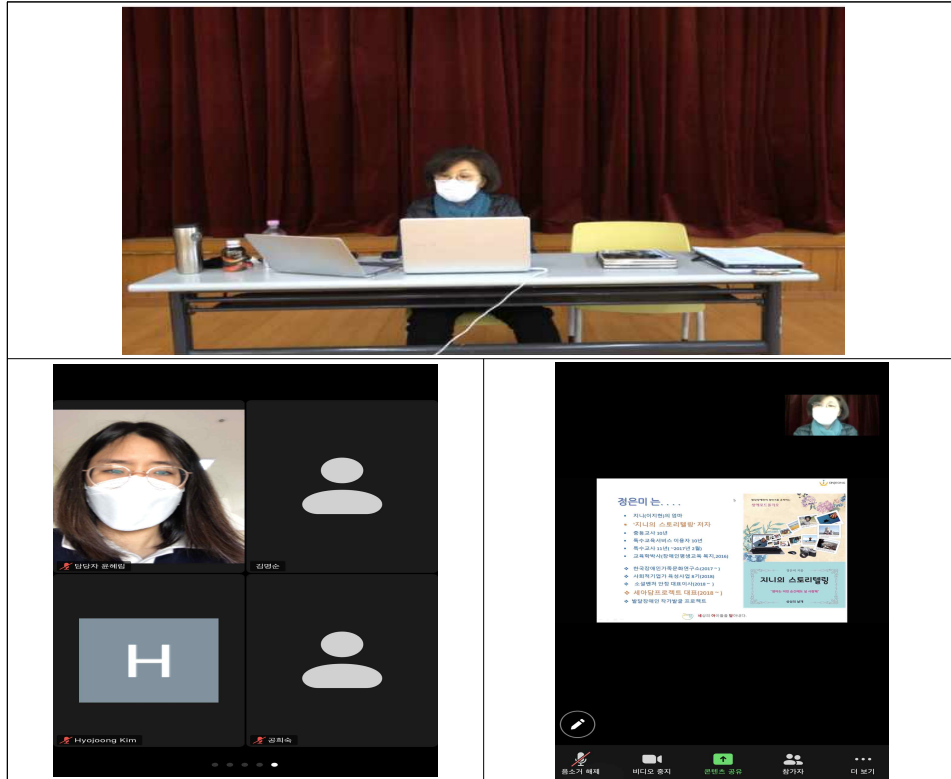
1) 목표평가

- ① 계획했던 목표인원 19명 중 14명이 참석하여 73.6%의 달성률을 확인함. 교육 후 구글 온라인 설문지를 통하여 만족도 평가 진행하였으며, 참여자 총 14명 중 14부를 회수하여 100%의 회수율을 보였음. 만족도 설문 항목 중 대부분 ‘담당자의 홍보’로 부모교육을 알게 되었다고 함. ‘강의주제 및 내용에 대한 만족도’는 9명(69.2%%), 만족(23.1%)로 대부분 만족하는 것으로 나타남. ‘강의방식(zoom) 만족도’에 대해서는 12명(85.7%)가 ‘만족’한다고 함. 또한 ‘강의 내용이 얼마나 도움이 되었는지’에 대해서는 11명(78.6%)이 ‘매우 도움이 되었다’로 응답하였고, 3명(21.4%)가 ‘도움이 되었다’고 함.
- ‘강의의 전반적 만족도’ 10명(71.4%), ‘추후 강의참여’는 4명(28.6%)으로 나타나 전반적으로 높은 만족도를 보임. ‘향후 평생설계에 관한 교육진행 시 참여하고 싶은가요?’에 대한 질문에 대해서는 14명이 모두 참여의사를 표현함.

2) 담당자 평가

- ① 강의 직전 사회적 거리두기 단계상향이 있었으나 예정대로 강의를 진행되었음. 방역수칙을 준수하여 강사 입실 전 발열체크 및 손소독 진행하고, 3층 강당에서 1인 강의 진행하였음.
- ② 사전에 강사동의 후 강의 당일 실시간 강의와 동시에 동영상 녹화 진행하여 교육자료 필요시 추후 공유할 수 있도록 하였음. 이에, 실시간 교육에 참여하지 못하는 부모님을 대상으로 추가교육이 가능하였고, 실시간교육 진행 7명, 동영상교육 7명 진행하여 총 14명의 부모님을 대상으로 부모교육 진행이 진행되었음.
- ③ 홍보처는 인천시, 경기도, 부천시로 지역 확대하여 특수학교, 특수학급, 자립지원센터, 발달장애인지원센터 등 95여 곳에 진행하여 적극적인 홍보가 진행되었음.
- ④ 온라인 실시간 교육 사전 준비 및 접속방법 안내 진행하였으며, 줌(ZOOM) 활용방법에 대해서 부모님들이 대부분 숙지하고 있었고, 사전 테스트에서도 무리없이 진행되어 회의실 입장이 원활하게 진행되었음.
- ⑤ 쌍방향 소통이 가능하여 질의응답 시간에 활발한 질의를 통해 궁금증을 해결하는 시간을 갖을 수 있어 보다 만족도 높은 강의를 가능하였음.
- ⑥ 총 2차례의 부모교육은 발달장애인의 자립지원을 주제로 연속성을 가지고 진행되어 참여자들의 만족도가 높았고, 만족도조사를 통해서도 향후 교육 진행시에 동일한 주제로 진행되기를 원하는 욕구를 확인하였음.

별첨1. 교육사진



발달장애인 공공후견인 지원사업 설명회



팀 명	직업지원팀
일 시	2020년 10월 29일(목) 14시~15시
장 소	대회의실, 온라인(zoom) 병행



남동장애인종합복지관

성년후견제도란?

성년후견제도란

질병, 장애, 노령 그 밖의 사유로 인한 정신적 제약으로

사무를 처리할 능력이 지속적으로 결여되거나 부족할 경우

재산관리 및 신상보호에 관한 사무의 전부 또는 일부를 지원, 관리, 보호함

질병, 장애, 노령 그 밖의 사유로 인한 정신적 제약으로

사무를 처리할 능력이 지속적으로 결여되거나 부족할 경우

재산관리 및 신상보호에 관한 사무의 전부 또는 일부를 지원, 관리, 보호함

공공후견지원사업

공공후견지원사업

법원의 심판으로 선임된 후견인이 정신적 제약으로 사무처리 능력이 결여되거나 부족한 성인의 의사결정 지원 제도

대상	- 만19세 이상 발달장애인 중 의사결정에 도움이 필요한 자 (중복장애도 가능) - 긴급하게 후견이 필요하다고 지자체, 법원에서 판단한 기타 유형
신청자	- 당사자(본인), 보호자, 사회복지시설종사자, 후견법인, 발달장애인지원센터, 읍·면·동 주민센터 및 시·군·구청 등
신청처	읍·면·동 주민센터, 시·군·구청
구비서류	[서식1호] 공공후견지원사업 이용신청서 [서식2호] 개인정보제공 동의서 [서식3호] 후견심판청구 동의서 [서식4호] 후견심판 청구에 대한 본인의 의향확인서(의사확인불가경우) ※ 첨부서류 : 사건본인의 기본증명서/가족관계증명서/제적등본, 주민등록등본, 장애인증명서, 장애인등록 판정 시 제출한 진단서 사본(원본대조필 날인) 기초생활수급자증명서, 장애인연금대상자확인서, 본인의 후견등기사항부존재증명서 ※ 구비 가능한 서류만 제출 후 미비서류는 발달장애인지원센터 현장방문 시 추가제출 가능

신청서 내용 일부

- 은행업무 지원 (예금계좌 개설 및 해지, 계좌이체 및 출금, 체크카드 발급, 예금관련정보조회 등)
- 일상생활비관리지원(계획적인 금전관리 등)
- 의료서비스 이용지원
- 공법상행위사무지원 (주민등록등초본, 가족관계등록부, 개인신상에 관한 제반 서류 발급)
- 인감증명서 발급사무지원
- 주거마련과 관련된 정보탐색 및 계약체결 지원 (공공임대아파트 신청, 주거이동에 따른 계약, 아파트 매수 등)
- 상속재산처리 및 처분 등에 관한 사무지원 (상속재산 조회, 상속재산분할, 상속의 승인, 한정승인, 포기 등)
- 사회복지급여 및 사회복지서비스 신청 및 이용지원 (공적, 여가 서비스, 복지시설 연계 등)
- 권리피해 상황 시 형사 절차 및 민사적 구제절차 진행 사무 (고소, 증거수집, 형사기록열람신청, 형사합의, 변호사 수입 계약 체결 및 해지 등)

특정후견 대리권 유형

- 의료서비스에 대한 동의중결정 및 이용계약체결에 관한 대리권
- 주택임대차, 복지시설이용계약 등 주거 마련과 관련된 계약의 체결, 변경, 해지 등에 관한 대리권
- 사회복지급여 및 사회복지서비스 이용(신청 수령, 변경, 해지 등)에 관한 대리권
- 각종 교육 및 여가활동 이용(신청, 변경, 해지 등)에 관한 대리권
- 금전관리(통장관리, 현금·체크카드 관리 등)에 관한 대리권
- 일상생활용품 및 서비스 구매에 관한 대리권
- 은행업무(예금계좌 개설, 계좌이체, 현금·체크카드 발급 및 해지, 예금계좌 해지 및 예금 관련 개인정보조회, 적금보험 가입, 각종 변경업무 등)에 관한 대리권
- 신탁계약 체결, 변경, 해지 등에 관한 대리권
- 상속재산 관리 및 처분 등(상속재산 조사, 상속의 승인·한정승인·포기, 상속재산의 분할, 상속재산의 등기·등록, 상속재산의 매도 등)에 관한 대리권(상속포기, 상속재산 처분의 경우에는 가정법원의 동의를 받을 것) 제도
- 공법상의 신청행위(주민등록등초본 발급, 가족관계등록부상의 제반 서류 발급, 인감등록 및 인감증명서 발급 등)에 관한 대리권
- 형사절차 진행에 관한 대리권 및 민사적 구제절차 진행에 관한 대리권

4) 외부지원사업

- ① 문화예술지원사업(국악/ 3월 중 실시)
- ② 장애인체육회지원사업(배드민턴/ 지원 미정)
- ③ 숲체험(지원미정)

5) 기타사업

- 월 1회 : 지역사회시설이용 실시
- 년 6회 : 체지방측정(4회), 독감예방접종(1회), 건강진단(1회)
- 년 4회 : 구강교육, 비만교육, 위생교육(2)
- 월 1회 : 소방 및 재난안전교육
- 주 1회 : 비장애인과 장애인 통합활동
- 년 2회 : 상하반기 욕구조사, 보호자 욕구조사
- 년 2회 : 지역주민과 함께하는 볼링대회, 지역축제 참여
- 이용인 부모 및 가족 프로그램
 - 부모상담- 수시
 - 부모교육- 년 4회 실시
 - 부모회 모임- 년 4회 실시
 - 가족여행- 10월중 실시
 - 가족송년모임 실시 - 12월 중 실시되며, 가족 모두 참석하여 본 센터 사업 보고 및 시상식 진행

제 6 장 부모회

제16조 (부모회)

주간보호센터를 이용하는 장애인의 부모 모임을 부모회라 칭한다.

제17조 (부모회 및 부모교육)

주간보호센터의 서비스를 개시한 날부터 이용인의 부모는 남동장애인종합복지관 주간보호센터 실시하는 부모모임이나 부모교육에 부득이한 경우를 제외하고 적어도 년 2회 이상 의무적으로 참여해야 한다.

4. 서비스 종결 내용

운영규정 중 제 9조 <서비스 종결>

본 주간보호센터의 보다 나은 서비스 제공을 위하여 아래 각 항에 해당하는 이용자의 서비스를 일시 또는 영구 종결할 수 있으며 시설장의 재가로 확정한다.

1. 본인포기 - 이용자 본인 또는 보호자의 서비스 이용 포기 의사가 있을 때

2. 강제종결

- (1) 정신질환적 증후로 인하여 이용인에게 정상적인 서비스 제공이 어렵거나, 타 이용자의 서비스 이용에 심각한 위협이나 지장을 초래 할 우려가 있다고 판단될 때
- (2) 대상자의 장애, 문제행동으로 인해 정상적인 서비스 제공이 어렵거나 타이용인의 서비스 이용에 심각한 위협이나 지장을 초래할 우려가 있을 때
- (3) 무단으로 연속 2회 이상 결석하였고, 특별한 사유가 발견되지 않을 때

3. 일시종결

- (1) 정신질환적 증후로 인하여 대상자에게 정상적인 서비스 제공이 어렵거나, 타 이용자의 서비스 이용에 심각한 위협이나 지장을 초래 할 우려가 있다고 판단되나, 일정기간의 치료로서 증세가 회복될 가능성이 있을 때
- (2) 이용자의 장애나 문제행동으로 인해 정상적인 서비스 제공이 어렵거나, 타대상자의 서비스 이용에 심각한 위협이나 지장을 초래할 우려가 있으나 그 위협이나 지장의 정도가 심하지 않다고 판단될 때
- (3) 무단으로 서비스에 연 5회 이상 불참하였을 때
- (4) 건강이나 가정문제 등의 사유로 인한 이용자 및 보호자의 의사표시가 있을 때
- (5) 일시종결은 서비스 담당자가 결정하며, 필요시 보호자와 협의한다.

단, 일시종결은 특별한 사유(천재지변, 화재)가 있는 경우 1개월로 국한하며 1개월이 지날 경우 자동종결 된다.

발달장애인의 자립생활 이해하기



팀 명	늘푸른동산
일 시	2020년 09월 25일
장 소	서면자료 배포



남동장애인종합복지관

발달장애인의 자립생활 이해하기

1. 발달장애인의 자립생활 이해하기

[구성배경]

본 장은 부모님들이 발달장애인의 자립생활에 대해 개괄적으로 이해하는 것을 돕기 위해 구성되었습니다. 일반적으로 자립생활이라고 지칭되는 신체장애인의 자립생활뿐만 아니라 발달장애인에게 있어서 자립생활의 중요성과 의미, 준비할 사항 등의 내용을 중심으로 구성하였습니다.

[질문목차]

1. 자립생활이란 무엇을 의미하나요?
2. 자립생활운동이라고 부르는 이유는 무엇이며 언제 시작되었나요?
3. 자립생활운동은 언제부터 시작되었나요?
4. 자립생활은 신체 장애인에게나 가능한 것이 아닌가요?
5. 발달장애인에게 자립생활은 왜 중요한가요?
6. 발달장애인의 자립생활을 위해서 중요한 것은 무엇인가요?

<상대적 자립>

완전한 자기결정권에 기반을 둔 자립생활은 어렵다하더라도 이전의 생활보다 상대적으로 더 자립적인 생활이 가능하다면 이것도 자립으로 볼 수 있다는 개념입니다.

<피플퍼스트(people first)>

‘장애 이전에 먼저 시민’이라는 뜻을 가진 말로, 발달장애인 스스로 자기권리를 주장하는 발달장애인 당사자 운동을 의미합니다. 발달장애인도 자신의 선택을 할 수 있으며, 선택의 역할을 해야 한다고 한 뉴리에의 주장에 따라 스웨덴에서 시작되어 1973년 미국 오레곤주에서 단체를 결성하였고, 미국 전역의 발달장애인 권리주장 협회로 발전하였습니다.

발달장애인의 자립생활의 뿌리는 더 거슬러 올라가 발달장애인도 자신의 선택을 할 수 있으며, 선택의 역할을 해야 한다고 한 뉴리에의 주장에 따라 스웨덴에서 시작되었습니다. 발달장애인으로서 자기권리옹호를 주장한 Nirie는 정상화를 모든 발달장애인의 생활방식과 하루하루의 생활이 그 사회의 일반적인 환경과 생활방식에 가장 가깝도록 만드는 것이라고 하면서 장애인의 정상으로써 치료가 아닌 생활조건의 정상화를 주장했으며, 울펜스버거는 발달장애인의 사회적 역할 지원의 강조와 이를 통한 사회통합, 자기권리옹호, 사회적 역할 가치화 등을 발달 장애인 자립생활의 핵심가치로 보고 있습니다.

질문 ⑤ 발달장애인에게 자립생활은 왜 중요한가요?

자립생활(Independent Living)은 장애인 스스로 자신의 삶을 결정하며, 일상생활을 관리할 수 있는 환경 구축을 추구하는 장애인운동 이념이자 장애인 정책 및 서비스 패러다임이라고 할 수 있습니다.

이러한 자립생활의 이념과 운동은 발달장애인에게도 예외는 아닙니다. 자립생활은 장애인의 능력의 문제가 아닌 권리의 문제이므로 발달장애인들도 시설이 아닌 지역 사회 환경에서 살고, 자신의 삶을 결정하며, 자기표현을 통해 삶을 즐기고 세상과 소통해나갈 수 있어야 합니다. 실제로 자립생활의 모습으로 살아가는 지적·자폐성 장애인이 늘어나고 있습니다. 그러나 이러한 자립생활은 성인이 되어서 단기에 이루어질 수 있는 것은 아니기 때문에 발달기의 성장과정에서부터 준비되어야 합니다. 자기 삶에 대한 자신의 결정에 있어서 타인의 개입 또는 보호를 최소화하여 스스로의 삶에 대하여 선택하고 결정하는 모든 과정에 장애인 당사자가 참여하는 과정을 갖는 것이 도움이 됩니다.

● 참고

<자립생활모델>

문제의 소재가 사회 환경에 있고 사회개혁과 환경의 변화를 통해 해결된다고 본다. 따라서 사회통합을 통해 자립생활이 실천되고 자기관리와 사회적 가치의 향상을 가져오는 권리옹호, 소비자 주권을 목표로 한다. 그러나 자립생활 모델이 지적, 발달 장애인에게는 적용되기 어려운 한계가 지적되어 왔고 지체장애인 당사자 편향을 가지고 있다는 지적도 뒤따랐다. 자립생활의 가장 중요한 의미가 자기 결정권인데, 의사결정능력이 충분치 않은 중증중복장애인의 경우에는 의존적인 자립을 통해 그 의미를 달성할 수 있는데 이를 간과하는 경향이 있다는 점이다(정중화, 2005).

<자립생활의 지원모델>

전문가와 당사자 간의 역할분담과 협력을 중요시한다. 전문가나 가족 등의 지원을 꼭 필요로 하는 발달장애인의 자립생활의 경우 당사자 주도권 담론 이전에 협력관계와 실천적 의미가 더욱 중요하기 때문이다. 자립생활의 기본이념이 모든 장애인을 포괄한다는 점에서 자립생활센터는 발달장애인 등 의사결정능력이 취약한 이들에게도 자립생활을 지원하는 프로그램을 실천할 수 있어야 한다.

<자립생활 지원을 위한 지원모델(Human Service Support Model)>

항목	재활모델(RM)	자립생활모델(ILM)	지원모델(ILSM)
형태	분리(격리)수용	통합(사회통합)	선택적 이용
문제의 정의	신체적 결손, 직업훈련, 기술의 결여, 심리적 부적응, 동기부여와 협조의 부족	전문가나 가족에의 의존, 부적절한 시스템, 물리적 심리적 장애물	전문가와 당사자 및 지원자 그룹의 상호 협력적 관계
문제의 위치	개인	사회(환경)	관계와 과정
관리의 주체	전문가	당사자, 이용자(소비자)	파트너쉽 기본
정보의 취급여부	비밀공개 여부(부분공개)	공개(개인에게 공개)	공개(개인 관련자 포함)
시스템	복잡함	간단(단순)	간단(단순)
접근방법	전문적 기술적 접근	동료상담 (Peer Counseling)	정상화, 사회통합, 자조 (Normalization & Social Intergration, self Help)
기대효과	ADL향상, 직업훈련 가능, 신변처리 기능의 향상	Self Management, 사회적 가치의 향상, 사회개혁과 주민의식	사회통합과 함께 더불어 사는 공생사회

*자료출처 : G. Dejong(1979, 1981), WID, Simi Litvak(1991), 정종화(2005) 재구성



『좋은 지원』은 지원만 충분하다면 중증의 지적·자폐성 장애인도 자신의 개성을 살린 자립생활을 할 수 있다는 확신으로 끊임없이 '좋은 지원'을 고민해 온 사람들이 저자로 참여하였다. 당사자들의 불명확한 의사 표현에서 오는 지원의 곤란함을 오랜 기간 몸소 경험하며 당사자를 지원해 온 사람들이 들려주는 이야기가 주요 내용이다.

발달장애자녀의 자립생활 촉진하기

-자녀의 선택과 자기결정 촉진

질문❶ ‘자기결정’이 무엇이고, 발달장애 아이들도 자기결정을 할 수 있나요?

자기결정은 자신이 자신의 삶의 길을 설정하고 그대로 행하는 능력입니다. 그리고 일상생활에서 자신이 살고 싶은 대로 선택하며 살 권리를 말합니다.

발달장애 아이들도 일상생활에서 자기결정을 할 수 있습니다. 그러나 실제로는 일상생활에서 발달장애인들이 자기결정적이지 않은 생활을 하고 있는 경우가 많이 있습니다. 지적장애인과 발달장애인들이 자기결정을 증진시켜서 성인기에 훨씬 더 가치 있고 중요한 성과를 얻게 되는 사례들이 많이 있습니다. 실제로 성인 지적장애 근로자에게 직무환경에서 직무과제를 위한 자기교수 전략을 가르쳐서 직무수행 수준과 고용주의 만족도를 향상시켰음이 알려져 있습니다. 또한 자기결정력이 높은 학생들이 자기결정력이 낮은 학생들보다 성인기가 되었을 때 2배 더 고용되고, 시간당 임금의 금액이 더 컸습니다. 뿐만 아니라 자기결정력이 높은 지적장애 성인이 더 높은 삶의 질을 경험했고, 자기결정력이 부족한 지적장애 성인은 덜 긍정적인 삶의 질을 경험하게 되는 것으로 나타났습니다. 따라서 발달장애인들에게 자기결정력을 증진시키는 것은 발달장애인의 삶 전반에 걸쳐 매우 중요한 일입니다.

자기결정행동의 기술로는 일반적으로 선택하기 기술, 의사결정 기술, 문제해결 기술, 목표설정 및 목표달성 기술, 독립성, 위험감수하기, 안전을 위한 기술, 자기관찰 자기평가 자기강화 기술, 자기교수기술, 자기옹호와 리더십 기술, 긍정적인 귀인, 자기인식, 자기지식 등이 포함됩니다.

<‘자기결정’ 용어>

자기결정은 심리학적 개념으로, 한 개인이 어떤 방식으로 행동하게 하는 원인이 바로 자기 자신이라는 것을 의미하는데, 다른 누군가 혹은 무엇인가가 자신의 행동하는 원인이 된다는 것과는 반대되는 개념입니다. 따라서 어떤 사람이 ‘자기결정적’이라는 것은 자신이 온전히 원하고 선택하고 지지하는 활동에 참여하는 것을 의미합니다. 자기결정 이론에서 Deci와 Ryan(1985)은 자기결정에 대해 다음과 같이 정의하고 있습니다. “후속결과에 대한 강화, 욕구, 기타 외부적 힘이나 압력이 아니라 자신의 행동에 대한 결정인자가 되기 위한 선택을 하거나 이런 선택권을 가지는 능력을 말한다.”

질문② 발달장애인에게 ‘선호도 표현’과 ‘선택하기’가 중요한가요?
그리고 선호도는 어떻게 알 수 있나요?

모든 사람들에게 자신을 위해 선택을 하는 것은 중요합니다. 그리고 그렇게 자신을 위해 일상생활에 선택을 하고 중요한 일들을 결정하는 것을 기본적인 권리로 인정을 합니다. 따라서 발달장애인들에게도 선택하기가 중요합니다. 그러나 발달장애인들에게는 무엇을 입을지, 무엇을 먹을지 혹은 자유시간을 어떻게 사용할지 등과 같은 일상적인 선택들이나 고용 등의 장기적이고 계획적인 목표들의 결정이 너무나 자주 다른 사람들에 의해 이루어지게 됩니다.

성인기가 되어서도 지적장애인을 포함하는 발달장애인들은 누구와 어디에서 살지, 어떤 일을 할지 등에 대해 선택하는 기회가 제한되어 있는 것이 현실입니다. 장애인들이 그러한 결정이나 선택을 할 수 있는 능력이 부족하다고 주변사람들이나 사회에서 생각하기 때문입니다. 그러나 지적장애인 본인의 선호도와 성인 보호자의 의견이 사실은 자주 차이가 난다는 연구결과가 많이 있습니다.

장애학생에게 선택하기 기술을 가르치기에 앞서 선호도를 알기 위해서는 이를 위한 진단을 해야 하는데, 발달장애인들은 많은 경우 제한된 언어 및 의사소통 기술로 인해 자신의 선호도를 표현하기가 어려울 수 있습니다. 따라서 교사들은 때로 어떤 것을 선택할 수 있는 기회가 제공된 상황에서 학생이 반응을 보일 때 이러한 학생의 행동으로부터 선호도를 유추하게 됩니다.

사례)

지적장애, 감각장애, 운동손상을 지니고 의사소통이 어려운 아동의 선호도 표현
-신체의 경미한 움직임(예: 팔 들기)에 의해 마이크로스위치를 활성화 하여서 선택
을
하도록 도울 수 있음
-아동이 특정 항목을 지속적으로 선택할 때 특정 항목에 대한 선호도를 표현하는
것으로 유추 가능함

질문③

발달장애인에게 ‘선택하기’를 가르칠 때, 무엇을, 어떻게 가르칠 수 있나요?

발달장애인들에게 선택하기를 가르칠 때에는 학생의 자연스러운 일과들 속에 선택하기 기회들을 삽입하여 가르치는 것이 중요합니다. 하루일과 중에서 사소한 것이라도 자녀에게 선택하는 기회를 제공하여 선택하기 경험을 하도록 하는 것이 좋습니다. 부모님들은 가정에서 자연스러운 가정생활을 통해 선택하기를 가르칠 수 있습니다. 자기결정능력이 부족한 발달장애 아이들에게 선택하기를 가르칠 때에는 선

택의 범위를 너무 넓게 하지 않도록 주의해야 합니다. 선택의 범위가 너무 넓게 되면 선택이 더 힘들기 때문입니다. 예를 들어 옷을 고르게 할 때에도 옷장 문을 열고서 “네가 입고 싶은 옷을 골라봐”라고 하기 보다 처음 선택하기를 가르칠 때에는 “파란 바지를 입을까? 노란 바지를 입을까?” 라고 질문하여 선택하게 하는 것이 좋습니다. 선택을 제한하여 제안할 때에는 필요한 경우 그 이유를 설명하는 것이 좋습니다. 발달장애아동들 중 말로써 자신의 의견을 표현하기 어려운 아이들의 경우에는 사진이나 그림자료 등을 사용하여 선택을 돕는 것이 도움이 됩니다.

또한 발달장애인들도 자신의 삶의 방식에서 중요한 결정을 스스로 선택할 수 있습니다. 예를 들어, 지적장애 성인들이 시설에서 떠나 살기에 적합한 주거사항을 평가하도록 가르쳐서 자신의 주거지를 선택하도록 할 수 있습니다. 지적장애 성인들에게 주거 특징이 묘사된 사진을 통해 주거시설의 특징을 평가하도록 가르치고, 참여자들이 이후에 직접 지역사회와 주거시설을 방문하여 자신이 배운 평가준거를 바탕으로 성공적으로 주거지에 대한 선택을 할 수 있습니다.

<가정에서 선택하기 가르치는 구체적 방법의 사례>

●선택을 할 수 있는 기회를 제공

예) “파란색 셔츠와 빨강색 셔츠 중 어느 것 입을래?”

☞ 선택의 영역을 음식, 옷 활동 등으로 확장시킴

●긍정적, 부정적인 선택을 할 수 있는 기회를 제공

예) “10분이 더 남았는데 무엇을 할까?”

“우유를 쏟았구나. 깨끗이 치우려면 어떻게 해야 할까?”

발하고 선택된 동네 가게에서 쇼핑을 하고 그 가게를 평가합니다. 자녀가 자신이 좋아하는 가게를 택한 후 자녀는 그 가게를 다시 방문해서 원하는 물건을 구매합니다.

○ 식사 메뉴 선택하기

중복장애 학생들에게 식사 시간에 두 가지 음식이나 음료 중 하나를 선택할 수 있는 기회를 제공할 수 있습니다. 학생들의 감각 손상을 보완하기 위해 촉각 단서와 신체적인 보조가 제공되고, 선택하기에 대해서 학생들은 선택한 음식을 충분히 제공합니다.

○ 삶의 방식 선택하기

학생이 자신의 삶의 방식을 선택할 수 있도록 하는 자기점검 선택하기는 다음과 같은 9단계로 실시할 수 있습니다.

- ① 나의 목표를 확인하기
- ② 내가 가진 선택 항목을 나열하기
- ③ 각 선택 항목의 가능한 결과를 나열하기
- ④ 최선의 선택 항목을 선택하기
- ⑤ 내가 선택한 선택 사항대로 행동하기
- ⑥ 나의 수행을 평가하기
- ⑦ 나의 목표를 달성했는지 결정하기
- ⑧ 목표를 달성하지 못했다면 1단계로 되돌아가기
- ⑨ 나의 목표를 달성했다면 스스로에게 보상을 주기

2020년 열린일터 사업소개 및 운영지침 교육



팀 명	열린일터 보호작업장
일 시	2020년 1월 9일 (목) 저녁 7시
장 소	열린일터 작업장



남동장애인종합복지관

제10조 (훈련내용 및 훈련비) 본 시설은 장애인복지법 시행규칙 제 41조에 의거하여 훈련을 실시한다.

1. 훈련 프로그램은 훈련생이 장차 보호고용으로 전이될 수 있도록 주당 20시간 이상 다음과 같은 내용으로 실시한다.[개정 2019.1.1]
 - 1) 일상생활 및 가사생활훈련 : 가정생활 및 독립생활을 수행하는데 필요한 기술을 습득하기 위한 훈련
 - 2) 사회적응훈련 : 지역사회에 한 일원으로 통합하여 살아가는데 필요한 대인관계기술, 각종 시설을 이용하는 기술 등을 습득하도록 지도
 - 3) 작업훈련 : 작업 기능의 향상을 위한 작업활동을 제공하고 장애인 보호고용으로의 전환을 위한 작업 기술을 습득하도록 지도
 - 4) 직업평가 : 적절한 평가도구를 통한 직업평가를 실시
 - 5) 통근훈련 : 지역사회의 대중교통 수단을 이용하여 통근할 수 있도록 지도
 - 6) 취미 및 여가활동 : 건전한 여가활동을 통하여 사회성과 대인관계 기술을 습득하고 긍정적인 생활인의 자세를 기를 수 있도록 지도
 - 7) 생산활동과 연계된 직업적응훈련을 통해 작업 기능을 향상시킬 수 있도록 지도
2. 훈련비
 - 1) 매월 정액의 훈련비는 없으나, 훈련 내용에 따라 실비를 납부할 수 있다.
 - 2) 중식비는 매월 5일까지 정해진 금액을 납부하여야 한다.

제11조 (훈련수당 지급)

1. 훈련생은 월1회 훈련수당을 지급받는다.[개정 2014.1.1.]
2. 훈련수당은 훈련계약에 의해 정액으로 지급한다. 단, 90% 미만 출근 시 일할 계산하여 지급한다.[개정 2015.1.1]
3. 훈련생이 시설에 납부할 이용료 및 중식비가 미납되었을 경우, 훈련수당에서 우선적으로 공제한다. 단, 본인과 보호자의 요청이 있을 경우 미납 여부와 상관없이 공제할 수 있다. [신설 2014.1.1][개정 2017.1.1]
4. 시설은 6개월 이상 이용한 훈련생에게 매출금 및 법인전입금으로 상여금(품)을 지급할 수 있다.[개정 2017.1.1.][개정 2018.1.1.][개정 2019.1.1]

제12조 (취업)[신설 2020.1.1]

1. 훈련생이 취업을 위해 면접 및 현장훈련을 실시할 경우 출근으로 인정한다.
2. 외부기관과 연계된 지원고용으로 현장훈련에 대한 수당이 지급될 경우 훈련기간 동안 시설 내 훈련수당과 중복 지급하지 않는다.
3. 훈련생이 고용되어 근로계약을 체결할 때 시설과의 훈련계약은 해지되고 종결한다. 단, 취업자가 1년 이내에 업체와의 고용을 해지하고, 시설 재이용을 원할 경우 우선대기하며 훈련생으로 입소하여 잔여 이용기간을 이용할 수 있다. 잔여 이용기간이 없을 경우에는 시설을 재이용할 수 없다.

제 3 장 복 무

제 5 장 손해배상

제26조 (손해배상 등) 서비스 이용과정 중 발생하는 기타 손해배상 등의 처리는 훈련생 및 보호자가 별도 작성한 서약서의 내용에 준하여 처리한다.

제 6 장 부모회의

제27조 (부모회의)[신설 2013.1.1]

1. 작업활동프로그램 훈련생의 보호자는 부모회의에 참여하여야 한다.
2. 전항을 수행하지 않을 경우 부모회의에서 결정된 사항에 대해 이의를 청구할 수 없다.

부 칙

제1조 (시행일) 본 규정은 2011년 1월 1일부터 시행한다.

제2조 (개정규정 시행일) 개정된 지침은 시설장 승인일 부터 시행한다.

2020전문자료집 - 부모교육

등록번호 2021-4호

- 발행일 : 2021년 2월
- 발행인 : 손 동 훈
- 편집인 : 김 수 현
- 주 소 : (21591) 인천광역시 남동구 인주대로 898(만수동)
- 대표전화 : 032) 472-4004 팩스 : 032) 472-4005
- 홈페이지 : www.ndjb.or.kr