

인터넷 중독 상담으로 치료해요

교계 청소년수련관 10여 곳 중독 치료 서비스 진행

00씨(55세, 남)는 26살인 딸이 대학을 졸업한 후, 취업 준비를 한다면서 하루종일 인터넷만 하며 극심한 편집증적 증세를 보이자 직접 상담센터를 내방해 상담을 5회 받았다. 상담을 거부하던 딸도 2주 전부터 상담을 받으며 변화의 의지를 보이기 시작했다.

김모군(중1)은 인터넷 게임과 음란동영상을 자주 봤다. 인근 복지관에서 자가진단 척도를 한 결과 고위험군 진단을 받아 6회에 걸친 인터넷예방 집단상담을 받았다. 이후 김군은 음란동영상을 안보고 학업에 열중하는 모습을 보였다.



영통종합사회복지관은 경기도와 연계해 인터넷 중독 집단상담 프로그램을 운영하고 있다. 미술치료 및 통합치료로 인터넷 중독 상담도 진행하고 있다.

◇ 인터넷·게임 중독된 어린이·청소년 6만 8000여 명

어린이·청소년들의 온라인 게임과 인터넷 중독이 심각하다. 여성가족부는 '2012년 인터넷 이용습관 진단 전수조사'를 실시한 결과, 인터넷 과다사용 문제로 위험상태에 있거나 이용에 주의가 필요한 중독 위험군이 6만 8044명으로 집계됐다고 5월 30일 발표했다.

또한 서울시는 6월 14일 21개 청소년 상담지원센터의 상담내용을 분석한 결과 10대 청소년 고민 1위는 '인터넷 게임 중독'으로 나타났다.

인터넷중독에 빠지면 시간 감각이 없어져 시간조절 능력이 떨어지고 대인관계 및 학업·업무성과가 저하된다. 소아와 청소년의 경우, 컴퓨터 사용시간을 놓고 가족과 갈등을 일으키고, 폭언과 공격적 행동을

하는 등 반항적 태도를 보이는 경우가 많다. 또한 심할 경우 자기조절 실패로 인한 좌절감 등 우울감이 악화되기도 한다.

◇ 불교계 복지관 시·도와 연계해 중독 예방 프로그램 운영

전통수 한국정보화진흥원 인터넷 중독대응센터장은 "청소년 인터넷 중독률은 2009년 이래로 꾸준히 감소하고 있다. 청소년 인터넷 중독 예방 및 사후 대책을 확대한 결과"라며 "하지만 인터넷 중독 고위험군 학생 비율은 점점 늘어나고 있다. 이런 학생들에게 맞는 정신적 측면을 고려한 심화된 상담기법이 개발돼야 한다"고 강조했다.

실제 전국 시군 단위로 촘촘하게 설치된 186개 청소년상담센터나 지원센터에서 무료 상담과 치료 지원이 이뤄지고 있다.

불교계 복지관 및 어린이·청소년 수련관도 인터넷 중독 예방 프로그램을 운영하고 있다.

수원 영통종합사회복지관(관장 수안)과 김포시종합사회복지관(관장 지관)은 유아부터 성인까지 인터넷사용이 가능한 전 연령층을 대상으로 인터넷 중독 예방 교육을 하고 있다. 인터넷중독 전문상담사를 파견해 인터넷중독자가진단 설문조사를 실시 한 뒤 고위험군에 속하는 사람들을 대상으로 집단상담을 한다.

학생과 학부모 등 가족들을 위한 프로그램도 있다. 보령시청소년지원센터는 7월 27~29일 초등학생과 학부모 30명을 대상으로 인터넷중독 치유캠프 'e-세상 밖의 놀이터'를 실시한다. 인터넷과 스마트폰에 몰두하다보니 가족들과 함께 하는 시간이 부족해 마련된 프로그램이다.

기관명	프로그램	전화
구로청소년수련관	청소년상담실 운영	(02)838-1318
목동청소년수련관	인터넷 중독 예방 교육	(02)2642-1318
종로구 건강가정지원센터	인터넷 중독 자가진단서비스, 개인 상담 실시	(02)764-3524
달마학교지역아동센터	인터넷 중독 예방 교육 실시, 중독 관련 상담실시	(02)462-2289
김포시종합사회복지관	인터넷 중독 예방 교육, 집단 치료교육 및 상담실시	(031)989-2526
영통종합사회복지관	인터넷 중독 예방 교육, 집단 치료교육 및 상담실시	(031)201-8300
보령시청소년지원센터	인터넷 중독 예방 교육, 집단 상담실시	(041)936-5710
아산시청소년지원센터	인터넷 중독 예방 교육, 집단상담, 기초수급자 대상 방문상담	(041)532-2000
화양지역아동센터	인터넷 중독 예방 교육, 집단 치료교육 및 상담실시	(043)223-9995
구영청소년수련관	인터넷 중독 수준별 상담, 올바른 인터넷 사용법안내	(051)240-4681
금정구 청소년상담지원센터	인터넷 중독 상담 및 맞춤형 프로그램	(051)581-2072
선원지역아동센터	인터넷 중독 안전교육 실시	(054)791-4943
원지골청소년수련관	집단상담, 통합미술치료, 음악치료실시	(051)405-5224

인터넷문화 바로알기 특강, 미술치료, 스킵 등 다양한 프로그램이 있다. 아산시청소년지원센터는 기초생활수급자의 경우 상담교사가 직접 방문해 1:1 개인면담을 한다. 한지골청소년수련관은 중·고등학생을 대상으로 통합미술, 음악 등 다양한 치료기법을 활용해 인터넷 중독 청소년을 상담하고 있다.

◇ 중독, 불교적 해결 방법은?

인터넷·게임중독으로 인한 폐해를 줄이기 위해 파라미터청소년연합회(회장 정여)는 2009~2010년 '청소년 인터넷 중독 예방 캠페인'을 진행했다.

김경아 파라미터 기획팀장은 "프로그램은 학생들이 자신의 문제점을 파악하고 이를 고쳐나가는 데 많은 도움이 됐다"며 "목표와 동기 부여가 있으면 자기조절은 자연스럽게 할 수 있다. 현재 파라미터에서는 학생들의 진로를 찾아주는 코칭 프로그램을 하고 있다"고 밝혔다.

권진영 동대부여교 교범사는 "인터넷·게임 등 중독에 걸리는 학생 대부분은 자신들이 무엇이 되고 싶은지 뚜렷한 동기나 목표가 없는 경우가 많다"며 "불교사상에 입각해 청소년들이 스스로 자기주도학습을 펼칠 수 있도록 학교에서 도와야 한다. 그렇게 되면 학생들은 자존감이 높아지고 스스로 자기 조절력을 갖추게 돼 학업에도 열중하게 된다"고 말했다.

평상상담연구원장 인경 스님은 "아이들은 대부분 자신들이 두려워하는 것을 회피하기 위해 인터넷·게임에 중독되는 경우가 많다"며 "알아차림과 공감명상은 아이들이 무엇을 두려워하는지 마음을 들여다 볼 수 있고 감정을 표현하는데 효과적"이라고 말했다. 이어 인경 스님은 불교계는 "인터넷을 대신할 건강한 놀이문화를 마련하고 학생들이 삶의 가치와 목표를 찾을 수 있도록 도와야 한다"고 말했다.

이나는 기자 oasis1983@hyunbu.com

거제도 완주로 의지 다져

중증장애인시설 반야원, '걸어서 거제도' 진행



중증장애인 11명이 6월 11~15일까지 거제지역 113km를 완주했다.

"고난과 어려움을 극복하는 힘이 생겼어요." 성인지적장애인들을 대상으로 걸어서 거제도를 완주하는 행사가 열렸다.

중증장애인 요양시설 반야원(원장 정련·내원정사 주지)은 시설에 거주하는 성인지적장애인들을 대상으로 6월 11~15일 '제2회 걸어서 거제도'를 진행해 성공리에 마쳤다.

행사에 참가한 장애인 11명과 교사 2명은 경남 거제시에 소재한 반야원을 출발해 거제, 고현, 옥포, 장승포, 구주라, 학동, 해금강, 저구, 울포 등 거제시 명소와 관광지 113km를 완주하는 쾌거를

이뤘다. 정련 스님은 "참가자들은 평범의 무더위와 소나기 속에서도 굴하지 않고 완주했다"며 "이번 행사는 지역주민들에게 장애인에 대한 인식을 개선하고 성인지적장애인들에게 '무엇이든 도전하면 된다'는 자신감과 스스로를 사랑할 수 있는 기회가 됐다"고 말했다. 이어 스님은 "반야원은 향후 성인지적장애인들이 다양한 경험을 통해 의지력을 키울 수 있도록 거제·고성·통영지역 중주, 지리산 중주, 제주올레길 중주 등 다양한 시도를 해볼 계획"이라고 말했다. (055)632-1854 이나는 기자

경락마사지로 보살행 실천하세요

조계종 복지재단, 사암오행골기경락 수강생 모집

조계종 사회복지재단(상임이사 종선)이 제7기 사암오행골기경락 자원봉사교육 수강생을 모집한다. 불교자원봉사 초심자를 대상으로 하는 이번 교육은 7월 2일~8월 27일 매주 월·수요일 오후 1~4시 전법회관 6층 프로그램실에서 진행된다.



골기경락 교육모습

교육은 사암오행골기경락 창시자인 정담 스님의 지도로 ▷골기경락 이론 및 실기 ▷대상자와의 의사소통 기술 ▷골기경락자원봉사자의 역할 및 자세 ▷활동처 자원봉사 체험 등 14회에 걸쳐 진행된다. 교육과정을 이수한 수강생은 수료증을 받게 되며, 장애인 및 소외 계층 어르신들을 위한 골기경락 자원봉사활동을 비롯해 불교계 사회복지 시설에서 진행되는 다양한 봉사활동에 참여할 수 있게 된다. (02)723-5101 이나는 기자

24년째 보훈가족에 장학금 전달

은평구사원연합, 제24회 호국영령 기원대법회 봉행

매년 6월 호국보훈의 달을 맞아 나라를 위해 순국선열한 선조들을 기리고 보훈가족 자녀에게 장학금을 주는 단체가 있어 눈길을 끈다. 은평구불교사원연합회(회장 성운·참선사 주지)와 조계종 은평구협의회(회장 원담·수국사 주지), 은평구청불심회(회장 최명숙)는 6월 15일 은평구청에서 '호국영령과 은평구민

을 위한 기원대법회'를 봉행했다. 올해로 24회를 맞는 이 행사에는 성운 스님, 김우영 은평구청장을 비롯한 사부대중 500여 명이 동참했다. 행사는 촛불봉정, 헌화가 진행됐으며 전판사, 수국사, 심택사 합창단의 음성공양과 중앙대 채향순 무용단의 추도 무용으로 호국영령들의 넋을 기렸다.

성운 스님은 법어에서 "중생심으로는 행복한 곳에 이를 수 없다. 이 뜻을 위한 봉사과 복지활동은 중생심을 버리는 데 좋은 방법이자 행복의 문으로 가는 길"이라며 "사부대중 모두 자비나눔에 동참해야 한다"고 강조했다.

김우영 은평구청장은 "매년 대법회를 준비하고 은평구 사회복지에 기여하고 있는 은평구불교사원연합회 여러 스님과 불자분들의 노고에 감사드린다"며 "호국보훈의 달을 맞아 우리모두가 부처님의 가르침을 가슴에 새겨 서로 신뢰하고 사랑



은평구불교사원연합회가 보훈가족 자녀와 모범공무원에게 장학금을 전달하고 있다.

을 나누는 따뜻한 사회가 되길 바란다"고 말했다.

이어서 보훈가족과 모범공무원 자녀 및 사회복지시설 종사자 48명

에게 2400만원의 장학금이 전달됐으며 사원연합회 모범 신도 40명에게 구청장 표창이 수여됐다.

성운 스님은 "은평구불교사원연합회는 복지·포교활성화를 위해 군부대, 교도소, 복지관 등에서 이웃을 도왔다"며 "그곳에 종사하는 모범공무원 가족과 보훈단체 유가족, 및 사회복지종사자들의 노고에 감사하는 뜻으로 장학금을 지급해왔다"고 말했다. 이어 성운 스님은 "사원연합회를 통해 불교가 사회참여할 수 있도록 더욱 노력을 기울이도록 하겠다"고 말했다. 이나는 기자

효사 육임활용서 CD프로그램 大大 할인 판매

- '발전적 결심'으로 한시(限時) 출고 합니다 -

◆ 육임활용 주요품목 ◆

- '효사비결' CD프로그램 120만원 정가 650만원(육임 당면사 일생사 / 띠별 성부 확정 / 종합)
- '군자수첩' CD프로그램 40만원 정가 103만원(육임부분 분개 장착)
- '고귀명수' 全 6권(휴대용·탁상용) 80만원 정가 350만원(육임운명판단법)
- '육임산책' 통권 / 全 6권(휴대용·통권) 50만원 정가 250만원(육임당면사 / 신수비결)
- '육임래정비법' 2011 증보판 15만원 정가 35만원 (왜 왔는가? 항목별 성부 단정)
- '육임풍수' 2011 증보판(통권·휴대용) 10만원 정가 25만원 (육친 / 좌향적시 / 묘지속 전경 / 후손 영고 등)

◆ 육임학습 주요품목 ◆

- 효사육임강론 上下 15만원 정가 45만원(육임종합학습서)
- 효사육임 1년 신수비결 8만원 정가 15만원(1년 월별 신수 / 가족 전체 길흉 등)



효사비결

"최종품입니다. 더이상 변경하지 않습니다."

大大 할인가간

2012년 6월 25일 ~ 7월 6일 까지 (12일간)

"구입하신 후 효과성을 위해 지방도 직접 방문, 인도해 드리겠습니다" - 효사 -

육임나라주식회사 02)738-8680

www.taotemple.net

[입금계좌] 우리은행 1005-301-778137
 농협 301-0071-802701 육임나라(주)
 국민 006001-04-236454

정확도, 효과성, 착목도, 간편성이 보장된 이 시대 최고의 상담컨설팅 활용서 및 CD프로그램입니다.