

아동학대 대응인력 마음건강 돌본다

소진예방프로그램 ‘힐링캠프’ 운영

- 국립정신건강센터·국가아동권리보장원 공동 개최 -

- 17개 시·도 아동학대 대응인력 대상, 마음건강 회복과 소진 예방을 위한
체험 중심 회복 프로그램 진행-

국립정신건강센터(센터장 남윤영)와 국가아동권리보장원(원장 김유임)은 9월 4일(금) 9시 30분 국립정신건강센터 11층 열린강당(서울시 광진구)에서 아동학대 대응인력의 심리적 회복과 소진 예방을 위한 ‘힐링캠프’를 개최하였다.

이번 행사는 아동학대 대응 현장에서 활동하는 실무자들의 정서적 부담을 완화하고, 심리적 회복과 자기돌봄 역량을 강화하기 위해 마련됐다.

전국 17개 시·도의 아동학대전담공무원과 아동보호전문기관 상담원, 학대피해아동쉼터 종사자 총 36명이 참여해, 신체적·심리적 스트레스 관리를 위한 다양한 강의와 프로그램이 진행되었다.

주요 프로그램은 ▲수용전념치료 에이시티 매트릭스*(ACT Matrix)(스트레스 시대에 의미 있는 일 실천하기), ▲태극권과 에너지 운전법**을 활용한 감정 다스리기, ▲알렉산더 기술*** (테크닉)로 구성된다. 참가자들은 체험 중심의 활동과 상호 교류를 통해 몸과 마음의 긴장을 완화하고 회복의 시간을 가졌다.

* 생각과 감정을 알아차리고 수용하면서, 자신이 중요하게 여기는 가치에 따라 의미 있는 행동을 실천하도록 돕는 프로그램

**호흡과 느린 신체 움직임을 통해 몸의 긴장을 완화하고, 감정을 안정적으로 조절하는 방법을 익히는 프로그램

***일상에서 무의식적으로 반복되는 신체 긴장과 자세 습관을 알아차리고, 보다 편안하고 자연스럽게 움직이는 방법을 배우는 프로그램

국가아동권리보장원과 국립정신건강센터는 개별 심리프로그램(‘마음쉼표’), 찾아가는 심리프로그램(‘마음안심버스’)을 운영하여 아동학대 대응인력의 심리 회복을 다각적으로 지원하고 있다.

이번 교육을 계기로 국립정신건강센터와 국가아동권리보장원은 협력을 더욱 강화하고, 아동학대 대응인력의 마음건강을 위한 지원 체계를 지속적으로 강화해 나갈 계획이다.

남윤영 국립정신건강센터장은 “어려운 여건 속에서도 아동의 안전과 권리 보호를 위해 헌신하고 있는 아동학대 대응인력의 노고에 깊이 감사드리며, 이번 소진 예방 힐링캠프가 심리적 피로와 업무 스트레스를 완화하고 회복의 계기가 되었기를 바란다” 라고 밝혔다.

김유임 국가아동권리보장원장은 “아동학대 대응인력은 매우 중요한 역할을 수행하면서도, 자신을 돌볼 여유가 부족한 경우가 많다” 라며, “이번 힐링캠프를 통해 대응인력들이 잠시 일상에서 벗어나 재충전하고, 마음과 몸을 회복하는 소중한 시간이 되기를 바란다” 라고 말했다. 이어 “국가아동권리보장원은 앞으로도 현장에 필요한 다양한 프로그램을 지속적으로 지원해 나가겠다” 라고 밝혔다.

<붙임> 프로그램 개요

담당 부서 <주최>	보건복지부 국립정신건강센터	책임자	과 장	최정원 (02-2204-0476)
		담당자	정신건강 전문요원	이지윤 (02-2204-0214)
담당부서> <공동주관>	보건복지부 아동권리보장원	책임자	부장	황정아 (02-6454-8740)
		담당자	사무관	강정연 (02-6454-8749)

□ 추진목적

- 아동학대 대응인력 직무 스트레스에 따른 심리·정서적 소진 예방
- 아동청소년 정신건강 문제에 효과적으로 대응하기 위한 심리적 회복력(resilience) 및 자기 돌봄 능력 강화

□ 프로그램 개요

- (사업명) 2026년 아동학대 대응인력 소진예방 프로그램(1기)
 - 프로그램명: 아동학대 종사자를 위한 소진 예방 프로그램 ‘힐링캠프’
- (일정) 2026. 9. 4.(금) 9:30~16:30
- (대상) 아동학대 대응업무 종사자(아동학대전담공무원, 아동보호전문기관, 학대피해아동쉼터) 36명
- (장소) 국립정신건강센터(서울특별시 광진구 용마산로 127) 11층 열린강당
- (주요내용) 아동학대 대응인력의 스트레스 경감 및 소진예방을 위한 심리·정서 전문 특강 및 신체 이완 프로그램 제공

□ 진행일정(안)

2026년 아동학대 대응인력 소진예방 프로그램

09:50-10:00	인사말씀 국립정신건강센터 소아청소년정신과장 최정원 국가아동권리보장원 아동보호본부장 김수영
10:00-11:30	수용전념치료 ACT Matrix KAIST 명상과학연구소 선임연구원 김윤희
11:30-13:10	점심 휴식
13:10-14:40	태극권, 에너지 운전법으로 감정 다스리기 밝은빛 태극원 부원장 강수원
14:50-16:20	알렉산더 테크닉 스쿨 오브 알렉산더 테크닉 대표 김경희
16:20-16:30	소감 나누기 및 기념촬영