

# Seasons for Growth<sup>🍂</sup>

## (성장의 계절)

### 어린이 및 청소년 프로그램



Seasons for Growth는 죽음, 별거, 이혼 등 삶에서 겪는 변화와 상실, 애도에 적응하고 있는 어린이와 청소년의 사회적, 정서적 안녕감을 강화합니다.

### Seasons for Growth란 무엇인가요?

Seasons for Growth는 계절의 이미지를 활용하여 어린이와 청소년이 변화, 상실, 애도의 경험을 이해하고 잘 대처할 수 있게 도와주는 근거 기반 교육 프로그램입니다.

이 프로그램을 통해 어린이와 청소년은 변화와 상실이 인생의 일부이며 자신만이 이런 경험을 후유증에 시달리고 있는 것은 아니라는 사실을 알게 됩니다. 또한 새로운 상황에 적응하는데 도움이 되는 의사소통, 의사결정, 문제해결 기술도 배우게 됩니다.

### 누구를 지원하나요?

변화와 상실의 후유증을 안고 살아가는 6~18세의 어린이와 청소년입니다. 인생에는 다음과 같은 많은 변화가 일어납니다.

- 사랑하는 사람이나 사물의 상실
- 부모의 별거나 가정 분리
- 질병의 여파
- 가정 내 일-삶 변화
- 낯선 곳으로의 이사
- 친구가 생기거나 없어짐.

Seasons for Growth에서 어린이와 청소년은 안전한 공간에서 각자의 다양한 필요, 정체성, 문화적 배경에 관계없이 자신의 목소리를 찾고, 선택을 하고, 영향력을 행사하고, 협력할 수 있습니다. 사정이 비슷한 다른 사람과 교류하면서 소속감과 연대감을 쌓을 수 있습니다.

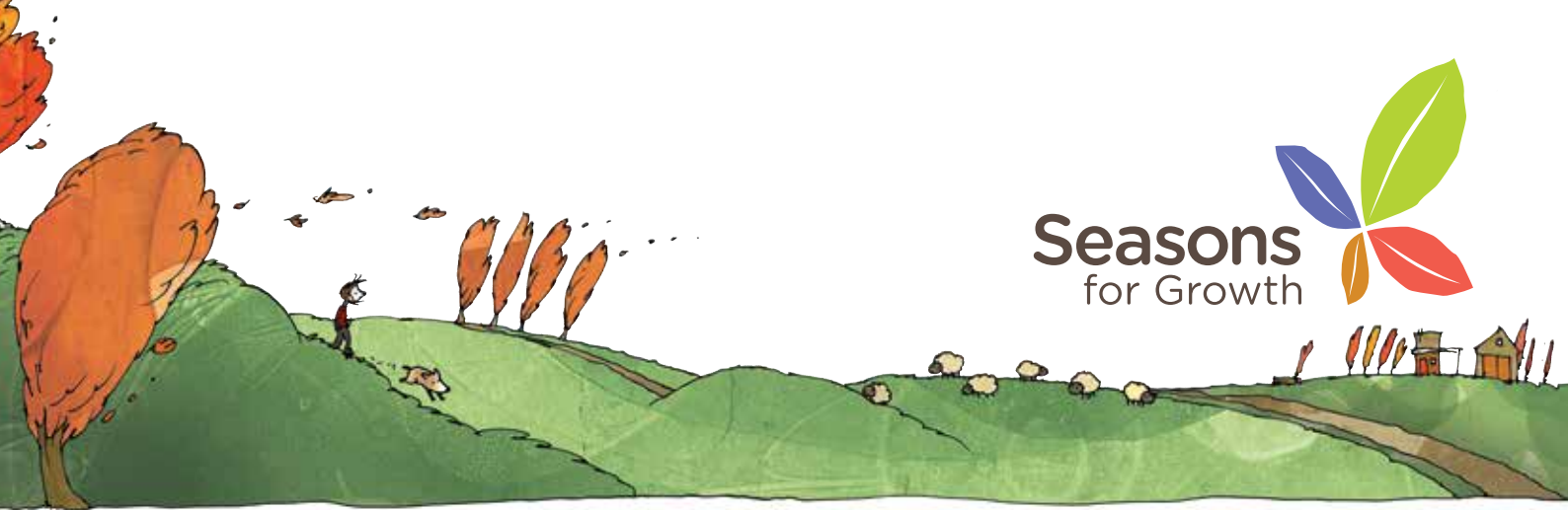


### 어떻게 진행하나요?

Seasons for Growth는 개인 중심 학습 방식의 테두리 안에서 심리학과 교육학을 조화한 소모임 프로그램입니다. 애도의 순환적인 성격을 사계절에 빗대어 탐구하며, 윌리엄 워든 박사의 애도 과업 이론을 근간으로 합니다.

어린이 및 청소년 프로그램(Children and Young People's program)으로서 발달 단계별 주제와 활동을 포함하고 있습니다. Seasons for Growth는 참가자의 경험을 정상적으로 받아들이게 하고, 보호 요인을 늘리는 한편(개인의 회복력과 사고 기술 증진 등) 정신건강과 안녕에 영향을 줄 수 있는 위험 요인(고립 등)은 최소화할 수 있습니다. 또한 의사소통, 의사결정, 문제해결 기술의 발달도 지원합니다.





## 모임은 어떻게 진행되나요?

이 프로그램은 4~7명이 참가하는 모임으로 8회 이상 실시되며 ‘동반자’라고 하는 훈련 받은 성인이 진행합니다. 교사, 상담사, 심리학자, 사회복지사, 교육, 의료 전문가가 소속 학교나 조직의 허가 하에 2일 간의 프로그램 진행 워크숍에 참여하면 동반자 자격을 얻게 됩니다.

모임에 참가하는 어린이와 청소년은 창의적인 활동과 삽화가 많은 참가자 일기를 보조 수단으로 삼아 안전한 공간에서 배우고, 교류하고, 생각할 수 있습니다.

## 프로그램 성과

Seasons for Growth는 어린이와 청소년의 다음과 같은 활동을 지원하고 공간을 제공합니다.

- 사람마다 변화, 상실, 애도에 대한 반응이 다를 수 **학습**
- 다양한 애도 반응을 겪는 것이 정상임을 **이해**
- 살면서 변화, 상실, 애도에 대처하는 새로운 방식 **탐구**
- 의사소통, 의사결정, 문제해결 기술 **구축**
- 또래와 어른으로 구성된 또래 집단 **참여**
- 배운 것을 가족, 친구 및 다른 사람과의 관계에 **적용**

모든 프로그램에서 참가자들은 안전한 공간에서 각자의 다양한 필요, 정체성, 문화적 배경에 관계없이 자신의 목소리를 찾고, 선택을 하고, 영향력을 행사하고, 협력할 수 있습니다. 사정이 비슷한 다른 사람과 교류하면서 소속감과 연대감을 쌓을 수 있습니다.

“Seasons for Growth는 정말로 우리가 살아가는 이 시대를 위한 프로그램입니다.”

- Seasons for Growth 동반자

## 근거와 평가

지금까지 있었던 수많은 후기와 평가의 일관되는 내용은 성장의 계정 프로그램이 대단히 긍정적이고 반응이 좋았으며 어린이와 청소년에게 유익했다는 것이었습니다. 가장 최근의 평가 결과에 따른 프로그램의 구체적인 장점은 다음과 같았습니다.

- 변화, 상실, 애도를 이해하고 대처 기술 쌓기
- 참가자의 정서적 안녕 개선
- 참가자들이 자신의 견해, 생각, 감정을 표현할 수 있게 지원
- 참가자의 사회관계망과 지지 네트워크 강화

게다가 연구 영향 NSW(Research Impact NSW)(2019)는 이 프로그램이 “회복력과 자존감을 높이고, 슬픔을 정상적으로 받아들이게 하며, 또래 지지를 구축하고, 능동적인 상황 대처 전략을 조성한다”고 인정했습니다.

Seasons for Growth and Children and Young People's Program은 주 정신건강교육 근거 기반 정신건강 프로그램으로 인증 받았으며 호주 가족연구소(Australian Institute of Family Studies), 아동 조력 파트너 지역사회 근거 기반 프로그램 가이드북(Communities for Children Facilitating Partner Evidence-Based Programme Guidebook)에 등재되어 있습니다.

맥킬롭 시즌즈(MacKillop Seasons)는 학교와 지역사회에서 소모임 프로그램을 진행하는 전문 인력의 훈련과 지원을 담당하고 있습니다.



맥킬롭 가족 서비스(MacKillop Family Services)는 주재 지역사회의 원주민과 원로에게 감사의 말을 전합니다.



Seasons for Growth 소모임 프로그램은 다양성과 포용성을 바탕으로 모든 어린이가 장애, 학력 차이, 젠더, 문화적 배경, 원주민 여부에 관계 없이 온전하게 참여하고 성과를 거둘 수 있도록 지원합니다.