

태권도심리코칭 전문가  
정문자 박사의

**성공 도장**  
**학부모 상담법**



# 태권도장 교육과정 적용 - 목차

NO1

## 수련 철학적 배경

태권도 수련목표 설정-KTA태권도 인성교육

NO2

## 효율적 도장 운영 구조

규칙과 질서가 있는 명품도장 만들기

NO3

## 효율적 지도법

자존감을 키워주는 KTA태권도 코칭언어

NO4

## 수련 관리 기술

수련시간 관리를 위한 지도행동법

NO5

## 상담법

성공도장으로 가는 학부모 상담법

# 도장에서서의 상담



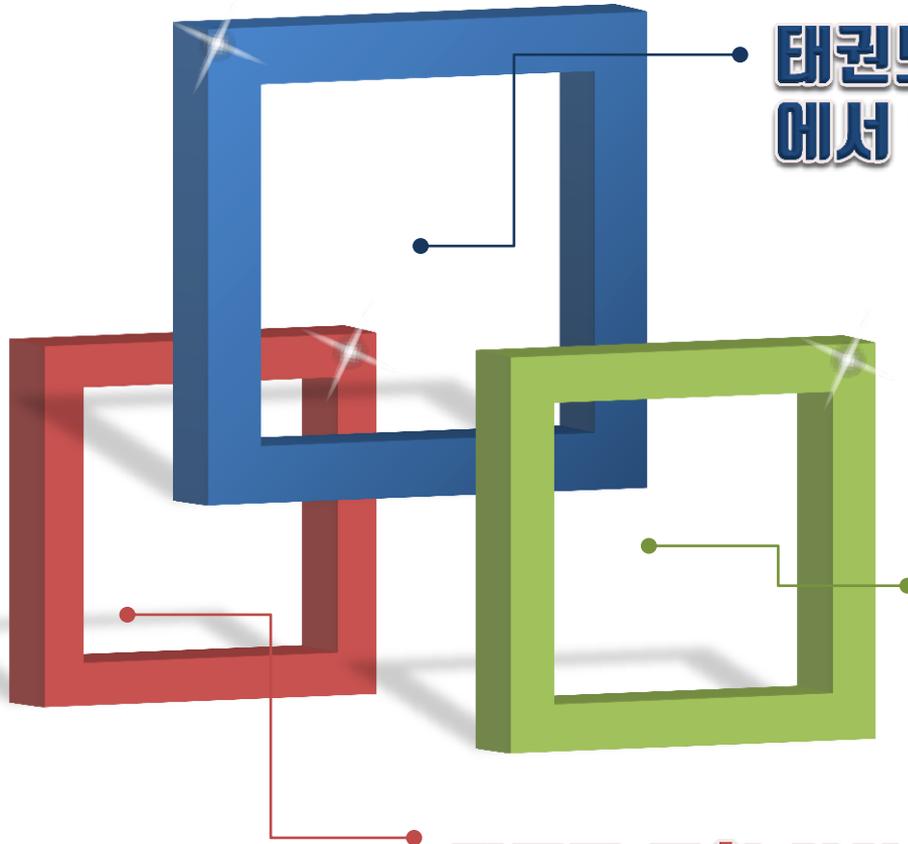
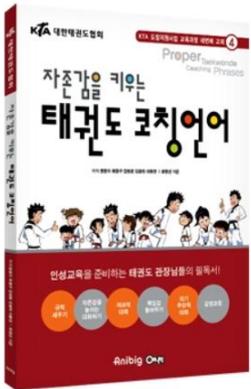
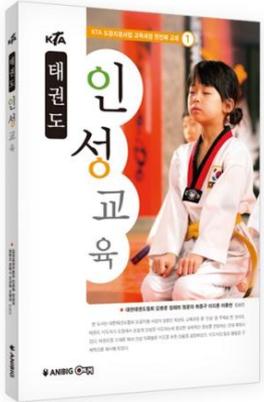
**상담 = 명업력**

**상품에 공감하다.**

# 태권도 수련의 관점



# 태권도장 교육구조



태권도 기술 수련과정  
에서 얻어지는 성장

수련생 행동규칙

지도자 코칭 언어

# 수련 속의 성장과 변화의 요인

범주	내용
신체활동	행복감과 만족감을 높이고 정신건강에 부정적인 요소 제거
구령과 기합	억압된 마음으로부터의 정신적 평안/ 자신감향상/ 스트레스해소
경쟁	성공적인 경쟁경험을 통해 위축된 자아에 에너지공급원
도전	긴장극복경험으로 유능감을 높임/ 성공경험은 자존감 향상
집단활동	카타르시스/ 이타주의적 협동심/ 집단이 가진 치료적 힘
신체접촉	신뢰감과 안정감형성- 정서적 유대관계,
띠와 승급심사	외적 자아의 상향조정으로 사회적인 강화/ 열등감 불안감 감소
규율과 규칙	자기조절력과 자율성을 높임/ 내면적/ 외부적 무질서 극복
도복	사회적 자기와의 분리/ 새로운 자아형성

\*태권도수련활동의 심리치료적 요소의 분류 (2007.정문자 놀이치료학회지)

# 수련 속의 성장과 변화의 요인

[성장심리코칭] 무도정신+성공지능  
심리상담사가 코칭하는 태권도 정신수련



# 수련 속의 성장과 변화의 요인

- 성공경험이 자신감을 키운다.  
구조화된 성공경험으로 자존감, 자신감향상
- 세계 100대 CEO는 IQ보다 EQ가 높다.  
신체 알아차리기를 통한 감수성 강화
- 규율과 규칙이 분별력을 키운다.  
자기조절력 강화를 통한 분별력과 균형감각
- 리더십은 사람에 대한 영향력이다.  
구성원과의 원활한 소통에 의한 사회적 관계 강화
- 즐거움이 몰입의 힘을 키운다.  
자기수련의 즐거움과 몰입을 통한 집중력 강화
- 잘 노는 아이가 창의력이 높다.  
태권도의 즐거움을 통한 창의력 개발



# 행동 변화의 3단계

행동을 체험하는 체험형 인성교육



# 성장과 변화의 범위

## 자기가치 영역

개인차원에서 실현  
가능한 인성 덕목

### ● 자기가치 영역 [12개 덕목]

예의, 정직, 인내, 책임감, 성실,  
절약정신, 자신감, 자기존중,  
신중, 용기, 주도성, 열정

## 대인관계 영역

자기와 타인의 관계에서  
실현할 수 있는 인성 덕목

### ● 사회정의 영역 [4개 덕목]

협동, 준법정신, 애국심, 정의

## 사회정의 영역

지역사회, 국가, 민족  
과 관련된 인성 덕목

### ● 대인관계 영역 [8개 덕목]

배려, 우정, 용서, 신뢰, 존경,  
리더십, 사랑, 공평

# 성장과 변화의 교육 방법

**A**

태권도 수련 안에서 체험형 인성교육

**B**

결과 보다 과정에서의 경험교육

**C**

적절한 타이밍에서 지도자의 피드백

# 성공적 상담을 위한 대화 전략

상담자  
소개

질문  
던지기

대화 주제 끌고 가기

핵심

SUCCESS

# 입관상담 첫만남 열기

맞아들이기

온정적인 태도(눈맞춤, 표정)  
정중한 인사(자기소개)  
자리 권하기, 차 권하기

친밀감 형성

빨리 파악하라  
들어주고 맞춰주라  
자신감 있고, 솔직하게 접근하라

신뢰감형성

위엄을 잃지 말라  
질문을 활용하라

상담의 목적은 등록임을 잊지말라

-성공 상담 필수-

# 대화 주제 끝고 가기

**질문**

**경청  
공감**

**질문**

**그렇지요! 그런데 그건 어떤거예요?**

# 입관상담 첫만남 열기

## 마음이해하기 - 부모님의 손에 이끌려 온 아이

나는 안전한가?

나는 이 사람을 모르는데 내가 안전한가?  
나에게 어떻게 하려는 것일까?  
이곳은 내가 있어도 되는 곳인가?

난 잘할 수 있을까?

이 어른이 시키는 것을 잘 못하면?  
이 어른의 질문에 답을 못 맞추면?  
이 어른이 뭘 할지 안 가르쳐 주면 어떻게 하지?

나를 받아줄까?

이 사람이 나를 좋아할까?  
내가 하는 것을 맘에 들어 할까?  
나를 좋아하게 하려면 어떻게 해야 하나?  
나를 싫어하면 어떻게 해야 하나?

# 입관상담 첫만남 시나리오

1

- 온정적인 얼굴로 엄마에게 눈인사를 건네고 곧바로 아이에게 다가간다.
- 여기에서 진짜 중요한 사람은 아이라는 무언의 메시지를 전하기 위함이다.  
(주의: 이때 복병은 엄마이다. 계속 붙들고 아이이야기를 늘어 놓지 않도록 한다.)

2

- 몸을 구부려 키를 낮춘 후 아이와 눈을 맞춘다.
- 위에서 내려다 보는 위압적인 자세를 피하고 동등한 위치에서의 시작을 전하기 위함이다.

3

- (온화한 얼굴, 친근한 어조로 말함) “안녕 영수야, 나는 사범님이야.”
- 이유: 직접 소개를 함으로써 앞으로 이루어질 일대일 관계의 암시를 준다.  
(주의: 제 삼자, 즉 부모를 통해 소개받지 않도록 한다. 따뜻한 태도이지만 너무 반가운 듯 수선을 떨지 않도록 한다.)

# 입관상담 첫만남 시나리오2

4

-(아이가 들고 있는 장난감을 보며) “공룡카드를 가지고 있구나. 카드를 좋아하 나보네.”

-이유: 무겁지 않은 대화 한두 마디를 통해 긴장을 풀어준다.

(머리스타일, 옷의 색깔, 옷의 그림 등 아이의 마음을 알아줄 수 있는 간단한 것)

주의: 이때의 대화가 길어지면 도장이나 상담실에 들어가기 싫은 마음이 강해질 수 있다.

5

-(구부렸던 허리를 펴고) 이제 우리 도장을 구경해 보자.

-이유: 부모님과 아이를 분리하여, 아이가 도장의 흥미로운 것들을 구경 (상점 스티커판, 미트쳐보기등)함으로써 태권도 수련에 대한 불안을 해소 시켜준다.

주의: 여러 군더더기 말들을 길게 붙이는 것은 아이가 안 따라 들어올까봐 걱정스러운 마음을 사범님의 조바심을 보이는 것으로 아이에게 전해진다. 또한 “같이 들어가볼래?” 하는 투는 아이로 하여금 “아하, 안갈 수도 있나보다. 그럼 떼를 써 봐야지.” 하는 마음이 들게 하므로 쓰지 않는 것이 좋다. 그리고 도장에 가든지 가지 않든지의 선택권은 아이에게는 어울리지 않는 큰 선택권이므로 선택을 비치는 말투를 쓰지 않는다.

# 입관상담 첫만남 시나리오3

6

-(덧붙여 말함) “엄마는 여기서 기다리실거야~  
-이유: 엄마하고 헤어지는 동안 엄마가 기다리고 있다가 금방 다시 만날 것임을 확실하게 알린다.

주의: 엄마는 고덕임이나 “그래, 엄마 여기 있을게.” 등의 짧은 말로 답하게 하는 것이 좋다. 엄마가 대답하지 않으면, “어머니는 상담실에서 기다리실 거죠?” 라고 물어서 간단하게 대답을 유도한다. 길게 여러 가지 달래는 말을 늘어놓아 아이로 하여금 속임수가 아닌가 하는 의구심이 들지 않도록 한다.

7

-아이는 사범님의 손을 잡고 수련장을 구경하러 간다.  
-수련장에 들어서는데 문이 있을 경우 아이가 문을 열게 하고 아이가 수련장에 들어서서 관심가는 물건을 찾을 때까지 잠시 지체한다.

부모님이 아이의 단점을 이야기하게 되거나 흥을 보게 되는 경우 반드시 아이를 분리해야 한다.

# 입관상담시 주요질문

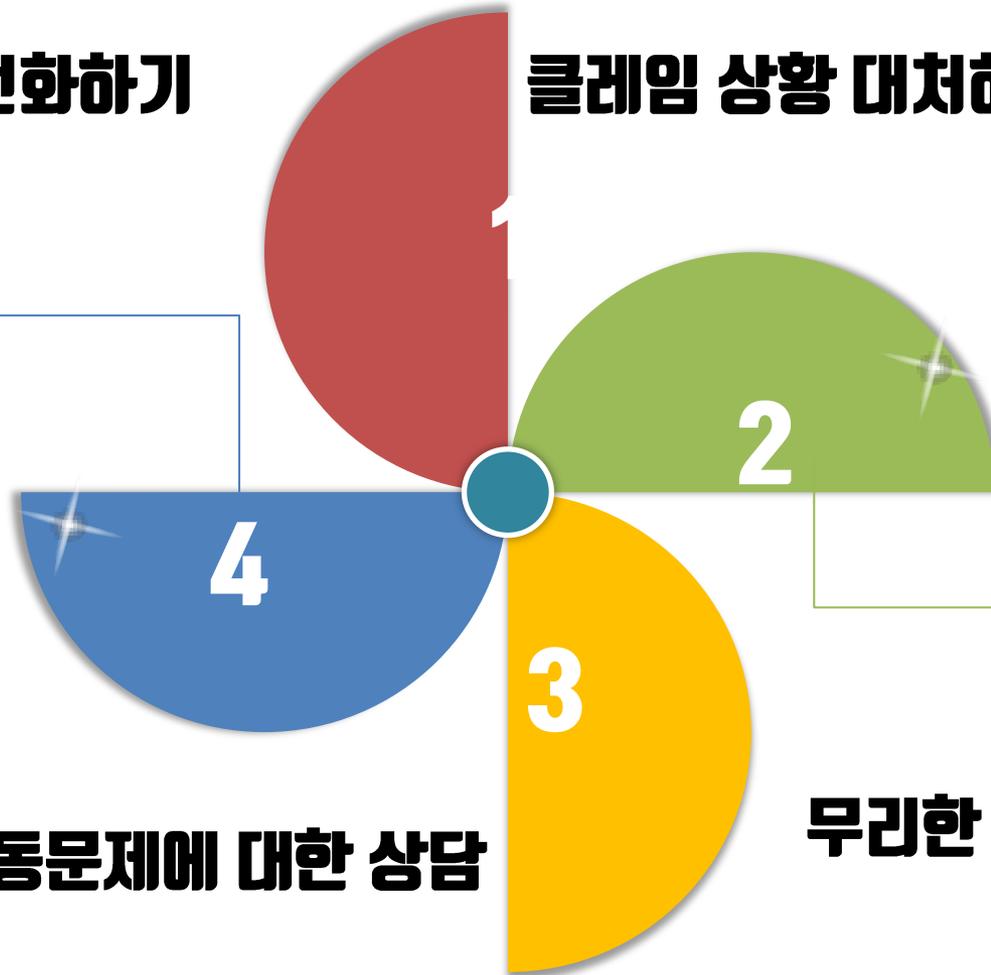
- 1 우리 아이 성격이 바뀔까요?
- 2 살이 빠질까요?
- 3 운동신경이 없는데...
- 4 ??????

# 사례별 학부모 상담법

적용  
내용 5

안부, 상담 전화하기

클레임 상황 대처하기



성격, 행동문제에 대한 상담

무리한 요구에 대한 거절

# 클레임 상황 대처하기

적용  
내용 5

- 감정 알아보기
- 감정 인정해주기
- 수련생에게 돌려주기

**불만  
불만**

**속상했겠네요.**

**당황, 불쾌, 답답, 화**

# 무리한 요구에 대한 거절

적용  
내용 5

- 수련생을 위해서
- 교육을 위해서
- 안전을 위해서

해  
주세요

**방법을 찾아볼게요.  
도와드리면 좋은데.**

# 성격, 행동문제에 대한 상담

적용  
내용 5

- 어떤 행동을 보고
- 일반화 하기
- 강점 찾아주기

**걱정이  
에요**

**그 또래들이 대부분 그래요.  
그렇지만...**

# 안부, 상담 전화하기

적용  
내용 5

- 소식 전하기
- 관심 표현하기
- 칭찬 격려하기

잘  
지내요

스스로를 칭찬할 수 있도록  
좋은 말만...

# 질문 & 답변



태권도심리코칭 전문가  
**정문자 박사**

woodang12@hanmail.net



**감사합니다.**

