



함께 만들어가는 안전한 스포츠

성희롱 · 성폭력 예방 실천규약



함께 만들어가는 안전한 스포츠

성희롱 · 성폭력
예방 실천규약



스포츠윤리센터
KOREA SPORT ETHICS CENTER

우리 모두를 위한 외침, “함께 만들어가는 안전한 스포츠”

우리는 모두 자신의 꿈을 향해 땀 흘리며 나아가는 스포츠인이지만,
스포츠 활동 중 예상하지 못한 성희롱·성폭력 등과 같은 인권 침해 상황에 놓이게 되면
당황스럽고 두려움을 느낄 수 있습니다.

만약, 그런 일이 생긴다면 꼭 기억해 주세요!

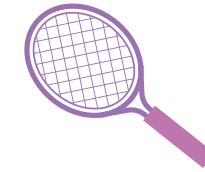
기억하세요! 결국 여러분의 잘못이 아니에요.

잊지마세요! 여러분은 혼자가 아니에요. 우리가 함께 지켜줄게요.



이 실천규약 가이드는 여러분이 안전하게 스포츠 활동에 전념할 수 있도록 우리가
함께 지켜야 할 약속으로, 스포츠 인권 침해 문제가 발생했을 때 자신을 보호하고 피해를
예방하며 도움을 받을 수 있는 방법을 이 가이드에 담았습니다.

안전하고 존중받는 스포츠 환경은 우리 모두가 함께 만들 때 가능하며 이 규약을 통해 더
멋지고, 안전하고, 행복할 수 있는 모두를 위한 공정한 스포츠를 만들어갈 수 있도록
스포츠윤리센터가 함께 하겠습니다.



1	스포츠 인권 이해하기	04
<hr/>		
2	이럴 땐, 이렇게 행동하기!	08
	1. 미오와 함께하는 실천가이드 - 경기장 · 훈련장	08
	2. 미오와 함께하는 실천가이드 - 디지털 환경	10
	3. 미오와 함께하는 실천가이드 - 기숙사 · 합숙소	12
	4. 미오와 함께하는 실천가이드 - 지도자 · 학생선수	14
<hr/>		
3	도움 요청하기 · 받기	16
<hr/>		
4	부록	23
	1. 스포츠 인권 침해 처벌 기준	23
	2. 스포츠 인권 조성을 위한 지도자 · 선수 행동 가이드	24
	3. 주변인 개입을 활용한 피해 예방 가이드	26
	4. 주변인 개입 단계별 안내	27
	5. 안전한 스포츠 환경 조성을 위한 실천 약속	29
	6. '안전한 스포츠문화 이해하기' 체크리스트	31
	7. 성희롱 · 성폭력 등 인권 침해 예방 빙고 게임	34

스포츠 인권이란?

누구나 차별 없이 자유롭게 스포츠 활동에 참여하고 즐겁고 행복하게 성장하며 존중받는 권리입니다.



스포츠

친구들과 함께 뛰고 땀 흘리며 즐기는 활동



인권

모든 사람은 소중한 존재이므로 누구나 행복하고 사람답게 살아갈 수 있는 권리

잠깐, 어떤 행동이 스포츠 인권 침해 일까요?

'인권 침해'는 체육인으로서 마땅히 누려야 할 존중받을 권리, 안전할 권리, 공정한 권리를 부당하게 빼앗는 모든 행동을 말해요. 폭력·성폭력뿐만 아니라 불합리한 강요나 차별까지 모두 해당될 수 있어요.

기억하세요!

내가 '불편하다'라고 느끼거나, '체육인으로서 존중받지 못한다'라고 생각되는 행동은 인권 침해가 될 수 있습니다.

01 언어폭력 - 욕설 등 언어로 인한 폭력

모욕, 협박, 욕설, 위협 비난 등 무시하거나 놀리는 말처럼 마음에 상처를 주는 모든 행동

어떤 행동들이 있을까요?

- 1 체벌, 폭력에 정당화·동의를 강요하는 말
- 2 체벌·폭력을 유도하거나 강요하는 말
- 3 상대방을 무시하거나 놀림 등의 말
- 4 진로나 경기 참여를 제한하는 협박·강요



02 신체폭력 - 신체(얼굴, 몸 등)에 가해지는 폭력

계획되지 않은 지나친 훈련, 훈련을 가장한 체벌을 포함하여 몸이나 도구를 사용해 신체에 가해지는 행동

어떤 행동들이 있을까요?

- 1 경기력 향상, 정신력 강화를 이유로 체벌, 폭력
- 2 태도 불량, 노력 부족 이유로 체벌, 폭력
- 3 계획에 없던 과도한 훈련 또는 휴식 제한, 훈련 강요
- 4 매우 덥거나 폭우·태풍 등 날씨를 고려하지 않고 강요하는 운동·훈련



03 성희롱·성폭력 - 성과 관련된 희롱 또는 폭력

야한 농담을 하거나, 특정 신체 부위를 만지려고 하거나, 강제적 성행위 등 모든 성적인 불편한 행동

어떤 행동들이 있을까요?

- 1 신체 부위 만지기
- 2 키스, 껴안기, 귓속말, 마사지 요구(자세교정 등 포함) 등 동의 없는 신체접촉, 강요
- 3 신체 일부를 보여달라는 요구
- 4 성적인 농담, 외모에 대한 평가 또는 비유

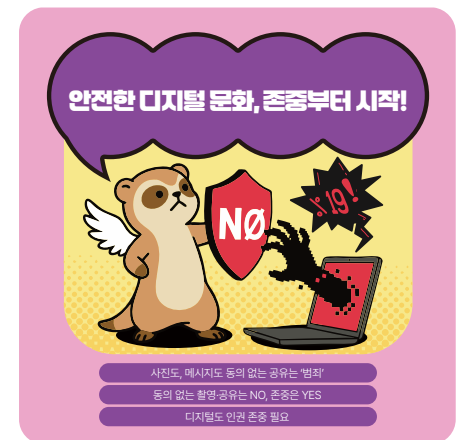


04 디지털·사이버 성범죄 - 디지털 기술(SNS, AI 등)을 악용하는 행동

카카오톡, 인터넷, SNS 등의 디지털·사이버공간에서 야한 사진 합성하거나 공유, 성적인 사진·영상 촬영 또는 유포하는 행동

어떤 행동들이 있을까요?

- 1 신체 또는 성적인 사진·영상을 촬영하는 행동
- 2 해당 사진·영상을 퍼뜨리는 행동
- 3 해당 사진·영상을 유포하겠다고 협박하는 행동
- 4 성적인 허위 합성물·가공물 제작·유포하는 행동



05 사이버 폭력 - 디지털 환경에서의 괴롭힘

카카오톡, 인터넷, SNS 등 디지털 환경에서 벌어지는 따돌림, 공포심 또는 위협감을 주는 행동

어떤 행동들이 있을까요?

- 1 단체 채팅방에서 상처주는(비하, 욕설) 메시지 보내기
- 2 채팅방, SNS 등에서 특정 친구를 일부러 무시하기
- 3 민감한 사진이나 영상을 찍거나 단톡방 등에 퍼뜨리기
- 4 입은 웃이나, 외모 등을 평가하는 댓글을 다는 행동



06 일상적 통제 - 지위·권력관계에 따른 통제 또는 강요

운동부의 위계적 문화를 배경으로 하는 강제적 또는 폭력적 행동과 관습이 적용되는 문화

어떤 행동들이 있을까요?

- 1 지도자 또는 선배의 빨래, 청소, 심부름 강요
- 2 외출, 외박 등을 제한해 특정 장소에 지속적으로 머무르게 하기
- 3 두발 제한(머리 짧게 자르기), 휴대전화 압수 등 개인적인 자유와 선택 제한하기
- 4 위계적인 분위기에서 선배와 한방에 배치해 생활하기

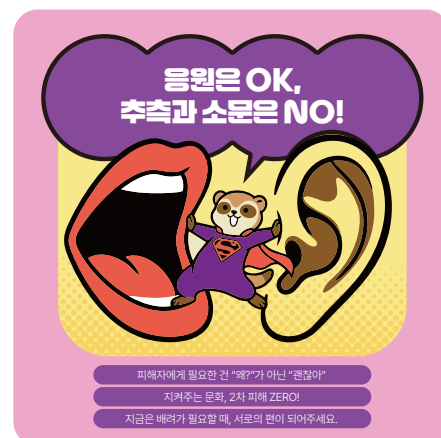


07 2차 피해 - 사건을 알리고 도움을 요청하는 과정에서 겪는 피해

사건을 알리고 도움을 요청하는 과정에서 겪는 소문·따돌림 등 추가로 일어나는 피해

어떤 행동들이 있을까요?

- 1 도움을 요청한 친구를 따돌리거나 경기·훈련에 참여하지 못하게 방해하기
- 2 도움 요청을 모른 척하거나 없었던 일로 덮으려는 행동
- 3 확인되지 않은 내용을 여기저기 소문·말하고 다니기
- 4 그 친구 잘못일 거라고 하면서 옆에서 맞장구치기



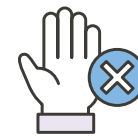
장난과 괴롭힘에 대해 이해하기

1) 장난 vs 괴롭힘

- '장난'이란 상대방도 즐겁고 나도 즐거운 것으로, 내가 한 장난으로 인해 상대방이 웃음이 나고 그 웃음으로 인해 나도 즐거울 때를 장난이라고 말할 수 있어요.
- 내가 하고 싶은 행동이나 말이 아니라, 상대방이 어떻게 느낄지 먼저 생각해 보기
- 허락 없는 행동은 NO! 다른 사람의 허락 없이 마음대로 하는 행동은 그 사람의 권리(인권)를 빼앗는 걸 수 있습니다.

2) 진짜 '동의'는 뭘까요?

- 침묵은 동의가 아니에요. 상대방이 명확하게 "응!(예스)"라고 말하지 않았다면, 그건 진짜 동의가 아니에요.
- 동의는 스스로 선택하는 것이며, 우월한 지위를 이용하거나 강압적으로 얻어낸 동의는 진짜 동의가 아닙니다.
- 공포·두려움 속의 동의는 가짜! 상대방이 무섭거나 힘들고, 올바른 선택을 하기 어려운 상황에서 한 말이나 행동은 절대 동의로 해석하면 안 됩니다



'서로를 지킬 때' 우리의 꿈은 계속됩니다.



STOP!
아무리 친한 사이라도 상대방이 불편해하면
그만 멈춰주세요!

- '싫어!', '그만해'라고 말하지 않았다고 지금의 행동에 대해 괜찮다고 동의하고 있는 것은 아니에요!
- "장난"과 "괴롭힘"을 구분해 주세요.

2

이럴 땐, 이렇게 행동하기!

안전한 스포츠 환경 만들기, 혼자가 아니라 우리 모두의 일!
모두가 함께 약속하고 실천해야 할 상황별 행동 요령을 알려드립니다.

01 미오와 함께하는 실천 가이드 - 경기장 · 훈련장



경기장에서, 하나!



성적 언행 · 욕설은 NO 상대를 존중하는 말과 행동을 보여주세요.

우리의 멋진 경기장 · 훈련장! 함께 만들어요!

- 훈련 · 시합 중 신체 부위에 몸이 닿았을 땐 이렇게 행동해요
😊 바로 "미안해!"하고 사과하거나, 어려울 경우 손짓으로 미안하다는 제스처 사용
- 벤치에서 경기를 응원할 때 칭찬과 긍정적인 언어로 응원해요
😊 조금 더 집중하고, 할 수 있어, 실수해도 괜찮아, 끝까지 파이팅 등
- 동료 선수가 성적인 말이나 행동을 할 땐 웃어넘기지 말아요
😊 OOO아 그런 행동은 하지 말아줬으면 좋겠어! 등
- 스트레칭 도움이 필요하다면 먼저 말하고, 동의받고, 도움을 받도록 해요
😊 "허리 잡아줘", "종아리 좀 당겨줘" 등
- 경기와 관계없는 성적 도발·행동에는 직접적으로 대응하지 않도록 해요
😊 짧게 표현한 후 알림 행동 - 그만해! 지도자(코치)님께 말할 거야 등
- 선수 간 호칭은 이름이나 주장 등 공식 명칭을 사용해요
😊 민수야 잘했어!, 주장 파이팅!(아, 똥이 등 별명 사용 금지)

우리의 멋진 경기장 · 훈련장! 함께 지켜요!

- 경기 전략은 기술과 팀워크로 보여주세요
😞 심판이 이때쯤이면 나를 안 보고 있겠지 → 스포츠퍼슨십에 어긋나는 행동이에요!
- 동료·상대 선수에 대한 외모 놀림, 비하는 상처가 되는 행동입니다
😞 OO 부위가 너무 웃기지 않냐? 웃자고 한 말인데?
- 실수를 이유로 성적인 행동 강요, 팀 내 체벌 문화를 만들지 않기로 해요
😞 웃 벗고 앞드려 있기, 특정 동작 강제로 시키기 등 금지
- 동료 선수의 사생활과 신체적 자유를 존중해 주세요
😞 웃은 본인이 원할 때만 벗는 것! 장난이나 억지로 벗기는 행동은 절대 안 돼요!
- 대기 시간에는 서로 격려하고 응원하는 시간으로 만들어 주세요
😞 장난이라는 핑계로 기분을 상하게 하는 말이나 행동, 신체접촉은 안 돼요
- 스트레칭을 도와줄 때는 서로 동의한 범위에서 안전하게 접촉해요
😞 고의로 몸을 만지는 행동, 장난으로 친구 몸을 더듬는 행동은 안 돼요



온라인에서, 돌!



신체촬영·공유는 NO 먼저 동의를 구하는 행동을 실천해 주세요.

안전한 스포츠 디지털 환경! 함께 만들어요!

- 단체 채팅방을 통한 정보 전달은 공적인 내용만 공유해요
😊 훈련일정, 경기 관련 공지사항 등
- 사진 촬영이 필요할 때는 동의를 구한 후 촬영해요
😊 우리 같이 사진 찍을래?
- 영상통화가 필요할 땐, 신체노출은 피하고 팀원이 노출되지 않도록 통화해요
😊 개인 공간에서 통화하기, 공동으로 사용하는 공간에서는 카메라 각도 조정하기
- 경기·훈련 사진 또는 영상을 개인적으로 활용할 때는 동의를 구해주세요
😊 내가 이 사진 SNS에 업로드하고 싶은데 혹시, 올려도 괜찮을까?
- 단체 채팅방에 성적인 게시물 등이 공유된다면, 즉시 중단! 제지해 주세요
😊 "이런 건 공유하면 안 돼, 바로 삭제해!"라고 말하기
- 타인의 SNS에 나의 신체 일부가 노출되었다면 전문기관의 도움을 받도록 해요
😊 증거 영상 또는 사진 확보하기, 혼자 해결하지 말고 전문기관의 도움받기

안전한 스포츠 디지털 환경! 함께 지켜요!

- 단체 채팅방에서는 훈련과 응원에 필요한 내용만 공유해요
😞 불법 촬영물을 보거나 저장하는 행동도 범죄가 될 수 있어요!
- 개인 또는 단체 채팅방에서는 서로의 신체와 외모를 존중해 주세요
😞 특정 선수의 외모를 비교하거나 살찐다, 못생겼다. 등 웃음거리로 삼는 말은 금지
- - 신체 노출이 많은 사진, SNS에 올리기 전 한 번 더 생각해요
😞 "내 몸 어때? 근육 장난아니지 않냐?" 라는 행동이 누군가에게는 불편할 수 있어요.
- 단체 채팅방 이름은 훈련이나 팀 활동에 맞게! 팀원은 이름으로 저장해요
😞 홍길동 주장, 김철수 GK, 여름 전지훈련 준비방 등으로 표현하기
- 타인의 신체를 촬영 또는 영상 합성은 절대 금물! 초상권과 인권을 보호해요
😞 합성이나 왜곡 없이 활용하기
- 성적인 댓글, 비방, 욕설은 절대 금지! 존중하는 표현을 사용해 주세요
😞 경기 사진에 조롱 섞인 성적 표현, "형편없다"와 같은 비방 욕설 등 절대 금지



기숙사에서, 썬!



과도한 장난·강요 NO 공공 에티켓! 행동으로 배려해주세요.

우리의 행복한 기숙사·합숙소! 함께 만들어요!

- 자신의 빨래, 운동복은 스스로 세탁하고 관리해요
☺️ 훈련 후 유니폼은 직접 세탁하기
- 샤워실 이용시 공공 에티켓 준수! 불편감을 주는 행동하지 않기로 해요
☺️ 각자 필요한 세면도구 직접 챙기고 불필요한 장난은 금지
- 방 배정, 휴식 장소 등 변경이 필요할 때는 지도자의 허락을 받도록 해요
☺️ 안전한 기숙사·합숙소 생활을 위해 마음대로 바꾸지 않기
- 외출·외박시에는 타인의 옷이 아닌 자신의 옷을 입도록 해요
☺️ 불가피한 경우에만 동료에게 부탁하기
- 동료의 침대, 책상 등 개인 공간을 존중해요
☺️ 개인 물건은 아주 잠깐이라도 허락 없이 사용하지 않기

우리의 행복한 기숙사·합숙소! 함께 지켜요!

- 건전한 생활을 위해 합숙 중 성인물 시청하거나 강요하지 말아주세요
☹️ 휴식 시간에는 개인 시간 방해않기, 보고싶은 영상은 개인 이어폰 사용하기
- 기숙사·합숙소 공동생활 규칙을 지켜주세요
☹️ 기상·취침 시간, 외출·외박 절차, 식사·위생·소음 등 공동규칙 지키기
- 권위(위계)나 장난인 척하며 옷을 벗게하는 행동은 안 돼요
☹️ 장난이라도 상대방이 두려움·불쾌함을 느낄 수 있어요
- 기숙·합숙 생활에서 동료를 존중하고 체벌, 강제적인 접촉은 절대 해서는 안 돼요
☹️ 부족하거나 실수한 점이 있다면 격려와 조언으로 만회할 수 있도록 도와주기
- 공용 공간에서는 다른 사람이 불편하지 않도록 복장에 신경 써요
☹️ 속옷 차림, 상의 탈의 등으로 다니지 말아요
- 훈련 과정에서의 마사지는 서로 동의할 때만! 지시하거나 강요하지 않도록 해요
☹️ 운동 전·후 마사지가 필요하다면, 부위 등 정보를 전달한 후 도움 요청하기
- 화장실에서는 장난하지 않고 불편감을 주지 않도록 예의를 지켜요
☹️ 물을 뿌리는 행동, 상대의 신체를 응시하는 행동은 주의!



2차 보호·피해 예방, 넌!



"괜찮겠지" 하는 생각은 NO 먼저, 손을 내밀어 이야기를 들어주세요.

존경받는 지도자가 되는 방법! 이렇게 행동해요!

- 선수의 몸 관리는 건강과 실력을 높이는 방향으로 이야기해 주세요
 ☺ 균형 잡힌 식단, 체력 훈련 방법 등 안내
- 선수와의 면담은 개방된 공간에서 진행해요
 ☺ 학교 내 상담실 · 교무실, 훈련장 등 공개된 장소
- 팀 내 과도한 위계 문화가 생기지 않도록 관심을 가지고 지도해 주세요
 ☺ 선·후배 구분 없이 똑같이 기회 주기, 청소 공평하게 배분하기 등
- 경기 · 훈련에 필요한 정보는 사전에 선수들에게 공지해 주세요
 ☺ 훈련 일정, 장소, 기타 필요한 사항 공지는 단체 채팅방 또는 게시판 등 활용
- 선수의 사생활을 침해하거나 공식적인 자리에서 언급하지 않고 존중해 주세요
 ☺ 외모에 대한 지적은 NO, 휴식시간 방해하지 않기, 상담은 1:1로 진행하기
- 기숙사 · 합숙소 방문은 사전 공지 후 방문해 주세요
 ☺ 방문 일정, 점검내용 등 공지하기, 개인 사물함 확인하지 않기

선수 여러분, 지도자의 권리도 함께 보호해요!

- 지도자에게는 존중하는 말과 예의 바른 태도로 대해요
 ☹ 지도자와 이야기할 때는 공손한 언어, 태도 사용하기
- 지도자의 전략과 방침을 존중하며 성실히 수행해요
 ☹ 지도자의 훈련 방식을 비판하거나 따르지 않은 행위는 하지 않기
- 팀과 지도자의 명예가 손상되지 않도록 품위 있는 행동을 해요
 ☹ 경기장 안팎에서 욕설, 비방 등으로 팀과 지도자의 명예 훼손하지 않기
- 지도자에게 부당한 부탁이나 요구를 하지 않아요
 ☹ 경기 관련 조언 요청이나 추가 훈련방법 질문은 언제나 환영!
- (긴급한 경우 제외) 지도자의 사생활과 휴식 시간을 존중해요
 ☹ 늦은 밤 지도자에게 연락하지 않기, 쉬는 시간 방해하지 않기 등
- 지도자의 허락 없이 개인행동을 하지 않도록 해요
 ☹ 개인행동이 필요한 경우 먼저 알리고 허락받기

3

도움 요청하기·받기

힘든 순간, 나와 우리를 지키고 다시 일어설 수 있도록 어떤 도움을 받고 줄 수 있는지 방법을 알려드릴게요.

먼저, 내가 겪은 일 기록하기

누가

일반

피해를 준 사람은 누구인지?

디지털

나를 촬영하거나 합성한 사람, 혹은 유포한 사람은 누구인지?

예 동료 또는 선·후배, 지도자, 온라인에서 알게 된 사람, 누군지 모름 등

어떻게

일반

어떤 방식으로 상황이 벌어졌는지?

예 강제로, 장난으로 가장하여, 혼자 있을 때, 여러 사람 앞에서 등

디지털

공유, 게시, 댓글, 유포 협박, 영상·사진 요구, 금전 요구 등

언제

일반

피해가 일어난 날짜와 시간은 언제인지?

예 0월0일 오후 00시경

디지털

피해 사실을 알게 된 날짜와 시간은?

어디서

일반

피해가 발생한 장소는 어디인지?

예 체육관, 경기장, 기숙사 등

디지털

개인 혹은 단체 메신저, SNS, 커뮤니티, 동영상 플랫폼 등

무엇을

일반

어떤 일이 있었는지?

예 불쾌한 신체접촉 또는 말 등

디지털

성적인 사진합성, 몸(전체 또는 일부)이 보이는 영상·사진을, 성에 관한 농담 또는 놀림 등으로 상대를 기분 나쁘게 하는 대화 등



나의 상황은 정리했지만, 알려지는 것이 두렵다면

힘들게 겪었던 일을 기록하고 정리하는 그것만으로도 큰 용기가 필요하고, 그 후에는 “누구에게 말해야 할까?, 도움을 받을 수 있을까?”, “혹시 내가 피해자라는 사실이 알려지면 어쩌지?”라는 생각에 두려울 수 있어요.



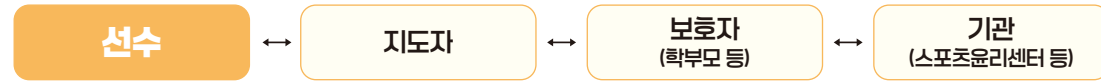
하지만, 꼭 기억해 주세요.

- 당신이 겪은 일은 절대 당신의 잘못이 아닙니다.
- 혼자서 그 무거운 짐을 감당하지 않아도 괜찮아요.

지금 당장 말하기 어렵거나 마음의 준비가 되지 않았을 수도 있습니다.

괜찮아요. 그사이에 믿을 수 있는 단 한 사람, 그리고 여러분의 비밀을 지켜줄 수 있는 사람들이 언제든지 당신의 이야기에 귀 기울일 준비를 하고 있습니다. 지금부터 당신이 준비되었을 때 도움을 요청하고 필요한 지원을 받을 수 있는 방법을 알려드릴게요.

동료(팀원)가 힘들 때, 이렇게 도와주세요.



마음열고
(1단계)

• 도와주기

만약, 동료(팀원)가 먼저 “도와줘”라고 말하면 무시하지 말고 적극적으로 도와주세요.

예 고민 들어주기, 지도자에게 전달 돕기, 학교 상담실 같이 가주기 등

• 관심 가져주기

동료(팀원)가 평소와 다르게 우울해 보이거나 표정, 말투에 변화가 있다면 먼저 “잠깐 이야기할래?”하고 말을 건네 도움이 필요한지 물어봐 주세요.



소통하고
(2단계)

• 경청하기

친구의 고백을 듣고 “너무 예민한 거 아니야?”, “운동 분위기에 적응 못 해서 그래”라고 생각하지 말고, 끝까지 귀 기울여 들어주세요.

• 지지하기

동료(팀원)가 더 이상 말하고 싶어 하지 않을 때는 억지로 묻지 말고 “나는 항상 네 편이야. 고민 있으면 언제든지 다시 말해줘”라고 말하며 꾸준히 지지해 주세요.



함께하기
(3단계)

• 혼자가 아니야

2차 피해를 걱정해 말하기를 주저한다면 “걱정하지 마, 내가 같이 있어 줄게”라고 말하며 혼자가 아니라는 사실을 느끼게 해주세요.

• 신고돕기

동료(팀원)와 함께 피해 사실을 신고하는 것을 돕거나 너무 두려워해 신고가 어렵다면 대신 신고해 줄 수 있어요.

꼭 기억해주세요

1 비밀 지키기

피해 사실을 다른 사람에게 소문내거나 함부로 말해서는 절대 안 돼요.

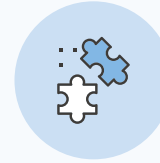
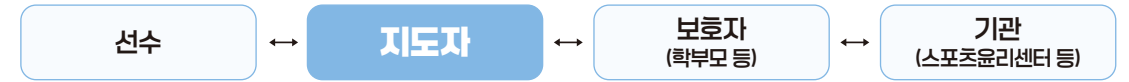
2 외면하지 않기

도와주다가 혹시 나도 표적이 될까 봐 두려울 수 있어요. 하지만, 그 두려움 때문에 도움을 요청한 동료(팀원)를 외면하지 말아주세요.

3 따돌림·동조 금지

오히려 피해 사실을 고백한 동료(팀원)를 따돌리거나 가해행위에 동조하는 일은 또 다른 상처를 주는 2차 피해 이므로 절대로 해서는 안 돼요.

지도자님, 선수가 힘들 때 이렇게 도와주세요.



보호하고
(1단계)

• 물리적 거리 조정

2차 피해 예방 등 가해 행위자와 피해 선수의 물리적 거리를 즉시 분리하고, 가해 행위자에게는 명확한 역할을 부여하여 피해 선수와 마주칠 수 있는 불필요한 상황을 차단해 주세요.

• 훈련시간 조정

훈련장 이동 등 피해 선수가 위험에 노출되지 않도록 안전을 확보해 주세요.

훈련시간 피해선수와 다른 시간·장소에서 훈련 진행,
훈련시간 외 - 외부기관 연계 인권 및 상담교육 진행 등



해결하고
(2단계)

• 즉시 보고

문제를 인지하는 즉시 학교 또는 관계 기관의 매뉴얼에 따라 해당 사실을 알리고 협조를 통해 적극적으로 문제를 해결하려 노력해야 합니다.

• 상황 전달

피해 학생의 보호자에게 해당 사실을 알리고 이후 과정에 적극적으로 협조하여야 합니다. (가해 행위자가 성인 지도자일 경우 : 보호자에게 연락, 신속히 귀가 조치)



조성하고
(3단계)

• 2차 피해 예방 등 환경 조성

피해 선수를 따돌리거나 동조하지 않도록 예방 교육 등 2차 피해를 막기 위해 적극 노력해 주세요.

• 심리적 회복지지

동료와의 긍정적 상호작용을 통해 피해 선수가 회복하고 훈련에 빠르게 복귀할 수 있도록 믿음직한 팀 분위기를 조성해 주세요.

예 워킹숍 등을 통한 역할 바꾸기, 고민 공유, 마음 건강 관리법 등 다양한 프로그램을 활용한 공동체 강화 및 회복 지원

꼭 기억해주세요

1 즉각적인 신고

「국민체육진흥법」 제18조의4에 따라서 체육계 인권침해 및 스포츠비리를 알게 된 경우나 그 의심이 있으면 스포츠윤리센터 또는 수사기관에 즉시 신고해 주세요.
*** 신고의무자** 선수, 체육지도자, 체육단체 임직원, 학교운동부지도자, 학교의 장 등

2 은폐·축소 금지

대회 또는 팀의 명예를 이유로 피해 사실을 숨기거나 가볍게 처리하려 해서는 안 돼요.
*** 신고 방해·취소 강요, 고의적 은폐·축소하는 경우 500만원 이하의 과태료가 부과될 수 있어요.**

3 관심과 격려

피해 선수의 잘못이 아니라는 확신을 가질 수 있도록 진심으로 공감하고 지지해 주세요.
*** 2차 피해 예방** 피해 사실에 대한 소문이 돌거나 비난이 발생하지 않도록 지속적인 관심과 격려, 필요한 지원을 연결해 주세요.

3. 도움 요청하기·받기

자녀가 힘들 때, 이렇게 도와주세요.



공감하고
(1단계)

• 마음 확인하기

가족의 지지와 도움은 다시 일어날 수 있는 가장 큰 힘! 가장 먼저 상태가 괜찮는지 확인해 주세요. 감정에 휩쓸리지 말고 자녀가 말하고 싶은 내용을 공감하며 들어주세요.

- ⚠ '네 잘못이 아니야, 말하기 힘들었을 텐데, 용기 내 이야기 해줘서 고마워' 등의 표현으로 자녀에게 용기를 주세요.
- ⚠ 자녀의 이야기를 기록하며 정확한 피해 정보 확보 필요



도움요청
(2단계)

• 전문기관 도움받기

훈련·경기 중 일어난 체육계 인권 침해는 스포츠윤리센터 등 관계기관의 도움을 받아주세요.

• 전문가와 함께하기

피해 상황에 따라 법률적인 절차를 위해 변호사 같은 전문가의 도움도 미리 준비해 주세요.

- ⚠ 전문기관의 도움은 21p, 22p의 정보 참고



회복하기
(3단계)

• 치료와 상담

자녀가 다시 일상으로 돌아갈 수 있도록 심리 치료나 (가족)상담을 받을 수 있도록 도와주세요.

- ⚠ 전문기관의 도움은 21p, 22p의 정보 참고

• 스스로 일어날 힘 키워주기

긍정적인 관계 회복을 위해 멘토링, 동아리 활동 참여 등 자녀 스스로 권리를 지킬 수 있도록 도와주세요.

꼭! 기억해주세요

1 반복적인 지지

'힘들었구나', '괜찮아', '네 잘못이 아니야' 라는 말을 반복적으로 해주며, 자녀가 스스로 얼마나 소중한 존재인지 느끼게 해주세요.

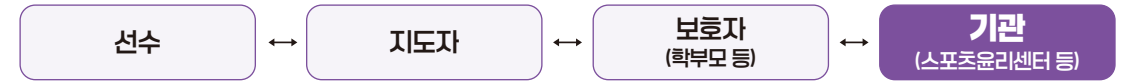
2 직접 접촉 금지

가능하면 행위자 측과 직접적인 연락은 자중해 주세요. 직접 소통은 예상지 못한 결과로 이어질 수 있어요.

3 자책은 NO!

피해는 상대방의 잘못된 행동 때문에 발생! 부모님 스스로 속상해하거나 미안해하지 마세요.

체육인의 인권보호! 스포츠윤리센터를 찾아주세요.



스포츠윤리센터는?

체육의 공정성 확보와 체육인의 인권 보호를 위해

설립된 문화체육관광부 산하 공공기관으로 스포츠 현장의 인권 침해와 비리에 대한 상담·신고 및 조사, 피해자 보호, 예방교육 등을 전담하는 전문 기관입니다.

이용방법



홈페이지
바로가기



통합신고관리시스템
바로가기

☎ 대표번호 (국번없이)1670-2876
🕒 운영시간 09:00~18:00

📄 통합신고관리시스템 (www.speth.or.kr)
🌐 홈페이지 (www.k-sec.or.kr)

📺 카카오톡채널 (스포츠윤리센터)

신고인과 피해자 보호를 우선으로 익명 또는 가명으로 상담·신고할 수 있으며 해당 내용은 비밀 보장됩니다.



센터는, 당신을 위해 이러한 일을 하고 있어요.



상담·신고센터 운영

체육계 비리, 인권침해 피해 상담 및 신고접수



사건조사

사건 조사 및 징계조치 요구 후속점검 및 사후관리



피해자 지원제도

법률지원, 심리상담, 의료지원 등 피해자 지원



스포츠윤리교육

체육계 비리 및 인권침해 예방교육



실태조사 및 제도개선

인권보호관 운영, 인권향상 정책 및 제도 개선



법정시스템 운영

통합신고관리시스템(체육업무 지원서비스), 징계정보시스템

스포츠윤리센터 외 전문기관 현황

구분	기관명	주요 기능	이용 방법
성범죄 대응 (신고)	경찰청	성범죄 신고 및 조치와 성범죄 상담 챗봇 운영	전화 (국번없이)112 사이버신고센터 ecrm.police.go.kr
	한국여성인권진흥원	아동·청소년 성착취 전문 온라인 상담 센터 운영 및 여성긴급전화 24시간 지원	여성긴급전화 (국번없이)1366 홈페이지 www.stop.or.kr
	디지털성범죄 원스톱	24시간 디지털성범죄 원스톱 신고 ARS 서비스 운영	전화 (국번없이)1377
	디지털성범죄 피해자 지원센터	피해자와의 심리상담과 불법촬영물 삭제, 유포 차단 등 전문적으로 지원	전화 02-735-8994 홈페이지 www.d4u.stop.or.kr
	해바라기센터	학교폭력에 대한 신고 접수, 긴급구조, 수사지시, 법률 상담, 유관기관 연계 지원	전화 홈페이지 지역 센터 번호 참고 홈페이지 www.sunflowercenter.or.kr
	한국성폭력위기센터	성폭력 24시간 긴급 상담 및 심리치료, 의료·법률·쉼터 운영	전화 02-883-9284 홈페이지 crisis-center.or.kr
	117학교폭력 신고센터 (경찰지원센터)	24시간 학교·여성폭력 등 피해신고, 긴급구조, 심터 연계 등	전화 (국번없이)117
피해 지원	어울림 앱(학교폭력)	각종 피해에 대한 원스톱 온라인 신고 시스템과 상담 연계 지원	온라인 스토어(앱스토어) 어울림, 학생보호 원스톱 온라인 지원 시스템
	청소년 1388	심리적 어려움, 가출, 학교폭력 등 다양한 문제에 대한 상담, 법률, 의료 서비스를 지원	전화 (국번없이)1388 홈페이지 www.1388.go.kr
	학교(wee)	위(Wee)클래스, 위(Wee)센터를 통한 피해학생 보호·지원 및 전문기관 연계	전화 044) 415-2157 홈페이지 www.wee.go.kr
	푸른나무재단	전문 학교폭력 상담 전화 및 피해학생 전문 지원 센터 운영	학교폭력 상담 전화 1588-9128 홈페이지 btf.or.kr
	청소년상담복지센터	위기청소년 긴급 구조 및 의료·법률·쉼터 등 연계 지원	전화 02-2100-6277 홈페이지 www.teen1318.or.kr
	대한법률구조공단	무료 법률상담 및 소송을 지원하고 경제적 취약계층을 대상으로 법률 구조를 지원	전화 (국번없이)132 홈페이지 www.klac.or.kr

4

부록

01

스포츠 인권 침해 처벌 기준

선수, 지도자 등 체육인이 스포츠 인권을 침해하면
규정에 따라 처벌을 받을 수 있어요.

■ 위반행위별 처벌 기준(대한체육회 스포츠공정위원회 규정)

위반행위		처벌기준	처벌대상
폭력	언어	<ul style="list-style-type: none"> 상습적인 경우: 1년 이상 3년 이하의 자격정지 우발 또는 가벼운(경미) 경우: 3개월 이상 1년 이하의 출전정지 또는 3개월 이상 1년 이하의 자격정지 	지도자, 선수, 심판 선수관리담당자
	신체	<ul style="list-style-type: none"> 치료기간 2주 이하, 우발적이고 참작할 사유가 있는 경우: 6개월 이상 1년 이하의 출전정지 또는 1년 이상 5년 이하의 자격정지 상습, 2명 이상 집단 폭행, 흉기 등 물건을 사용한 폭행 등: 제명 * 위의 2가지 항목에 해당하지 않는 경우: 5년 이상 10년 이하의 자격정지 	
성폭력	성폭력(성범죄)	<ul style="list-style-type: none"> 성폭력 행위: 제명 	
	성추행	<ul style="list-style-type: none"> 성추행(물리적 신체접촉) 행위가 약하거나 우발인 경우: 6개월 이상 1년 이하의 출전정지 또는 1년 이상 3년 이하의 자격정지 * 위의 항목에 해당하지 않는 성추행: 3년 이상 5년 이하의 자격정지 	
	성희롱	<ul style="list-style-type: none"> 성희롱(굴욕감, 혐오감) 행위가 약하거나 우발인 경우: 3개월 이상 1년 이하의 출전정지 또는 3개월 이상 1년 이하의 자격정지 * 위의 항목에 해당하지 않는 성희롱: 1년 이상 3년 이하의 자격정지 	
괴롭힘		<ul style="list-style-type: none"> 상습적인 경우: 6개월 이상 2년 이하의 자격정지 우발 또는 가벼운(경미) 경우: 6개월 이하의 출전정지 또는 6개월 이하의 자격정지 	
인권 침해 (휴식권, 학습권 등)		<ul style="list-style-type: none"> 상습적인 경우: 1년 이상 3년 이하의 자격정지 우발 또는 가벼운(경미) 경우: 3개월 이상 1년 이하의 출전정지 또는 3개월 이상 1년 이하의 자격정지 	

스포츠는 존중입니다! 내가 소중한 존재이듯이 선수와 지도자 모두
소중한 존재이므로, 서로에 대한 예의와 존중을 바탕으로 행복하고
자유로운 스포츠 활동을 위한 규범을 마련해야 합니다.



■ 지도자는,

- 1 선수 보호의 책임이 있음을 항상 주지하고, 선수에 의한 인권 침해 예방을 위하여 항상 관리·감독해야 합니다.
- 2 선수 간 위계에 의한 인권 침해를 예방하고 성별, 나이에 기반한 부적절한 역할 요구 관행이 형성되지 않도록 관리해야 합니다.
- 3 선수들이 나이, 성별, 장애, 신체 특성, 경기 성적, 사회적·경제적 자원 등에 의해 차별을 겪지 않고 안전하게 운동하고 경쟁할 수 있는 스포츠 환경을 조성해야 합니다.
- 4 투명하고, 공정하며, 깨끗한 스포츠 환경 조성을 위해 경기 출전 시 선수 선발 및 기용 원칙을 분명히 세워 투명하고 공정한 선수 출전이 이루어지도록 합니다.
- 5 훈련과 경기대회 참가 여부와 방법, 프로그램에 대해 선수의 의견을 적절히 반영합니다.
- 6 운동부 내 인권 침해를 인지하게 되었을 때 어떠한 경우라도 묵인, 간과, 회피하지 말아야 합니다.
- 7 경기력 향상 또는 팀의 단합을 이유로 기합이나 가혹행위(구타와 욕설)를 하지 말아야 합니다. 어떤 경우에도 폭력은 정당화될 수 없습니다.
- 8 선수의 사생활과 운동·삶의 균형이 보장될 수 있도록 배려해야 합니다.
- 9 훈련 또는 부상 방지 등을 위해 선수와의 신체접촉이 필수인 경우, 신체접촉 가이드라인을 선수와 지도자가 함께 만들어 하나의 규칙으로 공유해 주세요.
- 10 선수를 시범자로 세우기 전에는 먼저 어떻게 지도할 것인지 방법을 직접 보여주고 이에 대해 의견을 구해주세요.
- 11 선수의 인격을 모욕하거나 마음에 상처를 주는 말과 행동을 하지 말아야 합니다.
- 12 경기 결과가 나쁘거나 훈련 성과가 저조하다고 하여 고성과 욕설, 물건 집어 던지기, 파손 등 선수에게 위협과 공포를 줄 수 있는 행동하지 않아야 합니다.
- 13 훈련 중은 물론 훈련 외 사적인 자리에서도 선수들에게 성적 의미가 담긴 언어, 노골적인 성적 농담하지 않도록 주의해야 합니다.
- 14 선수의 방을 방문하는 경우 사전에 반드시 고지를 하거나 동의를 얻어야 하며, 방에 머무르는 동안에는 문을 열어두어야 합니다.
- 15 지도자와 선수가 같은 방을 쓰는 일이 없도록 공간을 분리해야 합니다.

■ 선수는,

- 1 동료 선수 등 다른 사람에게 어떠한 형태의 폭력과 괴롭힘도 해서는 안 됩니다.
- 2 동료 선수의 사생활과 개인 시간을 존중해야 합니다.
- 3 후배라는 이유로 다른 선수에게 사적 지시와 강요, 신고식과 꾸짖음, 단체 기합과 같은 차별을 하지 않습니다.
- 4 다른 사람의 성별 등을 이유로 놀림, 모욕, 혐오하는 표현과 행동을 하지 않습니다.
- 5 항상 규칙을 지키고, 정당당당하게 경쟁하며, 상대 팀과 선수를 존중합니다.
- 6 경기대회와 관련하여 공정성에 반하거나 부적절한 사안에 대해서 합리적으로 문제를 제기하고 해결할 수 있도록 합니다.
- 7 경기가 뜻대로 이루어지지 않는다는 이유로 경기 중 거친 언행과 폭력은 삼가야 합니다.
- 8 다른 선수들이 다양한 장점과 역량을 가지고 있음을 인정하고 격려합니다. 경기에서 패배한 이유를 다른 사람에게 돌리지 말아야 합니다.
- 9 자신이나 동료 선수의 건강에 이상이 있을 때 적극적으로 알려 필요한 조치를 할 수 있도록 해야 합니다.
- 10 동료 선수가 피해를 당했을 때는 외면하지 말고 도움을 줄 수 있도록 노력해야 합니다.
- 11 피해 사실을 말한 동료를 놀리거나 소문을 퍼뜨려 2차 피해를 일으켜서는 안 됩니다.
- 12 SNS, 단체 채팅방에서는 동료 선수 등 다른 사람을 비방하거나 조롱하지 않아야 합니다.
- 13 시설과 장비를 내 것처럼 다루며, 안전상 문제가 있을 때 지도자와 관리자에게 알리고 위험을 예방할 수 있도록 합니다.
- 14 훈련 중은 물론 훈련 외의 상황에서도 지도자에게 반말, 욕설, 모욕적인 언행을 하지 않도록 주의해야 합니다.
- 15 선수는 훈련과 경기에 성실히 임하여 지도자의 지도 의도가 존중될 수 있도록 노력해야 합니다.
- 16 지도자의 정당한 지도를 왜곡하거나 허위 사실을 퍼뜨리지 않도록 합니다.
- 17 지도자의 명예를 훼손하거나 신뢰를 떨어뜨리는 행동하지 않아야 합니다.
- 18 지도자의 권익이 침해되지 않도록 사실을 왜곡하거나 허위 정보를 퍼뜨리지 않아야 합니다.

“괜찮아요. 당신 곁엔 우리가 있어요.”

성희롱·성폭력을 포함한 스포츠 인권 침해 상황에서

우리가 ‘주변인’으로 나설 때, 피해자를 보호하고

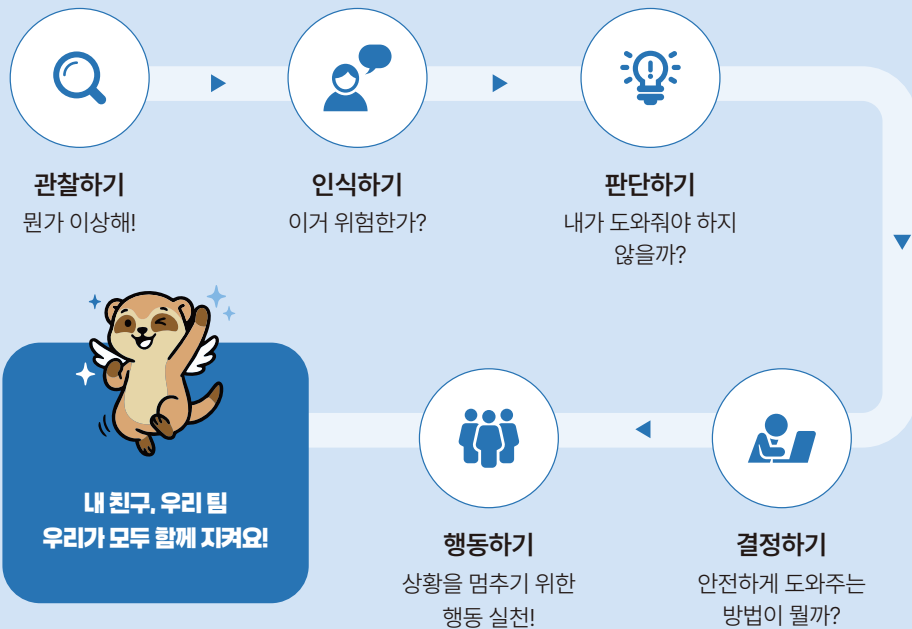
2차 피해를 예방하는 데 중요한 역할을 수행할 수 있습니다.

우리 모두 주변인!

‘주변인’이란, 스포츠 인권 침해 상황을 직접 봤거나 다른 사람에게서 정보를 알게 된 모든 사람 말합니다.

- 동료 또는 선·후배 선수, 지도자, 가족, 심지어 우연히 본 사람까지 모두 주변인이 될 수 있어요.
- ‘다른 사람이 도와주겠지’ 하고 모르는 척하지 않고, 먼저 나서서 관심을 주고 도와주는 것이 바로 ‘주변인’ 개입!

우리 모두의 용기가 모이면 건강하고 즐거운 스포츠 문화를 만들 수 있습니다.



주의 돌리기 & 분산

주의를 분산시키는 것은 주변의 시선을 돌리거나 분위기를 바꿔, 피해자가 성희롱·성폭력 등 인권 침해 피해 상황에서 벗어날 수 있도록 하는 방법입니다.

■ 주의 분산의 핵심은,

- ① 피해자와 직접 대면하기(피해 행위 중단시키기)
- ② 현재 일어나고 있는 피해 상황에 대해 이야기하거나 언급하지 않기
- ③ 피해 상황과 전혀 관련이 없는 다른 주제로 이야기하기
(시간, 방향 등 물어보기, 커피나 물을 쏟는 등의 행동)

핵심 포인트!



자연스러운 행동으로 개입했다는 것을 아무도 모르게 하기

도움 요청하기 - 책임 부탁

도움 요청하기 혹은 책임 부탁은 피해 상황에 개입하기 위하여 제3자에게 도움을 요청하는 것입니다.

■ 도움 요청하기의 핵심은,

- ① 가까이 도와줄 준비가 되어 있는 부탁할 사람 찾기! 종종 바로 옆에 있는 사람이 좋은 선택이 될 수 있어요.
- ② 누군가를 도와달라고 부탁할 때는 목격하고 있는 상황과 어떤 도움을 받고 싶은지 가능한 명확하게 말하기
- ③ 개입이 더 용이한 제3자(예를 들면 선생님, 지도자 등)에게 도움을 요청하기

기록 남기기

기록하기는 피해 상황을 녹음, 녹화하거나 메모하는 것을 말합니다. 이 방법은 매우 유용할 수 있지만 전제 조건으로 주변인 본인과 피해자의 안전이 담보되어야 합니다.

■ 기록 남기기의 주의점은,

① 상황 확인하기!

피해자가 아무 도움을 받고 있지 않는데 피해 상황을 기록하기만 하면 피해자에게 더 큰 트라우마가 생길 수 있으므로, 이미 다른 사람이 도움을 주고 있는 경우 기록을 시작해야 합니다. 또한 기록하기에 앞서 주변인 자신이 안전한지 반드시 확인해야 합니다.

② 피해자에게 어떻게 처리하고 싶은지 물어보기!

기록한 녹음, 녹화본, 메모 등을 어떻게 처리하고 싶은지 물어봐야 합니다. 당사자의 허락 없이 온라인에 게시하거나 사용해서는 절대 안 됩니다.

핵심 포인트!



기록은 반드시 (나와 피해자가) 안전한 상황에서만 남기기

개입 지연 - 사후개입

피해가 발생하는 상황에서 당장은 조치를 취할 수 없더라도 사후에 피해자를 만나 대화하고 도움이 필요한지를 묻는 것으로 피해자의 트라우마를 줄이는 데 도움을 줄 수 있어요.

직접 대응

직접 대응은 잘못된(문제를 일으킨) 사람의 잘못된 행동을 직접 거론하여 대응하는 것입니다.

■ 직접 대응할 때의 핵심은,

① 피해자에게 도움이 필요한 상황인지 물어보기

예) 괜찮으세요?

② 직접 개입할 경우, 개입한 주변인을 공격하거나 다른 방식으로 상황을 악화시킬 수 있으므로 신중하게 결정!

핵심 포인트!



내가 신체적으로 안전한가?, 피해자가 신체적으로 안전한가?
상황이 확대될 것 같지 않은가?
피해자가 이 상황이 누군가에게 알려지기를 원하는지 알 수 있나? 등 확인하기

③ 개입은 짧고 간결하게!

상황이 확대될 수 있으므로 대화나 논쟁에 참여하지 않아야 하며 잘못된(문제를 일으킨) 사람의 언행을 평가하지 말아야 합니다.

④ 잘못된(문제를 일으킨) 사람이 직접 개입에 반응하는 경우에 관여하지 말고 피해자를 돕는 데 주력하기

예) 이런 행동(말)은 부적절합니다, 차별적인 행동(말)입니다, 그렇게 행동하면 안 됩니다, 이건 괴롭힘이에요, 괴롭히지 마세요, 당장 그만하세요. 등

여기서 잠깐!

⚠ "주변인 개입"은 성희롱·성폭력 예방 등에서 제3자(목격자)의 역할을 통해 피해를 예방하는 방법으로 피해 상황 발생 직전 또는 진행 중 상황에서의 행동 개입을 말해요.

⚠ 상황이 마무리된 후, 신고의무자는 필요시 스포츠윤리센터나 수사기관에 신고하여 적절한 후속 조치가 이루어질 수 있도록 해주세요.

05

안전한 스포츠 환경 조성을 위한 실천 약속

건강하고 즐거운 스포츠 문화를 만들기 위한 약속(학생선수용)

우리(나)는 학생선수로서 운동을 통해 배우고 성장하는 것을 소중히 여기며, 건강하고 즐거운 스포츠 문화를 만들기 위해 다음과 같이 약속합니다.

하나. 우리는 서로를 존중하고 배려하며 안전한 스포츠 현장을 만들기 위해 노력하겠습니다.

하나. 우리는 운동 중이나 훈련 중에도 스포츠퍼슨십을 준수하고 불필요한 신체접촉이나 언행을 하지 않겠습니다.

하나. 우리는 SNS에서 상대를 불쾌하게 만드는 말이나 공유물을 올리지 않겠습니다.

하나. 우리는 스포츠 인권 침해를 목격했을 때 외면하지 않고, 적극적으로 도와주겠습니다.

하나. 우리는 선배, 감독, 코치 누구든 잘못된 행동을 하면 말할 수 있고, 도움을 받을 수 있는 분위기를 만들겠습니다.

하나. 우리는 상대방의 말투, 옷차림, 외모, 자유시간 등을 제한하지 않으며 빨래, 물건 정리, 심부름 등 사적 부탁을 강요하지 않겠습니다.

하나. 우리는 스포츠인권이 존중받는 환경을 만들기 위해 적극적으로 실천하며 올바른 선수로 성장하기 위해 노력하겠습니다.

년 월 일

건강하고 즐거운 스포츠 문화를 만들기 위한 약속(지도자용)

우리(나)는 지도자로서 학생선수를 차별하지 않고 상호존중하며, 건강하고 즐거운 스포츠 문화를 만들기 위해 다음과 같이 약속합니다.

하나. 우리는 서로를 존중하고 배려하며 안전한 스포츠 현장을 만들기 위해 노력하겠습니다.

하나. 우리는 학생선수의 의사에 반하여 자유권을 제한하거나 침해하는 행동을 하지 않으며 학생선수의 의견이나 권리를 존중하겠습니다.

하나. 우리는 훈련이나 대회나 경기 상황 시 학생선수에게 기합, 체벌, 학대, 구타 등 신체적 폭력 및 괴롭힘을 행사하지 않으며, 이를 예방 및 보호하기 위해 최선을 다하겠습니다.

하나. 우리는 밀폐공간에서 선수와 단돌 간의 면담, 선수 기숙사 무단 방문, 사적 만남 등을 행사하지 않겠습니다.

하나. 우리는 학생선수의 말투, 옷차림, 외모 등 일상적 통제를 행사하지 않으며, 개인의 잘못을 전체 운동부 집단에 적용하여 처벌하지 않겠습니다.

하나. 우리는 학교운동부 내에서 인권침해 상황을 목격하거나 들은 경우, 피해사실을 목인하거나 회피하지 않고 절차에 따라 신고하고 2차 피해 예방을 위해 노력하겠습니다.

하나. 우리는 누구나 안전하고 인권이 보호되는 환경에서 스포츠를 누릴 수 있도록 인권지킴이로서 활동할 책무가 있으며 인권이 존중받는 환경을 만들기 위해 적극적으로 노력하겠습니다.

년 월 일



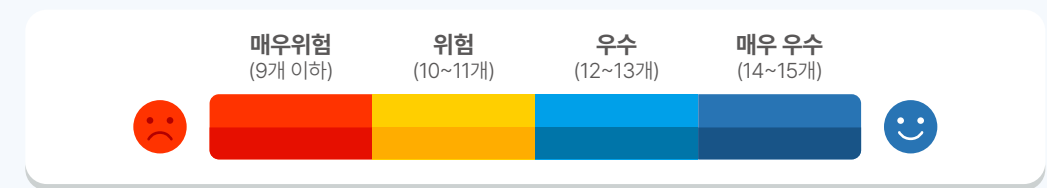
'안전한 스포츠 문화 이해하기' 체크리스트

문항		O	X
성희롱 분야	1 친구끼리 하는 성적인 농담은 장난일 뿐, 성희롱이 아니다.		
	2 성적인 농담을 들은 사람이 웃었다면, 그건 괜찮다.		
	3 다른 사람들이 성적인 별명으로 누군가를 놀릴 때 같이 따라 해도 괜찮다.		
성폭력 분야	4 지도자가 훈련 지도를 위해 선수와 신체 접촉이 필요한 경우 사전에 동의를 받아야 한다.		
	5 운동 중 부상을 막기 위한 마사지라면 상대방 허락 없이 몸을 만져도 괜찮다.		
	6 상대방이 먼저 내 몸을 건드렸다면, 나도 똑같이 상대방의 몸을 만져도 문제없다.		
디지털 (성)폭력 분야	7 SNS에 다른 사람의 경기 사진이나 영상을 올릴 때, 굳이 허락을 받을 필요는 없다.		
	8 친구의 몸 사진을 재미로 합성해서 공유하는 것은 장난일 뿐, 범죄는 아니다.		
	9 불법 촬영물을 유포하지 않고 개인적으로 소지하거나 시청해도 법적인 처벌 대상이 된다.		
양성 평등 분야	10 청소할 때, 무거운 물건은 힘이 센 남자가 옮기는 것이 당연하다.		
	11 규정을 정할 때, 남녀 모두의 의견을 똑같이 반영해야 한다.		
	12 어떤 선수라도 차별이나 폭력을 겪는다면 모두가 함께 나서서 도와야 한다.		
보호·예방 분야	13 피해 상황을 보더라도 도움 사람이 많으니 내가 굳이 나설 필요는 없다.		
	14 성평등 문화를 만드는 것은 모두의 책임이 아니라 어른들(선생님, 지도자 등)의 책임이다.		
	15 대회 기간에는 인권 침해를 당하거나 보더라도 나중에 말하려고 참고 기다려야 한다.		

체크리스트 해설

순번	정답	내용
1	X	성희롱은 상대방의 기분이 가장 중요해요. 친한 친구 사이라도 불쾌감을 주면 안 됩니다.
2	X	웃음은 긴장이나 당황의 표시일 수 있어요. 웃음이 동의를 의미하지 않아요.
3	X	따라하는 것도 괴롭힘입니다. 성적인 별명으로 놀리는 건 잘못된 행동이에요.
4	O	훈련 중 자세 교정 등을 위해 불가피한 신체 접촉이 발생할 수 있으나, 선수의 심리적 안정과 자기결정권을 존중하는 범위내에서 이루어져야 해요. 만약, 신체 접촉이 많은 종목이라면 훈련 가이드 등을 준비해 주세요.
5	X	마사지 목적이더라도 허락 없이는 안 됩니다. 몸을 만지기 전에는 꼭 물어봐야 해요.
6	X	상대방의 잘못된 행동에 똑같이 대응하는 것은 정당화될 수 없어요.
7	X	다른 사람의 사진이나 영상을 올리려면 반드시 허락을 받아야 해요.
8	X	합성하고 공유하는 것은 심각한 디지털 성범죄에 해당해요.
9	O	단순히 소지하거나 시청만 하더라도 관련 법에 따라 처벌을 받을 수 있어요. 이는 단순한 호기심을 넘어 명백한 성범죄이므로 절대 해서는 안 될 행동입니다.
10	X	힘을 쓰는 일은 성별이 아니라 능력에 따라 나뉘야 해요. 이는 성별 고정관념이에요.
11	O	모든 구성원의 의견은 성별과 상관없이 공평하게 중요합니다.
12	O	인권 침해나 폭력은 성별과 관계없이 모든 관계자가 가져야 할 책임입니다.
13	X	방관자가 되지 않고 도움을 주거나 알려려는 용기가 우리 모두에게 필요합니다.
14	X	성평등 문화는 우리 모두의 관심과 참여로 만들어집니다.
15	X	인권 침해는 시기와 상관없이 참고 기다려야 할 대상이 아닙니다. 즉시 알려야 해요.

안전한 스포츠 문화 이해하기 결과 알아보기



제대로 알고 넘어가기!

매우 우수

당신은 인권 및 성평등 의식이 매우 훌륭한 리더입니다!
앞으로도 동료들에게 존중과 배려로 공정한 스포츠 환경을 만드는 데 앞장서 주세요.

우수

당신은 존중과 성평등 감수성이 뛰어난 사람입니다.
피해를 입은 동료를 만났을 때, 작은 방관자가 되지 않도록 용기 있는 목소리를 내주세요.
당신의 용기가 큰 변화를 만듭니다!

보통

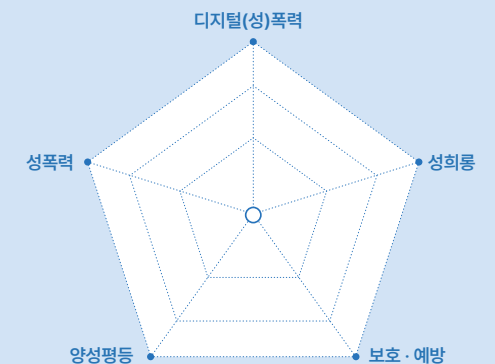
당신은 인권 및 존중의 기초 인식을 갖추고 있습니다.
이제부터는 상황을 더욱 깊이 있게 바라보고 다른 사람의 입장에서 행동의 영향력을 생각해 보는 연습을 꾸준히 해봐요!

매우 우수

존중과 성평등에 대한 학습과 이해가 필요합니다.
하지만, 실망하지 마세요. 당신은 이미 실천규약 가이드를 통해 배움을 시작했습니다.
올바른 행동을 실천하며 성장할 수 있어요!

영역별로 알아보기!

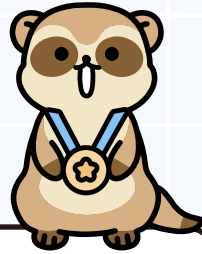
문항	정답	영역
1	1~3 개	성희롱
2	4~6 개	성폭력
3	7~9 개	디지털(성)폭력
4	10~12 개	양성평등
5	13~15 개	보호·예방








미오와 함께하는 성희롱·성폭력 예방 빙고 게임

예방 빙고 사용 가이드

- ◆ 성희롱·성폭력 예방을 떠올렸을 때, 내가 필요하다고 생각하는 역량을 9개의 단어로 생각한다. (예시) 배려, 솔직, 공감, 약속, 도움, 응원, 격려, 실천 등
- ◆ 생각난 단어를 아래, 빙고 표에 하나씩 적는다.
- ◆ 상대와 번갈아 가며 단어를 말하고, 상대방이 말한 단어가 자신의 빙고표에 있다면 단어 위에 동그라미를 그린다. (자신의 차례에 말한 단어에도 동그라미를 그린다)
- ◆ 가로·세로·대각선 등을 합해서 두 줄을 완성해 "빙고!"를 외치는 사람이 승리!!



서로를 지킬 때 우리의 꿈은 계속됩니다.

MOTIVATE
YOURSELF.
SPEAK UP.
TAKE ACTION

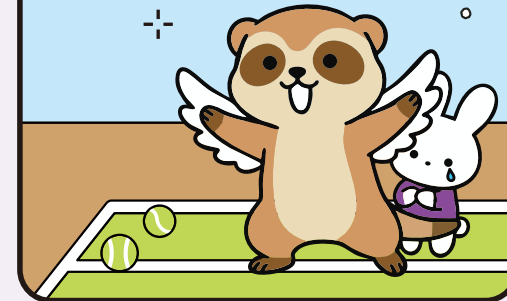


성희롱·성폭력 없는 스포츠환경 우리 함께 만들어 나가요

경기장에서, 하나!

성적 언행·욕설은 NO

상대를 존중하는 말과 행동을 보여주세요.



온라인에서, 둘!

신체촬영·공유는 NO

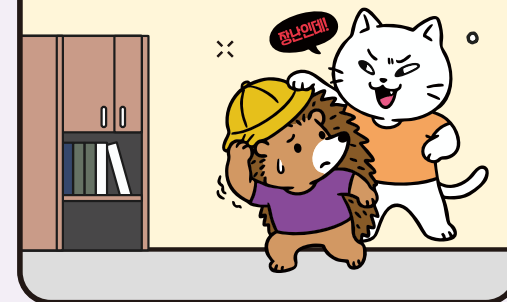
먼저 동의를 구하는 행동을 실천해 주세요.



기숙사에서, 셋!

과도한 장난·강요 NO

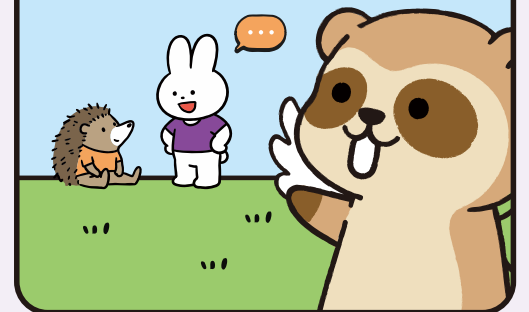
공공 에티켓!
행동으로 배려해주세요.



2차 피해 예방, 넷!

"괜찮겠지" 하는 생각은 NO

먼저, 손을 내밀어 이야기를 들어주세요.



스포츠윤리센터는 신고인의 익명성을 최우선으로 보장합니다 (대표번호: 1670-2876)

문화체육관광부
Ministry of Culture, Sports and Tourism

스포츠윤리센터
KOREA SPORT ETHICS CENTER

KSPF 국민체육진흥공단
Korea Sports Promotion Foundation

* 이 사업은 문화체육관광부와 국민체육진흥공단의 지원을 받아 시행합니다.

2025 체육계 성희롱·성폭력 예방 실천규약 개발

성희롱·성폭력 예방 실천규약

전문가 자문

김양례 (한국스포츠과학원 수석연구위원)

정용철 (서강대학교 교육대학원 교수)

남경혜 (국가인권위원회 인권침해조사과)

김예지 (학교체육진흥회)

박현애 (이화여대 체육학 박사)

발행처 스포츠윤리센터 정책운영실 가치확산팀

발행월 2025년 12월

주소 04168 서울시 마포구 마포대로 78, 자람빌딩 2층, 7층

대표번호 1670-2876

디자인 (주)해성디자인



함께 만들어가는 안전한 스포츠

성희롱 · 성폭력
예방 실천규약

www.k-sec.or.kr



스포츠윤리센터
KOREA SPORT ETHICS CENTER