誠實

가정통신문

담당부서 : 학생생활안전부
전화번호 : 931-1151
실 시 일 : 2022. 9. 20.

모든 아이를 학교폭력으로부터 지키는 부모의 지혜

안녕하십니까? 학부모님의 댁내에도 가을 하늘처럼 밝고 좋은 기운이 함께하기를 기원합니다. 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터에서 발행한 학교폭력 예방을 위한 학부모 소식지입니다. 자녀의 학교폭력 예방을 위한 교육에 참고하시기 바랍니다.

당신의 아이는 학교폭력으로부터 안전한가요?

학교폭력으로부터 아이를 안전하게 보호하기 위한 학부모(보호자)의 역할



김종기
푸른나무재단 명예 이사장

tvN '유 퀴즈 온 더 블럭' 148화(2022.4.6.) 출연

평소 여러분은 아이와 대화를 어느 정도 하시나요? 보통 아이가 성장하면서 여러 가지 이유로 대화가 줄어드는 게 사실입니다. 사실 줄어드는 대화시간도 문제지만 그것보다 중요한 문제는 대화의 질입니다. 대화는 대인관계의 기초로 부모-자녀 간 적절한 의사소통은 자존감을 높이고 긍정적인 대인관계를 형성할 수 있게 합니다. 반면 부모-자녀 간 대화 단절은 상호불신과 갈등을 초래하며 정서에 부정적인 영향을 주고 어려움에 처한 아이가 도움을 요청하기 어렵게 합니다.

특히, 학교폭력 피해상황에서는 어른들의 도움이 절실한데 평소 부모-자녀와의 관계가 미치는 영향이 중요하다는 것은 푸른나무재단의 전국 학교폭력·사이버폭력 실태조사를 통해서도 확인할 수 있습니다. 아이가 학교폭력 피해를 당했다면 가장 먼저 떠오르는 지지자는 부모인데, 2021년 조사결과에 따르면 아무런 도움을 받지 못했다는 학생도 상당수 존재하고 있음을 알 수 있었습니다. 최근에는 사이버폭력이 급증하면서 학교폭력이 증가하는 추세에 있고 피해와 가해가 혼재된 복잡한 사안이 많으며 갈수록 어려지는 학교폭력의 경험은 아이들을 더욱 괴롭게 하고 있습니다.

그렇다면 만약 우리 아이가 학교폭력 피해를 받았다면 부모님께서는 어떤 도움을 주실 수 있을까요? 아이가 먼저 이야기 하지 않으면 어떻게 알 수 있을까요? 또 예방과 적절한 대처를 위해서는 무엇이 필요할까요? 실제 학교폭력 문제 발생 시 잘못된 방식의 접근으로 사안처리 과정에서 많은 분들이 어려움을 겪기 때문에, 부모님들은 평소 아래의 내용을 기억하시고 실천하시어 학교폭력으로부터 우리 아이를 보호하고 대응할 수 있어야 합니다.

먼저, 아이들에게 관심을 보여야 합니다. 우리 아이가 요즘 많이 사용하는 앱(APP)은 무엇일까요? 최근 우리 아이의 고민거리는 무엇인가요? 이처럼 우리 아이가 가장 관심 있는 것은 무엇인지, 학교생활 및 친구관계 등의 어려움은 없는지 관심을 가져야 합니다. 특히 우리 아이의 온라인 사용 실태에도 관심을 가져야하는데 자주 사용하는 매체와 게임 등은 무엇이고, 사이버 상에서의 관계나 위치 등은 어떠한지 관심을 가지고 살펴보아야 합니다.

두 번째는, 아이들의 이야기를 적극적으로 듣고 지지한다는 마음을 아이가 느끼도록 표현해야 합니다. 즉 경청과 공감 표현입니다. 섣부른 판단을 자제하고 적극적 듣기를 통해 이면의 숨은 감정에 공감해야 합니다. 또 평소 아이의 작은 변화도 알아차리고 가정 상황에 맞는 방식으로 '무슨 일이 있어도 너의 편이다.'라는 것을 아이가 느끼도록 표현해야 어려움에 처했을 때 부모님에게 도움을 요청할 수 있는 용기와 신뢰가 생깁니다.

마지막으로, 평소 학교폭력 문제에 관심을 갖고 적극적으로 교육을 받으셔야 합니다. 학교에서 실시하는 부모교육뿐만 아니라 푸른나무재단과 같은 민간단체가 제공하는 전문교육 등을 통해 최근 학교폭력 유형과 현황을 알고, 조기에 감지할 수 있는 능력과 대처방법을 숙지하며, 필요시 전문가의 도움을 요청할 수 있어야 합니다. 최근에는 유튜브 등 SNS를 통한 정보습득이 용이하기 때문에 이를 적극 활용해도 좋겠습니다(YouTube '푸른나무재단' 채널 참고).

학교폭력 피해경험은 평생 가는 고통입니다. 우리 아이를 학교폭력으로부터 안전하게 보호하기 위해서 부모님께서 함께 노력해주시기 바랍니다.

아이의 공감 역량, 왜 중요할까요?

아이의 공감 능력이 높을수록 긍정적인 대인관계를 형성하고 학교폭력 상황에서 방어자 역할을 할 가능성이 높다는 여러 연구 결과가 있습니다. 아이가 긍정적인 친구관계를 맺고 학교폭력을 예방할 수 있도록 가정에서 공감적인 의사소통 방법을 실천해주세요.

아이를 가르치려 들기보다는 아이가 하는 이야기가 아무리 유치하더라도 진지하게 들어주고, 결론을 서둘러 내리지 않고 기다려주면 어떨까요? 대화를 살펴보고 가정에서 아이의 공감 역량을 키우기 위한 방법을 함께 고민해주세요.







* 출처: 학부모 어울림 프로그램(초등학교 저학년) 갈등해결 2차시에서 발췌 및 재구성.

공감하는 대화하기



"학부모(보호자)가 아이의 감정을 이해하고 수용해야"

아이는 학부모(보호자)와의 관계에서 얻은 공감적인 경험을 바탕으로 타인에게도 공감 역량을 발휘할 수 있습니다. 아이의 공감 역량을 향상시킬 수 있도록 가정에서 아래의 대화법을 실천해주세요.

1 속마음을 귀 기울여 듣기

아이가 학부모(보호자)에게 수용 받고 지지 받는 느낌이 들 수 있도록 아이의 이야기를 듣고 아이의 이야기와 감정을 어떻게 이해했는지 다시 말해줍니다.



TIPS

"이런", "그랬구나" 등의 언어 표현과 고개를 끄덕이고 몸을 기울이는 등 몸짓을 통해 아이의 이야기를 듣고 있음을 알려주세요. 아이가 '네, 맞아요'와 같이 반응한다면 학부모(보호자)가 잘 들어주고 있다는 신호입니다.

2 열린 질문을 통해 숨은 의도 파악하기

아이가 학부모(보호자)에게 자신만의 이유나 사정을 자유롭게 이야기할 수 있도록 질문하고, 아이의 속마음을 말로 표현해 줍니다.



TIPS

아이는 자신이 원하는 것이 무엇인지 알지 못할 수 있습니다. 아이가 이해 받는다고 느낄 수 있도록 학부모(보호자)가 아이의 속마음에 있는 '정말로 원하는 것'을 말로 표현해줍니다.

3 칭찬하기

아이의 말과 행동 중에서 긍정적인 점, 잘한 점, 좋은 의도를 찾아 이 부분에 초점을 두고 칭찬합니다.



TIPS

칭찬은 아이가 잘할 때만 하는 게 아니라, 잘못했다고 느껴지는 순간에도 할 수 있습니다.
예) 결정을 내리지 못하고 고민하는 아이의 모습에도 '너 신중하게 고민하고 있구나'라고 칭찬해줄 수 있습니다.

4 하고 싶은 말 전하기

아이가 학부모(보호자)의 말을 들을 여유가 있는지 확인하고, 아이가 여유가 있고 준비됐을 때 학부모(보호자)가 원하는 바를 말합니다.



TIPS

학부모(보호자)가 말을 하고 나면 대화가 끝나는 것이 아니라, 아이가 학부모(보호자)의 이야기를 어떻게 받아들였는지 물어보고, 1단계로 돌아가 아이의 이야기를 다시 들어줍니다. 하고 싶은 말을 쪽지에 써서 전달할 수도 있습니다.

* 출처: 학부모 어울림 프로그램(초등학교 고학년) 공감 1차시, 학부모 어울림 프로그램(중학교) 자기존중감 2차시에서 발췌 및 재구성.

2022. 9. 20.

백 신 고 등 학 교 장

이 가정통신문은 학교 홈페이지(http://www.baekshin.hs.kr)를 통해서도 볼 수 있습니다.