



- 초등용 -

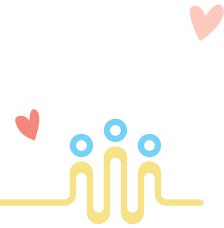


- 초등용 -

관계회복 프로그램 활용 안내문



- 본 관계회복 프로그램은 학교급 및 사안의 유형, 학교급별 특성이나 여건 등에 따라 선택적으로 프로그램을 기획하여 사용할 수 있도록 모듈형 프로그램으로 개발되었습니다.
- 본 관계회복 프로그램을 운영하는 지도자는 사안의 경중, 각 단위학교의 특성 및 상황에 따라 담임교사, 상담교사, 사안 담당교사, 학년 부장, 학생 인권부 담당교사 등이 될 수 있습니다. 매뉴얼상에는 프로그램을 진행하는 지도자를 “교사”로 통칭하였습니다.
- 본 관계회복 프로그램에서는 피해자, 가해자라는 용어의 사용을 지양하고 ‘학생’이라고 표현하였습니다. 입장의 차이로 인하여 부득이하게 구분해야 하는 때에만 피해 학생, 가해 학생이라는 용어를 사용하였으나, 프로그램을 진행하는 교사는 학생들을 피해자 혹은 가해자로 단정 짓지 않도록 주의해야 합니다.
- 본 프로그램은 피해 학생과 가해 학생이 1:1인 상황을 가정했으나 피해 학생 또는 가해 학생이 다수일 경우에는 상황에 맞게 변형하여 사용할 수 있습니다.
- 가해가 의심되는 학생은 “애플(Apple, 사과해야 하는)”로 지칭하였으며, 피해가 의심되는 학생은 “파인(Fine, 괜찮다고 용서하는)”으로 제3자로 폭력을 목격한 주변학생은 “망고(Mango)”로 표현하여 매뉴얼상에서 학교폭력 관련 학생들의 입장을 보다 쉽고 명확하게 이해하도록 도왔습니다.



- 본 관계회복 프로그램은 회기별로 ‘프로그램 개요’, ‘지시문’, ‘활동 팁’, ‘활동 예시’, ‘활동자료’, ‘활동지’로 구성되어 있습니다.

프로그램 개요	프로그램의 목표, 준비물, 활동지 등 각 프로그램을 진행하는데 필요한 전반적인 내용을 요약하여 소개합니다.
지시문	프로그램을 진행하는 교사가 해야 할 구체적인 지시문을 안내합니다.
활동 팁	프로그램 진행에 필요한 유의사항 및 부연설명, 연계 활동 등을 소개합니다.
활동 예시	교사가 프로그램의 내용을 쉽게 이해하고, 제시된 활동지를 잘 활용할 수 있도록 학생들이 나타낼 수 있는 활동의 예시를 제시합니다.
활동자료	학생들의 이해를 돕기 위하여 활동과 관련된 추가적인 활동자료들을 제시하였습니다.
활동지	각 모듈을 진행하는데 필요한 활동지를 언제든지 인쇄하여 사용할 수 있도록 제시하였습니다.

본 프로그램은 교육부 수탁사업으로 개발하였으며, 개발의 저작권은 푸른나무재단에 귀속되어 있습니다.

프로그램 진행 시 유의사항



01 문제를 해결해주기보다는 문제해결을 촉진하는 데 초점을 두어야 합니다.

학생의 문제를 교사가 직접 나서서 해결해주거나 솔루션을 제공하는 경우 학생의 자기 결정성을 떨어뜨려 이후 해결의 의지를 약화하거나 책임 회피의 빌미를 제공할 수 있습니다. 따라서 문제해결의 주체가 학생임을 인식시키고 학생이 스스로 문제를 해결할 수 있도록 교사는 촉진자로서의 역할을 이해하고 이를 학생에게 명확하게 설명하는 것이 필요합니다.

02 중립적이고 객관적인 태도를 유지해야 합니다.

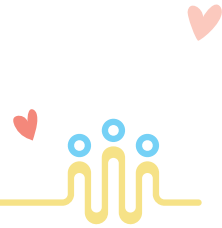
교사는 학생을 가장 잘 알고 학생의 문제를 맥락적으로 이해할 수 있으나 기존에 형성된 교사-학생의 관계가 가해자-조정자-피해자의 또 다른 관계와 충돌을 일으키며 조정의 과정에 걸림돌이 될 수 있음을 인식해야 합니다. 이러한 점을 고려하여 교사는 판단이나 조언보다는 학생의 입장에 대해 중립적이고 공정하게 객관적인 태도를 유지하는 것이 중요합니다.

03 학생이 진정성을 가지고 참여하도록 도와야 합니다.

사안에 따라 참여 동기가 부족한 학생의 경우에는 형식적으로 프로그램에 참여하고 끝내려는 모습을 보일 수도 있습니다. 이러한 경우라 할지라도 교사는 그 학생 이면의 욕구를 파악하도록 노력하고 학생이 준비된 범위 안에서 진심을 이야기할 수 있도록 지도하는 것이 필요합니다. 무엇보다 프로그램에 참여하는 학생이 진정성 있는 모습으로 임하는 것이 중요하다는 것을 사전에 지도하는 것이 필요합니다.

04 교사의 전문성과 상담기술을 유연하게 활용해야 합니다.

본 프로그램은 활동 중심 매뉴얼로 구성되어 있지만, 프로그램 진행 과정에 있어서 유연하게 대처할 수 있는 교사의 전문성이 요구됩니다. 특히 관계문제로 인해 정서적으로 민감해진 학생들을 대상으로 하고 있으므로 제한된 매뉴얼의 활동들을 상황에 따라 적절하게 변용해서 사용할 수 있는 진행 전문성과 상담기술이 필요합니다.



사실 확인보다는 관계회복에 초점을 두어야 합니다. 05

본 프로그램에서는 복잡하게 얽힌 학생들의 감정들을 다루는 것이 중요하므로 사안에 대한 사실 확인보다는 서로의 오해와 감정을 풀어주는 것을 우선시하고 관계회복에 초점을 맞추는 것이 필요합니다.

학생이 중심이 되어 서로 합의할 수 있도록 도와야 합니다. 06

본 프로그램에서 강조하는 관계의 개선, 화해 및 회복은 학생들에 따라 서로 다르게 인식할 수 있습니다. 따라서 개선, 화해, 회복의 정도는 학생이 중심이 되어 서로 합의할 수 있는 수준에서 결정되는 것이 무엇보다 중요합니다.

피해 학생과 가해 학생의 수, 힘의 균형에 따라 피해 학생을 지지하려는 노력이 필요합니다. 07

폭력상황은 우월한 힘을 가진 가해 학생과 열세인 피해 학생 사이에서 발생하여 힘의 불균형 상태가 존재합니다. 특히, 피해 학생은 한 명인 데 비하여 가해 학생은 다수일 경우, 피해 학생이 위축될 수 있습니다. 교사는 힘의 균형을 고려하여 피해 학생을 지지하려는 세심한 노력이 필요합니다.



CONTENTS

1

Chapter 프로그램 개요

1. 프로그램의 필요성	010
2. 프로그램의 접근 방식	012
3. 관계회복을 위한 선행 사례	014
4. 프로그램의 적용 절차	016
5. 학교폭력 관계회복 프로그램의 소개	018
(1) 프로그램의 목표	018
(2) 프로그램의 구성	019
(3) 프로그램의 특징	021
(4) 프로그램의 운영 기법	027

2

Chapter 학교폭력 관계회복 프로그램 매뉴얼

1. 1회기 서로 마주하기	038
2. 2회기(A) 서로의 관점 이해하기	051
3. 2회기(B) 미해결 감정을 표현하고 해결하기	062
4. 2회기(C) 사이버폭력의 갈등 해결하기	071
5. 추가선택(A) 서로의 갈등을 해결하기	084
6. 추가선택(B) 나의 대처 행동 이해하기	097
7. 추가선택(C) 문제에서 해결로 나아가기	108
8. 추가선택(D) 갈등상황을 이해하고 개선하기	121
9. 3회기 서로 화해의 약속하기	128



- 초등용 -

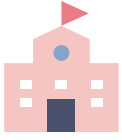


1

프로그램 개요 Chapter

- 01. 프로그램의 필요성
- 02. 프로그램의 접근 방식
- 03. 관계회복을 위한 선행 사례

- 04. 프로그램의 적용 절차
- 05. 학교폭력 관계회복 프로그램의 소개



01

프로그램 개발의 필요성



- 현행 학교폭력 대책의 접근 방식은 피해자와 가해자를 분리하여 사안을 처리하므로 둘 사이의 관계회복이 충분히 이뤄지지 못하는 단점을 지니고 있다. 또한 가벼운 폭력 상황에도 엄격하게 규칙을 적용하면서 학교폭력 관련학생이 스스로 갈등을 해결할 기회를 놓치는 경우도 발생한다. 이럴 때 해당 학생 간 관계는 화해와 용서의 과정을 충분히 거치지 못하기 때문에 분노와 반목의 단계에서 오히려 관계가 악화하는 우려를 낳고 있다. 이렇게 관계가 훼손된 채 사안이 마무리되면 학급과 학교 공동체는 편안하고 안전한 분위기를 형성하기 어렵고 결과적으로 모든 학생의 사회성 발달에 부정적인 영향을 미치게 된다.
- 현행 학교폭력 대책은 가해 학생을 선도·교육하기 위하여 엄격한 조치를 부과하는 무관용 주의에 기초한 응보적 접근을 취하고 있다. 이로 인해 2012년 이후 학교폭력의 발생 비율이 눈에 띄게 줄어든 것은 고무적이다. 이처럼 무관용 주의에 기초한 학교폭력 예방 및 대책은 양적인 측면에서는 실효성을 보였지만, 해마다 학교폭력 자치위원회의 심의 건수가 증가하는 등 해결해야 할 새로운 도전에 직면하고 있다.

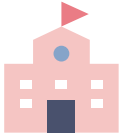
- 아래의 내용은 무관용 주의에 기초한 응보적 접근의 한계를 요약한 것이다.

✓ Check Point!



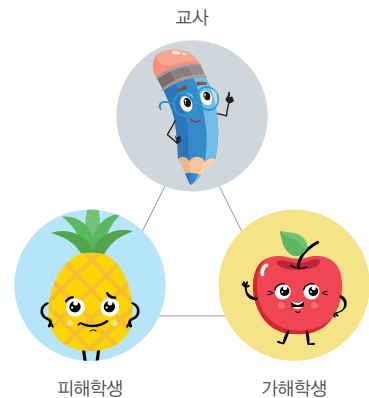
- 1 가해 학생의 반성을 끌어내지 못한다.
- 2 가해 학생에 대한 징계는 그들의 비행을 보다 심화된 문제행동으로 악화시키는 요인이 되기도 한다.
- 3 가해 학생에게 적극적인 낙인을 부여함과 동시에 학교생활에서 완전히 배제하는 결과를 가져오게 된다.
- 4 가해 행동에 비해 과중한 처벌이 내려지기도 한다.
- 5 가해 학생의 징계 수위를 결정하는 과정에서 교육 당사자 사이의 다양한 가치가 충돌되어 분쟁이 단위 학교에서 해결되지 않고 교육청 수준으로 확대되는 결과를 초래한다.

- 무관용 주의에 기초한 응보적 접근의 문제를 해결하기 위해 본 프로그램을 통해 학교폭력 관련학생의 훼손된 관계를 개선하고 회복하기 위하여 구조화된 교육적 개입 방법을 제공하고자 하였다. 관련학생 간 오해를 풀고, 가해 학생의 진실한 사과와 피해 학생의 용서를 통해 서로가 화해할 기회를 제공함으로써 결과적으로 둘 사이의 관계를 개선하고 회복시키기 위하여 본 프로그램이 개발되었다.



02

프로그램의 접근 방식: 교사를 통한 관계 개선과 회복



- 본 프로그램은 가해 학생의 진심이 담긴 사과와 피해 학생의 온전한 용서를 통해 폭력으로 훼손된 둘 사이의 관계가 개선 및 회복되고 화해에 이를 수 있도록 돕는 것에 초점을 둔다. 이를 위해서는 피해 학생과 가해 학생 사이의 훼손된 관계를 회복시키는 교사의 역할이 매우 중요하다.
- 교사는 본 프로그램을 실행함으로써 학교폭력 관련학생인 피해 학생과 가해 학생의 대화를 촉진하여 서로의 오해를 풀고 쌓였던 미해결 감정의 해결을 도움으로써 관계를 개선하는 역할을 한다. 이때 교사가 중립적인 제3자의 관점에서 관련학생의 요구를 민감하게 인식하고 공정하게 관계 개선의 과정을 이끌 때 둘 사이의 관계 개선 및 회복이 빠르고 온전하게 이루어진다.

- 아래에 제시한 표와 같이 가해 학생과 피해 학생은 서로 상충하는 요구를 갖고 있으므로 이들의 서로 어긋나는 요구를 조정하기는 쉽지 않은 일이다. 따라서 중립적이면서도 관련 학생의 갈등 해결의 경험과 전문성을 가진 교사의 역량이 중요하다.

〈표 1〉 피해 학생 · 가해 학생의 요구

피해 학생의 요구	가해 학생의 요구
자신뿐만 아니라 가족을 비롯하여 주변 사람들이 받은 고통을 가해 학생에게 직접 알리고 싶다.	피해 학생뿐만 아니라 가족 등 주변 사람들과의 관계를 정상적으로 회복하고 싶다.
알려지지 않은 가해학생의 의도적 폭력행동을 직접 알리고 싶다.	사회로부터 “죄인”으로 낙인찍히고 싶지 않다.
학교폭력으로 인해 초래된 물질적, 신체적, 정신적 피해에 대한 손해 배상을 받고 싶다.	사람들이 자신을 비난하기 보다는 이해해 주기를 바라며, 제2의 기회가 주어지기를 바란다.
자신의 잘못이 없다는 것을 인정받고 재발 방지를 약속받고 싶다.	잘못에 대한 책임을 지되 피해 학생에게 직접 상황을 설명하고 싶다.

- 본 프로그램을 실행하는 교사를 선정할 경우 학교폭력 관련학생의 요구를 가장 잘 이해하고 폭력사안을 가장 정확하게 파악하면서도 어느 한쪽에 치우치지 않고 중립성을 유지할 수 있는 교사를 선택하는 것은 관계회복 프로그램의 성패에 매우 중요한 요소이다. 또한 학급 내에서 사안이 발생한 경우 담임교사의 관점에서 공정성을 유지하기가 힘들기 때문에 프로그램 실행 교사 선정 시 특별한 주의가 필요할 수 있다.
- 관련학생 사이의 관계를 개선하고 회복시키는 프로그램을 시행할 때 아래의 사항에 유의하여 진행하는 것이 효과적이다.

✓ Check Point!

- 1 교사가 일방적으로 화해를 강요하는 방식이 아니라 학교폭력 관련학생이 화해의 주도성을 갖도록 교사는 촉진자의 역할을 해야한다.
- 2 프로그램을 실행하는 교사는 학교폭력 관련학생의 요구를 가장 잘 이해하고 사안을 정확하게 파악하며 어느 한쪽에 치우치지 않는 중립성을 유지할 수 있어야 한다.
- 3 힘의 불균형 현상을 완화하여 피해 학생과 가해 학생이 대등한 위치에서 프로그램에 참여할 수 있도록 독려해야 한다.
- 4 프로그램 참여 전에 학교폭력 관련학생이 프로그램 참여 규칙들을 정하도록 하고 그 규칙대로 대화가 이뤄질 수 있도록 진행해야 한다.
- 5 대화를 통해 관계의 개선 과정을 이끌면서 궁극적으로는 관계의 회복에 도달할 수 있도록 하는 방식이 중요하다.
- 6 서로에 대한 반감이 악화하거나 관계가 심각하게 훼손되기 이전에 선제적으로 개입해야 효과가 높아질 수 있다.



03

관계회복을 위한 선행 사례



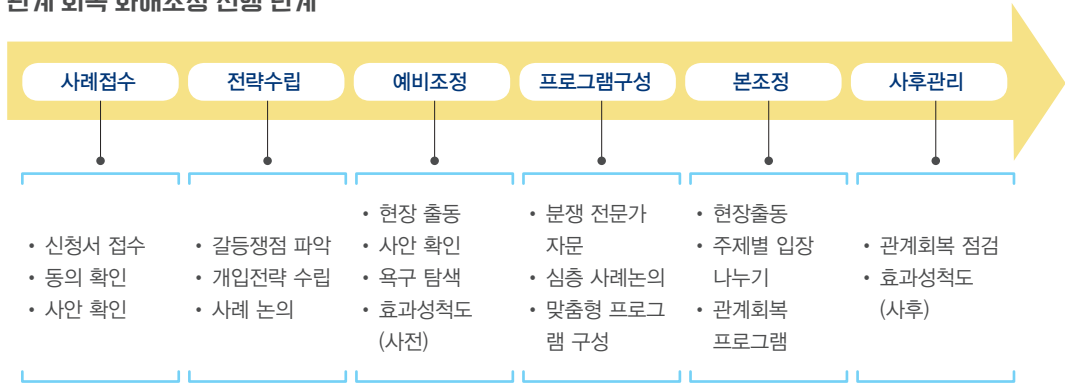
- 본 프로그램은 가해 학생의 진심이 담긴 사과와 피해 학생의 온전한 용서를 통해 피해 학생과 가해 학생 사이의 관계를 개선하고 회복시키는 프로그램이다.
- 이와 관련된 대표적 선행사례로 푸른나무 재단의 학교폭력 화해·분쟁조정 지원 사업이 있다. 2007년부터 교육부와 협약을 맺고 학교폭력으로 인해 일어나는 다양한 분쟁을 원만히 해결하고자 해당 사업을 진행해왔다.

(1) 사업내용

① 관계회복 화해조정

- 학교폭력으로 인한 대상자 간 갈등 발생 시, 이해, 공감, 소통, 치유를 기반으로 한 맞춤형 프로그램

관계 회복 화해조정 진행 단계

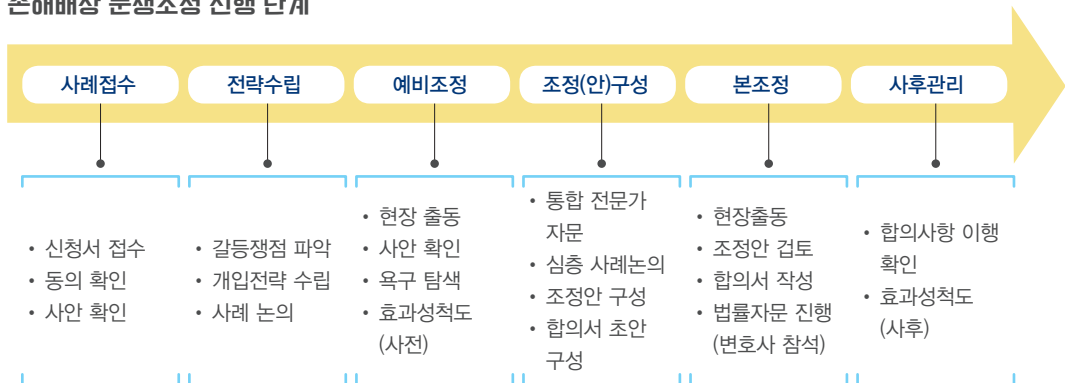


[그림 1] 화해조정의 진행모델 및 절차

② 손해배상 분쟁조정

- 학교폭력으로 인한 손해 배상 관련 갈등 발생 시 법적 소송 및 분쟁의 최소화를 위한 대체적 합의조정 프로그램

손해배상 분쟁조정 진행 단계



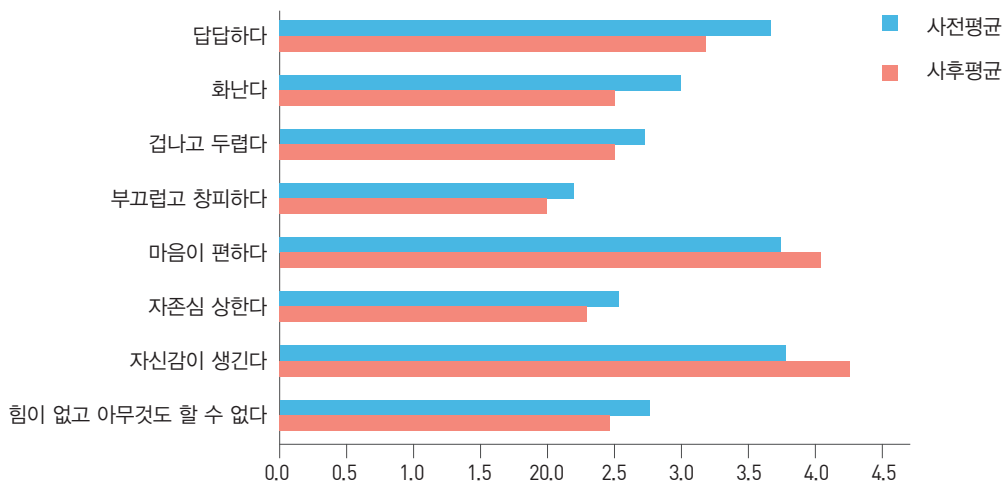
[그림 2] 분쟁 조정의 진행모델 및 절차

③ 갈등관리 · 코칭

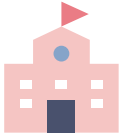
- 학교폭력 사안을 원만히 해결하는 데 필요한 사안처리 정보, 법적인 자문 등을 1:1로 코칭 받을 수 있는 프로그램

(2) 효과성 분석

① 전체대상의 심리영역 효과성 분석 결과



*2018년 푸른나무재단 화해분쟁조정 효과성 분석 자료 중 발췌



04

프로그램의 적용절차

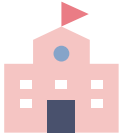


- 본 프로그램은 학교폭력 관계회복을 위해서 사안 발생 후, 어떤 단계에서든 적용이 가능하다. 전체 과정은 아래와 같은 순서로 진행되며 사전 개별면담 이후 관계회복 프로그램을 맞춤형으로 구성하여 진행한다. 물론 상황에 따라 사전 개별면담이나 종결 및 사후관리의 단계에서도 본 프로그램을 사용하여 관계회복을 촉진할 수 있다.



조정단계	프로그램의 적용 방법	비고
 사전안내	사안의 특징을 고려하여 피해 학생과 가해 학생의 심리적 상태를 파악하여 프로그램 진행 시 주의할 점을 생각한다.	관련 교사들의 사전협의를 통해 준비한다.
 사전 개별면담	관련학생의 욕구를 정확히 파악하고 서로의 욕구가 상충하는 부분을 고려하여 관계 개선 및 회복에 도움이 되는 프로그램 회기를 선택하여 개별 면담을 통해 맞춤형 프로그램을 구성한다.	관련학생의 욕구를 파악한다.
 관계회복 프로그램 구성	개별 면담 내용을 기초로 관계회복 프로그램 모듈을 선택하여 맞춤형 프로그램을 구성한다.	필요한 모듈을 선택 한다.
 관계회복 프로그램 진행	맞춤형 프로그램을 진행하면서 관련학생 상호 간 관계를 개선하고 회복할 수 있도록 돕는다. 기본적으로 3회기를 실시하지만, 사안에 따라 필요할 경우 추가 회기를 실시한다.	진행교사를 선정하여 진행한다.
 종결 및 사후관리	프로그램을 종결한 후 어떠한 점에서 효과가 있었는지 확인하고 프로그램을 마무리한 후 관련학생의 관계개선 정도를 점검한다.	필요시 사후관리를 실시한다.





05

학교폭력 관계회복 프로그램의 소개



(1) 프로그램의 목표

- 이 프로그램은 학교폭력 관련학생의 관계를 개선하고 회복을 유도하여 학교폭력으로 인한 2차 피해를 최소화하고 학교폭력의 재발을 방지하는 목적을 지닌다. 기존의 접근이 피해 학생을 보호하고 가해 학생에게 조치하여 폭력을 근절시키는 결과에만 초점을 두었다면 이 프로그램은 학교폭력 관련학생이 서로의 상처를 치유하고, 긍정적인 회복을 경험하며, 학교폭력의 재발을 막고 예방한다는 측면에서 학교폭력을 근절시키는 과정에 초점을 두고 있다.
- 프로그램은 궁극적으로 조정과 화해의 과정을 통해 학교폭력 관련학생 간의 관계회복을 이루는 목적을 지닌다. 학교폭력 관련학생 간 실질적 관계 개선과 회복을 이루려면 피해 학생과 가해 학생이 화해의 과정에 직접 참여해야 한다. 이를 통해 가해 학생은 자신의 행동에 대해 책임지는 것을 배우고, 피해 학생은 피해로 인한 상처로부터 회복하는 경험을 할 수 있다.

- 조정과 화해에 초점을 둔 프로그램은 가해 학생과 피해 학생의 상처받은 마음을 충분히 듣고 스스로 성찰하도록 하며, 피해 학생에게 직접 사과할 수 있는 기회를 제공해 준다. 이는 학교폭력 자치위원회에서 내려지는 처벌을 통해 자신의 잘못을 반성하도록 하는 것이 아니라, 자신이 피해 학생에게 상처를 준 부분에 대해 스스로 반성을 하고 책임을 짐으로써 자신을 되돌아볼 수 있게 해준다는 점에서 의의가 있다.
- 피해 학생은 학교폭력으로 인한 자신의 상처를 법적인 체제 내에서 보호받는 것을 넘어, 피해를 준 가해 학생과의 충분한 대화를 통해 경험하지 못했던 화해와 치유를 경험할 수 있게 되고, 타인에 의해 상처받았던 감정에 대해 자발적인 회복의 기회를 가질 수 있게 된다.
- 결과적으로 학교폭력 관련학생에게 스스로의 책임과 상처를 치유할 수 있는 기회를 줌으로써, 상호 간의 신뢰감을 회복하고 능동적으로 갈등을 다룰 수 있는 사회구성원으로 성장할 수 있도록 사회적 역량을 신장시키는 것이 본 프로그램의 주요 목표이다.
- 본 프로그램의 목표를 정리하면 다음과 같다.

✓ Check Point!



- 1 학교폭력 관련학생의 관계를 개선하고 회복을 유도하여 학교폭력으로 인한 2차 피해를 최소화하고 학교폭력의 재발을 방지한다.
- 2 학교폭력 관련학생이 서로의 상처를 치유하고, 긍정적인 회복을 경험하도록 함으로써 학교폭력을 근절시키는 '과정'에 초점을 둔다.
- 3 조정과 화해의 과정을 통해 관련학생 간의 관계회복을 이룬다.
- 4 가해 학생은 피해 학생의 상처받은 마음을 충분히 듣고 스스로 성찰하도록 하며, 피해 학생에게 직접 사과할 수 있는 기회를 제공해 준다.
- 5 피해 학생은 가해 학생과의 충분한 대화를 통해 치유와 화해를 경험할 수 있게 되고, 상처받았던 감정에 대해 자발적인 회복의 기회를 얻는다.
- 6 학교폭력 관련학생에게 스스로의 책임과 상처를 치유할 수 있는 기회를 줌으로써 사회적 역량을 신장시킨다.

(2) 프로그램의 구성

- 본 프로그램은 아래의 표와 같이 크게 3회기로 구성되어 있다. 1회기와 3회기는 프로그램의 도입과 종료 회기로 사안의 특징과 상관없이 필수적으로 진행하는 회기지만, 2회기는 사안의 특성에 따라 필요한 모듈을 선택하여 맞춤형으로 구성하는 방식으로 진행한다.

- 1회기 ‘서로 마주하기’에서는 관계회복 프로그램의 진행방식을 소개하고 참여 규칙을 정하는 등 프로그램에 대한 구조화가 포함될 수 있도록 구성한다. 특히 프로그램의 참여 동기를 높일 수 있도록 유도한다.
- 2회기에는 사전 개별 면담에서 파악된 사건의 특성에 맞게 각 대상 학생들이 자신의 입장에서 경험한 갈등상황, 그 상황에서의 느낌, 욕구를 재구성할 수 있도록 돕는 맞춤형 프로그램으로 구성해야 한다. 특히 2회기의 프로그램은 학교폭력 관련학생이 경험한 사건의 내용에 맞추어 교사가 직접 프로그램을 선택하여 구성한다. 2회기 프로그램을 통해 관련학생이 자신의 입장을 이해받고 다른 학생의 입장에서 경청하는 경험을 함으로써 공감적 이해와 유대감을 형성하도록 돕는 것이 중요하다.
- 3회기 ‘서로 화해의 약속하기’에서는 사건의 해결방법을 논의하는 시간으로 같은 갈등상황에서 서로의 입장에 따라 어떠한 느낌과 욕구가 있었는지 원활하게 의사를 표현하도록 돕는 것이 중요하다. 나아가 관계 변화를 위하여 각자가 할 수 있는 행동이나 대안을 찾아보도록 격려하는 것이 필요하다.

〈표 2〉 관계회복을 위한 맞춤형 프로그램의 회기별 내용

회기	모듈	내용	비고
1 회기	서로 마주하기	프로그램을 소개하고, 프로그램 규칙을 정한다. 프로그램 규칙에 대해 서약하며 참여 동기를 높인다.	필수
2 회기	서로의 관점 이해하기	관점의 차이로 오해가 생길 수 있다는 것을 이해하고, 갈등 상황을 상대방의 관점에서 이해한다. 서로 오해한 점을 이야기하며 갈등 관계의 개선을 도모한다.	필수 (택1)
	미해결 감정을 표현하고 해결하기	자신의 견해에서 가지고 있는 미해결 감정을 이해하고 자신의 감정을 표현할 수 있도록 하며, 상대방의 감정을 이해하고 표현해서 서로의 미해결 감정을 줄인다.	
	사이버폭력의 갈등 해결하기	사이버폭력의 심각성에 대해 이해하고, 사이버폭력으로 인한 갈등을 해결한다.	

회기	모듈	내용	비고
2 회기 (추가선택)	서로의 갈등을 해결하기	관련학생이 가진 관계회복의 욕구를 확인하고, 현재의 행동을 탐색하여 관계회복에 도움이 되는 행동인지를 평가한다. 관계회복을 위한 구체적인 행동계획을 수립한다.	추가 선택
	나의 대처 행동 이해하기	갈등상황에서 취하는 자신의 대처 행동에 대해서 이해하고, 갈등상황에서 필요한 보다 적응적인 대처 행동에 대해서 배운다.	
	문제에서 해결로 나아가기	‘기적질문’을 사용하여 현재의 문제에서 벗어나 문제가 해결 되었을 때를 구체적으로 상상해 보고, 문제해결을 위해 당장 실천할 수 있는 행동목록을 만들어 실천해본다.	
	갈등상황을 이해하고 개선하기	‘척도질문’을 사용하여 갈등 해결에 관한 생각을 현실적이며 구체적으로 정리하게 한다. 자신의 구체적 기대와 목표, 성찰과 변화의 상태를 확인한다.	
3 회기	서로 화해의 약속하기	서로의 갈등 해결 유형을 파악하고 서로에게 해결을 위한 방법을 제안한다. 제안사항을 기초로 서로에게 편지를 쓰고 서약서를 작성한다.	필수

(3) 프로그램의 특징

① 사안에 따른 맞춤형 프로그램 구성

- 프로그램은 총 3회기로 구성되며, 3회기 안에 포함되는 내용은 학교폭력 관련학생이 경험한 갈등상황에 따라 교사가 맞춤형 프로그램으로 구성하여 진행할 수 있다.
- 1회기와 3회기는 갈등사건의 내용과 관계없이 공통으로 진행되는 필수회기이며, 2회기는 갈등의 내용과 갈등의 수준 등에 따라 교사가 선택하여 구성한다.
- 2회기는 크게 ‘필수 프로그램’과 ‘추가선택 프로그램’의 2단계로 이루어져 있다. ‘필수 프로그램’은 주로 갈등의 내용을 직접 다루고, 갈등이 생기게 된 원인을 탐색한다. ‘필수 프로그램’은 학교폭력 관련학생들이 경험한 학교폭력이 오프라인 상에서 발생한 전통적 괴롭힘에 해당하는지, 온라인상에서 발생한 사이버 괴롭힘에 해당하는지에 따라 실시할 프로그램을 결정한다.

- ‘추가선택 프로그램’은 갈등을 해결하고, 나아가 관계 개선을 도모하기 위한 활동들로 구성되어 있다. 단, ‘추가선택 프로그램’은 각 대상자의 참여 동기나 학교 여건 등에 따라 실시 여부를 결정할 수 있으며, 추가선택 프로그램이 필요하지 않다고 판단될 때는 3회기를 진행하면 된다. 프로그램 진행 횟수는 참여 학생들의 상황에 따라 최소 주 1회 이상으로 유연하게 진행한다. 프로그램의 전체 회기 구성은 아래의 [그림3]에 제시되어 있다.



[그림 3] 맞춤형 갈등 해결 프로그램의 전체 회기 구성

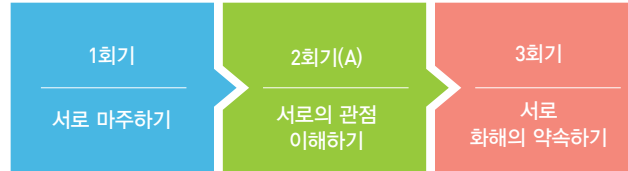
프로그램 구성 예시 1

오해로 인하여 갈등이 발생한 경우

- 두 학생 간의 갈등이 오해로 인하여 발생한 것이라면, 공통 프로그램인 1회기 ‘서로 마주하기’를 실시한 이후 2회기(A) ‘서로의 관점 이해하기’를 실시할 수 있다. ‘서로의 관점 이해하기’ 회기는

관점의 차이나 견해 차이로 인하여 서로 간에 오해가 생길 수 있다는 것을 인지하고, 갈등상황을 상대방의 관점에서 이해, 개선할 수 있도록 돕는 프로그램이다. ‘서로의 관점 이해하기’ 프로그램을 통해 갈등이 생긴 사건이 충분히 다루어지고, 학생 상호 간에 진정성 있는 사과가 이루어졌다고 판단되면 3회기 ‘서로 화해의 약속하기’를 진행하면 된다.

- 프로그램의 전체 구성 예시는 아래의 [그림 4]와 같다.



[그림 4] 프로그램 구성 예시 1

프로그램 구성 예시 2

갈등으로 인하여 서로 간에 감정이 상한 경우

- 두 학생 간의 갈등으로 인하여 감정이 상해 분노와 같은 부정적 감정이 남아있다면, 공통 프로그램인 1회기 ‘서로 마주하기’를 실시한 이후 2회기(B) ‘미해결 감정을 표현하고 해결하기’를 실시할 수 있다. 미해결 감정을 표현하고 해결하기 회기는 상대방과의 갈등사건에서 느낀 감정을 명료화하고, 감정을 표현하도록 하며 상대방의 감정을 이해하고 해소할 수 있도록 돕는 프로그램이다.
- ‘미해결 감정을 표현하고 해결하기’ 프로그램을 통해 미해결 감정이 충분히 다루어지고, 상대방으로부터 이해받고 공감받는 경험이 이루어졌다고 판단되면 3회기 ‘서로 화해의 약속하기’를 진행하면 된다. 하지만 관계 개선에 대한 개입이 추가로 요구될 때는 추가선택 회기 4가지 중 1가지(예: 추가선택(C) ‘문제에서 해결로 나아가기’)를 선택하여 추가로 진행함으로써 구체적인 문제해결을 위한 행동계획을 세우고 실천하도록 도울 수 있다.
- 프로그램의 전체 구성 예시는 아래의 [그림 5]와 같다.



[그림 5] 프로그램 구성 예시 2

- 두 학생 간의 갈등이 온라인상에서 발생한 경우에는 공통 프로그램인 1회기 ‘서로 마주하기’를 실시한 이후 2회기(C) ‘사이버폭력의 갈등 해결하기’를 실시할 수 있다. ‘사이버폭력의 갈등 해결하기’ 회기는 사이버폭력의 심각성에 대해 이해하고, 자신의 행동이 상대방에게 어떠한 영향을 미쳤는지 확인한 후 이로 인한 갈등을 해결하도록 돕는 프로그램이다.
- ‘사이버폭력의 갈등 해결하기’ 프로그램을 통해 사이버 공간이 갖는 특수성과 파급력을 충분히 이해하고, 상대방에게 사과하고 용서하는 과정이 충분히 이루어졌다고 판단되면 3회기 ‘서로 화해의 약속하기’를 진행하면 된다.
- 관계 개선에 대한 개입이 추가로 요구될 때는 추가선택 회기 4가지 중 1가지(예: 추가선택(D) ‘갈등상황을 이해하고 개선하기’)를 선택하여 추가로 진행할 수 있다. 이를 통해 갈등상황을 개선하기 위한 구체적인 방법을 탐색하고 실천하도록 도울 수 있다.
- 프로그램의 전체 구성 예시는 아래의 [그림 6]과 같다.



[그림 6] 프로그램 구성 예시 3

② 초등과 중등 프로그램의 차별화

- 초등 프로그램과 중등 프로그램의 차별화를 위하여 지시문의 어휘 수준을 조정하고, 프로그램의 활동지를 각 학교 교급에 맞게 제시하였다.
- 초등 프로그램은 3학년 이상의 학생에 초점을 두고 개발 되었으며, 글을 읽거나 쓰는 것을 어려워 할 수 있는 초등 저학년을 위하여 저학년 활동지와 저학년 활동팁을 추가로 구성하였다.
- 초등 프로그램에는 학교폭력 관련학생이 프로그램에 흥미를 갖고 프로그램을 쉽게 이해할 수 있도록 그림으로 제시된 활동자료를 보강하였다.
- 초등용과 중등용 활동지의 예시는 아래 [그림 7]에 제시되어 있다.

초등용	중등용
01 현재의 상태를 표시해 주세요.  02 이와같이 고른 이유는 무엇인가요? 03 +1은 지금과 무엇이 다를지 적어보세요 04 +1이 되기 위해서 무엇을 해야 할지 적어보세요	01 현재의 상태를 눈금으로 채워주세요.  02 왜 ()점 인가요? 03 +1은 지금과 무엇이 다를지 적어보세요 04 +1이 되기 위해서 해야할 것을 적어보세요

[그림 7] 초등용과 중등용 활동지 예시

③ 교사가 직접 활용 가능한 프로그램 진행 지시문 제시

- 학교폭력 사안을 다루어 본 경험이 적은 교사들이 프로그램을 원활하게 진행할 수 있도록 구체적인 지시문을 제시하였다. 프로그램의 도입과 마무리, 전반적인 진행에 대한 지시문을 숙지하면 비교적 쉽게 프로그램을 진행할 수 있다.
- 지시문의 예는 아래 [그림 8]과 같다.



지시문

“여러분, 만나게 되어서 반가워요. 저는 여러분과 관계회복 프로그램을 함께 할 000 선생님입니다. 오늘부터 참여하게 되는 프로그램이 어떤 것인지, 왜 하는 것인지 알고 있나요?”

[그림 8] 지시문 예시

④ 프로그램 진행을 촉진하기 위한 활동 팁을 제시

- 프로그램의 진행 시 발생할 수 있는 돌발 상황에 대처하는 방법 및 교사가 잊지 말아야 할 주의사항을 활동 팁으로 제시하였다. 활동 팁에는 교사가 주의해야 할 태도, 질문법 등의 구체적인 정보들을 포함하여 프로그램의 진행을 촉진하도록 도왔다.
- 활동 팁의 예는 아래 [그림 9]와 같다.



Tip
활동팁

- 프로그램을 소개하는 단계에서는 프로그램을 구조화하고 프로그램을 진행하는 교사와 학생 간에 신뢰 관계를 형성하는 것이 가장 중요합니다.
- 프로그램을 진행하는 교사가 특정 한 사람(피해 학생, 가해 학생)의 편이라는 오해를 사지 않도록 중립적인 태도를 보여야 하며, 언어적인 표현뿐만 아니라 비언어적인 행동들에도 교사의 무의식적인 판단이 드러나지 않도록 주의해야 합니다. 예를 들어, 교사가 피해 학생과 더 가까이 앉아서 프로그램을 진행하거나, 피해 학생과 더 많이 눈을 마주치고 이야기하는 것, 목소리 톤과 말투가 가해 학생에게 무뎠던 것과 같은 행동이 비언어적인 행동에 해당합니다. 교사의 개인적인 감정을 배제하고, 두 학생을 중립적으로 대할 수 있도록 유의해 주세요.

[그림 9] 활동 팁 예시

⑤ 활동의 이해를 돕기 위한 활동 예시를 제시

- 초·중·고 학생들의 발달수준을 고려하여 개발된 프로그램별 활동지가 매회기에 제시되어 있다. 프로그램을 진행하는 교사가 활동지를 실제로 어떻게 활용할 수 있을지 쉽게 이해할 수 있도록 활동 예시도 함께 제시하였다.
- 초등용과 중등용의 활동 예시는 아래 [그림 10], [그림 11]과 같다.



활동 예시

나의 현재 행동 평가하기

• 나의 현재 행동이 친구와의 관계 회복에 얼마나 도움이 되는지 생각해보고, ○, △, ×를 표시해 주세요.

번호	현재행동	도움이 되는 정도
1	파인리와 눈이 마주치면 '왜 쳐다봐?' 라고 말한다	×
2	파인리와 교실에 함께 있게 되더라도 절대로 말을 걸지 않는다.	×
3	파인리가 선생님에게 혼나면 '쌔통이다'라고 생각한다.	△

* ○ : 도움이 된다. △ : 보통이다. × : 도움이 되지 않는다.

[그림 10] 초등용 활동 예시



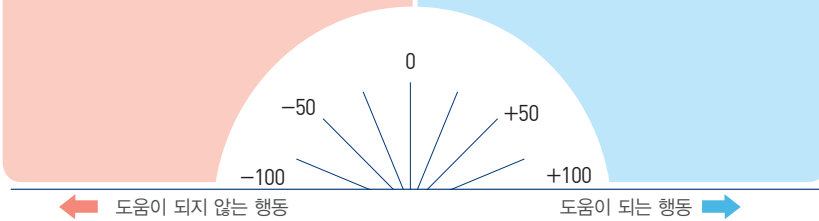
활동 예시

현재 행동

- ① 파인리와 눈이 마주치면 '왜 쳐다봐?' 라고 말한다
- ② 파인리와 교실에 함께 있게 되더라도 절대로 말을 걸지 않는다.
- ③ 파인리가 선생님에게 혼나면 '쌔통이다'라고 생각한다.

도움이 되지 않는 행동

도움이 되는 행동



[그림 11] 중등용 활동 예시

(4) 프로그램의 운영 기법

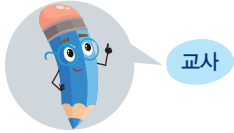
① 프로그램 진행자의 태도

(가) 진솔성

- 관계회복 프로그램을 진행하는 교사로서 가장 중요한 태도는 진솔성이다. 교사가 학생에게 보이는 언어적 표현과 실제 마음 사이에는 모순됨이 없이 진솔해야 한다. 진솔성은 교사가 학생들과의 관계에서 순간순간 경험하는 감정이나 생각, 반응, 태도를 있는 그대로 진솔하게 인정하고 자유롭게 표현하는 것으로 나타난다.
- 교사가 자신의 긍정적·부정적 감정을 진솔하게 표현할 뿐만 아니라 내담자가 표현하는 긍정적·부정적 감정을 모두 받아들이고 있을 때, 내담자와의 솔직한 의사 및 감정의 교류가 가능해지고 교사와 학생 간의 신뢰감이 형성될 수 있다.



교사는 침묵으로 일관하는 학생에게 속으로는 화가 나 있지만 이를 어떻게 표현할지 고민한다.



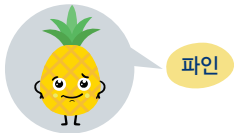
"애플이가 이렇게 대화를 하지 않으려고만 하니, 선생님도 답답한 마음이 드는구나. 선생님은 애플이의 어떤 마음이라도 듣고 이야기 나누고 싶은데, 애플이는 어때니?"

(나) 공감

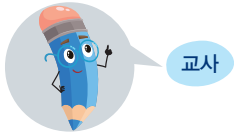
- 관계회복 프로그램의 초기에는 학생들이 가진 부정적 감정, 즉 억울함과 수치심 등의 감정들이 해소되지 않은 상태이다. 따라서 교사는 내담자들이 가진 부정적 감정에 관심을 기울이고, 학생들의 관점에서 감정을 느끼려고 노력하면서, 이해해 주는 과정을 통해 교사로부터 공감받고 수용되고 있음을 충분히 느낄 수 있도록 해야 한다.
- 공감적으로 이해받고 있다는 느낌을 주기 위해서는 교사의 비언어적 태도가 중요하다. 학생의 이야기를 들을 때 표정, 몸짓, 태도 등을 통해 나타나는 메시지로 학생은 자신이 이해받고 있다는 느낌을 받기 때문이다. 교사가 자신의 해석이나 조언을 주기보다는 학생의 감정을 반영해 주면서 학생을 지지하고 격려해주는 태도를 보일 때 학생은 공감받는 느낌을 받게 된다.



자신의 이야기를 꺼내는 것에 대하여 불안감을 느끼는지
자꾸 상대방 학생의 눈치를 살피고 말하는 것을 주저한다.



"여기서 제 이야기를 하는 것이 별로 소용이 없을 것 같아요. 얘기해봤자 변하는 것도 없잖아요."



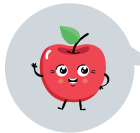
"파인이는 말해봤자 별 도움이 되지 않을 것 같아서 속이 상하고 답답하게 느껴지는구나."

(다) 수용

- 교사가 자신에 대한 편견을 가지고 있다고 판단하는 경우, 관련학생은 자신의 속마음을 열어 얘기하기 어렵다. 수용은 편견 없이 관련학생의 입장을 이해하는 것이다. 인정욕구가 높은 학생은 교사에게 자신의 약점을 숨기고 더 인정받으려는 태도를 보일 수 있으므로 세심한 주의가 필요하다. 교사는 최대한 객관적으로 그들의 입장이 되어 보고, 그들의 감정을 존중한다는 느낌을 받도록 학생들을 대해야 한다.



프로그램에 참여하는 것에 대한 반감을 품고 있다.



애플

(활동지를 내려놓으며)
"이런 걸 꼭 해야 하나요?"



교사

"이 활동을 하는 것이 부담되는구나. 어떤 점이 부담되는지 얘기해줄래?"

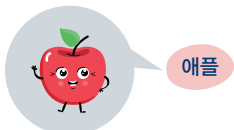
② 프로그램 진행자의 기법

(가) 재진술

- 재진술은 내담자가 이야기하고 있는 사건, 인물, 사고, 감정에 대해서 교사가 같은 의미의 말로 바꾸어 반응하는 기술이다. 재진술은 무엇보다 대화의 '내용'에 중점을 둔다. 재진술은 주로 학생이 한 이야기를 함축적으로 되돌려줌으로써 학생 스스로 자신이 이야기한 말의 내용에 주의를 기울이도록 돕는 역할을 한다. 이러한 경험은 혼란스럽고 심리적으로 갈등상황에 있는 내담자에게 자신의 문제를 객관적으로 알 수 있게 하고 주도적으로 탐색하는 것을 가능하게 한다.
- 재진술 반응에서는 학생이 이야기한 것 중에서 덜 중요한 부분은 생략하며, 교사의 새로운 생각을 덧붙이지 않는다. 효과적인 재진술은 내담자가 말한 핵심적인 메시지를 요약하는 것이며, 학생이 이야기한 것을 반복하기보다는 학생에게 친숙한 언어로 표현하는 것도 좋은 재진술의 방법이다.

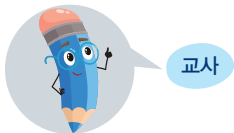


관계회복 프로그램에 참여한 학생이 선생님에게 말한다.



애플

"이 프로그램을 해서 파인이라 좀 다시 친해지면 좋겠지만, 이미 몇 번이나 사과했는데도 안 받아 줬어요. 더 무슨 사과를 해야 하는지 모르겠어요."



교사

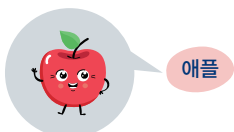
"파인이라 다시 친해지고 싶은 마음이 있는데, 어떻게 더 미안한 마음을 전하면 좋을지 그 방법을 몰라 답답하다는 것이구나."

(나) 감정의 반영

- 반영이란 학생에 의해서 표현된 요소 중 주요 감정을 새로운 용어로 반영해 주는 것이다. 반영은 학생들의 자기 이해를 도와줄 뿐만 아니라, 학생들이 자기가 교사로부터 이해받고 있다는 느낌을 주게 된다.
- 반영은 학생의 말을 그대로 되풀이하는 것이 아니라 그 내용의 밑바탕에 흐르고 있는 감정을 파악하는 것이다. 교사는 학생의 표면적 감정이 아닌, 내면적 감정을 정확히 파악하고, 학생에게 전달해 주어야 한다. 교사가 학생이 한 말을 앵무새처럼 그대로 다시 반복하는 식으로 반영을 해주면 학생은 자기의 말이 어딘가 잘못되지는 않았나 하고 생각하게 되거나, 교사의 그러한 반복에 지겨움을 느끼게 되기 쉽다. 따라서 가능한 한 다른 감정 형용사를 사용하면서 관심을 가지고 이해하고자 하는 태도를 보여야 한다.



관계회복 프로그램에 참여한 학생이 선생님에게 말한다.



애플

"파인의 화를 풀어주려고 노력을 했는데도 파인의 화가 풀리지를 않아요. 선생님이나 부모님들이 시키는 대로 다 했는데도 계속 똑같아요. 이젠 제가 어떻게 해야 할지 모르겠어요."



교사

"너는 나름대로 최선을 다했는데, 잘 해결이 되지 않으니 좌절감이 들었겠구나."

(다) 질문

- 감정을 탐색하고 대안을 찾아 문제를 해결하는데, 모든 질문이 모두 다 유용한 것은 아니다. 교사가 너무 많은 질문을 하거나, 교사의 의도가 포함된 부적절한 질문을 하면 학생들은 혼란을 일으키고 위축감을 느낄 수 있다.



열린 질문과 닫힌 질문

- 열린 질문은 더 포괄적인 데 반해 닫힌 질문은 학생들에게 어떤 특정한 답변을 요구한다. 열린 질문은 학생이 가진 관점, 의견, 사고, 감정까지 끌어내는 데 반하여 닫힌 질문은 “예”, “아니오”와 같은 명백한 사실만을 요구한다.
- 관계회복을 위한 개입을 할 때는 자기 자신의 내면을 적극적으로 탐색하고, 자유롭게 표현할 수 있도록 열린 질문을 많이 사용하는 것이 좋다. 반면 상황을 명료하게 이해하는 경우에는 닫힌 질문도 효과적이다.

열린 질문	닫힌 질문
“그 일이 있고 나서 기분이 어땠니?”	“그 일이 있고 나서 기분이 좋았니?”
“그때 무슨 일이 있었니?”	“오늘은 표정이 지난번에 만났을 때랑 달라 보이는데, 혹시 기분 나쁜 일이 있었니?”



직접 질문과 간접 질문

- 직접 질문과 간접 질문을 구분할 필요가 있다. 간접 질문은 먼저 묻어보는 것임에 반해 직접 질문은 단도직입적으로 물어보는 것이다. 앞에서 말한 열린 질문을 간접적으로 질문함으로써 더욱 개방적으로 만들 수 있다.

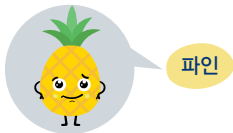
직접 질문	간접 질문
“지금까지 한 이야기 말고 더 하고 싶은 말은 없니?”	“지금까지 이야기한 것 이외에도, 더 하고 싶은 이야기가 있을 것 같은데 있다면 어떤 것이 있을까?”

(라) 명료화

- 명료화는 학생이 말하고자 하는 의미를 교사가 생각하고, 이 생각한 바를 다시 학생에게 말해 준다는 의미에서 학생의 말을 단순히 재진술하는 것과는 차이가 난다. 다시 말해서 명료화는 학생들의 말 속에 내포된 뜻을 학생들에게 명확하게 해주는 것이다.
- 명료화는 학생이 하는 말의 의미가 모호하거나 잘 이해되지 않았음을 알리고, 학생 스스로 자기의 말을 재음미 하여 다시 표현하거나 구체적인 예를 들어 명확히 표현해 달라고 요청한다. 그 후 교사는 학생의 진술에 대한 자신의 생각을 전달함으로써 학생이 하는 말의 의미를 명료화 한다.
- 명료화를 할 때는 교사의 반응이 개인적인 반응이 되지 않도록 하며 직접적이고 강렬하지 않도록 해야 한다.
- 명료화는 학생들이 애매하게만 느끼던 내용을 교사가 말로 분명하게 표현해 준다는 점에서, 교사에게 자기가 이해를 받고 있다는 느낌이 들게 해준다. 또한, 학생들이 미처 생각하지 못했던 측면을 의식하도록 하는 촉진제가 될 수 있다.

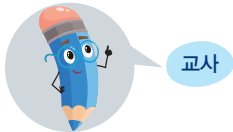
상황

학교폭력 상황에서 느낀 자신의 감정을 은유법을 사용하여 이야기하고 있다.



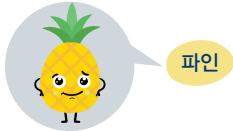
파인

"그때는 정말이지...
마치 제가 휴지조각이 된 것 같은 게, 너무 우울했었어요."



교사

"휴지조각이 된 것 같다고 했는데,
어떤 기분인지 조금 더 자세히 이야기해줄 수 있겠니?"



파인

"휴지조각은 사람들이 쓸모없는 것으로 생각해서 아무 데나 버리고,
밟기도 하고 그렇잖아요. "



교사

"네 이야기는 그때 네가 친구들에게 소중하게 여겨지지도 않고,
가치 없는 사람처럼 느껴져서 속상했다는 말이구나."

(마) 직면

- 학생들은 자신의 왜곡된 사고나 감정과 행동의 불일치를 알아차리지 못하는 경우가 종종 있다. 이때 교사는 학생의 언행이 일치하지 않는 모순된 부분을 지적하여 자신의 의사소통 방식이나 내면의 감정을 바로 보게 해주어야 한다.
- 직면 기법을 상담 초기에 사용하는 것은 위험하다. 교사가 직면 기법을 사용하려면 학생의 저항감을 증가시킬 수 있어 적절한 타이밍을 고려하여 사용하여야 한다.

상황1

미안하다고 얘기하면서 장난스러운 표정으로 웃는다.



교사

"애플이는 말로는 미안하다고 하면서 표정은 장난스럽게 웃는구나."

상황2

미안하다고 얘기하면서도 의자에 몸을 기대어 뒤로 젖히고, 팔짱을 낀 채로 말한다."



교사

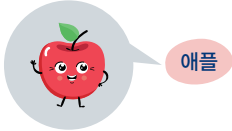
"애플이는 미안하다고 말하면서 행동은 마치 잘못이 없다는 듯 팔짱을 끼고 있구나."

(바) 해석

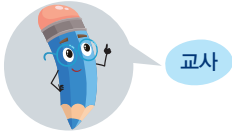
- 해석은 학생의 말 속에 담긴 새로운 의미들을 찾아 학생 자신도 명확하게 의식하지 못하고 있던 마음속의 무의식적 의미들을 알아차릴 수 있도록 교사가 설명을 통해 알려주는 것이다.
- 해석은 교사가 학생들이 현재 나타내는 감정, 행동, 사고의 이유를 설명해주고, 그 근원을 통찰하도록 도와 학생 스스로 자신을 이해하고 문제해결을 할 수 있도록 돕는 상담기법이다.
- 해석은 교사와 학생 간에 충분한 친밀감이 형성되고, 학생에 대해 포괄적으로 이해할 수 있게 되는 프로그램의 후반에 신중하게 사용되어야 한다.



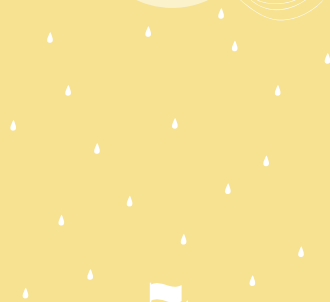
친구에게 사과해도 친구가 받아주지 않을 것이 뻔하므로 사과하지 않겠다고 말한다.



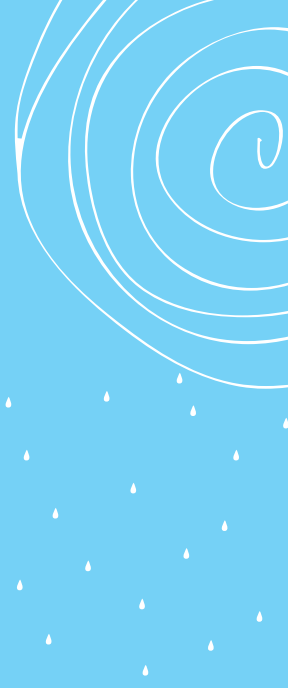
"파인이는 저한테 단단히 화가 나 있어요. 어차피 사과해도 받아주지 않을 게 뻔해요. 다른 친구들이 안 볼 때 사과하려고 파인이한테 슬쩍 다가갔었는데 파인이는 저를 못 본 척하더라고요. 제가 아무리 사과해도 파인이는 달라지지 않을 텐데 제가 왜 사과를 해야 하죠?"



"애플이는 파인이에게 사과하는 걸 친구들이 보게 될까 봐 두려운가 보구나."



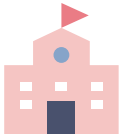
- 초등용 -



학교폭력 관계회복 프로그램 매뉴얼 Chapter

2

- 01. 1회기 서로 마주하기
- 02. 2회기(A) 서로의 관점 이해하기
- 03. 2회기(B) 미해결 감정을 표현하고 해결하기
- 04. 2회기(C) 사이버폭력의 갈등 해결하기
- 05. 추가선택(A) 서로의 갈등을 해결하기
- 06. 추가선택(B) 나의 대처 행동 이해하기
- 07. 추가선택(C) 문제에서 해결로 나아가기
- 08. 추가선택(D) 갈등상황을 이해하고 개선하기
- 09. 3회기 서로 화해의 약속하기



01

1회기 서로 마주하기



목표

- 관계회복 프로그램의 필요성과 목적을 이해한다.
- 관계회복 프로그램에 참여하는 동안 서로 지켜야 할 규칙을 정한다.
- 관계회복 프로그램의 참여 의지를 높인다.



준비물

- 다양한 필기도구



활동지

- [활동지 1회기-1], [활동지 1회기-1-저학년]
- [활동지 1회기-2], [활동지 1회기-2-저학년]

1. 프로그램 소개하기

- 프로그램 진행을 맡은 선생님을 소개한다.



지시문

“여러분, 만나게 되어서 반가워요. 저는 여러분과 관계회복 프로그램을 함께 할 000 선생님입니다. 오늘부터 같이 할 프로그램이 어떤 것인지, 왜 하는 것인지 알고 있나요? (관련학생 의견 듣기)”

- 프로그램의 궁극적인 목표가 ‘서로의 관계를 회복하기 위함’이라는 것을 3가지로 나누어서 소개하고, 프로그램에 적극적으로 참여할 수 있도록 동기화한다.



지시문

“여러분과 함께하게 될 이 프로그램은 3가지 목적이 있어요.

첫 번째는 파인리와 애플이 사이가 안 좋아지게 된 사건들을 이야기하고, 그 사건 때문에 느꼈던 여러 가지 감정들을 이야기하는 시간을 만들어 주는 것이예요.

두 번째는 내 마음속에 상대방 친구에 대한 나쁜 감정들이 많이 쌓여 있다면, 그런 감정들이 왜 생겼고, 어떻게 없앨 수 있을지 그 방법을 생각해 보는 것이예요.

세 번째는 파인리와 애플이 사이에 있던 마음의 벽을 허물고 이전처럼 지낼 수 있도록 도와주려고 하는 것입니다.

선생님은 3가지 목표를 달성할 수 있도록 하는 프로그램의 진행자 역할을 하려고 해요. 그런데 선생님이 아무리 열심히 프로그램을 준비하고, 진행하더라도 파인리와 애플이가 적극적으로 참여하지 않거나, 상대방의 입장을 경청하고 이해하려고 노력하지 않는다면 이 프로그램이 여러분들에게 별로 도움이 되지 않을 수도 있어요. 선생님이 열심히 준비한 만큼 파인리와 애플이도 열심히 참여하겠다고 약속해 줄 수 있나요? (관련학생 의견 듣기)”

- 프로그램에 참여하게 된 교사의 걱정과 기대와 같은 소감을 밝힌다.
- 학생들이 자신의 걱정과 기대를 솔직하게 표현하도록 하고, 편안한 분위기를 조성한다.



지시문

“저는 파인이와 애플이를 기다리면서 어떤 친구일까 궁금한 마음도 들고, 어떠한 이야기를 나누게 될지 기대가 되기도 했어요. 또 한편으로는 파인이와 애플이가 같이 만나서 이야기를 나누는 게 어색하고 어렵지는 않을까, 이야기를 잘 하지 않으면 어쩌나 걱정되는 마음도 들기도 했고요. 여러분은 오늘 여기에 어떤 마음으로 왔나요? (관련학생의 이야기 듣기) 자신의 마음을 솔직하게 이야기해주어서 고마워요.”

- 프로그램의 진행 시간(1회에 40분~50분 내외로 진행됨)과 일정(약 3회기를 기준으로 추가되거나 축소될 수 있음)을 안내한다.
- 프로그램의 진행 시간과 일정은 상황에 따라서 조정될 수 있음을 구조화한다.



지시문

“우리는 앞으로 약 3번 정도를 만나서 프로그램에 참여하게 될 거예요. 하지만 우리가 얼마나 적극적으로 참여하고, 솔직하게 이야기를 나누는가에 따라서 계획된 3번보다 1~2번 더 만나게 될 수도 있고, 조금 더 일찍 프로그램을 끝낼 수도 있어요. 선생님의 계획으로는 한번 프로그램을 진행할 때마다 최대 40~50분 내외로 이야기를 나누게 될 것 같은데, 끝나는 시간이 정확하게 정해져 있지는 않아요. 우리가 프로그램에 얼마나 잘 참여하느냐에 따라 끝나는 시간도 조금씩 달라질 수 있어요. 혹시 프로그램 진행과 관련해서 궁금한 것이 있나요?”



Tip 활동팁

- 프로그램을 소개하는 단계에서는 프로그램을 구조화하고 프로그램을 진행하는 교사와 학생 간에 신뢰 관계를 형성하는 것이 가장 중요합니다.
- 프로그램을 진행하는 교사가 특정 한 사람(피해자, 가해자)의 편이라는 오해를 사지 않도록 중립적인 태도를 보여야 하며, 언어적인 표현뿐만 아니라 비언어적인 행동들에도 교사의 무의식적인 판단이 드러나지 않도록 주의해야 합니다. 예를 들어 교사가 피해 학생과 더 가까이 앉아서 프로그램을 진행하거나, 피해 학생과 더 많이 눈을 마주치고 이야기하는 것, 목소리 톤과 말투가 피해 학생에게 더 부드러운 것과 같은 행동이 비언어적인 행동에 해당합니다. 교사의 개인적인 감정을 배제하고, 두 학생을 중립적으로 대할 수 있도록 유의해 주세요.
- 본 프로그램은 학생들을 훈계하거나 처벌하려는 목적으로 진행되는 것이 아니므로, 교육자로서의 모습보다는 감정을 충분히 듣고 수용해주는 상담자의 모습으로 접근하는 것이 필요합니다. 학생들에게 “그렇게 생각하는 것은 옳지 않아”라는 교사의 판단을 전달하기보다는 “이렇게 생각하는구나, 이런 마음이 들었구나.”라고 수용해주세요.

2. 프로그램 규칙 정하기

- 본 프로그램이 사건에 관해 이야기하는 것, 자신의 감정을 솔직하게 표현하는 것과 같은 활동으로 구성되어 있음을 소개한다.
- 프로그램을 진행하는 교사는 서로의 감정을 상대방이 오해하지 않도록 전달하는 역할을 할 것을 안내한다.



지시문

“우리가 앞으로 약 3번 정도를 만나 프로그램을 진행하는 동안에는 그동안에 있었던 일에 대해 함께 이야기하는 시간도 있을 것이고, 그때 자신이 느꼈던 기분과 감정을 상대방에게 솔직하게 이야기하는 시간도 있을 거예요. 그러다 보면 화가 났거나 억울했던 감정이 다시 떠올라서 생각지도 못하게 말이 거칠게 나올 수도 있고, 일부러 그런 것은 아니지만 서로에게 상처가 되는 말을 하게 될 수도 있어요. 그래서 선생님은 여러분의 이야기를 귀 기울여 들으면서, 애플이와 파인이의 이야기가 상대방에게 오해 없이 잘 전달될 수 있도록 도와주는 역할을 하려고 해요.”

- 두 학생에게 각각 [활동지 1회기-1]을 나누어 준다.
- 프로그램에 참여하는 동안 지켜야 할 기본규칙 5가지를 안내하고 규칙이 왜 필요한지 생각해보도록 한다.
- 5가지 규칙 이외에 추가해야 할 규칙을 각자 2가지 정도 생각해보고, [활동지 1회기-1]의 빈칸에 추가한다. 두 학생이 모두 완성하면, 각자 추가한 규칙과 이유를 발표하게 한다.
- [활동지 1회기-1]의 하단에 있는 다짐(“나는 ‘관계회복 프로그램’에 참여하는 동안 위의 사항을 틀림없이 지키겠다고 선생님과 친구들 앞에서 다짐합니다.”)을 읽은 뒤 각자 자신의 활동지에 서명한다.



지시문

“방금 이야기한 것처럼, 선생님은 애플이와 파인이의 이야기를 잘 듣고 서로 이야기를 나눌 수 있도록 함께 노력할 거예요. 하지만, 우리가 이 프로그램을 성공적으로 이끌어가기 위해서는 선생님의 노력만큼 애플이와 파인이의 적극적인 노력도 중요해요.”

“우리가 원하는 모습으로 이 프로그램을 끝마치려면, 반드시 지켜야 할 규칙들이 필요할 텐데, 어떤 규칙들이 필요할지 한번 생각해볼까요? 먼저, 여기 [활동지 1회기-1]을 보세요. 선생님이 미리 5가지의 규칙을 정해두었어요. 같이 읽어보면서 이 규칙이 왜 필요한지 그 이유를 이야기해볼까요?”

“그럼 이제 여기 있는 5가지 규칙 이외에 어떤 규칙이 더 필요할지 여기에 빠져있는 규칙을 2가지 정도 더 생각해보고, 6~7번 규칙 칸에 적어보세요.”



활동 예시 1 [활동지 1회기-1]

약속합니다.

나는 '관계회복 프로그램'에 적극적으로 자발적으로 참여할 것이며,
다음 사항을 성실히 지킬 것을 약속합니다.

- 1 서로 화해하기 위해서 노력하겠습니다.
- 2 나의 의견과 달라도 친구의 이야기를 끝까지 듣고 내 이야기를 하겠습니다.
- 3 내가 말할 때는 상대방을 존중하며 말하겠습니다.
- 4 활동 중에 나온 친구의 비밀을 남에게 알리거나 이용하지 않겠습니다.
- 5 나의 의견을 솔직하게 표현하고 활동에 적극적으로 참여하겠습니다.
- 6 흥분해도 화를 내지 않겠습니다.
- 7 선생님의 이야기를 잘 듣고 따르겠습니다.

나 애플 은 '관계회복 프로그램'에 참여하는 동안

위의 사항을 틀림없이 지키겠다고 선생님과 친구들 앞에서 다짐합니다.

20 년 월 일
(서명) 애플



Tip

활동팁

- 6~7번에 들어갈 약속을 정하기 어려워하는 경우, 선생님이 몇 가지 팁을 주면서 적을 수 있도록 격려해주세요. 예를 들면, '이야기할 때에는 욕을 사용하지 않는다.', '프로그램 중에는 폭력을 사용하지 않는다.', '친구의 이야기 들으며 친구의 상황을 이해해 보려 노력한다.' 등 어떤 것이라도 스스로 지킬 수 있는 약속을 찾아낼 수 있도록 하는 것이 좋습니다. 교사가 규칙을 제시한 경우에는 반드시 학생들이 동의하는지 확인하세요.
- 경계심이 높은 학생들과 프로그램을 진행할 경우, 교사도 함께 약속하는 다짐의 글을 작성하는 것도 도움이 됩니다. 예를 들어 학생들이 선생님에게 바라는 것(차별하는 말 하지 않기, 한 명의 편 들지 않기 등)을 추가하여 교사도 함께 약속하는 활동에 참여할 수 있습니다.
- 프로그램 규칙은 벽에 붙여두고, 프로그램이 진행되는 동안 수시로 확인할 수 있도록 해주세요. 규칙이 잘 지켜지면 칭찬과 격려로 강화해 주시고, 프로그램을 진행하면서 새롭게 추가해야 할 약속이 있다면 자유롭게 추가할 수 있습니다. 약속은 프로그램의 전체 진행을 이끄는 틀로써 잘 활용될 수 있도록 프로그램의 진행 과정에서 수시로 상기시켜 주세요.

3. 현재의 감정 나누기

- 두 학생에게 각각 [활동지 1회기-2]를 나누어 준다.
- [활동지 1회기-2]의 '뇌 구조도'를 그리며 관계회복 프로그램의 시작을 앞두고, 느끼는 현재 자신의 감정과 생각을 솔직하게 표현할 수 있도록 촉진한다.
- [활동지 1회기-2]의 머리 부분에는 현재 자신의 감정과 생각을 다양한 크기와 개수로 그려 넣도록 하고, 모두 작성된 뒤에는 완성된 결과물을 바탕으로 자신의 현재 감정과 생각을 이야기하도록 한다.
- 교사는 완성된 활동지의 부정적인 생각은 수용해주고, 긍정적인 생각들은 재진술하여 줌으로써, 자신의 마음속에 상대 학생과 갈등을 해소하고 싶은 욕구가 있음을 발견하도록 촉진한다.
- 이 프로그램을 통해 원하는 것이 무엇인지 자신이 기대하는 모습을 찾아 '나의 바람 1가지' 칸에 구체적인 목표의 형태로 적도록 한다.



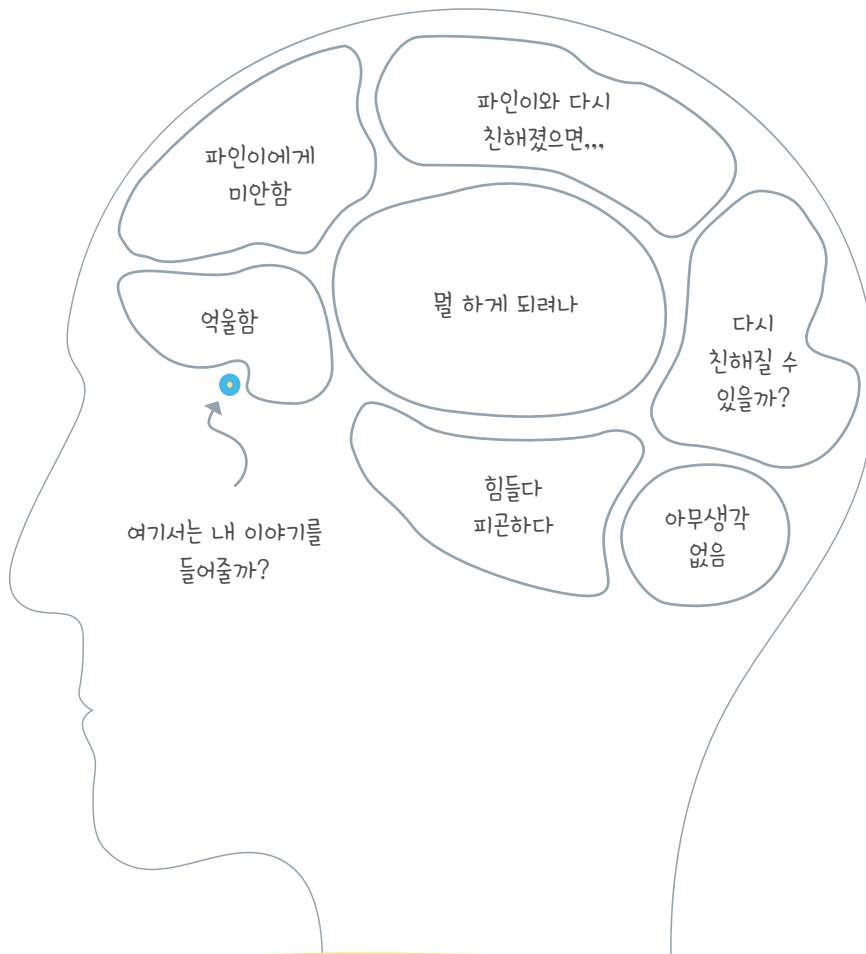
지시문

“여러분은 이 프로그램을 스스로 신청하지는 않았을 수도 있어요. 선생님이나 부모님이 권유했을 수도 있고, 서로에게 오해가 있다면 풀어보고 싶다는 마음이 있어서 이 프로그램을 신청했을 수도 있어요. 그런데 막상 여기에 와서 규칙을 정하고, 또 몇 번을 더 만나야 한다고 생각하니 그만두고 싶은 마음이 들 수도 있어요. 여러분은 지금 어떤 생각이 드나요?”

“지금 머릿속에 무슨 생각들이 가득 차 있는지를 서로 이야기해보면 좋겠어요. 지금 나누어 주는 [활동지 1회기-2]에는 머리가 그려져 있어요. 여기에 지금 어떤 생각을 하고 있는지 한번 그려 볼까요? 감정 단어를 써도 좋고 지금의 마음을 그대로 단어나 문장으로 써도 좋아요.”



활동 예시 2 [활동지 1회기-2]



나의 바람 1가지

이 프로그램이 끝나면 파인이와 화해하고,

다시 예전처럼 돌아가서 떡볶이를 같이 먹을 수 있는

사이가 되었으면 좋겠다.



- 현재 상황에서 느껴지는 감정을 파악할 수 있도록 지금의 생각을 정리하도록 도와주세요. 생각의 크기가 큰 것은 크기를 크게, 작거나 거의 없는 것은 점으로 표현할 수 있습니다. 부정적인 생각이든 긍정적인 생각이든 자유롭게 표현할 수 있도록 도와주시고, 양가적인 감정이 섞여 있다면 그 마음 또한 수용될 수 있도록 공감해 주세요.
- 양가감정은 프로그램에 참여하는 것이 기대되면서도, 걱정되기도 하는 것과 같이 상호 대립하거나 모순되는 2가지의 감정이 공존하는 것을 의미합니다.

긍정적 감정	부정적 감정
선생님이 도와주신다고 하니 화해할 수 있을 것 같아서 조금은 기대가 된다.	선생님이 도와준다고 하더라도 무엇을 하게 될지, 잘할 수 있을지 걱정이다.
여기서는 억울했던 내 마음을 이야기하면 조금이나마 이해받을 수 있을 것 같다.	아무리 내 마음을 이야기해도 이해받지 못할 것 같은데, 괜히 하는 건 아닌지 걱정된다.
이 프로그램을 통해 파인이랑 갈등이 있기 이전으로 돌아갔으면 좋겠다.	이 프로그램을 해봐야 아무 소용이 없을 것 같다.

- 학생들이 부정적인 감정을 이야기하면 “그럴 수 있다. 당연한 감정이다.”라는 말로 감정을 수용해주세요.
- 긍정적인 감정을 이야기하면 “선생님 또한, 기대된다. 기쁘다. 그런 마음이 있다니 반갑다”와 같은 말로 그 감정을 지지해 주세요.
- 활동 예시 2에 제시된 [활동지 1회기-2]는 3회기에도 똑같이 진행됩니다. 프로그램을 시작할 때의 마음과 프로그램이 끝날 때의 마음이 어떻게 변화되는지 비교해 보는 활동으로 연결할 수 있도록 반드시 보관해 주세요.

4. 정리하기

- 첫 시간을 간단히 정리하고, 다음 시간에 대해 안내한다.



“관계회복 프로그램의 첫 시간을 마무리하고자 합니다. 오늘 해본 소감을 짧게 이야기해볼까요?”

“오늘 우리는 앞으로 만나면서 지켜야 할 약속과 규칙들도 정했고, 지금 떠오르는 생각과 감정을 서로에게 이야기하고 듣는 시간도 가졌습니다. 다음에는 00일 00시에 만나서 오늘처럼 자신의 이야기를 하는 시간을 가져보려고 합니다. 파인과 애플이 모두 수고 많았고, 성실히 참여해 주어서 고맙습니다.”



〈구조화란?〉

- 프로그램의 구조화란 첫 시간에 교사가 프로그램의 목표에 대하여 상세하게 설명하여 프로그램에 대해 명확한 이해를 할 수 있도록 돕고, 회기별 진행 과정에 대한 설명이나 집단 내 규칙, 피드백 방법을 안내해 줌으로써 학생들이 프로그램에 잘 몰입할 수 있도록 하는 과정을 말합니다. '구조화' 단계에서는 아래와 같은 내용이 다루어져야 합니다.
- 교사는 프로그램에 참여하는 관련학생들이 자신의 자율적 선택으로 참여했고, 그에 대한 책임을 스스로 지는 것에 대해 충분히 설명함으로써 동기부여를 하는 것이 중요합니다. 즉, 프로그램 안에서 학생들 스스로가 고민하고 적극적으로 참여하는 것이 무엇보다 필요하다는 것을 인식시켜야 합니다.
- 갈등의 주체는 학부모가 아니라 학생들임을 주지시킴으로써 참여 학생들의 자발적인 참여를 독려해야 합니다.
- 두 학생 모두 학교폭력과 관련된 객관적인 사실을 이해하고, 이에 대한 책임을 지겠다는 자세를 가질 때 더 원활하게 진행될 수 있습니다.
- 비밀보장의 범위를 학생들에게 안내해 주어야 합니다. 관계회복 프로그램에서 이야기하는 내용이 부모에게 어느 정도까지 공개될 수 있을지, 비밀보장의 한계와 범위를 학생들에게 미리 알려줄 필요가 있습니다.
- 피해 학생의 경우 사건으로 인하여 불안정한 심리상태에 놓여 있을 가능성이 있고 가해 학생의 경우 프로그램이나 교사에 저항감을 가지는 태도를 보일 수도 있습니다. 이때 교사는 진솔한 태도를 보여 신뢰감을 줌으로써 불안과 저항을 낮출 수 있습니다.

초등 저학년

Tip

- 저학년의 경우 문장을 읽고 쓰는 활동이 어려울 수 있어 저학년 활동지를 활용하도록 합니다.
- 저학년 활동지는 선을 긋거나 그림을 그리는 활동으로 대체되어 있습니다. 교사는 활동지의 내용을 학생들이 충분히 이해할 수 있도록 말로 설명해주고, 학생들이 적극적으로 활동에 참여할 수 있도록 지도해주세요.



약속합니다.

나는 '관계회복 프로그램'에 스스로 열심히 참여할 것이며,
다음 약속을 성실히 지킬 것을 다짐합니다.

- 1 서로 화해하기 위해서 노력하겠습니다.
- 2 나의 의견과 달라도 친구의 이야기를 끝까지 듣고 내 이야기를 하겠습니다.
- 3 내가 말할 때는 상대방을 존중하며 말하겠습니다.
- 4 활동 중에 나온 친구의 비밀을 남에게 알리거나 이용하지 않겠습니다.
- 5 나의 의견을 솔직하게 표현하고 활동에 적극적으로 참여하겠습니다.
- 6
- 7

나은 '관계회복 프로그램'에 참여하는 동안
위의 사항을 반드시 지키겠다고 선생님과 친구들 앞에서 다짐합니다.

20 년 월 일
(이름쓰기)

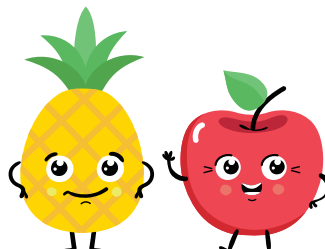
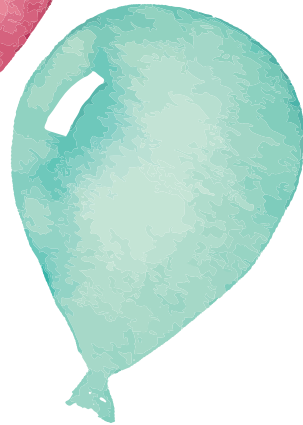
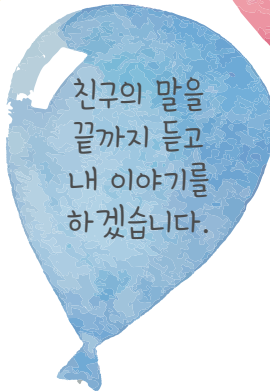
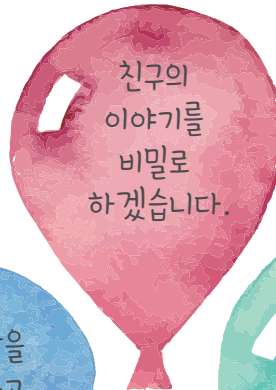
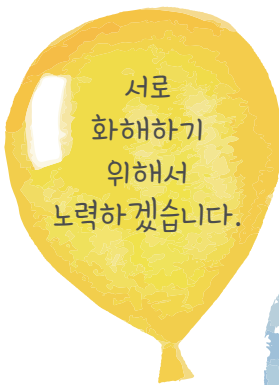


약속합니다.

선생님이 읽어주시는 3가지 약속을 듣고, 내가 잘 지킬 수 있는 약속이라면

아래의 애플리와 파인리에게 풍선을 연결해 주세요.

내가 지키고 싶은 약속이 있다면 빈 풍선 안에 추가해 주세요.





[활동지 1회기-2]

지금 나의 머릿속은?



나의 바람 1가지

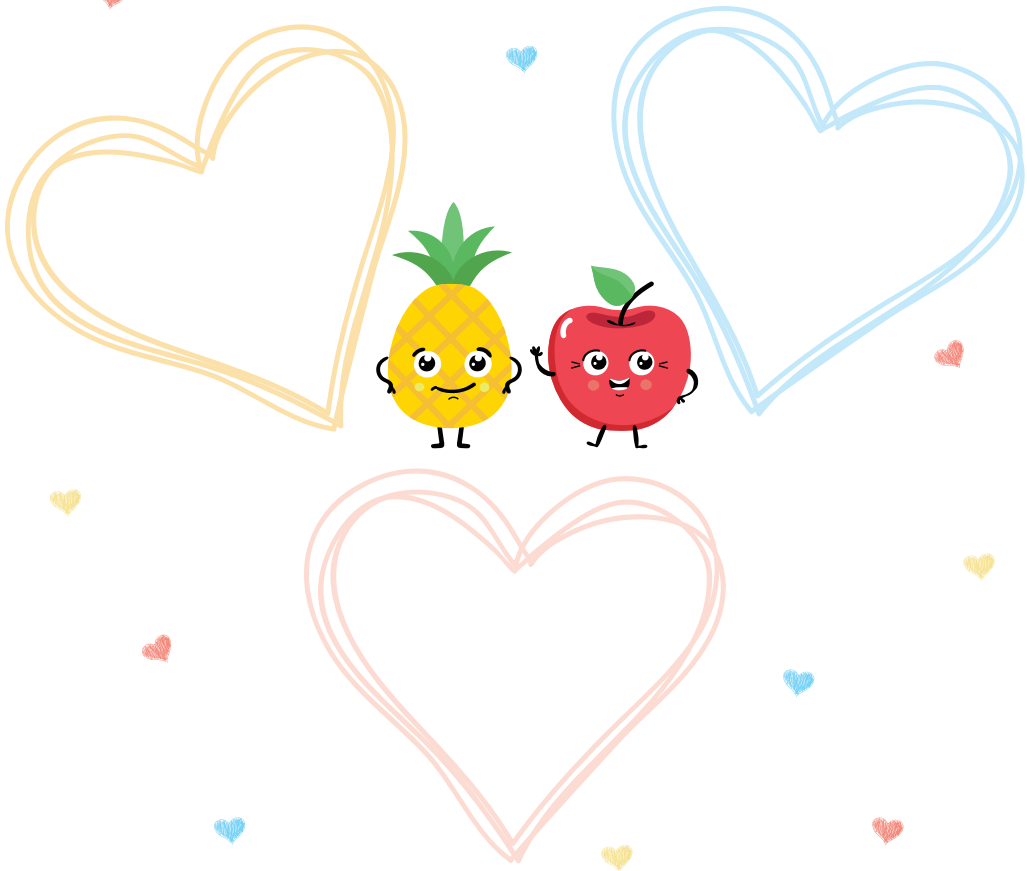
.....

.....

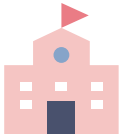


[활동지 1회기-2-저학년]

자신의 마음을 하트에 표현해 주세요. 그림을 그리거나 말로 설명해도 좋습니다.
기분에 맞는 색도 칠해주세요.



지금 내가 가장 바라는 것 1가지는?



02

2회기 (A) 서로의 관점 이해하기



목표

- 관점의 차이로 서로 오해가 발생할 수 있다는 것을 이해한다.
- 갈등상황을 상대방의 관점에서 이해한다.
- 서로 오해한 점을 이야기하며 갈등 관계를 개선한다.



준비물

- 다양한 필기도구



활동지

- [활동자료 2회기(A)-1]
- [활동지 2회기(A)-1], [활동지 2회기(A)-1-저학년]
- [활동지 2회기(A)-2]

1. 관점의 차이 이해하기

- 학생들에게 [활동자료 2회기(A)-1]을 보여주면서 같은 그림도 관점의 차이에 의해 서로 다르게 볼 수 있다는 것을 설명한다. 또한, 오늘의 활동이 이와 관련된 것임을 언급한다.



지시문

“우리 [활동자료 2회기(A)-1]의 그림을 한번 같이 볼까요? 이 그림이 무엇을 나타내고 있는 것 같나요?”

“지금 두 사람이 같은 나무토막들을 앞에 두고 보고 있는데, 왼쪽에 있는 사람은 나무토막의 수가 4개라고 하고 있고, 오른쪽에 있는 사람은 3개라고 하고 있지요? 이 그림은 두 사람 모두 같은 나무토막을 보고 있는데, 서로 다른 쪽에서 보니까 서로 다르게 말을 하는 상황을 표현하고 있어요. 어떤 쪽에서 보느냐에 따라 똑같은 것도 서로 다르게 볼 수 있다는 것을 그림으로 나타낸 거예요.

“오늘 우리가 하게 될 활동도 이렇게 같은 상황을 서로 다른 관점에서 보게 되면 오해가 생길 수 있다는 것과 관련되어 있어요.”

2. 갈등상황을 상대방의 관점에서 이해하기

- 같은 사건에 관해 서로 이야기할 수 있도록 공통으로 다루고 싶은 갈등 유발 사건(행동과 말을 중심으로) 1가지를 상의하여 정하도록 한다.
- 같은 사건이 정해지면 피해 학생에게는 [활동지 2회기(A)-1]을 주고, 가해 학생에게는 [활동지 2회기(A)-2]를 나눠준 후, [활동 예시 1]과 같이 활동지 상단의 파란색 칸에 해당 사건을 요약하여 적도록 한다.



지시문

“오늘 아마 파인리와 애플이 모두 같은 일 때문에 마음이 상해서 여기에 오게 된 걸 거예요. 그런데 같은 일에 대해서도 파인리와 애플이가 서로 다르게 생각하는 부분이 있기 때문에 그 부분에 대해 구체적으로 살펴보고요 해요.

“그러기 위해서는 같은 사건에 대해 우리가 함께 이야기를 나눠봐야 하니까 파인리가 어떤 일로 애플이에게 속상했었는지 구체적인 사건에 대해서 한번 말해볼까요?”

“그럼 이제는 파인리가 얘기한 그 사건을 활동지 윗부분의 파란색 칸에 요약해서 적어볼게요.”

- 피해 학생에게는 [활동 예시 1]과 같이 [활동지 2회기(A)-1]의 1번 칸(왼쪽 사각형)에 가해 학생의 행동과 말에 대한 자신의 생각과 감정을 적도록 하고, 2번 칸(오른쪽 사각형)에는 가해 학생이 그런 행동과 말을 한 이유가 무엇일지 추측해서 적도록 한다.
- 가해 학생에게는 [활동지 2회기(A)-2]의 1번 칸(오른쪽 사각형)에 자신이 왜 그런 말과 행동을 했는지 자신의 행동 의도를 적도록 하고, 2번 칸(왼쪽 사각형)에는 피해 학생이 내 말과 행동에 대해 어떤 생각이나 느낌이 들었을 것 같은지 추측해서 적도록 한다.



지시문

“지금 적은 그 일에 대해서 나는 어떤 생각을 했는지 파인이는 [활동지 2회기(A)-1]의 1번(왼쪽) 칸에 적고, 애플이는 [활동지 2회기(A)-2]의 1번(오른쪽) 칸에 적어볼게요. 그 당시에 속으로 어떤 생각을 했는지 적는 거예요. 그때 자신이 했던 말이나 행동에 대해 적어도 좋고 당시의 느낌을 적어도 돼요.”

“다 적었으면 그 사건에서 애플이는 파인이가, 파인이는 애플이가 어떤 생각을 했을지 추측해서 활동지의 나머지 칸에 적어보도록 할게요. 파인이는 [활동지 2회기(A)-1]의 2번(오른쪽) 칸에 적고, 애플이는 [활동지 2회기(A)-2]의 2번(왼쪽) 칸에 적는 거예요. 친구는 그 당시 어떤 생각을 했을지, 그때 친구는 어떤 느낌이 들었을지 자세하게 적으면 돼요.”



Tip

활동팁

- 학생들의 갈등이 장기간 여러 번 반복되어 하나의 사건을 상정하기 어려운 경우 피해 학생의 사례를 우선으로 교사가 주요 갈등사건 1가지를 선택해서 진행하도록 합니다.
- 관련학생이 다수일 경우 활동지를 여러 장 출력하여 활용할 수 있습니다.



활동 예시 1 [활동지 2회기(A)-1], [활동지 2회기(A)-2]

친구와 무슨 일이 있었나요?

(친구와 있었던 속상했던 일을 적어보세요)

파인이의 활동 예시



예시) 복도에서 애플이가 뛰어다가 파인이와 부딪혔는데,
파인이가 중심을 잃고 넘어져서 코피가 났다



1. 친구가 한 행동과 말에 대한 내 생각은?

나는 아무것도 모르고 복도를 지나가고 있었고 애플이는 내가 오는 것을 보고도 내 방향으로 뛰어와서 나를 넘어지게 만들었어. 친구들이 다 보고 있었는데 넘어지고 코피가 나서 정말 창피했고 내가 제일 좋아하는 옷에 코피가 묻어서 완전 짜증 났었어!

2. 친구가 나에게 그런 행동과 말을 한 이유는?

애플이는 평소에 나를 싫어했기 때문에 일 부러 내가 지나가는 걸 보고 뛰어 나와서 나를 넘어지게 만든거야. 그리고 나한테 미안하다는 말도 안하고 가버렸잖아. 일부러 그렇게 아니라는 말은 전부 거짓말이야.

친구와 무슨 일이 있었나요?

(친구와 있었던 속상했던 일을 적어보세요)

애플이의 활동 예시



예시) 복도에서 애플이가 뛰어다가 파인이와 부딪혔는데,
파인이가 중심을 잃고 넘어져서 코피가 났다

2. 내가 한 행동과 말에 대한 친구의 생각은 어떨까?

파인이는 원래 나랑 사이가 안 좋았으니까 내가 일부러 그랬다고 생각할거야. 나도 그때 너무 아팠고, 또 화장실이 급해서 부딪히고 나서 바로 화장실로 달려갈 수밖에 없었는데. 제대로 사과도 못 받았으니 속상하긴 했을거야.

1. 내가 친구에게 그런 행동과 말을 한 이유는?

수업시간 내내 화장실을 가고 싶었는데 선생님이 못 가게 하셔서 겨우 참았어. 그래서 종이 치자마자 달려 나간 건데 하필이면 그때 파인이가 있었고 빨리 피할 수가 없어서 부딪힌 것뿐이야. 코피 난 것도 나는 나중에 알았어. 나도 많이 아팠단 말이야. 나는 정말 억울하다고!!



- 각각 [활동지 2회기(A)-1]과 [활동지 2회기(A)-2]를 작성한 후에는 [활동 예시 2]의 A 접는 부분과 같이 두 학생이 작성한 내용을 한눈에 볼 수 있도록 [활동지 2회기(A)-2]의 갈등사건을 적은 곳을 접고, [활동지 2회기(A)-1]의 아래에 붙여서 [활동 예시 3]과 같이 한 장의 그림으로 만듭니다.



활동 예시 2 [활동지 2회기(A)-2]

A. 접는 부분

친구와 무슨 일이 있었나요?

(친구와 있었던 속상했던 일을 적어보세요)

예시) 복도에서 애플이가 뛰어다니다 파인리와 부딪혔는데,
파인리가 중심을 잃고 넘어져서 코피가 났다

2. 내가 한 행동과 말에 대한 친구의 생각은 어떨까?

파인리는 원래 나랑 사이가 안 좋았으니깐
내가 일부터 그랬다고 생각할거야. 나도
그때 너무 아팠고, 또 화장실이 급해서
부딪히고 나서 바로 화장실로 달려갈 수밖에
없었는데, 제대로 사과도 못 받았으니 속상
하긴 했을거야.

1. 내가 친구에게 그런 행동과 말을 한 이유는?

수업시간 내내 화장실을 가고 싶었는데
선생님이 못 가게 하셔서 겨우 참았어. 그래서
종이 치자마자 달려 나간 건데 하필이면
그때 파인리가 있었고 빨리 피할 수가 없어서
부딪힌 것뿐이야. 코피 난 것도 나는 나중에
알았어. 나도 많이 아팠단 말이야. 나는 정말
억울하다고!!



활동 예시 3 [활동지 2회기(A)-1], [활동지 2회기(A)-2]

친구와 무슨 일이 있었나요?

(친구와 있었던 속상했던 일을 적어보세요)

예시) 복도에서 애플이가 뛰어다니다 파인리와 부딪혔는데,
파인리가 중심을 잃고 넘어져서 코피가 났다

1. 친구가 한 행동과 말에 대한 내 생각은?

나는 아무것도 모르고 복도를 지나가고 있
었고 애플이는 내가 오는 것을 보고도 내
방향으로 뛰어와서 나를 넘어지게 만들었
어. 친구들이 다 보고 있었는데 넘어지고
코피가 나서 정말 창피했고 내가 제일 좋
아하는 옷에 코피가 묻어서 완전 짜증 났
었어!

2. 친구가 나에게 그런 행동과 말을 한 이유는?

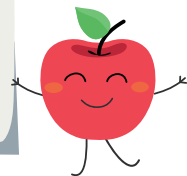
애플이는 평소엔 나를 싫어했기 때문에 일
부터 내가 지나가는 걸 보고 뛰어 나와서
나를 넘어지게 만들거야. 그리고 나한테
미안하다는 말도 안하고 가버렸잖아. 일부
러 그렇게 아니라는 말은 전부 거짓말이
야.

2. 내가 한 행동과 말에 대한 친구의 생각은 어떨까?

파인리는 원래 나랑 사이가 안 좋았으니깐
내가 일부터 그랬다고 생각할거야. 나도
그때 너무 아팠고, 또 화장실이 급해서
부딪히고 나서 바로 화장실로 달려갈 수밖에
없었는데, 제대로 사과도 못 받았으니 속상
하긴 했을거야.

1. 내가 친구에게 그런 행동과 말을 한 이유는?

수업시간 내내 화장실을 가고 싶었는데
선생님이 못 가게 하셔서 겨우 참았어. 그래서
종이 치자마자 달려 나간 건데 하필이면
그때 파인리가 있었고 빨리 피할 수가 없어서
부딪힌 것뿐이야. 코피 난 것도 나는 나중에
알았어. 나도 많이 아팠단 말이야. 나는 정말
억울하다고!!





- 학생들에게 [활동지 2회기(A)-1], [활동지 2회기(A)-2]에 내용을 직접 쓰도록 하는 활동 대신 포스트잇을 사용하여 각각 1번과 2번의 내용을 작성하게 하고, 해당 칸에 붙여 넣는 것으로 변형하여 진행할 수 있습니다.

- 피해 학생에게 자신이 적은 1번과 2번의 내용에 관해 설명하게 한다. 이어서 가해 학생에게도 같은 방식으로 1번과 2번의 내용에 관해 설명하게 한다.



“이렇게 붙여서 보면 왼쪽은 파인이가 관련된 내용이고 오른쪽은 애플이와 관련된 내용이에요. 그리고 파인이가 적은 1번과 애플이가 적은 1번은 사실 같은 사건에 대해 말하고 있는데 서로의 관점에서 적은 거고, 2번은 각자의 관점에서 친구의 생각에 대해 추측해 본 내용이에요. 그럼 먼저 파인이가 자신이 적은 1번과 2번에 대해 설명해주세요.”

“다음은 애플이가 자신이 적은 1번과 2번을 설명해주세요.”

- 피해 학생에게 자신이 적은 1번의 내용과 가해 학생이 적은 1번의 내용이 어떠한 점에서 차이가 있는지 비교하게 하고 그 차이를 말하도록 한다. 이어서 가해 학생에게도 같은 방식으로 자신의 2번 칸과 피해 학생의 2번 칸을 비교하게 하고 그 차이를 말하도록 한다.



“같은 사건에 대해서도 이렇게 서로 다르게 생각했다는 게 이번 활동을 통해 드러난 것 같아요. 그럼 이번에는 파인이가 적은 1번과 애플이가 적은 1번이 어떤 점에서 차이가 있는지 파인이가 이야기해볼까요?”

“이번에는 파인이가 적은 2번과 애플이가 적은 2번이 어떤 점에서 차이가 있는지 애플이가 이야기해주세요.”

3. 서로 오해한 점을 이야기하며 갈등 관계를 개선하기

- 활동을 통해 해당 사건에서 오해가 발생한 원인이 무엇인지를 가해 학생이 먼저 피해 학생의 관점에서 말해보게 한다.



지시문

“오늘 활동을 통해서 각자의 관점에서 생각하느라 친구의 관점에서 생각해보지 못했던 것을 알게 되었을 거예요. 그럼 애플이가 먼저 파인이 입장에서 이번 일을 생각해봤을 때 어떤 점이 속상했을 것 같은지 이야기해볼까요?”

- 다음으로 피해 학생에게 가해 학생의 이야기를 들은 후 자신의 마음에 대해 가해 학생이 충분히 공감하고 이해한 것인지에 대해 질문한다. 아직 여전히 가해 학생이 피해 학생의 관점에서 충분히 공감하지 못하고 있는 것 같다고 대답하는 경우 어떠한 점에서 그렇게 생각하는지 구체적으로 이야기하여 서로의 입장에 공감할 수 있도록 돕는다.



지시문

“파인이는 이 이야기를 들으니까 어떤 생각이 드나요? 애플이가 파인이의 입장에서 충분히 이 문제를 생각해본 것 같나요?”

“아직 애플이가 파인이의 마음을 잘 이해하지 못한 것 같다면 어떤 부분에서 그렇게 느끼는지 이야기해줄 수 있을까요? 그래야 애플이가 파인이의 마음을 더 잘 이해할 수 있을 것 같아요.”



Tip

활동팁

- 학생들이 오해의 원인을 스스로 깨닫지 못하는 경우 교사가 직접 어떤 점에서 오해가 발생했는지를 구체적으로 설명해줍니다.
- 본 회기의 가장 큰 핵심은 오해의 원인을 깨닫고 이를 바탕으로 오해를 풀도록 돕는 것이기 때문에 이 부분이 가장 중요하므로 충분히 서로의 이야기를 듣고 서로의 입장에서 생각해볼 수 있도록 지도합니다.

- 서로가 오해하고 있었던 점을 발견한 후에는 자신이 오해했던 점을 상대방에게 솔직하게 얘기하게 함으로써 오해를 풀도록 돕는다.



지시문

“파인이의 이야기를 들어보니 애플이는 어떤 생각이 드나요?”

“그럼 마지막으로 서로에게 오해했던 부분을 솔직하게 얘기하고 사과의 표현을 해보도록 해요. 먼저 애플이부터 이야기하고, 파인이가 이야기해볼게요.”

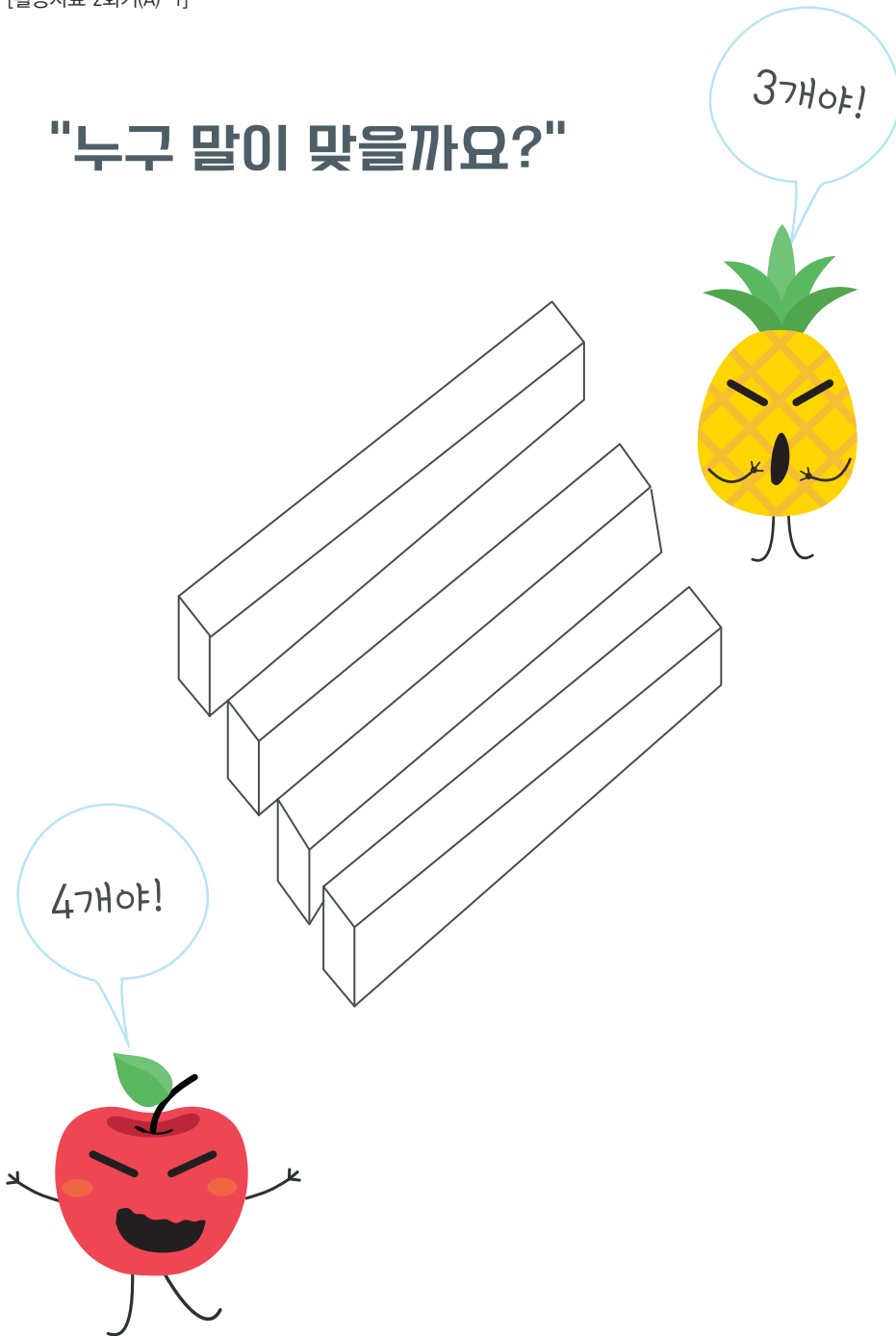
초등
저학년

Tip

- 저학년의 경우 자신의 생각과 친구의 생각을 구분하여 적고 이해하는 것이 어려울 수 있으므로 저학년용 활동지를 활용하도록 합니다.
- 동일한 사건을 각자의 관점에서 그린 후 설명하도록 함으로써 서로의 입장에 대해 이해하는 것에 초점을 맞춰서 진행하도록 합니다.



"누구 말이 맞을까요?"





친구와 무슨 일이 있었나요?

(친구와 있었던 속상했던 일을 적어보세요)

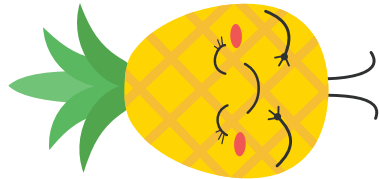
Blank area for writing with dashed lines.

1. 친구가 한 행동과 말에 대한
내 생각은?

Blank area for writing with dashed lines.

2. 친구가 나에게 그런 행동과
말을 한 이유는?

Blank area for writing with dashed lines.





친구와 무슨 일이 있었나요?

(친구와 있었던 속상했던 일을 적어보세요)

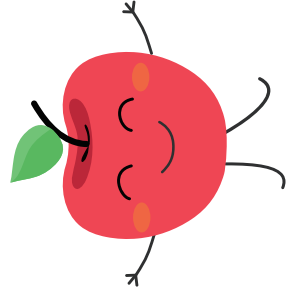
Blank area for writing, featuring two horizontal dashed lines.

2. 내가 한 행동과 말에 대한
친구의 생각은 어떨까?

Blank area for writing, featuring five horizontal dashed lines.

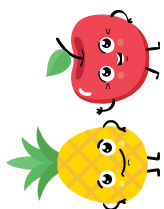
1. 내가 친구에게 그런 행동과
말을 한 이유는?

Blank area for writing, featuring five horizontal dashed lines.

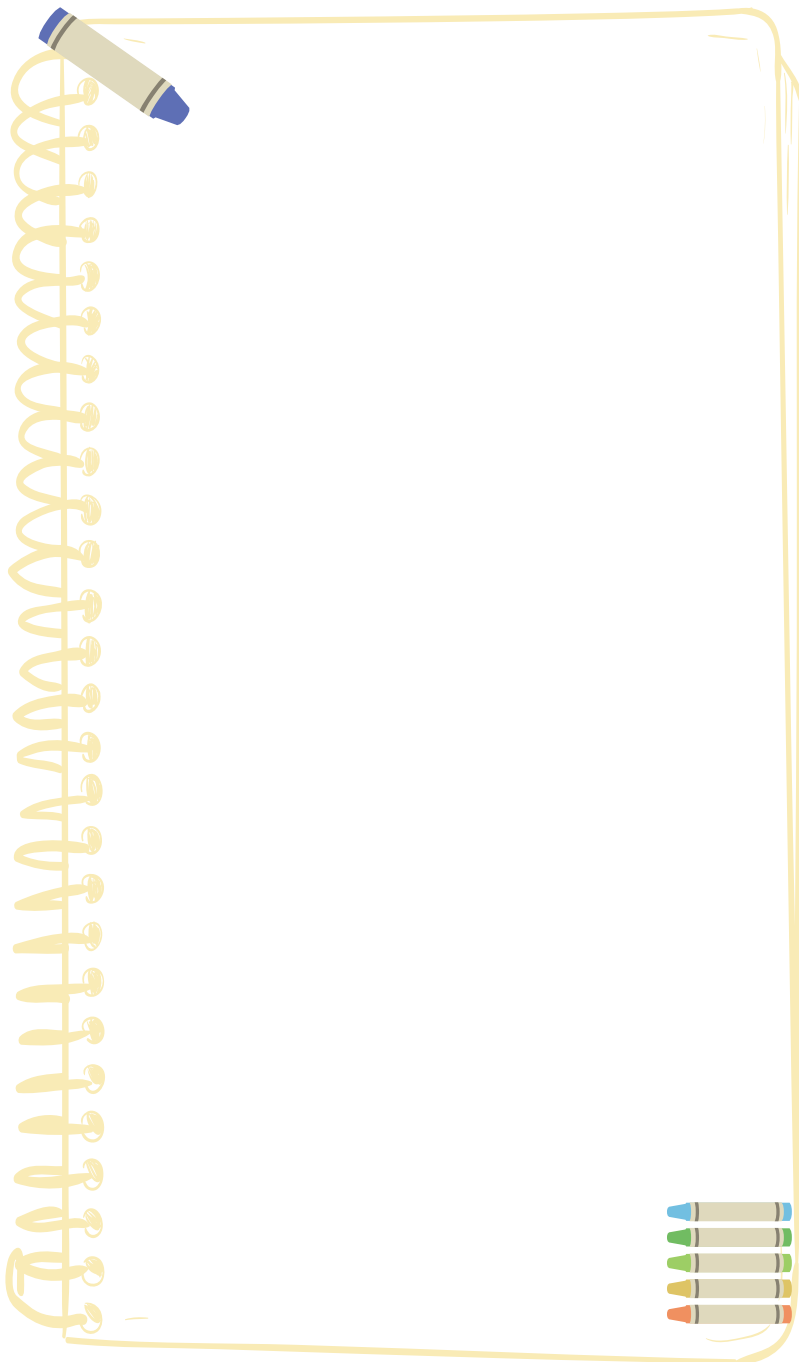


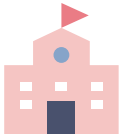


[활동지 2회기(A)-1-저학년]



친구와 있었던 속상했던 일을
그림으로 그린 후 설명해 주세요.





03

2회기 (B)

미해결 감정을 표현하고 해결하기



목표

- 상대방과의 관계에서 자신의 미해결 감정을 이해한다.
- 상대방과의 관계에서 자신의 감정을 표현할 수 있다.
- 상대방의 감정을 이해하고 표현해서 서로의 미해결 감정을 줄인다.



준비물

- 다양한 필기도구



활동지

- [활동자료 2회기(B)-1]
- [활동지 2회기(B)-1], [활동지 2회기(B)-1-저학년]

1. 상대방과의 관계에서 미해결 감정을 이해하기

- 두 학생에게 [활동자료 2회기(B)-1]의 감정 단어들을 보여주고 최근에 상대방과의 관계에서 느꼈던 감정이 어떤 것인지 각자 고르게 한다.
- 두 학생이 각자 자신이 고른 감정 단어를 [활동지 2회기(B)-1] 중 1번에 적도록 한다.



지시문

“두 친구가 최근 서로의 관계에서 느꼈던 감정이 어떤 것들인지 잠시 생각해볼까요? 아마 그 감정들은 여러 감정일 텐데 자신에게 떠오르는 감정들을 있는 그대로 표현해보세요. 만약에 감정들이 잘 떠오르지 않는다면 감정 단어들이 적혀있는 활동자료를 참고해서 3가지 정도만 골라 적어보세요.”



Tip

활동팁

- [활동지 2회기(B)-1] 중 1번 작성 시, 먼저 표현한 감정과 비슷한 감정도 표현하게 하고, 그 감정과 상반된 감정을 느낄 수도 있으니 활동자료를 참고하여 최대한 다양하게 표현할 수 있도록 촉진해주세요.

- 두 학생에게 [활동지 2회기(B)-1] 중 2번에는 1번에 적은 감정을 최근에 느꼈던 상황을 적게 한다.



지시문

“친구와의 관계에서 최근 느꼈던 3가지 감정 단어를 적어봤는데 친구와 그러한 감정을 느꼈던 구체적인 상황에 대해서도 활동지에 각자 하나씩만 적어보세요.”



Tip

활동팁

- [활동지 2회기(B)-1] 중 2번은 하나의 상황을 최대한 구체적으로 표현할 수 있도록 지도해주세요. 두 사람의 상황이 정확히 일치하지 않아도 상관은 없지만, 서로가 다루는 사건맥락은 같은 것으로 설정할 수 있도록 지도해주세요.



활동 예시 1 [활동지 2회기(B)-1]

1. 최근 친구와의 관계에서 내가 느꼈던 감정단어를 적어봅시다.

파인어의 활동 예시



불쾌한

속상한

분한

2. 친구와의 관계에서 위와 같은 감정을 느꼈던 상황을 적어봅시다.

친하게 지내던 애플이가 갑자기 다른 친구들한테 내 욕을 했다.

1. 최근 친구와의 관계에서 내가 느꼈던 감정단어를 적어봅시다.

애플이의 활동 예시



화나는

절망스러운

외로운

2. 친구와의 관계에서 위와 같은 감정을 느꼈던 상황을 적어봅시다.

내 단짝인 파인이가 나보다 망고랑 더 친하게 되었다.

2. 자신의 미해결 감정을 표현하기

- 두 학생에게 [활동지 2회기(B)-1] 중 1번과 2번에 정리한 감정과 상황을 바탕으로 3번에는 상대방에게 하고 싶은 말을, 4번에는 상대방에게 듣고 싶은 말을 적게 한다.



지시문

“최근에 친구에게 느끼는 감정과 그 감정을 느끼게 하는 상황에 대해서 적어보았는데, 이러한 상황에서 내가 친구에게 하고 싶었거나 지금 하고 싶은 말이 어떤 것인지 잠시 생각해 보세요. 생각을 다 한 후, 그 내용을 3번에 적어보세요.”

“친구에게 하고 싶은 말을 다 적었으면 똑같이 내가 친구에게 듣고 싶은 말도 있을 것 같아요. 그 내용도 잠시 생각해 보고 4번에 적어보세요.”



Tip

활동팁

- [활동지 2회기(B)-1] 중 3번과 4번은 구체적으로 표현하게 하되 4번의 듣고 싶은 말은 3번의 하고 싶은 말과 관련되어 있어서 아래의 활동 예시 2와 같이 그 이유가 충분히 설명될 수 있도록 지도해주세요.



활동 예시 2 [활동지 2회기(B)-1]

3. 내가 친구에게 정말로 하고 싶은 말

파인이의 활동 예시



네가 내 욕을 다른 애들한테
한 걸 알고 화가 났어.

네가 내 욕을 해서
너랑 더 이상 놀고 싶지 않았어.

4. 내가 친구에게 정말로 듣고 싶은 말

갑자기 왜 다른 친구들한테
내 욕을 했는지 설명해줘.

다른 친구들한테 내 욕을 해서
미안하다고 사과해줘.

3. 내가 친구에게 정말로 하고 싶은 말

애플이의 활동 예시



네가 나보다 망고랑 더 친하게
지내는 것 같아서 너무 서운하고 외로웠어.

네가 나를 일부러 피하는 것 같아서
화가 나고 너가 미웠어.

4. 내가 친구에게 정말로 듣고 싶은 말

내가 망고랑 더 친하게 지내서
너를 서운하게 해서 미안해.

너는 여전히 나의 단짝이야.
예전처럼 잘 지내자.

- 두 학생이 [활동지 2회기(B)-1] 전체 작성을 마무리하면 한 명씩 자신이 작성한 내용을 발표하게 한다.



지시문

“[활동지 2회기(B)-1]이 모두 다 완성했으면 서로 쓴 것을 이야기해보도록 해요. 먼저 파인이가 최근 애플이와의 관계에서 느꼈던 감정과 그러한 감정을 느꼈던 상황에 관해서 이야기해보세요. 그리고 그 상황에서 파인이가 애플이에게 하고 싶었던 말이 무엇이었는지, 또 애플이에게 듣고 싶은 말은 무엇이었는지 쓴 내용을 보면서 자세하게 이야기해보세요. 애플이는 듣는 동안 파인의 입장에서 어떤 느낌일지 생각해보면서 들어보세요.”

“이번에는 애플이가 최근 파인이와의 관계에서 느꼈던 감정과 그러한 감정을 느꼈던 상황에 관해서 이야기해보도록 해요. 그리고 그 상황에서 애플이가 파인에게 하고 싶었던 말이 무엇이었는지, 또 파인에게 듣고 싶은 말을 무엇이었는지 쓴 내용을 보면서 자세하게 이야기해보세요. 파인도 마찬가지로 애플이의 입장에서 어떤 느낌일지 생각해보면서 들어보세요.”

“친구의 이야기를 들으면서 각자 떠오르는 생각과 느낌들이 있을 텐데 잘 기억하고 있다가 잠시 뒤에 다시 이야기해보도록 해요.”



Tip

- 두 학생이 자신이 작성한 것을 차분하게 표현하고 또 들 때는 최대한 상대방의 관점에서 공감적으로 들 수 있도록 지도해주세요. 두 학생이 각자 듣고 싶어 하는 말은 교사가 기억할 필요가 있으므로 따로 메모해 놓는 것도 좋습니다.

3. 상대방의 미해결 감정을 이해하고 이해한 바를 표현해서 서로의 미해결 감정을 줄이기

- 두 학생에게 상대방의 감정과 자신에게 하고 싶은 말을 듣고 어떤 생각과 느낌이 드는지 서로 나누게 한다. 먼저 피해 학생이 가해 학생의 이야기를 듣고 난 후 드는 생각과 느낌을 나누고 이후 가해 학생이 피해 학생의 생각과 느낌을 나누도록 한다.



지시문

“두 친구가 모두 자신의 이야기를 마쳤는데 먼저 파인이부터 듣고 난 느낌을 이야기해보도록 해요. 파인은 애플이가 표현한 감정과 하고 싶은 말을 듣고 어떤 생각이나 느낌이 드는지 이야기해볼까요? 애플이가 이야기한 내용 중에서 어떤 부분을 새로 알게 되었고 애플이를 이해하는 데 도움이 된 것 같은지 이야기해보세요.”

“그다음은 애플이 차례예요. 애플이는 파인이가 표현한 감정과 하고 싶은 말을 듣고 어떤 생각이나 느낌이 드는지 이야기해볼까요? 파인이가 이야기한 내용 중에서 어떤 부분을 새로 알게 되었고 파인을 이해하는 데 도움이 된 것 같은지 이야기해보세요.”

“혹시 두 친구 중에 더하고 싶은 말이 있는 친구가 있나요?”



- 두 학생이 서로 이야기를 나누는 과정에 추가로 하고 싶은 말이 있다면 서로가 서로에 대한 이해를 풍부하게 할 수 있는 선에서 유연하게 촉진해주세요.
- 이 활동은 이번 회기 중 두 학생이 서로의 입장에 대해 이해할 수 있는 가장 중요한 과정으로 최대한 상대방의 관점에서 듣고 이해하도록 도와주세요. 그리고 그 이해한 바를 가능한 공감적으로 표현하도록 지도해주세요.

- 두 학생이 상대방에게 하고 싶은 말에 대해 느낀 점을 나누었던 것을 바탕으로 상대방이 듣고 싶은 말을 서로에게 표현한다.



“자 이제 친구가 듣고 싶어 하는 말을 표현해보는 시간인데 먼저 애플이부터 파인에게 듣고 싶은 말을 표현해보도록 해요.”
 “그다음으로 파인도 애플이에게 듣고 싶은 말을 표현해보도록 해요.”



- 두 학생이 상대방이 듣고 싶어 하는 말에 모두 동의하지 못할 수도 있습니다. 그런 경우 서로에게 그 이유에 대해서 충분히 설명하게 하고 할 수 있는 선에서 표현하도록 지도해주세요.
- 이 활동은 언어적인 표현뿐만 아니라 말투나 표정 등과 같은 비언어적인 표현에서도 최대한 진정성을 담아 표현될 수 있도록 도와주세요.

- 두 학생이 오늘 활동을 한 후 느낀 점을 간단하게 나눈다.



“오늘 서로의 감정과 서로 하고 싶고 또 듣고 싶었던 말을 나누는 시간을 가졌는데 지금 어떤 느낌이 드는지 간단히 이야기해 보도록 해요.”



- 이 회기가 잘 정리되어 마칠 수 있도록 마지막으로 교사가 학생들이 나눈 내용에 대해서 요약해서 정리해주세요.

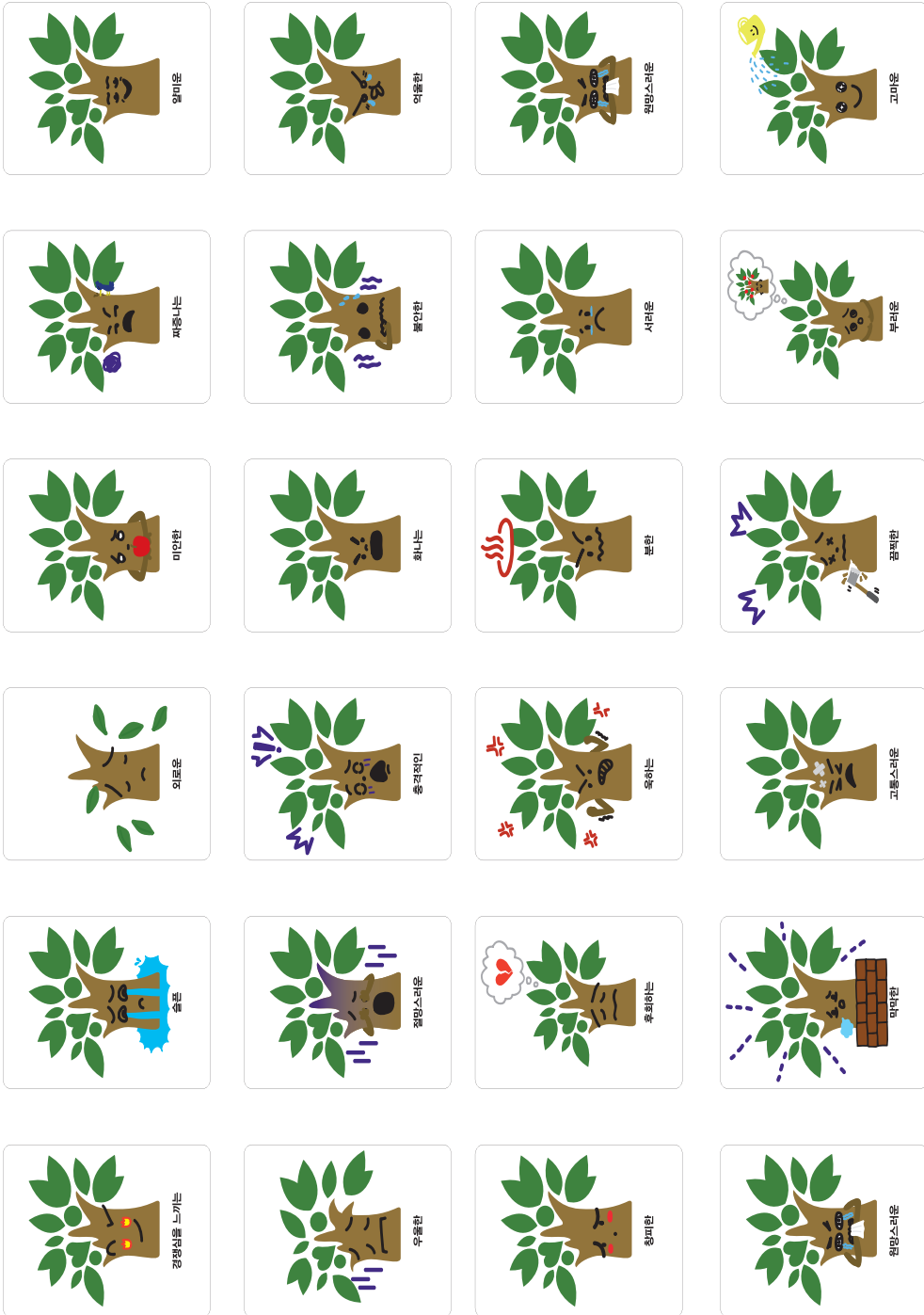
초등
저학년

Tip

- 저학년의 경우 문장을 읽고 쓰는 활동이 어려울 수 있으므로, 저학년용 활동지 [활동지 2회기(B)-1-저학년]을 활용하도록 합니다.
- 친구와 지내면서 느꼈던 감정을 [활동자료 2회기(B)-1]에 있는 감정 단어를 직접 오려서 붙여보고, 그 상황을 이야기해보도록 합니다. 서로가 느꼈던 감정과 경험했던 상황을 충분히 이야기한 후, 각자 하고 싶었던 말과 듣고 싶은 말을 이야기할 수 있도록 진행하도록 합니다.



[활동자료 2회기(B)-1]





[활동지 2회기(B)-1]

1. 최근 친구와의 관계에서 내가 느꼈던 감정단어를 적어봅시다.

2. 친구와의 관계에서 위와 같은 감정을 느꼈던 상황을 적어봅시다.

.....

.....

.....

3. 내가 친구에게 정말로 하고 싶은 말

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. 내가 친구에게 정말로 듣고 싶은 말

.....

.....

.....

.....

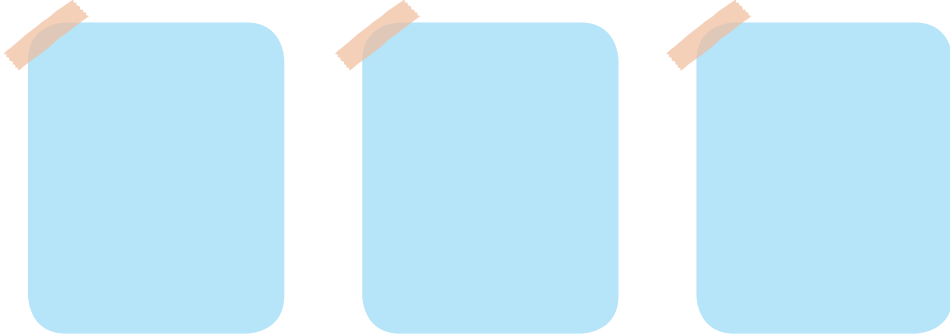
.....

.....

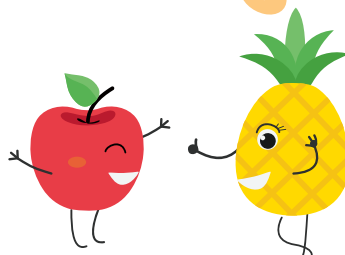


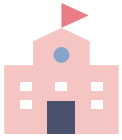
[활동지 2회기(B)-1-저학년]

1. 요즘 친구와 지내면서 느꼈던 감정단어를 오려서 붙이고,
그 상황을 말해보세요.



2. 내가 하고 싶었던 말과 친구에게 듣고 싶은 말을
이야기해봅시다.





04

2학기 (C) 사이버폭력의 갈등 해결하기



목표

- 사이버폭력의 종류와 특징을 이해한다.
- 사이버폭력의 상황을 상대방의 관점에서 이해한다.
- 사이버폭력의 특징과 심각성을 이해한다.
- 사이버폭력으로 인한 갈등을 해결한다.



준비물

- 다양한 필기도구



활동지

- [활동자료 2학기(C)-1], [활동자료 2학기(C)-2]
- [활동지 2학기(C)-1]
- [활동지 2학기(C)-2]
- [활동지 2학기(C)-3]

1. 사이버폭력의 종류와 특징 이해하기

- 사이버폭력의 유형과 관련된 그림이 있고, 그 그림에 대한 설명이 적혀있는 [활동자료 2회기(C)-1]을 학생들이 볼 수 있도록 책상에 놓는다.
- 먼저 피해 학생에게 가해 학생과의 갈등을 유발한 사건이 어떤 사건이었는지에 대해 이야기해보도록 한다.
- 이야기를 나눈 후에, 두 학생이 경험한 사건을 사이버폭력이라고 부른다는 것을 설명하고, 앞에 제시된 [활동자료 2회기(C)-1]의 그림을 보며 피해 학생이 경험한 사이버폭력의 유형은 무엇인지 고르게 한다. 그 후 그 그림을 선택한 이유는 무엇인지 질문을 한다.
- 피해 학생이 대답한 후에 가해 학생에게도 같은 질문을 한다.



지시문

“오늘은 두 사람이 여기에 오게 된 사건과 관련된 사이버폭력에 대해 함께 이야기를 나눠보려고 해요. 사이버폭력은 교실에서 경험하는 학교폭력과는 조금 다른데, 컴퓨터나 스마트폰과 같은 기기들을 통해서 친구를 괴롭히는 행동을 말해요. 그럼 먼저 파인이가 둘 사이에 어떤 일이 있었는지 이야기해볼까요?”

“자, 지금 앞에 그림이 있죠? 그림을 자세히 보면 사이버폭력의 다양한 유형들이 적혀있어요. 두 사람이 경험한 사건도 이 유형 안에 있을 거예요. 앞에 있는 그림 중에 파인이가 경험한 사이버폭력은 어느 유형인 것 같나요? 설명을 잘 읽어보고, 한번 골라볼까요? 그리고 그 그림을 고른 이유를 설명해주세요?”

“이번에는 애플이가 이번에 있었던 사건이 사이버폭력 유형 중 어느 유형인 것 같은지 이야기해볼까요? 왜 그렇게 생각하나요?”



Tip

활동팁

- 두 학생이 경험한 사건은 사이버폭력의 유형 중 어디에 해당이 되는지를 고를 때 복수 응답도 가능하다는 것을 이야기해줍니다.

2. 사이버폭력의 상황을 상대방의 관점에서 이해하기

- 두 학생의 이야기가 끝나면 가해 학생에게는 자신이 어떤 행동을 했는지에 대해 적을 수 있는 [활동지 2회기(C)-1]을 주고, 피해 학생에게는 자신이 경험한 피해는 무엇이었는지를 쓸 수 있는 [활동지 2회기(C)-2]를 주면서 활동지 내용에 답하도록 한다.
- 가해 학생부터 자신이 적은 내용에 대해 이야기하도록 하고, 피해 학생이 그 뒤를 이어서 이야기하도록 한다.
- 두 학생이 인식하는 피해의 정도가 서로 다를 수 있도록 [활동지 2회기(C)-1]과 [활동지 2회기(C)-2]를 [활동예시 1]처럼 두 학생이 볼 수 있도록 책상 앞에 나란히 놓는다.



지시문

“지금 나눠준 활동지에 애플이는 자신이 파인이에게 한 행동이 무엇이었는지에 대해 쓰고, 파인이는 애플이의 행동으로 인해 겪은 일들이 무엇이었는지에 대해 구체적으로 써주세요.”

“다 썼으면 먼저 애플이가 파인이에게 어떤 행동을 했는지 활동지에 쓴 내용을 보면서 이야기해볼까요?”

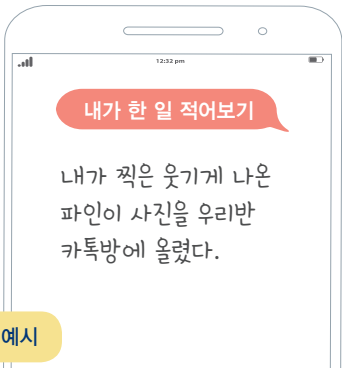
“다음은 파인이가 애플이의 행동 때문에 어떤 어려움을 겪었는지 활동지에 쓴 내용을 보면서 이야기해주세요.”

“애플이는 파인이의 이야기를 듣고 나니 어떤 생각이 드나요?”

“애플이는 자신이 한 행동이 얼마나 파인이에게 큰 피해를 주었는지에 대해 파인이의 이야기를 통해서 구체적으로 알게 되었을 거예요. 그러면서도 한편으로는 그렇게까지 일이 커질 줄 모르고 한 부분도 있었기 때문에 파인이의 이야기를 들으면서 놀랐을 것 같기도 해요. 애플이가 한 행동과 파인이가 경험한 일들 사이에 어떤 것이 있었길래 이렇게 큰 차이가 나게 된 걸까요? 이제 그 이유가 무엇일지에 대해 이야기해 볼 거예요. 애플이가 한 행동이 파인이에게는 큰 상처로 돌아오게 된 이유는 바로 사이버폭력이 가진 특징과 관련되어 있어요.”



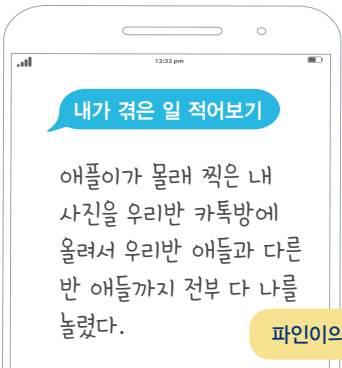
활동 예시 1 [활동지 2회기(C)-1], [활동지 2회기(C)-2]



내가 한 일 적어보기

내가 찍은 웃기게 나온 파인이 사진을 우리반 카톡방에 올렸다.

 애플이의 활동 예시



내가 겪은 일 적어보기

애플이가 몰래 찍은 내 사진을 우리반 카톡방에 올려서 우리반 애들과 다른 반 애들까지 전부 다 나를 놀렸다.

 파인이의 활동 예시

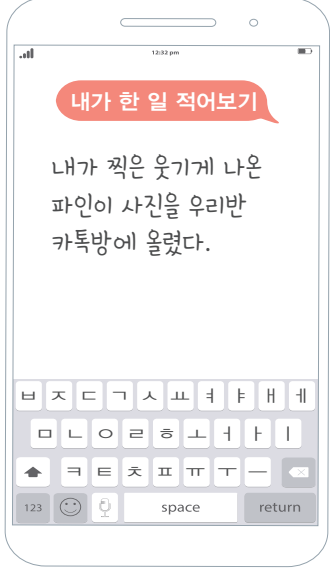
3. 사이버폭력의 특징과 심각성을 이해하기

- 사이버폭력의 특징에 대한 설명이 적힌 [활동자료 2회기(C)-2]를 가운데에 놓고 왼쪽에는 가해 학생의 [활동지 2회기(C)-1]을, 오른쪽에는 피해 학생의 [활동지 2회기(C)-2]를 나란히 놓는다.

활동 예시 2 [활동지 2회기(C)-1], [활동자료 2회기(C)-2], [활동지 2회기(C)-2]



애플이의 활동 예시



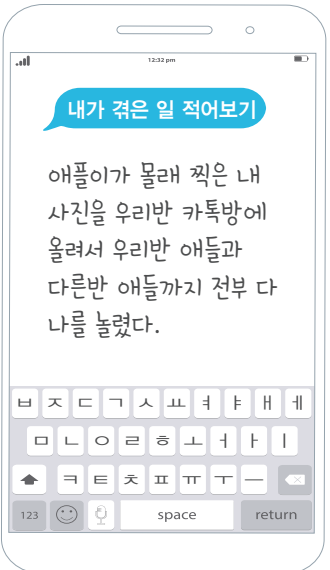


파인이의 활동 예시





파인이의 활동 예시



- 가해 학생이 한 행동이 피해 학생에게 전달될 때 더 심각해진 이유를 사이버폭력의 특징을 중심으로 설명한다. 설명할 때는 [활동자료 2회기(C)-2]의 해당 부분을 짚어가면서 설명하여 학생들의 이해력을 높인다.



지시문

“애플이가 한 행동은 단순히 파인이가 웃기게 나온 사진을 단톡방에 올렸을 뿐인데, 파인이는 자신의 사진이 같은 반과 다른 반 친구들에게까지 퍼져서 놀림을 당했다고 했어요. 교실에서 단순히 파인이를 놀린 것과 반 단톡방에 파인이가 원하지 않는 사진을 올리는 것과는 아주 다른 결과가 생길 수 있다는 것을 애플이가 알아야 할 것 같아요. 우리 같이 [활동자료 2회기 (C)-2]를 한번 볼까요? 여기 사이버폭력의 특징들이 그림과 함께 1번부터 5번까지 적혀있는데 그 특징 중에서도 애플이가 무심코 한 행동은 위의 4개의 사이버폭력의 특징 때문에 파인에게 더 큰 피해를 주게 된 거라고 할 수 있어요.”



“1번 그림은 사이버상에 올린 모든 글이나 사진들은 너무나도 쉽게 퍼진다는 걸 의미해요. 이런 사이버폭력의 특징은 파인이가 원하지 않았던 사진이 너무나도 쉽게 친구들에게 전송된 것과 관련이 있어요.”



“2번 그림은 여기저기 이미 퍼져버린 글이나 사진, 동영상은 쉽게 지울 수 없다는 사이버폭력의 특징을 의미해요. 한번 올린 글이나 사진은 사이버상에 계속 남기 때문에 파인이는 단톡방의 자신의 사진을 볼 때마다 훨씬 더 큰 마음의 상처를 받게 되는 거지요. 지울 수 있는 기능이 있지만 이미 다른 친구들이 전달해버린 사진들은 다 지울 수가 없으니까 더 힘든 거예요.”



“3번 그림은 모르는 사람도 쉽게 글이나 이미지를 볼 수 있는 사이버폭력의 특징을 의미해요. 카톡방에 있던 친구들만 이 사진을 본 게 아니라 그 카톡방에 있던 친구 중 누군가가 다른 반 친구들에게 그 사진을 보냈으면 누가 봤는지 파인이는 정확하게 알 수가 없지요. 몇몇 다른 반 친구들이 그 사진을 봤다면서 놀리면 파인이는 학교에 모든 친구가 봤다고 생각할 수 있는 거예요. 그리고 얼마나 그 사진이 더 퍼질지 알 수 없으므로 파인이는 너무 창피하고 또 더 퍼질까봐 무섭고 속상한 상황이 계속되는 거예요.”



“4번 그림은 서로 직접 얼굴을 볼 수 없으므로 생기는 문제를 말해요. 애플이는 파인이가 이 일로 얼마나 큰 상처를 입었는지를 직접 볼 수 없었을 거예요. 그냥 단톡방에 재미있다고 생각해서 올린 한 장의 사진이 파인에게 얼마나 큰 상처를 남겼는지를 애플이는 직접 보지 못했으니 알 수가 없었던 거죠. 이렇게 사이버폭력은 애플이가 미처 생각하지 못한 위험성이 있다는 것을 알아야 해요.”

- 본 사례의 경우 ‘시공간을 초월한 접근성’ 부분은 해당이 되지 않기 때문에 예시로 넣지는 않았지만 필요한 경우 아래의 지시문을 참고하여 설명한다.



지시문



“5번 그림은 컴퓨터나 스마트폰을 통해 언제 어디서든지 괴롭힐 수 있다는 것을 의미해요. 피해 학생과 직접 만나지 않아도 SNS를 통해 언제든지 피해 학생에게 접근할 수 있으므로 훨씬 더 지속적이고 강력하게 피해 학생을 괴롭힐 수 있어요. 피해 학생은 이런 사이버폭력에서 벗어나는 것이 어렵다고 스스로 포기해버리는 상황도 발생할 수 있어서 사이버폭력은 더욱 무서운 폭력이 될 수 있어요.”



- 이번 회기에서는 특히 교사가 사이버폭력의 특징을 잘 숙지하고 있어야 합니다. 그래야 피해 학생과 가해 학생이 경험한 사이버폭력 사례를 사이버폭력의 특징과 연결을 시켜서 설명해 줄 수 있기 때문입니다. 가해 학생이 한 행동이 피해 학생에게 얼마나 무서운 피해로 이어지는지를 가해 학생이 잘 이해할 수 있도록 설명하고 해당 사례를 사이버폭력의 특징과 잘 연결하는 것이 이 회기의 핵심이라고 할 수 있습니다.

- 사이버폭력의 특징으로 인해 가해 학생의 행동이 피해 학생의 피해를 더 심화시켰다는 내용의 설명을 들은 두 학생에게 설명을 들은 후의 생각이나 느낌에 대해 질문한다.
- 먼저 가해 학생에게 질문해서 자신의 행동을 반성할 수 있도록 기회를 주고, 피해 학생에게는 가해 학생의 이야기를 들으면서 어떤 마음이 들었는지 질문함으로써 가해 학생에 대한 분노가 어느 정도 해소될 수 있도록 돕는다.
- 피해 학생이 교사가 설명한 내용 이외에 자신의 피해 사실에 대해 더 덧붙이고 싶은 내용이 있거나 빠진 부분이 있다면 이야기할 수 있도록 하고, 충분히 자기 생각과 느낌을 표현하되 가해 학생이 의도하지 않았던 부분에 대해 인지하고 이해할 수 있도록 지도한다.



“지금까지 선생님의 설명을 들었는데, 애플이는 설명을 듣고 나니 어떤 생각이 들었나요?”

“파인이는 어떤 생각이 들었어요? 혹시 선생님 설명에서 더 덧붙이고 싶은 말이 있다면 해보도록 해요.”

“이번 회기를 통해 애플이가 사이버폭력이 얼마나 무서운 것인지 알게 되었으니까 애플이는 파인이에게 다시는 그런 행동을 하지 않아야 해요. 그리고 애플이는 파인이가 이토록 힘들어질 줄은 모르고 한 행동이었다는 것을 파인이 또한 이해하면서 서로 오해를 걷어내고 한 발짝 더 다가가는 계기가 되었으면 좋겠어요.”



- 이 활동을 통해 아직 더 풀어야 할 문제나 오해가 있다는 것이 발견되면 '2회기(A) 서로의 관점 이해하기'나 '2회기(B) 미해결 감정을 표현하고 해결하기'와 같은 회기들을 통해 미해결된 과제를 해결한 후에 다시 이 부분으로 돌아오는 것도 좋은 방안이 될 수 있습니다.

4. 사이버폭력으로 인한 갈등 해결하기

- 위의 활동으로 어느 정도 서로에 대한 오해가 풀리고 가해 학생이 사과한 경우 두 학생에게 [활동지 2회기(C)-3]을 각각 나눠준다. 이번 회기를 마무리하면서 서로에게 더하고 싶은

말이나 오늘 활동을 통해 깨달은 점 등을 서로에게 편지 형식으로 활동지에 작성하게 한다.

- 서로에게 편지를 다 쓰면 그 자리에서 가해 학생이 먼저 자신이 쓴 편지의 내용을 읽게 하고, 그 다음에 피해 학생이 자신이 쓴 편지의 내용을 읽게 한다.
- 편지의 내용을 들으면서 상대방에게 더 하고 싶은 말이 있다면 이야기할 수 있도록 기회를 준다.



지시문

“자, 그럼 우리 이번에는 마지막으로 서로에게 편지를 써볼 거예요. 두 학생 모두 [활동지 2회기(C)-3]에 자신의 마음을 담아서 편지를 써보도록 할 거예요. 내용은 서로에게 더하고 싶은 말을 중심으로 자유롭게 쓰면 돼요.”

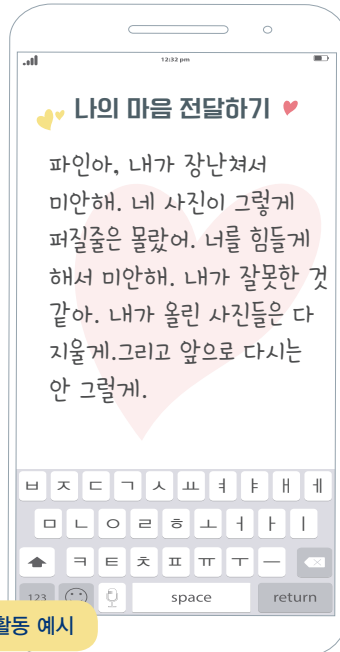
“먼저 애플이가 자신이 쓴 편지를 파인이에게 읽어줄까요?”

“다음은 파인이가 자신이 쓴 편지를 애플이에게 읽어주세요.”

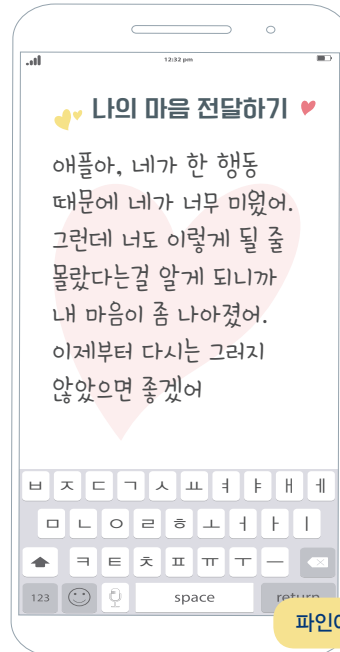
“상대방이 쓴 편지에 대해 덧붙이고 싶거나 하고 싶은 이야기가 있으면 해보도록 할게요.”



활동 예시 3 [활동지 2회기(C)-3]



애플이의 활동 예시



파인이의 활동 예시



Tip

활동팁

- 서로의 진심을 담은 편지가 다른 친구들에게 유출될 경우 또 다른 문제가 발생할 가능성이 있으므로 다 쓴 편지는 각자 가져가지 않고 교사가 보관하도록 합니다.

초등
저학년

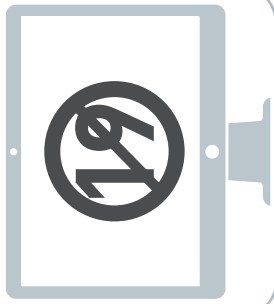
Tip

- 본 회기의 활동을 이해하는 데 어려움이 있는 저학년 학생들의 경우는 2회기(A) 활동이나 2회기(B) 활동으로 대체하도록 합니다.
- 사이버폭력에 대한 이해 및 교육이 필요하다면 본 회기의 활동자료들을 활용하여 설명하도록 합니다.

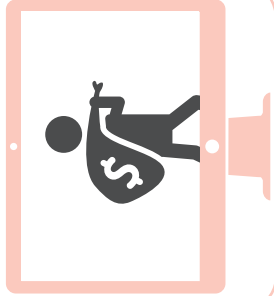


[활동자료 2회기(C)-1]

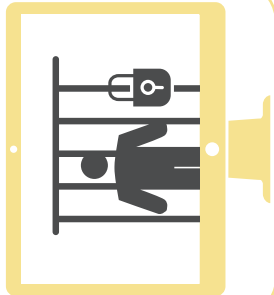
야한 사진이나 동영상을
보내는 것



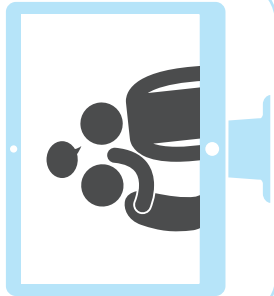
게임 머니나 아이템을
빼앗는 것



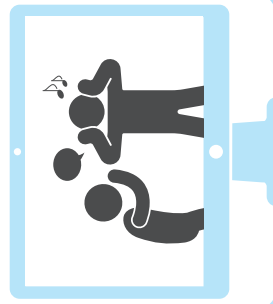
대화방에서 누군가를
나가지 못하도록 하는 것



인터넷에서 욕하거나
니쁜 소문을 내는 것



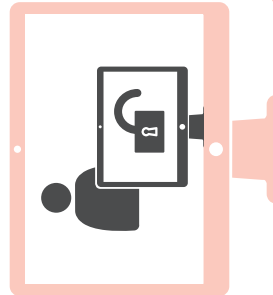
대화방에 일부러
초대하지 않거나,
댓글을 무시하는 것



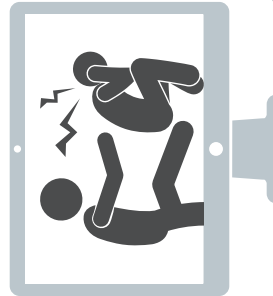
내가 원하지 않는
사진이나 동영상을
다른 사람한테 보내는 것



가짜 아이디를 만들어서
마치 나인 것처럼 행동하는 것



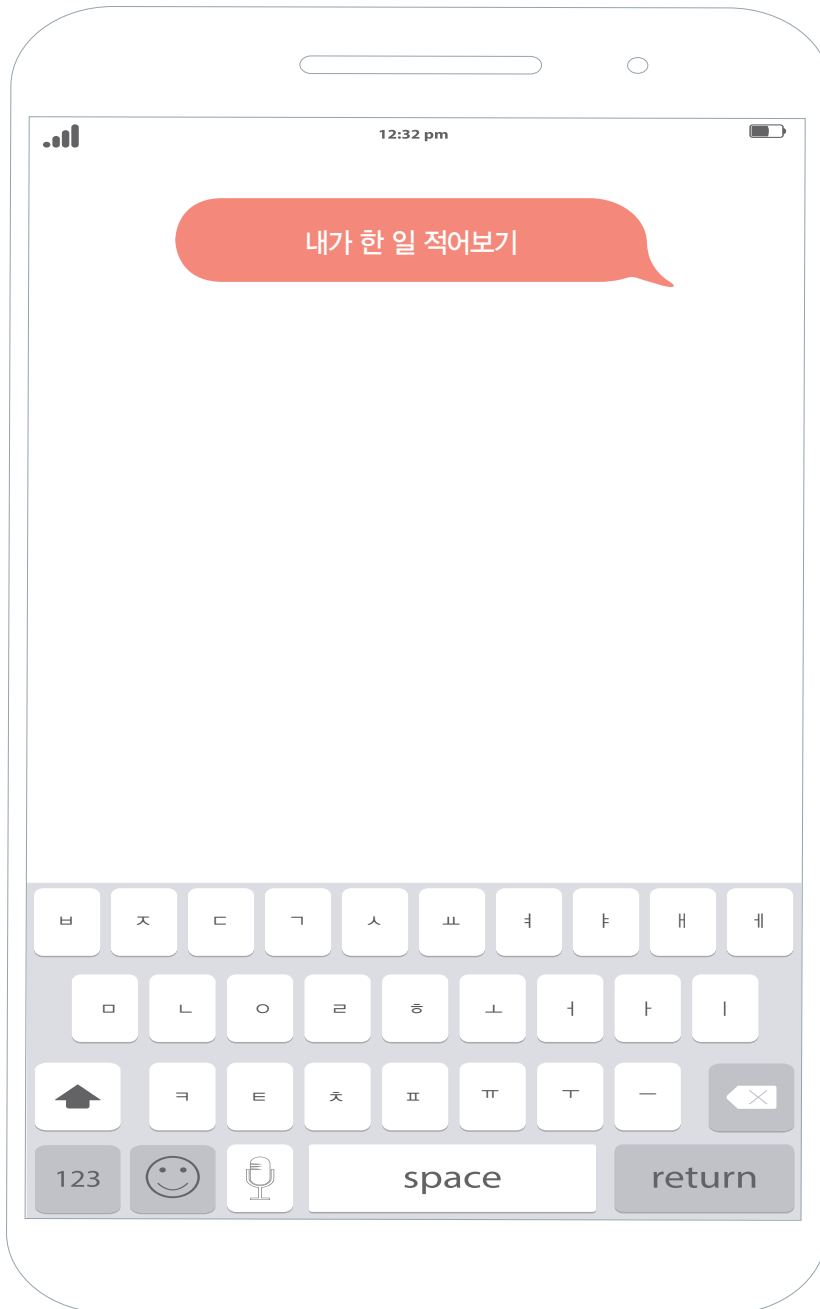
싫다고 말했는데도
계속 말을 걸고 괴롭히는 것





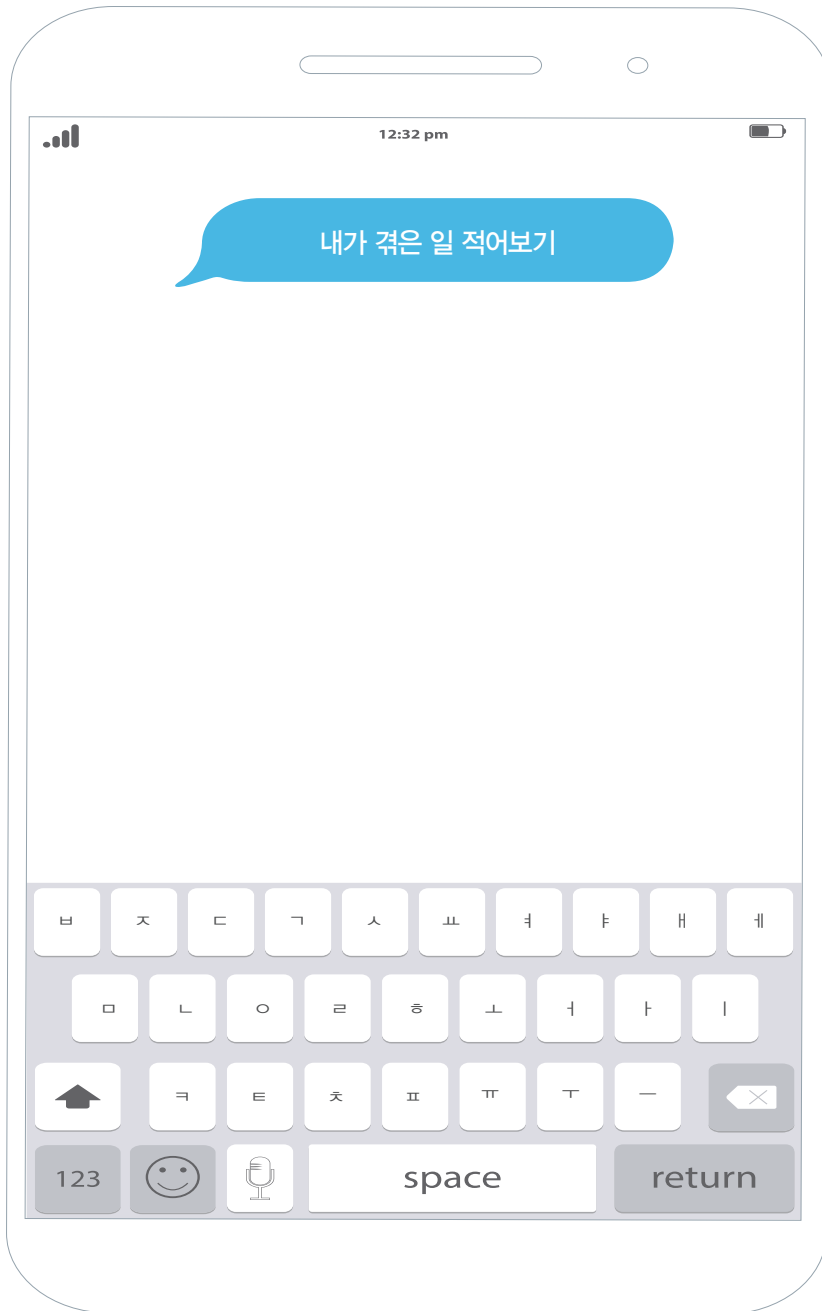


[활동지 2회기(C)-1]



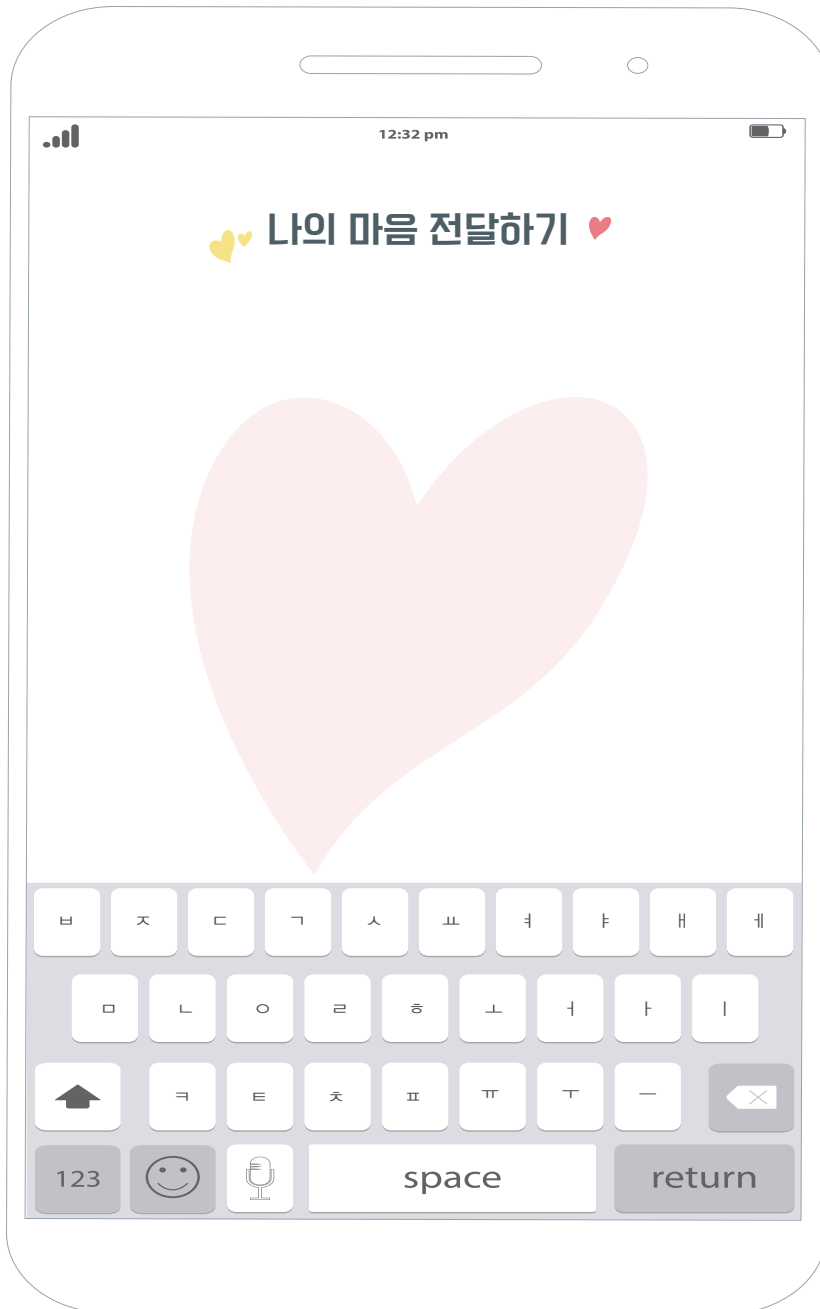


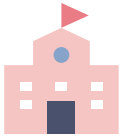
[활동지 2회기(C)-2]





[활동지 2회기(C)-3]





05

추가선택 (A) 서로의 갈등을 해결하기



목표

- 관계회복을 위한 내면의 욕구를 확인한다.
- 관계회복을 위해 자신이 하는 현재 행동을 탐색한다.
- 자신의 현재 행동이 상대와의 관계회복에 도움이 되는지를 평가한다.
- 관계회복의 욕구를 충족시키기 위한 구체적인 행동계획을 수립한다.



준비물

- 다양한 필기도구



활동지

- [활동지 추가선택(A)-1], [활동지 추가선택(A)-1-저학년]
- [활동지 추가선택(A)-2], [활동지 추가선택(A)-2-저학년]
- [활동지 추가선택(A)-3], [활동지 추가선택(A)-3-저학년]

1. 나와 상대방 사이의 관계 욕구 확인하기

("무엇을 원하는가? 어떻게 되기를 원하는가?")

- 두 학생에게 [활동지 추가선택(A)-1]을 한 장씩 주고, 각자 작성하도록 한다.
- [활동 예시 1]과 같이 밑줄친 부분에는 상대방 친구의 이름을 적고, 말 주머니 안에는 상대방 친구와 앞으로 어떠한 모습으로 지내고 싶은지 3가지를 생각하여 적어보도록 한다.



지시문

"파인애플과 사과가 모두 [활동지 추가선택(A)-1]의 맨 위 밑줄친 부분에는 상대방의 이름을 써주세요. 그리고 아래의 말 주머니 안에는 앞으로 나는 상대방 친구와 어떻게 지내고 싶은지를 생각해서 적어보는 거예요. 앞으로 서로의 관계가 어떻게 되었으면 좋겠는지 솔직한 마음을 적어보되, 서로의 관계를 회복하는 데 도움이 되는 욕구를 적으면 좋을 것 같아요."



활동 예시 1 [활동지 추가선택 (A)-1]

파인애플의 활동 예시



나는 앞으로 애플 이와

말풍선 안에 상대방 친구와 어떻게 지내고 싶은지를 적어주세요.

갈등이 있기 이전처럼
사이좋게 지내고 싶습니다.

파인

애플

방과후에 같이
게임도 하고
재미있게 놀고
싶습니다.

편한 친구 사이가
될 수 있었으면
좋겠습니다





활동 예시 1 [활동지 추가선택 (A)-1]

애플이의 활동 예시



나는 앞으로 파인 이와

말풍선 안에 상대방 친구와 어떻게 지내고 싶은지를 적어주세요.



Tip

활동팁

- 말 주머니 안에는 서로의 관계회복에 도움이 되는 긍정적인 욕구를 적을 수 있도록 한계설정을 해주는 것이 필요합니다.
- 학생들이 앞으로의 관계에 대해 부정적인 욕구(예: “내가 당한 것과 똑같이 복수하고 싶어요.”)를 표현할 때는 “내가 겪은 아픔을 상대방도 느껴보고 내 입장을 이해받을 수 있었으면 하는 마음이구나.”와 같은 반응으로 부정적인 욕구를 긍정적인 욕구로 바꿔 말해서 알려주세요.”
- “상대 친구에게 속상하고 화난 마음이 지금보다 조금 풀린다면 어떻게 지낼 수 있을까?”와 같은 추가 질문을 통해 긍정적인 관계회복의 욕구를 발견하고 작은 것이라도 표현할 수 있도록 이끌어 주세요.

- 두 학생이 [활동지 추가선택(A)-1]을 모두 작성하였다면, 각자 상대방과의 관계에서 원하는 모습이 어떤 것인지 이야기하도록 한다.



지시문

“파인이는 앞으로 애플이와 어떻게 지내고 싶은지 적은 내용을 이야기해볼까요?”

“그럼, 이번에는 애플이가 파인이와 어떻게 지내고 싶은지 적은 내용을 이야기해볼까요?”

“파인이는 애플이와 이전처럼 (예시: 갈등이 있기 이전처럼 사이좋게 지내고 싶기도 하고, 방과 후에는 같이 게임도 하고, 만나면 반갑게 인사도 하면서) 지냈으면 하는 마음이 있네요. 애플이는 파인이와 (예시: 만나면 반갑게 인사도 하고 싶고, 싸우기 이전처럼 다시 사이가 좋아져서 학교에서 쉬는 시간에 같이 놀기도 하면서) 지내고 싶은 마음도 있고요. 너희가 적은 것들을 보니, 선생님은 둘이 서로 비슷한 마음을 가지고 있는 것 같이 느껴지는데, 애플이와 파인이는 어떤 것 같아요?”

2. 나의 현재 행동 확인하기

(“무엇을 하고 있는가? 어떻게 행동하고 있는가?”)

- 두 학생에게 각각 [활동지 추가선택(A)-2]를 한 장씩 주고, 두 사람이 서로를 대하는 현재의 태도(행동, 언어표현, 표정 등)들을 [활동 예시 2]와 같이 현재 행동 칸에 적도록 한다.



지시문

“파인이와 애플이는 갈등이 생기기 이전처럼 지내고 싶은 서로의 마음을 확인했어요. 그런데 서로가 똑같이 갈등이 있기 이전처럼 지내고 싶은데도 불구하고 지금은 그렇게 지내고 있지 못할 것 같아요. 애플이는 파인이와의 관계에서 어떻게 행동하고 있고, 파인이는 애플이와의 관계에서 어떻게 행동하고 있는지를 잘 생각해보면 좋겠어요.”

“[활동지 추가선택(A)-2]의 현재 행동 칸에 내 행동을 써보는 거예요. 여기서 말하는 행동은 우리가 상대방을 대할 때 사용하는 몸짓, 말투, 표정 등을 모두 포함하는 것이예요. 내가 상대방을 어떻게 대하고 있는지 잘 생각해서 구체적으로 적어볼게요.”



활동 예시 2 [활동지 추가선택(A)-2]

나의 현재 행동 평가하기

- 나의 현재 행동이 친구와의 관계 회복에 얼마나 도움이 되는지 생각해보고, ○, △, ×를 표시해 주세요.

번호	현재 행동	도움이 되는 정도
1	파인이와 눈이 마주치면 '왜 쳐다봐?' 라고 말한다	
2	파인이와 교실에 함께 있게 되더라도 절대로 말을 걸지 않는다.	
3	파인이가 선생님에게 혼나면 '쌔통이다'라고 생각한다.	

* ○ : 도움이 된다. △ : 보통이다. × : 도움이 되지 않는다.

3. 나의 행동 평가하기

("현재 행동이 원하는 것을 얻는 데 도움이 되는가?")

- [활동지 추가선택(A)-1]에 기록한 나와 상대방 사이의 관계회복 욕구를 충족하는데, [활동지 추가선택(A)-2]에 적은 현재 행동이 도움이 되는지를 [활동 예시 3]과 같이 스스로 평가하도록 한다.
- 현재의 행동이 상대방과의 관계에서 원하는 모습이 되는 데 도움이 되지 않는다고 생각하면 오른쪽의 도움이 되는 정도 칸에 ×표시를 하고, 보통이라고 생각을 하면 △, 도움이 된다고 생각하면 ○표시를 한다.



지시문

"각자 [활동지 추가선택(A)-2]의 칸에 적은 현재 행동을 하나씩 보면서, 우리가 서로 원하는 모습으로 지내는 데 도움이 되는 행동인지를 한번 평가해 보는 거예요. 현재 행동이 도움이 되지 않는다고 생각하면 오른쪽의 도움이 되는 정도 칸에 ×표시를 하고, 보통이라고 생각을 하면 △, 도움이 된다고 생각하면 ○표시를 해주세요."

"현재 자신이 하는 행동을 하나씩 다 평가해 보았나요? 만약 지금 '도움이 되는 행동' 칸에 아무런 내용도 적은 것이 없다면, 서로가 원하는 모습의 관계가 되기는 어려울 수 있을 것 같아요."



활동 예시 3 [활동지 추가선택(A)-2]

나의 현재 행동 평가하기

- 나의 현재 행동이 친구와의 관계 회복에 얼마나 도움이 되는지 생각해보고, ○, △, ×를 표시해 주세요.

번호	현재 행동	도움이 되는 정도
1	파인리와 눈이 마주치면 '왜 쳐다봐?' 라고 말한다	×
2	파인리와 교실에 함께 있게 되더라도 절대로 말을 걸지 않는다.	×
3	파인리가 선생님에게 혼나면 '쌔통이다'라고 생각한다.	△

* ○ : 도움이 된다. △ : 보통이다. × : 도움이 되지 않는다.

4. 욕구를 충족시키기 위한 긍정적인 계획 세우기

- 자신의 행동에 대한 평가를 통해 현재 행동이 관계 개선에 도움이 되지 않는다는 것을 이해했다면, 앞으로 어떤 행동하는 것이 관계 개선에 도움이 될 수 있을지 [활동지 추가선택 (A)-3]에 행동계획을 세워보도록 한다.
- 피해 학생과 가해 학생이 생각해 낸 관계회복에 ‘도움이 되는 행동’들이 직접 수행하기 어렵거나 비현실적인 행동들이라면 수행 가능한 행동들로 대체하여 계획할 수 있도록 한다.



지시문

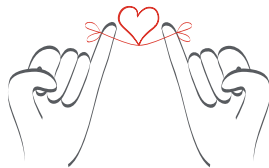
“애플이와 파인이가 서로 원하는 모습으로 지내기 위해서는 어떤 행동을 하는 게 도움이 될지를 생각해볼까요? 가능한 애플이와 파인이가 쉽게 실천할 수 있는 행동들을 생각해 써 적어보면 좋겠어요.”



활동 예시 3 [활동지 추가선택(A)-3]

나는 (파인이와) 이와 (사이좋게) 지내기 위해서

- ① 내가 먼저 인사를 하겠습니다.
- ② 게임을 같이 하자고 하겠습니다.
- ③ 파인이의 입장을 생각해 보고 행동 하겠습니다.





- 변화를 끌어내기 위해 효과적이고 좋은 계획은 단순성, 실현 가능성, 측정 가능성, 즉시성, 통제 가능성, 일관성, 이행성이 높은 계획입니다.
- Wubbolding(1991)이 제안한 SAMIC을 참고하여 피해 학생과 가해 학생이 좋은 계획을 세울 수 있도록 조언해주는 것이 필요합니다.
- (S) Simple: 계획은 이해하기 쉬우면서도 구체적이어야 한다.
- (A) Attainable: 계획은 내담자의 능력만으로도 수행할 수 있어야 한다.
- (M) Measurable: 계획을 달성했는지를 객관적으로 측정할 수 있어야 한다.
- (I) Immediate & Involved: 계획은 빨리 수행될 수 있어야 한다.
- (C) Controlled: 타인과는 상관없이, 자신이 독립적으로 수행할 수 있어야 한다.

	비효과적 계획의 예	좋은 계획의 예
S	좋은 친구가 되기 위해 노력하겠습니다.	친구에게 거짓말을 하지 않겠습니다. 친구와 함께한 약속은 반드시 지키겠습니다.
A	상대방에게 절대로 화를 내지 않는다.	화가 날 때는 잠시 자리를 피한다.
M	즐거운 시간을 함께 보내겠습니다.	일주일에 적어도 1번은 쉬는 시간에 함께 이야기하겠습니다.
I	친구에게 사과할 기회를 만들겠습니다.	오늘 중으로 친구에게 사과의 카톡을 보내겠습니다.
C	친구에게 사과하는 마음을 전달하기 위해 같은 반 친구들과 함께하는 깜짝 파티를 준비한다.	친구에게 사과의 편지를 쓴다.

- 교사가 학생들에게 계획과 실천을 강요할 수는 없지만, 계획의 실현 가능성을 높일 수 있도록 점검하고 지시적으로 개입해야 합니다.



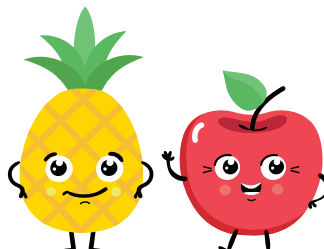
- 저학년의 경우 자신의 행동을 탐색하고 평정하는 활동이 어려울 수 있으므로, 저학년 활동지를 활용하도록 합니다.
- 저학년 활동지는 그림을 그리거나 말로 설명하는 활동, 동그라미로 표시하는 활동으로 대체되어 있습니다. 교사는 학생들이 활동지의 내용을 충분히 이해할 수 있도록 말로 설명해주고 학생들이 적극적으로 활동에 참여할 수 있도록 지도해주세요.



[활동지 추가선택 (A)-1]

나는 앞으로 이와

말풍선 안에 상대방 친구와 어떻게 지내고 싶은지를 적어주세요.

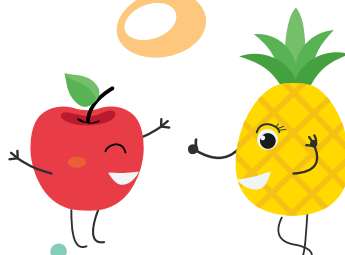




[활동지 추가선택(A)-1-저학년]

나는 앞으로 _____ (이)와

어떻게 지내고 싶은지를 말주머니 안에 그림을 그리거나
말로 설명해 주세요.





[활동지 추가선택(A)-2]

나의 현재 행동 평가하기

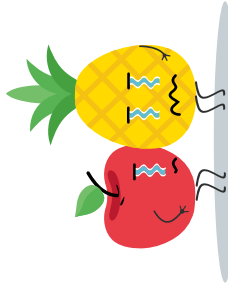
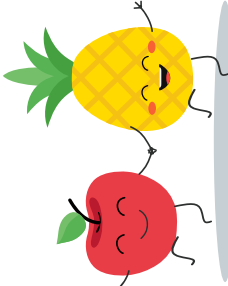
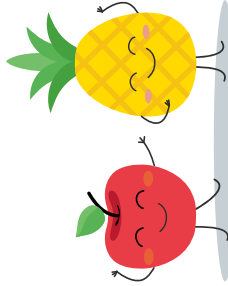
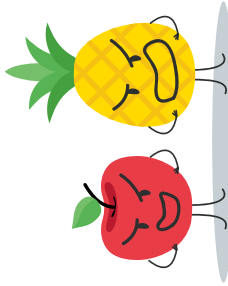
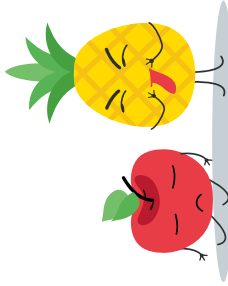
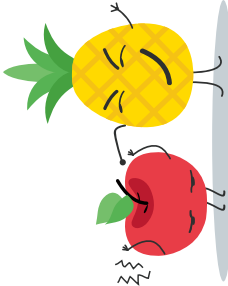
- 나의 현재 행동이 친구와의 관계 회복에 얼마나 도움이 되는지 생각해보고, ○, △, ×를 표시해 주세요.

번호	현재행동	도움이 되는 정도
1		
2		
3		

* ○ : 도움이 된다. △ : 보통이다. × : 도움이 되지 않는다.



아래의 행동을 보고 내가 친구에게 자주 하는 행동이면 그림 위에 동그라미를 해주세요.
그 행동이 친구와의 관계에 도움이 되는지를 생각해 보고 O, △, x를 표시해 주세요.

		
도와준다 ☐ O ☐ △ ☐ x	함께 논다 ☐ O ☐ △ ☐ x	인사한다 ☐ O ☐ △ ☐ x
		
화를 낸다 ☐ O ☐ △ ☐ x	놀린다 ☐ O ☐ △ ☐ x	괴롭힌다 ☐ O ☐ △ ☐ x

*O : 도움이 된다 △ : 보통이다 x : 도움이 되지 않는다



[활동지 추가선택(A)-3]

나는 이와
..... 지내기 위해서

1

하겠습니다.

2

하겠습니다.

3

하겠습니다.

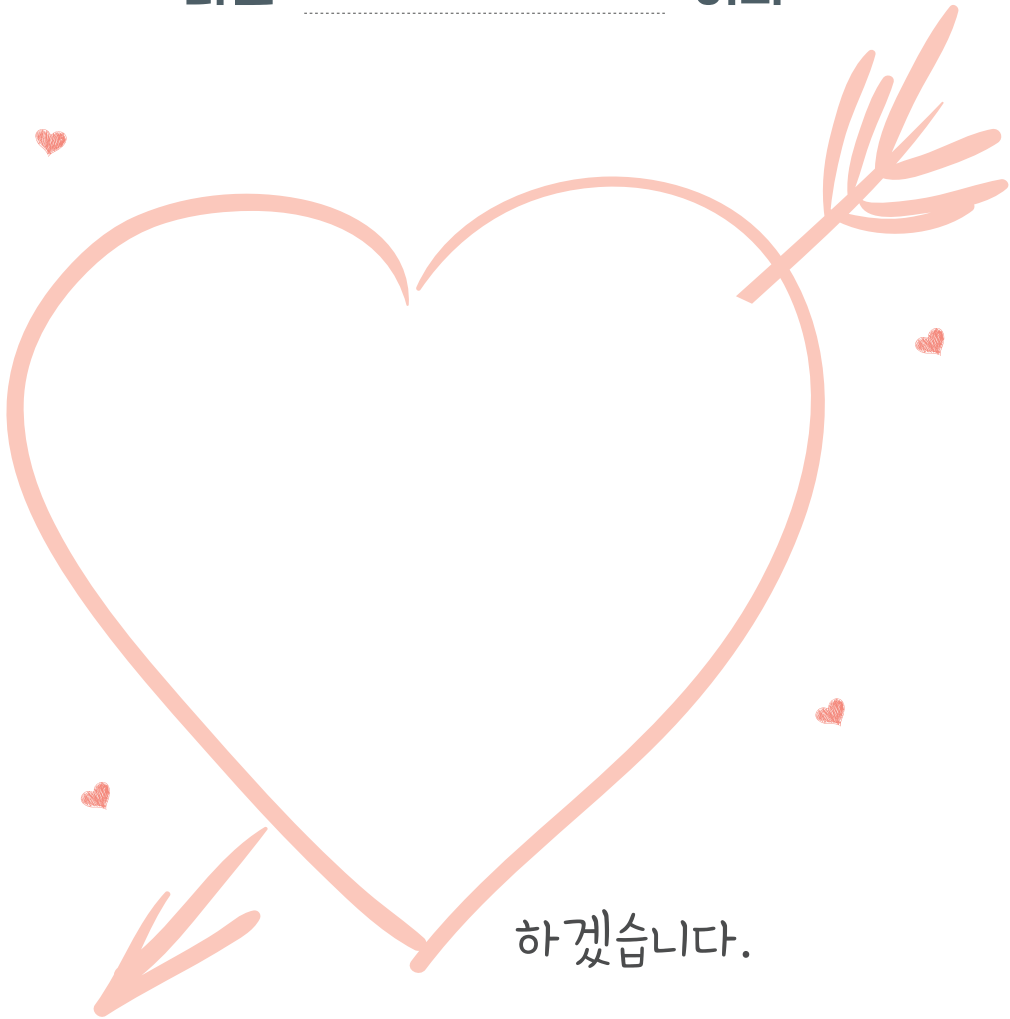




[활동지 추가선택(A)-3-저학년]

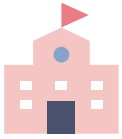
친구와 무엇을 할 것인지 하트 안에 그리거나 설명해 주세요.

나는 이와



하겠습니다.





06

추가선택 (B) 나의 대처 행동 이해하기



목표

- 갈등상황에서 취하는 자신의 대처 행동방법에 대해서 이해한다.
- 갈등상황에서 필요한 보다 적응적인 대처 행동방법에 대해서 배우고 사용할 수 있다.



준비물

- 다양한 필기도구



활동지

- [활동지 추가선택(B)-1], [활동지추가선택(B)-1-저학년]
- [활동자료 추가선택(B)-1], [활동자료 추가선택(B)-1-저학년]

1. 상대방과의 갈등상황에서 나의 대처 행동 양식 이해하기

- 두 학생이 서로 같은 사건에 관해 이야기할 수 있도록 공통으로 다루고 싶은 갈등상황(행동, 말) 1가지를 상의하여 정하도록 한다. 같은 상황이 정해지면 해당 상황을 요약하여 학생들이 각각 자신의 [활동지 추가선택(B)-1] 1에 똑같이 적도록 한다



지시문

“이번 시간에는 두 사람이 서로 갈등을 겪었던 상황 중에서 같은 상황 하나에 대해서 이야기 해보는 시간을 가지려고 해요. 두 사람이 서로 이야기해보고 한 가지 상황을 [활동지 추가선택(B)-1] 1에 적어보세요.”



Tip

활동팁

- [활동지 추가선택(B)-1] 1 작성 시, 관련학생이 갈등을 경험한 같은 상황을 정하도록 교사가 도와주세요. 같은 상황을 같이 다루어 봄으로써 서로가 똑같은 상황에서 다르게 대처하고 있다는 것을 알게 하는 데 목적이 있습니다.
- [활동지 추가선택(B)-1] 1 작성 시, 관련학생이 같은 상황을 정하는 데 합의되지 못할 수도 있습니다. 그러한 경우 서로 다른 상황을 상정하는 것도 가능합니다.



활동 예시 1 [활동지 추가선택(B)-1]



파인이의 활동 예시

1

최근 상대방과의 관계에서 경험한
갈등상황 하나를 적어봅시다.

화장실이 급해서 뛰어가다가
애플의 어깨를 심하게 부딪혔다.



애플이의 활동 예시

1

최근 상대방과의 관계에서 경험한
갈등상황 하나를 적어봅시다.

파인이가 일부러 내 어깨를
심하게 치고 지나갔다.

- 두 학생에게 [활동지 추가선택(B)-1] 1의 갈등상황에서 자신이 반응했던 행동방식에 대해서 [활동지 추가선택(B)-1] 2에 적게 한다.



지시문

“두 사람이 지금 하나씩 갈등상황을 적어냈는데 그때 자신이 상대방에게 보인 행동방식을 한번 떠올려 보세요. 그리고 그때 내가 한 행동을 구체적으로 [활동지 추가선택(B)-1] 2에 적어보세요.”



Tip

활동팁

- 두 학생이 갈등상황에서 각자가 상대방에게 즉각적으로 했던 행동방식이 무엇인지 잠시 시간을 가지고 생각해보게 한 다음 그 행동을 구체적으로 떠올려서 <활동 예시 2>와 같이 적도록 지도해주세요.

- 두 학생에게 [활동자료 추가선택(B)-1]을 나누어 주고 4가지 대처 행동방법을 이해할 수 있도록 이에 대해서 충분히 설명해준다.
- 설명이 끝나면 두 학생이 [활동지 추가선택(B)-1] 2에 적은 자신의 행동이 [활동자료 추가선택(B)-1]의 대처 행동방법 중 어떤 방법에 속하는지 [활동지 추가선택(B)-1] 2의 네모 칸에 적게 한다.
- 두 학생이 자신이 했던 행동과 대처 행동방법의 결과가 어떠했는지 그것이 도움이 되었는지 [활동지 추가선택(B)-1] 3에 적게 한다.



지시문

“우리는 친구와 갈등 없이는 지내기 어려워요. 중요한 것은 갈등 없이 지내는 것보다는 갈등에 대해서 우리가 어떻게 행동하느냐 하는 것이예요. 사람들은 갈등상황에 처했을 때 각각 행동하는 방법이 다를 수 있는데 우리는 이것을 대처 행동방법이라고 불러요.”

“나누어준 [활동자료 추가선택(B)-1]은 갈등상황에서 우리가 사용할 수 있는 대처 행동방법을 4가지로 정리해 놓은 것이예요. 하나씩 선생님과 살펴보면서 내가 한 행동은 어떤 대처 행동 방법에 속하는 것 같은지 한번 생각해보세요.”

“자 이제 4가지 대처 행동방법에 대해서 잘 이해하게 되었나요? 그러면 이번에는 아까 [활동지 추가선택(B)-1] 2에 적어낸 행동방법이 어디에 속하는 것 같은지 한번 생각해보고 해당한다고 여겨지는 행동방법을 [활동지 추가선택(B)-1] 2의 네모 칸에 한 번 적어보세요.”

“마지막으로 [활동지 추가선택(B)-1] 3에는 내가 했던 행동과 행동방법의 결과가 어떠했는지 자세하게 써보세요.”



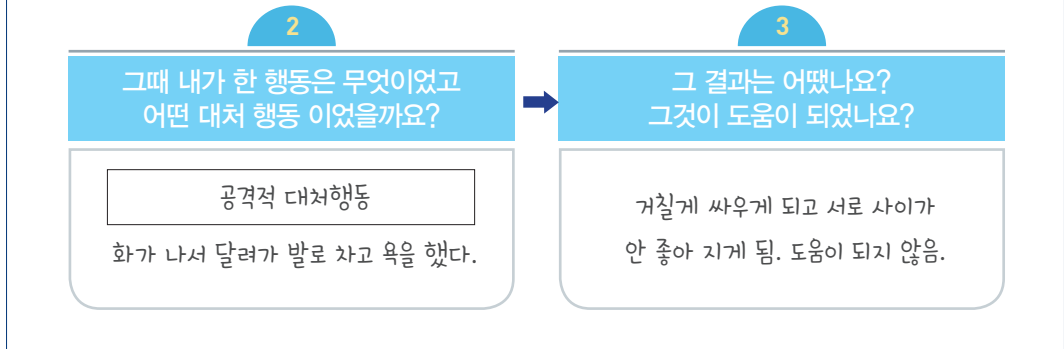
Tip

활동팁

- [활동지 추가선택(B)-1]에 대해서 학생들에게 설명할 때 교사들은 4가지 대처 행동방법 각각에 대해서 비교적 자세하게 설명해주도록 합니다. 각 대처 행동방법에 관해서 설명하면서 각각의 장단점에 대해서 학생들이 이야기해 볼 수 있게끔 유도해 봄으로써 학생들이 각 대처 행동방법이 가지는 다양한 측면에 대해서 이해할 수 있도록 지도해주세요.
- [활동지 추가선택(B)-1] 2의 네모 칸 작성 시 [활동자료 추가선택(B)-1]의 대처방법 중 하나의 방법이 아니라 두 개 이상이 해당한다고 생각할 수 있습니다. 그런 경우 모두 적도록 지도해주세요.
- [활동지 추가선택(B)-1] 3에는 그 결과에 대해서 구체적으로 적게 하고 그것이 도움이 되었는지 그림에 동그라미 치게 함으로써 가시적으로 보일 수 있도록 도와주세요.



활동 예시 2 [활동지 추가선택(B)-1]



활동팁

〈대처 행동방법이란〉

- 갈등과 스트레스는 인간의 출생과 더불어 전 생애에 걸쳐 불가피하게 겪게 되는 생활 일부분이라고 볼 수 있습니다. 따라서 갈등과 스트레스를 완전히 제거한다는 것은 불가능한 일입니다.
- 연구에 의하면 똑같은 갈등과 스트레스를 경험하지만, 그것을 어떻게 지각하고 해석하며 대처하는가에 따라 그에 따른 부정적인 영향을 적게 받고 행동문제 역시 덜 보일 수 있다는 결과를 보여주고 있습니다. 즉 갈등과 스트레스 상황에 성공적으로 대처하면 건강한 상태를 유지할 수 있지만, 대처에 실패하게 되면 심리·정서적인 부적응을 보이게 된다는 의미입니다.
- 따라서 학생들의 적응력을 높이고 관계문제를 개선하기 위해서는 갈등과 스트레스에 대한 학생 자신들의 대처 행동을 스스로 이해하고 보다 적응적인 대처 행동방법을 선택하도록 도와줄 수 있습니다
- 본 프로그램에서는 [활동자료 추가선택(B)-1]과 같이 4가지 대처 행동방법을 소개하고 있습니다.
- 첫 번째, 공격적 대처 행동은 신체나 언어적 공격을 통해 갈등 유발 문제를 해결하려는 인지적 행위 및 행동적 행위로 구성되어 있습니다. 구체적 예로 문제를 일으킨 사람에게 신체적으로 위해를 가한다거나 욕, 비아냥, 신경질과 같은 언어적 폭력을 가하는 행동이 이에 포함됩니다.
- 두 번째, 적극적 대처 행동은 갈등과 스트레스를 직접 해결하려는 인지적이고 행동적인 대처를 말합니다. 구체적인 예로 문제해결을 위해 계획을 세우거나 방법을 생각하며 정보를 탐색하는 등의 활동이 포함됩니다.
- 세 번째, 도움 요청 대처 행동은 다른 사람을 통해 문제를 해결하거나 정서적 위안을 받으려는 행동으로 구성되어 있습니다. 구체적 예로 문제해결 도움이 되는 사람에게 정보, 충고 또는 직접적 문제해결을 도움 받거나 자신의 감정을 이해해 줄 사람을 찾아가는 행동이 이에 포함됩니다.
- 마지막으로 정서 중심 대처 행동은 갈등과 스트레스를 직접 해결하기보다 갈등으로 유발된 정서를 통제하거나 갈등과 스트레스를 유보 또는 문제 자체를 생각하는 것을 거부하는 행위로 구성되어 있습니다. 구체적 예로 자신의 감정을 울음이나 글로 표현한다거나 스트레스 상황에서 도망가거나 스트레스에 대해 생각하려 하지 않는다거나 상황의 심각성을 희석해 해석하는 등의 행동 등을 말합니다.
- 학생들의 실제 갈등상황에서는 상황에 따라 효과적인 대처 행동방법이 다양할 수 있습니다. 각 대처 행동방법이 가지는 장단점을 여러모로 고려해봄으로써 학생들이 상황에 따라 유연하게 대처 행동을 할 수 있도록 지도하는 것이 중요합니다.

- 두 학생에게 [활동지 추가선택(B)-1] 1, 2, 3의 내용을 차례로 발표하게 한다.



지시문

“지금까지 [활동지 추가선택(B)-1] 1, 2, 3을 작성했는데 여기까지 쓴 것들을 각자 발표하는 시간을 가지려고 해요.”

“친구와 갈등상황이 어떤 상황이었는지 그때 내가 즉각적으로 했던 행동은 어떤 행동이었는지 그리고 그때 내가 취한 행동이 지금 우리가 함께 배웠던 대처 행동방법 중에서 어떤 방법에 속하는지 이야기해보세요.”

“그리고 그러한 행동과 대처 행동방법의 결과는 어떠했는지 그것이 나와 친구에게 도움이 되었는지 자세하게 발표해 보세요.”



Tip 활동팁

- 두 학생이 각자 발표를 할 때 자신이 갈등에 대처하기 위해 행동했던 방식을 구체적으로 표현하게 하고 그 방식이 자신이나 상대방에게 궁극적으로 도움이 되었는지 아닌지, 아니었다면 그 이유를 스스로 충분히 탐색하고 설명할 수 있도록 지도해주세요.
- 관련학생이 선택한 대처 행동방법이 이번에만 사용된 것인지 아니면 평소에도 내가 사용하는 방법인지 탐색해볼 수 있도록 도와주세요. 만약 평소에 사용하는 대처 행동방법과 다르다면 어떻게 다른지 다른 이유는 무엇인지 충분히 이야기 나눌 수 있도록 지도해주세요.

2. 갈등상황에서 적응적인 대처 행동방법 배우기

- [활동지 추가선택(B)-1] 2-1에는 관련학생들이 지금의 갈등상황에서 자신이 취할 수 있는 대안적인 행동과 대처 행동방법에 대해서 적게 한다.
- [활동지 추가선택(B)-1] 3-1에는 그 대안적 행동과 대처 행동방법의 결과가 어떨 것 같은지 그것이 어떻게 도움이 될 것 같은지 적게 한다.



지시문

“이제 [활동지 추가선택(B)-1] 2-1에는 지금 상대방 친구와의 갈등상황에서 내가 했던 행동 말고 나에게 도움이 된다고 여겨지는 다른 대처 행동방법을 [활동자료 추가선택(B)-1]에서 골라보고 어떻게 행동하면 좋을지 구체적으로 한번 적어보세요.”

“그리고 [활동지 추가선택(B)-1] 3-1에는 지금 새롭게 생각해낸 대안 행동과 대처 행동방법의 결과는 어떨 것 같은지 그것이 어떻게 도움이 될 것 같은지 한번 적어보세요.”

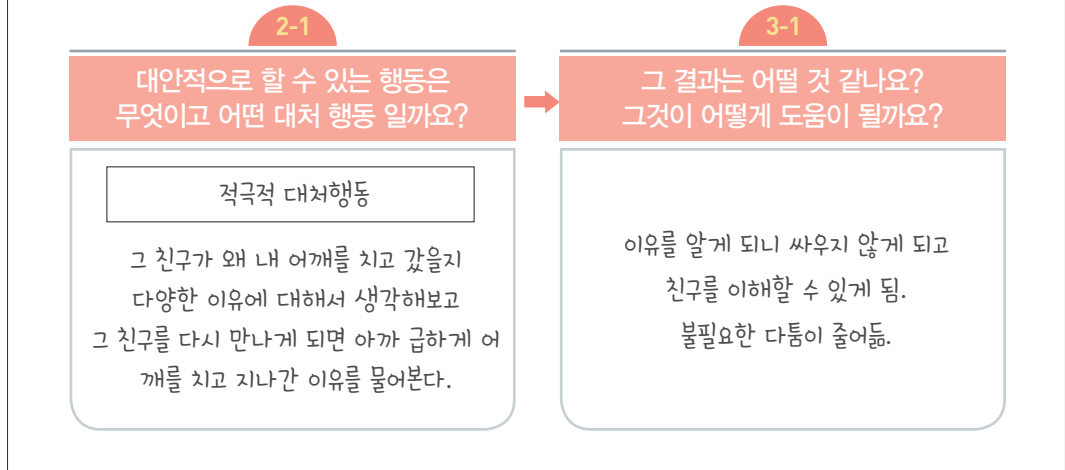


Tip 활동팁

- [활동지 추가선택(B)-1] 2-1 작성 시에는 다양한 대처 행동방법이 나올 수 있습니다. 학생들이 떠올릴 수 있는 다양한 대안에 대해서 모두 써보고 그 결과에 대해서도 연결하여 [활동지 추가선택(B)-1] 3-1에 작성할 수 있도록 지도해주세요.



활동 예시 3 [활동지 추가선택(B)-1]



- 두 학생에게 [활동지 추가선택(B)-1] **2-1**, **3-1**의 내용을 차례로 발표하게 한다.



지시문

"[활동지 추가선택(B)-1]의 전체 작성이 끝났으니 [활동지 추가선택(B)-1] **2-1**, **3-1**의 내용을 중심으로 이야기를 나누어 보세요."

"여러분이 이번 갈등상황에서 대안적으로 선택한 행동과 대처 행동방법은 무엇인지 또 그 양식이 효과적이라고 생각하는 이유에 대해서 구체적으로 한번 이야기해보세요."



Tip 활동팁

- 상황에 따라 대안적인 대처 행동방법이 여러 개가 나올 수 있습니다. 그런 경우 어떤 점에서 효과적이라고 생각하는지 학생들이 생각한 이유에 대해서 충분히 이야기 나눌 수 있도록 지도해주세요.

- 두 학생이 오늘 배운 대처 행동방법을 바탕으로 앞으로 서로 원만한 관계를 위해서 사용할 수 있는 대처 행동방법에 관해서 이야기하고 느낀 점을 나눈다.



지시문

"오늘은 갈등상황에서 우리 각자가 사용하고 있는 대처 행동방법에 대해서 알아보았어요. 앞으로 파인과 애플이 서로 잘 지내기 위해서 어떤 대처 행동방법을 사용할 수 있을 것 같은지 각자 이야기해보세요."

"오늘 활동을 하고 느낀 점을 간단하게 나누어 보도록 해요."



활동팁

- 두 사람이 원만한 관계를 유지하기 위한 대처 행동방법을 각자 이야기하게 하고 앞으로 지켜나가는 다짐을 할 수 있도록 도와주세요.
- 이 회기가 잘 정리되어 마칠 수 있도록 마지막으로 교사가 학생들이 나눈 내용에 대해서 요약해서 정리해주세요.

초등 저학년



- 저학년의 경우 활동자료가 그림으로 표현되어 있습니다. 교사가 고학년 활동자료의 내용을 참고하여 학생들에게 설명을 해주고 저학년 활동지를 완성할 수 있도록 지도해주세요.

1
최근 상대방과의 관계에서 경험한
갈등상황 하나를 적어봅시다.

2
그때 내가 한 행동은 무엇이었었고
어떤 대처 행동 있었을까요?

3
그 결과는 어땠나요?
그것이 도움이 되었나요?

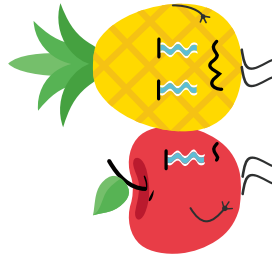
2-1
대안적으로 할 수 있는 행동은
무엇이고 어떤 대처 행동 있을까요?

3-1
그 결과는 어떨 것 같나요?
그것이 어떻게 도움이 될까요?



1

최근 상대방과의 관계에서
경험한 어려움을 하나
이야기 해 봅시다.



2

그때 내가 한 행동은
무엇이었나요?
선생님과 알아본 나의 행동 중
몇 번에 해당되는지 아래 번호에
동그라미 표시해 주세요.

1

2

3

4

3

내가 그렇게 행동해서
어떻게 되었나요?
나의 행동이 친구와의 사이를
좋게 만들었나요?



2-1

더 나은 행동은 무엇이었을까요?
선생님과 알아본 나의 행동 중
몇 번에 해당되는지 아래 번호에
동그라미 표시해 주세요.

1

2

3

4

3-1

만약 내가 그렇게 행동한다면
친구와의 사이가 어떻게
될 것 같나요? 그 행동이
나와 친구 사이에 어떻게
도움이 될까요?



적극적 대처 행동

- ☐ 문제를 해결할 수 있는 가장 좋은 방법이 무엇인가 생각해본다.
- ☐ 문제를 통해서 나에게 도움이 되거나 배울 점을 찾아본다.
- ☐ 문제가 생긴 원인이나 이유가 무엇인지 알아본다.

정서 중심 대처 행동

- ☐ 그 일을 너무 심각하게 받아들이지 않는다.
- ☐ 좋아하는 강아지나 인형, 사진 같은 것을 보면서 속상하거나 슬픈 내 마음을 얘기한다.
- ☐ 좋았던 것, 즐거웠던 것만을 생각하면서 지금의 문제를 잊으려고 애쓴다.

대처 행동

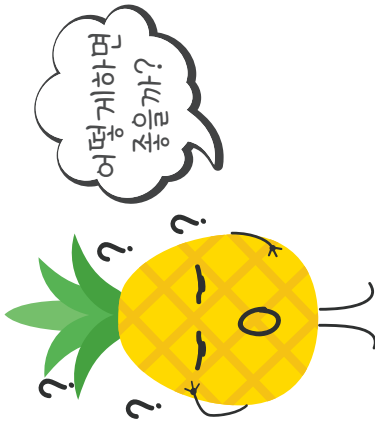
공격적 대처 행동

- ☐ 나를 기분 나쁘게 하거나 화나게 한 사람을 돌려주거나 옥해준다.
- ☐ 나를 기분나쁘게 하거나 화나게 한 사람을 때려 준다.
- ☐ 친구나 가족에게 나를 기분 나쁘게 만들거나 화나게 만든 사람을 욕하거나 좋지 않게 얘기한다.

도움 요청 대처 행동

- ☐ 학교 선생님께 말씀드려서 도움을 청한다.
- ☐ 부모님께 나의 문제나 걱정거리를 얘기하고 도움을 구한다.
- ☐ 나와 비슷한 문제를 겪었던 친구에게 도와달라고 부탁한다.

2



4

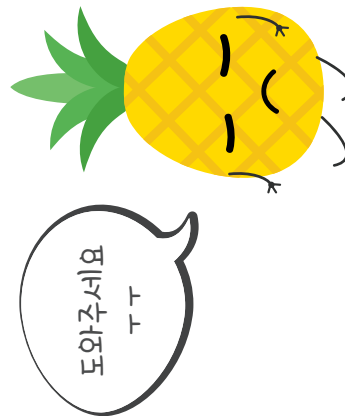


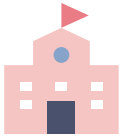
나의
행동

1



3





07

추가선택 (C) 문제에서 해결로 나아가기



목표

- 현재 상황을 긍정적인 관점에서 바라볼 수 있다.
- 문제해결을 위해 실천할 수 있는 행동을 설명할 수 있다.
- 문제해결을 위한 행동을 실천할 의지를 다진다.



준비물

- 다양한 필기도구, 비타민(혹은 사탕으로 대체 가능)



활동지

- [활동자료 추가선택(C)-1]
- [활동지 추가선택(C)-1], [활동지 추가선택(C)-1-저학년]
- [활동지 추가선택(C)-2], [활동지 추가선택(C)-2-저학년]

1. 현재 상황을 긍정적인 관점에서 바라보기

- [활동자료 추가선택(C)-1]의 천사와 악마가 함께 보이는 그림을 보여주고 무엇이 보이는지 묻는다.
- 악마를 보는 것에 집중하면 천사가 보이지 않음을 언급하면서 문제에만 빠져있으면 문제를 해결하는 게 더 어렵다는 것과 현재 두 사람의 관계 역시 이와 관련이 있음을 상기시킨다.



지시문

“함께 [활동자료 추가선택(C)-1]의 그림을 같이 볼까요? 무엇이 보이나요?”

“사람들에게 이 그림을 보여주면 대부분 악마를 먼저 보게 되네요. 그런데 악마를 보는 것에 집중하면 천사는 보이지 않는 경우가 많아요. 분명히 악마와 천사는 같이 있는데 말이죠. 파인 이와 애플이의 관계도 역시 마찬가지예요. 지금 현재 둘 사이의 문제에만 집중하면 문제가 해결되는 게 어려울 수밖에 없어요. 더 나아질 것이라는 기대도 생기기 어렵고요. 그래서 오늘은 둘 사이에 있었던 문제에 집중하기보다는 문제가 해결되는 상황에 대해 구체적으로 생각해보려고 해요. 그러기 위해서는 상상이 필요해요. 두 사람이 상상하는 것을 도와주기 위해 선생님이 특별한 무엇인가를 준비했어요.”

- 비타민(혹은 사탕으로 대체 가능)을 하나씩 나눠 준다. 나눠준 비타민은 일반 비타민이지만 이 시간에는 ‘신기한 비타민’이라고 부르기로 하면서 ‘신기한 비타민’의 효능을 설명하고 비타민을 그 자리에서 먹게 한다.



지시문

“지금 나눠 준 건 ‘신기한 비타민’이라는 거예요. 평소에 먹는 비타민과 같은 건데, 오늘은 아주 특별한 비타민이라고 상상해 볼 거예요. 이 비타민은 이름대로 신기한 비타민이라서 비타민을 먹으면 약효가 오늘 밤 잠이 드는 순간부터 시작되어서 두 사람 사이에 있었던 모든 일이 해결되어 두 사람의 관계가 아주 좋아지는 기적을 가져다줄 거예요. 그럼 먼저 이 비타민을 같이 먹어볼까요?”



Tip 활동팁

- 비타민은 학생들이 현실에서 벗어나서 문제가 해결 된 상황을 상상하는 데 도움을 줄 수 있도록 설정한 것일 뿐 특별한 의미가 있지는 않습니다. 비타민이 없다면 사탕이나 젤리 등 간단하게 한 번에 먹을 수 있는 어떤 것이든 사용 가능합니다. 학생들이 먹는 것에 집중하지 않고 이것을 먹었을 때 일어나게 될 변화를 상상하는 데 초점을 둘 수 있도록 지도하는 것이 중요합니다.

- 잠든 사이에 비타민의 효과가 나타나는 상황을 구체적으로 상상할 수 있도록 설명하면서 학생들에게 [활동지 추가선택(C)-1]을 나눠주고 각자 활동지의 지시문에 따라 빈칸을 채우도록 한다.



지시문

“이제 비타민을 먹었으니 약의 효과는 우리가 잠든 이후에 나타날 거예요. 오늘 우리가 이렇게 이야기를 나누고 집으로 돌아가서 남은 시간을 보내고 나면, 잠자리에 들겠지요? 그렇게 잠이 든 사이에 이 비타민의 효과는 시작될 거예요. 밤사이에 기적이 일어나서 잠에서 깬 때는 지난 시간 동안 둘 사이에 있었던 모든 문제가 다 해결이 되어 있을 거예요.”

“아침에 일어나서 스스로가 ‘오늘은 뭔가 다른데?’라고 기적이 일어났다는 생각이 들게 할 만한 자신의 변화된 행동에는 뭐가 있을지에 대해서 생각해보면서 활동지에 답해보도록 할게요.”



활동팁

- 본 회기에서 활용하고 있는 기법인 ‘기적 질문’은 해결중심 단기치료(상담)의 기법 중 하나입니다. 기적이 일어났음을 가정해보는 활동을 통해 자신을 둘러싸고 있는 문제 상황에서 벗어나 문제가 해결된 상태를 상상해 볼 수 있도록 하는데 목적이 있습니다. 이러한 기적 질문을 통해 문제가 해결된 미래의 자신의 모습을 상상해 보는 것만으로도 지금과는 다른 행동을 할 가능성을 만들 수 있으므로 기적질문은 문제의 해결을 이끄는 효과적인 방법으로 활용될 수 있습니다. 기적 질문에 대한 답을 하는 과정에서 학생들은 가상적으로 기적을 체험하는 기회를 통해 문제가 해결되었을 때의 기쁨을 미리 맛볼 수 있게 되고, 자신이 원하는 상황 혹은 목표가 무엇인지에 대해서도 알 수 있게 됩니다.

- 먼저 학생들이 [활동지 추가선택(C)-1]의 가운데 부분인 ‘1. 평소와 다른 나의 행동은?’ 부터 적도록 지도한다. 기적이 일어났을 때 자신이 평소와는 다른 어떤 행동을 하고 있을지에 초점을 맞춰서 쓰도록 하고 특히 행동을 중심으로 쓰도록 지도한다.



지시문

“활동지의 제일 가운데 부분인 1. 평소와 다른 나의 행동은? 부분 부터 적어보도록 할게요. 여기에는 기적이 일어났을 때 내가 평소와 다르게 어떻게 행동하고 있을지를 적는 거예요.”

- 다음으로는 기적이 일어났을 때 제일 먼저 알아차릴 것 같은 사람을 활동지 상단에 위치한 2번의 빈칸에 쓰도록 하고 그 사람이 나의 어떤 행동을 보고 기적이 일어났다고 생각할지에 대해 써보도록 한다.

- 두 번째로 기적이 일어났음을 알아차릴 것 같은 사람은 활동지 왼쪽에 위치한 3번의 빈칸에 이름을 쓰고 마찬가지로 나의 어떤 행동을 보고 기적이 일어났다고 생각할지에 대해 쓰도록 한다.
- 세 번째로 기적이 일어났음을 알아차릴 것 같은 사람도 마지막으로 오른쪽에 위치한 4번의 빈칸에 같은 방식으로 써보도록 한다.



지시문

“나머지 세 개의 빈칸에는 나 이외에 다른 사람들이 나의 어떤 행동을 보고 기적이 일어났다는 것을 알아차릴지에 대해 생각해보고 쓰는 거예요. 제일 위의 빈칸에는 나 이외에 제일 먼저 기적이 일어난 것을 알아차릴 사람이 누구인지 이름을 적고 그 사람이 알아볼 수 있게 만든 변화된 나의 행동은 무엇인지를 쓰는 거예요.”

“왼쪽 아래의 빈칸에는 두 번째로 알아차릴 사람이 누구인지 먼저 빈칸에 쓰고 그 사람이 알아볼 수 있게 만든 변화된 나의 행동을 쓰세요. 그 다음 오른쪽 빈칸에도 마찬가지로 세 번째로 알아볼 사람과 그 사람이 알아볼 수 있게 만든 변화된 나의 행동을 차례대로 쓰면 돼요. 변화된 나의 행동에 대해 쓸 때는 최대한 구체적으로 쓰도록 하세요.”

- 기적이 일어났음을 눈치챌 것 같은 사람이 많아서 적을 칸이 부족할 경우 활동지의 빈 곳을 활용하여 스스로 비슷하게 빈칸을 만들고 채워 넣을 수 있도록 지도한다.
- 학생들이 모두 활동지를 적고 나면 자신이 적은 [활동지 추가선택(C)-1]의 내용에 대해 발표 하도록 한다.
- 활동지에 적은 내용에 대한 발표가 끝나면, 문제 상황에서 벗어나 문제가 해결된 상황에 대해 상상해 보니 어땠는지 학생들에게 질문한다.



지시문

“혹시 알아차릴 것 같은 사람이 더 생각난다면 빈칸을 활용해서 스스로 그림을 더 그려서 채워 넣어도 돼요.”

“그럼 먼저 애플이부터 어떻게 썼는지 이야기해볼까요? 애플이의 설명이 끝나면 파인이라도 적은 내용을 이야기 해주세요.”

“지금까지 함께 기적이 일어난 상황을 상상해 보는 시간을 가졌어요. 지금의 문제들을 뛰어넘어서 기적이 일어났을 때를 상상해 보니 어땠는지를 애플이부터 이야기해보도록 할게요.”



우리에게 모든 문제가 해결되는 기적이 일어난다면...



망고

2 제일 먼저 기적을 알아차릴 사람은?

.....
쉬는 시간에 내가 애플이랑 웃으면서
장난치는 모습을 본다.
.....

1 평소와 다른 나의 행동은?

.....
예전처럼 학교 갈 때 애플이를 만나면
웃으면서 인사하고 같이 학교에 간다.
.....



3 두번째로 기적을 알아차릴 사람은? 선생님

.....
애플이랑 같이 점심시간에
운동장에서 놀고 있는 모습을
본다.
.....



4 세번째로 기적을 알아차릴 사람은? 엄마

.....
애플이와 있었던 이야기를 하면서
웃는 나의 모습을 보고, 애플이를
집에 데려와서 노는 모습도 본다.
.....



- 학생들이 기적이 일어난 것을 알아차릴 것 같은 사람이 누구인지에 대해 쓰는 것을 어려워할 경우 친구, 선생님, 가족들을 예로 들어서 구체적으로 생각해 볼 수 있도록 돕습니다.
- 다른 사람들이 어떻게 기적이 일어난 것을 알아차릴지에 대한 부분을 생각해서 적어보는 활동은 해결중심 단기치료(상담)의 관계 질문 기법을 활용한 활동입니다. 이 활동을 통해 학생들은 자연스럽게 자기중심적인 생각에서 벗어나서 타인의 시각에 대해 생각해볼게 됩니다. 주변 사람들이 변화된 자신의 모습을 어떻게 생각할 것인지에 대해 다양한 입장에서 살펴봄으로써, 학생들은 이전에는 생각하지 못했던 새로운 해결의 가능성을 얻게 될 수 있습니다.

2. 문제해결을 위한 실천 행동 찾기

- [활동지 추가선택(C)-1]에 대한 이야기를 마치고 나면 [활동지 추가선택(C)-2]를 나눠준다.
- 지금까지 한 활동을 종합해보면서 기적이 현실이 되기 위해서 자신이 지금 당장 할 수 있는 일이 무엇일지 [활동지 추가선택(C)-2]에 적어보도록 한다.
- [활동지 추가선택(C)-1]에서 적었던 자신의 변화된 행동들을 참고하여 지금 당장 실천 가능한 행동을 적어도 좋고, 활동지에 적지는 않았지만 지금 당장 할 수 있을 것 같은 행동들을 새롭게 생각해서 적는 것도 가능하다고 안내한다.
- 다 적은 후 자신이 적은 실천 행동이 무엇인지 발표하게 한다. 상대방의 실천 행동을 들으면서 서로의 마음이 열릴 수 있도록 돕는다.



“이번에는 앞에서 적었던 내용을 보면서, 이 중에서 내가 지금 당장 할 수 있을 것 같은 행동이 무엇인지 생각해보고 아래의 빈칸에 실천 가능한 행동 3가지를 적어보도록 할게요. 앞의 [활동지 추가선택(C)-1]에 적었던 행동들은 모두 지금 당장 실천하기는 어려울 것 같다는 생각이 들면 새롭게 생각해서 적어도 돼요. 중요한 건 내가 기적을 현실이 되게 하기위해 지금 당장 할 수 있는 구체적인 행동이 무엇인지를 생각해보고, 적고, 실천하는 것이에요.”

“먼저 애플이부터 실천 행동을 이야기해볼까요?”



- 실천행동을 작성하는 데 어려움을 겪으면 추가선택(D) 회기 중 '3. 문제를 개선하기 위한 행동 탐색하기'의 내용을 활용할 수 있습니다.
- 실천 행동의 경우 구체적인 행동을 중심으로 적을 수 있도록 지도하는 것이 중요합니다. 학생이 적은 내용이 구체적이지 않을 경우는 핵심적인 단어를 그대로 반복하여 활용하면서 조금 더 구체적인 변화 행동을 끌어내도록 해야 합니다. 예를 들어 '친구에게 잘해 준다.'라고 적으면 '친구가 점심시간에 혼자 밥을 먹을 때 같이 먹는다.', '친구가 싫어하는 별명을 부르지 않는다.' 등으로 더 구체화할 수 있도록 도와야 합니다.
- 지금 당장 할 수 있는 행동이 무엇인지 생각해내지 못하는 경우 교사가 먼저 예를 들어서 이야기해주는 것도 도움이 될 수 있습니다. 예) 인사하기, 편지쓰기 등
- 실천행동을 적을 때 조건부 형식과 같은 '친구가 나에게 이렇게 해주면 이렇게 하겠다.'라는 식의 답을 하지 않도록 친구의 행동과는 관계없이 내가 지금 당장 기적을 현실로 이뤄내기 위해 할 수 있는 행동은 무엇인지에 집중하게 합니다.



활동 예시 2 [활동지 추가선택(C)-2]



파인이의 활동 예시

〈기적을 만드는 우리〉 실천해보아요!



기적이 현실이 되기 위해서 내가 지금
당장 할 수 있는 행동은 무엇이 있을까요?

01 애플이와 인사한다.

02 애플이가 나에게 해줬던 기분 좋았던
일들을 기억해본다.

03 애플이 문자에 답을 한다.



애플이의 활동 예시

〈기적을 만드는 우리〉 실천해보아요!



기적이 현실이 되기 위해서 내가 지금
당장 할 수 있는 행동은 무엇이 있을까요?

01 파인이를 보면 먼저 다가가서
인사하고 말을 건다.

02 파인이에게 미안하다고 사과한다.

03 파인이에게 사과의 의미로 작은 선물을 준다.



3. 문제해결을 위한 실천 행동 수행하기

- 자신이 적었던 실천 행동 중 지금 당장 그 자리에서 실천해 볼 수 있는 행동 하나를 선택하도록 하고, 실제로 그 자리에서 실천해보도록 한다.
- 다른 실천 행동들도 한 주간 잘 실천하고 오는 것이 숙제라는 것을 알려 준 후 회기를 마친다.



지시문

“각자 적은 실천 행동들을 한 주 동안 서로에게 실천하고 오는 것이 이번 회기의 숙제예요. 처음은 어색할 수 있으니까 지금 이 자리에서 당장 해볼 수 있는 행동의 경우는 한 번 연습해보도록 할게요.”

“먼저 애플이가 적어본 실천 행동 중 지금 당장 해볼 수 있을 것 같은 행동 하나를 골라서 파인이에게 실천 행동을 직접 해보도록 할게요. 다음은 파인이가 애플이에게 실천 행동을 한 가지 골라서 수행해 보도록 할 거예요.”

“모두 오늘 수고 많았어요. 그럼 다음 시간까지 각자 적은 실천 행동들을 잘 실천해 오도록 해요.”



Tip 활동팁

- 실천 행동을 직접 해보도록 할 때는 그 자리에서 실천 가능한 행동을 선정하도록 합니다. 상황 설정이 필요한 경우 각 실천 행동에 따라 교사가 구체적인 상황을 설정해주고 실천해 볼 수 있도록 합니다.
- 학생들이 실천 행동을 직접 해보는 것을 어색해하면 영화를 찍는 상황으로 설정하여 교사가 감독이 되고 학생들은 주인공이 되는 것이라고 가정하도록 합니다. 영화 촬영을 시작할 때 “레디, 액션!”이라고 하는 것처럼 “미션 시작!”이라고 하면서 기적 장면으로 학생들이 들어갈 수 있도록 분위기를 조성해 주고 실천 행동을 완수하였을 때는 “미션 완료!”라고 이야기 하며 상황을 종료하게 합니다.

초등 저학년

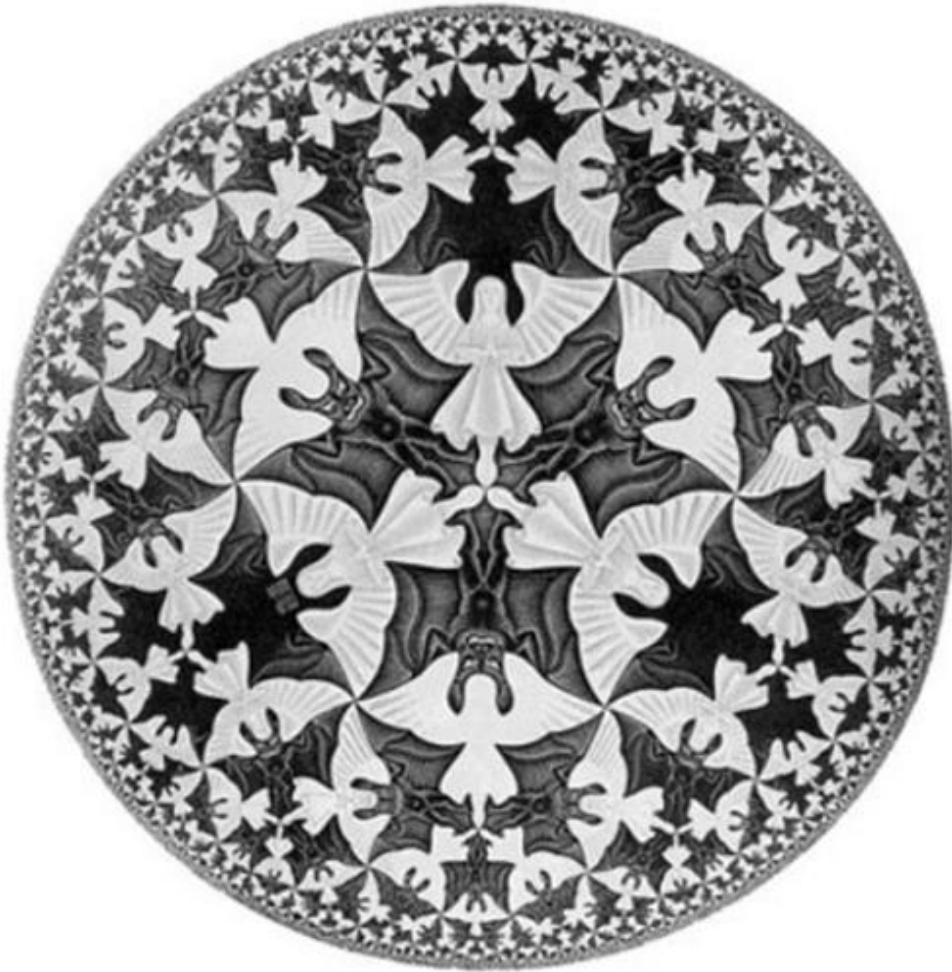
Tip

- 저학년의 경우는 글로 적는 활동이 어려울 수 있으므로 저학년 활동지를 활용하도록 합니다.
- 기적 그림 그리기 활동과 실천 행동 그리기 활동 이후 자신이 그린 실천행동을 그 자리에서 직접 해보는 것은 동일하게 진행하도록 합니다.



[활동자료 추가선택(C)-1]

"동그라미 안에는 무엇이 보이나요?"



출처: Maurits Cornelis Escher의 1960년도 작품인 Circle Limit IV



우리에게 모든 문제가 해결되는 기적이 일어난다면...



2 제일 먼저 기적을 알아차릴 사람은?

.....

.....

.....

1 평소와 다른 나의 행동은?

.....

.....

.....

3 두번째로 기적을
알아차릴 사람은?

.....

.....

.....

.....

.....

4 세번째로 기적을
알아차릴 사람은?

.....

.....

.....

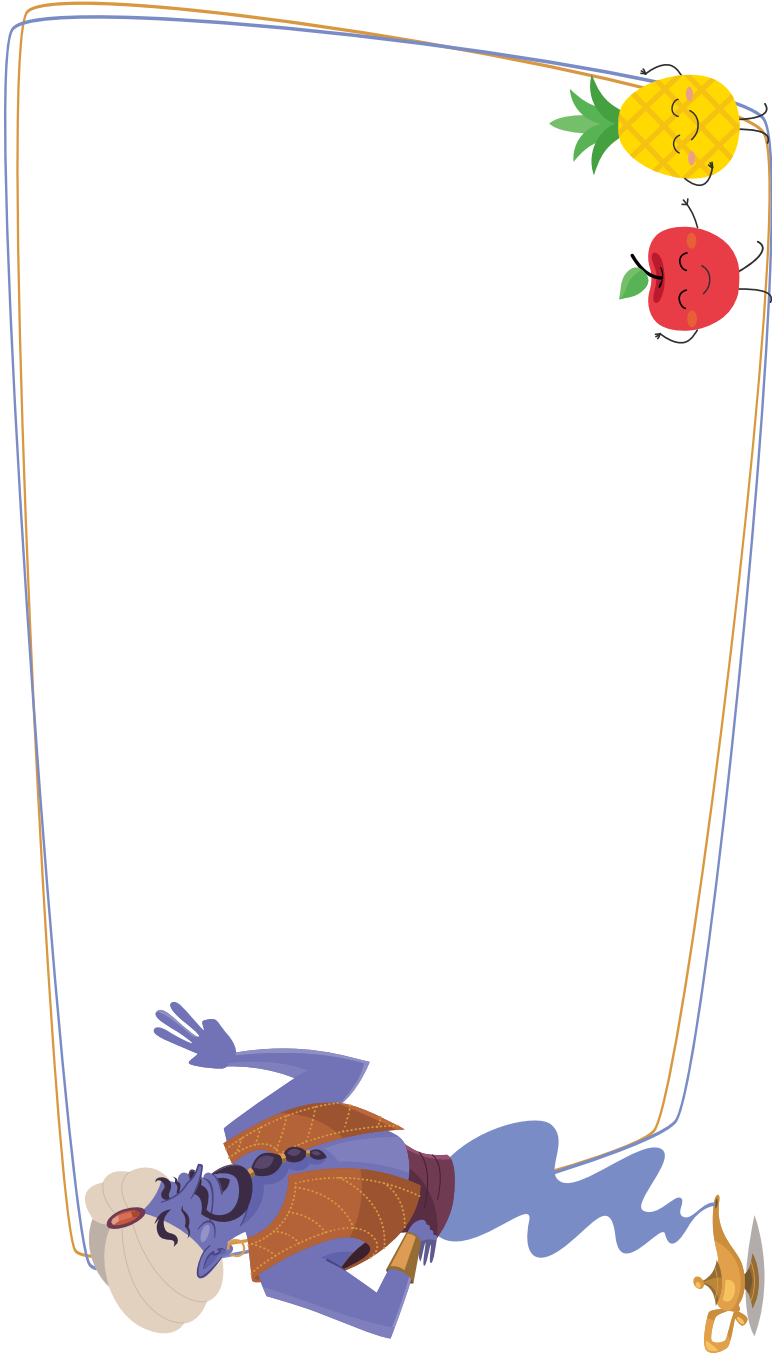
.....

.....



[활동지 추가선택(C)-1-저학년]

우리에게 모든 문제가 해결되는 기적이 일어난다면...
서로에게 어떻게 행동하고 있는지 아래에 그려보세요.





[활동지 추가선택(C)-2]

〈기적을 만드는 우리〉 실천해보아요!



기적이 실제로 일어나기 위해서
내가 지금 당장 할 수 있는 행동은 무엇이 있을까요?

01

02

03

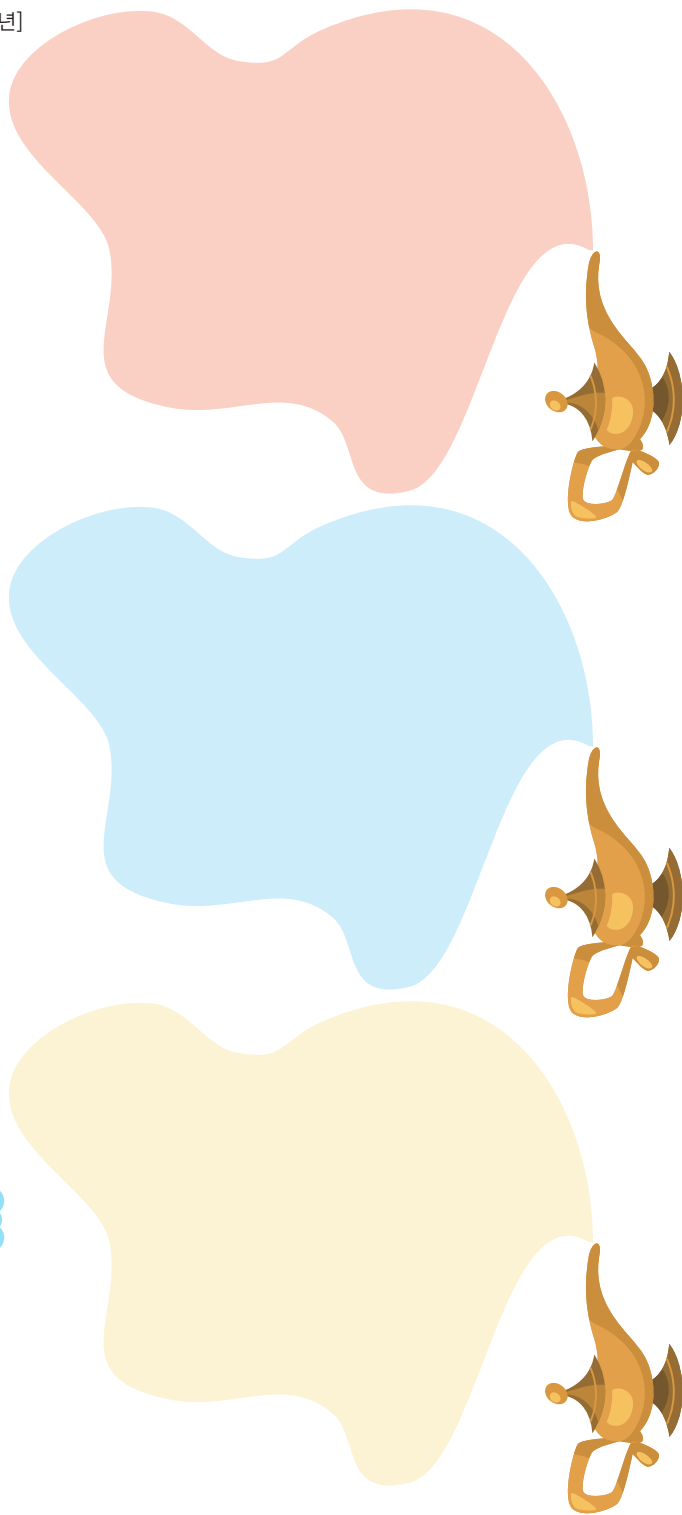


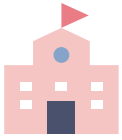


[활동지 추가선택(C)-2-저학년]

- 기적을 만드는 우리 -

기적이 실제로 일어나기 위해서 내가 지금 당장 친구에게 할 수 있는 행동은
무엇이 있을까요? 아래의 요술 램프에 그려보세요.





08

추가선택 (D) 갈등상황을 이해하고 개선하기



목표

- 현재의 갈등상황을 구체적으로 이해한다.
- 현재의 문제를 긍정적으로 재해석한다.
- 갈등상황을 개선하기 위한 구체적인 방법을 탐색한다.



준비물

- 다양한 필기도구



활동지

- [활동지 추가선택(D)-1], [활동지 추가선택(D)-1-저학년]

1. 현재의 문제 상황을 평가하기

- 두 학생에게 [활동지 추가선택(D)-1]을 한 장씩 나눠 주고, 1번에 있는 감정 온도계의 단계별 감정 표정들을 보며 자신의 상태를 표시하게 한다.

활동 예시 1 [활동지 추가선택(D)-1]

파인이의 활동 예시

01 현재의 상태를 표시해 주세요. 02 이와같이 고른 이유는 무엇인가요?

10 ☐
 9 ☐
 8 ☐
 7 ☐
 6 ☐
 5 ☐
 4 ☐
 3 ☒
 2 ☐
 1 ☐

애플이가
나를 욕해서
기분이
안 좋아서

03 +1은 지금과 무엇이 다를지 적어보세요.

애플이랑 화해하고 인사는 하고 지낸다.

04 +1이 되기 위해서 무엇을 해야 할지 적어보세요.

애플이가 나에게 사과를 하면
내가 받아준다.

애플이의 활동 예시

01 현재의 상태를 표시해 주세요. 02 이와같이 고른 이유는 무엇인가요?

10 ☐
 9 ☐
 8 ☐
 7 ☐
 6 ☐
 5 ☒
 4 ☐
 3 ☐
 2 ☐
 1 ☐

파인이가
나를 서운하게
했기 때문에

03 +1은 지금과 무엇이 다를지 적어보세요.

다른 친구들한테 파인이에 대해
욕을 하지 않는다.

04 +1이 되기 위해서 무엇을 해야 할지 적어보세요.

파인이에게 미안하다고 사과한다.



지시문

“파인아와 애플이는 나눠준 [활동지 추가선택(D)-1]을 보면 온도계가 보이죠? 이것은 ‘내 마음의 감정 온도계’예요. 지금부터 [활동지 추가선택(D)-1]의 1번부터 순서대로, 선생님이 질문하면 그 질문에 따라서 나의 마음의 상태를 감정 온도계에 있는 감정 표정들을 보고, 자신의 상태를 표시해보고, 자기 생각을 적어보는 거예요.”

[1번 질문]

“‘내 마음의 감정 온도계’에서 맨 위에 있는 10단계의 감정 표정은 문제가 해결된 상태인 것을 의미하고, 1단계의 감정 표정은 문제가 가장 심각한 상태를 의미해요. 현재는 어떤 상태의 감정 표정에 해당하나요? 현재의 상태를 감정 온도계에 표시해보세요.”



활동팁

- 본 회기에서 활용하고 있는 기법인 ‘척도질문’은 해결 중심단기치료 혹은 해결 중심단기상담에서 사용하는 상담 기법 중 하나입니다. 척도질문은 목표 성취에 이르는 과정이 힘들고 실행할 수 없을 것 같은 불안감이 있는 학생에게 측정 가능한 척도로 목표 성취 정도를 가능하게 함으로써 부담감을 줄일 수 있습니다. 또한 실행 가능한 작은 단위로 나누어 목표를 향해 나아갈 수 있는 실질적인 방법을 생각해 볼 수 있도록 합니다.
- 척도질문의 가장 일반적인 방법은 1부터 10까지의 척도를 상황에 주어지고 해결이 어려운 상태를 1로 나타내며 10은 가능한 최상의 해결을 이룬 상태를 말합니다. 이때 학생의 상황을 수치로 표현하게 합니다.
- 척도질문을 사용할 때에 주의할 것은 ‘오늘’ ‘지난주’ ‘지난달’ 같이 시간을 제한해주어야 하며, 현재와 미래에 초점을 두고, 과거에는 관심을 적게 두어야 합니다.

- [활동지 추가선택(D)-1]의 2번에는 1번에 표시한 현재의 상태의 이유를 작성하게 한다.



지시문

“현재의 상태를 감정 표정에 표시를 다 했으면, 2번을 함께 볼까요?”

[2번 질문]

“자신의 현재의 상태를 왜 그렇게 표시했는지 2번에 한번 적어보세요.”



활동팁

- 보통 학생들은 문제해결의 상태가 심각하다고 생각해도 1단계로 표시하지 않는 경우가 많습니다. 예를 들면 한 학생이 3단계에 해당하는 감정 표정을 표시했을 경우, 어떻게 현재의 상태를 3단계의 감정 표정에 표시했는지 질문을 하며 주의 깊게 탐색하여 주세요.
(예시: “1단계가 아니라 3단계의 감정이라는 것을 어떻게 알 수 있었나요?”)
- 학생이 자신의 상황을 1단계보다 높게 말한다는 것은 이미 자신의 문제를 최악의 상황이 아니게 다루고 있음을 의미합니다. 또한, 자신의 나아진 상태 혹은 원하는 바를 10단계보다 낮게 제시하는 것은 완전한 해결은 없다는 것을 인정하는 것을 말합니다.
- 학생의 강점과 성공적인 경험 등 예외적인 것을 탐색하여 인정과 의미를 부여하고, 학생의 자원을 활용할 수 있도록 합니다.

2. 현재의 문제를 긍정적으로 재해석하기

- 두 학생에게 자신이 표시한 현재의 상태보다 1단계가 오른 상태를 생각해보게 한다.
- [활동지 추가선택(D)-1]의 3번에는 현재의 상태에서 1단계가 오른 상태라면 지금과 무엇이 다를 것인지에 대해 작성하게 한다.



지시문

[3번 질문]

“각자 현재의 상태가 () 단계인지 1번에 표시했는데, 그러면 현재의 상태에서 1단계가 오른 상태라면, 무엇이 다를까요? 3번에 1단계가 오른 상태가 되면 무엇이 다를지 적어보세요.”



Tip 활동팁

- 현재의 상태와 1단계가 오른 상태가 무엇이 다를지 학생들이 스스로 찾을 수 있도록 안내해 줍니다.
- 학생이 척도질문에 답을 하는 과정에서 현실을 전제로 하여 모호한 생각과 느낌을 구체적으로 서술할 수 있도록 도와주세요.
- 청소년은 성인보다 상대적으로 논리적 사고보다는 이분법적 사고를 하는 성향이 많습니다. 따라서 척도질문에 답을 하는 과정을 통해 자신의 수행을 이분법적인 기준이 아닌 “정도의 문제”로 생각할 수 있게 도움을 줍니다.

3. 문제를 개선하기 위한 행동 탐색하기

- [활동지 추가선택(D)-1]의 4번에는 두 학생이 자신이 표시한 현재의 단계보다 1단계가 오른 상태가 되려면 무엇을 해야 할지 작성하게 하고, 서로 나누도록 한다.



지시문

[4번 질문]

“자 그러면, 파인이는 1단계가 오른 상태가 되기 위해서 무엇을 해야 할지 4번에 적어볼까요?”
“애플이는 1단계가 오른 상태가 되기 위해서 무엇을 해야 할지 4번에 적어볼까요?”



- 4번은 두 학생이 문제를 스스로 해결할 수 있다는 의지를 확인하는 활동이기 때문에 매우 중요합니다. 두 학생에게 문제해결을 위한 동기가 생길 수 있도록 격려해주세요.
- 척도질문은 학생의 주관적 평가를 존중하여 이분법적인 판단을 지양하도록 도움을 줍니다. 학생은 현실에 근거하여 문제 상황을 극복해가는 과정 자체가 곧 자신이 바라는 성공임을 인지하게 되고, 모든 문제가 완벽하게 해결될 수 없음을 알게 합니다.
- 활동지에 제시된 질문 이외에 다음과 같은 질문을 추가로 사용할 수 있습니다.
 - 최선을 다해 노력하는 것을 10점, 노력하지 않는 것을 1점으로 할 때의 문제해결을 위해 몇 점쯤 노력할 수 있나요?
 - 어머니는 당신이 1점 높이기 위해 무엇이 필요하다고 말씀하실까요?
 - 친구는 무엇을 보면 당신이 1점 향상되었다고 생각할까요?
 - 1점이 올라간다면 누가 변화를 가장 먼저 알 수 있을까요?



- 저학년의 경우 문장을 읽고 쓰는 활동이 어려울 수 있으므로, 저학년용 활동지 [활동지 추가선택(D)-1-저학년]을 활용하도록 합니다.
- 현재 내 마음의 온도 상태를 직접 색칠하게 하고, 어떻게 하면 현재의 상태가 나아질 수 있을 지에 대해 이야기해보면서 구체적인 방법을 탐색할 수 있게 진행하도록 합니다.



[활동지 추가선택(D)-1]

01 현재의 상태를 표시해 주세요.

02 이와같이 고른 이유는 무엇인가요?

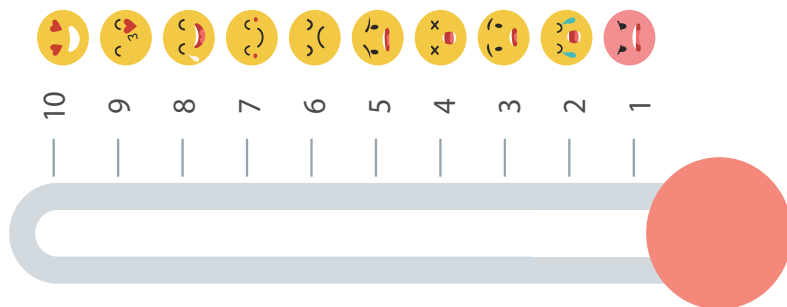
03 +1은 지금과 무엇이 다를지 적어보세요.

04 +1이 되기 위해서 무엇을 해야 할지 적어보세요.

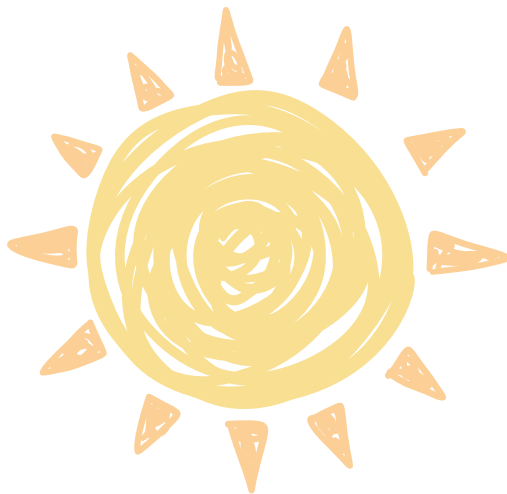


[활동지 추가선택(D)-1-저학년]

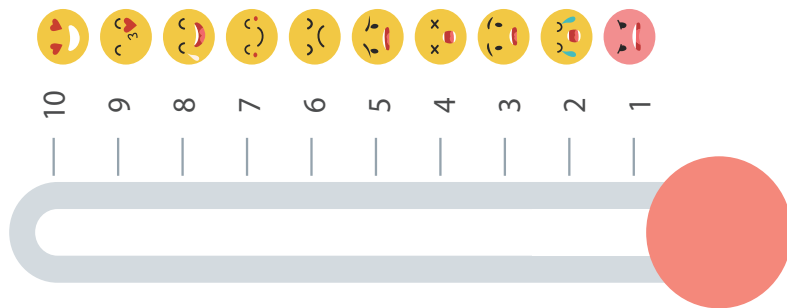
02 현재 마을의 온도가 한 칸 올라가게 색칠해 보세요.

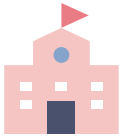


03 어떻게 하면 온도가 올라갈까요?



01 현재 마을의 온도를 색칠해 보세요.





09

3회기 서로 화해의 약속하기



목표

- 프로그램을 통해 배우게 된 점들을 확인한다.
- 관계 개선을 위해 서로에게 지킬 수 있는 것을 약속한다.



준비물

- 다양한 필기도구



활동지

- [활동지 3회기-1], [활동지 3회기-1-저학년]
- [활동지 3회기-2], [활동지 3회기-2-저학년]

1. 프로그램을 통해 깨달은 점 확인하기

- 두 학생이 각자 1회기에 작성했던 [활동지 1회기-2]를 두 학생에게 먼저 나누어 준다.
- 두 학생이 첫날 작성했던 활동지를 보며 이 프로그램 후의 달라진 생각과 감정, 그리고 이 프로그램을 통해서 배우게 된 점들을 떠올리게 하고 [활동지 3회기-1]의 뇌 구조 안에 적도록 한다.
- 두 학생이 [활동지 3회기-1] 뇌 구조 안에 적은 것을 발표하게 한다.



지시문

“자 오늘은 프로그램을 마무리하는 날이에요. 그동안 우리가 같이해 온 것들을 조금 정리해 보는 시간을 가지려고 해요. 우리가 프로그램을 시작하는 첫날 작성했던 활동지를 다시 나누어 줄 텐데 그것을 보면서 두 사람이 프로그램을 시작하기 전과 지금, 생각하거나 느끼는 것에 어떤 차이가 있는지 떠올려 보도록 해요.”

“또 프로그램을 같이하면서 나 자신이나 상대방에 대해서나, 혹은 두 사람 관계에 대해서 각자가 새롭게 배우게 된 것도 있다면 같이 정리해 보도록 해요. 각자 잠시 생각해보고 [활동지 3회기-1] 뇌 구조 안에 적은 다음 각자 자신이 작성한 것을 발표해 보세요.”



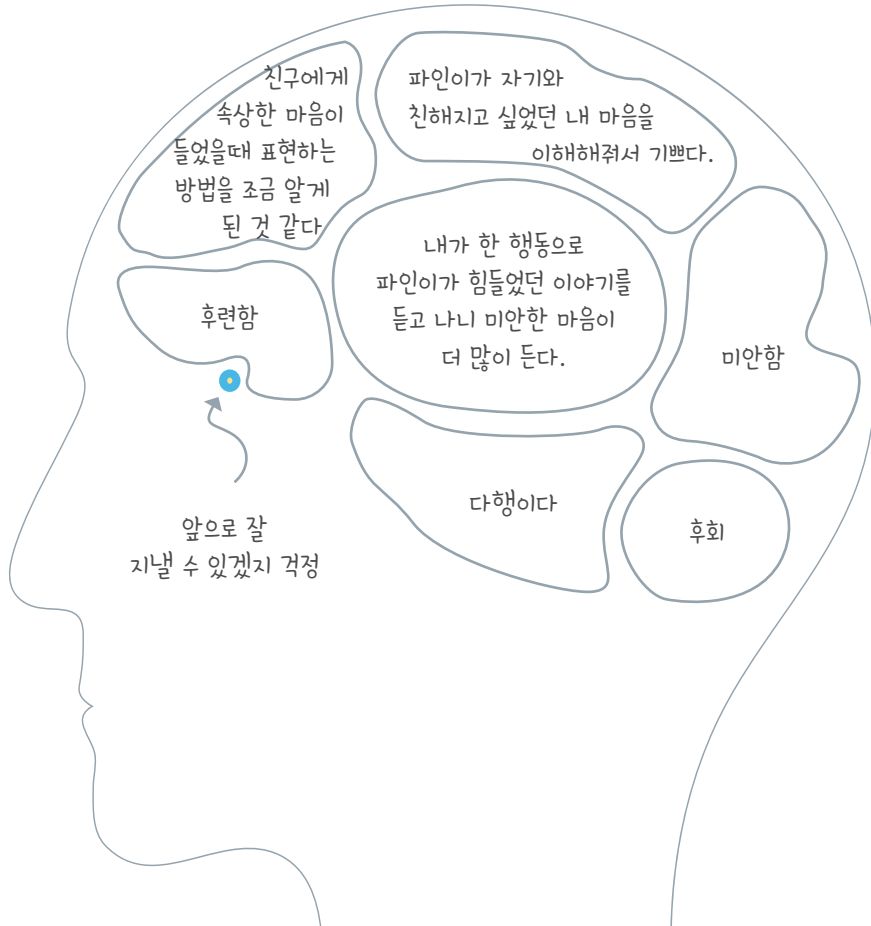
Tip

활동팁

- [활동지 3회기-1]을 작성하기 전에 관련학생이 첫날 프로그램을 시작하기 전에 작성했던 [활동지 1회기-2]를 먼저 나누어 주세요. 그리고 프로그램을 마무리하는 지금 시점에서의 느낌과 생각은 또 어떤지 구체적으로 떠올리게 한 다음 같은 양식의 [활동지 3회기-1]을 나누어주고 적도록 지도해주세요.
- 적은 내용 중에서 가장 의미가 클수록 넓은 영역으로 표시하여 내용을 그 안에 적도록 지도해주세요.
- 각자 작성한 [활동지 3회기-1]의 내용을 발표할 때는 첫날 작성한 [활동지 1회기-2]의 내용과 어떤 차이점이 있는지 비교해 가면서 발표할 수 있도록 지도해주세요.
- 각자 발표가 끝나면 두 사람이 서로 함께 이룬 성과에 대해서도 구체적으로 정리할 수 있도록 도와주세요. 서로가 정리한 내용에 있어서 어떤 공통점이 있는지 또 어떤 차이점이 있는지 교사가 정리하여 학생들이 서로 더욱 깊이 있게 이야기할 수 있도록 도와주세요. 그리고 각자가 서로의 발표를 듣고 난 후의 느낌도 나눌 수 있도록 지도해주세요.



활동 예시 1 [활동지 3회기-1]



2. 서로에게 약속하기

- 두 학생에게 상대방과의 관계를 개선하기 위해 내가 약속할 수 있는 것을 [활동지 3회기-1] <나의 약속>에 적게 한다.
- 두 학생에게 각자 [활동지 3회기-1] <나의 약속>에 적은 것을 바탕으로 두 사람이 함께 [활동지 3회기-2] 서약서를 작성하게 한다.
- 두 학생이 같은 내용의 서약서를 한 장 더 작성하고 두 사람의 이름과 서명이 들어가도록 한 다음 각자 한 장씩 나누어 가진다.



지시문

“자 두 사람이 이 프로그램을 통해서 자신이나 상대방 그리고 두 사람의 관계에 대해서 새롭게 이해하게 된 것들이 있었는데 이런 것들을 바탕으로 해서 내가 상대방과의 관계를 위해서 약속할 수 있는 것을 생각해보고 [활동지 3회기-1] 〈나의 약속〉에 적어보려고 해요. 그 약속은 내가 반드시 지킬 수 있어야 하니깐 신중하게 생각해보고 적어보세요.”

“자 각자 [활동지 3회기-1] 〈나의 약속〉을 적어봤으면 그 내용을 바탕으로 우리가 함께 [활동지 3회기-2] 서약서를 작성해 보려고 해요. 이 서약서는 각자의 것이 아닌 우리가 모두 함께 만드는 우리의 것이예요. 두 사람이 차례대로 한 명씩 자기가 약속할 수 있는 것을 적어봐요. 그리고 이름과 서명도 해보세요.”



Tip

활동팁

- 두 학생이 상대방과의 관계를 위해서 지금 자신이 지킬 수 있다고 생각하는 것들을 [활동지 3회기-1] 〈나의 약속〉에 적도록 지도해주세요.
- [활동지 3회기-1] 〈나의 약속〉에 적은 것을 [활동지 3회기-2] 서약서에 엄숙한 마음으로 간결하게 작성할 수 있도록 지도해주세요. 이때 서약서는 두 사람이 함께 만드는 것으로 각자 차례대로 자신이 약속할 수 있는 것을 작성하도록 도와주세요.
- [활동지 3회기-2] 서약서에 들어가는 문구는 [활동지 3회기-1] 〈나의 약속〉에 학생들이 작성한 것을 바탕으로 교사가 주도해서 만들도록 도와주세요. 예문을 학생들에게 제시해주고 그 문장을 바탕으로 학생들이 덧붙여 말할 수도 있습니다.
- [활동지 3회기-2] 서약서가 한 장이 완성되면 두 사람이 같은 내용으로 한 장 더 작성하게 한 다음 이름과 서명을 쓰게 하고 한 장씩 나누어 갖도록 해주세요.



활동 예시 2 [활동지 3회기-1]

나의 약속

친구에게 속상한 마음이 든다고 하더라도

다른 친구에게 욕을 하지 않고

다른 방법을 찾아보겠다.



활동 예시 3 [활동지 3회기-2]

서약서

나 애플은 파인에게 서운하거나 속상한 마음이 들 때에는 파인에게

내 마음을 조용히 이야기하고 파인과 친해지고 싶은 내 바람을 전달하려고 노력해보겠습니다.

나 파인은 애플이가 서운하다고 이야기 할 때에는 귀기울여서 듣고 그때 내가

어떤 상황이었는지 애플이가 이해할 수 있도록 설명하도록 노력하겠습니다.

년 월 일

이름 : 애플	서명 : 애플
이름 : 파인	서명 : 파인
이름 : 교사	서명 : 교사

- 두 학생이 서약서를 발표하고 난 후 혹시 걱정되거나 염려되는 부분이 있는지 이야기하게 한다.



지시문

“두 사람이 각자 자신이 지킬 수 있다고 생각하는 약속을 서약서에 작성하여 읽고 서명했는데 혹시 지금 걱정되거나 염려되는 것이 있다면 이야기해보세요. 프로그램이 끝난 후 관계가 두 사람이 기대했던 것보다 어색하거나 안 좋아질 수도 있어요.”

“또 각자 생각했던 것만큼 같이 약속했던 것을 지키기 쉽지 않을 수도 있어요. 그런 때 어떻게 할 수 있을지 함께 이야기해보세요. 그 밖에 각자 마음속으로 염려되는 것이 또 어떤 것이 있는지 이야기해보세요.”



Tip

활동팁

- 두 학생이 서약서를 작성하고 난 후 각자가 마음속으로 걱정되는 것이 있다면 서로 솔직하게 개방하여 나누고 염려되는 상황에서 서로가 어떻게 대처를 하면 좋을지도 구체적으로 나눔으로써 현실적인 기대를 하고 프로그램을 마무리할 수 있도록 도와주세요.

초등
저학년

Tip

- 저학년의 경우 [활동지 3회기-1-저학년]에 <나의 약속>이 없습니다. 마음을 표현하게 한 후 바로 [활동지 3회기-2-저학년]으로 넘어가서 <다음을 약속합니다>를 같이 읽으면서 서로의 이름을 쓸 수 있도록 지도해주세요.



[활동지 3회기-1]

지금 나의 머릿속은?



나의 약속

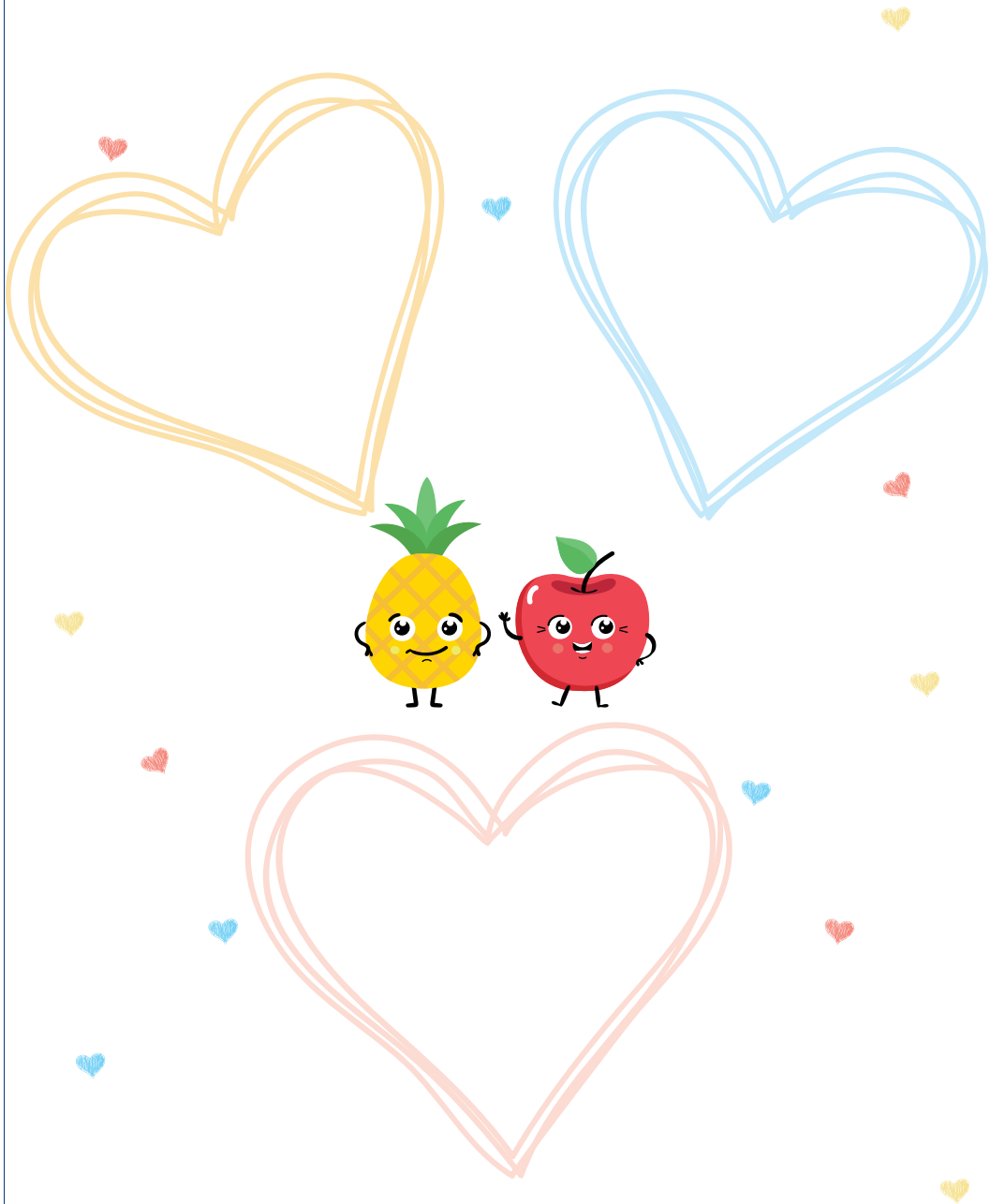
.....

.....



[활동지 3회기-1-저학년]

자신의 마음을 하트에 표현해 주세요. 그림을 그리거나 말로 설명해도 좋습니다.
기분에 맞는 색도 칠해주세요.





[활동지 3회기-2]

서 약 서



년 월 일

이름 :	서명 :
이름 :	서명 :
이름 :	서명 :

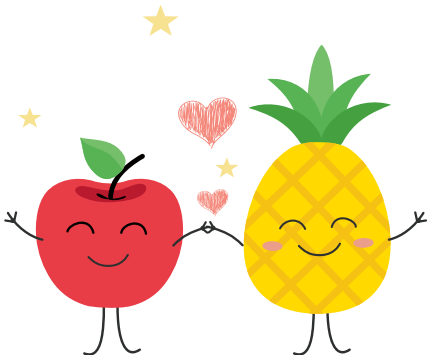


[활동지 3회기-2-저학년]

다음을 약속합니다.



년 월 일



이름 : _____

이름 : _____

이름 : _____



연구 개발 집필진

협력관(교육부)

원용연 (학교생활문화과장)

김범수 (학교생활문화과 교육연구관)

배은경 (학교생활문화과 교육연구사)

학교폭력 관계회복 프로그램 연구개발책임자

오인수 (이화여자대학교 교육학과 교수)

학교폭력 관계회복 프로그램 공동연구원

손지향 (이화여자대학교 교육학과 박사 수료)

조유경 (이화여자대학교 교육학과 박사 수료)

노은희 (이화여자대학교 교육학과 박사 수료)

이승은 (이화여자대학교 교육학과 박사 수료)

전문가 검토진

김승혜 (푸른나무재단 청소년사업·상담본부 본부장)

차민희 (푸른나무재단 청소년사업·상담본부 실장)

이선영 (푸른나무재단 청소년사업·상담본부 팀장)

현장교사 자문 및 검토진

곽상경 (신성중학교 진로진학상담교사)

김강민 (화천중학교 교사)

박경민 (신현고등학교 전문상담교사)

박현지 (대구관문초등학교 교사)

이보경 (풍산초등학교 교사)

이지원 (양도중학교 전문상담교사)

한혜원 (서울우이초등학교 전문상담교사)

허진재 (동작고등학교 교사)

홍명종 (서울교대부속초등학교 교사)

본 내용은 교육용으로만 활용할 수 있으며 무단 사용 및 복제를 금함.

