

2018년 학교폭력 예방교육 운영학교 신규 담당자 연수 - 초등 -

2018. 8. 1(수) 오전 10시 ~ 오후 4시
쉐라톤 서울 디큐브시티 호텔 그랜드 볼룸(6층)

주최 교육부·전라남도교육청 주관 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터



2018년 학교폭력 예방교육 운영학교 신규 담당자 연수 - 초등 -

일시 : 2018. 8. 1.(수) 10:00 ~ 16:00

주최 : 교육부 · 전라남도 교육청

주관 : 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터

차 례

 연수 운영 계획	1
--	---

 초등학교 저학년 담당 교사를 위한 교육 및 실습 자료 I	3
---	---

▶ 강사 : 손명선 선생님(서울 가재울초등학교)

공 감 / 5

의사소통 / 21

감정조절 / 40

갈등해결 / 64

 초등학교 저학년 담당 교사를 위한 교육 및 실습 자료 II	99
--	----

▶ 강사 : 정명옥 선생님(서울 강술초등학교)

자기존중감 / 101

학교폭력 인식 및 대처 / 109

 초등학교 고학년 담당 교사를 위한 교육 및 실습 자료 I 119

▶ 강사 : 김종훈 선생님(부산 신곡초등학교)

감정조절 / 124

공 감 / 138

의사소통 / 142

 초등학교 고학년 담당 교사를 위한 교육 및 실습 자료 II 153

▶ 강사 : 이지연 선생님(서울대학교 사범대학 부설 초등학교)

갈등해결 / 155

자기존중감 / 172

학교폭력 인식 및 대처 / 200

 어울림 프로그램 목록 212

1. 목적

- 어울림 프로그램, 어깨동무 신규 운영학교 담당자들의 학교폭력예방교육에 대한 이해 향상 및 프로그램의 질 제고와 확산
- 학교폭력예방교육 우수 사례 공유 및 프로그램 진행 실습을 통한 어울림 프로그램 및 어깨동무학교 신규 담당자들의 역량 강화

2. 추진 방법

○ 일시 및 장소

- 2018. 8. 2(목) 10:00 ~ 16:00
- 셰라톤 서울 디큐브시티 호텔 그랜드볼룸(6층)

○ 참가자

- 2018년 학교폭력예방교육 어울림 프로그램 운영학교 및 어깨동무학교 신규 담당자 135명(초등)
- 2018년 학교폭력예방교육 연구학교 참가자 14명
- 시·도 교육청 어울림 프로그램 및 어깨동무학교 업무 담당자 10명
- 총 159명

3. 프로그램 일정

- 사회 : 성윤숙 소장(한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터)

시 간	내 용	발 표 자
9:30~10:00	등록 및 안내	
10:00~10:05	개회 및 국민의례	
10:05~10:10	인 사 말	송병국 원장(한국청소년정책연구원)
10:15~10:15	환 영 사	교육부 학교생활문화과
10:15~10:35	학교폭력예방교육지원 사업 안내	문진 연구관(교육부 학교생활문화과)
10:35~10:50	휴식(자리이동)	
10:50~12:10	어울림 프로그램 역량별 교육 및 실습 I	
12:10~13:30	중 식	
13:30~16:00	어울림 프로그램 역량별 교육 및 실습 II	
16:00~	폐 회	

연수 세부 일정

시간	역량	모둠1(초등학교 저학년)	모둠2(초등학교 고학년)
10:50~11:30	공감	손명선(가재울초)	김종훈 (부산 신곡초)
11:30~12:10	의사소통	손명선(가재울초)	김종훈 (부산 신곡초)
점심식사 및 휴식			
13:30~14:05	감정조절	손명선(가재울초)	김종훈(부산 신곡초)
14:05~14:40	갈등해결	손명선(가재울초)	이지연(서울사대부속초)
14:50~15:25	자기존중감	정명옥(강술초)	이지연(서울사대부속초)
15:25~16:00	학교폭력 인식 및 대처	정명옥(강술초)	이지연(서울사대부속초)

초등학교 저학년 담당 교사를 위한 교육 및 실습 자료 I

강사 : 손명선 선생님(서울 가재울초등학교)

공 감

.

의사소통

.

감정조절

.

갈등해결

2018년

어울림 프로그램의 이해 및 실습

초저 “공감”

손 명 선

공감의 중요성

- 소통의 핵심은 감성이다!!
- 진정한 소통은 사람의 머리에서 나오는 것이 아니라 가슴에서 나온다.
- 상대방에 대한 공감적 이해와 관심의 토대 위에서 이루어지는 정서적 소통이야말로 인간 관계의 질을 향상시킨다.

공감의 필요성

- 공감은 자신이 이해 받고 있으며, 존중 받고 있다는 느낌을 갖게 해 줌.
- 자신이나 자신이 처한 상황에 대해 긍정적으로 생각하게 하고, 어려움을 극복하거나 도전하고자 하는 용기를 갖게 해 줌.

공감 능력 개발 단계 -Borba(2003)-

- 1단계 - 포괄적인 공감 능력 단계(생후 1년까지)
- 2단계 - 자기중심적 공감 단계(만 1세~5세)
- 3단계 - 정서적 공감 능력의 단계(만 6세~12세)
- 4단계 - 인식에 의한 공감 능력 단계(만 6세~고교)
- 5단계 - 추상적 공감 능력 단계(만 10세~12세)
- 인지적 능력의 발달이 공감적 정서 조성: 생득적인 공감 능력의 유지와 함께 공감 발달을 이끄는 공감의 인지적 측면을 발달시킬 수 있는 교육적 노력이 필요.

외국의 공감 교육 사례



지금 이 아기는
세상을 바꾸는
중입니다.

-캐나다의 교육운동가 메리고든의
공감의 뿌리 교실-

<https://cafe.naver.com/lovecsfour/61>

세계에서 가장 행복한 나라 덴마크

세계 행복지수



덴마크



스위스



아이슬란드

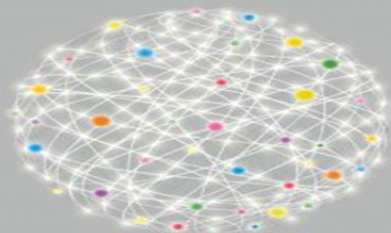


대한민국

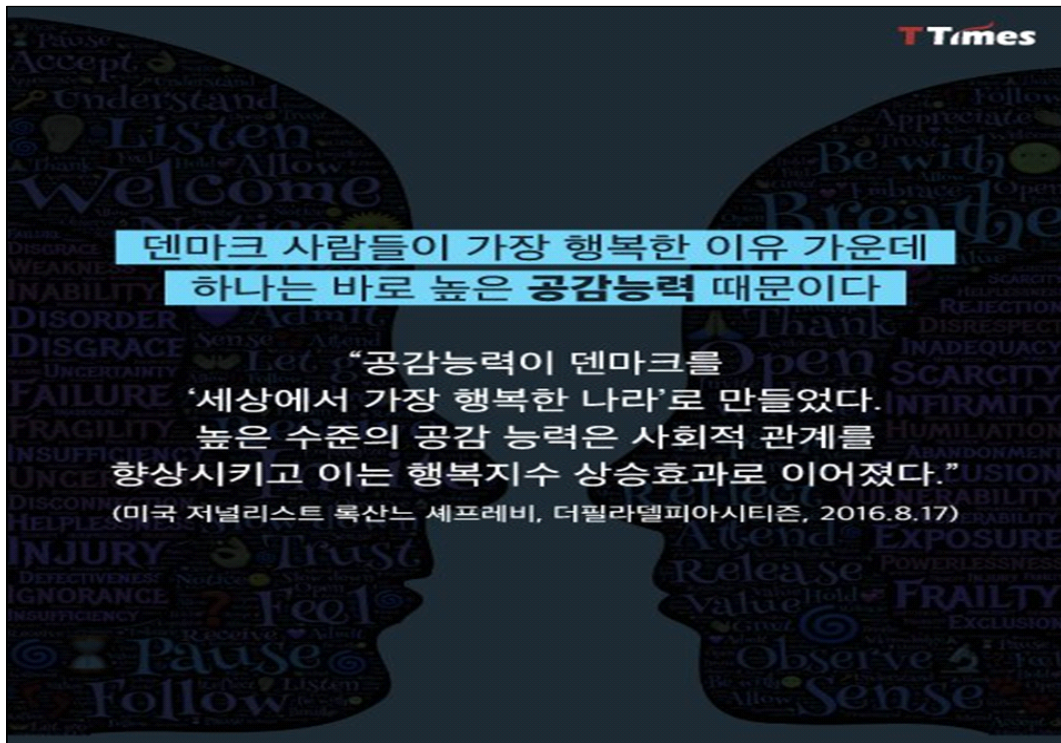
(UN '세계행복보고서 2016')

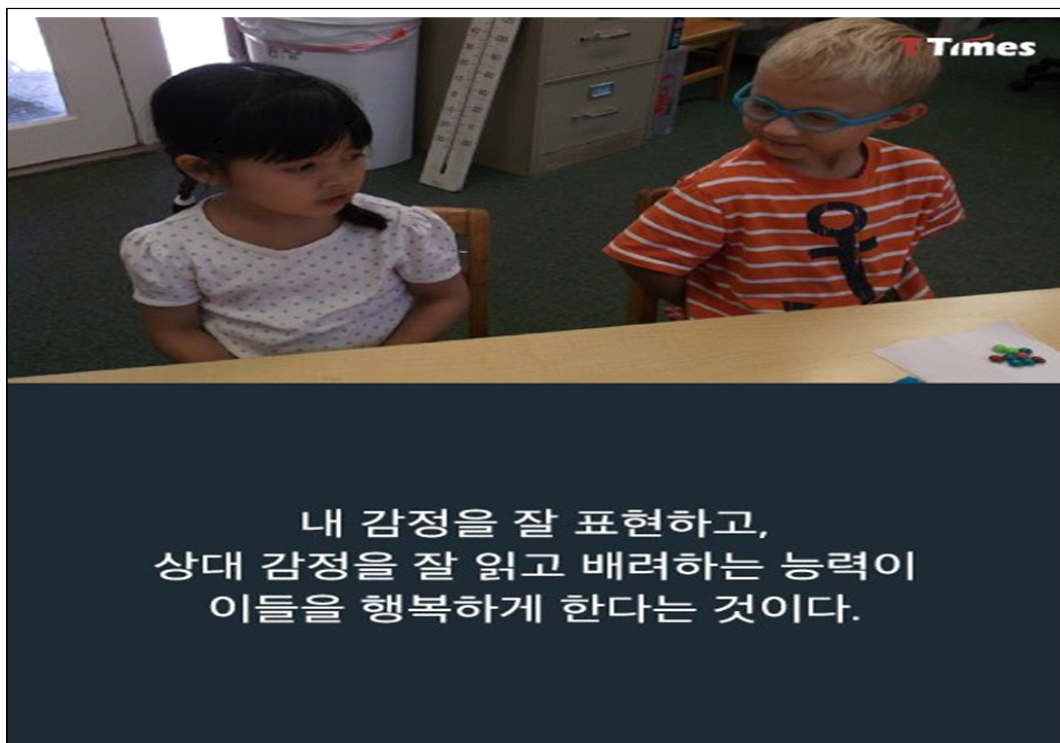
T Times

WORLD HAPPINESS
REPORT 2016 | VOLUME I



Edited by John Helliwell, Richard Layard and Jeffrey Sachs







T Times

공감 능력은 학습을 통해 충분히 높아질 수 있다는 데 대해 전문가들도 동의한다

“공감 능력에서 중요한 것 중의 하나는 ‘관점 수용’(perspective taking) 능력이다. 상대의 의견에 동의하지 못해도 상대의 관점을 존중하며 이해할 수 있어야 한다. 이는 학습과 훈련을 통해 갖출 수 있다.”

(릭 바이스보드 하버드대 교수, 뉴욕타임스, 2014.9.5)



T Times

듀크대 연구팀이 현재 25세인 750여명을 대상으로 어릴 때부터 20년간 조사한 결과

유치원 시절 친구들과 감정을 공유하고
서로 도운 경험이 많은 사람일수록
교육수준이 높을 뿐 아니라
삶에 대한 만족도가 높은 것으로 나타났다.

(‘유아기 사교능력과 현재 삶의 질 사이의 관계’ 2015.7)



**그래서 미국에서도
이 수업을 도입해야 한다는 주장도**

“일주일 한 번 1시간 수업이
우리 아이들의 미래를 바꿔놓을 수도 있다.
다른 사람의 감정을 이해하고
함께 문제를 해결하는 아주 작고
사소한 것에서부터 변화는 시작된다.”

(<덴마크 교육방식> 저자 제시카 알렉산더, 살롱, 2015.7.16)

TTimes = 박의정 디자이너

초 공감 프로그램의 배경

- **공감 능력 향상 방법**---타인과의 공감적인 관계를 형성하거나, 다른 사람의 내면 세계를 공감적으로 체험하는 것이 실제 공감 능력 향상의 중요한 기초.
- **학령기 공감능력 개발 단계(만6-12세)**
 - 3단계: 정서적 공감 능력의 단계
 - 4단계: 인식에 의한 공감 능력 단계

프로그램의 목표(1,2차시)

인지적
공감하기

타인의 표정과 상황을 통해
감정을 이해하고 공감하는 힘
기르기

정서적
공감하기

여러 가지 상황에서 정서적인
공감을 느끼며, 공감하며 경청
하기

학교폭력예방의 출발점이 되는 '공감'

프로그램의 목표(3,4차시)

감정을
공감하여
표현하기

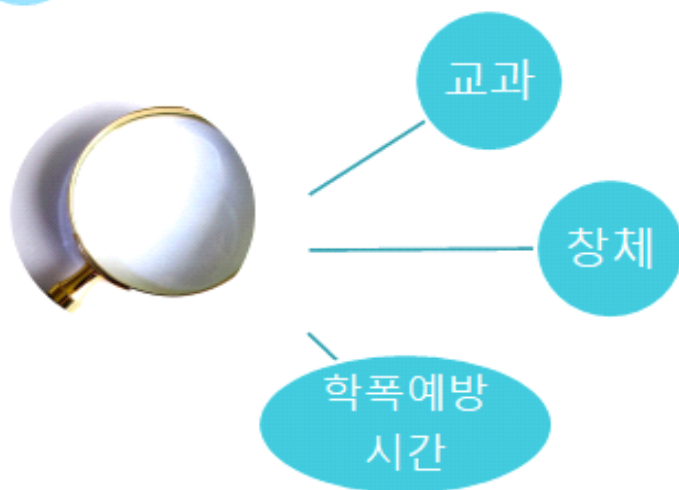
이야기를 통하여 공감을 경험해
보기

공감교실
만들기

다양한 공감활동을 하며 공감
능력 높이기

공감을 경험적으로 학습함

프로그램의 활용 방안



어, 나도 그래

감정의 종류 알고 표현해보기

활동2) 어, 나도 그래 카드 놀이

속상하다	불쌍하다
실망이다	충격적이다
뿌듯하다	즐겁다
화난다	억울하다
울고 싶다	무섭다
슬프다	걱정된다
신난다	행복하다
쓸쓸하다	불편하다

칠 판부착용
감정표현패도
혹은 PPT로 제시

공감놀이 카드

친구가 아픈지 머리에 열이 난다	내 짝이 물어보지도 않고 내 싸인펜을 가져가서 쓴다.
감정:	감정:
친구가 내 필통을 떨어뜨리고 가 버렸다.	친구가 내가 싫어하는 별명을 부르며 놀린다.
감정:	감정:
오늘 급식에 내가 좋아하는 반찬이 나왔다.	매일 줄넘기 100번을 하기로 결심했는데 지금 잘 하고 있다.
감정:	감정:

공감카드 놀이 방법

1. 카드를 읽고 자기가 느끼는 감정을 칠판을 보고 골라 쓴다.

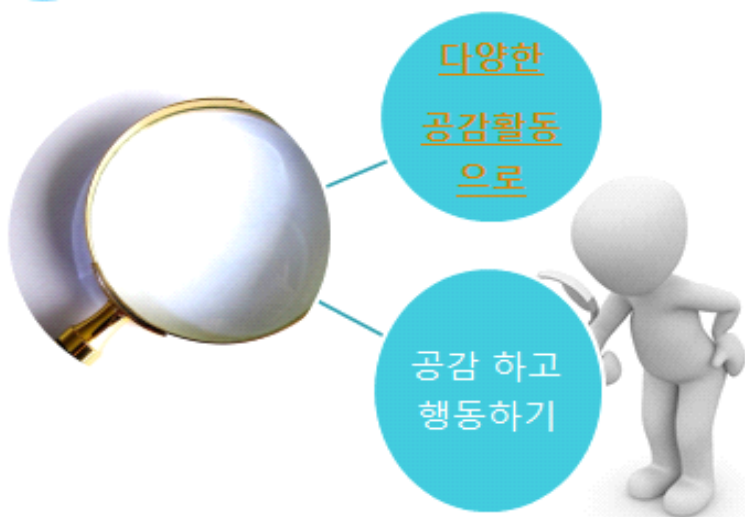
2. 쓸 때는 친구가 모르게 한다

3. 모두 다 썼으면, 1번부터 카드를 한 장 내려놓으며 자기가 쓴 감정을 말한다.

4. 같은 감정을 쓴 친구가 있으면 같이 내려놓는다.

🌿 내려놓을 때는 “어, 나도 그래.” 라고 말합니다.

4차시 : 공감교실 만들기



도입) 공통점 찾기 활동

- 공통점 찾기 질문지 나누어 주기
- 돌아다니며 “하이파이브” 하고 질문하기
- 공통점이 있는 친구와 악수하며 헤어지기
- 빈 칸을 모두 채우기

공통점 찾기 활동 중



활동1) 친구의 장점 찾기

< 4명 1모둠 >

- 한 사람당 A4용지 1장을 준다
- 종이를 접어 4등분 한다
- 종이 쪽지에 친구의 장점 한 가지를 쓴다.
- 어느 정도 시간이 지나면 그 친구에게 종이를 준다.

➡ :친밀감은 공감 능력 향상의 필수 조건

친구의 장점 찾기 활동 중



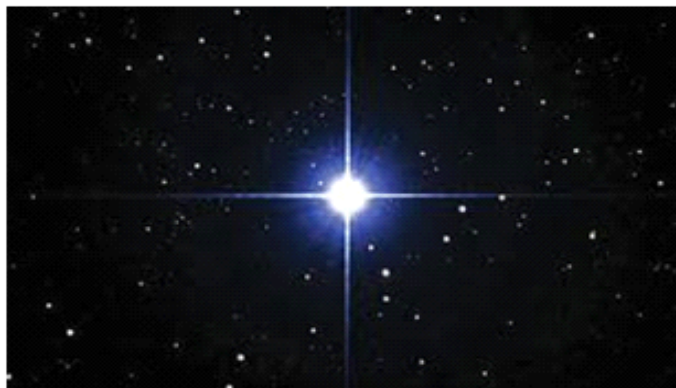
활동2) 공감하고 행동하기

- 4명이 한 모듬이 되어 역할극을 하고 공감하는 말을 해보는 활동
- 주어진 대본을 보고 역할을 나눈다.
- 대사가 없는 부분을 모듬에서 만들기

비어 있는 대사 만드는 중



모듬별 발표



역할극 대본에 다짐 댓글 넣기

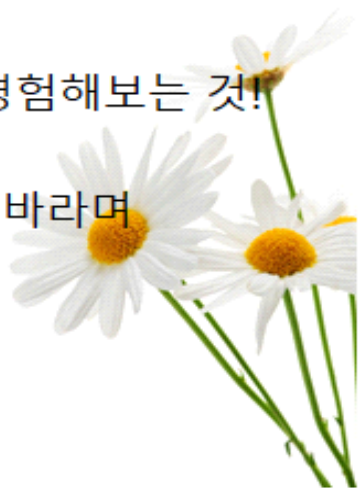


- 다른 모듬의 역할극 대본도 다 같이 읽어 봅시다.
- 방금 한 역할극에 다짐의 댓글을 붙여 봅시다.

감사합니다.

저학년에게 공감은
머리로 이해하기 보다 공감을 경험해보는 것!

학교폭력예방의 첫걸음이 되길 바라며
연수에 참여해 주신 선생님들께
감사드립니다.



2018년

어울림 프로그램의 이해 및 실습

초저 “의사소통”

손 명 선

의사소통의 중요성

- 우리는 대화를 통해 자아와 타인의 정체성을 구성하고, 공동체를 위한 상호 이해에 도달하며, 커뮤니케이션 이성을 확립한다.
- (또한 대화는 사적인 삶의 의미와 공적 이슈들을 연결시켜주며, 우리로 하여금 원칙에 대한 일반적인 합의에 이를 수 있게 해 주고, 그럼으로써 정치적 세계의 일부가 되게 한다.)

의사소통의 필요성

- 우리는 말하지 않으면 모른다
: 인간에게 있어서 가장 중요한 능력
--의미가 담겨 있는 메시지를 주고 받는 과정
--생각, 의견 또는 감정이 교환되어 공통적 이해가 이루어지는 일련의 과정
- 합리적 의사결정을 위한 수단---더 확실한 정답을 얻을 수 있다.

의사소통의 장애 요인

- 내적 요인---언어, 문화, 가치, 편견, 기억, 경험, 감정, 기대, 고정관념, 시간 압박, 대화능력 부족, 사고성향
- 외적 원인---집중력 저하시키는 환경, 소음, 차소리, 전화벨소리, 다른 사람들의 말소리, 천둥소리, 음악소리 등

의사소통 실패 상황

- 상대방의 표현을 제대로 듣지 않아 잘못 해석하는 경우



- 자신의 뜻을 제대로 전달하지 못하는 경우



- 감정적으로 표현하거나 받아들이는 경우



NAVER

가장 효과적인 의사소통 방법

- '마음'을 사로잡는 말 한마디가 중요
- 마음의 문을 열고 어떻게 '소통'할 것인가?
- '공감능력'을 갖는 것이 중요



프로그램 구성



1차시 < 이런 말들이? >

친구를 아프게 하는 말을 찾고
사용하지 않도록 약속 한다.

활동1 - 우리를 아프게 하는 말 찾기



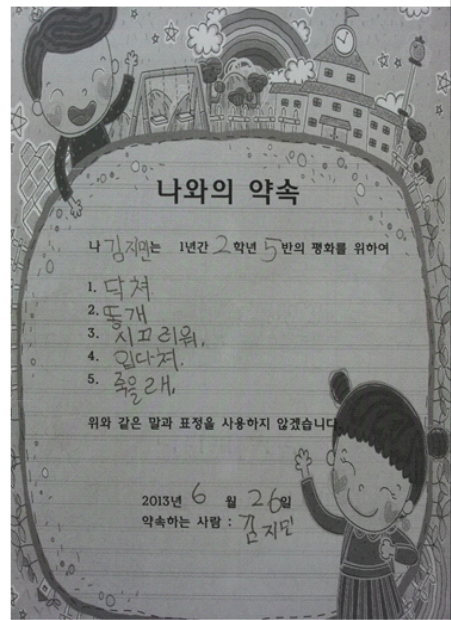
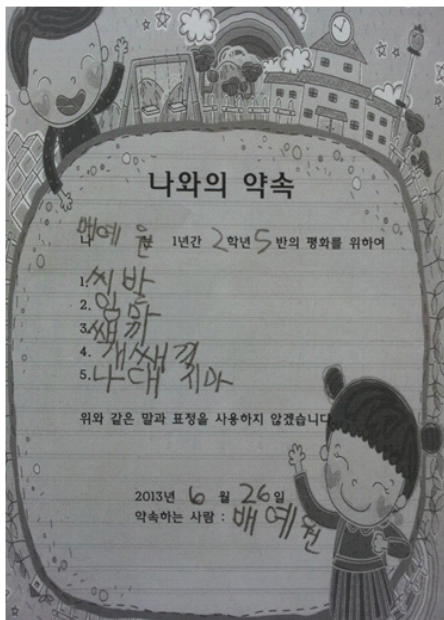
<활동1> - 우리를 아프게 하는 말 묶어 보기



〈활동 2〉 - 쓰레기통에 버리기



마무리 - 나와 의 약속



2차시 < 말하기 보다 귀한 것 >

듣기 위해 침묵해야 하는 필요성을
알고 친구의 이야기에 경청하기

도입 - 두 분 토론

두 분 토론

말하는 지팡이



인디언들은 같이 대화를 할 때 이 지팡이를 들고 말했어요. 말할 수 있는 사람은 오직 지팡이를 쥔 사람 만이기 때문에, 말하는 중간에는 그 누구도 끼어들지 못하며, 말하는 사람은 자신의 뜻을 모든 사람이 올바르게 이해했는지 확인한 후 다음 사람에게 지팡이를 넘겨주었다

말하는 지팡이 사용 약속

듣는 사람은 중간에 질문 X
찬성이나 반대 표시도 X

듣는 사람은 몸짓, 손짓 O

“침묵은 이야기 나누기에서
가장 중요한 것입니다”

“나의 좋은 친구 ~~야,
이제는 네 차례야”

말하는 지팡이 사용시간은 3분정도

전개 - <활동 2> 꾸아드네프 시간에 서로 이야기 경청하기

꾸아드네프

- 새로운 일 없니? 별일 없니? 라는 뜻의 프랑스 인사말
- 프레네가 사용하던 자유 글쓰기 방법의 하나로 아이들이 자유롭게 이야기 하고 한 명이 기록
- 어제 있었던 이야기, 어떤 주제와 관련된 간단한 이야기
- 원형 또는 U자형으로 앉아 이야기
- 응용 - 짝끼리, 모둠끼리 자유 이야기 하기

전개 - <활동 2> 꾸아드네프 시간에 서로 이야기 경청하기

“침묵은 이야기 나누기에서
가장 중요한 것입니다”

전개 - <활동 2> 꾸아드네프 시간에 서로 이야기 경청하기



3차시 < 마음을 부드럽게 >

역할극을 통해 친구와 싸움이 일어날 수 있는 상황을 살펴보고 나의 마음을 부드럽게 표현하는 말하기를 할 수 있다.

도입 - 여섯 고개

무엇일까요?

심한 경우 때리기도 해요.

눈물이 나기도 해요.

친구가 미워요.

같이 소리가 커져가요.

혼자 하지 않아요.

마음이 부글 부글 끓어요.

나의 마음 표현하는 방법

친구행동

문제가 되는 친구의 행동을 생각합니다.

불편한 점과
나의 감정

친구의 행동 때문에 어떤 좋지 않은 마음이
들었는지 생각해 봅니다.

표현하기

나의 솔직한 감정을 친구에게 이야기
합니다.

전개 - <활동1> 나의 마음 표현하는 방법 알아보기

친구 행동	불편한 나의 마음	표현하기
내가 머리를 깎고 왔는데 친구가 놀렸다.		
친구가 나를 밀고 지나갔다.		
친구가 장난 삼아 툭 쳤는데 내가 넘어졌다.		

전개 - <활동2> 짝 역할극하기

짝끼리 말해보아요

점심시간에 은수가 돌리며 놀고 있는
줄넘기 줄에 준호가 맞았습니다.

청소 시간에 수민이는 계속 장난만 치고
희수는 열심히 청소하고 있습니다.

마무리 - 나의 마음 표현하기 한번 더 연습하기

함께 말해보아요

쉬는 시간에 내가 없는 사이에 선생이가
내 색연필을 부러뜨렸습니다

내가 가지고 놀고 있는 줄넘기를
준환이가 빼앗아갔습니다.

4차시 < 같이 놀자 >

놀이를 하기 위해 지켜야 할 약속에
따라 말하고 교실의 놀이 문화를
만들 수 있다.

도입 - 나무 젓가락 인형극



전개 - <활동1,2> 놀이의 종류 및 인원 정하기

학년 ____ 반의 쉬는 시간에 하는 놀이

종류	참여인원
공기놀이	4명
오목	2명
할리갈리	6명

학년 ____ 반의 점심시간에 하는 놀이

종류	참여인원
얼음땡	누구나
런닝맨	누구나
지옥탈출	6명



전개 - <활동3> 놀이 중간에 끼어들 때 말하기 규칙 연습하기



끝이 있는 놀이

끝이 있는 놀이

[놀이 인원이 남는 경우]

지금 진행되고 있는 판이 끝나기를 기다립니다.

중간에 끼고 싶은 친구 : 나도 할래

놀이하는 친구들 : 이번 판이 끝날 때까지
기다려 줄래?

중간에 끼고 싶은 친구 : 응, 기다릴게



끝이 있는 놀이

[놀이 인원이 짝 찬 경우]

지금 진행되고 있는 판이 끝나기를 기다립니다.

중간에 끼고 싶은 친구 : 나도 할래

놀이하는 친구들 : 미안하지만 놀이 인원이 짝
찔어. 다음 번에 놀자

중간에 끼고 싶은 친구 : 아쉽지만 그럴거



끝이 있는 놀이 - 잘못된 행동

[놀이하는 친구가 잘못된 경우]

중간에 끼고 싶은 친구 : 나도 할래.

놀이하는 친구들 : 싫어, 너랑은 안 해



끝이 있는 놀이 - 잘못된 행동

[놀이하는 친구가 잘못된 경우]

중간에 끼고 싶은 친구 : 나도 할래.

놀이하는 친구들 : 이번 판이 끝날 때까지 기다려
줄래?

중간에 끼고 싶은 친구 : 싫어, 지금 꺼줘. 빨리
끝내. 빨리 빨리 빨리! 선생님! 재성이가 안
꺼줘요.



끝이 없는 놀이



끝이 없는 놀이

[놀이 인원이 남는 경우]

중간에 끼고 싶은 친구 : 나도 할래.

게임하는 친구들 : 그래 어서 와. 같이 하자.

중간에 끼고 싶은 친구 : 고마워.



* 무조건 놀이에 끼워 줍니다. 단 중간에 끼는 경우이므로 점수 계산이 있는 놀이일 경우 자신은 0점에서 시작합니다.



2018년

어울림 프로그램의 이해 및 실습

초저 “ 감정조절 ”

손 명 선

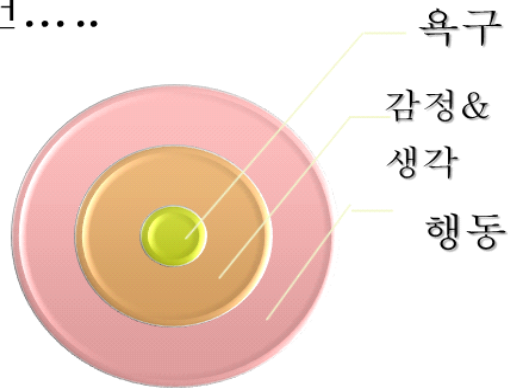
감정조절의 중요성

- ▶ **욕망**과 **감정**은 인간의 용수철이다.
이성은 그것을 통제하고 조절하는 브레이크다.

-H.J. 모링브룩-

감정조절의 필요성

- ▶ ‘감정’은 감각 정보를 바탕으로 생존을 도운다. 불수의적이다. 잘 다루면 성공하고, 잘못 다루면.....



저학년 아이들에게 감정이란.

**뭔지는 아는데, 딱히 말로는...
기분 나빠, 기분 좋아, 시시해,
짜증나**

**그래서 - 감정 단어에 대한 학습이
필요!**

감정조절 모듈 목표

- 다양한 **감정 인식**, 이해
- 갈등상황에서의 감정적 **행동 조절**, 대처전략 연습
- 감정의 조절이 행동의 조절로 연결되는 바람직한 학교생활을 위한 도구 제공
- 감정, 욕구의 **표현 능력 향상**

감정조절 프로그램 흐름

감정조절
(저학년)



1차시

“감정은 내 친구”

초등학교 저학년용



선생님과 함께
동화책을 읽으면서

내 마음의 문도
함께 두드려 보아요.

푸른 나무 밑에 작은 집이 있어요.
누가 살고 있는지 들어가 볼까요?

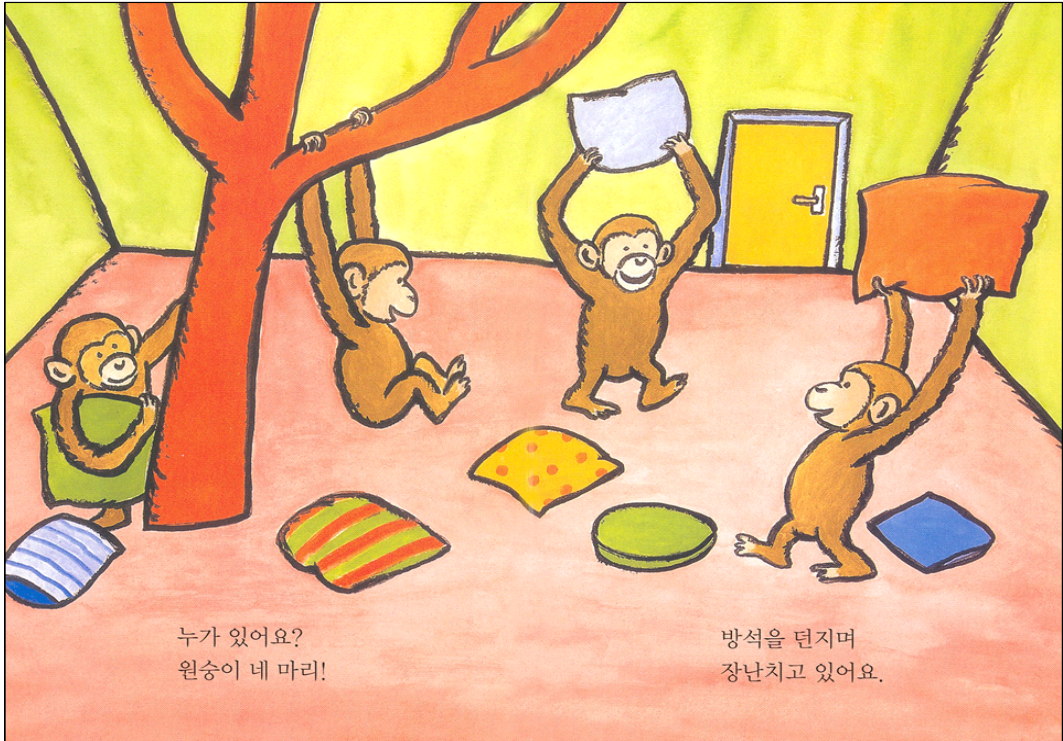


파란 문이에요.
두드려 보아요.
똑! 똑!









우리 친구들은 지금 어떤 마음인가요?
지금 내 마음은 어떤 단어들이 어울릴까요?

설레다

심심하다

만족스럽다

신나다

두근거리다

즐겁다

행복하다

부끄럽다

17

감정단어 스무고개



나는 여러분의
마음속에서 늘 여러분과
함께 있는 **감정**입니다.

나는 무엇일까요?

18

감정단어 스무고개

나의 표정은 항상 밝습니다.

대부분은 이런 나의 모습을 보며 덩달아 웃습니다.

이런 마음일 때는 공부를 하던, 운동을 하던 즐겁게 합니다.

즐거운 체육을 할 때, 소풍을 갈 때, 가족들과 놀이 동산을 갈 때 일기장에 많이 쓰는 단어입니다.



19

감정단어 스무고개

정답은 **신난다**



비슷한 다른 감정단어들도 많이 있어요.
즐겁다, 행복하다, 유쾌하다...

20

감정단어 스무고개

나는 깃털과 같은 느낌입니다.

나는 엄마 품에서 자주 느낄 수 있습니다.

눈을 감으면 하얀 눈이 내리는 날 따뜻한 난로가
생각납니다.

색으로 치면 노랑색과 비슷하다는 이야기를 많이 합니다.



21

감정단어 스무고개

정답은 **포근하다**.



22

감정단어 스무고개

나는 고개를 끄덕이게 됩니다.

내가 하고 싶은 것을 할 때 이런 느낌이 자주 듭니다.

나는 시험을 잘 보면 느껴지는 마음입니다.

나는 편안함을 느끼곤 합니다.



23

감정단어 스무고개

정답은 만족스럽다.



24

감정단어 스무고개

나는 마음속에서 갑자기 치밀어 오릅니다.

나는 잘 풀어야 한다고 사람들이 이야기 합니다.

나는 가끔 친구들에게, 부모님께도 느껴지기도 합니다.

나는 너무 심하면 손이 부들부들 떨리고 얼굴이 붉그스름 해집니다.



25

감정단어 스무고개

정답은 화가 난다.



26

감정단어 스무고개

나를 표현하고 나면 꼭 어른들이나 친구들이 싫어합니다.

엄마는 내 이런 모습을 안 좋아하십니다

나는 무엇인가 하고 싶은데 하지 못 하였을 때 느껴집니다.

이런 마음을 툭툭 내뱉고 나면 나고 기분이 짹짹합니다.



27

감정단어 스무고개

정답은 짜증난다.



28

나의 감정을 맞춰봐



친구의 표정을 보고
어떤 감정인지 맞추기

29

나의 감정 파이

내가 고른 상황 속에서 느껴지는 감정들을 많이 찾아봅시다.



30

오늘 활동을 되돌아 봅시다.

어떤 것을 배웠나요? 발표해 봅시다.

감정단어 스무고개
파이

나의 감정

31

3차시

“감정조절은 나에게 맡겨라”

초등학교 저학년용

'육'이에게 필요한 것은?



지금 어떤
상황일까요?

친구들과 선생님은
어떤 마음일까요?

'육이'에게 필요한 것은?



주인공은 어떤
행동을 하고 있나요?

즐거운 학교생활을
위해 '육이'에게
무엇이 필요할까요?

열매와 나뭇잎

행복한 결과

즐거

행동

흙

우리 주변환경

뿌리

생각과 감정



화가 날 때는 이렇게 해요.

하나

멈춰!

그대로

멈춰 라!

둘

화가 날 때는 이렇게 해요.

눈감고 천천히
열까지 세기
코로 숨을 깊이 들이쉬면서

셋

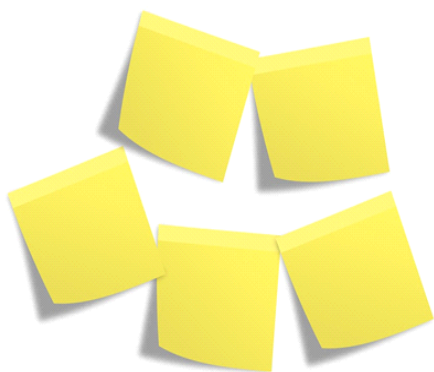
화가 날 때는 이렇게 해요.

내가 바라는 것
분명하게 말하기

4차시

"상황에 따른 나의 대처법"

이런 내가 되고 싶어요



내가 늘 갖고 싶은 마음
은 무엇인가요?
내가 만든 마스코트에
이름을 정해봅시다.



포스트잇에 갖고 싶은 마음을 그리고
왜 이런 마음을 지니고 싶었는지 친구들에게 소개하
여 봅시다.

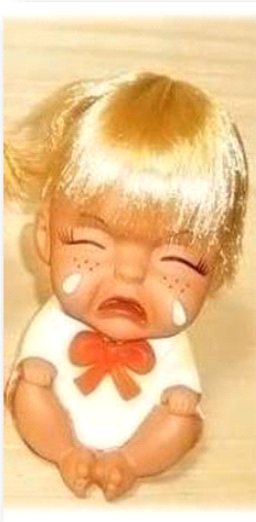
나의 바라는 바 멋지게 표현하기!



이 인형들은 각각 어떤 성격을 지녔을까요?

표현하기

나의 바라는 바 멋지게 표현하기!



이 인형의 이름은 소극이 입니다.

소극이는 어떤 일이 벌어지면
자신이 바라는 것을 말하지 않고 참기만
해요.

소극에게는 어떤 일이 벌어질까요?

나의 바라는 바 멋지게 표현하기!



이 인형의 이름은 싸움이 입니다.

싸움이는 어떤 일이 생기면
이기려고만 해서 다툼이 많아요.

싸움이에게는 어떤 일이 벌어질까요?

나의 바라는 바 멋지게 표현하기!



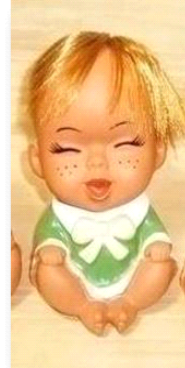
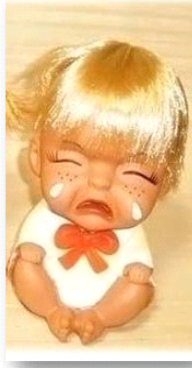
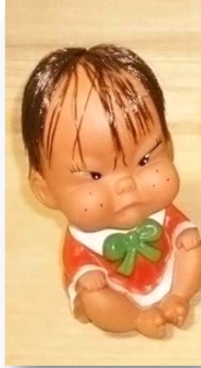
이 인형의 이름은 표현이 입니다.

표현이는 어떤 일이 벌어지면
차분히 바라보며 자신이 바라는 바를 표
현합니다.

표현이에게는 어떤 일이 벌어질까요?

나의 바라는 바 멋지게 표현하기!

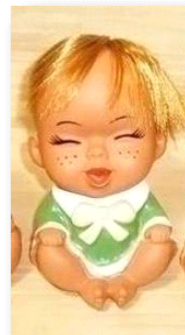
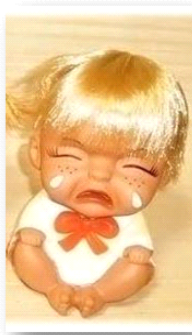
친구가 싫다고 하는데도 수업시간에 장난을 걸어서 지난 번에는 선생님께 꾸중을 들었다.



소극이, 싸움이, 표현이의 방식대로 말해보고
어떤 친구가 가장 마음에 드는지 친구들에게 소개합니다.

나의 바라는 바 멋지게 표현하기!

준비물을 빌려가서는 늘 돌려주지 않는 친구가 있다. 이번에도 크레파스를 빌려가서는 돌려주지 않는다. 이 크레파스는 부모님께서 생일선물로 사주신 소중한 것인데 말이다.



소극이, 싸움이, 표현이의 방식대로 말해보고
어떤 친구가 가장 마음에 드는지 친구들에게 소개합니다.

화가 나거나 짜증날 때 어떻게 하면 좋을까?

불편한 감정은 왜 생길까? 모두 토의를 해 봅시다.

예) 단짝 친구가 나 아닌 다른 친구와 더 재미있게 논다.

- 다르게 설명해볼까? : 나와 다른 친구하고만 노는 것이 아니라
- 다른 사람이라면 어떻게 할까? : 아마 엄마라면 직접 물어볼 것이다.
- 증거를 찾아보기 : 나랑 안 놀고 다른 친구하고만 노는 경우가 언제지?
- 시간이 흐른 후 : 일단 화가 날 때 천천히 심호흡을 하면서 10까지 센다.
- 내가 원하는 것 말하기 : 친구야...너와 더 친하게 지내고 싶어.
- 주문 외워보기 : 나만의 화를 진정시키는 주문 만들기

예) (~구나, 많이, 정말 등으로 말하기) 내가 정말 화가 났구나
참 많이 화가 났구나.

예) (내 바람 생각하기) 나는 지금 더 친하게 지내고 싶은 거야



2018년

어울림 프로그램의 이해 및 실습

초저 “ 갈등해결 ”

손 명 선

갈등해결 프로그램의 개발 배경

- 초1~6 : 갈등의 1/3이 놀리기
운동장에서의 다툼, 자원에 대한 접근이
나 소유, 신체적 공격으로 인한 갈등.
- 폭력 상황으로 발전될 가능성이 있는 갈등을 원
만히 조절할 수 있는 긍정적 갈등해결 태도 갖추
기

프로그램의 구성

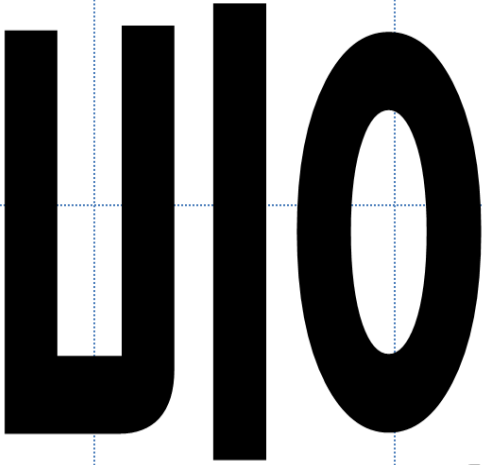
- ★ 1차시---갈등의 개념을 알고,
 긍정적인 측면 이해하기
- ★ 2차시---갈등해결방법을 익혀 바르게 대처하기
- ★ 3차시---갈등 상황 속에서 문제 해결을 통해
 긍정적인 토대 관계 형성
- ★ 4차시---갈등 상황에 대처하는 방법을 익혀
 학교 폭력 예방

활동1

우리 모둠 대표 색 정하기



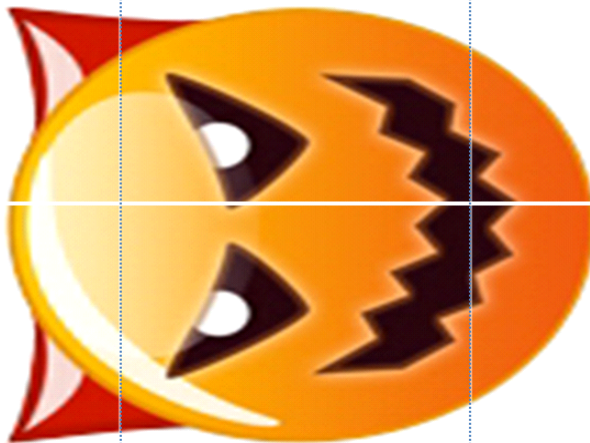
다른 사람의 생각을 이해할 수 있어요.	다른 사람과 대화하는 법을 배워요.	다른 사람의 생각도 소중하다는 것을 배워요.
		
좋은 해결 방법을 찾기 위해 서로 이야기를 나눌 수 있어요.	양보하는 법을 배울 수 있어요.	너와 내가 다르다는 것을 알 수 있어요.

다른 사람의 생각을 이해할 수 있어요.	다른 사람과 대화하는 법을 배워요.	다른 사람의 생각도 소중하다는 것을 배워요.
		
좋은 해결 방법을 찾기 위해 서로 이야기를 나눌 수 있어요.	양보하는 법을 배울 수 있어요.	너와 내가 다르다는 것을 알 수 있어요.

서로를 이해하게 되요.	다른 사람과 대화하는 법을 배워요.	다른 사람의 생각을 인정하게 되어요.
좋은 해결 방법을 찾기 위해 서로 이야기를 나눌 수 있어요.	양보하는 법을 배울 수 있어요.	너와 내가 다르다는 것을 알 수 있어요.



서로에게 도움되는 방법을 찾을 수 있어요.	다른 사람과 대화하는 법을 배워요.	다른 사람의 생각도 소중하다는 것을 배워요.
좋은 해결 방법을 찾기 위해 서로 이야기를 나눌 수 있어요.	양보하는 법을 배울 수 있어요.	너와 내가 다르다는 것을 알 수 있어요.



활동2

갈등 보물찾기

활동 내용!

갈등 보물찾기로 갈등의
좋은 점을 알아봅시다.

활동2

갈등 보물찾기

놀이 방법 1

1. 교실에 숨겨진 **보물 쪽지** 찾기
2. 찾은 사람은 **자리**로 가서 앉기

!
!
!
각자 1개씩만 찾을 수 있음
못 찾은 친구를 도와 줄 수 있음
선생님 책상 쪽에는 없음

활동2

갈등 보물찾기

보물을 찾아요

활동2

갈등 보물찾기

놀이 방법 2

3. 같은 색 끼리 모이기
빨간색-1모둠, 노란색-2모둠
연두색-3모둠, 하늘색-4모둠
4. 돌아가면서 보물 쪽지 읽기
5. 6장 모아 살펴보고 붙이기

2017년

어울림 학교폭력 예방 프로그램

갈등!
이렇게 해봐요.

학생용

초저갈등해결 2차시

settle a conflict
settle a conflict
settle a conflict
settle a conflict

도입

경민이의 필통

활동 내용!

경민이와 초연이의 **갈등**과
그 **이유**를 생각해 봅시다.

도입

경민이의 필통

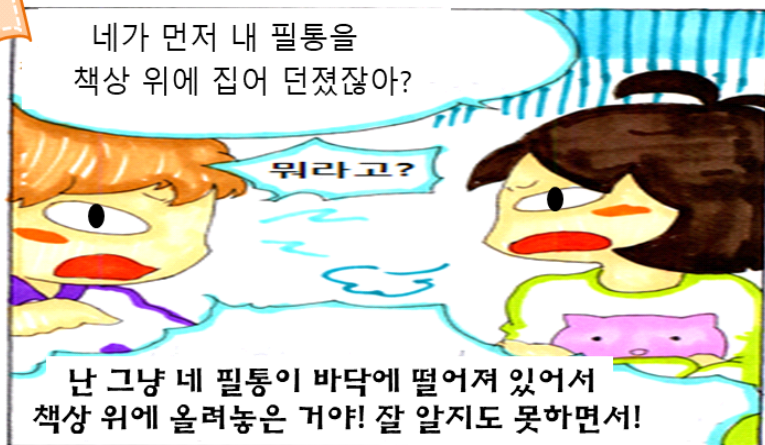
1



도입

경민이의 필통

2





활동1

갈등! 이렇게 해봐요.

활동 내용!

갈등해결 4단계를 알아봅시다.

◆이미지출처: 카카오톡 이모티콘

활동1

갈등! 이렇게 해봐요.

제 1단계!



대화해요

듣기

감정

입장
바꿔

제 1단계



대화해요

감정

입장 바꿔

듣기

- ❖ 내 기분과 생각을 말해요.
- ❖ 다른 사람의 말을 잘 들어요.
- ❖ 다른 사람의 입장과 기분도 생각해요.

활동1

갈등! 이렇게 해봐요.

제 2단계!



생각해요

공평

양보

화해

제 2단계



생각해요

공평

화해

양보

- ❖ 서로에게 공평한 방법을 생각해요.
- ❖ 내가 양보할 수 있는 것을 생각해요.
- ❖ 서로 화해할 수 있는 방법에 대해 생각해요.

활동1

갈등! 이렇게 해봐요.

제 3단계!



해결해요

용서

동의

만족

제 3단계



해결해요

동의

용서

만족

- ❖ 이해한 내용에 같은 생각을 가져요.
- ❖ 서로 만족하는 해결 방법을 찾아요.
- ❖ 불편한 마음들을 없애기 위해

서로를 용서해요.

활동1

갈등! 이렇게 해봐요.

제 4단계!



설명해요

설명

도움

제 4단계



설명해요

설명

도움

- ❖ 다른 사람의 설명을 듣고
다시 한번 해결을 위해 노력해요.
- ❖ 스스로 갈등 해결이 어려우면
다른 친구나 어른에게 도움을 청해요.

경민이와 초연이의 갈등해결하기(역할극 만들기)

제 1단계



대화해요

감정

입장
바꿔

듣기

- ❖ 내 기분과 생각을 말해요.
- ❖ 다른 사람의 말을 잘 들어요.
- ❖ 다른 사람의 입장과 기분도 생각해요.

제 2단계



생각해요

공평

양보

화해

- ❖ 서로에게 공평한 방법을 생각해요.
- ❖ 내가 양보할 수 있는 것을 생각해요.
- ❖ 서로 화해할 수 있는 방법에 대해 생각해요.

제 3단계



해결해요

용서

만족

동의

- ❖ 이해한 내용에 같은 생각을 가져요.
- ❖ 서로 만족하는 해결 방법을 찾아요.
- ❖ 불편한 마음들을 없애기 위해
서로를 용서해요.

제 4단계



설명해요

설명

도움

- ❖ 다른 사람의 설명을 듣고
다시 한번 해결을 위해 노력해요.
- ❖ 스스로 갈등 해결이 어려우면
다른 친구나 어른에게 도움을 청해요.

마무리

같등! 이렇게 해봐요.

활동 내용!

같등해결 4단계를 ○, X
퀴즈로 확인해 봅시다.

마무리

같등해결 4단계 이해

다른 사람의
입장과 기분도
생각해야 한다.



마무리

갈등해결 4단계 이해

서로에게
공평한 방법을
생각한다.



마무리

갈등해결 4단계 이해

갈등해결을 위해
가장 먼저 할 일은
화해하는 방법을
생각하는 것이다.



마무리

갈등해결 4단계 이해

갈등해결을 위해
내 생각을
포기하지 않는다.



마무리

갈등해결 4단계 이해

불편한 마음을
없애기 위해
서로를 용서한다.



마무리

갈등해결 4단계 이해

갈등은 무조건
스스로
해결해야 한다.



2017년

어울림 학교폭력 예방 프로그램

갈등!
이젠 문제 없어요!
초저갈등해결 3차시

학생용

settle a conflict
settle a conflict
settle a conflict
settle a conflict

도입

행동 되돌아보기

활동 내용!

신호등 막대판을 이용해
갈등 상황에서 어떻게 행동
했는지 되돌아 봅시다.

도입

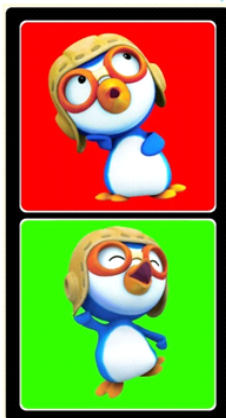
신호등 막대판

놀이 방법!

보여주는 내용의 행동을
'전혀 안했으면' 초록색 
'매우 많이 했으면' 빨간색 
'보통이면' 가운데가 보이도록
신호등 막대판 으로 표시하기

도입

행동 되돌아보기

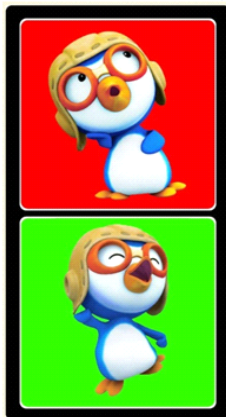


1. 갈등 상황에서
친구에게
욕을 한 적이 있다.

<이미지 출처 <http://blog.naver.com/flora80j/40126663101>>

도입

행동 되돌아보기

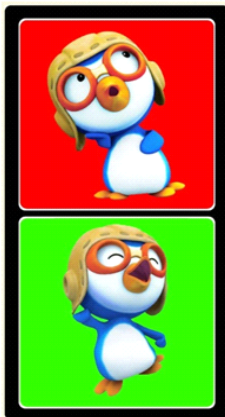


2. 내 주장만
앞세워
우긴 적이 있다.

<이미지 출처 <http://blog.naver.com/flora80j/40126663101>>

도입

행동 되돌아보기

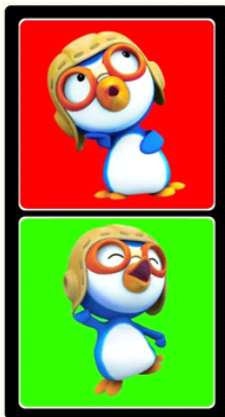


3. 친구에게
무시하는 말을
한 적이 있다.

<이미지 출처 <http://blog.naver.com/flora80j/40126663101>>

도입

행동 되돌아보기

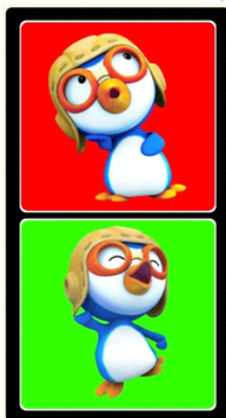


4. 친구에게
명령하듯이
말한 적이 있다.

<이미지 출처 <http://blog.naver.com/flora80j/40126663101>>

도입

행동 되돌아보기

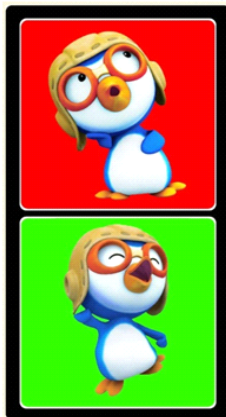


5. 친구에게
화를 낸 적이 있다.

<이미지 출처 <http://blog.naver.com/flora80j/40126663101>>

도입

행동 되돌아보기

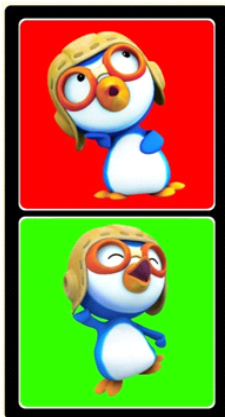


6. 친구에게
소리를 지른
적이 있다.

<이미지 출처 <http://blog.naver.com/flora80j/40126663101>>

도입

행동 되돌아보기

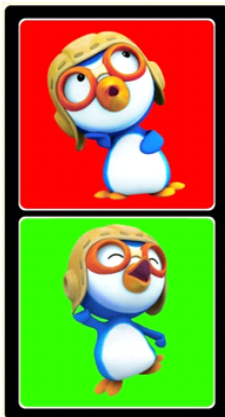


7. 갈등 상황에서
친구를
때린 적이 있다.

<이미지 출처 <http://blog.naver.com/flora80j/40126663101>>

도입

행동 되돌아보기

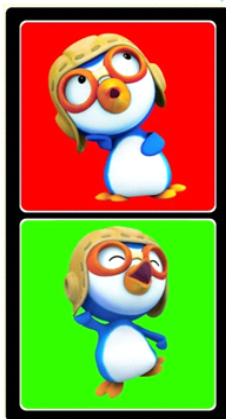


8. 친구의 말을
듣지 않았다.

<이미지 출처 <http://blog.naver.com/flora80j/40126663101>>

도입

행동 되돌아보기

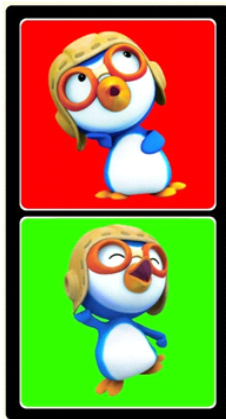


9. 친구에게
양보를
하지 않았다.

<이미지 출처 <http://blog.naver.com/flora80j/40126663101>>

도입

행동 되돌아보기



10. 친구를
용서하지 않았다.

<이미지 출처 <http://blog.naver.com/flora80j/40126663101>>

활동1

도움이 되는 말

너의 말도
맞아.

아, 그랬어?
더 자세히
말해줄래?

표정이
안 좋은데
무슨 일이니?

너는 어떻게
했었니?

그래,
그거 참 좋은
생각이구나.

네 문제는
잘 해결될 거야.

내가 하는 말도
잘 생각해
보렴.

좋은 생각이야,
잘 될 거야.

도움이 필요하면
언제든지
도와줄게.

활동2

생각모아 5단계

활동 내용!

생각모아 5단계를 익혀
진수와 미나의 갈등을 해결
해 봅시다.

활동2

생각모아 5단계

활동 2

생각모아 5단계

① 원하는 것



② 느 낌



③ 이 유



④ 좋은 점



⑤ 생각모아



<이미지 출처 : 카카오톡 이모티콘>

활동2

생각모아 5단계

제 1단계!



각자
원하는 것을
말해요.

<이미지 출처 : 카카오톡 이모티콘>

활동2

생각모아 5단계

제 2단계!



각자의
느낌을
표현해요.

활동2

생각모아 5단계

제 3단계!



각자
이유를
말해요.

<이미지 출처 : 카카오톡 이모티콘>

활동2

생각모아 5단계

제 4단계!



서로의
좋은 점을
찾아요.

<이미지 출처 : 카카오톡 이모티콘>

활동2

생각모아 5단계

제 5단계!



현명한
같은 생각을
모아요.

<이미지 출처 : 카카오톡 이모티콘>

마무리

아침활동시간

활동 내용!

내가 준오나 유나라면
어떻게 할까요?

마무리

아침활동시간

1

김준오!
돌아다니지 말고 자리에 앉아.

뭐?

마무리

아침활동시간

2

야, 네가 반장이야?
왜 이래라 저래라 거려?
뭔 상관이냐고?

어이없네!

아침 자습시간엔 앉아 있어야지?



상황 바꾸기 예시

유나 : 준오야, 돌아다니지 말고 자리에 앉아 줄래?

준오 : 책을 다 읽어서 새 책을 찾고 있었어.

유나 : 그랬구나, 네가 왔다 갔다 하니까 내가 책에
집중이 잘 안되서..... 얼른 찾아 봐.

준오 : 그 생각을 못했네. 미안해. 얼른 앉을게.

유나 : 고마워. 준오야.

😊상대팀 : (둘이 함께) 참 좋은 생각이구나!

활동1

자리 바꾸기

활동 내용

'자리 바꾸기'를 읽고,
갈등 상황이 무엇인지
알아봅시다.

활동1

자리 바꾸기





활동1

자리 바꾸기

4

그래, 그게 좋겠어.

예은이가 우리 모둠을 떠나는게
좋은 사람 손들어봐!



마무리

행복한 선택 다짐

활동 내용

갈등 상황에서 '행복한
선택'을 하겠다는 다짐을
해 봅시다.

나의 다짐

나는 갈등이 생겼을 때,
모두가 행복할 수 있는
말과 행동을 할 것을 다짐합니다.

○월 ○일

○ ○ ○



그림 출처-<http://news.naver.com/main/read.nhn?mode=LSD&mid=sec&sid1=110&oid=023&aid=0003262127>

초등학교 저학년 담당 교사를 위한 교육 및 실습 자료 Ⅱ

강사 : 정명옥 선생님(서울 강솔초등학교)

자기존중감

.

학교폭력 인식 및 대처



학교폭력 예방 어울림 프로그램 워크샵

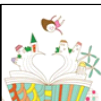
정명옥
서울강슬초등학교



목 차

I. 자기존중감

II. 학교폭력인식 및 대처



1. 자기존중감

구성의 특징

- 자기존중감을 향상시키기 위해 자기이해, 자기효능감 형성, 긍정적 자기상 형성, 자기수용이라는 4개의 주제에 따른 활동으로 구성
- 구체적 조작활동과 신체활동 등을 선호하는 경향이 강하므로 이를 반영한 활동으로 구성

3



1. 자기존중감(초저)

자기존중감 (초저)	목표	주요 활동
자랑스러운 나	친구와 나의 장점을 찾고 긍정적인 마음 찾기	- 친구에게 칭찬사위를. - 나의 장점을 찾아라
자신감을 심어주세요	자신감을 심어주는 말과 행 동을 알고 실천하기	- 친구에게 자신감을 주는 말과 행동 알아보기 - 사랑의 말로 친구를 치료해주세요
자신감 넘치는 내모습을 표현해요	현재 자신의 모습을 알고 자신감 넘치는 모습으로 생 활하기	- 자신감 넘치는 모습 만들어보기 - 자신감의 다리 건너기
자신감 넘치는 나로 바꾸어요	나의 다라진 모습을 발견하 며 앞으로도 자신감 넘치는 모습으로 생활할 것을 다짐 하기	- 이렇게 실천 하겠어요 - 나는 어떤 사람이야

4



I. 자기존중감(초저)

차시	프로그램명	세부 활동(내용 및 방법)
1	자랑스러운 나	· 친구에게 칭찬사워를! / 나의 장점을 찾아라 / · 칭찬은 **이다.

• 주요활동 : 칭찬사워 활동

‘자랑스러운 나’에서는 ‘친구의 장점을 찾아 칭찬해주는 활동을 통해 자신의 장점을 발견하여 보고 자신에 대해 긍정적인 마음을 갖는다.’를 학습목표로 하였다. 친구에게 자신감을 심어주기 위한 칭찬사워 활동은 자기수용 및 긍정적 자기상을 형성할 수 있도록 하였다

5



I. 자기존중감(초저)1차시 활동

친구를 잘 도와주어요.
옷을 깔끔하게 입고 다녀요.
달리기를 잘해요.
친구가 다투면 말려요.
친구들을 화해시키려 노력했어요.
발표를 잘해요.
노래를 잘 불러요.
그림을 잘 그려요.
눈이 크고 예뻐요.



http://sungmi.org/xo/thanks_01/54974

6



1. 자기존중감(초저)1차시 활동

나의 장점을 찾아라!

❶ 친구들과 게임을 통하여 나의 장점을 알아봅시다.



1. 짝 또는 모둠 친구들과 함께 가위바위보를 합니다.
2. 으로 이기면 한 칸, 로 이기면 두 칸, 로 이기면 세 칸 앞으로 갈 ~
3. 각 칸에 해당되는 장점을 친구들에게 이야기합니다. 이야기하지 못하면 한
4. 먼저 도착하는 사람이 이깁니다.



7



1. 자기존중감(초저)1차시 활동

칭찬은 □ □ 이다

칭찬은
선물이다.

선물을 받으면 기분 좋다.
칭찬도 받으면 기분 좋다

칭찬은
친구이다.

친구에게 칭찬을 많이 하면
그 친구와 더 친해질 수 있다.

8

104 | 한국청소년정책연구원 학교폭력예방지원센터



1. 자기존중감(초저)

차시	프로그램명	세부 활동(내용 및 방법)
2	자신감을 심어주어요	· 자신감을 주는 말과 상처를 주는 말(친구사랑카드) / · 사랑의 말로 친구를 치료해주어요

• 주요 활동 : 친구사랑카드 분류활동

‘자신감을 심어주어요.’에서는 ‘자신감을 심어주는 말과 행동을 알고 실천하는 태도를 갖는다.’를 학습목표로 하였다. 친구사랑 카드 분류 활동을 통해 친구에게 자신감을 주는 말과 행동, 상처를 줄 수 있는 말과 행동이 무엇인지 알도록 하였다.

9



1. 자기존중감(초저)2차시 활동

친구에게 자신감을 주는 카드

내가 보건실 같이 가 줄게.	너의 부탁이라면 들어줄게.
넌 달리기를 참 잘하는구나.	나랑 같이 깍공아자.
모르는 문제 내가 도와줄게.	내가 곁에있어줄게.
왜 그래? 너 무슨 일 있니?	임내! 다음엔 잘 알 수 있을 거야.
찌우개를 안가져왔구나. 내가 빌려줄게.	오늘 집에 갈 때 함께 갈까?

10



1. 자기존중감(초저)2차시 활동

친구에게 상처를 주는 카드

그것도 모르나? 바보처럼.	너랑 별로 말하고 싶지 않아. 꺼리가!
키도 조그만 애가지고 왜 나한테 따부냐?	걔, 어제도 머리 안감고 왔어.
너 싫어! 꺼리가!	너랑 놀고 싶지 않아.
점심 시간에 너랑 같이 밥먹는 거 싫어	학교갈 때 너랑 마주치는 거 싫어.
맨날 지우개를 빌려달래? 싫어!	그런 부탁을 내가 왜 들어줘야하니?

11



1. 자기존중감(초저)

차시	프로그램명	세부 활동(내용 및 방법)
3	자신감 넘치는 내모습을 표현해요	. 자신감 넘치는 모습 만들어보기 / . 자신감의 다리 건너기

• 주요 활동 : 자신감넘치는 모습 만들어보기 활동

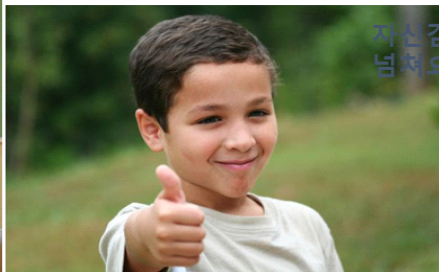
자신의 자신감을 점검하여 보고 자신감 넘치는 자신의 모습을 만들어 표현하도록 함으로써 긍정적인 자아상을 형성하고 이를 표현해보는 내용으로 구성하였다.

12



1. 자기존중감(초저)3차시 활동

어떤 모습인가요?

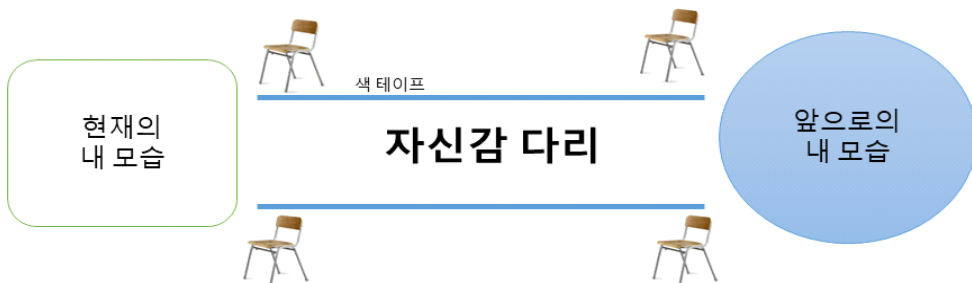


13



1. 자기존중감(초저)3차시 활동

자신감 다리 건너기



14



1. 자기존중감(초저)

차시	프로그램명	세부 활동(내용 및 방법)
4	자신감 넘치는 나로 바꾸어요	. 이렇게 실천하겠어요 ! . 나는 이런 사람이야!

- 주요활동 : 입체다짐카드 만들기 활동

친구에게 자신감을 심어주는 말과 행동을 자신만의 방법으로 실천할 것을 생각해 보도록 하고 입체 다짐카드 만들기 활동을 통해 자신의 변화된 모습을 스스로 발견하여 보며 앞으로 더 자신감 있는 모습으로 생활할 것을 다짐하는 시간을 갖고 이를 발표하여 보면서 마무리하도록 하였다.

15



1. 자기존중감(초저)4차시 활동

입체 다짐 카드

내가 만든 다짐카드를 책상에 붙여요. 하루 3번 외치세요!

나는 등 중 현대!

나는 좋아하는 사람이야!

나는!

이제인 나는 **자신감**이 넘치는 사람입니다.

----- 별 는 선 -----

----- 별 는 선 -----

이제인 나는!

----- 별 는 선 -----

----- 별 는 선 -----

16



I. 자기존중감(초고)

자기 존중감 (초고)	목표	주요 활동
알아봐요. 나와 너	나의 모습 찾기 친구의 장점을 찾으며 타인 을 바르게 이해하기	- 반짝반짝 빛나는 나 * 자아상 만들기 - 알아가며 친해지는 우리
떠올려요. 우리의 행복했던 순간을	과거와 현재 모습을 통해 긍정적인 자기 모습 찾기 숨겨진 자신의 장점 재발견 하여 타인의 생각 수용하기	- 행복의 의미를 찾아서 - 내 생애 가장 특별한 순간 - * 당신은 내게 특별한 친구입니다.
바꿔 봐요. 나쁜 생각!	생각을 긍정적인 생각으로 변화하기 긍정적인 자기상으로 자기 개발과 발전에 대한 동기 얻기	- 순간 포착, 그레 선택 했어 - * 긍정의 나로 다시 태어나기 - 나의 현재와 미래 액자 만들기
당당한 우리, 함께 만들어요, 행복한 학급!	또래관계에서 나부터 변화 해야 하는 점 이해하기 또래와의 갈등을 슬기롭게 해결하여 자기 효능감 높이 기	- 친구의 이름으로 용서하지 않았어 - (갈등 조작상과 행복조각상 만들기)

17



II. 학교폭력인식 및 대처(초저)

프로그램의 필요성

- 학교폭력의 저연령화 (점차 내려오고 있음)
- 장난과 학교폭력의 경계성 모호.
- 사안 발생시 부모의 개입 이 잦음.
- 연령의 특징에 따른 기억 왜곡.

“학교 폭력을 철부지 아이들의 장난 정도로 가볍게 생
각하는 인식이 문제”

“초등학생들의 욕설이나 '친구 따돌림' 같은 행동도 엄연한
폭력 행위라는 인식을 갖고 아이들을 교육해야 한다”

<이윤호 동국대경찰행정학과 교수>

18



II. 학교폭력인식 및 대처(초저)

인식대처 (초저)	목표	주요 활동
폭력 vs 평화	학교폭력이 무엇인지 이해하기	- 학교폭력이 뭐지? - 공 전달하기 게임
이것도 폭력이구나	따돌림에 대해 생각해보고 친구의 처지 이해하기	- 「날아라 애벌레」 전반부 읽어주기 - 술래놀이(초록애벌레 되어보기)
내가 능력자	학교 폭력의 상황에서 대처 방법 알아보기	- 학교폭력 상황에서 어떻게 하면 좋을까요? - *미러링게임 - 능력자 인증 목걸이 만들기
평화로운 우리반	평화로운 우리반을 위해 내가 해야 할 행동 다짐하고 실천하기	- 더하기빼기 토론 - * 마법의 문구 만들기

19



II. 학교폭력인식 및 대처(초저)

차시	프로그램명	세부 활동(내용 및 방법)
1	폭력vs평화	· 학교폭력이 뭐지? / 공 전달하기 게임 / · 나도 가수다 (부끄부끄노래)

- 주요활동 : 학교폭력이 뭐지?(폭력평화 분류활동)
공 전달하기 게임
- 선택활동: 부끄부끄노래활동

분류활동과 공 전달하기 게임을 통해 폭력과 평화에 대한 개념학습을 진행하며 확인까지 진행되는 차시입니다.
부끄부끄노래 활동의 경우 학급의 특징과 주어진 시간에 따라 활동의 양을 정할 수 있습니다.

20



II. 학교폭력인식 및 대처(초저) 1차시활동

폭력 & 평화 분류하기

1. 옆집 사는 친구가 자꾸 "돼지라고 놀려요.	9. 모둠대항으로 게임을 했는데, 때문에 졌다면서 때려요.
2. 새 책을 학교에 가져갔는데 친구가 빌려가서 한 달이 지나도 돌려주지 않아요	
2. 쉬는 시간에 할리갈리 게임을 친구들과 재미있게 해요.	피구 게임을 하는데 한 번도 공을 던져보지 못한 친구에게 공을 양보해요

21



II. 학교폭력인식 및 대처(초저) 1차시활동

공전달하기 놀이

음악이 나오면 옆(뒷, 앞)사람에게 공을 전달합니다. 음악이 멈출 때 공을 가지고 있는 사람이 질문(퀴즈)에 대답해야 합니다.

공을 던지거나 계속 가지고 있지 마세요~

22



II. 학교폭력인식 및 대처(초저)

차시	프로그램명	세부 활동(내용 및 방법)
2	이것도 폭력이구나!	· 날아라 애벌레(구연동화 활동) / · 술래 놀이(초록애벌레 되어보기)

• 주요 활동 : 날아라 애벌레(구연동화 활동), 술래 놀이(초록애벌레 되어보기)

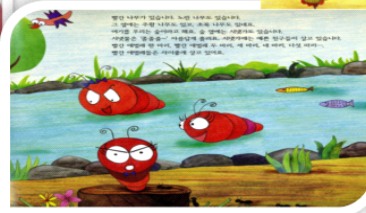
- 저학년들이 좋아하는 구연동화 활동을 통해 따돌림을 알아보고 대처할 수 있는 차시입니다.
- 본 차시의 활동자료는 동화책만으로도 가능하면, 활동지에 쓰는 활동도 가능하지만 아이들과 이야기(토론) 학습도 효과적입니다.

23



II. 학교폭력인식 및 대처(초저) 2차시활동

「날아라 애벌레」구연동화



24



II. 학교폭력인식 및 대처(초저)

차시	프로그램명	세부 활동(내용 및 방법)
3	상황 대처	· 상황에서 어떻게 하면 좋을까요? / · 미러링 게임(선택활동) · 능력자 인증 목걸이 만들기

- 주요활동 : **상황에서 어떻게 하면 좋을까요?**
- 선택활동: **미러링 게임**
능력자 인증 목걸이 활동(양) 조절가능

- 주어진 상황에 아이들이 대처할 수 있도록 지도하는 내용의 차시입니다.
- 특히 선택활동으로 '미러링게임'을 소개하자면, 상황에 관계된 아이들이 서로의 의견을 반영하는 놀이입니다. 상대방 친구의 이야기를 반영하는 과정에서 돌아보게끔 하는 활동입니다.

25



II. 학교폭력인식 및 대처(초저) 3차시활동

대처방법 알아보기

2. 친구가 나를 괴롭히고
 때리면 **“멈춰”** 라고
 당당히 말해요.

26



II. 학교폭력인식 및 대처(초저) 3차시활동

미러링 게임



교 사: 친구들이 써준 내용 중에 놀리는 말 때문에 힘들어하는 내용이 많이 나왔네요.

- ① 우선, 친구가 자꾸 놀려서 힘들었던 친구들은 일어서보세요.(학생들 2~3명)
- ② 좋아요, 이 중에서 놀린 친구에게 어떻게 해주면 좋을지 말해볼 수 있는 사람이 있나요?
- ③ 학생1: 학생3이 저를 놀리지 않으면 서로 사이좋게 놀 수 있을 거 같아요
- ④ 교 사: 그랬군요. 그러면 학생3은 학생1이 뭐라고 이야기했는지 발표해주세요
- ⑤ 학생3: (학생1의 말, 반영하기)

교 사: 애썼어요. 자 또 발표해볼 사람?

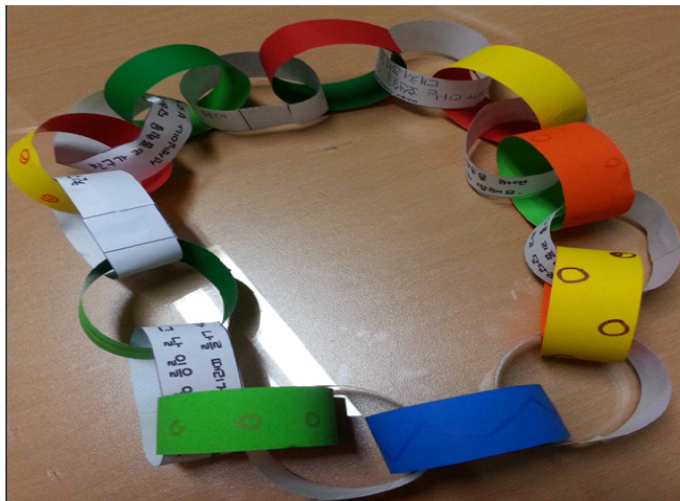
- 그런데 보통 가해관련 아이들의 경우 **경청기술이 약해서** 이야기를 듣고 반영하기를 힘들어 합니다. 학생3이 학생1의 이야기를 반영할 수 있도록 학생1의 양해를 구하여 반복해서 듣는 기회를 주도록 합니다.
- 친구의 의견을 반영하기 위해 노력하는 과정에서 성찰의 모습을 볼 수 있는 활동입니다.

27



II. 학교폭력인식 및 대처(초저) 3차시활동

능력자목걸이



28



II. 학교폭력인식 및 대처(초저)

차시	프로그램명	세부 활동(내용 및 방법)
4	평화로운 우리 반	· 더하기빼기 토론(PMI) / · 마법의 문구 만들기(선택활동) / · 마법의 사탕 뽑기

• 주요활동 : 더하기빼기 토론(PMI)

마법의 사탕 뽑기

• 선택활동: 마법의 문구 만들기

- 더하기빼기 토론을 통해 학교폭력 예방을 나의 활동으로 연관짓는 차시입니다. 나와 짝꿍 또는 모둠간의 이야기(토의)를 나눌 수 있도록 지도합니다.
- 마법의 문구를 친구들앞에서 큰소리로 읽어보는 활동으로 자신감을 북돋울 수 있도록 진행합니다. 그리고 학급이나 시간에 따라 마법의 문구를 직접 만드는 활동도 추천합니다.

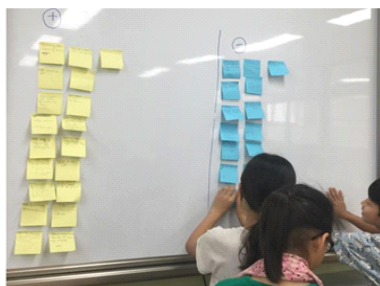
29



II. 학교폭력인식 및 대처(초저) 4차시활동

PMI 토론

• 친구간에 더해야 할 점, 빼야 할 점 나누기



친구 간에 더해야 할 점 써서 붙이기

친구 간에 빼야 할 점 써서 붙이기

추가하고 싶은 의견

30



II. 학교폭력인식 및 대처(초저) 4차시활동

마법의 문구와 사탕

♥ 나는 우리 반의 평화를 위해 친구의 입장을 먼저 생각하겠습니다.

♥ 나는 우리 반의 평화를 위해 아름다운 말을 하겠습니다.

♥ 나는 우리 반의 평화를 위해 도움이 필요한 사람에게 도움을 주겠습니다.

♥ 나는 우리 반의 평화를 위해 친구들을 사랑하겠습니다.



II. 학교폭력인식 및 대처(초고)

인식대처 (초고)	목표	주요 활동
장난이라구?	장난과 폭력의 차이점 알기	- 장난 vs 폭력 경험 나누기 - 장난과 폭력의 다른 점 모둠 토의하기
날 보호해줘	신체접촉 놀이를 활용하여 학교폭력 사례 간접경험하기	- 보물개기 놀이 - 학교폭력 예방퀴즈
함께 그만이라고 말해요	언어폭력과 사이버폭력 사 례에서 상황을 멈출 수 있 는 적절한 대응책 실천하기	- 언어폭력의 대응법 - 사이버폭력의 대처 사례 알기
평화로운 우리 교실	평화로운 학급 만들기	- <푸른 눈 갈색 눈> 동영상 시청 - <평화로운 우리 반 만들기> 프로젝트



공 감	의사소통	갈등해결	감정조절	자기존중감	학교폭력 인식 및 대처
-----	------	------	------	-------	--------------

초등학교 저학년	1차시	어, 나도 그래 ▶	2차시	나보다 여인 이 보살피기 ▶
	3차시	말한말할 마음 만들기 ▶	4차시	포근포근 마음 나누기 ▶
초등학교 고학년	1차시	다양한 모양의 마음 ▶	2차시	내 마음을 보여주기 ▶
	3차시	친구의 마음 알아보기 ▶	4차시	내 마음속의 하얀늑대 키우기 ▶
중학교	1차시	나의 마음은 어떤 거야 ▶	2차시	나는 이래서 그랬어 ▶
	3차시	너도 그런 거구나 ▶	4차시	실제 상황에서 행동하기 ▶
고등학교	1차시	나와 통하기 ▶	2차시	너와 통하기 ▶
	3차시	서로 통하기 ▶	4차시	우리 하나되기 ▶

초등학교 고학년 담당 교사를 위한 교육 및 실습 자료 I

강사 : 김종훈 선생님(부산 신곡초등학교)

감정조절

·

공 감

·

의사소통

어울림프로그램 운영학교 담당자 연수

서울 연수
쉐라톤 서울 디큐브시티 호텔

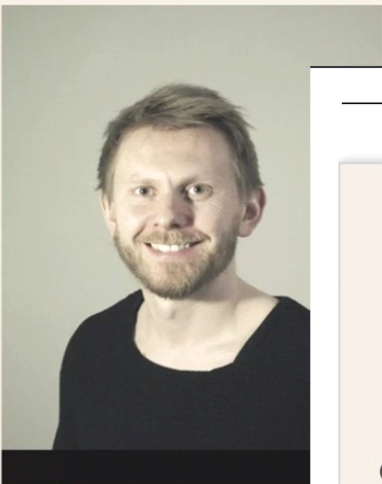
2018.08.01.
부산신곡초등교사 김종훈

약력

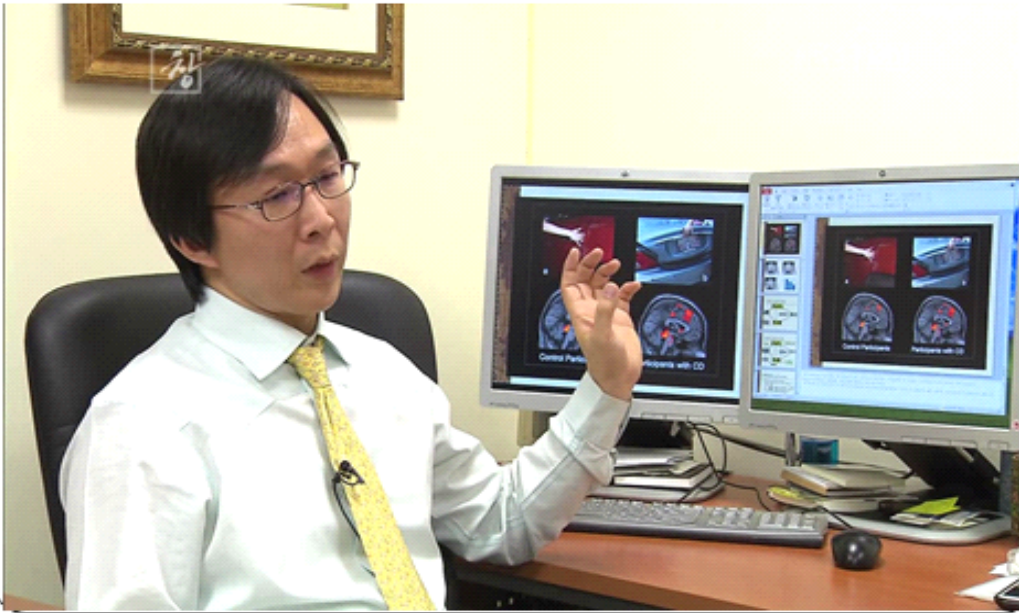


1. 부산 신곡초등학교 생활안전부장
2. 부산광역시 교육청 학폭예방 컨설턴트
3. 경성대학교 상담심리전공 박사 수료
4. 현실치료 기초실습 슈퍼바이저
5. 청소년상담사 2급, 전문상담교사 1급
6. 초등상담나무 연구회 소속 활동
7. 공감대화카드 공저자(2013, 학지사)
8. 2013년/2017년 교육부 어울림 프로그램
감정조절 역량 개발진 참여
9. 2017.11. 중국항주 국제포럼 발표 참여



芬兰	瑞典
	
	
● Pekka Peura 芬兰Martinlaakso高中物理和数学老师	  ● 金钟勋 (博士) 韩国釜山singok小学名师

어떤 교육적 시도를 한다면...?



어울림 프로그램 소개

● 어울림 프로그램 역량 및 핵심 구성요소

달성 목표	역량	핵심 구성요소	달성 목표	역량	핵심 구성요소
사 회 성	공감	- 타인이해 및 공감 - 타인존중 및 수용 - 배려행동 증진	정 서	자기 존중감	- 긍정적인 자기수용 및 미래상 형성 - 자기존중감 및 자기탄력성 형성
	의사소통	- 경청 및 자기주장 훈련 - 의사소통 기술 획득		감정조절	- 미해결된 부정적 감정 인식 및 표현 - 공격성, 충동성, 분노, 불안 조절 - 부정적 감정 조절기술
	갈등해결	- 또래중재 기술과 행동 요령 - 또래관계에서의 갈등 상황 대처방법 - 또래관계 형성 및 유지 방법	학 교 폭 력 예 방 역 량	학교폭력 인식 및 대처	- 학교폭력 행동유형 및 학교폭력에 대한 심각성 인식 - 학교폭력 상황에서 가해자, 피해자, 방관자 입장에 따른 적절한 대처전략 탐색

어울림 프로그램의 시연1

어울림 프로그램 감정 조절

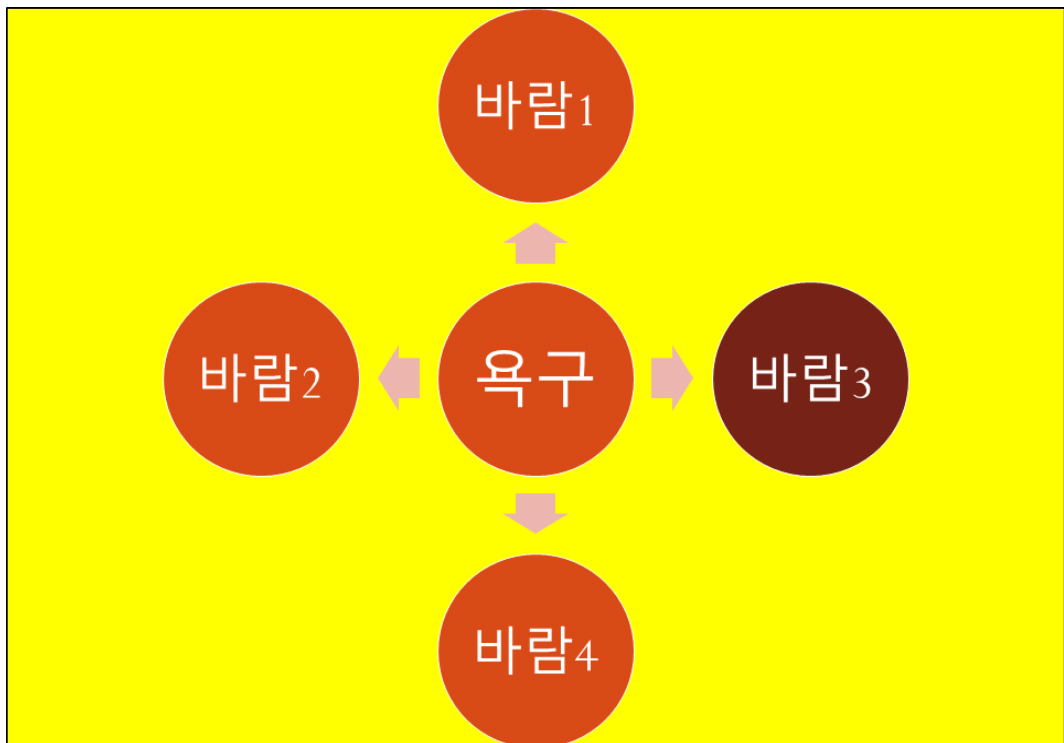
부산 신곡초등학교

8

현실치료(선택이론)

우리가 행동하고
생각하는 모두가
외부의 힘이나 환경이 아니라
우리 내면의 강한 욕구를 충
족하기 위한 선택이다.

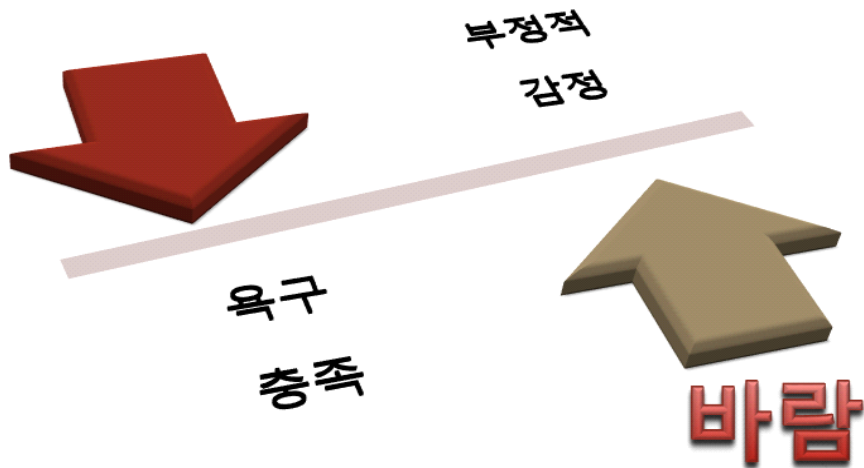
다섯가지 기본 욕구



부정적 감정의 생성 과정



교사의 개입 가능성



문제행동에 대처하는 4단계 질문법

- 문제행동은 왜 그런지 물어보라
- 자신의 바라는 바를 정확히 표현하라
- 문제행동이 나아지기 위해 교사가
어떻게 도와주면 좋겠는지 물어보라
- 자신은 변화를 위해
무엇을 할 수 있는지 물어보라.

인간은 욕구충족적이다.
감정은 일시적이다.
난 학생보다 성숙한 교사다.

교사의 전문성?

말을 듣지 않는 학생 듣게 하는 것

프로그램 구성

1차 시 ; 우리에게 감정이 있어요.

2차 시 ; 감정이 달라졌어요.

3차 시 ; 불편한 감정, 이렇게 조절 해봐요!

4차 시 ; 우리는 감정 해결사

감정조절 수업의 규칙

❖ 진심으로 표현하자

- 나의 감정은 소중하다
- 소중히 다루자

❖ 경청하자

- 친구의 감정도 소중하다.
- 존중하자.

19

감정조절 수업의 대전제

- 행복한 사람은 다른 사람을 행복하게 한다.
 - 행복한 사람은 학교폭력을 하지 않는다.
- 불행한 사람은 다른 사람을 불행하게 한다.
 - 불행한 사람은 학교폭력을 할 수 있다.
- 감정은 조절할 수 있다.
- 감정을 조절하면 행복한 사람이 된다.

20





[활동] 감정 온도 측정하기

활동지 1 칭찬의 세탁기 활동지

1. 지금 자신의 감정을 점수로 부여해보세요. 1~10점까지 줄 수 있습니다.

현재 감정 점수	점수를 준 이유

2. 칭찬의 세탁기 활동 후 지금의 감정온도는? (1~10점 중기)

활동 후 감정 점수	점수 차이	왜 달라졌지? 무엇 때문에 달라진 것 같나요?

■ 오호! 평가를 해보니까 기분이 바뀌네요!!! 그것을 적어주세요! (____ 하기)

- 감정 온도 측정하기 활동을 진행한다.
- ① 현재의 자신의 감정을 1~10 점 중 점수를 부여한다. 자신의 감정 온도를 [활동지 1]에 적기
- ② [활동지 1]에 적은 감정온도에 대한 이유 적어 보기

활동1. 바람 나르기

- 1인 1마분지, 구슬

활동2. 갈등을 풀어봐~~.

[활동] 감정 온도 재측정하기

활동지 1 칭찬의 세탁기 활동지

1. 지금 자신의 감정을 점수로 부여해보세요. 1~10점까지 쓸 수 있습니다.

현재 감정 점수	점수를 준 이유

2. 칭찬의 세탁기 활동 후 지금의 감정온도는? (1~10점 중기)

활동 후 감정 점수	점수 차이	왜 달라졌지? 무엇 때문에 달라진 것 같나요?

■ 오호! 평가를 해보니가 기본이 바뀌네요!!! 그것을 꼭라고 하지요? (____ 하기)

- 감정 온도 측정하기 활동을 진행한다.
- ① 현재의 자신의 감정을 1~10 점 중 점수를 부여한다. 자신의 감정 온도를 [활동지 1]에 적기
- ② [활동지 1]에 적은 감정온도에 대한 이유 적어 보기

[발표형식]이렇게 발표해요.

- 저의 감정온도는 (5)점에서 (8)점으로 바뀌었습니다.
- 감정온도가 변한 이유는 ~~~해서 인 것 같습니다.

28

활동의 핵심 이해

활동에 의해
감정이 변화하는 체험

활동의 실제

(초고감정조절 2차시)

칭찬세탁기

2차시 칭찬의 세탁기 실제 활동



참여 학생의 감정 변화 정도는?



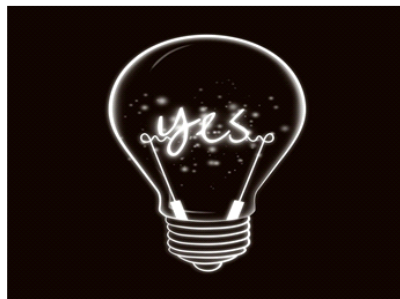
32

感情可以改变。

감정은 바꿀 수 있다.

感情可以通过活动来改变。

감정은 어떤 활동을
하면 바뀐다



33

다양한 감정들...나의 평생 친구들



34



35

바람은 감정의 원천이다.

학생이 원리를
이해하는 것은 매우 중요

36

어울림프로그램 시연2

초등학교 고학년 공감

37

프로그램 구성

1차 시 ; 마음 바라보기

(Ronan's Escape를 시청 후 감정나누기)

2차 시 ; 괴롭힘의 상황 속 인물들의 감정, 판결하기?

3차 시 ; 타인 조망, 타인 감정 인지, 자기 감정 표현

4차 시 ; 두 마리 늑대 이야기...(두 가지 마음의
힘..어떤 마음에 힘을 부여할까?)

1차시

2차시

3차시

4차시

상황에 따른 감정 이해하기 (활동자료2)

사건의 순서에 따라 감정 나열하기 (활동자료3)

잘못한 세 사람은? (참고자료2)

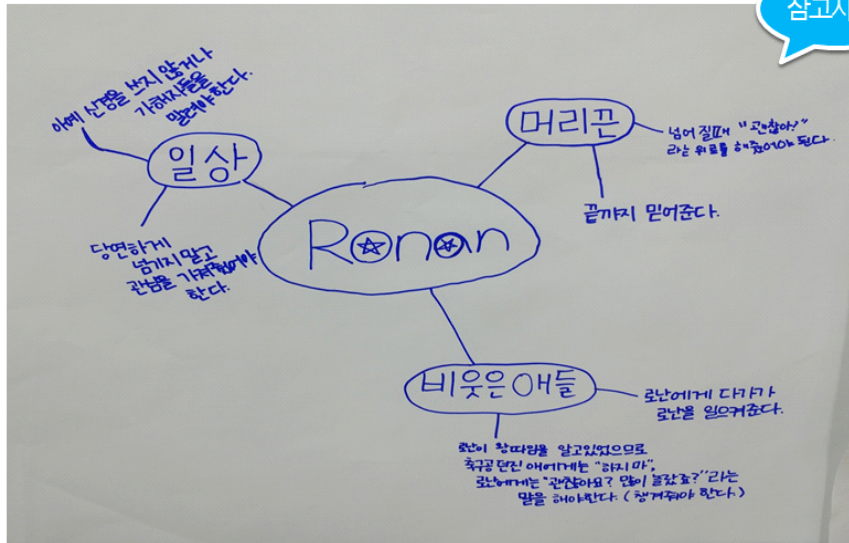
상황에 따른 감정 이해하기

활동자료 1



잘못한 세 사람은?

참고자료1



사건의 순서에 따라 감정 나열하기

활동지1



점심시간

축구공

달리기

넘어짐



편안함

당황함

자신감

자책감



상처에 약 바르기(공감3차시)



나의 속상한 마음 편지 쓰기
 👁 다양한 감정 허용 가능
 (감정카드 이용)
 👁 폭력 관련자 익명으로 적기



내가 상처 준 아이의 마음
 떠올려보기

어울림프로그램 시연3

초등학교 고학년 의사소통

45

프로그램 구성

1차 시 ; 올바른 의사소통과 언어습관 확인

2차 시 ; 적극적 경청

3차 시 ; 비폭력대화 4단계 배우기

4차 시 ; 비언어적 표현 중요성과 표현

[활동 1] 경청의 의미 - 활동 방법

- 모둠형 책상 배치하기
- 모둠별로 [활동지 1] 나오는 한자 오리기
- 오려진 한자를 조합하여 경청에 해당하는 한자 만들기

[활동지 1] 경청

활동지 1 '경청' 한자 만들기

모듬원들이 함께 붙여져 있는 한자들을 연결하여 한자 기움일결과 들을청을 완성해 봅시다.

人	匕	頁
사람 인	비수 비	머리 혈
耳	王	十
귀 이	임금 왕	열 십
四	一	心
넷 사	한 일	마음 심

傾聽

기울일 **경** 들을 **청**

49



49

적극적 경청의 자세 - 예시

구분	표현 방법	구분	표현 방법
눈	말하는 사람과 눈을 맞춘다.	입	웃어준다.
귀	끝까지 들어준다	손	박수친다.
목	고개를 끄덕인다.	몸	말하는 사람 쪽으로 몸을 기울인다.
말	아~, 음, 어우~, 그렇지. ~~하다는 거군요. 게스트가 한 말을 다시 한 번 확인한다. 등		

[활동 2] 경 청



1. 2인 1조로 짝을 정한다.
2. 주어진 질문을 가지고 약 1분 동안 한 사람은 말하고 다른 한 사람은 듣는다.
3. 시간이 다 되면 역할을 바꿔서 2와 같은 방법으로 말하고 듣는다.
4. 대화가 끝나면 남자(여자)가 뒤로 한 칸씩 자리를 이동하여 새 짝을 만나 위와 같은 방법으로 대화한다.
5. 새로운 짝을 4번 만날 때까지 반복한다.

6. 오려진 한자를 조합하여 경청에 해당하는 한자 만들기

[활동지 2] 적극적 경청의 자세



말하는 사람을 기분 좋게 했던 친구들의 듣기태도를 생각하며 다음 표를 정리해 봅시다.

신체 부위	표현 방법	신체 부위	표현 방법
눈		입	
귀		손	
목		몸	
발			

[활동 3] 적극적 경청 연습

1. 2인 1조로 짝을 정한다.
2. 주어진 질문을 가지고 약 1분 동안 한 사람은 말하고 다른 한 사람은 듣는다
3. [활동 2]에서 살펴 본 적극적 경청의 자세를 실천하며 대화한다.
4. 대화가 끝나면 여자(남자)가 뒤로 한 칸씩 자리를 이동하여 새 짝을 만나 위와 같은 방법으로 대화한다.
5. 새로운 짝을 4번 만날 때까지 반복한다.
6. 대화가 끝나면 [활동지 3] 점검표에 자신의 경청 태도를 점검한다.

7. 오려진 한자를 조합하여 경청에 해당하는 한자 만들기

[활동지 3] 경청 점검표

활동지 3 경청 점검표

 나는 경청 태도를 점검해 봅시다.

초등학교 학년 반 이름:

적극적 경청 자세	정자의 태도를 점검해 주세요.		
	아주 그렇다	조금 그렇다	그렇지 않다
편안하고 안정된 자세 취하기			
말하는 사람과 시선 마주하기			
물으며 고개 끄덕이기			
물으며 고개를 가우뚱 거리기			
공감하는 표정 짓기 (웃기, 찡그리기, 아파해주기)			
동의를 하는 말걸기 (“아~”/ “그렇구나.”/ “저런!”/ “알겠어.”)			
재촉하는 말걸기 (“그래서 어떻게 했어?”)			
정리하는 말걸기 (“네 말은 이렇다는 것이지?”)			
말하는 친구가 말하는 중에 끼어들지 않고 끝까지 들어주기			

.. 안을 정리 ..

경청이란 _____ 이다.

왜냐하면 _____ 때문이다.

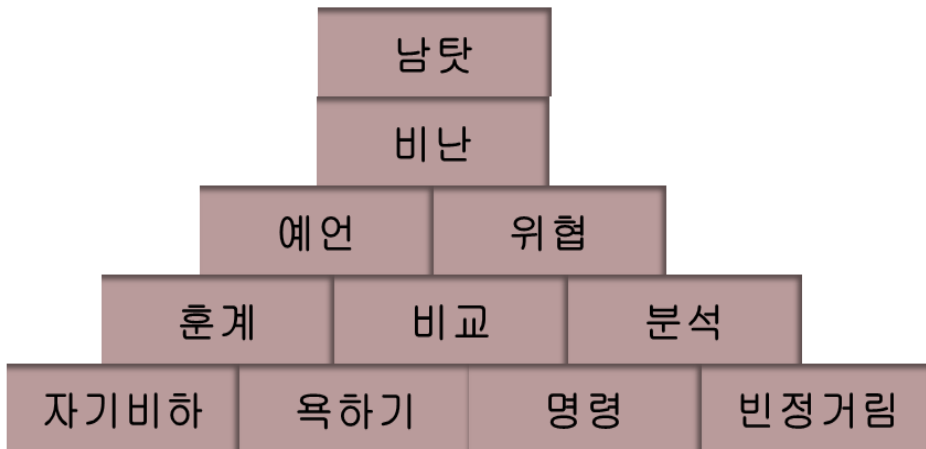
[한 줄 정리]



경청이란 _____.

왜냐하면 _____ 때문이다.

일상대화 속 걸림돌 요소



표현을 바꾸려면...



비폭력대화법으로..

비폭력 대화란?

- 상호 간 질적인 인간관계를 유지
- 나와 상대방의 욕구(필요)를 동시에 만족
- '관찰 - 느낌 - 욕구 - 부탁'

비폭력 대화의 특징



- ❖ 상대방에게 화가 날 때 비난하지 않기
- ❖ 자신의 충족되지 않은 욕구를 인정.
- ❖ 자신의 욕구와 느낌을 솔직하게 표현하기
- ❖ 자신의 욕구를 부탁형식으로 표현하기

비폭력 대화의 과정



- ❖ 관찰: 평가와 달리 사진 찍듯이 **사실만 표현**
- ❖ 느낌: **생각과 달리** 관찰한 것에 대한 느낌표현
- ❖ 욕구:수단이 아닌 느낌을 일으키는 **필요나 가치관**
- ❖ 부탁: 원하는 것을 **긍정적, 구체적으로** 표현

선물입니당~~~! 도전하세요!



같은 말 다른 느낌! - “잘 한다”



같은 말 다른 느낌! - 활동지1

활동지 1 같은 말 다른 느낌

🔥 '잘 한다'라는 말을 아래에 나오는 다양한 비언어적 요소를 이용하여 표현해 봅시다.
(※ 빈 칸은 자신이 표현하고 싶은 비언어적 표현을 자유롭게 적어보세요.)

음성 표현			
높은 억양으로	빠른 말투로	큰 목소리로	
중간 억양으로	보통 빠르기로	중간 정도의 목소리로	
낮은 억양으로	느린 말투	작은 목소리	
신체 표현			
웃는 얼굴로	팔짱을 끼고	눈을 마주치며	상대방 앞으로 다가서며
정그만 얼굴로	손을 주머니에 넣고	땅을 쳐다보며	외자 뒤에 기댄 채
무표정한 얼굴로	엄지를 치며, 세우며	다른 사람을 쳐다보며	어깨를 툭툭 치며

🔥 '잘 한다'를 가장 듣기 좋게 표현한 사람이 사용한 비언어적 표현들은 무엇이었나요?

🔥 '잘 한다'를 가장 듣기 싫게 표현한 사람이 사용한 비언어적 표현들은 무엇이었나요?

초등학교 고학년 담당 교사를 위한 교육 및 실습 자료 II

강사 : 이지연 선생님(서울대학교 사범대학 부설 초등학교)

갈등해결

·

자기존중감

·

학교폭력 인식 및 대처

※ 다음의 원고는 한국교육개발원에서 개발한 어울림 프로그램 제작 초기에 참여하셨던 선생님들이 집필하신 원고입니다. 저는 어울림 프로그램 제작에 참여하지 않았으나 어울림 프로그램 중 일부 주제로 학급, 학교에 적용한 사례가 있어 한국교육개발원의 추천을 받아 2016년도부터 어울림 프로그램 워크숍 강사로 활동하였습니다.

'자기존중감'에는 제가 직접 적용한 사례가 제시되어 있고, '갈등해결' 과 '학교폭력 인식 및 대처' 원고는 어울림 프로그램 제작 초기에 참여하신 선생님들이 집필하신 원고입니다.



2018

어울림 프로그램 담당자 역량 강화 연수

“갈등해결”
초등학교 고학년

갈등의 원인



갈등의 원인



사소한 갈등이 학교 폭력으로
이어질 수 있습니다.

갈등의 원인

❖ 저학년

- 별명 부르기, 친구 험담, 가벼운 신체폭력,
친구 물건에 낙서하기 등



갈등의 원인

고학년

- 정신적, 육체적 폭력행위, 집단 따돌림, 금품갈취 등



시기별 발달 특성

초등학교 고학년의 발달 특성

- 자신의 **감정 제어**가 어려움
- 문제에 더욱 **민감하게 반응함**
- 또래 **집단의 애착**이 커짐



갈등의 해결

- ❖ 폭력적 방법이 아니라 **평화적 방법**으로 해결
- ❖ **가치**와 **미덕**을 인식하고 있어야 가능



갈등 해결 프로그램이란?

- ❖ 갈등을 **평화롭게 해결할 수 있는** 전략을 알아가는 프로그램

다름 알기



갈등해결 방법 익히기



미덕 속에서 친구 갈등해결에 도움주기



도움을 받아 평화롭게 갈등해결하기

학생용 프로그램 운영의 실제

- 1차시: 우리는 달라요

도입

- '어떻게 보이나요?' 게임을 통해 상대방 이해하기

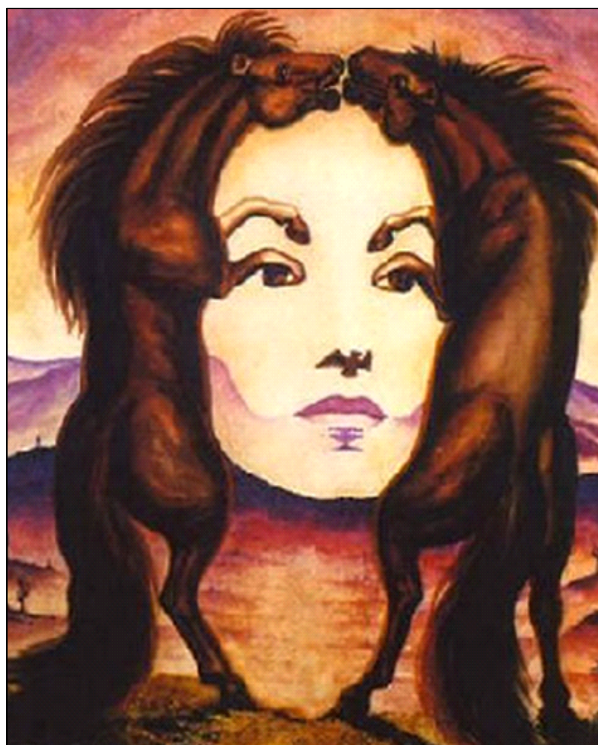
📦 게임방식 설명

- PPT에 제시되어 있는 그림을 보고 **각자가**
어떻게 보이는 지 이야기 하는 게임



활동 Tip

- 전체활동으로 **자유롭게 발표**하는 것이 좋음
- **두 사람 또는 두 팀**으로 나누어서 보이는 모습을 찾는 것도 좋음
 - ➡ 한 팀이 정답을 말하면,
다른 팀은 다른 정답을 찾아야 함



사람 얼굴과 말 두 마리

내 생각만 옳다

생각은 다를 수 있다



가치관 경매



1. 나에게 100만원이 생겼어요. 100만원으로 14가지 가치를 살 수 있어요.
2. 활동지 1을 보고 나에게 어떤 가치가 소중한지 생각해 보세요. 그리고 순위와 할당금액을 적어보세요.
3. 경매를 시작할까요?
4. 선생님이 가치를 불러주면 그 가치를 구입할 친구는 금액을 말해주세요.(만원 단위)
5. 최고가를 부르는 사람이 그 가치를 가져갈 수 있어요.

경매가 끝났습니다.

무엇을 샀나요?

원하는 것을 구입했나요?

어떤 이유에서 그것을 구입했나요?

처음 계획대로 구입했나요?

사람마다 중요하게 생각하는 것은 **다르다**

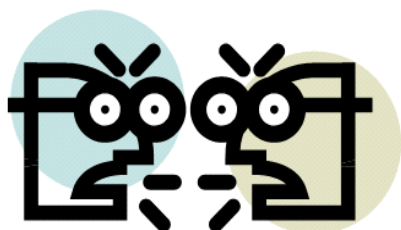
갈등은 서로의 생각과 가치관의 차이로 생긴다.

친구와의 갈등

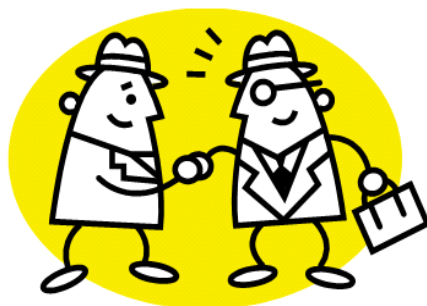


지성이와 종국이의 갈등처럼 생각의 차이로
친구와 다툰 경험이 있으면 이야기해 봅시다.

서로의 다름(차이)을



갈등



인정



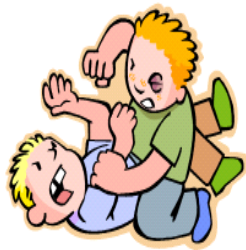
학생용 프로그램 운영의 실제

- 3차시: 친구에게 고민을 털어 놓아요.

친구와 갈등이 생겼을 때 누구의 도움을 가장 많이 받나요?



나의 갈등 해결 방법



나는 어떻게 해야 하나요? 1

1. 정수의 마음은 어떨까요?
2. 내가 정수라면 어떻게 했을까요?
3. 내가 결정한 행동으로 인해 어떤 일이 생길까요?

자신의 선택한 행동마다 결과는 달라집니다.

어떤 결과가 우리 모두를 평화롭게

생활하도록 이끌어 줄까요?



친구와 함께 갈등을 해결해요



나는 어떻게 해야 하나요? 2

1. 내가 정수를 도와주기 위해서 나에게 필요한 미덕은 무엇일까요? 
2. 나는 정수에게 어떤 도움을 줄 수 있을까요?
3. 정수가 갈등을 평화롭게 해결하기 위해서 정수에게 필요한 미덕은 무엇일까요?





학생용 프로그램 운영의 실제

- 4차시: 친구의 도움으로 학교폭력을 예방해요.

도입 : '내 마음은 무지개' 활동을 통해 일주일 동안의 내 마음을 살피면서 친구와의 갈등 떠올리기, 갈등상황 적기

전개 : 갈등 상황에 빠진 친구의 이야기를 들을 때 필요한 규칙 정하기(미덕), 친구의 갈등 해결에 도움 주는 역할 놀이 하기

정리 : 친구의 도움을 받았던 경험을 떠올리며 감사의 마음을 포스트 잇에 적어 게시하기

역할놀이

친구들의 갈등상황을 역할놀이의 내용으로 삼는다.

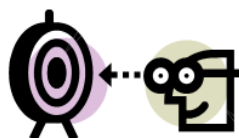
- 갈등 당사자
- 도움을 주는 친구
- 두 친구의 갈등 해결 과정을 적는 기록자
- 두 친구가 우리가 정한 규칙을 잘 지키며 갈등을 해결하는지 관찰하는 관찰자

- ✓ 기록, 관찰하는 활동지가 있음
- ✓ 기록자와 관찰자는 결과를 발표함



갈등 해결에 필요한 미덕

- 목적의식 : 목적의식을 갖고 문제를 찾고 해결하기 위해 노력한다.
- 진실함 : 거짓없이 진실하게 말한다.
- 예의 : 서로 예의를 지킨다.
- 존중 : 서로의 이야기를 경청하고 존중한다.
- 평온함 : 평화로운 방법으로 해결한다.
- 신뢰 : 친구가 말한 비밀은 꼭 지킨다.



 자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

2018

어울림 프로그램 담당자 역량 강화 연수

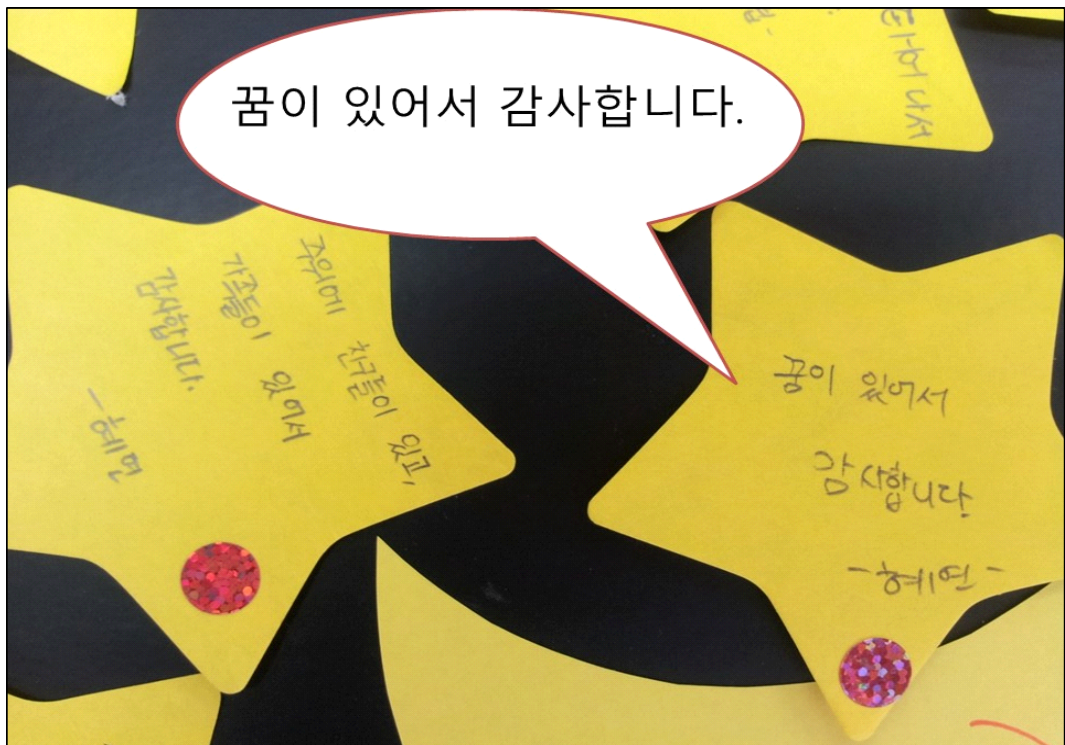
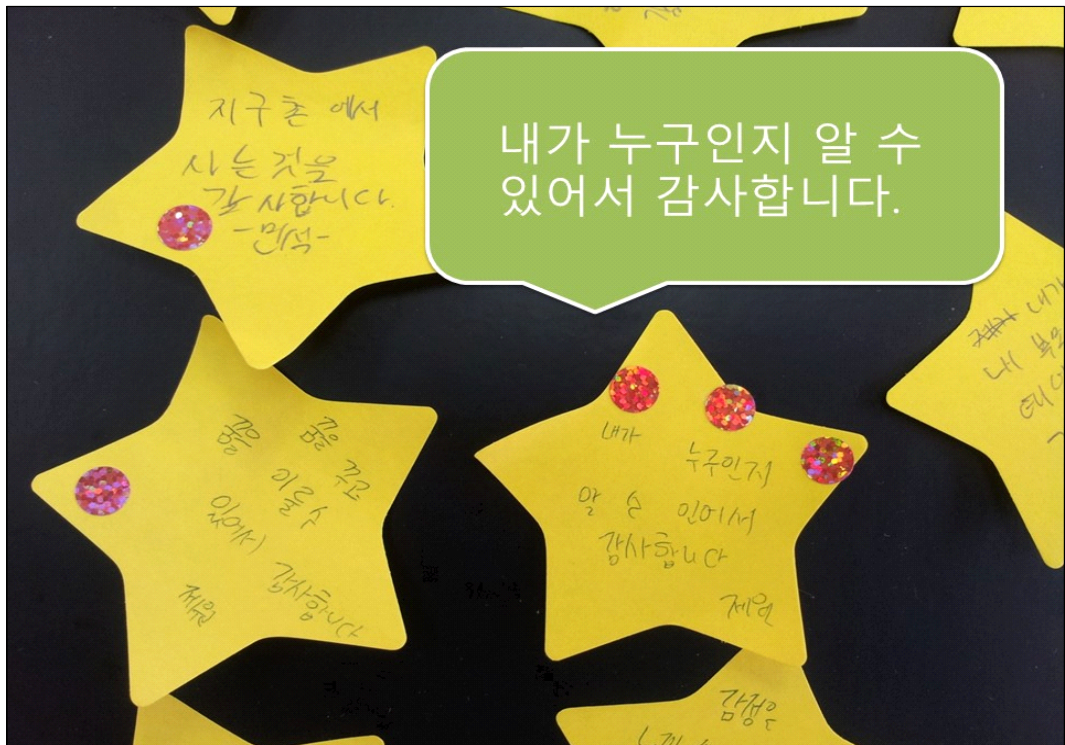
“ 자기존중감 ”

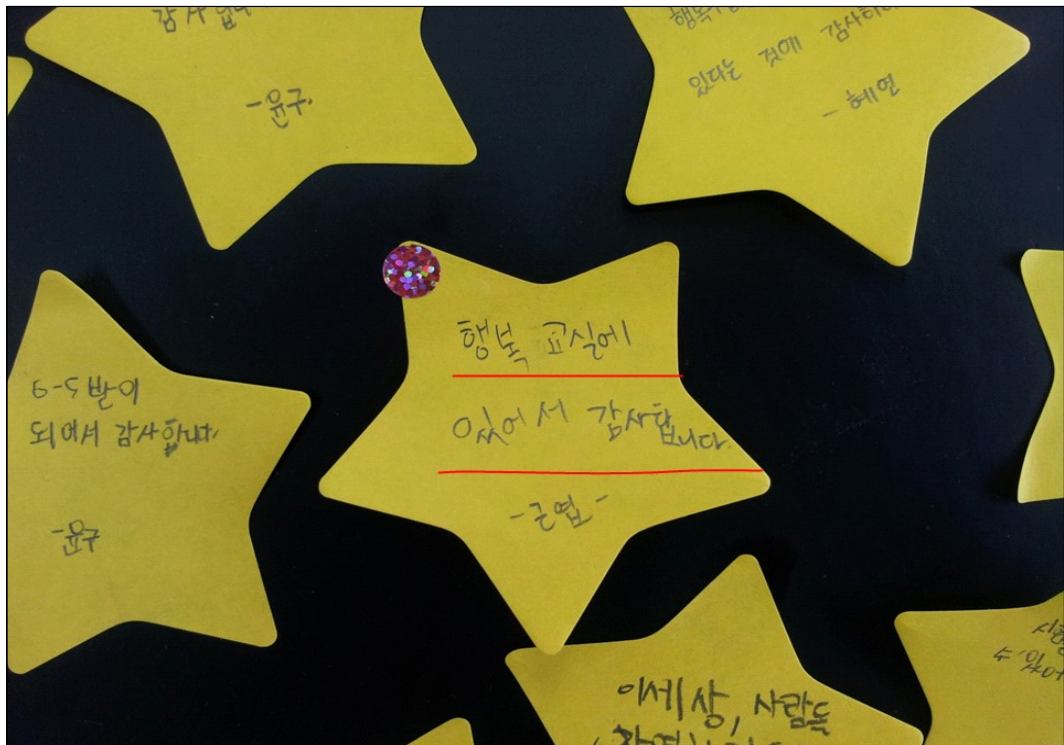
초등학교 고학년

 EBS 다크프라임
예고

대한민국에서 초등학생으로 살아간다는 것

01. 행복이란 무엇인가?







자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

꽃은 **햇빛**이 오는 쪽으로 자라지만

사람은 **꿈**을 꾸는 쪽으로 성장한다.



자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

한국가이던스 종합진로검사A(6학년 28명)

진로적응도 종합 6 : 5

미래 지향성 3 : 8

낙관성 3 : 5

주도성 5 : 1

호기심 6 : 3

자신감 4 : 3



자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

한국가이던스 종합진로검사B(6학년 28명)

인지전략 부족: 1

동기전략 부족: 5

행동전략 부족: 1

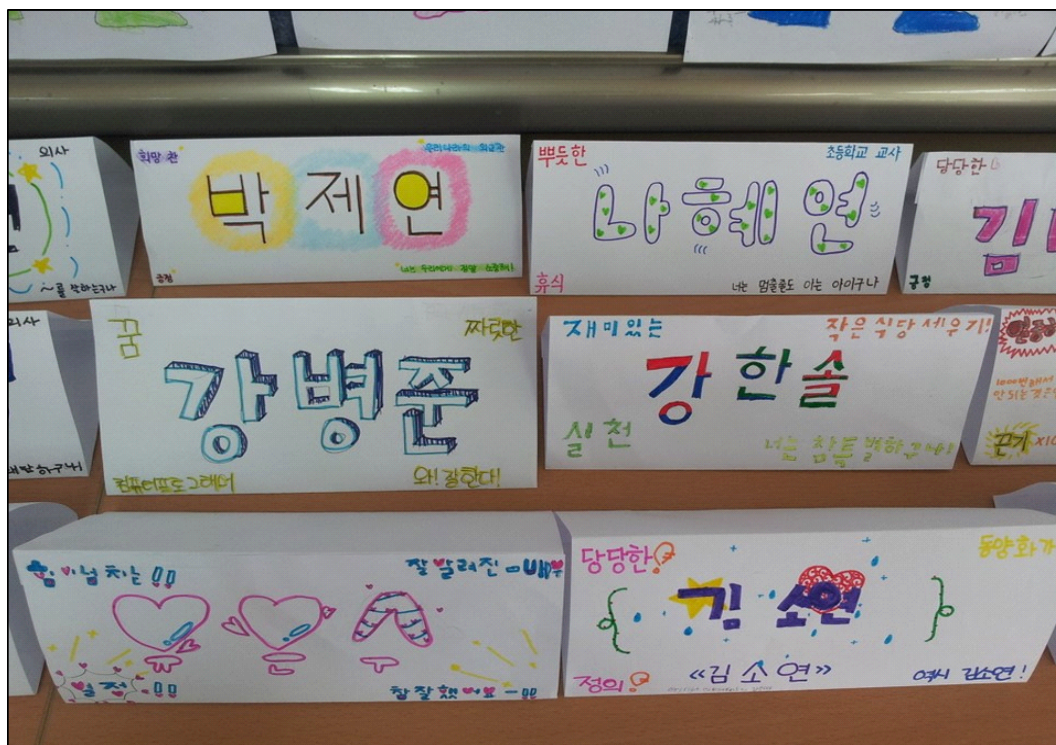
동기적 상태가 낮은 학생: 5

심리적 불편감이 높은 학생: 1

Icebreaking

2

나의 느낌, 가치, 꿈 듣고 싶은 말... 네임텐트 만들기



 자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

1. 2018학년도 2학기 바램은? 2. 키우고 싶은 가치는?

성명
(지역/ 학교명/ 8)

4. 자기존중감을 키울 수 있는 선생님만의 방법은?

3. 가장 듣고 싶은 말은?

 자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

I. 프로그램 개요

II. 차시별 구성 안내

III. 1차시 실습

IV. 2차시 실습

IV. 3차시 실습



Chapter

1

프로그램 개요

- 프로그램 개발 배경 및 목표
- 프로그램의 특징 및 내용 구성
- 프로그램 운영 세부지침



프로그램 개발 배경

❖ 자기 존중감 프로그램의 필요성

- 자기 존중감 높은 학생: 건강한 심리 사회적 발달 특성 보임
(독립심, 리더십 강함. 적응력 우수함. 스트레스에 대한 저항력 강함
학업성취도, 직무 수행력 높음, 대인관계 원만함)

백혜정, 황혜정, 2005

- 자기 존중감 낮은 학생: 비행행동을 많이 함
(약물복용, 먹기 장애, 우울증, 자살, 폭력 등) 이숙, 우희정, 1998, 재인용



자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)



자기존중감이란?

1. 우리 자신에게 생각하는 능력이 있으며 인생살이에서 만나게 되는 **기본적인 역경에 맞서 이겨낼 수 있는 능력**이 있다는 **자신에 대한 믿음**이며,
2. 우리 스스로가 **가치 있는 존재임을 느끼고**, 필요한 것과 원하는 것을 주장할 자격이 있으며, 자신의 노력으로 얻은 결과를 즐길 수 있는 권리를 가지며, 또 **스스로 행복해질 수 있다고 믿는 것**이다.

- Nathaniel Branden, The Power of Self-Esteem, Health Communication. Inc., 1992.)



자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

❖ 자기 존중감 (self-esteem) 이란?

자신이 사랑 받을 만한 가치가 있는 소중한 존재이고 어떤 성과를 이루어낼 만한 유능한 사람이라고 믿는 마음이다.

❖ 자기 존중감 발달에 중요한 2가지 요인

- ⊙ 중요한 타인으로부터 개인이 받는 존중과 관심의 정도
- ⊙ 개인이 성취한 객관적인 지위와 사회적 위치

스스로 생각하는 자신의 모습 신체상 그리기



자기존중감
초등학교 고학년 (학생용)

자존감
자아존중감

자신감
자기신뢰감

자존심
타자존중감

있는 그대로의
나를 존중하는 마음

뭔가를 할 수 있다는
능력에 대한
믿음

타인에게 존중
받고자 하는 마음

자기존중감
초등학교 고학년 (학생용)

Chapter **2**

프로그램 차시별 구성 내용

- ➔ 1차시 : 나를 알GO! + 우리를 알 GO! = 한 걸음
- ➔ 2차시 : 나의 Special! + 너의 Special! = 두 걸음
- ➔ 3차시 : 생각의 전환! + 자신감 UP! = 세 걸음
- ➔ 4차시 : 좋은 친구 + 배려 & 나눔 = 어깨 걸고 함께 걸음



Chapter 3

1차시 내용 실습

- ➔ 도입 : [나 자신에 대한 이해\(백합\).mp4](#)
- ➔ 전개 : 나를 알GO
우리를 알GO
- ➔ 마무리 : 'understand'의 의미 알기



전개

활동 1. 나를 알GO

나 이런 사람이야!

나를 표현할 수 있는 말들!

'나는 사람입니다.'

- | | | | | | |
|---------|----------|---------|----------|---------|-------|
| ▪ 빠른 | ▪ 소심한 | ▪ 유쾌한 | ▪ 정직한 | ▪ 행복한 | ▪ 정겨운 |
| ▪ 영리한 | ▪ 게으른 | ▪ 불행한 | ▪ 불안한 | ▪ 창피한 | ▪ 외로운 |
| ▪ 우울한 | ▪ 따뜻한 | ▪ 편안한 | ▪ 지루한 | ▪ 반가운 | ▪ 서글픈 |
| ▪ 비겁한 | ▪ 부지런한 | ▪ 실천하는 | ▪ 짜증나는 | ▪ 여유 있는 | |
| ▪ 무기력한 | ▪ 적극적인 | ▪ 용기 있는 | ▪ 믿음직스러운 | ▪ 부담스러운 | |
| ▪ 자신만만한 | ▪ 성미가 급한 | ▪ 걱정스러운 | ▪ 자랑스러운 | | |



자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

전개

활동지 1 나 이런 사람이야!

❖ 화면의 보기에서 여러분 자신을 한마디로 표현할 수 있는 낱말을 선택한 후, 그 이유를 말해봅시다.

내가 선택한 낱말들	
선택하게 된 이유	

❖ 여러분이 생각하는 나는 누구인지 마인드맵으로 나타내 봅시다. 가운데에 원 안에 여러분의 이름을 쓰고 그 주변에 여러분에 대해 표현해 보세요.



이 세상에서 가장 소중한 것은 무엇일까요?





For better lives.
서울대학교 행복연구센터
Center for Happiness Studies
Seoul National University

2장. 내가 만드는 행복



내 안의 숨은 보석,
(나의 강점)을 찾아내는
것이
행복의 지름길

자신의 **강점**이
무엇인지 아는 것이
미래 사회의 **성공 비결**이다.

- 제니퍼 폭스(Jennifer Fox)





<나의 강점을 통한 존재가치 찾기> 2017.3.10

◆ 나를 살아있게 만드는 가치(강점)는 무엇인가요? 내가 중요하게 여기고 실천하고 있는 가치는 무엇인가요? (6개만 체크하고 아래에 써봅시다.)

예시	☐ 건강 ☐ 활력 ☐ 유식 ☐ 기쁨 ☐ 사회성 ☐ 자유 ☐ 즐거움 ☐ 평온 ☐ 지력 ☐ 경청 ☐ 공감 ☐ 기여 ☐ 말씀 ☐ 배려 ☐ 봉사 ☐ 사랑 ☐ 수용 ☐ 애의 ☐ 우정 ☐ 정의 ☐ 존중 ☐ 진정성 ☐ 책임 ☐ 친절 ☐ 협동 ☐ 배움(학구열) ☐ 치혜 ☐ 창의성 ☐ たく월함 ☐ 판단력 ☐ 호기심 ☐ 결단 ☐ 경솔 ☐ 궁정 ☐ 근기 ☐ 노력 ☐ 도전 ☐ 성실 ☐ 성찰 ☐ 신중 ☐ 실천 ☐ 여유 ☐ 열정 ☐ 용기 ☐ 용서 ☐ 유연함 ☐ 자신감 ☐ 절제 ☐ 정직 ☐ 한결같은 ☐ 감동 ☐ 감사 ☐ 예견력 ☐ 영성 ☐ 품 ☐ 몰입 ☐ 보람 ☐ 유머 ☐ 자각 ☐ 창조 ☐ 평화 ☐ 행복 ☐ 희망 ☐ 공정성 ☐ 리더십 ☐ 공동체 의식 ☐ 겸양 ☐ 자기 통제력 ☐ 감상									
강점	<table border="1" style="width: 100%; height: 100px; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="width: 33%;"></td><td style="width: 33%;"></td><td style="width: 33%;"></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td></tr> </table>									

◆ 평소 가장 존경하는 인물은 누구인가요? 그 인물이 갖고 있는 강점 중에 나는 어떤 강점을 본받고 싶은가요?

들어하는/존경하는 인물

Design your life!!

◆ 친구들이 갖고 있는 강점은 무엇일까요? 위의 예시로 제시된 강점들 중에서 친구에게 가장 많이 보이는 강점 1개씩을 붙임쪽지(post-it)에 써서 선물해줍니다.

나의 존재 가치 3가지

나 _____ 은/는 _____ 하는/ 한 사람이다.
 예시> 나 OOO는 꿈을 이루기 위해 끊임없이 도전하며, 아름다운 사회를 만드는 데 기여하는 사람이다.

Design your life!!

<나의 강점을 통한 존재가치 찾기>

2017.3.10

◆ 나를 살아있게 만드는 가치(강점)는 무엇인가요? 내가 중요하게 여기고 실천하고 있는 가치는 무엇인가요? (6개만 체크하고 아래에 써봅시다.)

예시

건강	열정	유
사회성	감상	행

◆ 평소 가장 존경하는 인물은 누구인가요? 그 인물이 갖고 있는 강점 중 어떤 강점을 본받고 싶은가요?

중요하는/존경하는 인물

이치연 선생님

적응력, 도전, 행복, 친절, 열정, 절제

<나의 강점을 통한 존재가치 찾기>

2017.3.10

◆ 나를 살아있게 만드는 가치(강점)는 무엇인가요? 내가 중요하게 여기고 실천하고 있는 가치는 무엇인가요? (6개만 체크하고 아래에 써봅시다.)

예시

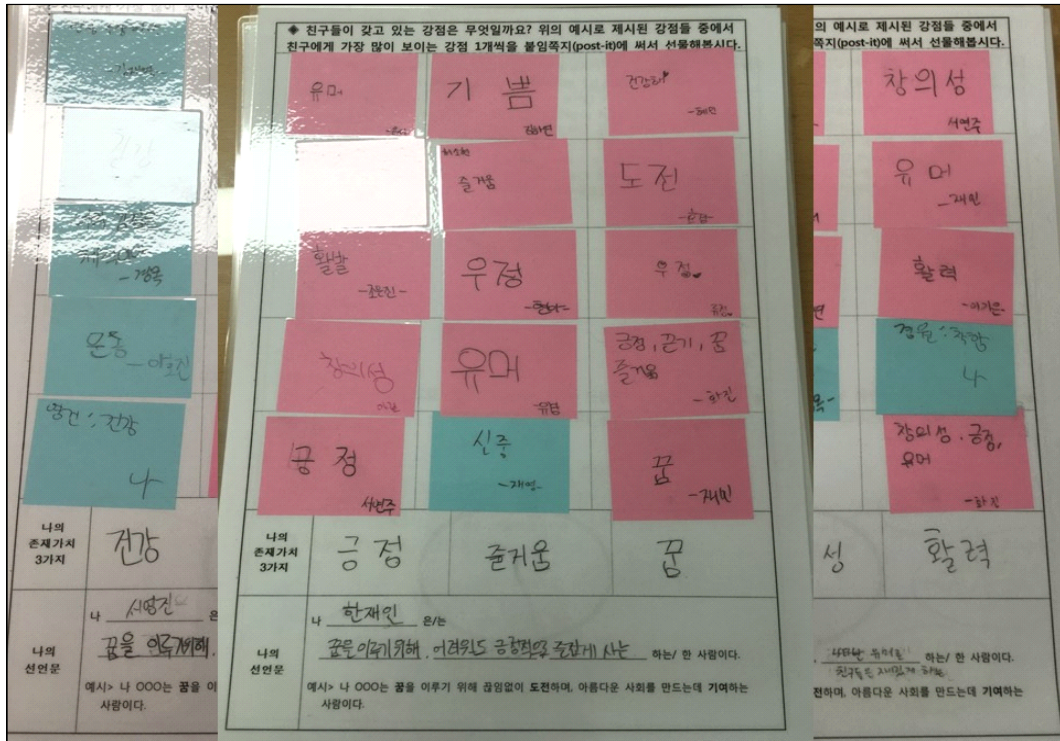
호기심	리더십	꿈
존중	우정	예의

◆ 평소 가장 존경하는 인물은 누구인가요? 그 인물이 갖고 있는 강점 중 어떤 강점을 본받고 싶은가요?

중요하는/존경하는 인물

노무현 전 대통령

열정, 리더십, 사람의 존중하는 마음, 사람의 예의, 사람을 위한 봉사





자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

Chapter 4

2차시 내용 실습

- ➔ 도입 : 도대체 넌 누구냐?
- ➔ 전개 : 성장앨범 만들기
당신은 내게 특별한 친구입니다.
- ➔ 마무리 : 나는 결코 아무나가 아니다

누구일까요?

도입

도대체 넌 누구니?

너는 우리 반에서 가장 목소리가 커. 그림도 잘 그리고, 피아노도 잘 치더라. 친구들에게 말도 잘 걸고 재미있는 말도 잘하는 친구야.

때론 장난이 심하고 욕도 가끔 하지만 그건 너의 속마음이 아니라는 것을 잘 알아. 너의 밝은 성격과 목소리로 우리 반 친구들을 이끌어 준다면 너는 멋진 리더가 될거야.

“ 나는 **성덕선** (이)야.”

전개

활동 1. 내 생애 가장 특별한 순간

● 행복전도사 '닉 부이치치 이야기' 를 보며 함께 생각해 봅시다.



출처 : SBS, 힐링캠프.

자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

전개

활동 1. 내 생애 가장 특별한 순간

◆ 자신을 사랑하여 행복한 사람

◆ 현재 자신의 있는 그대로의 모습에서
긍정적인 자기 모습 발견하기, 나만의
특별함 찾기

자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

전개

활동 1. 내 생애 가장 특별한 순간

엄마 뱃속에서 갓 태어난 특별한 나

제목:

제 목:

제 목:

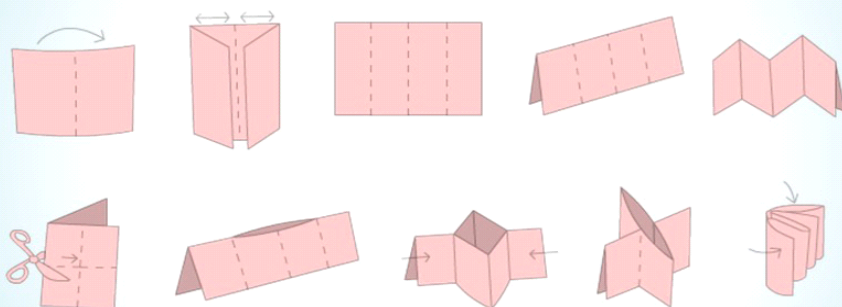
전개

활동 1. 내 생애 가장 특별한 순간



전개

활동 1. 내 생애 가장 특별한 순간



자기존중감
초등학교 고학년 (학생용)

전개

활동 2. 당신은 내게 특별한 친구입니다.

- ❖ 세상에 특별하지 않은 사람은 없음
- ❖ 여러분은 스스로 **특별한 사람**이지만, 또 우리 반에서는 **누군가에게 특별한 친구**임
- ❖ 우리 반에서 여러분에게 **특별한 친구**를 떠올려 보고, 왜 나에게 특별한 친구인지 **그 이유**를 생각해 보기




자기존중감
초등학교 고학년 (학생용)

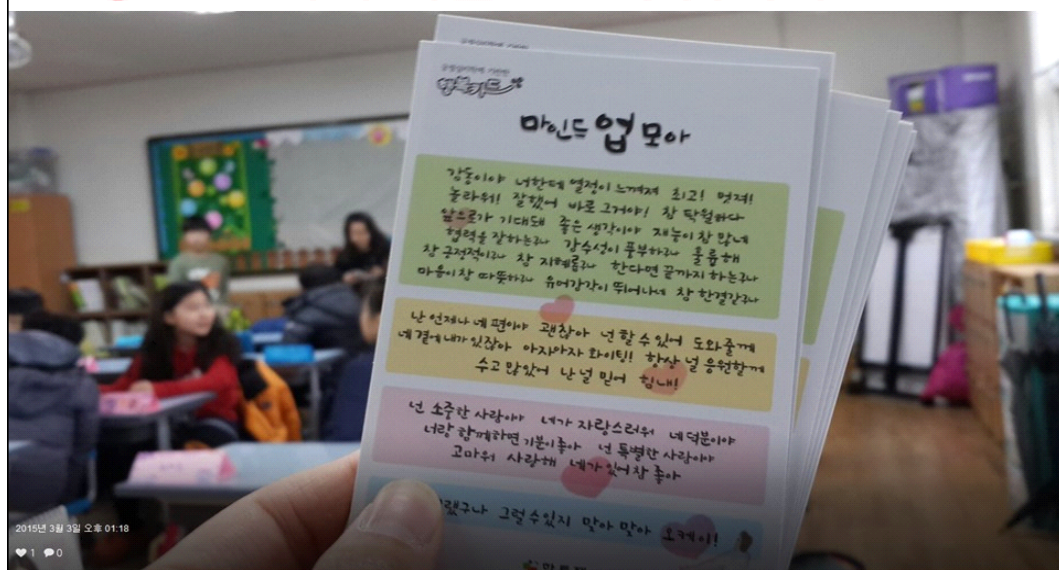
전개

활동 2. 당신은 내게 특별한 친구입니다.

- ❖ 세 장의 리본 중 한 장은 자기 마음속의 **자신에게**
나머지 2장은 여러분이 생각한 **특별한 친구에게**
부여하며 그 이유를 말해 보게 함



마인드업 엽서로 마음 전하기 - 당신은 내게 특별한 친구입니다!



자기존중감
초등학교 고학년 (학생용)

Chapter 5

3차시 내용 실습

- ➔ 도입 : 내가 믿는 나는 누구입니까?
당신은 당신이 생각하는것보다 아름답다.mp4
- ➔ 전개 : 긍정의 나로 다시 태어나기
긍정의 거름에서 성장할 나
- ➔ 마무리 : 긍정의 힘


자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

도입

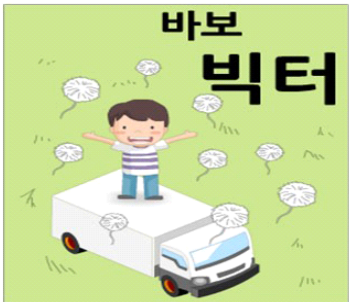
내가 믿는 나는 누구입니까?

❖ 여러분은 자신이 누구라고 생각하나요?

- 누구라도 자신을 바보라고 생각하면 진짜 바보가 되는 것



**빅터
세리브리야코프**




자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

도입

내가 믿는 나는 누구입니까?

❖ '생각이 운명이 된다.'

당신의 사고를 보라. 그것은 당신의 말이 된다.

당신의 말을 보라. 그것은 행동이 된다.

당신의 행동을 보라. 그것은 습관이 된다.

당신의 습관을 보라. 그것은 성격이 된다.

당신의 성격을 보라. 당신의 운명이 된다.

< 프랭크 아위로 >

전개

활동 1. 긍정의 나로 다시 태어나기

1분 동안 자신의 장점을 최대한 많이 적어 보기



전개

활동 1. 긍정의 나로 다시 태어나기

리오넬 메시의 명언



169cm 작은 키

폭발적인 스피드와 드리블

단점은 장점이 될 수 있다.

 자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

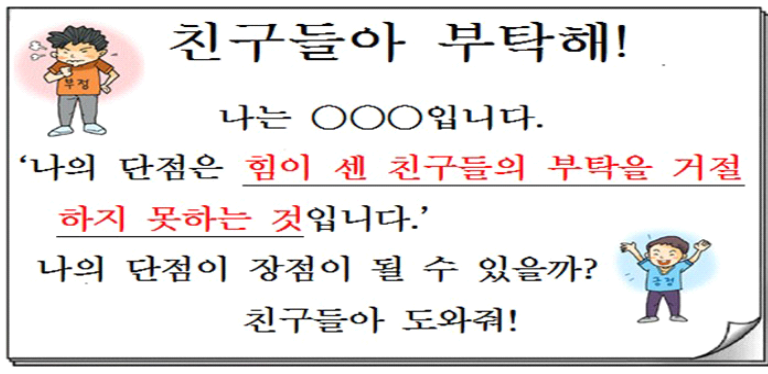
전개

활동 1. 긍정의 나로 다시 태어나기

● 부정적 자기생각을 긍정적으로 바꿔 보아요.

1

‘친구들아 부탁해’ 쪽지에 단점을 적고 긍정 마법 상자에 넣어요.




 자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

전개

활동 1. 긍정의 나로 다시 태어나기

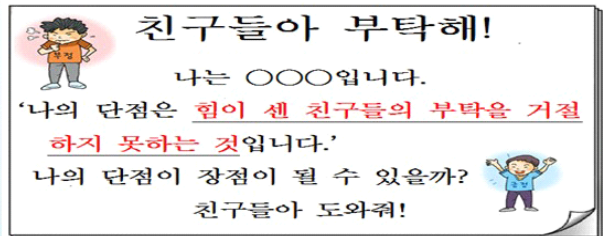
● 부정적 자기생각을 긍정적으로 바꿔 보아요.

2

모둠 친구들이 차례로 하나씩 쪽지를 꺼내요.

3

쪽지에 적힌 친구의 단점을 장점으로 바꿔 말해줘요.



전개

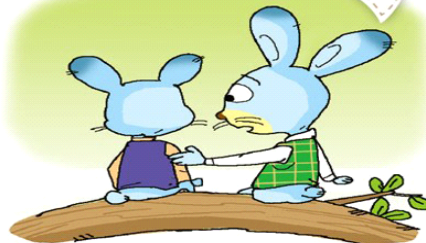
활동 1. 긍정의 나로 다시 태어나기

다움이에게 여러분은 어떤 말을 해 줄 수 있을까요.

짧은 귀 토끼의 고민

다움아, 내 귀는 왜 너처럼
길지 않고 짧고 통통하기만
할까? 너와 비교하게 되니까
내 자존감이 너무 초라하게
느껴져 눈물이 나려고 해.

다움아, _____



전개

활동 2. 긍정의 거름에서 성장할 나

❖ 긍정의 거름에서 자라날 자신의 미래 모습을 상상해 보기

❖ 미래의 긍정적인 자기 모습을 명함으로 나타내 보기



ONE 이름, 주소, 미래 모습 등 명함에 넣을 내용을 생각해 봅시다.



TWO 여러분의 긍정적인 미래 모습을 잘 표현하는 문구를 적어도 됩니다.



THREE 긍정적인 마음만큼 아름다운 명함이 되도록 꾸며 봅시다.

 자기존중감

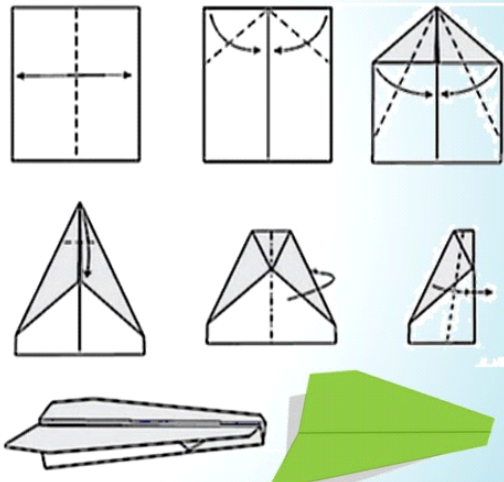
초등학교 고학년 (학생용)

전개

활동 2. 긍정의 거름에서 성장할 나

미래 모습이 꼭 이뤄지기를 바라며 명함을 비행기로 접어 하늘로 날려봅시다.

나는 _____ 년 후 _____ 사람이 될 것입니다.



 자기존중감

초등학교 고학년 (학생용)

마무리

긍정적인 사람으로 성장하기 위한 자세

긍정의 힘을 키우기 위한 3원칙

- 1

현재 있는 그대로의 나를 사랑하자.

다른 사람과 비교하지 말자.
- 2

단점에 집착하지 말고 장점을 생각하자.

나를 존중하는 마음으로 다른 사람도 존중하자.
- 3

나는 다른 사람보다 못한 것이 아니라 다른 것이다.

‘나는 왜 누구처럼 시험 성적이 좋지 않을까?’

‘나는 왜 누구처럼 예쁘지 않을까?’

‘나는 왜 누구처럼 키가 크지 못할까?’

‘나는 왜 누구처럼 운동을 잘하지 못할까?’

행복의 최대 적은 남과 비교하는 것입니다.

For better lives.
서울대학교 행복연구센터
Center for Happiness Studies
Seoul National University

2장. 내가 만드는
행복

행복은 비교를 모른다

박노해

나의 행복은 비교를 모르는 것
나의 불행은 남과 비교하는 것

남보다 내가 앞섰다고 미소 지을 때
불행은 등 뒤에서 검은 미소를 지으니

이 아득한 우주에 하나뿐인 나는
오직 하나의 비교만이 있을 뿐

어제의 나보다 좋아지고 있는가
어제의 나보다 더 지혜로워지고
어제보다 더 깊어지고 성숙하고 있는가

나의 행복은 하나뿐인 자대에서 자유로워지는 것
나의 불행은 세상의 칭찬과 비난에 울고 웃는 것



인식 및 대처

초등학교 고학년 (학생용)

2018

어울림 프로그램 담당자 역량 강화 연수

“ 학교 폭력 인식 및 대처 ”

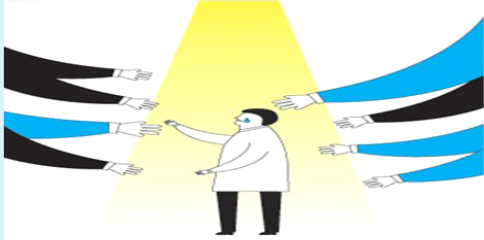
초등학교 고학년

인식 및 대처

초등학교 고학년 (학생용)

다른 나라의 학교폭력예방 프로그램

핀란드-키바 코올루



핀란드 '키바 코올루(멋진 학교)' 프로젝트

- 피해자 고통 공감하기**
 - 토의 및 집단활동
 - 단편영화 관람
 - 역할극 시연 등
- 다 함께 참여하기**
 - '학급규약' 스스로 만들기
 - '학교 키바 조약' 서명
 - 방관자 채로 활동
- 특별하게 대처하기**
 - 교사 예방조기 작용
 - 알파 대응 컴퓨터게임 제공
 - 학부로 매뉴얼 개발 배포

노르웨이-올




노르웨이

괴롭힘 근절운동
캠페인의 시초

덴 올베우스



프로그램의 특징

1. 초등 4학년 이상의 학생 대상
2. 방관자와 주변인의 행동 변화를 목표로
3. 창의적 체험활동(4차시)
4. 신체 놀이/역할극/동영상 시청 등 다양
화



프로그램 구성

차시	프로그램명	목표	세부 활동
1	장난이라구?	장난과 폭력 의 차이 알기	· 장난과 폭력의 차이 알기 · 학급 회의를 통해 장난의 기준 정하기
2	날 보호해줘	놀이를 통해 따돌림 체험하기	· 신체 활동과 놀이를 통해 가해자 피해 자 방관자 입장 되어 보고 적절한 대응 방법 알기
3	함께 “그만” 이라고 말해요	사이버 폭력 언어 폭력	· 반특에서 욕설이나 따돌림 대응하기
4	평화로운 우리 교실	평화로운 학 급 만들기	· 나의 장점 팔기 · 일심 동체 놀이



인식 및 대처

초등학교 고학년 (학생용)

장난과 폭력의 차이 (동영상 2분)

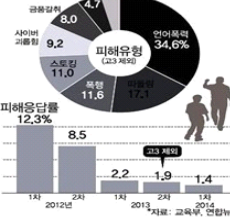
아주경제 2014년 07월 11일 21면 (사회)

학교폭력 가해 이유 '장난으로' 28.4%

교육부, 학교폭력 1차 실태조사 '피해 경험' 有 6만2000명 응답
작년 2차 조사대비 0.5%p 감소
피해유형 언어폭력·따돌림 順

학교폭력 실태조사 결과 피해를 당한 적이 있다고 응답한 학생이 줄었다.
교육부는 전국 사·도교육감이 공동으로 실시한 '2014년 1차 학교폭력 실태조사' 결과를 10일 발표하고 피해를 당한 적이 있다고 응답한 학생이 6만2000명, 피해를 당함은 1.4%로 지난해 2차 조사 때 1.9% 대비 0.5%포인트 감소했다고 밝혔다.
초·중·고교 모든 학교급에서 피해 응답률이 줄었고 특히 중학생 피해응답률 감소폭이 0.7%포인트로 컸다. 여학생의 1.1%보다 남학생이 1.6%로 피해응답률이 컸고 학교 규모가 작을수록 높았다. 초등학교는 2.4%, 중학교 1.3%, 고등학교 0.6%였다.
유형별 비중은 이전 조사와 유사한 경향을 보였고, 스토킹 비중은 11%로 소폭 증가했다. 성별·학교급별 피해유형 비중

학교폭력 실태조사 주요 내용
전국 초등학교 4학년(부터) 고등학교 3학년(까지) 약 36만명 학생 대상, 3월4~4,30까지 실시



언어폭력 34.6%, 신체폭력 17.1%, 사이버 괴롭힘 11.6%, 스토킹 11.0%, 집단따돌림 9.2%, 강제이성 4.7%, 기타 3.7%

피해응답률 12.3% (2012년 2차 8.5%, 2013년 1차 2.2%, 2013년 2차 1.9%, 2014년 1차 1.4%)

은 남학생의 경우 폭행이 15.3%, 스토킹 12.5%, 금품갈취 7.2%로 이들 비중이 상대적으로 높았고, 여학생은 집단따돌림 22.6%, 사이버 괴롭힘 15.4%로 비중이 높았다.
초등학생은 스토킹의 비중이 12.7%로 상대적으로 높았고, 중학생은 금품갈취 9.6%, 사이버 괴롭힘이 11.7%였다.
학교 밖보다 학교 안에서 발생한 피해

가 많았으나 학교 안 피해 비중은 지난해 2차 조사 대비 3.8%포인트 줄었다.
고등학교 48.1%, 중학교 43.9%, 초등학교 33.2%로 학교급이 높을수록 교실에서 피해를 당했다고 했고, 초등학생은 운동장 7.7%, 학원·학원 주변 6.1%, 놀이터 8.8%였다. 사이버 공간에서 피해를 당했다는 응답 비중은 0.4%포인트 줄었으나 중학생 11.2%, 여학생 15.3%로 피해응답률이 높았다. 고등학생은 8.1%, 초등학생은 4.8%였고, 남학생은 2.3%였다.
가해자 중 가장 많은 비중을 차지하는 같은 학교 같은 학년은 지난해 2차 조사 대비 4.4%포인트 감소했고, 모르는 사람 비중은 1.8%포인트 늘었다.
피해응답자의 78.4%는 피해사실을 가족·학교·친구나 선배·117 상담센터에 알렸고, 이는 지난해 2차 조사 대비 2.3%포인트 증가했다. 알린 상대는 가족 36.3%, 학교 21.9%, 친구·선배 16.5%, 학교폭력 신고센터 11.7 3.7% 순으로, 지난해 2차 조사 대비 가족의 비중은 4.9%포인트 늘었고 학교 비중은 1.8%포인트 줄었다.
피해사실을 알리지 않은 이유는 '별일 아니라고 생각해서'가 21.7%, '해결 안 될 것 같아서' 20% 등의 순으로 나타났다

'별일 아니라고 생각해서'의 응답비중은 3.6%포인트 감소했다.
학교폭력 가해 경험이 있다고 응답한 학생은 2만7000명, 가해응답률은 0.6%로 지난해 2차 1.0% 대비 0.4%포인트 감소했다. 여학생이 0.4%, 남학생 0.8%였고, 초등학교 1.1%, 중학교 0.6%, 고등학교 0.2%로 학교급이 낮을수록 가해응답률이 높았다.
가해 유형별로는 집단따돌림 27.1%, 언어폭력 26.6%, 사이버 괴롭힘 11.4%, 스토킹 9.9% 등의 비중이 증가했다. 집단으로 가해를 했다고 응답한 비율은 60.2%로 이전 조사 대비 4.0%포인트 감소했다.
가해 이유는 '장난으로' 28.4%, '피해 학생이 마음에 안 들어서' 21.1% 순으로, 남학생은 '장난으로' 응답 비중이 35.5%, 여학생은 '마음에 안 들어서'의 응답 비중이 33.5%로 높았다.
이번 조사는 전국 사·도 교육감협의회가 한국교육개발원에 위탁해 전국 초등학교 4학년(부터) 고등학교 3학년(까지) 498만명의 학생을 대상으로 3월 24일부터 4월 30일까지 실시했다.

이한선 기자 griffin@ (22: 7~15: 59)cm



인식 및 대처

초등학교 고학년 (학생용)

장난은 왜 일어나는지 생각하기

1. 친하다고 생각해서 그냥...
2. 친해지고 싶어서...
3. 장난한다면서 괴롭히기 등

장난과 폭력의 차이점 생각하기

1. 한쪽만 즐거우면 장난, 다른 쪽은 괴롭힘
2. 상대방이 원하지 않는 말과 행동을 하는 것은 폭력
3. 마음의 상처, 몸의 상처 등



우리 반 장난의 기준 다수결로 정하기

실제 사례(서울00초등학교 4학년 0반의 장난의 기준)

1. 상대방이 웃을 수 있어야 한다.
2. 상대방이 받아주어야 한다.
3. 상대방이 불쾌해하거나 화가 나게 해선 안된다.



[2차시 활동]-삼각 태그 (보물 지키기 놀이)



놀이 방법 설명하기(진행과정)

- ① 4-5인 1조를 정한다. 술래 1명을 정하고 나머지 세 명은 손을 잡고 원을 만든다.(원의 형태를 반드시 유지하도록 한다.)
- ② 술래는 한 사람을 지목하여 태그를 하겠다고 말한다. (혹은 보물을 한 사람 정해주세요.)
- ③ 지목한 사람을 나머지 사람들은 술래가 태그하지 못하도록 보호한다.
- ④ 태그가 되면 술래와 자리를 바꾸고 새로운 술래는 태그할 사람을 지목한다. 같은 방식으로 2-3회 반복한다.

- ① 반 전체 혹은 남녀로 각각 두조를 만들어 각각 술래1과 술래2를 정한다.(이때 술래는 교사가 지목해도 된다.)
- ② 술래1은 한 사람을 지목하여 태그를 하겠다고 말한다.
- ③ 일정한 시간이 지나도 술래1이 보물을 태그하지 못했을 경우 술래 한사람(술래2)을 추가로 투입한다.
- ④ 태그가 되면 술래와 자리를 바꾸고 새로운 술래는 태그할 사람을 지목한다. 같은 방식으로 2-3회 반복한다.





인식 및 대처

초등학교 고학년 (학생용)

놀이 후 질문 하기

❖ 보물에게 :

1) 친구들이 술래로부터 나를 보호해 줄 때
의

기분은?

2) 나를 보호해주었던 친구들에게 하고 싶은
말은?

❖ 술래와 보호자들에게 :

1) 보호자들이 보물에게 태크하지 못하도록
할 때 나의 기분은?

2) 보물을 보호할 때 어떤 기분이 들었나?



인식 및 대처

초등학교 고학년 (학생용)

놀이 후 생각이나 느낌 발표하기

1. 보물 : 친구들이 나를 보호해줄 때 행복하게
느꼈고 나도 누군가를 보호해줘야겠다는 생
각이 들었다.

2. 술래 : 친구들이 보물을 보호하면서 내가 보
물에게 다가가지 못하도록 할 때 따돌림의 느
낌을 알게 되었고 나도 교실에서 누군가를 따
돌리는 행동을 해서는 안되겠다는 생각이 들
었다.

3. 보호자 : 놀이를 하면서 친구를 보호하는 일
이 생각보다 쉽지 않다는 것을 알게 되었으나
친구를 보호하고 있다는 느낌이 생각보다 굉
장히 행복했다. 등



전체에게 질문하기

1. 만약에 내가 힘들 때 누군가 나를 보호해주는 친구가 있다면?
2. 술래, 보물, 보호자를 학교폭력과 관련지어 이야기 한다면 무엇이라고 할 수 있나?
3. 우리 교실에서 학교폭력이 일어나지 않게 하려면 술래, 보물, 보호자 중에서 누구의 역할이 클까?



[4차시 활동]- 나의 장점 팔기

1. 친구나 부모님께 들었던 칭찬의 말 생각하기
2. 나의 장점 5가지 쓰기
3. 내가 쓴 장점 5가지에 가격 매기기(100냥~300냥)
4. 나의 장점 팔기(활동하면서 친구의 장점에 대한 비난하지 않기)
5. 활동 후 소감 발표하기(내가 산 친구의 장점, 이



인식 및 대처

초등학교 고학년 (학생용)

전체에게 질문하기

1. 장점 팔기 활동을 통해 우리는 무엇을 배울 수 있을까?
2. 활동 후에 친구들에 대한 생각이 어떻게 바뀌었나?
3. 우리 교실에서 학교폭력이 일어나지 않게 하려면 친구들을 어떻게 대해야 할까?



인식 및 대처

초등학교 고학년 (학생용)

엄마가 울었다?

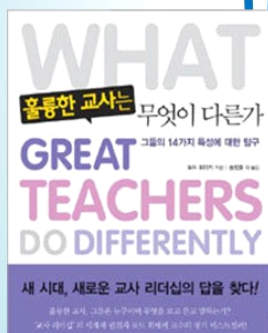




학교폭력예방은 학년 전체가~

중요한 것은

프로그램이 아니라 사람



It's People, Not Programs

(훌륭한 교사는 무엇이 다른가? 2009

방송대출판부, 토드 휘태커, 송형호 역)



지금 학교는?

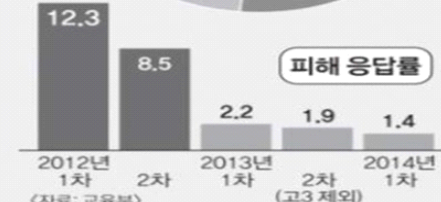
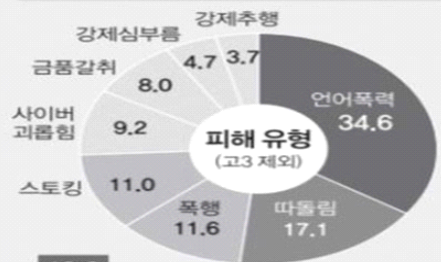
- ❖ 학생 : 내 세상(학생인권)
- ❖ 학부모 : 내 자식이 최고
- ❖ 교사 : 허탈, 후회, 분노, 좌절
(명퇴 or 무급휴직)
- ❖ 관리자 : 제발! 사고와 민원만은~



최근의 학교폭력 현황 1

학교폭력 실태조사 주요 내용 (단위: %)

전국 초등학교 4학년부터 고등학교 3학년까지
약 498만명 학생 대상 3.24~4.30 실시



학교폭력 피해유형 (단위: %)

*괄호 안은 증감률(%포인트)



초등학교 고학년 (학생용)

최근의 학교폭력 현황 2

한겨레

유아교육기관은 안전지대일까

학교폭력·왕따 논란, 유치원으로 번지다

[illegible]

서울 한 유치원 아이들이란 갈등
학부모-기관간 다툼으로 번져
교육청 주재 첫 분쟁조정위 열려
학부모 "교사가 폭력 발치" 주장
유치원선 "폭력이라 볼 수 없다"

교사 절반 "왕따 현상 본 적 있다"
공사 성향 발언기 갈수록 낮아져
유아기 때부터 관리 대책 세워야

“이 글을 택할 때도 포사가 그만큼 사색을 시켰다. 지난해에도 이 글을 읽어 주어 다져서 펴낼 계획을 한 적이 있는데, 그는 공적에서 참이었는데, 포사는 적절하게 덧붙여진 내게 전했다. 싸움에 있었다는 사실도 알리지 않았다”고 주장했다.

아래에 실려진 쪽은 “포사가 싸움에 일어난 즉시 탈거하지 못한 부분에 대해서는 학부로부터 사과했다. 평소 ‘그리고는 잘 처리해 준다’고 하던 포사가 이번 일을 통해 이렇고 저렇고 하는 말에 주장을 하는 학부로서는 일반적으로 자기의 주장만을 옹호하는 것은 옳지 않다”고 주장한다.

“과일 반쪽” vs “레몬차 반달 필요”
 이 사람이 온라인에 왜 섹스엔트렌더로
 버져어졌나, 유전자들이 일어난 일!에 대해
 과 학부로의 의견차가 있어 분쟁중이지
 라는 사실에 관심이 집중됐다. 이날 분
 위를 참관하기 위해 온 학부들만 50여
 명 됐다. 3개월째 아이를 아반이기에 보
 는 부모 갈라놓아(34.4세) 앞장구려는
 예시 어떻게 기아공과 같은를 겪는 경우
 다. 대개 아기를 팔에 안는 부모가 “
 열악함을 느끼더라도 조종하 원들 물기
 우가 많고, 피해자는 세상살이다. 유전
 어면이집을 물리는 것도 쉽지 않야 행
 의. 한은 3월 19일 10:00에 열려

2014년 07월 15일 화요일 023면 종합

[illegible]



예방이 최선의 방책 (담임)

1. 담임교사와 아이들과의 공감과 소통
(학급규칙, 놀이 규칙)
2. 교실내 학교폭력 징후 파악
(가피해징후, 학급 친구 관계 파악, 따돌림 체크리스트)
3. 다양한 진로체험 활동 참가
(고학년 대상 각종 행사 관련 공문 챙기기)



(방법1) 가, 피해 징후 알아내기

- 학교폭력 피해의심 학생의 징후 (활동지1)
 - 수업시간에 특정 학생에 대한 야유나 험담이 있나요?
 - 잘못했을 때 놀리거나 비웃거나 하나요?
 - 친구의 심부름을 잘하나요?
- 학교폭력 가해의심 학생의 징후
 - 교실에서 큰 소리를 많이 치고 반 분위기를 주도하나요?
 - 교사와 눈길을 자주 마주치며 수업분위기를 독점하려 하나요? (교사 간 보기 1)
 - 교사가 질문 시 다른 학생의 이름을 대며 그 학생이 대답하게끔 유도하나요? (교사 간 보기 2)

인식 및 대처

초등학교 고학년 (학생용)

(방법2) 따돌림 체크리스트 (활동지2)

설문 내용	자주 (1점)	때때로(2점)	아니다(1점)
1. 아침마다 학교에 오기 싫어 자주 지각을 한다			
2. 학년 초 새로운 친구를 사귀는 것에 부담을 갖는다			
3. 전학가고 싶다는 말을 자주 한다			
4. 수업에 집중하지 못한다 (~13 문항)			
39점-32점	따돌림을 당할 위험이 높은 경우로 실태 파악 및 전문가의 개입이 필요함		
31점-20점	따돌림이 될 가능성이 높은 경우로 따돌림 예방 교육이 필요함		
19점-13점	따돌림의 가능성이 낮은 경우로 교우관계가 원만한 것으로 파악됨		

인식 및 대처

초등학교 고학년 (학생용)

예방이 최선의 방책 (학년)

1. 학기초 학년 중점 생활교육 방침 공유

(학년특성, 작년 문제 학생 파악, 지도 방향 인식 공유)

2. 생활교육 연간 계획 설정, 역할 분담

(학년 교사들의 단합, 필요성 공감, 협조)

3. 다양한 실천

(매월 생활교육, 생활규정 게시, 스마트폰 사용 규칙, 이름표)



예방이 최선의 방책 (학교)

1. 학교 생활지도 문제점 파악

(문제 학생 파악, 학교 지도 방향 인식 공유)

2. 구성원들간의 역할 인식 및 공유

(학교장, 교감, 전문상담사, 생활부장, 학년부장, 담임 등)

3. 다양한 실천

(학교폭력예방행사, 캠페인, 또래상담 등)

어울림 프로그램 목록

공감 역량

홈페이지 참조 : www.stopbullying.kedi.re.kr

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 타인의 표정과 상황을 통해 감정을 이해하고 공감하는 힘을 기른다.
		2	• 여러 가지 상황에서 정서적인 공감을 느끼며 남의 이야기를 경청하는 것에서 공감이 출발함을 안다.
		3	• 이야기들을 통한 공감 경험하기 연습을 한다.
		4	• 다양한 공감활동을 하며 공감능력을 높여 학교폭력 상황을 예방한다.
	학생 심화	1	• 친구에 대한 나의 감정을 이해하고 친구와의 사이에 발생하는 나의 감정을 깨닫고 해소한다.
		2	• 잘 들으면 마음이 보여요
		3	• 친구 입장이 되어 보아요
		4	• 인간에게는 욕구가 있음을 알고 상대방의 말이나 행동에서 욕구를 파악하여 이해하며 그 욕구를 공감해 줄 수 있다.
		5	• 친구들의 억울한 사연 속에서 왜 억울했는지 성장동기를 찾아내고 친구의 마음을 공감해 줄 수 있다.
		6	• 공감 표현 연습을 통해 공감해 주는 방법을 알고 친구들에게 적절한 공감 표현을 해 줌으로써 학교폭력을 예방할 수 있다.
	학부모	1	• 엄마, 아빠, 자의 감정을 읽어주세요.
		2	• 딸아, 아들이 내가 느끼는 그대로를 존중한다.
	교사	1	• 교사로서 학생들의 공감능력을 향상시키는 것이 중요함을 인식하고 사례를 통해 공감 멘토를 해본다.
		2	• 인간관계의 뿌리인 공감능력을 향상하여 학부모 상담에 활용한다.

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 마음 바라보기
		2	• 내 마음을 보여주기
		3	• 친구의 마음 알아보기
		4	• 내 마음속의 하얀 늑대 키우기
	학생 심화	1	• 내 마음 속의 고인가리 열어 보기
		2	• 올바른 소통, 공감하기의 시작
		3	• 바른 공감을 위한 친구 놀이 따라하기
		4	• 친구가 원하는 것을 나는 알고 있다.
		5	• 친구를 화나게 하는 말 가지 방법
		6	• 공감 퀴즈, 퀴즈
	학부모	1	• 아는 만큼 보인다
		2	• 보는 만큼 느낀다
	교사	1	• 아는 만큼 보인다
		2	• 보는 만큼 느낀다

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 나의 마음은 이런 거야
		2	• 나는 이래서 그래
		3	• 너도 그런 거구나
		4	• 실제 상황에서 행동하기
	학생 심화	1	• 내 마음을 바꾸고 보는 내 마음
		2	• 하나의 말에 담긴 여러 의미
		3	• 논리를 따라가는 공감 열쇠
		4	• 상대방의 욕구를 파악하는 공감기법
		5	• 성장동기를 드러내는 공감기법
		6	• 감동을 다가가는 공감표현
	학부모	1	• 마음의 문을 여는 성공 열쇠, 공감
		2	• 행복한 관계 회복을 위한 새 출발, 공감
	교사	1	• 좋은 교사의 첫 걸음은 아이들의 감정을 읽기부터
		2	• 좋은 교사가 되는 비법은 공감의 실천

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 나와 통하기
		2	• 나와 통하기
		3	• 서로 통하기
		4	• 우리 하나 되기
	학생 심화	1	• 자유로운 나의 마음
		2	• 그랬구나!
		3	• 억울왕 되기
		4	• 친구 마음 알아보기
		5	• 색종이로 마음 드러내기
		6	• 나를 행복하게 하는 한 마디
	학부모	1	• 공감이 필요해
		2	• 공감으로 회복하는 마음의 평화
	교사	1	• 공감 수준 높이기? 어렵지 않아요!
		2	• 공감 대화? 어렵지 않아요!

어울림 프로그램 목록

의사소통 역량

홈페이지 참조 : www.stopbullying.kedi.re.kr

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 이런 말들이?
		2	• 말하기보다 귀한 것
		3	• 마음을 부드럽게
		4	• 같이 놀자
	학생 심화	1	• 함께말과 다름말
		2	• 다름말, 싸움의 씨앗
		3	• 함께말, 친함의 씨앗
		4	• 다름말이 열리는 나무
		5	• 함께말이 열리는 나무
		6	• 함께말이 가득한 우리 반 만들기
	학부모	1	• 귀 기울여주세요
		2	• 우리 아이 잘 부탁해요
	교사	1	• 마음으로 듣기
		2	• 교사와 학부모는 자전가의 두 바퀴

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 잘 소통하고 있나?
		2	• 이렇게 경청하자!
		3	• 이렇게 표현하자!
		4	• 이렇게 부탁하자!
	학생 심화	1	• 대화에 필요한 것
		2	• 관찰이 중요해
		3	• 느낌과 마음
		4	• 다투지 않고 평화롭게
		5	• 솔직한 사과
		6	• 우리는 진정한 친구
	학부모	1	• 네 생각은 어때니?
		2	• 든든한 동반자
	교사	1	• 너를 존중해
		2	• 함께 하는 협력자

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 좋은 말 vs 나쁜 말
		2	• 마법의 듣기
		3	• 어떻게 말해?
		4	• 어떻게 말하면!
	학생 심화	1	• 의사소통 이해하기
		2	• 나의 의사소통 유형은?
		3	• 언어의 언급술사
		4	• 결림말과 디딤말
		5	• 요술 바꾸니
		6	• 내 말에 날개를 달자
	학부모	1	• 사춘기, 그리고 의사소통
		2	• 교사와의 의사소통
	교사	1	• 학생과의 의사소통(그 댄, 제 정신이 아니었다구요!)
		2	• 학부모와의 의사소통(선생님은 예도 안 카우세요?)

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 이렇게 들어주세요
		2	• 이야기 만들기
		3	• 나를 말해요
		4	• 우리 노력해요
	학생 심화	1	• 내 머리 속의 말
		2	• 결림말 vs 디딤말
		3	• 의사소통 유형 찾기
		4	• 관찰과 느낌
		5	• 바람과 부탁
		6	• 함께 걷는 길
	학부모	1	• 자녀와의 의사소통(결림말이 디딤말로)
		2	• 교사와의 의사소통(아는 스스로 듣는 자를 돕는다)
	교사	1	• 학생과의 의사소통(말조심합시다)
		2	• 학부모와의 의사소통(언어 폭력, 일보 직전)

어울림 프로그램 목록

감정조절 역량

홈페이지 참조 : www.stopbullying.kedi.re.kr

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교 공통	학생 기본	1	• 감정은 내 친구
		2	• 상황에 따른 자신의 감정을 인식하고 표현하며 행동에 대한 평가를 통하여 적응적인 행동을 연습한다.
		3	• 감정조절은 나에게 맡겨라
		4	• 상황에 따른 나의 대처법
	학생 심화	1	• 분노의 이해
		2	• 분노 알아차리기
		3	• 분노조절 : 인지적 전략
		4	• 분노조절 : 정서적 전략
		5	• 분노조절 : 행동적 전략
		6	• 문제해결 전략
	학부모	1	• 내 아이 감정조절 돕기
		2	• 감정조절 기술 : 자기감정 인식과 자기표현력 기르기
	교사	1	• 감정이 어떻게 움직이나요?
		2	• 감정조절 이렇게 도와주세요?

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교 공통	학생 기본	1	• 우리에게 감정이 있어요.
		2	• 감정이 달라졌어요.
		3	• 불편한 감정, 이렇게 조절해요!
		4	• 우리는 감정 해결사
	학생 심화	1	• 화, 너는 누구냐
		2	• 화난 내 마음은?
		3	• 생각을 바꿔봐
		4	• 화를 다스리는 호흡법
		5	• 화날 땐 이렇게 말해요
		6	• 마음의 신호등을 켜요
	학부모	1	• 마음의 문이 활짝
		2	• 이럴 땐 어떻게?
	교사	1	• 생각하기 나뉘!
		2	• 이럴 땐 어떻게?

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교 공통	학생 기본	1	• 감정 인식과 원인 찾기
		2	• 스트레스, 분노의 감정에서 벗어나기
		3	• 우울, 불안에서 벗어나기
		4	• 실천-이럴 땐 이렇게
	학생 심화	1	• 분노 이해하기
		2	• 분노 알아차리기
		3	• 분노조절(인지)
		4	• 분노조절(정서)
		5	• 분노조절(행동)
		6	• 문제해결전략
	학부모	1	• 청소년의 특징을 알 수 있고 자신의 부정적 감정 발생 원인과 특징을 설명할 수 있고 과도적 청소년에 대한 대처법과 자녀의 감정조절의 중요성을 이해하고 감정 토닥여주기로 상담할 수 있다.
		2	• 행복하게 자녀와 소통하기
	교사	1	• 청소년의 특징
		2	• 학생들의 학교폭력상황에서 일어나는 갈등 상황에서 부정적 감정을 다스리고 조절하도록 다양한 지원을 할 수 있다.

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교 공통	학생 기본	1	• 내 감정과 친해지기
		2	• 고고이고 날려 보내기
		3	• 좀 더 새롭게 바라보기
		4	• 실천으로 더 행복해지기
	학생 심화	1	• 분노학개론
		2	• 나의 분노 알아보기
		3	• 바꿔 바꿔 생각을 바꿔!
		4	• 내가 화내는 진짜 이유
		5	• 화를 제대로 표현하기
		6	• 똑똑하게 화 다루기
	학부모	1	• 느낌 아나까
		2	• 부모가 되는 자녀의 감정조절 훈련
	교사	1	• 감정 바로보기
		2	• 감정조절 방법 "감정조절 내 손 안에 있다"

어울림 프로그램 목록

갈등해결 역량

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 갈등과 친구가 되어 보아요.
		2	• 갈등! 이렇게 해봐요.
		3	• 갈등! 풀 수 있어요!
		4	• 모두 다 행복한 선택
	학생 심화	1	• 네 그림은 엉터리야!
		2	• 내 차례야!
		3	• 둘 다 내거야!
		4	• 댕댕이 사채!
		5	• 아, 장난이야!
		6	• 흥, 저러가!
	학부모	1	• 이해해 주세요
		2	• 도와 주세요
	교사	1	• 어떻게 도와줄까요?
		2	• 이해하고 도와줄 수 있어요.

홈페이지 참조 : www.stopbullying.kedi.re.kr

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 갈등? 갈등!
		2	• 우리는 달라요
		3	• 평화적 갈등 해결! 방법이 없을까?
		4	• 평화적 갈등 해결! 이렇게 한번 해봐요.
	학생 심화	1	• 갈등, 차가운 듯 따뜻한 듯
		2	• 갈등 속 나의 마음 이야기
		3	• 갈등 속 우리의 생각
		4	• 갈등해결 필수법
		5	• 친구와 친구사이의 불편한 공기
		6	• 함께할, 우리반을 평화롭게 하는 이름
	학부모	1	• 내 아이의 갈등
		2	• 갈등 이렇게 해결해요
	교사	1	• 학생들 사이에 발생하는 갈등! 어떻게 해결할까?
		2	• 교사와 학생 사이에 발생하는 갈등! 어떻게 해결할까?

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 내 마음 왜 이래?
		2	• 나의 갈등처리습관은?
		3	• 우리는 Win-Win
		4	• 우리가 도와줄게!
	학생 심화	1	• 갈등, 넌 뭐니?
		2	• 멈춰! 비로소 보이는 것들
		3	• 마음 분석
		4	• 내 생각은 합리적일까?
		5	• 갈등해결방법
		6	• 갈등해결에 도움을 주는 덕목
	학부모	1	• 힘든 네 마음을 내 품에 펼쳐 봐!
		2	• 네가 고민 건 내가 풀 수 있을 거야
	교사	1	• 영감과 고임의 실타래 풀기
		2	• 생각 열기, 마음되기 갈등풀기

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 서로 다른 우리, 하나가 될 수 있을까?
		2	• 내 안에 있는 또 다른 나 발견하기
		3	• 우리는 한라산의 기사들!
		4	• 너도 나도 웃는 얼굴 만들기
	학생 심화	1	• 갈등 이해하기
		2	• 갈등 해결의 유형
		3	• 갈등할 때의 사고 과정
		4	• 갈등할 때의 감정
		5	• 갈등 해결의 방법 (내가 온라인 상담사)
		6	• 갈등 해결의 달인 찾기
	학부모	1	• 너의 목소리가 들려
		2	• 보이지 않는 손
	교사	1	• 기울지 않는 마음의 저울
		2	• 갈등은 내 손안에

어울림 프로그램 목록

자기존중감 역량

홈페이지 참조 : www.stopbullying.kedi.re.kr

구분	차시	프로그램명	목표
초등학교 전체교	학생 기본	1. 자랑스러운 나	• 친구의 장점을 찾아 칭찬해주는 활동을 통해 자신의 장점을 발견하여 보고 자신에 대해 긍정적인 마음을 갖는다.
		2. 자신감을 심어주세요.	• 자신감을 심어주는 말과 행동을 알고 실천하는 태도를 갖는다.
		3. 자신감 넘치는 내 모습을 표현해요.	• 현재 자신의 모습을 알고 앞으로 자신감 넘치는 내 모습을 표현하여 자신감 넘치는 모습으로 생활하는 태도를 갖는다.
		4. 자신감 넘치는 나로 바꾸어요	• 나의 달라진 모습을 발견하여 보고 앞으로 자신감 넘치는 모습으로 생활할 것을 다짐한다.
	학생 심화	1. 나를 알아 보아요	• 자신의 신체적, 사회적 자원을 탐색할 수 있다.
		2. 나의 특별한 점을 이해해요	• 나만의 특별한 점을 찾아보고 나를 이해할 수 있다.
		3. 다른 사람이 바라보는 나	• 타인이 바라보는 나의 모습을 이해할 수 있다.
		4. 이런 내가 좋아요	• 있는 그대로의 나의 모습을 수용할 수 있다.
		5. 당당한 나를 보여 줄게요	• 자신 있게 나를 표현할 수 있다.
		6. 이런 사람이 될 거예요	• 나의 장점을 살린 꿈을 찾아 표현할 수 있다.
	학부모	1. 자녀의 미래가 바뀌는 자기존중감	• 부모의 양육방식이 자녀의 자기존중감에 미치는 영향을 파악하고 자기존중감의 중요성을 인식할 수 있다.
		2. 자녀의 자기존중감을 키우기 위한 다양한 활동을 알아보고 실천 의지를 가질 수 있다.	
	교사	1. 아이의 미래가 바뀌는 자기존중감	• 자기존중감에 대하여 이해하고 아이들의 문제 행동을 위한 대처법을 찾을 수 있다.
		2. 자기존중감을 키우는 학교 활동	• 학교에서 학생들의 자기존중감을 기를 수 있는 학교 활동 알고 실천 의지를 가질 수 있다.

구분	차시	프로그램명	목표
초등학교 전체교	학생 기본	1. 알아봐요. 나와 네!	• 나의 모습을 찾기로 자신을 올바르게 이해하고 친구의 장점을 찾으며 타인을 올바르게 이해한다.
		2. 떠올려요. 우리의 행복했던 순간들!	• 자신의 과거와 현재 모습을 통해 긍정적인 자기 모습을 발견하고 자신의 숨겨진 장점을 재발견하여 자기애를 형성하고 타인에 대한 생각을 수용한다.
		3. 바꿔봐요. 나쁜 생각!	• 부정적인 생각을 긍정적인 생각으로 변화하고 긍정적 자기상을 그려봄으로써 자기 개발 및 발전에 대한 동기 습득한다.
		4. 당당한 우리, 함께 만들어봐요. 행복한 학교!	• 도래 관계에서의 좋은 친구가 되기 위해 자신의 먼저 변화해야 한다는 것을 알고 학교에서 일어날 수 있는 도래와의 갈등 상황을 슬기롭게 해결함으로써 자기 효능감을 높일 수 있다.
	학생 심화	1. 약점 < 장점	• 자신의 장점을 찾아 자신감을 키우는 태도를 가질 수 있다.
		2. 우리는 한상의 짝꿍	• 친구와 내가 다름을 알고 이를 통해 남을 이해할 수 있는 마음을 가질 수 있다.
		3. 나의 자신감 금메달	• 자신의 장점과 재능을 알고 이를 실천해 보며 자기존중감을 높일 수 있다.
		4. 나를 확실히시켜주는 약	• 나의 자신감 회복법을 통하여 어려운 상황에서도 자신감을 가질 수 있다.
		5. 나의 자신감을 표현해요	• 자신이 가진 미덕을 통해 자신의 자신감을 표현 할 수 있다.
		6. 나의 꿈에 자신감 한 스푼	• 자신의 비전을 수립하고 비전을 위해 자신감을 가지고 늘 당당하게 노력하는 태도를 가질 수 있다.
	학부모	1. 아이를 비추는 거울, 부모	• 자기존중감 이해 및 자신의 양육방식을 알아보고 자녀에게 미치는 영향 파악하기
		2. 울퉁불퉁 아이들, 현명하게 대처하기	• 문제 상황에 대한 효과적인 대처법을 알고 자녀 도와주기
	교사	1. 너희들이 행복하면 나도 행복해	• 학생들의 자기존중감 이해하고 학생의 자기 존중감을 높여주는 바람직한 교사의 태도에 대해 알기
		2. 선생님! 무엇을 도와줄까?	• 교실에서 학생의 자기존중감을 향상시키기 위한 지도방법 및 문제행동을 보이는 학생의 자기 존중감을 향상시키는 방법 알기

구분	차시	프로그램명	목표
초등학교 전체교	학생 기본	1. 나의 모습 재보기	• 있는 그대로의 내 모습과 특성을 알고 긍정적인 자기상을 가질 수 있도록 한다.
		2. 나의 가능성 깨내기	• 자신과 친구의 장점을 인정하고 격려하는 시간을 통해 긍정적인 자기상을 구체화할 수 있다.
		3. 나의 자신감 키우기	• 우리 모두 성과를 이루어낼 만한 능력이 있는 사람이라는 자신감을 키운다.
		4. 우리 함께 커가기	• 친구들과 협력하여 더불어 성장하는 기쁨을 알고 멋지게 성장하고자 하는 의지를 다진다.
	학생 심화	1. 나의 이름 속 깊은 뜻 알기	• 나의 이름과 딱의 이름 뜻을 함께 설명함으로써 이름 속에 있는 되고 싶은 나의 모습을 긍정적으로 말할 수 있다.
		2. 국어시간에 내 이름이 등장한다면	• 긍정적이고 객관적인 문장으로 나를 말함으로써 나를 자신감 있게 표현할 수 있다.
		3. 이 사람을 찾아라	• 타인에 대한 배려와 관심 갖기를 통해 자신을 사랑하는 마음을 갖고 자신을 존중할 수 있다.
		4. 너를 말해 봐 - 나를 맞춰 봐	• 내에 대해 적극적으로 생각할 기회를 갖고 친구 들을 통해 나를 인식하고 돌아볼 수 있다.
		5. 존경하는 타인을 통해 자기존중감 완성하기	• 존경하는 타인을 통해 자기존중감을 가질 수 있다.
		6. 나의 비전 선언과 꿈 지도 만들기	• 단단하고 긍정적인 자기존중감을 토대로 자신의 비전을 선언할 수 있다.
	학부모	1. 학교폭력을 막는 방법, 내 아이의 자기존중감	• 학교폭력 문제에서 자기존중감의 중요성을 인식 하고 부모 자신의 자기존중감 향상을 위해 노력 하는 자세를 갖는다.
		2. 내 아이의 자기존중감을 기르는 부모대화법	• 부모의 의사소통 방식을 자녀의 자기존중감에 미치는 영향을 이해하고 자녀의 자기존중감을 향상시키는 대화법을 익힌다.
	교사	1. 학교폭력을 막아내는 방법, 학생의 자기존중감	• 학교폭력 문제에서 자기존중감의 중요성을 인식 하고 교사와 학생 간에 상대의 자기존중감을 손상시키는 말에 대해 살펴본다.
		2. 학생과 교사, 모두의 자기 존중감을 살리는 다들립 대화의 원리와 방법	• 학생과 교사의 자기존중감을 함께 살리는 다들립 대화의 원리와 방법을 이해한다.

구분	차시	프로그램명	목표
초등학교 전체교	학생 기본	1. 타인의 평가 vs 자기이해	• 타인의 평가보다 자신에 대한 이해가 더 중요 함을 알고 긍정적으로 자기탐색을 할 수 있도록 돕는다.
		2. -- 면 여배 : 열등감에서 -- 정으로	• 자신의 단점을 비웃는 자신의 모습을 있는 그대로 수용하고 긍정적인 자기상을 가질 수 있도록 한다.
		3. 솟아라 ~ 내안의 힘이여	• 자신이 가진 내적인 힘(자기관력)을 찾아 이를 강화하도록 돕는다.
		4. 친구야, 우리 함께 성장하자	• 함께 성장하는 것의 중요성을 이해하고 함께 성장하는 학교문화 만들어나가는 데 필요한 구체적인 행동양식을 통해 성취감을 경험할 수 있도록 돕는다.
	학생 심화	1. 나 자신을 알아	• 자신을 존중하는 것의 진정한 의미를 이해한다.
		2. 고덕고덕	• 자신에 대한 성찰을 통해 자기이해를 깊게 할 수 있다.
		3. 토닥토닥	• 자신의 감정을 찾아 자신감을 키워도록 한다.
		4. 있는 그대로의 나	• 있는 그대로의 자신의 모습을 이해하고 수용한다.
		5. 내 마음을 말해봐!	• 자기표현을 적절하게 할 수 있다.
		6. 내안의 힘!	• 자신에 대해 긍정적으로 생각하고 미래에 대한 비전을 세운다.
	학부모	1. 자기존중감을 알면 행복이 보인다.	• 자기존중감과 학교폭력의 관련성을 이해하고 자녀의 자기존중감 향상을 위해 노력하는 자세를 갖는다.
		2. 자녀도 OK 부모도 OK로 자기존중감 키운다.	• 자녀의 자기존중감을 손상시키는 대화 자세를 갖고 있지 않인지 돌아보고 사춘기 자녀를 있는 그대로 인정하고 존중하는 자세를 갖는다.
	교사	1. 행복과 불행의 열쇠, 자기존중감	• 학교폭력과 자기존중감의 관련성을 알고 자기 존중감이 낮은 학생을 이해하는 태도를 갖는다.
		2. 도전 자기존중감 향상 시키기 내가간다	• 자기존중감 향상 전략을 고민하고 실천하려는 의지를 갖는다.

어울림 프로그램 목록

학교폭력 인식 및 대처 역량

홈페이지 참조 : www.stopbullying.kedi.re.kr

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 폭력 vs 평화
		2	• 이것도 폭력이구나
		3	• 내가 능력자
		4	• 평화로운 우리반
	언어 폭력	1	• 우리를 아프게 하는 말
		2	• 우리를 기쁘게 하는 말
		1	• 이것도 폭력이예요
		2	• 사이버폭력 없는 세상 만들어요
	사이버 폭력	1	• 왕따, 어디까지 알고 있나?
		2	• 독독, 달린 마음의 문을 열어주세요
		3	• 위기탈출 따돌림, 행복이 시작돼요
		3	• 집단따돌림 상황 발생 시 대처방법 및 도움 요청 방법 숙지하기
	학부모	1	• 설마 우리 아이가?
		2	• 우리 아이의 올바른 성장을 위하여
	교사	1	• 창난과 폭력
		2	• 담임의 대처능력 개선

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 창난이라구요?
		2	• 날 보호해줘
		3	• 함께 "그만"이라고 말해요
		4	• 평화로운 우리 교실
	언어 폭력	1	• 언어폭력의 의미를 알고 실제 나의 생활을 반성하여 보고 언어폭력의 대처방법을 익혀 실천하는 태도를 기른다.
		2	• 언어폭력 대처하기
		1	• 사이버폭력, 왜 위험한가요?
		2	• 사이버폭력, 함께 탈출해요
	사이버 폭력	1	• 사이버폭력의 뜻 알기/사이버폭력의 심각성 깨닫기
		2	• 사이버폭력 상황별 대처법 익히기/사이버공간을 지키기 위한 다짐하기
		1	• Stop: 괴롭힘을 멈추고
		2	• Go: 친구의 마음을 이해하고
	집단 따돌림	3	• Go: 친구를 진심으로 도와주고
		1	• Go: 친구를 진심으로 도와주고
		2	• Go: 친구를 진심으로 도와주고
		3	• Go: 친구를 진심으로 도와주고
	학부모	1	• 엄마, 아바 요즘 초당들요?
		2	• 엄마는 해결사
	교사	1	• 최근 학교폭력의 경향을 알아보고(지연현화, 사이버 및 성폭력 증가) 학교폭력과 교원의 역할을 정확히 인식한다.
		2	• 학교폭력, 이럴 땐 어떻게 하냐요?

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 학교폭력! 멘사에 도전하다
		2	• 연합가게 역할극~
		3	• 나라면 어떻게 할래?
		4	• 학교폭력 예방홍보포스터 및 3분 3행 제작
	언어 폭력	1	• 내 안에 너 있어
		2	• 언어폭력으로부터 이별 연습하기
		1	• 지피지기: 사이버폭력 알기
		2	• 백전백승: 사이버폭력 극복하기
	사이버 폭력	1	• 집단따돌림의 원인 알기
		2	• 나의 친구관계 점검하기
		3	• 친한 친구사이 되기
		3	• 친한 친구사이 되기
	학부모	1	• 학교폭력의 새로운 경향성과 인식
		2	• 공감과 배려의 힘을 가진 미래형 인재
	교사	1	• 학교폭력, 이렇게 달라지고 있어요
		2	• 화해로 만나는 친구의 마음

구분	차시	프로그램명	목표
초·중·고등학교	학생 기본	1	• 학교폭력? 학교폭력!
		2	• 우리의 문제, 학교폭력!
		3	• 학교폭력, 우리의 손으로 판단하자
		4	• 평화로운 학교, 우리가 만든다!
	언어 폭력	1	• 우리가 쓰는 말은?
		2	• 바꾸자, 언어습관
		1	• 사이버폭력 탐구생활
		2	• 사이버폭력은 포위됐다!
	사이버 폭력	1	• 용기 있는 동행
		2	• 또 하나의 패밀리, 친구
		3	• 너와 나, 정하나라 바꾸면
		3	• 너와 나, 정하나라 바꾸면
	집단 따돌림	1	• 친구관계를 되돌아보고 좋은 친구의 특성에 대해 알아본다.
		2	• 또 하나의 패밀리, 친구
	학부모	1	• 학교폭력, 이렇게 달라지고 있어요
		2	• 따뜻한 도움으로 다시 태어나는 친구들
	교사	1	• 학교폭력, 이렇게 달라지고 있어요
		2	• 선생님의 관심으로 행복한 교실

2018년 학교폭력 예방교육 운영학교 신규 담당자 연수 - 초등 -

인 쇄 2018년 8월 1일

발 행 2018년 8월 1일

발행처 한국청소년정책연구원
세종특별자치시 시청대로 370

발행인 송 병 국

등 록 1993. 10. 23 제 21-500호

인쇄처 (주) 계문사 전화 02)725-5216(代)

사전 승인없이 보고서 내용의 무단전재·복제를 금함.

2018년 학교폭력 예방교육
운영학교 신규 담당자 연수
- 초등 -