



⇒ 학교폭력 예방 학부모연수

춘포초등학교

1. 학교폭력이란

"학교폭력"이란 학교 내외에서 학생 간에 발생한 상해, 폭행, 감금, 협박, 약취·유인, 명예훼손·모욕, 공갈, 강요 및 성폭력, 따돌림, 정보통신망을 이용한 음란·폭력 정보 등에 의하여 신체·정신 또는 재산상의 피해를 수반하는 행위를 말한다. <학교폭력예방 및 대책에 관한 법률 제2조>

2. 학교폭력 발생 시 학부모 대처법

가. 피해학생의 경우

- 1) 아이를 탓하지 마세요. 학교폭력은 당신 자녀의 문제가 아닙니다.
- 2) 부끄러워하지 마세요. 피해사실을 은폐, 축소하지 마세요.
- 3) 힘든 내색하지 마세요. 부모가 절망하면 아이는 더 움츠러듭니다.
- 4) 도피하지 마세요. 문제회피, 침묵, 전학, 이사는 해결책이 아닙니다.
- 5) 아이를 응원해주세요. '절래 네가 잘못된 게 아니야'라며 지지해주세요.
- 6) 도움을 요청하세요. 먼저, 담임교사에게 학교폭력 사실을 알리세요.
- 7) 증거를 확보하세요. 문자메세지, 이메일, 음성녹음, 상해진단서 등

나. 가해학생의 경우

- 1) 부인하지 마세요. 또 다른 가해 행위입니다.
- 2) 피해학생을 탓하지 마세요. 피해학생에게서 폭력의 원인을 찾지 마세요.
- 3) 정당화하지 마세요. 애들은 싸우면서 크다며 정당화하지 마세요.
- 4) 포기하지 마세요. 부모가 자포자기하면 최악의 상황으로 이어집니다.
- 5) 가해사실을 확인하세요. 아이와 친구, 교사에게 정확한 경위를 확인합니다.
- 6) 진심으로 사과하세요. 아이와 함께 사과하고 회복을 지원합니다.
- 7) 화해, 재발방지를 위해 노력해요. 전문가 상담, 봉사활동 등은 성장의 기회를 줍니다.

3. 학교폭력 상담 및 신고 안내

- 1) 117 학교 폭력 무료 상담 및 신고
 - ① 1 : OECD국가 중 자살률 1위
 - ② 1 : 청소년 흡연을 세계 1위
 - ③ 7 : 학교폭력 자살률 1위
- 2) 온라인 신고 : www.safel182.go.kr
- 3) 스마트폰 앱 : 안전드림
- 4) 문자 : #0117



⇒ 아동학대 예방 학부모 연수

춘포초등학교

1. 아동학대란

“아동학대란 보호자를 포함한 성인이 아동의 건강 또는 복지를 해치거나 정상적 발달을 저해할 수 있는 신체적·정신적·성적 폭력이나 가혹행위를 하는 것과 아동의 보호자가 아동을 유기하거나 방임하는 것을 말한다.” 라고 규정하여 적극적인 가해행위뿐만 아니라 소극적 의미의 방임행위까지 아동학대의 정의에 명확히 포함 <아동복지법 제 3조제 7호>

2. 아동학대의 후유증

신체적 손상, 지능 및 인지기능의 손상, 감정 조절 기능의 저하/이상, 학교 부적응, 정신병리, 애착형성의 붕괴, 지나친 공격성 및 사회적 위축, 자학적, 자기 파괴행동 등

3. 아동학대 신고요령

※ 아동학대가 의심될 때는 아래 신고처로 신고를 바랍니다. 누구든지 아동학대를 알게 될 때에는 아동보호전문기관 또는 수사기관에 신고할 수 있습니다.(아동복지법 제 26조)

가. 1 STEP

- 학대가 의심되는 아동이 있는지 관심 있게 지켜보기
- 아동 및 보호자 면담을 통해 아동학대 가능성 파악하기
- 학대피해 아동이 더 심각한 손상을 입지 않도록 빠른 조치를 취하고 세세한 면담은 피하기
- 학대후유증에 대해 의학적 진단과 치료를 하고 이를 기록하기

나. 2 STEP

- 가능한 많은 정보를 파악하여 즉시 신고하기
- 아동을 안정시키고, 아동의 잘못이 아님을 확인시키기
- 성학대 아동은 씻기거나 옷을 갈아입히지 않기

다. 3 STEP

- 아동을 안전하게 보호할 수 있도록 아동보호전문기관과 협력하기
- 아동보호전문기관의 현장조사 시 적극 협조하기
- 피해아동 및 가정에게 서비스를 지원하기
- 보호중인 피해아동의 친권자가 아동 인도 요구 시, 아동보호전문기관의 의견을 반영하여 조치 취하기
- 아동과 그 가족에 대하여 관심을 갖고 모니터링하기

◆ 지역아동보호전문기관(1577-1391)

◆ 성학대의 경우 수사기관과 아동보호기관 동시 신고(129 /112)



➔ 가정폭력 예방 학부모 연수

춘포초등학교

1. 가정폭력이란

가정폭력이란 가족 구성원 사이에서 폭력이란 수단을 가지고 상대방을 억압하고 통제하는 상황이나 신체적, 정신적 또는 재산상의 피해를 가져오는 모든 행위

2. 가정폭력의 예방방법

가. 화 조절하기

화는 폭력 발생의 직접적인 원인은 아니지만, 화를 조절하는 데에 실패할 경우 심각한 폭력으로 이어질 수 있습니다. 따라서 화를 조절하기 위해서는 화가 자연스러운 감정이라는 것을 인정하고, 화가 나는 감정이 들게 하는 상황들을 떠올려 정리해 볼 필요가 있습니다. 이를 통해서 화를 조절하는 방법을 배워야 합니다.

나. 스트레스 관리하기

스트레스는 폭력의 간접적인 원인이 될 수 있습니다. 또한 폭력발생의 요인으로 작용할 수 있기 때문에 스트레스를 줄일 수 있는 방법을 생각해보고 자신이 할 수 있는 스트레스 관리 방법을 터득하여 스트레스를 다스려야 합니다.

다. 효과적으로 대화하기

우리나라 속담에는 '말 한마디로 천냥 빚을 갚는다'라는 말이 있습니다. 따뜻한 말을 통해서 서로에게 쌓인 감정들을 풀고 칭찬을 통하여 따뜻한 분위기를 형성합니다.

라. 칭찬 한마디 하기

칭찬이 가장 필요하지만 가장 어색한 것도 가족입니다. 칭찬은 부부관계 및 가족관계에 엄청난 힘을 가져옵니다. 칭찬은 모든 관계를 회복시킬 수 있기 때문에 칭찬을 먼저 하는 것은 매우 좋은 방법입니다.

3. 가정폭력의 대처방법

- 1) 혹시 지금 피해자라면 **신분증, 신용카드, 통장, 갈아입을 옷** 등은 미리 준비해 놓고 급히 챙겨 올 수 있는 장소에 보관합니다.
- 2) 위급한 상황을 대비해 조금이라도 비상금을 마련해 둡니다.
- 3) 위급상황 발생 시 안전한 장소가 필요할 경우를 대비해 미리 갈 곳과 연락할 사람을 정해둡니다.
- 4) 이웃들에게 폭행을 당하는 소리가 나면 경찰에 신고해 달라고 부탁드립니다.

4. 가정폭력 피해지원 기관

- 1) 여성긴급전화 1366 - 365일 위기 개입 상담(초기지원), 긴급피난처 운영
- 2) 가정폭력 피해자 보호시설 - 지속적인 상담 법률 의료지원 서비스, 자녀와함께 생활, 학습 지원(비밀전환), 자립지원(취업연계)
- 3) 가정폭력상담소 - 평일 9:00 ~18:00 정기적인 상담, 가해자 교정 및 치료프로그램 운영
- 4) 기타기관 : 아동보호전문기관(1577-1391), 노인보호전문기관(1577-1389), 건강가정센터(1577-9337)



생명존중 및 자살 예방 연수

춘포초등학교

1. 알아차리기 - 위험신호

1. 행동적 의사표현 - 약이나 위험한 물건 수집
 - 의미 있는 소유물 정리
 - 자살사이트, 엽기사이트 등에 심취
2. 언어적 의사표현 - 말, 글, 그림, 낙서 등을 통해 자살을 언급
3. 상징적 의사표현 - 성적이 떨어지거나 조퇴, 지각, 무단결석이 잦음
 - 평소와 다른 기분 변화나 행동 변화, 식사·수면 상태의 변화

2. 가정에서 대처방법



- ▶ 자녀에 대한 세심한 주의와 관찰
- ▶ 부모의 모범적인 생활을 통한 모델링 제시
- ▶ 자녀에게 충분한 정서적 지원
- ▶ 자녀와의 충분한 열린 대화 시간확보를 통한 정서의 변화 파악
- ▶ 자녀의 장점과 자존감을 높여줌
- ▶ 자녀 칭찬 10계명
 - 칭찬할 일이 생기면 즉시 칭찬하라
 - 잘한 점을 구체적으로 칭찬하라
 - 가능한 한 공개적으로 칭찬하라
 - 결과보다는 과정을 칭찬하라
 - 사랑하는 사람을 대하듯 칭찬하라
 - 거짓 없이 진실한 마음으로 칭찬하라
 - 긍정적으로 생각을 바꾸면 칭찬할 일이 보인다
 - 일의 진척사항이 여의치 않을 때 더욱 격려하라
 - 잘못된 일이 생기면 야단치기보다 관심을 다른 방향으로 유도하라
 - 가끔 스스로를 칭찬하라



⇒ 스마트폰 바르게 사용하기 연수

춘포초등학교

요즘 많은 아이들이 어려서부터 스마트폰을 사용하고 있고, 그것을 통해 게임에 빠지기도 합니다. 스마트폰은 자신이 원할 때 바로바로 그 욕구를 충족시켜 주고 아이들의 흥미를 유발하는 자극적인 콘텐츠를 제공하기 때문에 다른 어떤 매체보다 훨씬 중독성이 강합니다. 자녀와 함께 여가활동을 하고 싶은데, 스마트폰에만 빠져 있다면 어떻게 하면 좋을까요? 먼저, 아이가 왜 스마트폰을 하는지 관찰해 보세요. 그리고 스마트폰 대신 할 수 있는 것들을 찾아보세요.

첫째, 아이와 함께 운동을 해보세요. 운동을 하면 스트레스도 해소할 수 있고, 몸도 건강해지고, 친감을 쌓을 수 있습니다.

둘째, 게임을 즐기는 아이라면 친구나 가족과 함께 보드게임을 하는 것도 좋은 방법입니다. 보드게임은 서로 대면하면서 하는 활동이기 때문에 친목을 다질 수 있습니다.

셋째, 아이가 즐길 수 있는 다른 취미활동을 찾아보세요. 새로운 취미활동을 통해 스마트폰 말고도 즐거움을 느낄 수 있는 또 다른 대상이 있다는 것을 아이들에게 알려줄 수 있습니다. 특히 초등학생기는 여러 가지 재능을 탐색할 수 있는 시기이므로 다양한 활동을 통해 자신의 재능을 발견하게 됩니다.

1. 자녀에게 말해 주어야 할 인터넷 이용수칙

- 가. 인터넷상에서는 이름, 나이, 주소, 전화번호, 학교이름, 아이디, 비밀번호, 주민등록번호 등 개인 신상에 관한 정보는 부모의 허락 없이 절대로 노출시키지 말아야 합니다.
- 나. 인터넷을 통해 만나는 사람들에게 자신의 계획이나 소재지 등을 알려주어서는 안 됩니다.
- 다. 부모의 허락 없이 부가적인 요금을 내야 하는 정보나 사이트에 접근해서는 안 됩니다.
- 라. 인터넷에서 자주 만나 상당히 친해진 사람이라도 자신의 사진을 보내거나, 전화번호, 아이디, 비밀번호를 알려주어서는 안 됩니다.
- 마. 인터넷을 통해서 부모의 허락 없이 물건을 주문하거나 특히 신용카드번호를 알려주어서는 안 됩니다.
- 바. 고의적으로 본 것이든 우연히 접한 것이든 불건전한 내용의 사이트나 그림이 있다면 부모에게 알려야 합니다.

2. 게임 중독 예방방법

- 가. 게임은 하루에 1시간 30분 이내로
건강을 고려한다면 일반 게임은 1시간 이내, 네트워크 게임은 2게임 이하가 적당함
- 나. 식사는 제때에
불규칙한 식사는 건강과 심성에 좋지 않은 영향을 미치므로, 식사는 제때에 거르지 않도록 하고 인스턴트 식품은 자제한다.
- 다. 잠은 자정 이전에
밤늦게 게임을 하면 잠이 부족해 다음날 일상생활에 지장은 주므로 정해진 시간에 잠자리에 들어 생활리듬을 지킨다.
- 라. 가족이나 친구와 함께 하는 시간을
게임은 성격을 개인적인 성향으로 흐르게 하므로 가족이나 친구와 함께 하는 시간을 늘려 인간적인 유대를 강화한다.
- 마. 일주일에 2회 이상 운동을
축구 등과 같은 육체적 운동으로 현실적인 취미에 흥미를 갖게 하고 컴퓨터로 인한 자세의 불균형을 예방한다.



이해와 공감에서 시작되는 아동 인권보호

춘포초등학교

1. 아이를 한 명의 손님으로 생각하기

1. 아이들이 찾아온 손님이라고 생각합시다.

집에 찾아온 손님이 우유 잔을 엎질렀다고 생각해 보자. 우리는 먼저 “괜찮습니다. 제가 치우도록 하죠.” 혹은 “컵이 엎질러졌군요. 저기 휴지가 있어요.”라고 이야기 해줄 뿐이다. 손님의 부주의를 탓하거나, 손님에게 훈계를 늘어놓지 않는다.

그러나 우리들은 아이들에게만은 이런 양해와 존중, 그리고 정중함을 갖지 않는다. 실제로 예절 바른 사람도 아이들 앞에서는 입장 연설을 늘어놓는 사람이 되고 만다.

또한 부모들은 아이들이 자신의 의견이나 명령을 무시 할 때 심한 모욕감을 가지게 되는데 이러한 것도 아이들을 동등한 존재로 바라보지 않고 “어린 것”이라는 생각을 기본적으로 가지고 있기 때문에 생겨난다. 우리가 이러한 유혹을 받을 때마다. 우리 스스로 아이들을 존중하고 있는지 반성해볼 필요가 있다. 그리고 아이들을 찾아온 귀한 손님이라 생각하고 존중해 보자.

2. 비난과 욕설, 위협과 명령을 가하지 않습니다.

부모가 하는 이러한 표현들은 아이들에게 오히려 악영향을 줄뿐이다. 우리는 아이들의 행동에 문제가 있는 것을 이야기하기 전에 우리의 태도에는 어떤 문제가 없는지 살펴 볼 필요가 있다.

3. 경고, 비교 등의 말을 사용하지 않습니다.

아이들은 경고, 비교 등의 말에 대해서 소극적인 성격이 되거나 편애한다고 느끼거나 자신감을 잃고 겁을 먹는 등의 반응을 보이게 된다. 효과적인 것은 정확하고 짧게 문제의 상황을 알려주는 것이다.

2. 아이의 감정을 이해하고 존중하기

1. 주의 깊게 아이들의 이야기를 들어줍니다.

아이들이 부모에게 이야기하는 말들은 그 내용이 사소한 것이라 할지라도 아이에게는 중요한 생각이나 의견이다. 왜냐하면 아직 자신의 감정이나 생각을 표현하기 어려운 아이들은 어른들에게 사소한 이야기를 시작함으로써 자신의 의사를 전달하고자 노력하기 때문이고, 이러한 훈련을 통해서 아이들은 스스로의 감정이나 의사를 표현하기를 배우고 인권의 가장 기본적인 가치 태도를 기르게 된다. 그러므로 부모는 아이가 말을 걸어오면 하던 일을 멈추고 아이의 이야기에 귀를 기울일 준비를 해야 한다. 만약 아주 바쁜 상황이라면 아이에게 충분히 바쁜 상황임을 이해시키고 이야기를 들어줄 시간을 마련한다.

2. “오~”, “음~”, “그래”와 같은 반응으로 아이들의 말을 인정해 줍니다.

질문과 충고를 하기보다는 아이의 이야기에 대해 호응하는 간단한 반응만을 보임으로써 아이의 감정에 대해 공감하고 있음을 나타내는 것이 더욱 효과적이다. 왜냐하면 아이들은 스스로의 감정을 캐묻는 것과 장황한 충고를 받기 위해서 교사와 부모에게 이야기하는 것이 아니기 때문이다.

실제로 경험해본 사람은 알겠지만 질문과 충고를 할수록 아이의 말은 점점 줄어들고, 아이의 말을 잘 들어 줄수록 자신의 감정이나 느낌을 아이는 더욱 잘 표현하게 된다.

3. 아이들이 느끼는 부정적인 감정을 공감한다는 걸 확인시켜 줍니다.

아이들이 즐겁거나 기쁜 상황에서의 이야기들은 부모가 그것 자체로 받아주면 상관없지만, 아이들이 슬픔이나 분노 등의 감정을 가지고 이야기하는 말들에 대해서 교사나 부모들은 “다 큰놈이 훌쩍거리긴!”, “어린애처럼 그게 뭐니?”, “아무것도 아닌 일이니 괜히 울지 마라.” 라는 식으로 아이의 감정을 부정하려고 한다. 그러나, 아이들은 자신의 감정을 효과적으로 표현하는 방법을 배우으로써 다른 사람의 감정도 이해하게 되는 것이다. 사실 아이가 자신의 감정을 교사나 부모에게 이야기하는 이유는 자신의 기분을 이해해 주기를 바라기 때문이다. 이럴 때는 아이들의 상황에 대해 공감하면서 그 감정을 확인시켜주어야 한다. “그 이야기를 듣고 속상했겠구나!”, “창피를 당해서 화가 났겠구나!”, “친구와 헤어지는 일은 참 슬픈 일이야.” 등으로 공감하는 표현을 해준다. 아이들은 이렇게 자신의 감정을 공감해주는 말 한마디에도 안도감을 느낀다.

4. 모든 감정은 수용될 수 있지만 행동은 제한되어야 합니다.

아이들이 자신의 감정을 구체적으로 표현하는 것은 그것을 그대로 실행하기 위해서가 아니다. 아이가 “그 녀석 죽이고 싶어요.”라고 이야기 한다고 “정말 죽이고 싶겠구나.” 혹은 “난 동수 녀석 한 대 쥐어박고 말거야.”라고 한다고 “그래”라고 반응을 보이려는 건 아니다. 아이의 감정은 이해하지만 그것이 합리적인 해결방법이 아닌 것에 대해서는 제한을 두어야 한다. 아이가 평화적으로 문제를 해결 할 수 있도록 도와주는 것이 인권 교육의 첫 걸음이기 때문이다.

5. 아이들의 격심한 감정 반응에 대해서는 다르게 대처합니다.

상황에 따라 아이가 너무 감정이 격해져 있을 때에는 어떠한 말도 들어오지 않을 수 있다. 계속 흐느끼는 아이나 난폭하게 행동하는 아이에게는 아이의 감정이 정리 될 수 있는 기회를 주는 것이 필요하다. 아이들은 어른들보다 스스로의 감정을 조절하는 법이 서툴기 때문에 그것에 대해 함부로 나무라는 것보다 아이가 스스로 감정을 조절 할 수 있도록 격려해 주는 것이 바람직하다.

<예시 >

(계속 고향을 치며 발버둥치는 아이)

“(큰소리로) 잠깐 네 기분을 알아볼 수 있는 게 생각났다. 잠시만 기다려.”

(종이와 싸인펜을 가져온다)

“이 종이에다 네가 화난 만큼 동그라미를 그려보렴.”

(아이, 동그라미를 크게 그린다)

“아! 네가 정말 화가 났구나 더 그려볼래.”

(아이, 이번에 더 크게 그린다)

“저런 그렇게 화가 났던 거야?”

(아이 기분이 풀려서) “이젠 기분 좋은 모습을 그려주세요.”

6. 아이들이 스스로 비난하는 것에 동조도 거부도 하지 않습니다.

간혹 아이들은 스스로를 질책하거나 비난하는 경우가 있다. 이럴 때는 아이의 말 그대로 “너는 너를 바보같이 느끼는 구나.” 등으로 동조하거나 “그렇지 않단다.”라는 말 모두 도움이 되지 않는다. 오히려 아이의 감정 상태를 인정해 주는 것이 중요하다.



⇒ 게임중독 예방 학부모 연수

춘포초등학교

1.

게임중독 예방- 학부모 10계명

게임중독예방학부모 10계명

- 첫째. 자녀와 함께 컴퓨터, 스마트폰 이용 규칙 정하기
- 둘째. 자녀가 가입한 웹사이트, 카페 및 블로그가 무엇인지 알기
- 셋째. 온라인에서는 더욱 이성적으로 판단하고 행동하도록 하기
- 넷째. 자녀 스마트폰에 설치된 앱(App), 게임이 무엇인지 알기
- 다섯째. 자녀 수준에 맞는 인터넷, 게임, 스마트폰 서비스 설정하기
- 여섯째. 이름, 주소, 학교 등 개인정보를 함부로 공개하지 않도록 하기
- 일곱째. 인터넷상의 모든 정보가 사실이 아님을 상기 시켜주기
- 여덟째. 디지털기기의 장점을 이용하여 다양한 학습 프로그램 사용하기
- 아홉째. 인터넷상에 글을 쓸 때 남을 배려하고, 예절을 지키도록 하기
- 열째. 저작자의 허락 없이 저작물을 불법 이용하지 않도록 하기

