

2022학년도 동신초등학교 도란도란 상담실 소식지

# ‘도란도란 마음우편’

---

도란도란 상담실은 모두 함께 마음을 나누는 공간이에요.

따뜻한 햇살을 받고 피어난 들꽃이 예뻐했던 이야기,

친구와의 오해로 다투게 되어 슬펐던 이야기,

오늘따라 내 뜻대로 풀리지 않아 속상했던 이야기,

어떤 이야기든 좋아요! 여러분의 진심 어린 이야기를 기다릴게요.♥

언제든지 상담실로 놀러오세요! :D

---

〈도란도란 마음우편〉 3월호 상담 주제

☞ **‘진짜 친구가 되어주는 방법! - 진정한 깐부 맺기’**

함께 읽고 자유롭게 이야기 나누어 주세요.♥

동신초등학교 도란도란 상담실 소식지 ‘도란도란 마음우편’은

상담실에서 실시하는 상담 활동 및 행사를 안내하고, 다양한 상담 주제를 정리하여 제공하는 가정통신문입니다.



배움·보람·소통으로 행복한 학교

# 3월 상담실 소식

펴낸이: 교 장 이 순 자  
살핀이: 교 감 두 정 균  
엮은이: 상담교사 한 주 연  
발행처: 동신초등학교 상담실  
발행일: 2022년 3월 22일(화)

전라북도 정읍시 상동중앙로 15

교무실 ☎ (063)535-3264

FAX (063)531-0569

<http://dongsin4i.es.kr>

학부모님, 안녕하십니까? 따스한 봄바람에 겨우내 꽁꽁 언 마음까지 녹아내리는 설렘가득한 3월입니다. 코로나19로 인해 무거운 마음에도 꽃이 필 수 있도록 언제나 함께 노력해주셔서 감사합니다. 3월 소식지에서는 우리 아이들의 고민거리에 늘 등장하는 새 학기 친구 고민에 대한 이야기를 풀어볼까합니다. 이번 소식지를 통해 우리 아이들이 진정으로 마음을 나누는 즐거움에 대해 알아갔으면 좋겠습니다.

〈도란도란 마음우편〉 3월호 상담 주제

## 진짜 친구가 되어주는 방법 - ‘진정한 간부 맺기’

긴 겨울 방학이 지나고 새로운 시작을 알리는 3월! 어떤 친구와 같은 반이 되었을까 기대감과 걱정을 가득 안고 등교한 개학일! 기대했던 것처럼 친한 친구와 같은 반이 되었지만, 익숙했던 얼굴들이 많이 보이지 않고, 낯선 친구들이 가득한 학급에서 잘 적응할 수 있을까 심장이 쿵닥쿵닥하는 기분. 다들 한 번쯤은 있으시죠? 상담실에서도 늘 빠짐없이 등장하는 고민거리 1순위가 바로 친구 고민이에요.

그 중에서 특히 새 학기에는 ‘친한 친구가 한 명도 없어요.’, ‘다들 저만 빼고 이미 친한 사이인 것 같아요.’, ‘저는 친구들과 두루두루 친한 것도 좋지만 이제는 마음을 나누는 단짝 친구가 있으면 좋겠어요.’ 등등 관계 맺기에 대해 어려움을 느끼는 친구들이 정말 많아요. 그럼 어떻게 하면 친구들과 친해질 수 있을까요? 그리고 누구나 친해지고 싶은 친구들은 어떤 특징이 있을까요? 다음 친구 관계 맺는 방법에 대해 읽어보고 이번 새 학기에 함께 도전해 보아요!★

### ★ 친구들과 자연스럽게 친해지는 방법! ★

- ▷ 먼저 말 걸기 - 누구나 낯선 사람에게 말을 거는 것은 용기가 필요해요. 친해지고 싶다면 용기 내 보아요!
- ▶ 친구 이야기 귀담아 들어주기 - 경청하며 친구에 대해 깊이 알아가는 시간을 가져보아요.
- ▷ 친구의 좋은 점 말해주기 - 칭찬은 고래도 춤추게 하듯이, 친구의 좋은 점을 이야기한다면 어색한 분위기를 풀 수 있어요.
- ▶ 친구 생일 축하해주기 - 친구가 태어난 특별한 날을 소중하게 생각하고 마음을 담아 진심으로 축하해준다면 친구가 감동하지 않을까요?
- ▷ 이동수업 함께 다니기 - 서로 책이나 준비물을 챙겨주며, 함께 소소하게 일상을 나눈다면 좀 더 가까워 질 수 있어요.
- ▶ 결석한 친구에게 전화, 문자하기 - 친구가 결석하여 걱정되는 마음을 담아 연락한다면 친구도 고마움을 느낄 수 있어요.
- ▷ 같이 취미 활동하기-운동, 노래, 그림그리기) - 내가 좋아하는 것을 같이 좋아하고 함께 즐기는 것은 정말 신나는 일이에요. 친구와 공통 취미를 찾아 소중한 추억을 함께 만들어보아요.

## ♥ 누구나 친해지고 싶은 친구의 특징 ♥

- ▷ 자기 자신을 사랑할 줄 알아요. - 원치 않는 친구와 억지로 사귀려고 애쓰지 않아요. 나와 친해지고 싶지 않은 친구의 입장도 존중해줄 수 있어요. 모든 사람과 친하게 지내기는 힘들고 어려워요.
- ▶ 친구 입장에서 생각해요. - 온전히 친구를 이해할 줄 알아요.
- ▷ 가까운 사이일수록 예의를 갖춰 말하고 행동해요. - 친하다는 이유로 함부로 욕하거나 때리지 않아요. 친구에 대해 내 멋대로 판단하고 결정하지 않아요.
- ▶ 친구의 단점 뒤에 숨어있는 장점을 먼저 알아봐줘요. - 단점은 누구나 찾을 수 있지만, 장점은 관심을 기울여야 알아볼 수 있는 보석이에요. 깐부는 친구의 반짝이는 모습을 찾아 줄 수 있어요.
- ▷ 거짓 없이 진실된 마음으로 대해요.
  - 거짓말은 또 다른 거짓말을 낳아요. 솔직한 마음으로 친구를 대할 줄 알아요.
- ▶ 친구를 평가, 비난하지 않아요.
  - 친구를 얕보지 않고 있는 그대로 받아줘요.
- ▷ 친구의 비밀을 지켜줘요.
  - 비밀을 꺼내는 것은 무겁고 힘들지만, 상대방을 믿고 용기를 내서 털어놓는 것이에요. 그러므로 비밀을 누군가에게 알리는 것은 그 소중한 마음을 저버리는 것이에요.



햇님도 긴장한 듯 수줍게 고개를 내미는 3월!  
처음은 늘 어렵지만 간질간질한 설렘을 느낄 수 있지요.  
‘낯설지만 기대되는 첫 시작을 응원해!♥’

출처: 한국청소년상담복지개발원 - 솔리언또래상담 ‘또래상담수첩’  
곰돌이 푸 애니메이션

2022년 3월 22일

**동 신 초 등 학 교 장**

# 동신초등학교 도란도란 상담실은...

## \* 언제 이용할 수 있나요?

→ 08시 30분 ~ 16시 30분(사전 예약제)

## \* 어디에 있나요?

→ 후관 1층 중앙(도서관과 사랑반 사이)

## \* 어떻게 이용할 수 있나요?

→ 상담실로 직접 방문 또는 전화/카카오톡으로 예약하기  
(예약 시 상담신청서 및 동의서 제출 안내 예정)

## \* 궁금한 점은 상담실로 연락주세요!

→ 상담실 070-4012-2008

**몸도 마음도 건강하게 재충전하고 다시 시작된 학교생활!**

**그동안 달라진 친구들, 선생님과 반갑게 안부인사를 나눠보아요!**

**‘건강하게 다시 만나서 너무 반가워!♥’**

동신초등학교 도란도란 상담실 소식지 ‘도란도란 마음우편’은 총 10회 발송 예정입니다.