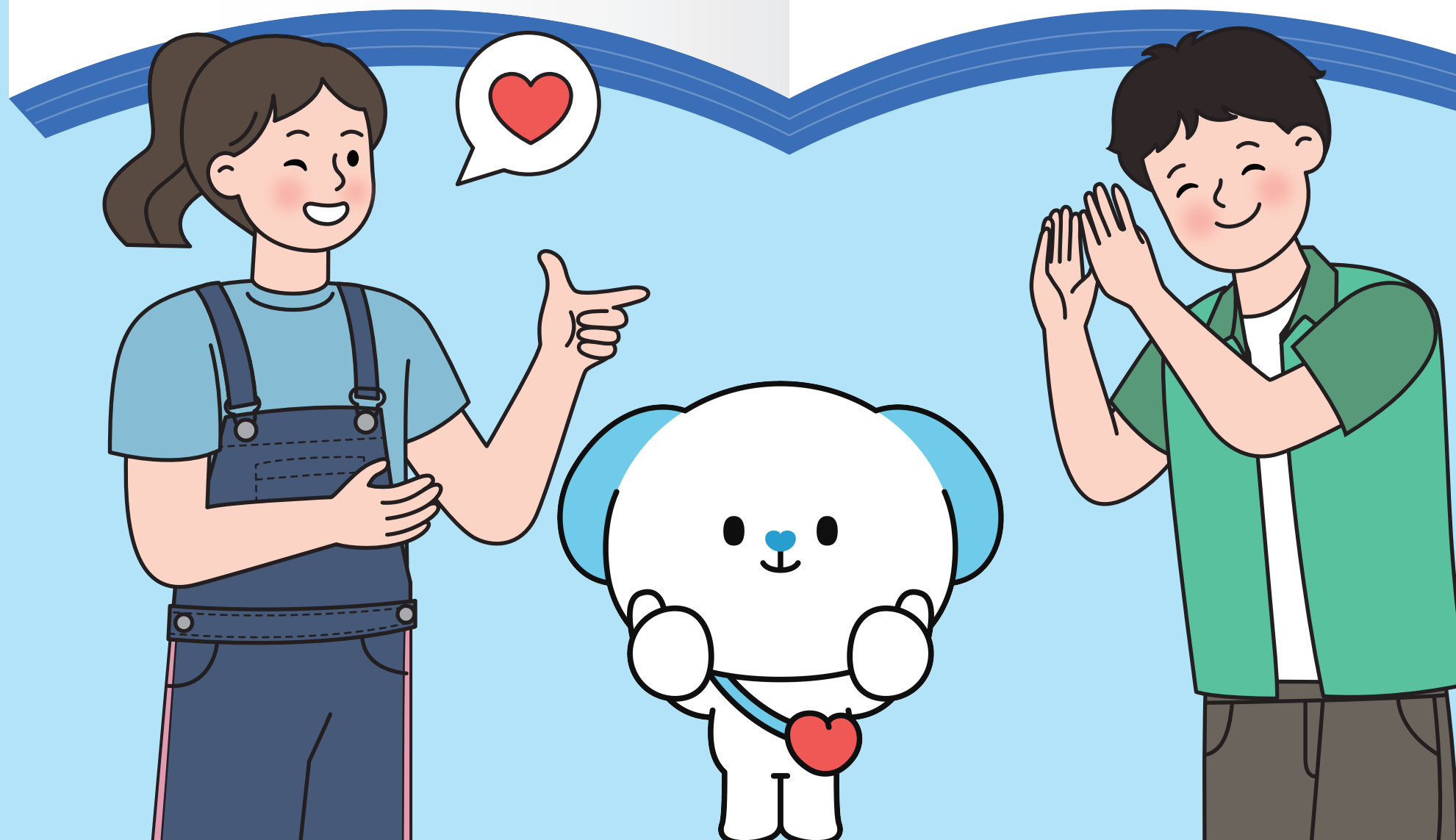
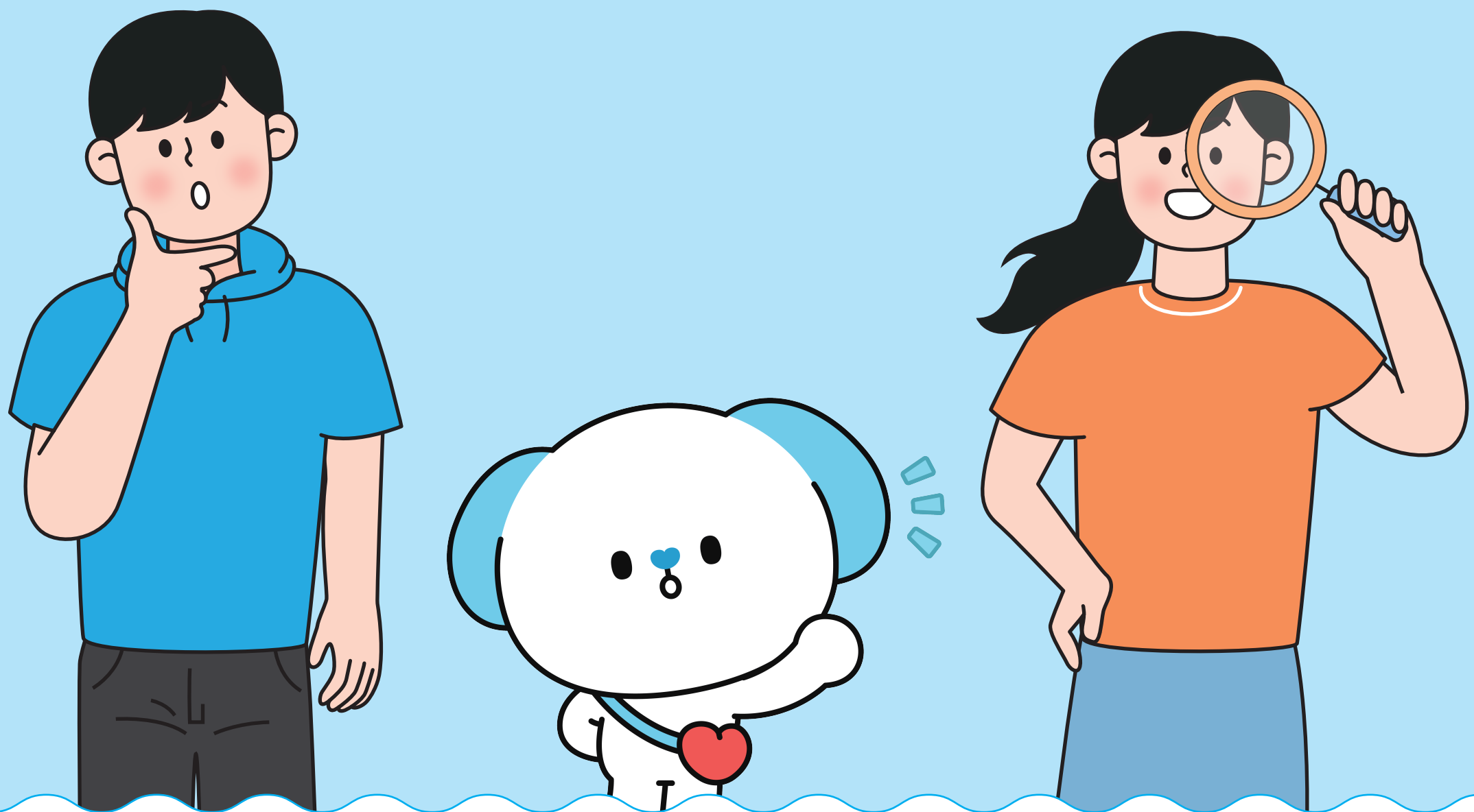


우리들의 학교생활 이야기

또래관계 1탄 친구의 다른 점 이해하기

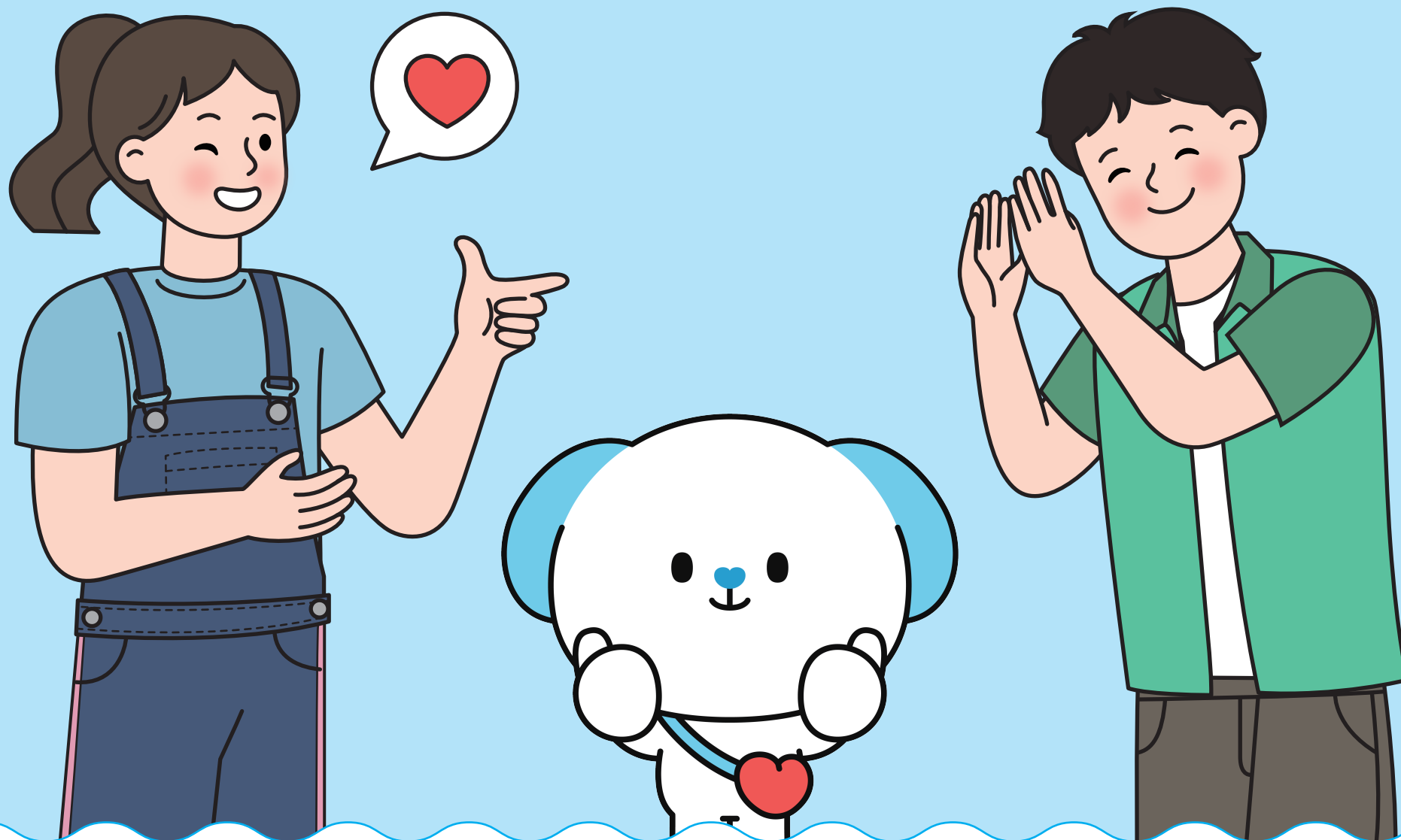


오랜만에 만나 서먹한 친구



방학이 끝나고 2학기가 시작되면서 친구들을 보면 반가운 마음이 생깁니다. 가까웠던 친구들을 다시 만나 서로의 소식을 나누고 수다를 떨면서 등지에 돌아온 느낌을 받기도 하고 방학 동안 키가 쑥 자란 친구들의 모습을 보며 신기해하기도 합니다. 그러나 **오랜만에 만난 친구들을 보면 약간 서먹한 시선이 느껴지기도 하고** '나에 대해 어떻게 생각하고 있을까?'라는 궁금증이 생기기도 합니다.

좋은 친구 관계는 어떤 것일까요?

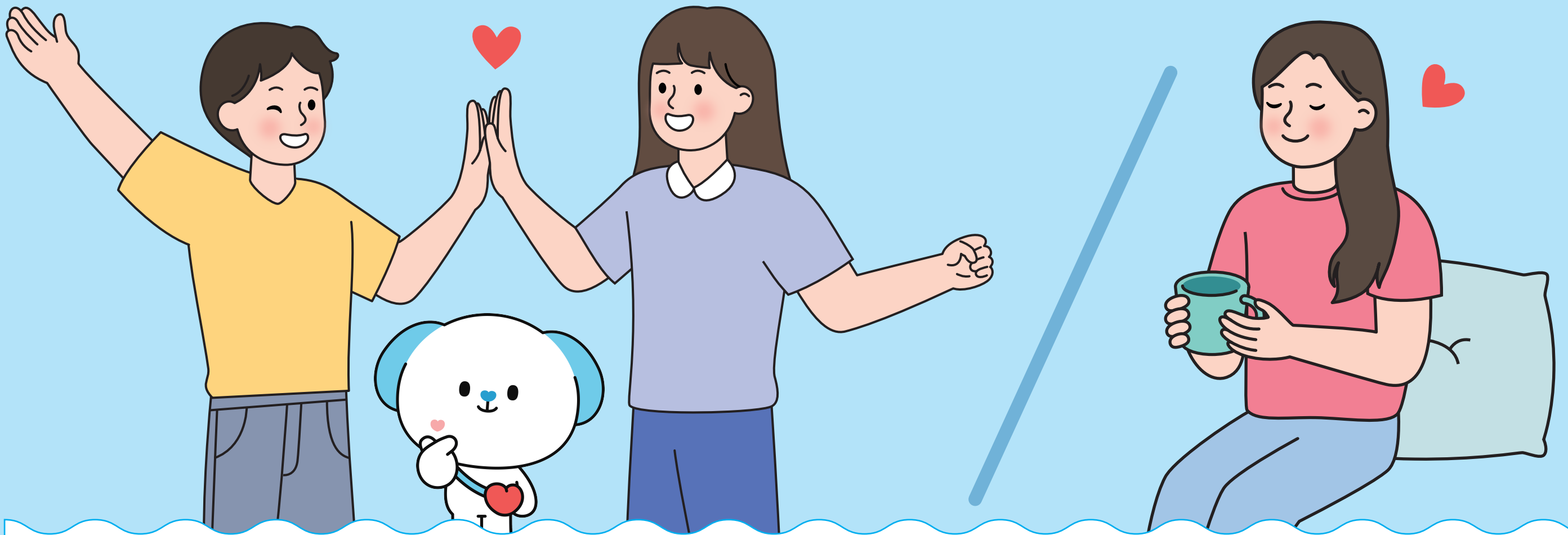


때로는 오랜만에 만난 친구들이 섭섭한 말을 하여 상처를 받기도 하고 나를 오해하고 있는 것 같아 답답한 마음이 들기도 합니다. 친구와 가까워지기 위해 친구에게 맞춰주기도 하고 양보하고 배려하게 되기도 합니다. 일방적으로 친구에게 맞춰주다 보면 점점 힘이 들고 불편해 지기도 합니다.

그렇다면 좋은 친구 관계는 어떤 것일까요? 바로 **각자의 성향을 잘 존중해주고 이해해주는 친구 관계**입니다. 우리의 외모가 서로 다르듯이 각자의 성향도 다 다릅니다.

***성향**은 성격과 비슷한 것으로 생각하면 됩니다.

성향에는 좋고 나쁜 것이 없습니다.



성향에는 좋고 나쁜 것이 없습니다. 각자 다를 수 있기 때문입니다. 그래서 편안하고 자신 있어 하는 상황에 대한 생각도 다를 수 있습니다.

어떤 친구는 익숙한 몇 명의 친구하고만 놀거나 공부하는 것이 편안할 수 있고, 어떤 친구는 여러 명의 친구를 만나는 것이 더 좋을 수 있습니다. 어떤 친구는 친구들을 자주 만나고 싶어 하지만 어떤 친구에게는 혼자 있는 시간이 필요할 때도 있습니다. 이러한 것이 각자의 개성이면서 성향이라고 할 수 있습니다.

그러니 나와 다른 친구에게 "너는 왜 그래"라고 지적하는 게 아니라 "너는 이런 것을 좋아하는구나"라고 인정해 주는 한마디를 들려주세요.

다르기 때문에 이해해 주는 것이 좋은 친구



꼭 기억하세요. 내가 친구로부터 이해받고 싶은 만큼 나도 친구를 이해해 주어야 합니다. 나와 다르기 때문에 문제가 아니라 다르기 때문에 그것을 이해해 주는 것이 친구와의 좋은 관계를 오랫동안 가질 수 있는 첫걸음입니다.

나를 잘 이해해 주지 못하고 불편하게 하는 친구에게는 '불편하다'고 표현하여 나를 지키는 것도 중요합니다. 나의 감정은 내가 보호하는 것입니다. 물론, 듣는 친구가 기분이 나쁘지 않게 잘 알아듣도록 말로 차분하게 표현해야 합니다.

잘 표현하기 위해서는 연습이 필요할 수도 있어요!

여러분의 사이좋은 친구 사이를 응원합니다.

만약 지금 친구 관계에 어려움이 있다면 **혼자 고민하지 마세요.**

마음 건강 상담이 가능한 곳이 어디에 있나요?



학교에서 상담 받을 수 있는 곳

- ☑ 위(Wee) 클래스





학교 외에서 상담 받을 수 있는 곳

- ☑ 교육(지원)청 위(Wee) 센터
- ☑ 지역의 청소년상담복지센터, 정신건강복지센터
- ☑ 지역의 정신건강의학과 병·의원



전화나 문자로 상담 받을 수 있는 곳

- ☑ 청소년 모바일 상담 '다들어줄개'(앱, 문자 1661-5004,  다들어줄개)
- ☑ 청소년 상담 전화 1388
- ☑  상다미샘
- ☑ 모바일 기반의 학생 친화형 24시간 상담 채널 '라임(LIME)'
- ☑ 청소년(9세~24세) 대상 일상 속 고민부터 전문적인 심리 상담까지 모두 지원