

선생님이 알려주는 학교생활 꿀팁!

3월, 봄기운과 함께 새 학년 새 학기가 시작됩니다. 아이에게 새로운 친구들과 선생님과 만남은 설레면서 동시에 두려운 일이기도 합니다. 아이가 낯선 학교생활에 잘 적응하도록 학부모님께서 도울 수 있는 방법에는 어떤 것들이 있을까요?



신입생은 이렇게 준비해요

‘학교’라는 공간에 익숙해지도록 돕기

방과 후 혹은 주말에 학교 운동장이나 놀이터에서 자녀와 함께 시간을 보내보세요. 어느새 아이에게 학교가 익숙한 공간이 되어있을 것입니다. 또한 부모님의 즐거웠던 초등학교 시절 이야기를 들려주는 것도 낯선 학교생활에 대한 두려움을 줄이는 데 도움이 됩니다. 그리고 담임 선생님이 공부뿐만 아니라 학교생활 전반에 도움을 주는 사람이라는 설명과 함께 필요 시 도움을 요청하도록 미리 알려주세요.

학교의 급식소나 화장실을 이용하는 연습하기

학교에서는 정해진 시간 안에 밥을 먹어야 하므로 식사 시간을 조절하는 연습이 필요합니다. 또한 낯선 공용화장실 때문에 어려움을 겪는 아이들도 있으니, 공용화장실에 대해 아이가 이해할 수 있도록 설명해주는 것이 중요합니다. 혹시 실수를 하게 되더라도 놀라지 말고 담임 선생님께 도움을 청할 수 있다는 것도 알려주세요. 여벌 옷을 사물함에 구비해 두는 것도 좋은 방법입니다.

자녀와 함께 학교생활에 참여하기

자녀와 함께 학교생활을 시작한다는 마음가짐을 가져주세요. 학교생활에서 학부모님이 함께해야 하는 부분도 많습니다. 요즘 밴드나 카카오톡 등과 같은 SNS를 통해 학교와 소통하고 참여할 수 있는 방법이 많으니 자녀의 학교생활에 관심을 가져주세요.



재학생은 이렇게 준비해요

자녀의 감정을 이해하기

학년이 올라갈수록 공부량이 늘어나기 때문에 자녀가 힘들어 할 수도 있습니다. 이때 자녀와 학습 부담에 대한 이야기를 솔직하게 나누면서, 자녀가 겪고 있는 어려움에 공감해주고 부모님이 함께한다는 안정감과 신뢰감을 주는 것이 중요합니다. 또한 달라진 환경으로 인해 자녀가 새 학기 증후군을 겪는 경우, 자녀가 자신의 감정을 제대로 알고 표현할 수 있도록 도와주세요. 부모님께서 자녀의 힘든 점을 알아주고 관심을 가져 준다면 새로운 환경에 보다 빠르게 적응할 수 있습니다.

친구들과 소통을 잘할 수 있도록 조언하기

친구의 마음을 잘 이해하고 쉽게 화내지 않으며 친구에 대해 부정적인 말을 하지 않는 사람을 아이들은 좋아합니다. 자녀가 친구 관계에 문제가 있을 때 ‘친구가 왜 그런 행동을 했을까? 친구 입장에서 생각해보자.’ 또는 ‘내일 친구와 다시 이야기해보는 건 어떨까?’와 같은 방법으로 자신과 생각이 다른 친구와 소통할 수 있도록 알려주세요.

담임 선생님과 서로 협력하기

새 학년이 되는 것은 아이에게 매우 큰 변화입니다. 학년 초, 아이와의 충분한 대화를 통해 학교생활에서 힘든 부분은 무엇인지, 담임 선생님과 관계는 어떠한지 살펴주세요. 그리고 학기 초에 있는 학교 상담에서 자녀의 상황을 담임 선생님께 전달하며, 도움을 청할 부분이 있다면 솔직하게 이야기해주세요. 또한 학부모로서 도울 수 있는 부분에 대해 구체적으로 대화를 나누는 것이 좋습니다.

(출처: 한국직업능력개발원)

Q 진로 포트폴리오, 어떻게 준비해야 하나요?

아이가 올해 6학년이 되었습니다. 지난 겨울방학에 들은 학부모 특강에서 앞으로는 진로 설계가 중요해지니 미리 진로 포트폴리오를 만들어 놓으라고 하던데, 뭘 어떻게 준비해야 할지 잘 모르겠습니다.

진로와 관련된 의미 있는 자녀의 발자취를 기록해주세요

최근 들어 진로 관리의 중요성에 대한 인식이 높아지면서 초등학교 자녀를 둔 학부모님들 사이에서도 진로 디자인, 진로 포트폴리오 등에 대한 대화가 오가는 모습을 심심치 않게 볼 수 있습니다.

진로 포트폴리오란 학생 스스로 자신이 관심 있는 진로·직업에 관한 다양한 정보와 자료를 모으고, 자신의 특성에 대해 알게 된 내용과 진로심리검사 자료, 진로체험활동 결과 등을 정리해놓은 것을 말합니다. 일반적으로 초등학교 단계에서 진로 포트폴리오는 ‘꿈 찾기 → 관심 직업·분야 탐색 → 관련 활동 탐색 → 관련 분야 독서 목록 작성 → 학업 계획 작성’ 등의 내용을 담는 경우가 많지만 특정한 내용이나 형식이 정해져 있는 것은 아닙니다. 이보다는 진로와 관련된 자녀의 발자취를 의미 있게 남기는 것이 더 중요합니다.

커리어넷(www.career.go.kr)의 진로교육자료 메뉴로 들어가서 ‘학교 진로교육 프로그램(SCEP) - 창의적 진로개발 활동지 초등학교용’을 다운받으면, 자녀가 진로를 탐색하고 계획하는 데 도움이 되는 다양한 활동지를 이용할 수 있습니다. 가정에서 자녀와 함께 해보시고 자녀에게 적합한 진로를 탐색해나가는 데 도움을 주시기 바랍니다.

(출처: 커리어넷(www.career.go.kr) > 진로상담 사례)

『드림레터 특별판』 안내

『드림레터 특별판』을
맘에속 진로앱에서 만나보세요.





주요내용	<ul style="list-style-type: none"> - 자녀의 진로지도 방법 - 인성·독서·경제 등 다양한 진로교육 정보 - 진로 상담 사례 - 자녀와 함께하는 진로 활동지
PDF파일 다운로드	맘에속 진로 → 메인화면 → 드림레터 게시판 → 『학부모 진로소식지 드림레터 특별판 초·중·고』 게시물 확인
맘에속 진로 다운로드 QR코드	<div>   </div> <div> 안드로이드 아이폰 </div>

「학부모를 위한 진로레시피」 2016년 팟캐스트 BEST5

진로레시피는 학부모님이 궁금해하는 자녀의 진로, 진학 정보를 제공하는 학부모를 위한 오디오 방송입니다.



순위	제목	출연자
1	2차성장이 당황스러운 아이, 그리고 훈계만 하는 부모	조은지
2	직업탐방 동물심리상담 전문가 1부	권혁필
3	만화가의 삶과 직업 세계	주호민
4	2016 미래의 유망직업 트렌드 분석	정광원
5	내 아이의 독서습관, 이렇게 해보세요	이권우
청취방법	e-진로채널 → 카테고리 → 진로레시피 게시판	
e-진로채널 다운로드 QR코드	<div>   </div> <div> 안드로이드 아이폰 </div>	