



학교폭력 예방을 위한

학부모 소식지

- 모든 아이를 학교폭력으로부터 지키는 부모의 지혜 -

01 전문가 칼럼

4차 산업혁명시대를 살아갈 사회·정서적 역량을 갖춘 인재를 위하여



조 벽
고려대학교 석좌교수
『인재혁명』 저자

요즘 학부모로 살아간다는 게 참 힘듭니다. 한때 학업 뒷바라지란 학교에서 가르치는 수업에 성적을 챙기는 일이었습니다. 이제는 인턴십, 자격증, 봉사활동 등 스펙만이 아니라 스케줄도 챙겨야 하고, 감염 예방용 마스크도 챙겨야 하고, 혹시나 자녀가 게임중독이나 학교폭력 피해자가 될까 노심초사하는 마음도 챙겨야 합니다.

이 모든 것을 한꺼번에 해결해주는 게 있으면 얼마나 좋을까요. 그런 마법 같은 해결책은 없겠지만 여러분의 자녀가 일하고 살아갈 세상을 조금 미리 내다보면 자녀에게 어떤 기본 능력을 오늘날 챙겨주어야 하는지 알 수 있습니다.

여러분의 자녀가 살아갈 시대를 흔히 '4차 산업혁명시대'라고 하지요. 자녀가 아무리 암기력이 좋고 계산을 잘해도 인공지능과의 경쟁에서 밀려날 수밖에 없는 새로운 시대입니다. 단순한 노동과 서비스 직종만이 아니라 의사와 변호사처럼 고도의 전문직마저 위협을 받는 새로운 세상입니다.

이제는 여러 사람들이 함께 어울려 협업과 융합을 이루어내는 집단 지성이 중요한 시대입니다. 다양한 능력과 생각과 비전이 있는 사람들이 함께 어울리고 일을 할 수 있어야 합니다.

적자생존이나 각자도생이 아니라 공생하고 함께 성장할 수 있어야 한다는 뜻입니다. 경쟁이 아니라 협력이 최고의 경쟁력이 된 세상입니다.

우선 자녀가 자기존중감이 충분하여 본인의 감정을 조절할 수 있어야 합니다. 의사소통과 갈등관리의 기술을 배워서 타인과 팀을 이룰 수 있는 능력을 갖추어야 합니다. 공감력을 키워서 사람과 세상을 새롭게 체험할 수 있어야 합니다. 즉, 사회·정서적 역량을 갖추어야 성공하게 됩니다.

자녀가 감정조절을 잘하면 마음이 차분해져서 공부도 더 잘하게 되겠지요. 의사소통과 갈등관리를 잘하게 되면 굳이 싸우고 욕하고 폭력을 써야 할 필요가 없어지겠지요. 공감력과 자기존중감이 높아지면 쓸데없는 것에 의존하지 않아도 되겠지요.

그러니 사회·정서적 역량은 성공만이 아니라 행복을 위해서도 필요합니다. 학교에서 또래관계를 잘하는 기술을 배우고 터득해야 훗날 결혼해서도 부부관계와 자녀관계를 잘 할 수 있기 때문입니다. 아무리 좋은 직장을 얻는다 한들 인간관계가 어려우면 불행해지고 결국에는 실패하지 않습니까?

마침 사회·정서적 역량을 가르치는 '어울림'이라는 프로그램이 모든 학교에서 시행되고 있다고 하니 참 반가운 소식입니다.

02 학교폭력 예방을 위한 어울림 프로그램

교육부는 시도교육청과 협력하여 학교폭력 예방교육을 지원하기 위해 어울림 프로그램(학교폭력 예방교육 자료)을 개발하여 보급하고 있습니다. 어울림 프로그램은 학생들의 사회·정서적 역량 함양과 학교폭력에 대한 인식과 대응 역량을 제고하기 위한 프로그램으로 학교에서는 교과 및 창의적 체험 활동 시간과 연계하여 어울림 프로그램을 운영하고 있습니다.

학생들은 어울림 프로그램을 통해 학교폭력의 심각성을 인식하고 학교폭력의 '방관자'가 아닌 '적극적 방어자'로서의 역할을 할 수 있는 역량을 키울 수 있습니다. 어울림 프로그램에서 제시하고 있는 학교폭력 예방 역량은 다음과 같습니다¹⁾.



공감

자신과 타인의 마음을 정서적으로 느끼고 인지적으로 이해하여 효과적으로 반응하거나 의사소통하는 능력



자기존중감

자신의 가치에 대한 주관적 평가를 바탕으로 자신에 대하여 스스로 '충분히 가치 있다'고 느끼는 감정적 개념



의사소통

타인과 언어 및 비언어적 상호작용을 통해 인간관계를 형성하고 유지·조절하는 수단



갈등해결

자신이 경험하는 대인 간 갈등 상황을 인식하고 해결하는 능력



감정조절

효과적인 방법으로 감정을 표현하거나 스스로 해소하며, 상황에 맞는 대처 행동을 할 수 있도록 감정을 조절하는 능력



학교폭력 인식 및 대처

학교폭력의 개념, 심각성, 학교폭력 관련 법률, 학교폭력의 결과 등에 대해 인식하고, 대인 간 관계회복과 폭력근절의 중요성에 대해 이해하며, 학교폭력 상황에서의 대처 방법을 아는 능력

- 모든 아이를 학교폭력으로부터 지키는 부모의 지혜 -

03 어울림 프로그램의 6가지 역량 중 「공감」 실천하기

공감은 자신과 타인의 마음을 정서적으로 느끼고 인지적으로 이해하여 효과적으로 반응하거나 의사소통하는 능력¹⁾으로 정의할 수 있습니다. 공감 역량이 중요한 이유는 공감이 학교폭력을 조절하는 보호 요인이기 때문입니다²⁾. 공감 역량이 높으면 친구들을 학교폭력으로부터 보호하는 방어자 역할을 할 가능성이 높고³⁾, 집단 따돌림 같은 동조 현상을 억제하는 데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났습니다⁴⁾. 반면에 공감 역량이 낮으면 다른 사람의 어려움을 보고 그냥 지나치거나, 갈등상황에서 관계를 악화시키며 다른 사람에게 공격적인 행동을 보일 가능성이 높은 것으로 나타났습니다⁵⁾. 자녀들의 공감 역량을 높이는 데 있어 부모님의 역할이 매우 중요합니다. 부모와 자녀 간의 공감적 의사소통은 자녀들의 공감 역량을 높이는 데 도움이 될 수 있습니다⁶⁾.

상 황

1



자녀에게 관심을 보이기

2



자녀에게 관심을 보이며 이야기할 수 있도록 기다려주기

감정 읽어주기 & 적절한 말로 호응하기

3



자녀가 느낄 만한 감정을 먼저 표현해주기, 감탄사(“아~그랬구나”, “어휴~”, “저런...” 등)로 호응하기

몸짓으로 공감 표현하기

4



고개 끄덕이기, 어깨 토닥이기, 안아주기 등 몸짓으로 공감 표현하기

진심으로 자녀의 마음을 이해하려는 태도 갖기

5



함부로 조언하거나 비난하지 않기

자녀들이 건강하게 자랄 수 있도록 폭력으로부터 안전한 문화를 만들기 위해서는 공동의 관심과 노력이 필요합니다. 학교폭력예방교육지원센터(stopbullying.re.kr)에서는 학부모용 '어울림 프로그램 홍보 영상'과 '자녀관계 개선을 위한 학교폭력 예방 어울림 프로그램 원격콘텐츠'를 제공하고 있습니다.

학부모용 어울림 프로그램 홍보 영상

학부모용 자녀관계 개선을 위한 학교폭력예방 어울림 프로그램 원격콘텐츠

링크 http://stopbullying.re.kr/Main.do?menu_cd=050401

접속경로 stopbullying.re.kr > 자료실 > 홍보동영상 > 자료실 > 대국민 홍보동영상 > 학부모용 어울림 프로그램 홍보영상 시청

링크 http://stopbullying.re.kr/Main.do?menu_cd=020202

접속경로 stopbullying.re.kr > 어울림 프로그램 > 학부모용 원격콘텐츠

* 수어와 자막(한국어, 중국어, 영어, 일본어, 러시아어, 베트남어) 이 지원됩니다.

- 모든 아이를 학교폭력으로부터 지키는 부모의 지혜 -

04 사이버 공간으로 이동한 학교폭력, 사이버폭력 이해하기

코로나19로 인한 거리두기로 자녀들의 활동이 오프라인에서 온라인 공간으로 이동하면서 사이버폭력에 대한 우려가 커지고 있습니다. 혹시 '카톡감옥'이라는 단어를 들어 보신 적이 있습니까? 자녀들을 위협하고 있지만 부모님에게는 보이지 않는 폭력, 요즘 학생들 사이에서 자주 일어나는 신종 사이버폭력 유형을 알고 적극적으로 대처할 필요가 있습니다.

 카톡감옥 단체 대화방을 나가도 지속적으로 초대하는 행위	 떼카 단체 대화방에 초대해 특정 학생에게 욕설을 퍼붓는 행위	 카톡방폭 특정 학생만 남겨두고 단체 대화방을 나가버리는 행위	 와이파이셔를 특정 학생의 스마트폰 데이터를 여러명이 공유하는 행위	 기프티콘셔를 특정 학생의 모바일 상품권을 빼앗는 행위	 개인정보유출 특정 학생의 개인 정보를 동의 없이 함부로 유출, 유포하는 행위
---	--	--	---	--	---

사이버폭력 피해를 경험하는 자녀의 징후⁸⁾

사이버폭력은 시간과 장소의 제약 없이 발생하기 때문에 피해자의 정신적 고통이 매우 심각합니다. 사이버폭력 피해 경험은 자녀들의 정신건강에 부정적인 영향⁷⁾을 주며, 특히 피해자는 우울이나 불안을 경험할 가능성이 매우 높은 것으로 나타나고 있습니다.

부모님은 자녀들의 피해 징후를 초기에 파악하고 개입하는 것이 매우 중요합니다.

1. 불안해하며 핸드폰이나 SNS를 자주 확인하고 민감하게 반응함
2. 단체 대화방에서 집단으로부터 반복적으로 심리적 공격을 당함
3. 용돈을 많이 요구하거나 핸드폰의 소액결제 사용요금이 지나치게 많이 나옴
4. SNS 상태 글귀나 사진의 분위기가 우울하거나 부정적으로 바뀜
5. 자녀가 SNS계정을 탈퇴하거나 비활성화함

사이버폭력 예방을 위한 실천⁹⁾

누구나 사이버폭력에 노출될 수 있습니다. 상처를 받는 사람이 상처를 주는 사람이 될 수 있고, 상처를 주는 사람이 상처를 받는 사람이 될 수 있습니다.

평소 자녀가 인터넷, 스마트폰 등 정보기기를 올바르게 사용하도록 부모님의 세심한 관심과 지도가 필요합니다.

1. 사이버 공간에서 상대를 존중하며 의사소통하는 방법 지도하기
자신이 존중받고 싶다면 먼저 다른 사람을 존중해야 한다는 점을 가르치기
2. 사이버 공간에 모욕적인 글을 게시하지 않도록 지도하기
사이버 공간에서 이뤄지는 의사소통 내용은 영구히 저장되어 인생에 주홍글씨처럼 따라다니게 될 수 있다는 점을 자녀에게 알려주고 주의시키기
3. 개인정보를 유출하지 않도록 지도하기
개인정보가 사이버 공간에 유출되면 그 전파성으로 인해 모욕, 명예훼손, 범죄 등에 노출될 수 있으므로 개인정보를 SNS나 대화방에 게시하지 않도록 지도하기
4. 자녀의 온라인 활동에 관심 갖기
불분명한 출처의 사이트 혹은 메신저에 접속하지 않도록 지도하기

자녀가 사이버폭력 피해를 경험하고 있다면, 부모님께서 다음과 같이 적극적으로 대처해야 합니다⁹⁾.

적극적 초기 대응

- ▶ 자녀에게 가해자를 직접 만나거나 가해자에게 보복하지 않도록 교육하기
- ▶ 자녀의 사이버 관계망에 연결되어 있는 가해자를 차단하기

증거 자료 확보

- ▶ 비난하거나 욕설하는 메시지 또는 영상 등을 삭제하지 말고 증거 자료로 확보하기

도움 요청

- ▶ 필요한 경우, 학교와 학교폭력 관련 기관 등에 도움을 요청하거나 112로 신고하기

05 학교폭력을 교육적으로 해결하는 「학교장 자체해결제」 (학교폭력 예방 및 대책에 관한 법률 제13조의2 제1항)

「학교장 자체해결제」는 화해를 통한 관계회복과 학교폭력의 교육적 해결 측면에서 진일보한 제도입니다. 학교장 자체해결은 ① 피해학생과 그 보호자가 학교폭력대책심의위원회 개최를 원하지 않고, ② 아래 4가지 요건에 모두 해당할 경우에 가능합니다.



학교장 자체해결 시 학교폭력 사안 처리 과정에서 관계회복 프로그램을 운영할 수 있습니다. 관계회복이란 “두 명 이상의 관련 대상자들이 발생 상황에 대하여 이해, 소통, 대화 등을 통해 원래 상태 또는 일상생활로 돌아갈 수 있도록 함께 노력하는 것”을 말합니다⁸⁾.

관계회복의
목적

- ☑ 관련 당사자 사이에 발생한 사안을 중심으로 개입하여 양측 관계를 회복시키는 것을 목적으로함
- ☑ 상호 이해 및 소통, 대화를 하는 과정을 통해 피해학생 측 입장을 충분히 고려한 진심어린 사과(화해)와 가해학생 측의 반성에 대한 올바른 인식 정립을 하고 나아가 관계 개선을 통한 회복을 도모함
- ☑ 심리·정서적 안정 및 학교와 일상생활, 또래(교우) 관계 등의 안정적 적응과 신속한 복귀, 회복을 조력함

※ 학교폭력 관계회복은 진행 단계별로 피해학생 측의 의사를 우선적으로 고려하여 확인하고 동의여부를 확인하며 진행한다.

06 학교폭력 발생 시 도움 기관

학교폭력이 발생하게 되면 도움을 받을 수 있는 기관들이 있습니다.

기관명	연락처	QR코드	기관명	연락처	QR코드
 안전Dream 아동·여성·장애인 경찰지원센터	국번없이 117		 1388 청소년사이버상담센터	국번없이 1388	
 Wee 우리가 희망이다!	1588-7199		 푸른나무재단 The Blue Tree Foundation	1588-9128	

참고문헌

- 성윤숙, 서정아, 장윤선, 서고운, 김성은(2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램 (초등학교 5~6학년용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터.
- 임정란, 오호현(2014). 공감능력 향상을 위한 학교폭력예방프로그램이 학교폭력에 방관적인 초등학생에게 미치는 영향. 상담학연구, 15(4), 1425-1440.
- 이희경(2000). 집단따돌림현상에서 공감수준이 동조와 귀인에 미치는 영향. 교육논총, 16, 43-55.
- 이희경(2001). 공감수준과 친소관계가 따돌림에 대한 심리적 반응에 미치는 효과. 교육심리연구, 15(3), 281-297.
- Mehrabian, A. (1997). Relations among personality scales of aggression, violence, and empathy: Validation evidence bearing on the Risk of Eruptive Violence Scale. Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression, 23(6), 433-445.
- 박아람, 백지숙(2014). 중학생이 지각한 부모-자녀 의사소통과 사회적 유능감의 관계-자아탄력성과 공감의 매개효과를 중심으로. 청소년시설행, 12(3), 49-62.
- 오태곤(2013). 중학생의 사이버불링 피해 경험과 정서행동과의 관계. 한국컴퓨터정보학회논문지, 18(12), 207-215.
- 교육부, 이화여자대학교 학교폭력예방연구소(2020). 학교폭력 사안처리 가이드북 개정판 - 재구성.
- 교육부, 한국교육학술정보원(2020). 함께 실천하는 사이버폭력 예방(학부모용) - 재구성.

발행인 송병국

발행처 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터
30147 세종특별자치시 시청대로 370 세종국책연구단지
사회정책동 한국청소년정책연구원 7층

TEL. 044-415-2401

FAX. 044-415-2369

본 소식지는 아래에서 다운로드 가능합니다.

어울림 프로그램 관련 자료(학교폭력예방교육지원센터)
※ <http://stopbullying.re.kr>

학교폭력 예방을 위한 학부모 소식지 Vol. 2에서는 「어울림 프로그램」 6대 역량 중 '의사소통'과 학교폭력 중에서도 가장 높은 비율로 발생하고 있는 '언어폭력'에 대해서 다룰 예정입니다. 학부모님의 많은 관심 부탁드립니다.