

발간 등록 번호

11-1342000-000970-01

연구보고23-학폭03

OPEN

공공누리



공공 저작물 자유 이용 허락

학교에서 쉽게 활용하는 학교폭력 예방교육

어울림 프로그램으로 일년나기

중학교



교육부

17개 시·도교육청



한국청소년정책연구원
학교폭력예방교육지원센터



KERIS 한국교육학술정보원



**학교에서 쉽게 활용하는 학교폭력 예방교육
어울림 프로그램으로 일년나기**

중학교



CONTENTS



● '어울림 프로그램으로 일년나기' 개발 목적 및 활용	1
● '어울림 프로그램으로 일년나기(중학교)' 구성 목록	4
3월-1 공감 나, 너 그리고 우리	7
3월-2 학교폭력 인식 및 대처 학교폭력 예방의 첫 걸음	12
4월 공감 공감의 비결? 잘 듣고 감정을 알아주는 것!	15
5월 감정조절 감정은 생각에 따라 달라져요	21
6월 사이버 자기조절 사이버 공간에서의 자기조절	27
7월 자기존중감 우리는 협력 공동체	33
8월 사이버폭력 인식 및 대처 꼼짝 마, 사이버폭력!	39
9월 의사소통 평화로운 의사소통, 연습이 필요해	45
10월 인터넷 윤리의식 및 활용 슬기로운 사이버 예절	53
11월 갈등해결 갈등을 솔솔 풀어요	59
12월 자기존중감 긍정의 언어로 '나·비' 날다	65
1~2월 사이버상의 갈등관리 및 문제해결 우리는 학교폭력 방어자	73
● 부록 1. 어울림 프로그램 개발 현황	83
2. 어울림 프로그램 원격연수 콘텐츠 현황	85
● 참고자료	87

● ‘어울림 프로그램으로 일년나기’ 개발 목적 및 활용

교육부와 17개 시도교육청은 학교폭력예방교육을 연중 실시할 수 있도록 어울림·사이버어울림 프로그램을 활용한 학교폭력예방교육 도움자료 ‘어울림 프로그램으로 일년나기’를 개발하였습니다. 이 자료는 시기별(월별)로 학생들에게 필요한 대표적인 학교폭력예방 역량을 선정하고 학생들의 참여와 활동에 초점을 두어 기존 어울림 프로그램을 재구성하였습니다. 교과나 창의적 체험활동 시간 또는 조회·종례 시간 등 언제든지 모든 교사들이 프로그램을 쉽게 활용할 수 있도록 하는 데 목적을 두었습니다.

‘어울림 프로그램으로 일년나기’ 주요 특징 및 활용

- 프로그램의 첫 장에 제시된 ‘수업 소개’와 ‘수업 흐름’만을 보고도 수업의 목적, 내용과 방법 등을 쉽게 파악할 수 있으며, 교사 및 학생 도움자료 등을 제시하였습니다.

수업 소개	▶	수업 흐름	▶	교사 도움자료	▶	학생 도움자료
수업의 필요성, 방법 등 안내		‘수업 열기’ ‘활동하기’ ‘실천하기’		‘학교폭력예방 함께 활동하기’ (주요 PPT, 활용팁 등)		‘학교폭력예방 함께 실천하기’ (학생 활동지 등)

- 월별로 제시된 프로그램을 순차적으로 운영하는 것을 권장하나, 필요에 따라 활동을 선별하거나 학교·학급의 상황에 따라 순서를 바꾸어 진행할 수 있습니다.
- 교과나 창의적 체험활동 시간, 조회·종례 시간, 방과 후 시간 등을 활용하여 다양하게 운영할 수 있습니다. 수업시간 전체를 활용하거나 상황에 따라 활동을 선택하여 축소 운영할 수도 있습니다.
- 교과와 연계가 가능하도록 관련 교과 성취기준의 예시를 제시하였으나, 교사에 따라 다른 교과 성취기준과 연계할 수 있습니다.
- 수업 관련 동영상 및 웹사이트는 차시별로 제시된 QR코드 및 링크를 활용하여 볼 수 있습니다. 프로그램에 제시된 지도안, 활동지, PPT 자료는 파일로도 제공합니다.
- 심화·확장 활동을 운영하고자 하는 경우 기존 어울림·사이버어울림 프로그램을 활용할 수 있습니다. 어울림·사이버어울림 프로그램은 학교폭력예방교육지원센터(www.stopbullying.re.kr)와 도란도란 학교폭력예방 누리집(doran.edunet.net)에서 쉽게 다운로드 할 수 있습니다.

어울림(사이버어울림) 프로그램은?

- 어울림 프로그램은 학생들의 사회·정서 역량과 학교폭력 인식 및 대처 역량을 기를 수 있도록 교육부와 17개 시도교육청이 공동으로 개발한 학교폭력예방교육 프로그램입니다. 어울림 프로그램은 공감, 의사소통, 감정조절, 자기존중감, 갈등해결과 학교폭력 인식 및 대처 등 6대 역량 함양을 목적으로 하는 **기본 프로그램**, 신체·물리적 폭력, 언어폭력, 따돌림, 사이버폭력 등 문제 유형별 인식·대처 역량을 키울 수 있는 **심층 프로그램** 및 학교폭력예방 역량과의 연계성이 높은 교과의 특성을 반영한 **교과연계 프로그램** 등으로 구성되어 있습니다.
- 사이버어울림 프로그램은 사이버 공감, 사이버 의사소통, 사이버 자기존중감, 인터넷 윤리의식 및 활용, 사이버 자기조절, 사이버 감정조절, 사이버상의 갈등관리 및 문제해결, 사이버폭력 인식 및 대처 등 8대 역량 함양을 목적으로 합니다. 사이버어울림 프로그램도 기본 프로그램, 심층 프로그램, 교과연계 프로그램 등이 있습니다.
- 학교폭력예방 도움자료는 학교폭력예방교육지원센터(stopbullying.re.kr)와 도란도란 학교폭력예방 홈페이지(doran.edunet.net)에서 다운로드하여 사용 가능합니다.

	공감 자신과 타인의 마음을 정서적으로 느끼고 인지적으로 이해하여 효과적으로 반응하거나 의사소통하는 능력
	의사소통 타인과 언어 및 비언어적 상호작용을 통해 인간관계를 형성하고 유지·조절할 수 있는 능력
	감정조절 효과적인 방법으로 감정을 표현하거나 스스로 해소하며, 상황에 맞는 대처 행동을 할 수 있도록 감정을 조절하는 능력
	자기존중감 자신에 대해 '스스로 충분히 가치 있다'고 느끼는 감정적 개념이며, 자신의 약점을 인식하고 수용하는 과정을 통해 자신을 긍정적으로 바라보는 마음
	갈등해결 자신이 경험하는 대인 간 갈등 상황을 인식하고 해결하는 능력
	학교폭력 인식 및 대처 학교폭력의 개념과 심각성, 학교폭력 관련 법률, 학교폭력의 결과 등에 대해 인식하고, 대인 간 관계 회복과 학교폭력 근절의 중요성에 대해 이해하며, 학교폭력 상황에서의 대처 방법을 아는 능력

<그림> 어울림 프로그램 6대 역량

- 학교폭력 예방 및 대처에 관한 법률에서는 학교폭력을 '학교内外에서 학생을 대상으로 발생한 상해, 폭력, 간금, 협박, 약취·유인, 명예훼손·모욕, 공감, 강요·강제적인 심부름 및 성폭력, 따돌림, 사이버 따돌림, 정보통신망을 이용한 음란·폭력 정보 등에 의하여 신체·정신 또는 재산상의 피해를 수반하는 행위'라고 제시하고 있습니다.
- 최근에는 학교폭력이 온·오프라인을 통해 복잡·다양하게 발생하고 있어 사이버 공간에서 일어나는 사이버 언어폭력, 사이버 갈취, 사이버 따돌림, 사이버명예훼손, 사이버 영상유포, 사이버스토킹 등에 대해서도 학생들이 문제의식을 갖고 예방 및 대처 역량을 가질 수 있도록 지속적인 예방교육이 필요합니다.

	사이버 공감 온라인과 디지털을 통해 다른 사람의 경험과 감정을 그 사람의 관점에서 이해하려고 자신의 일처럼 이해하고 느끼고 표현할 수 있는 능력
	사이버 의사소통 온라인과 디지털을 통해 문자와 사진 및 동영상 등으로 자신의 생각, 관점, 느낌 등을 전달하며 서로를 이해하고 원만히 상호작용하며 대인관계를 유지 및 발전 시킬 수 있는 능력
	사이버 자기존중감 사이버 공간에서 자신의 장점이나 특징 등에 대하여 자부심이나 효능감을 느껴 자신을 인정하고 소중하게 대함으로써 긍정적 자아를 형성할 수 있는 능력
	사이버 자기조절 사이버 공간에서 스스로가 주인의식을 가지고 옳고 그름, 좋고 나쁨의 판단 기준에 따라 자신의 충동적이고 일시적인 욕구를 정도에 넘지 않도록 조절하여 적절히 행동할 수 있는 의지와 태도
	사이버 감정조절 사이버 공간의 다양한 경험 속에서 발생하는 자신의 감정 변화를 인식하고 적절히 조절하여 표현할 수 있는 태도
	사이버폭력 인식 및 대처 다양한 사이버폭력의 유형과 특성 및 발생 원인을 이해하고 사이버폭력의 심각성을 인식할 수 있으며, 사이버폭력이 발생하였을 때 올바르게 대처할 수 있는 인지적·정의적·행동적 역량
	사이버상의 갈등관리 및 문제해결 사이버 공간에서 발생하는 갈등의 원인과 유형을 인식하여 갈등에 적절히 대응하거나 중재하면서 해결할 수 있는 능력
	인터넷 윤리의식 및 활용 사이버 공간에서 네트즌으로서 인터넷을 올바르게 사용하기 위한 가치관, 윤리관 및 행동

<그림> 사이버어울림 프로그램 8대 역량

‘어울림 프로그램으로 일년나기(중학교)’ 구성 목록

월	주요 역량	차시명	활동목표
3	공감	나, 너 그리고 우리	학기 초 학교폭력 예방활동 나와 타인을 이해하는 활동을 통하여 학기 초 학교 폭력 예방 및 친구 사랑을 실천할 수 있다.
	학교폭력 인식 및 대처	학교폭력 예방의 첫 걸음	학교폭력의 심각성을 인식하고, 학교폭력의 유형을 말할 수 있다.
4	공감	공감의 비결? 잘 듣고 감정을 알아주는 것!	일상생활 속에서 공감의 구체적인 방법을 알고 이를 실천할 수 있다.
5	감정조절	감정은 생각에 따라 달라져요	감정은 생각에 따라 긍정적으로 달라질 수 있음을 알고 이를 실천할 수 있다.
6	사이버 자기조절	사이버 공간에서의 자기조절	사이버폭력 예방과 관련된 토의 활동을 통해 사이버 공간에서 폭력적 행동의 원인이 될 수 있는 요소를 조절할 수 있다.
7	자기존중감	우리는 협력 공동체	학기 말 학교폭력 예방활동 간단한 협력 활동을 통해 또래 집단 내에서 상호 관계를 증진하고 소속감과 유대감을 형성할 수 있다.
8	사이버폭력 인식 및 대처	꼼짝 마, 사이버폭력!	사이버폭력의 심각성을 이해하고, 이에 대한 대처 능력을 익혀 실천할 수 있다.
9	의사소통	평화로운 의사소통, 연습이 필요해	갈등 발생 지점에서 평화로운 의사소통 기술을 적용하여 갈등을 원만하게 해결할 수 있다.
10	인터넷 윤리의식 및 활용	슬기로운 사이버 예절	사이버 공간에서 지켜야 할 예절과 정보통신 윤리의식에 대해 생각해보고, 상대방을 존중할 수 있는 태도를 함양할 수 있다.
11	갈등해결	갈등을 솔솔 풀어요	자신의 갈등해결 전략을 파악하고 상황에 따라 적절한 해법을 찾아낼 수 있다.
12	자기존중감	긍정의 언어로 '나·비' 날다	긍정의 언어(응원과 격려) 표현으로 나와 친구들의 강점과 약점을 있는 그대로 수용하고 인정할 수 있다.
1~2	사이버상의 갈등관리 및 문제해결	우리는 학교폭력 방어자	학기 말 사이버폭력 예방활동 학교폭력을 용인하지 않고 적극적으로 방어하는 마음 자세를 기를 수 있다.

3
월

3월-1 공감
나, 너 그리고 우리

3월-2 학교폭력 인식 및 대처
학교폭력 예방의 첫 걸음



3월-1

공감

나, 너 그리고 우리

○ 수업 소개

- 3월은 새로운 학교 및 학급 구성원과 만나는 시기로 학생들은 많은 갈등 상황 속에서 학기를 시작하게 됩니다. 낯선 환경에서 오는 부적응 등 학기 초 나타나는 갈등은 학교폭력으로 이어지기 쉽고 실제 4월에 학교폭력 발생 빈도가 가장 높습니다. 따라서 본 차시는 학년 초 교우관계 형성에 필요한 계기(관심사, 취향, 성향 등)를 질문 형태로 제시하고, 나와 타인의 공통점을 바탕으로 관계 형성에 도움을 주는 활동으로 구성하였습니다.
- 본 차시에 구성된 활동은 ‘질문에 반응하기’, ‘또래 모둠 구성하기’, ‘포토타임 활동’을 연속적으로 운영하도록 하였습니다. 진행자의 안내를 통해 다양한 활동을 접목하여 운영할 수 있고 학급 단위뿐만 아니라 학년, 지역사회 등 다양한 참여 인원을 대상으로 운영할 수 있습니다.
- 본 프로그램의 기본 소요 시간은 1차시이며, 질문의 수 및 참여 인원에 따라 2차시로 확장 운영이 가능합니다.

○ 수업 흐름

수업 열기



- ‘다름’과 ‘틀림’의 차이 생각해보기

활동하기



- ‘나, 너, 그리고 우리’ 진행하기
 - 질문에 반응하기 → 새 모둠 구성하기 → 포토타임 활동
 - 교사가 제시하는 질문을 듣고, 새 모둠을 구성하여 포토타임 갖기
 - 서로의 응답에 대해 비난하지 않고 수용해주는 자세로 활동하기

질문에 반응하기	교사의 질문을 듣고 각자 생각해보기
공감 모둠 구성하기	교사의 안내에 따라 동일한 생각을 한 학생들은 앞으로 나와 새 모둠 구성하기
포토타임 활동	인터뷰를 통해 학생들의 공감 역량을 키우고, 함께 포토타임 활동 시간 갖기

실천하기

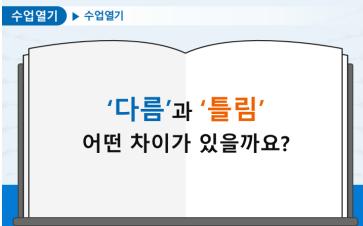


- ‘다름’과 ‘틀림’의 차이를 통해 ‘이해’와 ‘공감’의 중요성 인식하기
- ‘활동’에 대한 나의 생각 정리하기
 - 불임쪽지에 ‘서로 다름을 인정하고 존중하기 위해 우리가 할 수 있는 일은 무엇인가?’ (나의 다짐)을 적어 게시판에 붙인 후 서로의 생각을 공유하기
- 갤러리워크 활동하기



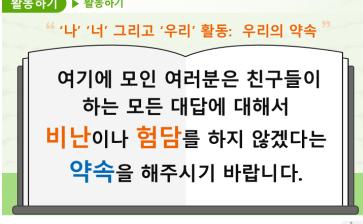
학교폭력예방 함께 활동하기

화면



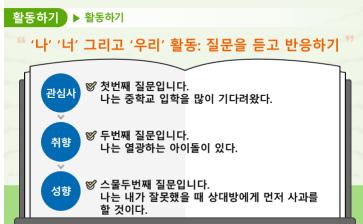
Tip 다름과 틀림은 어떤 차이가 있는지 학생들에게 질문

화면



Tip 활동에 앞서 필요한 규칙 제시

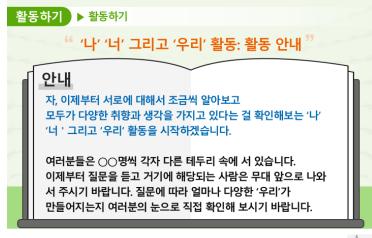
화면



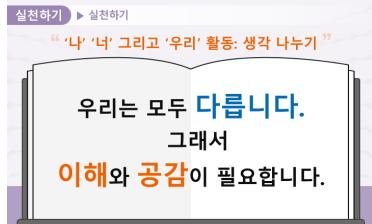
Tip 또래 모둠을 구성한 후 격려와 응원의 박수를 유도하고, 필요 시 간단한 인터뷰를 통해 학생들의 생각을 끌어냄



활동 방법에 대한 안내



다양한 또래 모둠을 만드는 체험을 통해 다양성, 차이에 대한 존중과 이해, 공감을 경험하도록 함



다름을 대하는 자세가 배척이 아니라 이해와 공감임을 강조하고 활동을 마무리함



Tip 서로의 다짐과 생각을 공유하기 위해 갤러리 워크 실시





학교폭력예방 함께 실천하기

'나, 너, 그리고 우리' 진행하기

'나, 너, 그리고 우리' 프로그램은 기존의 학교폭력 예방교육이 효과성이 낮다는 데에 문제의식을 갖고 학생이 학교폭력 예방의 참여자로 자리 매김 할 수 있도록 학생 참여·체험 중심 방향성 아래 개발되었습니다.

이 프로그램은 질문에 따라 단시간에 다양한 모둠을 형성하여 공감 역량을 끌어올리는 데 목적이 있습니다. 넓은 바닥 공간에 6~7개의 사각형을 그려 무작위로 들어가 진행자가 제시하는 질문을 듣고 답을 아는 학생은 무대 앞으로 나와 새로운 모둠을 만드는 활동으로, 25~30개의 질문(취향, 성격, 생활 등)을 통해 서로를 알아감으로써 학기 초 발생하는 학교폭력을 예방하는데 큰 도움이 됩니다. [※ 참고 영상: 공감의 넓이(EBS 다큐프라임, ~05:00)]

해당 프로그램은 사전 준비와 운영, 사후 활동 연계를 고려하여 레크리에이션의 형태를 갖되, 운영에 따른 업무 부담을 최소화하며 다양한 활동과 접목할 수 있도록 프로그램을 최대한 단순화 하였습니다.

<붙임>의 진행자용 시나리오는 2022년 3월 14일(월), 대구○○중학교에서 실시한 대본 및 질문지입니다. 운영 대상과 시기, 대상 학생들의 성향 등을 고려하여 질문의 내용과 순서를 재구성하여 현장에 적용하면 좋습니다. 또한 각각의 질문을 통해 새롭게 모둠을 구성한 후 개별 인터뷰를 진행하거나 격려와 응원의 박수를 하면 더욱 좋습니다.



<<https://url.kr/l23mzo>>
공감의 넓이



'나, 너 그리고 우리' 활동 참고 사진

<활동 Tip>

- 처음 모둠은 무작위로 구성하고 모둠이 구성되면 색이 다른 조끼를 입고 진행하여 다양한 우리가 만들어지고 있음을 경험하도록 합니다.
- 기존 질문을 참고하여 사용하되, 학교 상황에 맞게 다양한 질문(다짐에 관한 질문 등)을 만들어 운영해도 좋습니다.
- 각 질문별 포토타임 활동을 통해 촬영된 사진을 학교 및 학급에 게시하여 서로의 공감대를 지속적으로 확인할 수 있습니다.

<붙임> 진행자용 시나리오

이제부터 우리가 서로 취향과 생각을 알아보는 활동을 시작하겠습니다. 질문에 따라 얼마나 다양한 ‘우리’가 만들어지는지 여러분의 눈으로 직접 확인해보기 바랍니다. 여기에 모인 여러분은 친구들이 하는 모든 대답에 대해서 비난이나 혐담을 하지 않겠다는 약속을 해주기 바랍니다.

1. 나는 중학교 입학을 많이 기다려왔다.
2. 나는 중학생도 어린이날에 선물을 받아야 한다고 생각한다.
3. 나는 아주 많이 좋아하는 아이돌이 있다.
4. 나는 백만 유튜버를 꿈꿔본 적이 있다.
5. 나는 앞에 나서는 것보다는 뒤에서 지켜보는 걸 좋아한다.
6. 만일 나에게 초능력이 있다면 많이 먹어도 살이 안 찌도록 할 것이다.
7. ‘1년 동안 핸드폰 없이 살기’ vs ‘1년 동안 친구 없이 살기’ 중에서 선택하라면 나는 ‘1년 동안 핸드폰 없이 살기’를 선택할 수도 있다.
8. 나는 시험 기간에 친구들과 함께 카페에서 공부하는 것이 좋다.
9. 나는 시험 기간에 혼자 공부하는 것이 좋다.
10. 내가 중학교 생활에서 가장 기대되는 것은 새로운 친구이다.
11. 내가 중학교 생활에서 가장 걱정되는 것은 성적이다.
12. 나에게는 나만의 스트레스를 푸는 특별한 방법이 있다.
13. 나는 다른 사람을 도와주는 직업을 갖고 싶다.
14. 나는 마음속으로 이미 꿈을 정했는데, 부모님이나 친구들이 반대하지 않고 응원해 주었으면 좋겠다.
15. 나는 아직 꿈을 정하지 못했지만 괜찮다고 생각한다.
16. 나는 올해 누군가에게 꼭 좋은 친구가 되고 싶다.
17. 나는 직접 먼저 다가가긴 어렵지만 누가 다가와 준다면 마음을 열 자신이 있다.
18. 나는 내가 잘못했을 때 상대방에게 먼저 사과를 할 것이다.
19. 나는 친구가 힘들어할 때 도와줄 방법을 찾지 못해 속상하고 안타까웠던 적이 있다.
20. 나는 친구 관계로 마음이 아팠던 경험이 있다.
21. 나는 상처 주는 카톡이나 뒷담화는 폭력이라고 생각한다.
22. 만일 나에게 초능력이 있다면 과거로 가서 꼭 되돌리고 싶은 일이 있다.
23. 나는 ○○중학교에서 인생의 좋은 친구를 만나고 싶다.
24. 나는 친구가 어려움에 처한다면 언제든지 도와줄 수 있다.
25. 내 친구는 내가 어려움에 처한다면 언제든지 도와줄 것이라고 생각한다.
26. 지금까지 내가 나갈 수 있는 질문이 없어서 너무 아쉽다.
그런 친구들 이제 앞으로 나와 주세요. 아직 한 번도 앞에 나가지 못했는데 지금이라도 한 번 나가보고 싶은 사람? 자, 마지막입니다. 힘찬 박수를 쳐 주세요.
27. 나는 오늘 이 프로그램을 하고 나니 우리 ○○중학교가 좀 더 좋아질 것 같다는 생각이 든다.

자, 많이 많이 나와 주세요. 다 같이 함께 사진을 찍어요.

멋진 포즈를 취해 주세요. 마지막으로 다 같이 나와서 사진 찍어요!!

* 제시된 질문은 참고자료로, 질문의 수 및 내용은 학교 및 학급 상황에 따라 변경하여 활용할 수 있습니다.

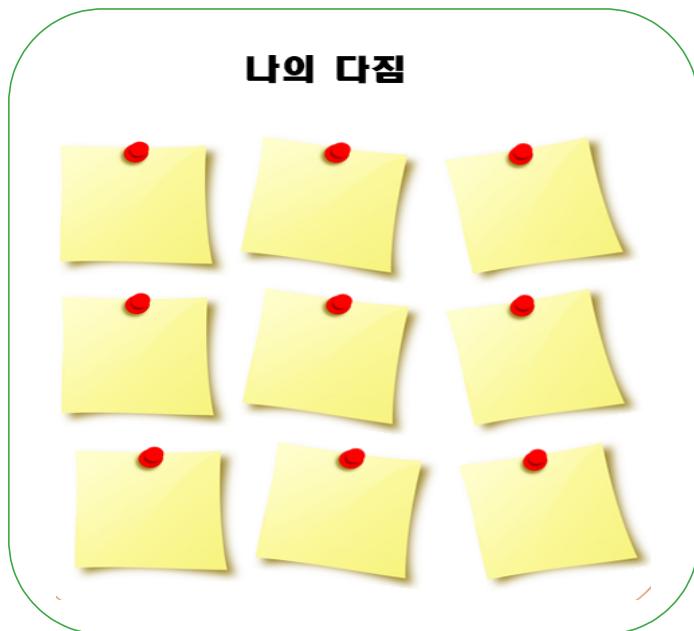


학교폭력예방 함께 실천하기

갤러리워크(Gallery Walk)

◎ '서로 다름을 인정하고 존중하기 위해 우리가 할 수 있는 일은 무엇인가?' 글로 적어보기

- 학생들에게 2매 이상의 붙임쪽지를 나누어준다.
- 활동을 마친 후 '서로 다름을 인정하고 존중하기 위해 우리가 할 수 있는 일(나의 다짐)'을 적는다.



* 출처: Openclipart. <https://openclipart.org/tag/note?p=10&query=note>

< 활용 Tip >

- 붙임쪽지를 충분히 제공하여 자신의 생각을 최대한 많이 드러내도록 합니다.
- 학급 게시판에 작성한 붙임쪽지에 붙이도록 하고 서로의 다짐, 생각 및 응원의 메시지를 함께 공유하도록 합니다.
- 익명으로 진행 가능하며, 자유로운 분위기에서 스스로 다짐하고 서로 격려하는 것이 중요합니다.

3월-2

학교폭력
인식 및 대처

학교폭력 예방의 첫 걸음

○ 수업 소개

- 새 학년이 시작되는 3월에는 새로운 친구들과 관계를 형성하는 과정에서 학교폭력에 대한 인식이 부족해 문제가 발생하기도 합니다. 학생들이 친구들과 긍정적인 관계를 형성할 수 있도록 '학교폭력 인식 및 대처' 역량을 길러줄 필요가 있습니다.
- 본 차시는 학교폭력 관련 퀴즈를 통해 학교폭력에 대한 상식을 점검한 뒤, 자기반성 및 피드백의 기회를 제공하고 학교폭력 유형을 확인할 수 있도록 구성하였습니다.
- 본 차시의 활동은 '학교폭력의 심각성 인식', '학교폭력 예방 퀴즈대회', '학교폭력 유형 알아보기' 활동으로 나누어 3차시로 운영할 수 있습니다. 추가 활동으로 학교폭력 예방 관련 0행시 짓기, 학교폭력 처리 절차 및 선도 조치사항을 알아보기 등이 있습니다.

○ 수업 흐름

수업 열기



- 학교폭력 실태조사 결과를 토대로 학교폭력의 심각성 알아보기
 - 피해 응답률의 변화 파악하기
 - 최근 학교폭력 경향과 특징 알아보기

활동하기



- 학교폭력 예방을 위한 퀴즈 실시하기
 - 개별적으로 학교폭력 관련 퀴즈 11개 풀기(활동지)
 - 각 문제별 정답 확인 및 피드백 하기(ppt)

실천하기



- 학교폭력 유형 알아보기
 - 신체폭력, 따돌림, 사이버 따돌림, 언어폭력, 강요, 금품갈취 등
 - 피해자의 입장을 생각해 보면서 피드백하기

○ 참고자료 : 어울림 기본 프로그램(중학교): 학교폭력 인식 및 대처 - 1차시



학교폭력예방 함께 활동하기

학
연

활동자료 1 활동하기 ▶ 학교폭력 예방 퀴즈대회

『학교폭력 예방 퀴즈 대회 정답 해설』⁹⁹

문제1) 학교폭력은 학생들끼리 학교 안에서만 일어난 폭력을 말한다.

X

학교内外에서 학생을 대상으로 발생한 상해, 폭행, 김금, 협박, 악취유언, 명예훼손·모욕, 광갈, 강요·강제적인 심부름 및 성폭력, 따돌림, 사이버 따돌림, 정보통신망을 이용한 온라인 폭력 정보 등에 의하여 신체적·정신적 또는 재산상의 피해를 수반하는 행위입니다.

학교 밖에서 친구를 괴롭히는 것도 학교폭력입니다.

출처: 교육부(2022) 학교폭력 사건처리 가이드북, 세종 교육부

Tip

- 최근 학교폭력 피해응답률 증가를 토대로 학교폭력의 심각성을 인식할 수 있도록 지도(산술적으로 우리 반이 아니라면 옆 반의 누군가는 학교폭력 피해를 호소하고 있음)
- ‘학교폭력 실태조사 결과’라는 키워드로 동영상을 검색하여 학생들이 속한 지역의 학교폭력 실태조사 결과를 시청 가능(뉴스 자료)
- 학교폭력 중 언어폭력, 사이버폭력, 따돌림 등 은밀하고 지속적이며 교묘한 학교 폭력이 증가하고 있음을 안내

- 학교폭력은 대상이 학생이라면 학교 내·외에 무관하며, 어떤 유형으로 특정할 수 없더라도 상대가 피해를 호소한다면 학교폭력이 될 수 있음을 강조
- 문제 해결 시 내가 해당 상황의 피해자라면 기분이 어떨지 생각해보도록 함
- 학교폭력 사안처리 가이드북 등 기존에 만들어진 문제은행에서 새로운 문제를 추가하여 교육 가능
- 온라인 설문지 형식으로 대체 가능

학
연

활동하기 ▶ 학교폭력 예방 퀴즈대회

『학교폭력 예방 퀴즈 대회 정답』⁹⁹

번호	정답	번호	정답
1	X	7	X
2	O	8	X
3	X	9	강요
4	X	10	금품갈취
5	X	11	따돌림
6	X		

활동자료 1 실천하기 ▶ 학교폭력 유형 알아보기

『학교폭력의 유형 알아보기』⁹⁹

신체폭력

- 일정한 장소에서 쉽게 나오지 못하도록 하는 행위(김금)
- 장난을 빙자한 꼬집기, 때리기, 힘껏 밀치기 등 상대 학생이 폭력으로 인식하는 행위
- 신체를 손, 발로 때리는 등 고통을 가하는 행위 (상해, 폭행)
- 상대방을 속이거나 유혹해서 일정한 장소로 데리고 가는 행위(유인)

출처: 교육부(2022) 학교폭력 사건처리 가이드북, 세종 교육부

Tip

- 교사의 노하우를 활용하여 자유롭게 학교 폭력에 대한 훈화 및 토론을 이끌어 나갈 수 있음
- 결과에 따라 보상(상점, 쿠폰 등)을 줄 수 있음

- 상해나 폭행만 신체폭력이라고 생각하는 잘못된 개념을 갖지 않도록 지도



학교폭력예방 함께 실천하기

학교폭력예방 퀴즈

◎ 다음은 학교폭력에 대한 인식 정도를 묻는 설문입니다. 질문을 잘 읽고 OX로 표시하거나 답을 직접 작성해 봅시다.

[문제 1] 학교폭력은 학생들끼리 학교 안에서만 일어난 폭력을 말한다. (O, X)

[문제 2] 친구가 나를 기분 나쁘게 쳐다보는 것 같아서 “뭘 봐?”라고 인상을 쓰며 말하고, 그 친구의 팔을 꽉 잡아 흔들었더니 친구의 팔에 멍이 들었다. 이 경우도 학교폭력이다. (O, X)

[문제 3] 쉬는 시간에 화장실을 갔는데 싸움이 벌어지고 있었다. 아이들 옆에서 함께 팔짱을 끼고 구경만 했으므로, 나는 아무 잘못이 없다. (O, X)

[문제 4] 우연히 코인노래방에서 A와 B가 같이 있는 모습을 보고 몰래 사진을 찍어 친한 친구 몇 명에게 알렸다. 두 눈으로 직접 본 사실을 말한 것이므로 학교폭력이 아니다. (O, X)

[문제 5] 경찰서로 신고된 학교폭력 사안에 대해 학교로 연락이 왔다. 나는 중학생이므로 학교에서 조사를 받고 학교폭력대책심의위원회에서 결정된 조치만 받으면 된다. (O, X)

[문제 6] 친한 친구들만 있는 단체채팅방에서 뒷이야기나 저격하는 글을 써도 친한 친구들끼리는 비밀이므로 전혀 문제가 되지 않는다. (O, X)

[문제 7] A가 SNS에 B를 혐담하는 글을 올렸다. C는 B가 누군지 모르지만 B에 대해 A에게 물어보았다. B라는 사람의 얘기를 들으니 B라는 사람의 성격이 별로 안 좋아 보여, C도 A의 글에 동의하는 글을 올렸다. C는 B를 모르기 때문에 학교폭력이 아니다. (O, X)

[문제 8] 운동장에서 점심시간에 축구를 하다가 2학년 학생이 찬 공에 3학년 학생이 얼굴을 맞았다. 3학년 학생은 얼굴을 맞았다는 이유로 2학년 학생에게 별을 세웠다. 3학년 학생의 행동은 학교폭력의 어떤 유형에 속하는가? ()

[문제 9] 선배는 후배에게 돈을 언제까지 갚겠다는 말도 없이 수십 번 빌려갔다. 이와 같은 행동은 학교폭력의 어떤 유형에 속하는가? ()

[문제 10] 나는 평소 함께 다니는 친구들과 함께 A에게 장난으로 별명을 부르고 다른 친구들과 어울리지 못하도록 하는 등의 행동을 했다. 이런 행동은 학교폭력의 어떤 유형에 속하는가? ()

* 출처: 교육부(2019). 학교폭력 사안처리 가이드북. 세종: 교육부.

4
월

공감

공감의 비결? 잘 듣고 감정을 알아주는 것!



○ 수업 소개

- 4월은 학생들이 서로 친해지기 시작하는 시기로, 원활한 관계를 형성하기 위해 다른 사람의 이야기에 귀를 기울이고 그 사람의 감정을 헤아릴 수 있도록 '공감' 역량을 길러줄 필요가 있습니다.
- 본 차시는 친구의 이야기를 잘 듣고 감정을 헤아려 전달하는 공감·경청 놀이를 통해 공감 역량을 기를 수 있도록 구성하였습니다.
- 이 활동은 공감 능력을 학습 주제로 다루는 다양한 교과에서 관련 성취기준과 연계하여 활용할 수 있습니다.

○ 수업 흐름

수업 열기



- 만화 완성하기를 통해 공감을 표현하는 방법 익히기
 - 만화를 보며 선생님의 꾸중과 친구들의 편간에 마음이 상한 친구에게 '공감이'가 한 말은 무엇일지 질문하기
 - '공감'이라는 말에 주목하여 답을 생각해 볼 수 있도록 강조하기
 - 공감의 비결은 '이야기를 잘 들어주고 그 사람의 입장에서 생각한 후 감정을 알아주는 것'임을 안내하기

- 공감·경청 놀이
 - 활동지에 기재된 감정 단어 중 혹시 모르는 감정이 있는지 확인 후 설명해주기
 - 시간이 넉넉한 경우 감정 중 하나를 퀴즈로 내고 어떤 일이 있을 때의 표정인지 맞혀보는 활동을 할 수도 있음
 - 공감·경청 놀이에 대해 설명하기
 - 자신의 이야기를 할 때 진지하게 활동할 수 있도록 강조하기

<공감·경청 놀이>

활동하기



1단계	2단계	3단계
'친구 1'이 자신에게 있었던 일을 이야기하면 '친구 2'가 그 문장을 그대로 따라서 말하기	'친구 2'는 감정 단어를 사용하여 '친구 1'의 마음을 위로해주기 <ul style="list-style-type: none"> - 길면 요약하고 문제를 지적하거나 비난하지 않음 - 감정에 대한 공감이 반드시 의견에 동의하는 것은 아님을 설명해주기 	상황을 바꾸어 짹과 함께 번갈아 가며 실시하기

<예시>

친구 1: 친구들이랑 방과 후에 떡볶이 먹으러 가기로 했는데 내가 그날 주변이라 청소 끝날 때까지 나를 운동장에서 기다려준다고 했어. 그런데 청소 끝나고 갔더니 아무도 없었어.

친구 2: (사실 요약하기) 친구들이 기다려준다고 해놓고 가버렸구나.
 (감정 알아주기) 너 정말 속상하고 화났겠다.

- 짹과 함께 번갈아 가며 가능한 시간만큼 공감·경청 놀이 반복하기

실천하기



- 소감 나누며 활동 마무리하기
 - 공감·경청 놀이 후 소감을 적고 발표를 통해 나누기
 - 공감의 비결 및 실천의 중요성을 안내하며 활동 마무리하기

○ 참고자료 : 어울림 기본 프로그램(중학교): 공감 - 2차시



학교폭력예방 함께 활동하기

화면

수업열기 ▶ 만화 완성하기 통해 공감 표현 방법 익히기

“공감을 표현하는 내용으로 말풍선을 채워 보세요.”



수업열기 ▶ 만화 완성하기 통해 공감 표현 방법 익히기

“말풍선에 들어갈 수 있는 말은?”



Tip

학생의 경험을 활용하여 상황을 실감나게 설명함

학생들이 다양한 답변을 표현할 수 있도록 분위기를 조성함

화면

수업열기 ▶ 만화 완성하기 통해 공감 표현 방법 익히기

“‘공감의 비결은?’”

이야기를 잘 들어주고
그 사람의 입장에서 생각해주고
감정을 알아주는 것!

활동하기 ▶ 공감·경청 놀이

“아래의 설명을 들은 후 아래 순서에 따라 짹 활동을 해봅시다.”

- ▣ 1단계: ‘친구 1’이 자신에게 있었던 일을 이야기하면, ‘친구 2’가 그 문장을 그대로 따라서 말한다
(※ 질문 요약하며 절대 문제를 지적하거나 비난 또는 중고하지 않음)
- ▣ 2단계: 친구 2’는 ‘친구 1’이 겪은 상황에서 어떤 감정을 느꼈을지 생각한 다음, ‘감정단어’를 사용하여 ‘친구 1’의 마음을 알아주는 말을 한다.
- ▣ 3단계: 1과 2단계를 짹과 함께 번갈아 가며 활동하면서 서로의 말을 공감해 본다.

Tip

공감의 비결은 잘 들어주고(경청), 그 사람의 입장에서 느꼈을 감정을 알아주는 것임을 강조함

교사가 학생과 함께 짹 활동을 시범으로 보여주면 효과적임

화면

활동하기 ▶ 공감·경청 놀이

“감정단어표”

긍정적 감정		부정적 감정	
편안한	감사한	기쁜	창피한
따뜻한	통쾌한	흥분된	긴장된
반기운	디정한	안절부절	우울한
희미로움	재미있는	자신감 있는	불안한
궁금한	감동한	활기 있는	속상한
자립스러운	사랑스러운	생기가 있는	겁나는
느긋한	뿌듯한	쾌락하는	외로운
행복한	만족스러운	편안한	답답한
신나는	든든한	마음이 아픈	미운
기대되는	멀뚱한	불쾌한	피곤한
		걱정스러운	억울한
		괴로운	불편한
		귀찮은	돌한
			무관심한

활동하기 ▶ 공감·경청 놀이

“예시 자료”

▣ 친구 1: 친구들이랑 방과 후에 떡볶이 먹으러 가기로 했는데 내가 그날 주변이라 청소 끝날 때까지 나를 운동장에서 기다려준다고 했어. 그런데 청소 끝나고 갔더니 아무도 없었어.

▣ 친구 2:
(사실 요약하기) 친구들이 기다려준다고 해놓고 가버렸구나.
(감정 알아주기) 너 정말 속상하고 화났겠다. 나도 그런 적 있었어.

활동 후에 어떻게 느꼈는지
자신의 소감을 적어보세요...

Tip

제시된 감정단어 외에 다양한 감정 표현을 활용할 수 있음

교사가 학급에서 잘 할 수 있는 학생 1명과 함께 시범을 보여줄 수 있음



학교폭력예방 함께 실천하기

4월

공감_공감의비결? 잘들고 감정을 알아주는 것!

공감·경청 놀이

1. 공감·경청 놀이에 대한 아래 내용을 꼼꼼하게 읽은 후 감정 단어를 활용하고 제시된 순서에 따라 짹과 함께 활동해봅시다.

<감정단어>

긍정적 감정			부정적 감정		
편안한	감사한	기쁜	창피한	긴장된	우울한
따뜻한	통쾌한	흥분된	슬픈	불안한	속상한
반가운	다정한	안정된	지루한	외로운	겁나는
흥미로운	재미있는	자신감 있는	답답한	실망스러운	미운
궁금한	감동한	활기 있는	짜증나는	화가 난	피곤한
자랑스러운	사랑스러운	생기가 도는	서운한	후회스러운	억울한
느긋한	뿌듯한	편안한	마음이 아픈	불쾌한	불편한
행복한	만족스러운	안심되는	걱정스러운	괴로운	놀란
신나는	든든한	명확해진	지친	미안한	심란한
기대되는	열중한	가슴 뭉클한	무서운	귀찮은	무관심한

<공감·경청 놀이>

1단계	2단계	3단계
'친구 1'이 자신에게 있었던 일을 이야기하면 '친구 2'가 그 문장을 그대로 따라서 말하기	친구가 어떤 감정을 느꼈을지 생각한 후 '감정단어'를 사용하여 친구의 마음을 알아주는 말하기	상황을 바꾸어 짹과 함께 번갈아 가며 말하기

<예시>

친구 1: 친구들이랑 방과 후에 떡볶이 먹으러 가기로 했는데 내가 그날 주번이라 청소 끝날 때까지 나를 운동장에서 기다려준다고 했어. 그런데 청소 끝나고 갔더니 아무도 없었어.
친구 2: (사실 요약하기) 친구들이 기다려준다고 해놓고 가버렸구나.
(감정 알아주기) 너 정말 속상하고 화났겠다.

2. 활동 후에 어떻게 느꼈는지 자신의 소감을 적어보세요.

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교 폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p.58 재구성

5
월

감정조절
감정은 생각에 따라 달라져요



5월

감정조절

감정은 생각에 따라 달라져요

○ 수업 소개

- 5월은 학생들이 서로 친해지면서 관계 활동이 활발해지는 시기로 갈등과 함께 부정적 감정이 증가할 수 있습니다. 이러한 가운데 학교폭력이 일어날 수 있으므로 자신에게 부정적인 감정이 느껴졌을 때 그것을 긍정적인 방향으로 전환하여 평정심을 되찾을 수 있도록 '감정조절' 역량을 길러줄 필요가 있습니다.
 - 본 차시는 부정적인 감정이 느껴졌을 때 자신의 주관적 판단이 아닌 객관적 사실의 확인을 통해 생각을 긍정적 방향으로 바꿔봄으로써 감정조절 역량을 향상할 수 있도록 구성하였습니다.
 - 후속 활동으로 '감정 해소 안전 구역 활동'을 연계하여 감정조절 역량을 더욱 강화할 수 있습니다.

○ 수업 흐름

수업 열기



- 감정에 대한 지식 점검하기
 - 다양한 감정의 기능에 대해 질문하고 답하기(0× 퀴즈)
 - 감정 지식과 관련하여 학생들의 경험담 들어보기
 - 교사용 참고자료를 활용해 구체적인 이유 설명하기

활동하기



- 생각에 따라 감정이 달라질 수 있음을 연습해보기
 - 슬라이드 활용하여 사실과 판단의 차이 이해하기
 - 예시자료(PPT)를 활용하여 주관적 판단에 따라 감정, 생각, 행동이 달라질 수 있음을 설명하기

〈예시자료〉

- 사실 확인: 친구가 나를 못 본 것일 수도 있다. 친구에게 무슨 일이 있을 수도 있다.
 - 감정과 행동: 걱정하며 무슨 일이 있는지 물어보고 도움 행동을 할 수 있다.

- 활동지를 배부하여 먼저 문제를 풀게 한 후 슬라이드의 정답 예시를 보여주면서 정리하기(의도와 비슷한 내용으로 답하면 정답으로 인정함)

실천하기



- 소감 나누며 활동 마무리하기
 - 오늘 활동을 통해 새롭게 알게 된 점이나 느낀 점을 발표 통해 나누기
 - 일상생활 속에서 실천하는 것이 중요함을 안내하며 활동 마무리하기

○ **참고자료** : 어울림 기본 프로그램(중학교): 감정조절 - 1차시



학교폭력예방 함께 활동하기

화면

수업 열기 ▶ 감정과 친해지기

“QUIZ”

문제		(O,X)
1	회, 치중, 외로움, 슬픔, 불안 등과 같은 불쾌한 감정은 좋지 않으므로 느끼지 않도록 해야 한다.	X
2	감정은 억누르고 통제해야 한다.	X
3	우리는 일상생활에서 다양한 종류의 감정을 경험한다.	O
4	어떤 사건에 대해서 내가 어떻게 생각하는지에 따라 다른 감정을 경험할 수 있다.	O
5	사람은 미소나 눈짓, 얼굴 표정, 웃음, 신체 행동 등을 통해 감정을 표현함으로써 타인과 의사소통을 할 수 있다.	O
6	감정은 내가 어떤 판단이나 결정을 내리는 데 도움을 준다.	O

출처 : 놀아줌마(2018), 고등학교 심리학, pp.1~43.
이서우(2017), 청소년증 코칭북, 맥경사

Tip

참고자료 내용을 미리 숙지한 후 정답과 함께 이유를 설명함

활동하기 ▶ 감정이 그때그때 달라요

“사실 or 판단”

번호	내용	사실	판단
1	A는 의외가 있다		
2	B는 오늘 학원에 15분 늦었다.	○	
3	선생님은 나쁜 미워하신다.		○
4	C가 나를 무시했다.		○
5	D는 학원시간에 내 의견을 묻지 않았다.	○	
6	나는 두꺼운 책을 읽었다.		○
7	나는 오늘 학원에 20분 늦었다.	○	
8	이번 주 동꽃길에 E를 3번 만났다.	○	
9	너는 PC방에 자주 가는 구나		○
10	F는 TV를 보는 동안 손들을 깨물고 있었다.	○	

* 출처 : 우지연 (2014) ABC 프로젝트, 페드로서점

사실과 판단의 차이점을 구분할 수 있도록 설명함

화면

활동하기 ▶ 감정이 그때그때 달라요

<사례 예시>

사건 : 친구에게 인사를 했는데 친구가 앞만 보고 지나갔다.

부정적 판단	부정적 감정	부정적 행동	부정적 결과
• 나를 무시한다.	• 화나고 속상하고 울고 싶다.	• 속을 한다 • 나도 같이 무시한다.	• 친구에게 단절

펙트체크

- 위의 판단이 이 사건을 정확하게 바라보는 것일까요?
- 위의 판단이 잘못 되었다는 증거를 찾아 봅시다.
- 위의 사건을 다르게 해석한다면?

활동하기 ▶ 감정이 그때그때 달라요

<사례 예시>

사건 : 친구에게 인사를 했는데 친구가 앞만 보고 지나갔다.

펙트체크

- 친구가 인사를 안 한 것이 나를 무시한 행동이라고 볼 증거가 불충분하다.
- 친구가 나를 본 것일 수도 있다.
- 친구가 앞만 보고 지나간 그 사실을 있는 그대로 받아들이는 것이 좋다.

객관적 사실	감정	행동	결과
• 친구가 앞만 보고 지나갔다.	• 아무 감정 없다 • 중간에 있는지 중간이다	• 그냥 지나간다. • 무슨 일이 있었나고 몰라본다.	• 친구관계 유지 • 도움행동하기

Tip

학생들에게 비슷한 경험이 있는지 여부를 물어보며 진행할 수 있음

비슷한 경험에 대해 후속 질문을 하며 진행 할 수 있음

화면

활동하기 ▶ 감정이 그때그때 달라요

<답안 예시>

사건 : 체육시간에 A와 부딪쳐서 넘어졌다.

펙트체크

친구와 부딪쳐서 넘어진 것을 친구가 일부러 나를 넘어뜨렸다고 생각하는 것은 적절한지 펙트체크 해 볼까요.

- 일본의 나를 넘어뜨렸다는 증거는 없다.
- 체육시간에 활동을 하다 보면 넘어질 수도 있다.
- 서로 실수로 부딪친 것이다.

객관적 사실	감정	행동	결과
• A와 부딪쳐서 넘어졌다.	• 넘어져서 놀랐다 • 금방 일어나거나 정지하다	• 금방 일어나다 • 금방 일어나는지 확인한다 • 친구에게 경찰하고 돌아온다.	• 친구관계유지 • 도움행동하기

실천하기 ▶ 오늘의 활동 정리하기

**오늘 활동을 통해
새롭게 알게 된 점이나
느낀 점은 무엇인가요?**

Tip

학생들이 자유롭게 반응할 수 있도록 분위기를 조성함



학교폭력예방 함께 활동하기

감정과 친해지기

- 참고자료를 활용하여 생각에 따라 감정이 달라질 수 있음을 알아봅시다.
감정의 기능과 관련한 문제에 대한 답과 해설은 다음과 같습니다.

문 제	
1	<p>화, 짜증, 외로움, 슬픔, 불안 등과 같은 불쾌한 감정은 좋지 않으므로 느끼지 않도록 해야 한다(×).</p> <p>☞ 유쾌한 감정이나 불쾌한 감정 모두는 인간이라면 자연스럽게 느껴지는 감정으로 옳고 그름이 있을 수 없습니다. 불안이라는 감정을 예로 들어본다면 적당한 불안은 위험을 감지하여 오히려 자신을 보호하는 기능을 합니다. 위험한 상황에서도 불안을 느끼지 못한다면 큰 위기에 처할 수 있습니다. 이렇게 불쾌한 감정을 나쁘다고 느끼는 이유는 그러한 감정을 제대로 다루고 조절하지 못하기 때문입니다.</p>
2	<p>감정은 억누르고 통제해야 한다(×).</p> <p>☞ 적절한 상황에서 감정을 잘 알아차리고 표현할 수 있으면 좀 더 적응적인 삶을 살아갈 수 있습니다. 즉, 나의 감정을 잘 표현하면 타인에게 도움을 받을 수도 있고, 친구에게 좋은 일이 생겼을 때 같이 기쁨을 표현하며 친구가 안 좋은 일이 있을 때 안타까움을 느끼고 위로하는 행동 등은 할 수 있습니다. 이것은 모두 내가 감정을 잘 알아차리고 표현할 수 있기 때문에 가능합니다.</p>
3	<p>우리는 일상생활에서 다양한 종류의 감정을 느낀다(○).</p> <p>☞ 아침에 친구를 만났을 때의 반가움, 친구를 도와주었을 때의 뿌듯함, 시험에서 좋은 점수를 받았을 때의 희열감, 호감을 느끼던 이성 친구에게 고백하는 순간의 두근거림, 동생이 아플 때의 걱정스러움 등 우리는 일상생활에서 다양한 감정을 느끼며 살아갑니다.</p>
4	<p>어떤 사건에 대해서 내가 어떻게 생각하는지에 따라 다른 감정을 경험할 수 있다(○).</p> <p>☞ 같은 사건을 놓고도 내가 어떻게 생각하느냐에 따라 감정은 달라집니다. 예를 들어 체육시간에 친구 와 부딪쳐서 넘어진 경우, 친구가 나를 일부러 넘어뜨렸다고 생각한다면 화가 나고 속상해하는 등 부정적 감정을 느끼지만 서로 실수로 부딪쳤다고 생각한다면 넘어져서 놀랐다고 느낄 수도 있습니다.</p>
5	<p>사람은 미소나 눈짓, 얼굴 표정, 웃음, 신체 행동 등을 통해 감정을 표현함으로써 타인과 의사소통 할 수 있다(○).</p> <p>☞ 친구의 얼굴 표정만 보더라도 그날의 기분을 대략 짐작할 수 있을 정도로 정서 상태를 가장 잘 표현 하는 것이 얼굴 표정입니다. 슬플 때 우는 행동, 즐거울 때 웃는 행동, 불안할 때 안절부절 못하는 행동, 화가 날 때 얼굴이 붉어지고 징그려지는 행동 등 정서는 언어적인 표현보다 신체 언어나 비언어 적 행동을 통해 나타나는 경우가 많습니다.</p>
6	<p>감정은 내가 어떤 판단이나 결정을 내리는 데 영향을 준다(○).</p> <p>☞ 감정은 내가 더 원하는 것과 관심 있는 것이 무엇인지 알게 해 주고 해야 할 일에 우선순위를 결정하는 데 도움을 줍니다. 예를 들어 가게에서 사고 싶은 옷을 고를 때 A, B, C 중 하나를 선택해야 하는 상황에서 내가 더 좋아하고 기분 좋은 쪽으로 결정할 수 있습니다.</p>

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p.126



학교폭력예방 함께 실천하기

감정이 그때그때 달라요

- ◎ 같은 사건에 대하여 본인의 부정적 판단이 들어가면 오해가 생겨 나의 감정이 상하고 상대방과 관계가 나빠질 수도 있습니다.

사건: 체육시간에 A와 부딪쳐서 넘어졌다.



- ◎ 위 사건에 대해 객관적으로 사실을 파악한 후 빈 칸을 채워봅시다.

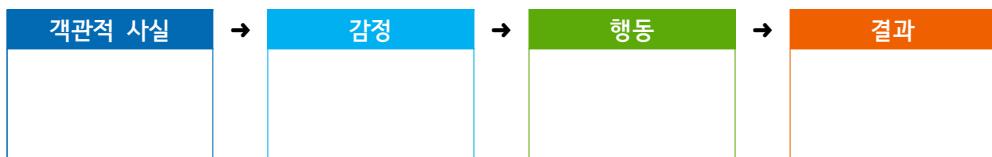
사건: 체육시간에 A와 부딪쳐서 넘어졌다.

- 친구와 부딪쳐서 넘어진 것을 친구가 일부러 나를 넘어뜨렸다고 생각하는 것이 적절한지 사실을 확인해 봅시다.

사실 확인

- 위의 판단이 이 사건을 정확하게 바라보는 것일까요? 위의 판단이 잘못되었을 수 있다는 증거를 찾아봅시다.

- 사실 확인을 통해 위 사건을 객관적으로 해석할 경우 감정, 행동, 결과가 어떻게 달라지는지 예측하여 아래 표를 작성해봅시다.



* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p.127 재구성

6
월

사이버 자기조절 사이버 공간에서의 자기조절



6월

사이버
자기조절

사이버 공간에서의 자기조절

6월

사이버 자기조절_사이버 공간에서의 자기조절

○ 수업 소개

- 6월은 사이버폭력을 예방하고 해결하기 위한 자기조절 역량에 관한 활동으로 구성하였습니다. 자기조절은 합리적 판단을 바탕으로 분노나 스트레스를 조절하고, 유혹과 중독을 극복하며, 이를 바탕으로 자기 규칙을 수립하고 실천해 봄으로써 향상될 수 있습니다.
- 본 차시에서는 '주사위 토의' 활동을 통해 사이버폭력과 자기조절의 개념, 사례 및 실천방법을 이해할 수 있도록 약 25분 정도의 수업으로 구성하였으며, 모둠별 또는 전체 학급을 대상으로 활동을 진행할 수 있습니다.
- 사이버 공간 속 자기조절의 습관화를 위해 스스로 규칙을 세우고 실천 및 성찰하는 것에 중점을 둔 활동을 연계·추가할 수 있습니다.

○ 수업 흐름

<p>수업 열기</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • 사이버폭력 예방과 자기조절의 관계 깨닫기 <ul style="list-style-type: none"> - '사이버폭력 없는 학교 만들기' 영상 시청 (아름다운 인터넷 세상, ~02:25) 	 https://url.kr/i5tc2f 사이버폭력 없는 학교 만들기
<p>활동하기</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • 사이버폭력 예방을 위한 주사위 토의하기 <ul style="list-style-type: none"> - 사이버폭력과 자기조절의 개념, 사례, 실천방법에 대한 주사위 토의 활동하기 • 활동 순서 설명하기 <ul style="list-style-type: none"> - 토의 규칙 확인 → 모둠 구성(4~6명) → 토의 실시 → 토의 내용 정리 및 의견 공유 	
<p>실천하기</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • 사이버폭력이 자기조절과 어떤 관계가 있는지 생각하기 <ul style="list-style-type: none"> - 학교폭력 실태조사에서 사이버폭력의 원인에 대해 응답한 결과를 보고, 사이버폭력과 사이버 자기조절 능력의 연관성에 대해 생각해보며 학습 정리 • 사이버공간에서 자기조절을 위해 필요한 방법 정리하기 	

○ 참고자료 : 사이버어울림 프로그램(중등): 사이버 자기조절

화면

수업 열기 ▶ 사이버폭력과 자기조절의 관계

'사이버폭력 없는 학교 만들기' 영상을 시청하고, 다음 물음에 답해 봅시다.
<https://www.youtube.com/watch?v=Rdld2ni4yT>

▣ 동영상을 시청하면서 무슨 생각(감정)이 들었나요?
 ▣ 주인공이 용기 있게 행동할 수 있었던 이유는 무엇일까요?

사이버폭력과 자기조절은 어떤 **관련성**이 있을까요?

Tip

- 학생들의 대답을 바탕으로 두려움을 극복한 주인공의 용기 있는 태도는 자신의 감정과 행동을 조절하는 자기조절 역량과 매우 밀접한 관련이 있음을 안내
- 동영상 대신 자신의 감정이나 행동을 조절해 사이버폭력을 예방하거나 해결했던 학생들의 실제 경험을 바탕으로 시작할 수 있음

화면

활동하기 ▶ '주사위 토의' – 사이버폭력과 자기조절

『활동 순서 알아보기』

6명(또는 4명) 모둠 구성 → 순서대로 돌아가며 주사위를 2번씩 던짐
 첫번째 숫자: 가로로 두 번째 숫자: 세로
 두 숫자가 만나는 지점의 질문에 답하기

Tip

- 6명이 모둠을 구성하도록 안내하고, 4명으로 모둠을 구성할 경우 질문의 수를 줄여 진행
- 주사위를 2번 던져 첫 번째 숫자는 가로축, 두 번째 숫자는 세로축으로 하여 두 숫자가 만나는 지점의 질문에 답하도록 안내

<학급 전체로 진행할 수 있어요>

- ① 모둠별로 주사위 토의 학습지를 1장씩 제공한 후 문항을 해결해보는 시간을 제공
- ② PPT 화면에 문항을 제시하여 모둠별로 1명씩 돌아가며 질문에 대한 답을 함
 (단, 각자 1번씩만 대답할 수 있으며 응답 제한시간 30초~1분을 둠)
- ③ 모둠별로 응답한 문항에 표시를 하여 1줄 빙고가 완성된 조에 보상 제공

활동하기 ▶ '주사위 토의' – 사이버폭력과 자기조절

『주사위 토의』

1	2	3	4	5	6
사이버폭력 없는 학교 만들기 영상을 감상하세요.	사이버 공간에서 행해지는 행위는 좋지 않아요.	사이버폭력은 다른 사람에게 해를 입힐 때는 좋지 않아요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	사이버폭력을 예방하는 방법은?
당신의 힘으로 사이버폭력을 예방하세요.	사이버폭력을 예방하는 방법은?	사이버폭력은 나에게 해를 입힐 때는 좋지 않아요.	질문 퍼즐을 맞힐 때는 좋지 않아요.	질문 퍼즐을 맞힐 때는 좋지 않아요.	사이버폭력을 예방하는 방법은?
나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.
나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.
나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.
나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.	나는 주인공처럼 친구들과 함께 활동하는 것을 원해요.

- 이 활동의 목적은 주사위 토의를 통해 사이버폭력 및 자기조절 관련 개념학습, 경험, 성찰, 문제점과 해결책 탐구를 하는 것으로, 학생들이 사이버폭력과 자기조절의 개념에 대한 이해도가 낮을 경우 토의가 원만하게 이루어지지 않을 수 있기 때문에 교사의 지속적인 도움 제공 필요

실천하기 ▶ 사이버폭력의 원인과 자기조절 능력의 관계 생각해보기

『사이버폭력이 발생하는 원인에는 무엇이 있을까요?』

원인	2015년 (n=526)	2017년 (n=730)
상대방이 심야시, 상대방에게 누가 그런 행동을 해서	34.2	42.2
제이나 스스로로	43.9	40.0
내 친구와 달리시	22.8	23.8
상대방이 풀든 하므로 친구들과 어울리기 위해	16.5	15.2
특별한 이유 없음	6.3	6.2
상대방이 풀든 하므로 친구들과 어울리기 위해	14.6	12.3

- 사이버폭력이 발생하는 원인에 대해 실제 학생들이 학교폭력 실태조사에서 응답한 그래프를 보며 이야기 나눌 수 있도록 안내
- 사이버폭력의 원인을 무작위로 제시한 후 순위를 맞춰보게 하는 방식을 활용하면 학생들의 흥미를 높일 수 있음
- 자기조절 능력의 중요성에 대해 이야기하며 수업을 마무리



학교폭력예방 함께 실천하기

6월

사이버 자기조절_사이버 공간에서의 자기조절

주사위 토의 활동

- ◎ 주사위를 두 번 던진 후 첫 번째 숫자는 가로 칸, 두 번째 숫자는 세로 칸이 만나는 지점에 있는 질문에 대답해봅시다.

	1	2	3	4	5	6
1	사이버폭력을 당한 친구를 위로해 준다면?	사이버 공간에서 지켜야 할 예절을 의미하는 단어는?	꽝 (다음 기회에!)	사이버폭력 하면 떠오르는 이미지는?	내가 기억하는 최악의 악성댓글은?	사이버폭력을 당했거나 목격했을 때 대처하는 방법은?
2	현실 세계와 다른 사이버공간의 특징은?	사이버폭력의 문제점은?	사이버 공간에서 폭력이 발생하는 원인은?	질문 하나를 선택한 후 선생님 생각 알아보기	나의 자기조절 점수는 몇 점이고 그 이유는? (100점 만점)	주사위 다시 한 번 굴리기
3	내가 경험하거나 목격했던 사이버폭력은?	다음 순서 건너뛰기	사이버폭력 이란?	사이버 공간에서 내가 타인을 존중했던 경험은?	꽝 (다음 기회에!)	사이버폭력을 해결하는 방법은?
4	오른쪽 친구가 사이버폭력을 저지르고 있다고 가정하고 친구에게 조언해주기	하루 종 사이버 공간에 있는 시간과 가장 많이 하는 것은?	사이버폭력을 예방하기 위한 나만의 규칙을 세운다면?	자기조절 이란?	사이버 공간에서 내가 주로 느끼는 감정과 그 원인은?	'자기조절'로 사이버폭력 예방과 관련된 사행시 짓기
5	사이버 공간은 현실과 달리 추적이 어렵다 (O,X)	사이버 공간에서 자기를 조절하는 방법은?	사이버폭력은 언제 어디에서 주로 발생하는가?	사이버폭력에 해당하는 행동은?	내가 사이버 공격을 했던 상대방이 내가 좋아하는 사람이었다면 어떤 느낌이 들까?	우리가 자기조절에 실패하는 이유는?
6	주사위 다시 한 번 굴리기	사이버폭력 예방에 대한 구호 만들고 다 같이 외치기	사이버 공간에서 자기조절을 했던 경험은?	익명성이란?	사이버 공간에서 나를 화나게 하는 것은?	다음 순서 건너뛰기

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국교육학술정보원. (2019). 2019년 사이버어울림 프로그램 중등 기본(역량). 한국교육학술정보원 p.167 재구성



학교폭력예방 함께 실천하기

주사위 토의 활동 교사 참고자료

• 사이버폭력 예방 방법

- 사이버 자기조절: 사이버공간에서 자신이 처한 상황에서 주인 의식을 가지고 울음과 그림, 좋고 나쁨의 판단 기준에 따라 충동적이고 일시적인 욕구를 정도에 넘지 않도록 알맞게 조절하여 행동할 수 있는 의지와 태도
- 사이버 불링(cyber bullying): 사이버공간에서 특정인을 집단적으로 따돌리거나 욕설, 혐담 따위로 집요하게 괴롭히는 행위
- 사이버 예절: 사이버공간에서 지켜야 할 예절
- 익명성: 어떤 행위를 한 사람이 누구인지 드러나지 않는 것
- 피해자 지지하는 말하기: “그래, 그 말은 좀 심했다.”, “그래, 그 댓글은 삭제해야겠네.”
- 가해자 반대하는 말하기: “그만해, 네가 쓴 댓글을 보니 나 같아도 화가 날 것 같아.”, “이런 말 하지 마, 나 같으면 기분 나쁠 것 같은데.”
- 상처받은 친구의 마음 진심으로 위로하기: “많이 속상하지? 나 같아도 속상할 것 같아, 기운 내!”, “기분 나쁘지? 나도 그 아이가 잘못한 거라 생각해. 힘내!”

• 사이버폭력 대처 방법

1단계	싫다는 의사 표시를 분명하게 하라
2단계	폭력적인 정보 게시에 대해 사과나 삭제를 요구하라
3단계	증거 확보를 철저히 하라
4단계	보복하려 시도하지 말고 그곳을 떠나라
5단계	처음에는 무시하고, 반복되면 차단하며, 지속되면 알리고 도움을 요청하라
6단계	고민하지 말고 어른에게 알려라
7단계	신고와 상담의 도움을 받을 전문 기관을 찾아라

* 출처: 교육부, 한국교육학술정보원(2015). 사이버폭력 상담 및 피해자 치유를 위한 상담개입 치유 프로그램 p.27 재구성

• 사이버폭력을 예방하기 위한 방법

- 상대방의 입장을 먼저 생각하라: 사이버공간에서 글이나 사진, 동영상 등을 올리기 전에 상대방이 어떻게 받아들일지 먼저 생각한다.
- 상대방을 존중하라: 사이버공간에서 상대방을 존중해야 나도 존중받는다는 사실을 명심한다.
- 사과하라: 사이버공간에서 내 말과 행동 때문에 상대방이 기분 상했다고 하면 바로 사과한다.
- 신중하라: 사이버공간에서 한번 맷은 말은 주워 담을 수 없으니 늘 신중하게 활동한다.

• 사이버공간 글쓰기 3·3원칙

글쓰기 전 3번 고민하기	글을 쓴 후 3번 고민하기
<ul style="list-style-type: none"> • 과연 꼭 써야만 할 가치 있는 정보인가? • 꼭 내가 앞장서서 알려야 하는 정보인가? • 확인할 수 있는 정확한 정보인가? 	<ul style="list-style-type: none"> • 이 글이 올라가고 나면 어떤 파장이 있을 것인가? • 혹시 다른 사람들이 오해하거나 잘못 받아들일 가능성은 없는가? • 피해 입을 당사자에 대해 나는 어떤 책임을 감당할 수 있는가?

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국교육학술정보원(2019). 2019년 사이버어울림 프로그램 중등 기본(역량). 한국교육학술정보원 세종: 교육부. p. 299 재구성

7
월

자기존중감 우리는 협력 공동체



○ 수업 소개

- 7월은 소속감과 유대감을 바탕으로 올바른 교우관계를 돌아보고 더 나은 학교생활을 추구하는 시기로, 협력적인 관계 형성을 도울 수 있는 수업으로 구성하였습니다. 학교생활 적응 기간이나 학기가 시작되는 3월과 9월의 학교폭력 예방 주간에도 활용할 수 있습니다.
- 본 차시는 비구조화된 간단한 문제를 협력적으로 수행하고 해결하는 모둠활동을 통해 자기존중감, 자신 및 타인에 대한 이해와 존중, 문제해결력과 협력적 주도성을 함양하는 데 도움이 되도록 하였습니다.

○ 수업 흐름

수업 열기



- ‘모두 함께 종이컵을 들어 올려라!’ 활동 이해하기
 - 활동 목표와 규칙 설명하기(PPT)
 - 모둠 구성하기
 - : 모둠원 간 균형을 유지해야 하는 활동이므로 모둠원을 홀수로 구성하면 난이도가 상향될 수 있음

활동하기



- 협력하면 성공이 보여요!
 - 주어진 재료로 컬러볼 또는 스티로폼 공이 가득 담긴 종이컵을 간접적으로 들어 올릴 수 있는 물품을 제작하기 위한 아이디어를 공유하기
 - * 컬러볼 또는 스티로폼 공은 크기가 같으면서 부피가 크고 가벼운 물체로 대체 가능
 - 공유한 아이디어와 재료를 활용하여 주어진 시간(5~10분) 내 모둠원과 협력하여 물품 제작하기 (재료 배부: 실 또는 끈)
 - 제작한 물품을 가지고 종이컵을 들어올리기 위해 연습해보고 제작 물품을 수정하기
 - 모둠원이 협력하여 컬러볼이 가득 담긴 종이컵(제작한 물품)을 들어 올리기
 - 규칙을 준수하여 1모둠부터 제작한 물품을 10초 동안 들어올리기
 - * 문제해결에 실패한 모둠은 성공할 때까지 기회를 여러 번 제공하여, 성공의 경험을 통해 협력의 중요성을 깨닫게 하기

실천하기



- 긍정적 평가 활동
 - 질문을 통해 학생 스스로 반성적 성찰 기회 갖기
 - 문제해결에 참여한 모둠원 모두에게 고마움 또는 격려의 말 전하기
 - 자신이 속한 모둠의 성공의 요인을 자유롭게 이야기한 후 붙임쪽지에 정리하여 발표하기



학교폭력예방 함께 활동하기

<p>화면</p> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 10px; background-color: #f0f8ff;"> <p>수업열기 ▶ 활동 이해하기</p> <p>“활동 규칙 안내”</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ 교탁 위 통 안에는 스티로폼 공이 가득 담겨 있습니다. ☞ 각 모둠의 1명이 종이컵을 가지고 나와 10초동안 스티로폼 공을 종이컵에 가득 담습니다 ☞ 가져간 스티로폼 공을 담은 종이컵을 모둠원 모두가 참여하여 10초간 앉은 자리에서 간접적으로 들어 올립니다 ☞ 주의! 스티로폼 공이 종이컵 밖으로 한 개라도 떨어지면 문제해결에 성공하지 못한 것으로 합니다. </div>	<div style="border: 1px solid #ccc; padding: 10px; background-color: #f0f8ff;"> <p>활동하기 ▶ 협력하면 성공이 보여요!</p> <p>“아이디어 공유 및 물품 제작 및 적용”</p> <p>모둠원과 함께 문제해결을 위한 아이디어를 자유롭게 공유하세요.</p> <p>주어진 재료를 활용하여 문제해결에 필요한 물품을 만들어서 적용해 봅시다.</p> </div>
<p>Tip</p> <ul style="list-style-type: none"> • 학생들이 활동 규칙을 잘 이해할 수 있도록 천천히 읽으며 자세히 설명 • 이후 앉은 자리에서 5명씩 모둠 편성, 준비물 배부 	<ul style="list-style-type: none"> • 아이디어 공유에 많은 시간을 소요하지 않도록 타이머를 사용하면 효과적임 • 물품 제작 후 연습할 수 있도록 안내
<p>화면</p> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 10px; background-color: #f0f8ff;"> <p>활동하기 ▶ 협력하면 성공이 보여요!</p> <p>“문제해결 방법 수행하기”</p> <p>모든 모둠은 제작한 물품을 앞에 제출합니다. (모둠별 수행활동 시 제작을 금지하기 위함)</p> <p>1모둠부터 차례대로 문제해결 방법을 수행합니다.</p> </div>	<div style="border: 1px solid #ccc; padding: 10px; background-color: #f0f8ff;"> <p>실천하기 ▶ 긍정적 평가 활동</p> <p>“생각의 Q”</p> <p>스스로 반성적 성찰하기</p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ 나는 오늘 모둠 활동에서 친구의 의견이나 행동을 존중했나요? ☞ 나는 오늘 모둠 활동을 하며 친구들과 협력했나요? ☞ 오늘 모둠 활동의 성공의 요인은 무엇이었까요? </div>
<p>Tip</p> <ul style="list-style-type: none"> • 모든 모둠이 제작한 물품을 제출해야 함을 강조 • 모둠별로 문제해결 방법 수행 시 실패한 모둠은 도전의 기회를 여러 번 제공하여 성공을 경험하도록 하는 것이 중요 	<ul style="list-style-type: none"> • 교사는 ‘생각의 Q’ 문항을 읽어주고 학생들이 눈을 감고 스스로 성찰할 수 있도록 기회를 제공
<p>화면</p> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 10px; background-color: #f0f8ff;"> <p>실천하기 ▶ 긍정적 평가 활동</p> <p>“릴레이 활동”</p> <p>문제 해결에 참여한 모둠원 모두에게 고마운 마음을 전하거나 릴레이로 격려의 말을 전해봅시다. (A → B → C → D → A)</p> </div>	<div style="border: 1px solid #ccc; padding: 10px; background-color: #f0f8ff;"> <p>실천하기 ▶ 긍정적 평가 활동</p> <p>“모둠별 긍정적 평가 발표”</p> <p>성공의 요인을 모둠원과 함께 자유롭게 이야기해봅시다.</p> <p>모둠원의 의견을 불임쪽지에 1~2개로 정리하여 모둠별로 발표해봅시다.</p> </div>
<p>Tip</p> <ul style="list-style-type: none"> • 모둠원이 돌아가며 칭찬 활동 진행 시 소외 되는 학생이 없도록 하고 장난을 하지 않도록 교사는 순회하며 지도 • 장난을 하여 분위기를 해치는 학생들에게 주의를 줌 	<ul style="list-style-type: none"> • 불임쪽지를 배부하여 모둠의 성공 요인을 적어 발표하게 하거나 칠판에 붙이도록 하여 교사가 읽으며 정리

* 이 활동은 소속감을 높일 수 있는 협동놀이나 신체놀이로 대체할 수 있으며, 규칙이나 시간을 조금 변형하여 나이도를 조절할 수 있습니다.



학교폭력예방 함께 활동하기

'종이컵을 들어 올려라!' 활동 방법 및 규칙

【 문제해결 활동 방법 】

1. 교탁 위 바구니 안에는 컬러볼 또는 스티로폼 공이 가득 담겨 있다.
2. 각 모둠의 1명이 종이컵을 앞으로 가지고 나와 10초 동안 컬러볼 또는 스티로폼 공을 종이컵에 가득 담는다.
3. 컬러볼 또는 스티로폼 공을 가득 담은 종이컵을 실(끈)을 이용하여 모둠원이 모두 함께 참여하여 10초 동안 앉은 자리에서 머리 위로 들어 올린다.

【 문제해결 활동 규칙 】

- 종이컵은 실(끈)을 이용하여 종이컵을 직접 잡지 않고 도구를 활용하여 간접적으로 들어 올려야 한다.
- 아이디어를 공유할 때 모둠원에게 부정적인 말이나 비난을 하지 않도록 하며, 모둠원이 종이컵을 들어 올릴 때 모둠원 전원이 참여해야 한다.
- 컬러볼 또는 스티로폼 공이 바닥에 떨어지는 일, 종이컵이 찢어지거나 엎어지는 일이 생기면 실패로 간주한다.(실패 시 재도전 기회를 계속 부여하여 성공할 수 있도록 한다.)
- 주어진 정답은 없으며, 주어진 재료를 변형하여 다양한 방법을 사용하도록 한다.
(실(끈)의 길이, 종이컵에 구멍을 내는 부위, 실(끈)을 묶는 행위 등 제작 방법에 제한은 없다.)

【 문제해결 활동 아이디어 예시 】



- * 위 예시(사진자료)는 재료(컬러볼, 종이컵, 실, 샤프)를 활용하여 필요한 물품을 제작한 후 컬러볼이 가득 담긴 종이컵을 들어 올리는 연습을 하는 장면이다.
* 위 예시(사진자료) 방법을 학생들에게 사전에 보여주지 않도록 주의한다.

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p. 159 재구성
* 사진: 중앙교육연수원(2020). 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용) 원격연수 콘텐츠 '자기존중감'. 교육부

8
월

사이버폭력 인식 및 대처 꼼짝 마, 사이버폭력!



8월

사이버폭력
인식 및 대처

꼼짝 마, 사이버폭력!

○ 수업 소개

- 8월은 새로운 학기가 시작되는 시기로, 사이버폭력의 의미를 알아보고 자신의 행동이 사이버폭력에 해당할 수 있다는 경각심을 일깨울 수 있도록 합니다.
- 본 차시는 사이버폭력 자가진단과 대처방안의 내면화로 구성하여 실질적인 문제해결력을 키우고자 하였습니다. 상황카드를 통해 실제 상황에 직면했을 때의 해결 방법을 습득하고 문제 상황에 대처할 수 있는 능력과 상호작용 기술을 향상시킬 수 있습니다. 약 20~25분 간 진행되는 본 차시의 핵심은 사이버폭력 대처방안을 연습해보는 것입니다.
- 후속 활동으로 ‘뉴스 속 사이버폭력 조사하기’ 활동을 통해 사회적으로 논의가 되는 다양한 사례의 사이버폭력을 조사하고 공유하면서 사이버폭력예방 감수성을 키울 수 있습니다.

○ 수업 흐름

수업 열기 	<ul style="list-style-type: none"> • 사이버폭력 자가진단 하기 <ul style="list-style-type: none"> - 사이버폭력 자가진단을 통해 사이버폭력에 대해 이해하기 - 자가진단 결과를 확인하고 자신의 행동을 되돌아보기 ※ 자가진단자는 활동지 형태로 제공할 수 있으나, 결과 집계를 위해 온라인 설문지 사용을 권장
활동하기 	<ul style="list-style-type: none"> • 사이버폭력 대처방안을 내면화하기 위한 단계별 방법 알아보기 <ul style="list-style-type: none"> - 사이버폭력 대처방안 동영상 시청 <ul style="list-style-type: none"> : 사이버폭력, 어떻게 대처해야 할까요? (서울특별시교육청교육연구정보원, 1:43~4:40) - 사이버폭력 대처방안 화면을 제시하고 다 같이 소리 내어 읽어보기 • 사이버폭력 상황(예시)을 통한 대처방안 기르기 <ul style="list-style-type: none"> - 사이버폭력 상황 삽화를 보면서 학생들이 학습한 대처방안을 상황에 적용해보기 (학생들은 먼저 활동지를 통해 대처방안을 생각해보고, 그 이후 교사가 상황 삽화를 제시하기) <div style="text-align: right; margin-top: 20px;">  https://url.kr/lmhvnf 사이버폭력, 어떻게 대처해야 할까요? </div>
실천하기 	<ul style="list-style-type: none"> • 사이버폭력 예방 수칙 한 번 더 확인하기 <ul style="list-style-type: none"> - 학교폭력 대처의 중요성에 대해 이야기하며 마무리하기

○ 참고자료 : 사이버어울림 기본 프로그램(중등): 사이버폭력 인식 및 대처

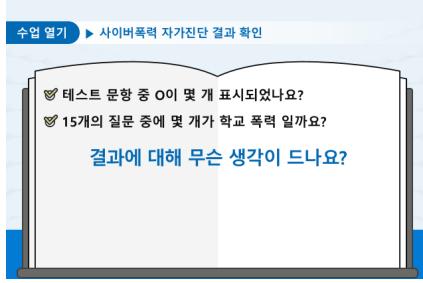
8월

사이버폭력 인식 및 대처_꼼짝마, 사이버폭력!



학교폭력예방 함께 활동하기

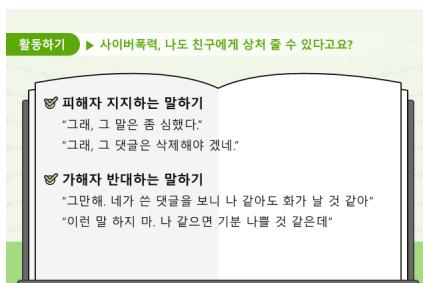
화면



Tip

- 평상시 사이버공간에서의 즉흥적이고 장난스러운 행동이 상대방에게 폭력적일 수 있음을 인식하고 사이버폭력에 대한 경각심을 일깨울 수 있도록 지도
- 사이버공간에서는 누구나 쉽게 가해자 또는 피해자가 될 수 있음을 인지하도록 하는 것이 중요함

화면



Tip

- 나도 친구에게 상처를 줄 수 있다는 것을 깨달을 수 있도록 하고, 피해자를 지지하는 말하기와 가해자를 반대하는 말하기, 진심으로 위로하기와 신고하고 도와주기를 안내
- 방관자가 아닌 방어자의 마음을 내면화하여 사이버폭력을 예방할 수 있도록 지도
- 학생들이 2명씩 실습할 수 있도록 지도 가능



- 사례를 통해 학생들이 해당 상황에 어떻게 대처해야 하는지를 연습해보게 하는 활동임
- 제시된 모든 사례가 사이버폭력에 해당함을 알려주어 사소한 장난도 폭력이 될 수 있음을 다시 한 번 상기시킴



- 사이버폭력 상담 및 대응기관에 대한 정보를 제공하고, 학생들이 연락처를 저장하거나 기억할 수 있도록 하여 대응능력을 높이도록 안내

* 6월 <사이버 자기조절> 사이버공간에서의 자기조절 '학교폭력예방 함께 실천하기'의 사이버폭력 대처 방법 등의 자료(p.32)를 참고해주세요.



학교폭력예방 함께 실천하기

사이버폭력 자가진단 테스트

◎ 다음 문항에 대해 OX로 답변하세요.

문 항	0/X
사이버공간에서 친구에게 욕설 및 폭언을 한 적이 있다.	
사이버공간에서 친구 몰래 다른 친구의 나쁜 이야기를 했던 적이 있다.	
사이버 단체채팅방에서 다른 사람에 대한 거짓 소문을 퍼뜨린 적이 있다.	
사이버 단체채팅방에서 다른 친구들도 다 욕을 해서 나도 같이 욕을 한 적이 있다.	
친구가 사이버공간에서 보내준 사진을 친구 허락 없이 다른 친구에게 전송한 적이 있다.	
사이버공간에서 친구에게 상처 주는 말을 한 적이 있다.	
사이버공간에서 위협 혹은 협박을 한 적이 있다.	
친구 사진을 캡처하여 다른 사진과 합성한 후 다시 게시하여 많은 사람이 보도록 한 적이 있다.	
친구의 게임 아이디와 비밀번호를 우연히 알게 되어 다른 친구들과 공유하여 사용한 적이 있다.	
친구를 시켜 내가 별로 좋아하지 않는 친구의 욕을 SNS에 올리도록 한 적이 있다.	
친구의 핫스팟을 억지로 켜게 하고 와이파이(wifi)를 무료로 사용한 적이 있다.	
친구의 허락 없이 친구 휴대전화의 잠금 패턴을 풀어 사용한 적이 있다.	
친구 몰래 그 친구의 험담을 하는 온라인 대화방을 개설한 적이 있다.	
사이버공간에서 다른 사람으로 속이고 말을 걸어 친구와 대화를 했던 적이 있다.	

* 출처: 푸른나무재단(청소년폭력예방재단)블로그. [온라인편딩] 혹시 나도 사이버폭력 가해자? 사이버폭력 자가진단 후원에 참여하자! (게시일:2015.2.23.). <https://blog.naver.com/bakbht/220280965889>.

◎ 모두 몇 개의 OX가 나왔나요?

O : ()개
X : ()개



학교폭력예방 함께 실천하기

이럴 땐 어떻게?

◎ 다음 상황에서 어떻게 대처해야 할까요?

1.



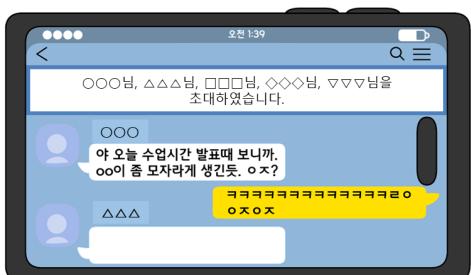
2.



3.



4.



* 출처: 삽화 의뢰 제작

9월

의사소통
평화로운 의사소통, 연습이 필요해



9월

의사소통

평화로운 의사소통, 연습이 필요해

○ 수업 소개

- 9월은 학생들이 본격적인 2학기를 시작한 후 친구들과 의사소통을 다시 활발하게 시작하는 시기로, 평화로운 의사소통 방법을 익혀 긍정적인 교우 관계를 맺을 수 있는 역량을 길러줄 필요가 있습니다.
- 본 차시는 평화로운 의사소통 방법 익히기, 갈등 해결 조언 라디오 DJ 대본 쓰기 및 역할극 활동을 수행하는 과정에서 의사소통의 민감성을 높이고 갈등을 해결할 수 있도록 구성하였습니다.
- 본 차시는 상호 존중, 공감적 대화, 의사소통, 갈등 해결, 협력적 문제해결을 주제로 하는 교과 수업에서 연계하여 활용할 수 있습니다. 갈등 해결 라디오 DJ 역할극은 창의적 체험활동(자율) 학급 활동 시간이나 조·종례 시간을 활용하여 진행할 수 있습니다.

○ 수업의 흐름

수업 열기



- 의사소통 기술이 필요한 순간 찾기(PPT)
 - '개미'와 '베짱이'의 일화에서 갈등 발생 지점 찾기
 - 평화로운 의사소통을 위해 필요했던 요소 생각해보기(키워드 참고)

활동하기



- 갈등 해결 채널! 소통 라디오 DJ 활동하기
 - ① 참고자료(p.49)의 갈등 상황 사연 중 1개 선택하기
 - ② 선택한 사연의 갈등 해결에 도움이 될 만한 '평화로운 의사소통 기술' 1개 선정하기
 - ③ 라디오 DJ가 되었다고 가정하고, 선정한 '평화로운 의사소통 기술'을 사연에 적용해 갈등 해결에 도움이 될 만한 조언이 담긴 소통 라디오 DJ 대본 3~4줄 쓰기
 - ④ 소통 라디오 DJ가 되어 모둠 친구들에게 가상 방송하고 소감 나누기

실천하기



- 나에게 필요한 평화로운 의사소통 기술 3가지 선정하기
 - 나에게 필요한 평화로운 의사소통 기술 3가지 선정 및 이유 정리하기
 - 내가 고른 의사소통 기술을 해시태그(#) 또는 그림으로 표현하기
 - 친구들에게 활동 결과를 공유하고 공감 스티커 붙이기

9월

의사소통_평화로운 의사소통, 연습이 필요해

○ 참고자료 : 어울림 기본 프로그램(중학교): 의사소통 - 3차시



학교폭력예방 함께 활동하기

화면

수업열기 ▶ 평화로운 의사소통이 필요한 순간은?

“**개미와 베짱이의 입장에서**”⁷⁹

두 사람의 갈등 발생 지점, 일률 친 부분에서 개미와 베짱이는... - 평화로운 의사소통을 위해 무엇이 필요했을까? - 다음 슬라이드에서 찾기

☞ 베짱이: 개미야 나 오늘 청소 담당인데, 애들 이랑 PC방 가기로 약속했거든. 나 대신에 오늘만 청소 좀 해주자.
☞ 개미: 청소? 나도 약속이 있는데... (곤란한 표정으로) 음... 생각해 볼게.
☞ 베짱이: 응? 부탁한다. 그럼 (기버깅)
(잠시 후)
☞ 개미: 저기, 베짱아 나 오늘 청소 대신하기 힘들 것 같아.
☞ 베짱이: (황당해) 아야 왜 생각해 봤어? 생각해 보니까 해주기 싫니?
처음부터 싫으면 싫다고 말하지 그랬나!

수업열기 ▶ 평화로운 의사소통이 필요한 순간은?

☞ 정직하게 반응
☞ 상대 약점 건드리지 않기
☞ 비언어적 표현 활용
☞ 무사하는 발언 하지 않기
☞ 순간의 감정에 휘둘리지 않기
☞ 상대방의 말이 끝난 다음 말하기
☞ 눈빛, 표정으로 공감하기
☞ 자신이 무조건 옳다는 생각 버리기
☞ 나-전달법

출처: 고등학교평화로운 의사소통 기술 교과서(교과부 제작) 제2판 2011 청장집

Tip

- 갈등의 시작 순간에 필요한 평화로운 의사소통 기술을 다음 슬라이드에 제시된 20개의 키워드를 활용하여 빠르게 고를 수 있도록 안내하기
- 무겁고 깊이 있게 진행하기보다는 호기심 유발 차원에서 빠르게 진행하는 것이 좋음

- 키워드는 ‘활동하기’와 연결되는 자료로, 후속 활동을 위한 훑어보기 차원에서 살펴보는 것이 좋음
- ‘활동하기’에서 키워드가 아닌 완전한 문장 형태로 해당 내용을 상세하게 다를 것이므로, 이 슬라이드는 학생들에게 제시하는 용도로만 활용하고 추가 설명은 하지 않는 것이 좋음
- 활동 시간에 여유가 있는 경우, 학생들이 키워드 빈 칸을 채우는 활동으로 변형하여 운영할 수 있음
 - 상대 ○○ 건드리지 않기(약점)
 - 순간의 ○○에 휘둘리지 않기(감정)
 - ○○, ○○으로 ○○하기 등

화면

활동하기 ▶ 갈등 해결 채널! 소통 라디오 DJ 활동하기

“**평화로운 의사소통 전략을 전하는, 소통 라디오 DJ 역할극**”⁸⁰

활동 방법

☞ 갈등 상황 사연(1 ~ 3) 중 1개 선택하기
☞ 선택한 사연의 갈등 해결에 도움이 될 만한 의사소통 기술 1개를 [평화로운 의사소통 기술 20] 중에서 선정하기
☞ 라디오 DJ가 되었으나 가정하고, 선정한 [평화로운 의사소통 기술]을 사연에 적용해 갈등 해결에 도움이 될 만한 조언으로 소통 라디오 DJ 대본 3~4줄 쓰기
☞ 소통 라디오 DJ가 되어 모둠 친구들에게 가상 방송하기 – 소감 나누기

실천하기 ▶ 평화로운 의사소통 기술 Best 3 !

활동 방법

☞ 나에게 꼭 필요한 평화로운 의사소통 기술 3가지 선택하기 (의사소통 기술 → 키워드로 정리, 선택한 이유 간략하게 적기)
☞ 1~3 순위를 정해 표시하기
☞ [해시태그(#) & 키워드] 또는 [그림]으로 표현하기 (붙임 쪽지에 1개씩, 필요 시 선택한 이유 간략하게 적기)
☞ 활동 결과를 교실 앞 또는 뒤에 붙여 공유하기
☞ 친구들이 고른 Best 의사소통 기술 해시태그(#) / 그림을 보고, 공감 스마일 스티커 붙이기

Tip

- 보다 편한 활동을 위해 [평화로운 의사소통 기술]은 슬라이드 외에 활동지로 추가 작성하거나 인쇄하여 학생들에게 제공할 수 있음
- 시간적 여유가 있는 경우, 소통 라디오 DJ 역할극은 모둠에서 1차 활동을 한 후 학급 전체 활동으로 확대하여 운영할 수 있음
- 활동 시간의 여유가 있는 경우 모둠 활동으로 진행할 수 있음
 - 모둠원 역할 분담, 토의 과제 수행 자체가 의사소통 활동으로 진행될 수 있음

- 시간적 여유가 있는 경우, 우리 학급 Best 의사소통 기술 3, 우리 학년 Best 의사소통 기술 3, 우리 학교 Best 의사소통 기술 3 등으로 확장할 수 있음

* 1차시 수업 시간(25분)에 맞춰 구성되었으나 학급 상황에 따라 45분으로 확대하여 운영할 수 있음



학교폭력예방 함께 활동하기

[참고자료] 갈등 상황 사연

(사연 1) 이성 교제 문제로 엄마와 다투었던 경험

안녕하세요. 저는 ☆☆시에 살고 있는 □□□입니다. 요즘 저는 가만히 있어도 웃음이 나고, 길거리의 음악 소리도 더 달콤하게 들립니다. 왜냐구요? 바로 여자친구가 생겼거든요. 그런데 여자친구와 매일같이 만나 이야기 하며 행복한 하루를 보내고 있는 제게 한 가지 큰 고민이 생겼어요. 어젯밤 여자친구를 집에 데려다 주고 평소보다 조금 늦은 시간에 집에 들어왔었어요. 그런데 엄마가 잠깐 이야기를 하자며 부르셨어요. 평소보다 어두운 엄마의 목소리에 괜히 불안해져 피곤하다며 방으로 들어갔어요. 엄마가 제 방으로 따라 들어오셔서는 요즘 무슨 일 있느냐며, 여자친구가 생겼느냐며 다그치시는 거예요. 솔직하게 엄마에게 여자친구 이야기를 꺼냈더니, 엄마는 공부해야 할 시기에 시간 빼앗기는 것 아니냐며 걱정부터 하셨어요. 축하해 주실 줄 알았는데… 걱정부터하시는 모습에 순간 저도 엄마에게 짜증을 냈네요. 지금 생각해보면 요즘 조금 늦게 다녀서 화나셨던 것 같기도 해요. 걱정하시는 마음은 알지만, 그래도 제 마음을 잘 이해해주지 못하시는 것 같아 속상하네요.

(사연 2) 모둠 발표 과제를 준비하는 과정에서 열심히 참여하지 않는 친구와의 갈등 경험

안녕하세요. 저는 ◇◇구에 살고 있는 △△△입니다. 제 이야기는 모둠발표 과제를 준비하며 있었던 일이에요. 제가 모둠장을 맡았었는데, 모둠 점수도 있어서 각자 자신이 맡은 역할을 충실히 해야 하는 발표였었어요. 회의를 통해 자료 수집, 보고서 작성, 프레젠테이션 제작, 발표 등 역할을 나누고, 한번 열심히 해보자며 분위기가 좋았었는데… 지난 주말이었어요. 주말 동안 수집한 자료를 보내주기로 한 ☆☆☆가 전화도 안 받고, 단체채팅방 메시지 확인도 안 하는 거예요! 발표일이 얼마 남지 않아 결국 모둠장인 제가 그 친구가 맡은 부분까지 다 해서 발표 자료를 힘들게 완성했었어요. 월요일 아침 학교에서 그 친구를 보자마자 화부터 냈네요. 듣기만 하던 ☆☆☆는 아무 대답도 않고 나가버렸어요. 나중에 전해들은 이야기지만, 주말 동안 많이 아팠다고 하네요. 화부터 낸 것 같아 미안한 마음도 들면서도 연락이라도 주지 싶어 입기도 하네요. 평소 잘 지냈던 친구인데… 저 어떻게 하면 좋을까요?

(사연 3) 동아리 역할 배정 상황에서 있었던 갈등 경험

안녕하세요. 저는 **동에 살고 있는 000입니다. 저는 학교에서 독서 동아리 활동에 즐겁게 참여하고 있는데요, 동아리에서 최근에 있었던 일을 이야기하려 해요. 지난 주 금요일, 동아리 부원들이 모두 모여 역할 배정을 하였어요. 저는 용기를 내어 동아리 부회장을 하고 싶은 평소의 생각을 조심스레 말했지요. 그 순간 △△△가 한쪽 입꼬리를 올리며 씨익 웃었고, 저는 △△△가 저를 비웃었다고 생각했어요. 기분이 많이 상한 상태에서 저도 △△△의 역할 배정에 괜히 트집을 잡게 되었고, 동아리 분위기가 차갑게 가라앉고 말았습니다. 결국 동아리 부회장을 뽑는 일은 다음에 다시 정하는 것으로 미루어졌어요. 그런데, 시간이 지나고 제가 오해를 했었다는 사실을 알게 되었습니다. △△△는 웃을 때 한쪽 입꼬리만 올리는 습관이 있어 자신도 고치기 위해 노력하고 있다는 것이었어요. △△△에게 그런 습관이 있다는 사실을 먼저 알았다면 분위기가 그처럼 혐약해지지는 않았을 텐데… 서로 마음이 상하고서야 알게 되어 참 아쉬웠어요.

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p.110 재구성



학교폭력예방 함께 활동하기

평화로운 의사소통 기술

- ① 정직하게 반응한다.
- ② 상대방의 약점은 건드리지 않는다.
- ③ 손짓, 표정 등 비언어적 표현을 적절히 활용한다.
- ④ 상대방을 무시하는 발언은 하지 않는다.
- ⑤ 자신이 무조건 옳다는 생각을 버린다.
- ⑥ 순간의 감정에 휘둘리지 않는다.
- ⑦ 상대방의 말이 끝난 다음 말을 한다.
- ⑧ 눈빛과 표정으로 먼저 공감의 태도를 보인다.
- ⑨ 감정을 전할 때, 상대가 아닌 나를 주어로 하는 '나-전달법'을 활용한다.

9월

의사소통_평화로운 의사소통, 연습이 필요해

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p.111 재구성



학교폭력예방 함께 실천하기

평화로운 의사소통 기술 3가지

★ 나에게 꼭 필요한 평화로운 의사소통 기술 3가지 선정하기

- ① 나에게 꼭 필요한 평화로운 의사소통 기술 3가지를 선택한다.
 - ② 내가 선택한 의사소통 기술(키워드)과 고른 이유를 적고, 순위를 정한다.
 - ③ 붙임 쪽지에 해시태그(#)로 표현하거나 메모지에 그림으로 표현하여 지정된 곳에 붙여 공유한다.
 - ④ 친구들이 고른 Best 의사소통 기술 해시태그(#) 또는 그림을 보고, 공감 스마일 스티커를 붙인다.
- * 갈등 상황을 역할극으로 먼저 보여주고 라디오 DJ 방송을 실천해도 좋다.

내가 고른 의사소통 기술 (키워드)	이유	순위

★ 내가 고른 의사소통 기술(키워드)을 붙임쪽지에 해시태그(#) 또는 그림으로 표현하기

활동 결과 공유 방법 선택하기

* [선택 1, 2] 모두를 선택할 수도 있음, 활동 후 지정된 곳에 붙여 공유하기

[선택 1] 해시태그(#)로 표현하기

☞ 붙임쪽지를 활용하여 활동하세요.

[선택 2] 그림으로 표현하기

☞ 메모지를 활용하여 활동하세요.

★ 친구들이 고른 Best 의사소통 기술 해시태그(#) 또는 그림을 보고, 공감 스마일 스티커 붙이기



학교폭력예방 함께 실천하기

갈등 해결 채널! 소통 라디오 DJ 활동하기

1. 내가 고른 사연은? (✓ 표시하기)

선정한 갈등 상황	<input type="checkbox"/> (사연 1) 이성 교제 문제로 엄마와 다투었던 경험 <input type="checkbox"/> (사연 2) 모둠 발표 과제를 준비하는 과정에서 열심히 참여하지 않는 친구와의 갈등 경험 <input type="checkbox"/> (사연 3) 동아리 역할 배정 상황에서 있었던 갈등 경험
--------------	---

2. 위 갈등을 해결하기 위해 내가 고른 평화로운 의사소통 기술은?

예시) (⑥)번	순간의 감정에 휘둘리지 않는다.
()번	

3. 내가 고른 평화로운 의사소통 기술의 측면에서 살펴볼 때, 다툼이 생긴 이유는?

다툼이 생긴 이유	예시) 순간적으로 감정 상한 것에 초점 맞춤, △△△의 의견에 즉각적으로 부정적 반응하기
--------------	---

4. 의사소통 기술을 활용하여 라디오 DJ 조언 핵심 문구(또는 키워드) 만들기

라디오 DJ 조언 핵심 문구(키워드) 만들기	예시) 순간적 감정 표현보다 △△△가 웃은 이유 확인 먼저, △△△에게 반응하기 전에 역지사지로 생각하기
-----------------------------	---

5. 소통 라디오 DJ 대본 쓰기

라디오 DJ 대본 쓰기 ※ 조언 핵심 내용을 바탕으로 대본 작성 (3~4줄 이내)	예시) 우리 000 친구에게 그런 일이 있었군요. 충분히 화가 날 수도 있는 상황이었던 것 같아요. 다만 아쉬운 건 무시당했다는 생각에 바로 똑같이 상처를 주려고 했다는 점이에요. 혹시 바로 화를 내기보다는 … …
---	---

6. 소통 라디오 DJ가 되어 모둠 친구들에게 가상 방송하기

(※ 가상 방송 후 모둠 친구들과 활동 소감을 간략하게 나누어 보세요.)

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p.109 재구성

10
월

인터넷 윤리의식 및 활용 슬기로운 사이버 예절



10월

인터넷 윤리
의식 및 활용

슬기로운 사이버 예절

○ 수업 소개

- 10월은 의사소통을 활발하게 하면서 긍정적인 교우 관계를 발전시키는 시기로, 사이버 공간에서 지켜야 할 예절과 정보통신 윤리의식을 강화할 필요가 있습니다.
- 본 차시에서는 사이버 공간에서 지켜야 할 예절을 이해하고 과제 활동을 통해 상대방을 존중하는 태도를 함양할 수 있도록 수업을 구성하였습니다.
- 본 차시는 사이버폭력 인식 및 대처 프로그램의 후속 활동으로 펼쳐나갈 수 있습니다.

○ 수업 흐름

수업 열기



- 사이버 공간에서 지켜야 할 예절은 무엇일까?
 - 영상을 시청하며 사이버 공간에서 지켜야 할 예절 알기
사이버폭력이 없는 학교, 우리가 함께 만들어요
(한국교육학술정보원, ~3:07)
 - 사이버 공간에서 있었던 경험 나누기
- 우리 주변에서 사이버 공간에서 예절을 지키지 않아 일어났던 안타까웠던 사건이나 화가 난 사건을 이야기해 보기



<<https://url.kr/z1wk8m>>
사이버폭력이 없는 학교,
우리 함께 만들어요.

활동하기



- 사이버 공간에서 지켜야 할 예절 정리하기
 - 영상 시청 후 초성퀴즈를 통해 사이버 공간에서 지켜야 할 예절 정리하기
 - 사이버 공간에서 지켜야 할 내용 중 제시된 내용 이외에 추가한 내용 정리 후 발표하기
학생들이 발표한 내용을 바탕으로 사이버 공간에서 지켜야 할 예절 정리하기
- 사이버 공간 예절 실행하기
 - 모둠의 특징을 반영하여 다양한 사진 찍기
 - 교사가 제시한 온라인 발표 플랫폼 사이트에 올릴 사진을 결정하기
 - 탑재할 사진과 함께 게시되는 글이 사이버공간에서 지켜야 할 윤리규칙에 적합한지 점검하기
 - 개인별로 게시물을 탑재하고 모둠원들과 공유하기
 - 모둠원들의 게시물이 윤리규칙에 적합한지 평가하기
 - 모둠별로 우수한 작품 발표하기

실천하기



- 활동 소감 나누기
 - 사이버 공간에서 자신의 SNS 활동과 오늘의 활동을 비교하여 느낀 점 발표하기

○ 참고자료 : 사이버어울림 기본 프로그램(중등): 인터넷 윤리의식 및 활용

10월

인터넷윤리의식 및 활용_슬기로운 사이버 예절



학교폭력예방 함께 활동하기

화면



Tip

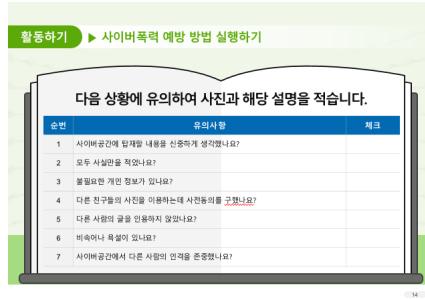
- 동영상 시청 전 '사이버폭력 예방을 위한 사이버공간에서 지켜야 할 예절 7가지'를 영상에서 찾아보도록 안내
- 초성퀴즈를 통해 사이버 공간에서 지켜야 할 예절을 정리

활동하기 ▶ 사이버 공간 예절 실행하기



- 사이버 공간 속 예절을 직접 체험할 시, 가상의 사진과 사건으로 구성하여 학생들이 장난으로 임하지 않도록 함
- 학생들이 충분한 교육을 통해 올바른 자세로 임할 수 있다면, 교실 현장에서 직접 사진을 찍거나 평소 찍었던 학생들 본인 사진으로 실행해도 됨

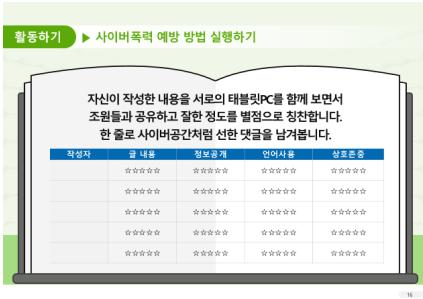
화면



Tip

- 교사가 이용 가능하다면 개인 SNS가 아닌 학생들이 발표할 수 있는 온라인 발표 플랫폼을 권장
- 학생들이 온라인상 사진 탑재 시 유의 사항을 정확하게 인지하고 실천하도록 지도

활동하기 ▶ 사이버폭력 예방 방법 실행하기



- 교사가 온라인 발표 플랫폼 사이트를 개설했다면 지면이 아닌 사이버공간에서 4가지 항목(글 내용, 정보 공개, 언어 사용, 상호존중)에 대해 별점을 주고 선한 댓글을 달면서 평가를 실시해도 됨



학교폭력예방 함께 실천하기

사이버폭력 없는 학교, 우리가 만들어요!

- 사이버 공간에서 지켜야 할 예절

1. 다음은 사이버 공간에서 지켜야 할 예절입니다. 영상 내용을 떠올리며 초성에 해당하는 단어를 외쳐 봅시다.

- ① ㅅㅇㅂㄱㄱ에 글을 올리기 때에는 신중해야 합니다.
- ② 자신을 숨기거나 익명성을 이용하여 ㅎㅇㅅㅅ을(를) 유포하지 않습니다.
- ③ 불필요한 ㄱㅇㅈㅂ은(는) 공개하지 않습니다.
- ④ 바른 말과 고운 표현으로 사이버 ㅇㅈ을(를) 지킵니다.
- ⑤ 다른 사람의 글, 사진, 동영상을 올릴 경우 반드시 ㅅㅈㄷㅇ을(를) 구합니다.
- ⑥ 확신할 수 없는 정보나 음란물 등은 함부로 օㅍ하거나 게시하지 않습니다.
- ⑦ ㅁㄹㄴ 사람의 쪽지나 대화신청은 답변하지 않고, 오프라인 모임은 하지 않습니다.

2. 영상 내용 외에 사이버 공간에서 지켜야 할 예절 중 생각나는 것이 있으면 더 적어봅시다.

10월

인터넷윤리의식 및 활용_슬기로운 사이버 예절



학교폭력예방 함께 실천하기

사이버 공간에서 지켜야 할 윤리 규칙 실행해보기

- ◎ 친구와 함께 사진을 찍고 SNS에 게시하는 것을 실행해봅시다.



* 출처: 삽화 의뢰 제작

1. 모둠의 특징을 반영하여 다양한 사진을 찍습니다.
2. SNS에 탑재할 사진을 고릅니다.
3. 함께 사진을 찍은 친구들에게 교사가 제시한 온라인 플랫폼에 사진을 올려도 되는지 동의를 구합니다.
4. 다음 윤리 규칙에 유의하며 사진과 함께 게시글을 작성합니다.

윤리 규칙	체크(V)
사이버 공간에 탑재할 내용을 신중하게 생각했나요?	
모두 사실만을 적었나요?	
불필요한 개인 정보가 있나요?	
다른 친구들의 사진을 이용하는데 사전 동의를 구했나요?	
다른 사람의 글을 인용하지 않았나요?	
비속어나 욕설이 있나요?	
사이버 공간에서 다른 사람의 인격을 존중했나요?	

5. 자신이 작성한 내용을 모둠원들과 공유하고, 잘 된 정도를 별점으로 나타냅니다.
(활동지나 온라인 계정 활동으로 통일)

작성자	글 내용	정보 공개	언어 사용	상호존중
	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆
	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆	☆☆☆☆☆

6. 모둠원 중 가장 높은 별점을 받은 친구의 내용을 읽어보고 그 이유를 토의해봅시다.

11
월

갈등해결
갈등을 술술 풀어요



11 월

갈등해결

갈등을 술술 풀어요

○ 수업 소개

- 학년이 거의 마무리 되어가는 11월에는 사소한 다툼과 갈등이 많이 발생합니다. 이때 학생들 간에 발생하는 갈등을 원만하게 해결할 수 있도록 '갈등해결' 역량을 길러줄 필요가 있습니다.
- 본 차시에서는 나의 갈등해결 전략을 알아보고 상황에 맞는 적절한 갈등해결 전략을 찾을 수 있도록 구성하였습니다. 이 과정에서 친구들 간 갈등을 원만하게 해결할 수 있는 역량을 기를 수 있습니다.
- 추가 활동으로 제시한 상황 이외에 1가지 상황을 추가하거나 친구의 갈등 상황을 듣고 그것을 해결하는 방법으로 수업을 진행할 수 있습니다.

○ 수업 흐름

수업 열기



- 이럴 때 나라면?
 - 갈등 상황 읽기(PPT)
 - PPT 슬라이드 6~7에 제시된 행동 중 자신이 선택할 것 같은 행동이나 태도의 번호를 붙임쪽지에 기록
 - 여러 가지 행동을 할 수 있다고 생각하면 붙임쪽지를 여러 장 이용하여 2~3가지 번호 기록

활동하기



- 나의 갈등해결 전략은?
 - 갈등해결 유형(양보, 타협, 제3자 개입, 주의 돌리기, 회피, 무반응, 공격적 행동, 자기주장만하기 등) 알아보기(PPT, 활동자료)
 - 작성한 붙임쪽지를 칠판(PPT 화면)에 제시된 해당 갈등해결 전략에 붙이기
 - 사람마다 갈등해결 전략이 다름을 인식하기
- 적절한 갈등해결 전략 찾기
 - 모둠별로 각 갈등해결 전략의 장단점을 중심으로 토론하여 주어진 상황에 가장 적절한 갈등해결 전략 선정하기
 - 선정된 갈등해결 전략 유형으로 대처 시 장단점 찾기(각자 붙임쪽지에 선택된 갈등해결 전략을 사용할 때 나타날 수 있는 장단점을 써서 모둠 책상 위에 붙이기)
 - 모둠 책상 위의 붙임쪽지를 활용하여 갈등해결 전략의 장단점 정리하기
 - 모둠별로 발표하기

실천하기



- 상황과 필요에 따른 해법의 중요성
 - 상황과 필요에 따라 적절한 갈등해결 전략이 달라질 수 있음을 되새기기

11월

갈등해결_갈등을 술술 풀어요

○ 참고자료 : 어울림 기본 프로그램(중학교) : 갈등해결 - 1차시



학교폭력예방 함께 활동하기

11월

갈등해결_갈등을 솔솔 풀어요

화면	<p>수업열기 ▶ 갈등, 어떻게? 이렇게! “갈등상황에서 내가 하는 태도나 행동은 무엇일까?”</p>	<p>활동하기 ▶ 갈등, 어떻게? 이렇게!</p> <table border="1"> <tr><td>양보</td><td>회피</td></tr> <tr><td>타협</td><td>무반응</td></tr> <tr><td>제3자 개입</td><td>공격적 행동</td></tr> <tr><td>주의 돌리기</td><td>자기주장만 하기</td></tr> </table> <p>승주연(2009). 갈등해결프로그램의 아동들 갈등해결학과 전구관계의 질에 미치는 영향. 전주교육대학교 석사학위논문. Vash, A. (2008). Conflict resolution between friends during middle childhood. Journal of Genetic Psychology, 169, 133-144.</p>	양보	회피	타협	무반응	제3자 개입	공격적 행동	주의 돌리기	자기주장만 하기
양보	회피									
타협	무반응									
제3자 개입	공격적 행동									
주의 돌리기	자기주장만 하기									
Tip	<ul style="list-style-type: none"> 해당 상황에 자신이 직접 직면했다고 느낄 수 있도록 분위기 조성 사람마다 우선적으로 사용하는 갈등해결 전략이 다르며, 특정 방법이 잘못된 방법은 아니라는 것을 상기 	<ul style="list-style-type: none"> 칠판에 붙임쪽지를 붙이는 활동은 모둠별로 진행하고, 붙임쪽지 중에서 우리 반 갈등해결의 우선순위를 정할 수 있도록 안내함 순간적으로 느끼는 감정에 몰입하지 않고 갈등이 유발되는 문제에 초점을 맞추어 갈등해결 전략의 장단점을 살필 수 있도록 함 상황에 적절한 갈등해결 전략의 장단점을 충분히 토론 후 모둠별 발표가 이루어질 수 있도록 분위기를 조성함 								
화면	<p>활동하기 ▶ 학교폭력 예방 퀴즈대회</p> <p> 각 상황에서 자신이 선택한 행동이 해결전략으로 적절한가? 가장 적절한 행동을 뽑아보고 그 유형의 장단점 확인하기</p>	<p>실천하기 ▶ 학교폭력 예방 퀴즈대회</p> <p>갈등상황에는 다양한 해결방법이 있다 상황이나 필요에 따라 적절한 갈등해결전략이 달라질 수 있다</p>								
Tip	<ul style="list-style-type: none"> 모든 모둠이 고르게 발표할 수 있도록 지도 모둠별 발표 내용을 정리하여 상기시킴 	<ul style="list-style-type: none"> 상황에 따라 다양한 갈등해결 방법이 있음을 알고, 가장 적절한 방법을 찾아 갈등을 해결하려는 노력이 필요함을 강조 								



학교폭력예방 함께 실천하기

갈등해결 유형

연번	유형	내용
1	양보	자신의 의견을 더 이상 주장하지 않고 상대의 의견을 따름
2	타협	서로 조금씩 양보하거나 원래 의견을 수정하여 대안을 제시함
3	제3자 개입	갈등에 개입되어 있지 않은 타인에게서 해결책을 찾음
4	주의 돌리기	활동 논쟁 주제를 바꾸어 갈등 상황에서 해결 없이 벗어나려 함
5	회피	심리적 또는 신체적으로 갈등상황에서 물러나거나 벗어남
6	무반응	아무 말도 하지 않거나 아무 행동도 하지 않음
7	공격적 행동	소리를 지르거나 신체적, 언어적으로 위협을 가함
8	자기주장만 하기	해결책은 제안하지 않고 자신의 의견만 반복적으로 주장함

※ 상황과 맥락에 따라 갈등해결 유형은 달라질 수 있습니다.

* 출처: 송주연(2009). 갈등해결프로그램이 아동의 갈등해결전략과 친구관계의 질에 미치는 영향.
전주교육대학교 석사학위논문.

Joshi, A. (2008). Conflict resolution between friends during middle childhood. Journal of Genetic Psychology, 169(2), 133-148.

12
월

자기존중감
긍정의 언어로 ‘나·비’ 날다



12월

자기존중감

긍정의 언어로 ‘나·비’ 날다

○ 수업 소개

- 12월은 학생들이 본인의 강점과 약점에 대해 생각해보고, 자신과 타인의 강점과 약점을 있는 그대로 수용하는 자세와 다양성을 존중하는 태도의 중요성을 이해할 수 있도록 구성하였습니다.
- 본 차시는 약 25~30분의 활동으로 이루어져 있으나 교사가 45분으로 확장하여 운영할 수 있습니다. 45분 수업으로 진행할 경우 [활동하기]의 <나·비 카드>를 책상 위에 부착하지 않고 벽면에 게시하여 갤러리워크 활동으로 변형하거나, [실천하기] 단계의 ‘활동 소감 나누기’를 활동 소감문을 작성하고 공유하는 활동으로 운영해도 좋습니다.
- 이 활동은 언어폭력 예방 및 언어문화 개선 주간(9월 4주~10월 2주)에 활용할 수 있으며, 학생들의 자기존중감 형성, 자신 및 타인에 대한 이해, 다양성의 존중, 혐오와 차별 등을 주제로 하는 교과 수업 및 학교 교육활동과 연계하여 운영할 수 있습니다.

○ 수업 흐름

수업 열기



- 영상 시청을 통해 나눔과 비움에 대해 이해하고 생각해보기
 - 나눔(강점)과 비움(약점)에 대해 바르게 이해하기
 - 나눔(강점)과 비움(약점)에 대한 동영상 시청하기
잘하는 게 하나도 없는 거 같은데...
(EBS스토리, 2:50~4:11)



<<https://c11.kr/1b67m>>
잘하는 게 하나도
없는 거 같은데...

활동하기



- <나·비 카드>에 나의 나눔(강점)과 비움(약점) 작성하기
 - <나·비 카드> ①, ②에 자신의 강점과 약점 및 이유를 작성하기
 - 작성한 <나·비 카드>를 책상 오른쪽 위에 부착하기
- 긍정의 언어로 친구들의 나눔(강점)을 응원하고 비움(약점)을 격려하기
 - 붙임쪽지에 <긍정의 언어> 예시자료를 참고하여 응원의 말과 격려의 말을 선택해 작성하기
 - 학생들은 교사의 지시에 따라 작성한 붙임쪽지를 들고 책상 사이를 천천히 걸으면서 친구들의 <나·비 카드>를 둘러보기
 - 친구들의 <나·비 카드> ③, ④에 내가 작성한 긍정의 언어 붙임쪽지를 붙여서 응원 및 격려하기

실천하기



- 활동 소감 나누기
 - 느낀 점, 새롭게 알게 된 점을 자유롭게 이야기하기

○ 참고자료

: 어울림 기본 프로그램(중학교): 자기존중감 - 3차시



학교폭력예방 함께 활동하기

화면

수업열기 ▶ 나비 이해하고 생각해보기

“나비란? 나눔과 비움의 출입문”

Tip

- 학생들이 ‘나·비’의 뜻과 나눔(강점)과 비움(약점)에 대해 쉽게 이해할 수 있도록 천천히 읽어보며 설명

활동하기 ▶ 너와 나의 나비 작성 및 응원하기

“이제 내가 찾은 나눔(강점)과 비움(약점)을 작성해 봅시다.”

나·비 기록 및 부착 방법

- 내가 나누고 싶은 강점과 그 이유를 1개 이상 적기
- 내가 비우고 싶은 약점과 그 이유를 1개 적기
(공개 가능한 약점을 작성하거나 반드시 적을 필요는 없음)
- ③, ④번은 작성하지 말 것

※ 기록 후에 책상 오른쪽 위에 붙이기!

나	비
나는 학생들이 이야기를 잘 듣는다. 교제하는 그야말로 나의 자랑이다. 2. 나는 다른 사람에게 좋은 일을 할 수 있는 사람이다. (여기에는 나쁜 짓은 하지 않아야 한다는 의미를 부여하기도 한다)	어제 소스를 잘못내어 끝까지 아침마다 징검다구를 먹어야 했던 것이 있었지만 이를 통해 소득 을 얻을 수 있어서 좋았던 것이다.
③ ④	⑤ ⑥

<나·비 카드>의 나·비 작성 예시

- <나·비 카드>와 준비물 배부 및 자르도록 안내 (<나·비 카드>는 짹과 함께 사용)
- <나·비 카드>의 기록 및 부착 방법을 설명
- 제시된 <나·비 카드>의 ①, ②번의 예시를 설명
- 학생들이 <나·비 카드> ②번(약점)의 내용을 작성할 때 약점은 공개 가능한 약점만을 작성하도록 안내

화면

활동하기 ▶ 너와 나의 나비 작성 및 응원하기

활동지의 내용을 참고하여

Tip

- <긍정의 언어> 예시자료는 응원과 격려의 언어로 되어 있음을 설명
- 학생 개인에게 <긍정의 언어> 예시자료를 배부하고 붙임쪽지(노란색, 주황색)를 각 2장씩 배부
- <긍정의 언어> 예시자료를 참고하여 배부한 붙임쪽지에 친구에게 붙여줄 응원과 격려의 언어를 2개씩 작성하도록 안내

실천하기 ▶ 활동소감 나누기

**활동을 하면서
느낀 점이나 새롭게 알게 된 점을
자유롭게 이야기해 봅시다.**

친구들로부터 긍정의 언어 붙임쪽지를 받고 나서 느낀 점
나의 강점이나 약점에 대해 변화된 생각이나 다짐
다른 친구들의 <나·비 카드> 내용을 보고 나서 느낀 점

- 활동을 하면서 느낀 점이나 새롭게 알게 된 점을 자유롭게 이야기하도록 편안하게 서도 조용한 분위기 유도

- * <긍정의 언어> 붙임쪽지를 붙일 때 한 줄(분단)씩 질서 있게 이동하도록 하고, 모든 친구들에게 골고루 붙일 수 있도록 안내하기
- * <나·비 카드>를 나비 모양으로 제작하면 시각적 효과를 극대화할 수 있음



학교폭력예방 함께 활동하기

나·비 카드 작성 방법

1. 학생 활동지를 잘라 짹과 함께 하나씩 나누어 갖는다.
2. 나·비 카드의 ①에 내가 나눌 수 있는 나의 나눔(강점)과 그렇게 생각하는 이유를 한 가지 이상 적는다.
3. 나·비 카드의 ②에 내가 비우고 싶은 나의 비움(약점)과 그렇게 생각하는 이유를 한 가지 적는다.
※ 비움(약점)은 공개해도 무방한 내용으로 작성하되, 작성하기 어려운 학생은 꼭 작성하지 않아도 된다.

나눔	비움
① 1. 나는 친구들의 이야기를 잘 들어준다. (친구들에게 그런 이야기를 자주 듣기 때문) 2. 나는 다른 사람에게 믿음을 줄 수 있는 사람이다. (약속을 했으면 꼭 지키기 때문)	② 1. 아침에 스스로 일어나지 못한다. (아침잠이 많아 처음 울린 알람 소리에 일어난 적이 없기 때문)
③	④

<나·비 카드>의 나·비 작성 예시

4. 작성한 <나·비 카드>를 테이프를 사용하여 책상 오른쪽 위에 부착하도록 한다.
5. 붙임쪽지에 긍정의 언어로 응원과 격려의 말을 각각 작성하도록 한다.
(<긍정의 언어> 예시자료 참고)
6. 교사의 지시에 따라 학생들은 자신이 작성한 붙임쪽지를 들고 책상 사이를 천천히 걸으면서 친구들의 <나·비 카드>를 둘러보도록 안내한다.
7. 친구들의 <나·비 카드> ③, ④에 긍정의 언어 붙임쪽지를 붙여서 응원과 격려를 전달하도록 한다.
(③번에는 노란색 응원의 언어를, ④번에는 주황색 격려의 언어 붙임쪽지를 붙이도록 한다.)

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육 과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p.179 재구성



학교폭력예방 함께 실천하기

나·비 카드

- ◎ <나·비 카드>를 가위로 잘라서 짹과 함께 하나씩 나누어 갖습니다.

나눔	비움
①	②
③	④

나눔	비움
①	②
③	④

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육 과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p.181 재구성



학교폭력예방 함께 실천하기

<긍정의 언어> 예시자료

- ◎ <긍정의 언어> 예시자료를 참고하여 불임쪽지에 응원과 격려의 언어를 2개씩 작성해 봅시다.

(노란색 불임 쪽지- 응원의 언어, 주황색 불임 쪽지-격려의 언어를 작성합니다.)

우리 함께 힘을 내자.	나도 그래.	너만의 고민이 아니야.	너는 지금 잘하고 있는 거야.	너의 곁에 내가 있잖아.
그게 너만의 매력이야.	넌 참 멋있어.	그런 네가 멋져.	그런 네가 좋아.	나는 네 편이야.
솔직한 네가 좋아.	누구보다 넌 훌륭해.	그런 너를 지지해.	네가 최고야.	너를 보면 많이 배우는 것 같아.
나와 함께 노력해보자.	그래도 괜찮아.	나도 너와 같아.	그럼 어때.	내가 너의 마음 알아.
너를 응원해.	너의 모습에서 힘을 얻을 수 있어.	그런 네가 곁에 있어 행복해.	너와 함께 하면 걱정 없어.	너의 모습 그대로를 존중해.
날개를 펴자.	그런 네가 자랑스러워.	솔직한 너를 칭찬해.	넌 누구보다 소중해.	나는 너를 믿어.
내가 힘껏 도와줄게.	툭툭 털고 일어서자.	너라면 할 수 있을 거야.	그것도 멋있어.	넌 혼자가 아니야.
우리는 할 수 있어.	너는 우리의 자랑이야.	너와 함께 하는 모든 일이 기대돼.	너 자체가 그냥 좋아.	나도 너처럼 되고 싶어.
그런 네가 부러워.	너를 신뢰해.	네가 내 친구인 것이 자랑스러워.	우린 아름답게 변할 수 있어.	그런 너의 모습을 존중해.
내가 일으켜 줄게.	움츠리지 말자.	괜찮아. 우린 성장 중이잖아.	우리 함께 노력해보자.	힘내. 내가 있잖아.
너는 보석같이 빛나는 사람이야.	너보다 더 잘할 수는 없어.	넌 나에게 최고로 멋진 친구야.	그런 너의 모습이 소중해.	너의 미래는 눈부실 거야.
너는 완벽해.	나도 너처럼 해볼게.	너에게서 힘을 얻었어.	너는 대단해.	너는 가치 있는 사람이야.

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p.182 재구성



학교폭력예방 함께 실천하기

* 45분 활동으로 확장 운영 시 활용 가능

활동 소감 나누기

- 내가 친구들과 함께했던 <나·비 카드>의 내용 작성 및 응원 활동을 통해 느낀 점이나 새롭게 알게 된 점 등을 자유롭게 적어봅시다.

(작성 예시)

- 친구들로부터 긍정의 언어 붙임쪽지를 받고 나서 느낀 점
- 나의 강점이나 약점에 대해 변화된 생각이나 다짐
- 다른 친구들의 <나·비 카드> 내용을 보고 나서 느낀 점

- 내가 작성한 활동 소감을 친구들 앞에서 발표해 봅시다.

* 출처: 교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 p.183 재구성

1~2
월

사이버상의 갈등관리 및 문제해결 우리는 학교폭력 방어자



1~2월사이버상의 갈등관리
및 문제해결 대처

우리는 학교폭력 방어자

○ 수업 소개

- 한 해를 마무리하고 새 학기를 준비하는 시기인 1~2월에는 학생들의 생활에 긴장감이 떨어지는 경향이 있습니다. 이 시기에 창의적 체험활동 시간을 이용하여 갈등이 발생하였을 때 적절히 대응하거나 중재하면서 해결할 수 있는 능력을 기를 수 있도록 프로그램을 구성하였습니다.
- 본 차시는 ‘학교폭력 실태조사’ 결과를 통해 사이버폭력 상황에서 피해자의 마음을 이해하고 방관자들이 긍정적인 역할을 해내는 것을 추구합니다. 학급 의사결정 과정에서 있었던 갈등 상황에 적용하여 각자의 입장에서 생각해보도록 함으로써 서로 다른 입장을 이해하도록 하는 활동으로 활용할 수 있습니다.
- 학교폭력 방어자 되기 서약서를 게시판에 게시하여 자기 피드백과 학급 약속으로 활용 가능합니다.

○ 수업 흐름

수업 열기



- 사이버폭력의 심각성 인식하기
- 해당년도의 ‘학교폭력 실태조사’ 결과 자료 제시하기

활동하기



- 학교폭력 실태조사 결과를 참고하여 피해자의 마음 알아보기
 - 활동지에 피해자의 입장에서 방관자에게 하고 싶은 말을 써보기
(학생들이 충분한 시간을 갖고 진지하게 작성할 수 있도록 안내하기)
 - 활동지를 접어 교사가 준비한 상자(마음의 방) 속에 넣기
 - 상자(마음의 방) 속에서 접은 활동지를 꺼내 학생들에게 무작위로 나눠주기
 - ① ~ ③번의 과정을 반복하여 피해자의 입장을 생각할 수 있는 기회 주기
 - 한 명씩 나와 상자 속 종이를 꺼내 내용을 큰 소리로 읽고 방관자에게 전하는 피해자의 마음을 헤아려보기
- 학교폭력 목격 후 취해야 할 바람직한 행동에 대해 토의하기
 - ‘학교폭력 실태조사’ 1번 내용 참고(p.78)

실천하기



- 학교폭력 방어자가 되기 위한 약속나무(서약서) 만들기
 - 한 명씩 앞으로 나와 전체 활동지에 손가락 도장 찍기(핑거 프린트) 활동을 하며 적극적인 학교폭력 방어자가 되도록 다짐하기



학교폭력예방 함께 활동하기

화면

✓ 활동 목표

사이버폭력에 적극적으로 대처할 수 있다.

✓ 활동 순서

수업열기

사이버폭력 심각성 인식하기

활동하기

실태조사를
참고하여
피해자의 마음
알아보기

실천하기

방어자가 되기 위한 약속 나무 만들기

화면

이유	비율(%)
피해당한 사람에게 더 이상 폭력을 행사하지 않도록 차단하는 경우	60.6
피해당한 사람에게 더 이상 폭력을 행사하지 않도록 차단하는 경우	47.3
피해당한 사람에게 더 이상 폭력을 행사하지 않도록 차단하는 경우	21.8
피해당한 사람에게 더 이상 폭력을 행사하지 않도록 차단하는 경우	18.7
피해당한 사람에게 더 이상 폭력을 행사하지 않도록 차단하는 경우	14.1
피해당한 사람에게 더 이상 폭력을 행사하지 않도록 차단하는 경우	13.4

활동하기

—
—

- ☞ 내 것이 아닌 활동지에 피해자 입장에서 방관자에게 하고 싶은 말을 적는다
 - ☞ 다 적은 학생은 상자(마음의 방)에 제출하고 교사는 이것을 다른 학생에게 무작위로 나누어 준다
 - ☞ 이와 같은 활동을 3회 정도 반복한다
 - ☞ 한 명씩 앞으로 나와 활동지에 적힌 내용을 소리로 읽고 방관자에게 전하는 피해자의 마음을 해야본다

화면

Action	매우有必要 (%)	필요하다 (%)
피해를 당한 사람을 위로하기	98	98
주변에 도움을 요청하기	92	47
가해자에게 그만하거나 시과하도록 요구하기	73	19
해당 멤버사이트나 상담센터 또는 경찰에 신고하기	16	14

실천하기 ▶ 밖어자가 되기 위한 약속 나무 만들기

적극적인 방어자가 되기 위한 핑거 프린트 활동



사이버폭력예방 함께 실천하기

방관자에게 하고 싶은 말

방관자에게 하고 싶은 말 1

방관자에게 하고 싶은 말 2

방관자에게 하고 싶은 말 3

- ◎ 피해자들의 글을 읽은 후 어떤 마음이 드는지 이야기해 봅시다.

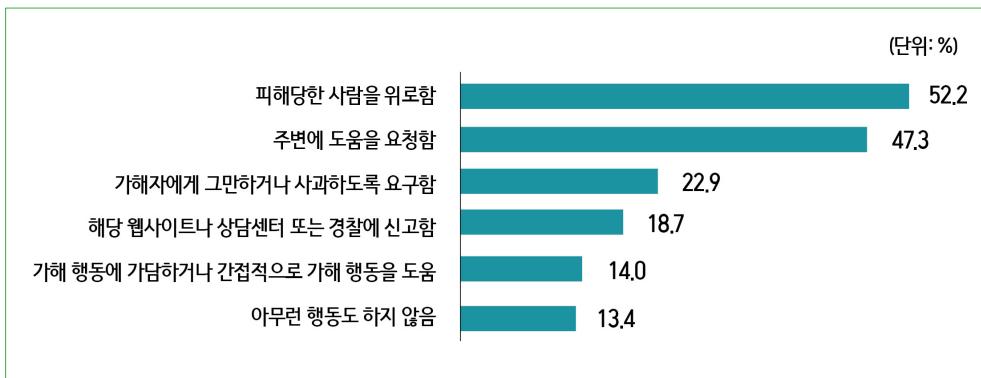


사이버폭력예방 함께 실천하기

[학교폭력 실태조사] 사이버폭력 목격 후 우리는?

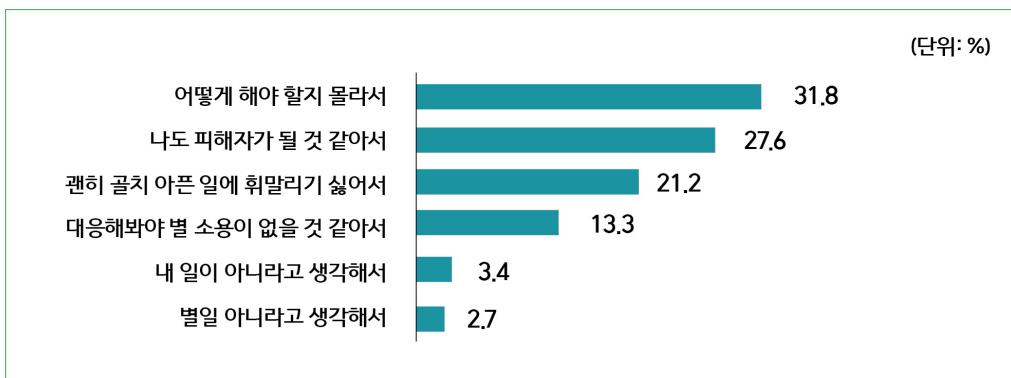
1. 사이버폭력을 목격한 후 취한 행동(복수 응답)

→ 사이버폭력을 목격한 후 '피해당한 사람을 위로하였다'(52.2%)라고 응답한 비율이 가장 높음



2. 사이버폭력을 목격한 후 무대응한 이유

→ 사이버폭력을 목격한 후 아무런 행동도 하지 않은 청소년 중에서 그 이유로 '어떻게 해야 할지 몰라서'(31.8%)라고 응답한 비율이 가장 높음



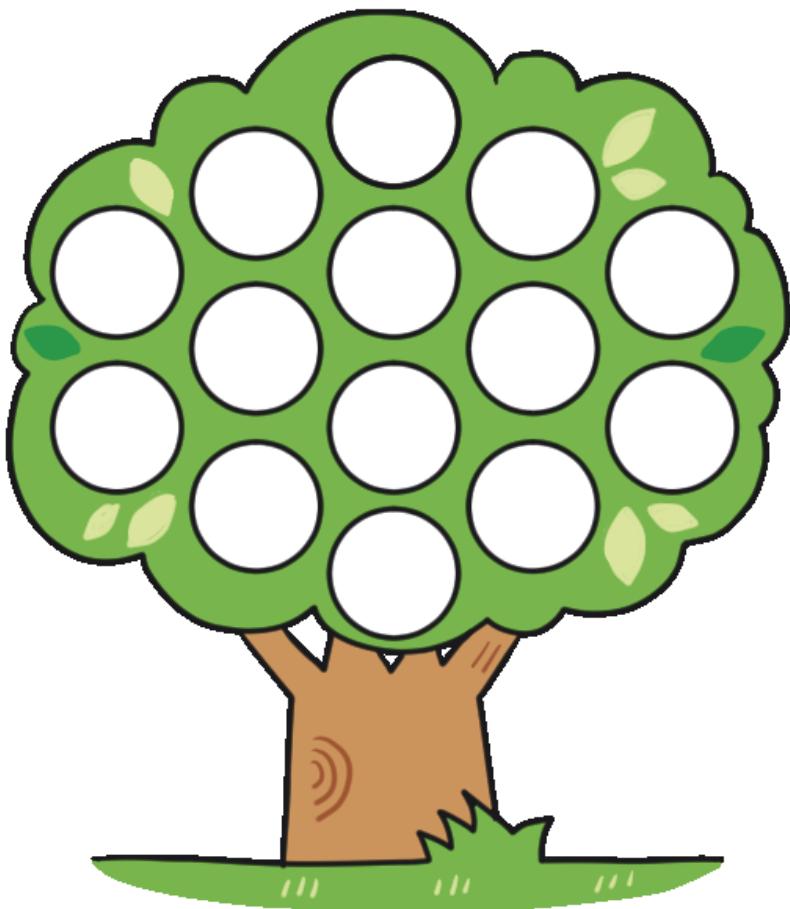
* 출처: 방송통신위원회, NIA한국지능정보사회진흥원. (2021). 2021 사이버폭력 실태조사 결과보고서.
방송통신위원회



학교폭력예방 함께 실천하기

방어자가 되기 위한 약속나무 만들기

◎ 적극적인 방어자가 되도록 다짐하며 평거프린트 활동을 해봅시다.



* 출처: 삽화 의뢰 제작

부 록 · 참고자료



< 학교폭력 예방교육 어울림 프로그램 자료 탑재 >

- 학교폭력예방교육지원센터 ☎ <http://www.stopbullying.re.kr>
 - 도란도란 학교폭력예방교육(에듀넷·티-클리어) ☎ <http://doran.edunet.net>
 - 사이버폭력예방교육(에듀넷·티-클리어) ☎ <http://cyberethic.edunet.net>
 - 원격연수 콘텐츠는 중앙교육연수원에 탑재·운영 중(모바일 수강 가능)
- * 중앙교육연수원(<http://www.neti.go.kr>) 접속 및 로그인 → 과정 안내 → 교육과정 안내 → 연수 콘텐츠(수강 신청) → 과정명 검색(키워드: 어울림 또는 사이버어울림) → 수강 신청

구 분	세부 프로그램	제공 자료	
		서지 자료	원격 연수
학생 어울림 프로그램 (46종)	기본 (30종/ 90차시)	초등 1-2학년군	6종 18차시
		초등 3-4학년군	6종 18차시
		초등 5-6학년군	6종 18차시
		중 학 교	6종 18차시
		고 등 학 교	6종 18차시
	심층 (16종/ 32차시)	초등저학년	4종 8차시
		초등고학년	4종 8차시
		중 학 교	4종 8차시
		고 등 학 교	4종 8차시
학부모 어울림 프로그램 (24종/48차시)	16차시		
	초등 저학년	6종 12차시	5차시
	초등 고학년	6종 12차시	
	중 학 교	6종 12차시	
사이버 어울림 프로그램 (36종/103차시)	기본 (24종/ 71차시)	고 등 학 교	6종 12차시
		초등저학년(1-3학년)	8종 24차시
		초등고학년(4-6학년)	8종 23차시
	심층 (12종/ 32차시)	중등	8종 24차시
		초등	6종 16차시
		중등	6종 16차시
			15차시
			15차시

구 분	세부 프로그램	제공 자료	
		서지 자료	원격 연수
교과연계 어울림 프로그램 (15종/ 394차시)	중 학 교 (8종)	국어	1종 34차시
		도덕	1종 33차시
		사회	1종 16차시
		영어	1종 30차시
		체육	1종 32차시
		기술·가정	1종 40차시
		한문	1종 24차시
	고등 학교 (7종)	진로와 직업	1종 18차시
		국어	1종 28차시
		통합사회	1종 17차시
		영어	1종 24차시
		체육	1종 27차시
		기술·가정	1종 26차시
		한문	1종 24차시
교과연계 사이버 어울림 프로그램 (16종/ 347차시)	중 학 교 (8종)	진로와 직업	1종 21차시
		국어	1종 34차시
		도덕	1종 17차시
		사회	1종 34차시
		영어	1종 20차시
		체육	1종 26차시
		기술·가정	1종 23차시
	고등 학교 (8종)	한문	1종 21차시
		진로와 직업	1종 20차시
		국어	1종 18차시
		윤리	1종 21차시
		통합사회	1종 16차시
		영어	1종 16차시
		체육	1종 21차시
또래활동 프로그램 (3종/18차시)	초등고학년 중 학 교 고 등 학 교	기술·가정	1종 20차시
		한문	1종 20차시
		진로와 직업	1종 20차시
	주제선택 활동(국어 교과연계)	1종 34차시	없음
	주제선택 활동(도덕 교과연계)	1종 17차시	없음
자유학기 프로그램 (5종/ 118차시)	주제선택 활동(사회 교과연계)	1종 17차시	없음
	주제선택 활동(공동체성 함양)	1종 33차시	없음
	동아리 활동	1종 17차시	없음

부록 2

어울림 프로그램 원격연수 콘텐츠 현황(중앙교육연수원 탑재)

연번	과정명	교육대상	학시	개발년도	비고
1	어울림 프로그램-초등학교 저학년	교원	24	2018	
2	어울림 프로그램-초등학교 고학년	교원	22	2018	
3	어울림 교과연계 프로그램-중학교 국어	교원	15	2018	
4	(인성)어울림 교과연계 프로그램-중학교 도덕	교원	15	2018	
5	어울림 교과연계 프로그램-중학교 사회	교원	15	2018	
6	어울림 교과연계 프로그램-고등학교 국어	교원	15	2018	
7	어울림 교과연계 프로그램-고등학교 통합사회	교원	15	2018	
8	학교폭력 예방 어울림 심층 프로그램 이해 및 실습(중등)	교원	16	2018	
9	학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(초등학교 1-2학년용)	교원	18	2020	
10	학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(초등학교 3-4학년용)	교원	18	2020	
11	학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(초등학교 5-6학년용)	교원	18	2020	
12	학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용)	교원	18	2020	
13	학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(고등학교용)	교원	18	2020	
14	학교폭력 예방 어울림 교과연계 프로그램-중학교 영어	교원	15	2021	
15	학교폭력 예방 어울림 교과연계 프로그램-중학교 기술·가정	교원	15	2021	
16	학교폭력 예방 어울림 교과연계 프로그램-중학교 체육	교원	15	2021	
17	학교폭력 예방 어울림 교과연계 프로그램-고등학교 영어	교원	15	2021	
18	학교폭력 예방 어울림 교과연계 프로그램-고등학교 기술·가정	교원	15	2021	
19	학교폭력 예방 어울림 교과연계 프로그램-고등학교 체육	교원	15	2021	
20	사이버어울림 기본 프로그램-초등 고학년	교원	15	2019	
21	사이버어울림 기본 프로그램-초등 저학년	교원	15	2020	
22	사이버어울림 심층 프로그램-초등	교원	15	2019	
23	사이버어울림 기본 프로그램-중등	교원	15	2019	
24	사이버어울림 심층 프로그램-중등	교원	15	2019	
25	사이버어울림 프로그램-중학교 국어	교원	15	2020	

연번	과정명	교육 대상	차시	개발년도	비고
26	사이버어울림 프로그램-중학교 도덕	교원	15	2020	
27	사이버어울림 프로그램-중학교 사회	교원	15	2020	
28	사이버어울림 프로그램-고등학교 국어	교원	15	2020	
29	사이버어울림 프로그램-고등학교 윤리	교원	15	2020	
30	사이버어울림 프로그램-고등학교 통합사회	교원	15	2020	
31	사이버어울림 프로그램-중학교 영어	교원	15	2021	
32	사이버어울림 프로그램-중학교 기술·가정	교원	15	2021	
33	사이버어울림 프로그램-중학교 체육	교원	15	2021	
34	사이버어울림 프로그램-고등학교 영어	교원	15	2021	
35	사이버어울림 프로그램-고등학교 기술·가정	교원	15	2021	
36	사이버어울림 프로그램-고등학교 체육	교원	15	2021	
37	어울림 교과연계 프로그램-중학교 한문	교원	3	2022	'23.4~
38	어울림 교과연계 프로그램-고등학교 한문	교원	3	2022	'23.4~
39	어울림 교과연계 프로그램-중학교 진로와직업	교원	3	2022	'23.4~
40	어울림 교과연계 프로그램-고등학교 진로와직업	교원	3	2022	'23.4~
41	사이버어울림 프로그램(중학교 진로와직업)	교원	2	2022	'23.4~
42	사이버어울림 프로그램(중학교 한문)	교원	2	2022	'23.4~
43	사이버어울림 프로그램(고등학교 진로와직업)	교원	2	2022	'23.4~
44	사이버어울림 프로그램(고등학교 한문)	교원	2	2022	'23.4~
45	교원의 사이버폭력 예방·대응 역량 강화	교원	15	2022	'23.4~

* 원격 연수는 모바일로도 수강 가능

참고자료

어울림 및 사이버어울림

사이버어울림 기본 프로그램(중등): 사이버폭력 인식 및 대처

사이버어울림 기본 프로그램(중등): 인터넷 윤리의식 및 활용

사이버어울림 프로그램(중등): 사이버 자기조절

어울림 기본 프로그램(중학교): 갈등해결 - 1차시

어울림 기본 프로그램(중학교): 감정조절 - 1차시

어울림 기본 프로그램(중학교): 공감 - 2차시

어울림 기본 프로그램(중학교): 의사소통 - 3차시

어울림 기본 프로그램(중학교): 자기존중감 - 3차시

어울림 기본 프로그램(중학교): 학교폭력 인식 및 대처 - 1차시

참고 문헌

교육부, 전라남도교육청, 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터. (2020). 2015년 개정 교육과정에 따른 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용). 세종: 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터

교육부, 전라남도교육청, 한국교육학술정보원(2019). 2019년 사이버어울림 프로그램 중등 기본(역량). 한국교육학술정보원.

교육부(2019). 학교폭력 사안처리 가이드북. 세종: 교육부.

교육부, 한국교육학술정보원(2015). 사이버폭력 상담 및 피해자 치유를 위한 상담개입 치유 프로그램.

방송통신위원회, NIA한국지능정보사회진흥원. (2021). 2021 사이버폭력 실태조사 결과보고서. 방송통신위원회

송주연(2009). 갈등해결프로그램이 아동의 갈등해결전략과 친구관계의 질에 미치는 영향. 전주교육대학교 석사학위논문.

Joshi, A. (2008). Conflict resolution between friends during middle childhood. Journal of Genetic Psychology, 169(2), 133-148.

동영상 및 웹페이지

EBS 다큐프라임. (2022.8.30). 학교폭력 공감 프로젝트 2부 공감의 넓이.

<https://docuprime.ebs.co.kr/docuprime/vodReplayView?siteCd=DP&courseId=BP0PAPB0000000005&stepId=01BP0PAPB0000000005&lectId=60247999>

EBS스토리. (2019.4.29). 잘하는게 하나도 없는거 같은데... #지식채널e.

<https://www.facebook.com/EBSstory/videos/318828832130791/>

서울특별시교육청교육연구정보원. (2021.6.29). “우리 사이 공감 반올림(공통_정리)” -사이버 폭력, 어떻게 대처해야 할까요?. <https://www.youtube.com/watch?v=UXS56AxW7p>

아름다운 인터넷 세상. (2019.8.28). 사이버폭력 없는 학교 만들기.

<https://www.youtube.com/watch?v=RdIdt2ni4yY>

푸른나무재단(청소년폭력예방재단)블로그. [온라인편딩] 혹시 나도 사이버폭력 가해자? 사이버폭력 자가진단 후원에 참여하자! (게시일:2015.2.23.). <https://blog.naver.com/bakbht/220280965889>.

한국교육학술정보원. (2021.12.6). 사이버폭력이 없는 학교, 우리 함께 만들어요.

https://doran.edunet.net/schViolenceRef/selectMovRefForm.do?contents_id=8c05f8ab-ec6b-4bb2-9fb1-5f29d01493a3&menu_id=12&isExtr=

기타(그림 및 사진)

Openclipart. <https://openclipart.org/tag/note?p=10&query=note>

중앙교육연수원(2020). 학교폭력 예방 어울림 기본 프로그램(중학교용) 원격연수 콘텐츠 '자기존중감'.
세종: 교육부.

협력관

고영종 교육부 책임교육지원관
강전훈 교육부 학교생활문화과 과장
한유화 교육부 학교생활문화과 교육연구관
여인경 교육부 학교생활문화과 교육연구사

연구진

책임연구원

모상현 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 센터장
구찬동 한국교육학술정보원 사이버폭력예방교육지원센터 선임연구원

보조연구원

송채원 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터 전문연구원

집필진

김부호 인천동인천중학교 교사
김형현 경남남산중학교 교장
배은정 경기천천중학교 교사
신성철 대전갑천중학교 교사
이선희 서울시교육청 중등교육과 장학사
임민식 대구산격중학교 교사
주지영 대전버드내중학교 교사
정경립 서울동마중학교 교사
허은영 서울금곡중학교 수석교사

*가나다 순 표기

삽화가

강세라 충북상봉초등학교 교사
송가람 함안호암초등학교 교사
*가나다 순 표기

검토 및 감수위원

김강민 강원후평중학교 교사
김 육 인천이음중학교 교사
도교련 대구와룡중학교 교사
문지안 제주제주사범대부설중학교 교사
배성연 경기부림중학교 교사
배창호 대구매동초등학교 교감
양명진 경북대학교 연구원
오세홍 충남예산중학교 교사
우기주 경북화랑중학교 교사
우슬기 경남월산중학교 교사
우지향 서울선사고등학교 교사
임현양 대전충남중학교 교사
장동열 충북솔밭중학교 교사
전동일 대구청구중학교 교사
정미선 서울시교육청 자문관
정지은 서울역삼중학교 교사
조혜정 울산성안중학교 교사
최수인 전남영산포여자중학교 교사
최어진 부산영도제일중학교 교사
한 설 전북전주화정중학교 교사

*가나다 순 표기

어울림(사이버어울림) 프로그램 관련 자료는 아래에서 다운로드 가능합니다.

학교폭력예방교육지원센터 www.stopbullying.re.kr

도란도란 학교폭력예방교육(에듀넷·티-클리어) doran.edunet.net

사이버폭력예방교육(에듀넷·티-클리어) cyberethic.edunet.net

발간등록번호 11-1342000-000970-01
연구보고23-학폭03

학교에서 쉽게 활용하는 학교폭력 예방교육
어울림 프로그램으로 일년나기
(중학교)

인 쇄 2023년 2월 28일

발 행 2023년 2월 28일

발 행처 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터
세종특별자치시 시청대로 370 사회정책동 6/7층

발행인 김현철

인 쇄 (주)현대아트컴

이 책에 실린 모든 내용, 디자인 이미지 편집 구성은 상업적
용도로 사용할 수 없습니다.

