



6월호

또래상담 뉴스레터



또래상담 6월 소식

또하~ 전국의 또래상담자 친구들
잘 지내고 있나요?

요즘 날씨가 많이 더워지죠?
좀! 더! 다양한 콘텐츠로 준비한
또래상담 뉴스레터 6월호
지금 바로 시작합니다~

또래상담 카카오톡 플러스 채널 오픈~

여러분들에게 소식을 조금 더 빠르게 전달하기 위해서
카카오톡 플러스 채널을 오픈했습니다~
또래상담자를 위한 다양한 정보제공과
지도교사의 컨설팅 플랫폼으로 활용될 예정이니
친구추가 GO GO~

※ 자세한 친구추가 방법은 공지사항을 확인 부탁드립니다



제3회 또랜상담소를 기대하고 기다리며...

제2회 또랜상담소가 끝난지 벌써 한달이 지나갔어요
제3회 또랜상담소는 8월에 있는데... 그냥 기다리긴 뭔가 아쉽죠?
친구와 관계도 돈독해지는 이벤트를 통해
제3회 또랜상담소를 기다려 보는건 어떨까요?
이벤트는 누!구!나! 참여 가능하니 많이 많이 참여부탁드려요



100 4:33

제3회 또랜상담소 기대이벤트 친구야 요즘 어떻게 지내?

무더워 지고있는 날씨, 나의 주변의 친구들은 어떻게 지내는지,
힘든 점은 없는지, 친구에게 한마디씩 연락해보는 시간을 가져요

이벤트 기간 6월 15일(월) ~ 6월 28일(월)

이벤트 참여방법

- 1 주변 친구에게 안부를 묻는다 (문자, 카톡, 페메, 인스타DM, 손편지 무엇이든 가능!)
ex) 친구야 잘 지내니?, 요즘 어떻게 지내니?
- 2 친구의 답장을 기다린다.
- 3 친구의 답장이 온 인증샷/안부를 전하면서 느낀 간단한 소감/이름/전화번호를
솔리언 또래상담(공식) 카카오톡에 보낸다(손편지는 손편지 내용만 인증해도 가능!)
※ 개인정보 보호를 위해 캡처본의 이름 및 프로필사진 부분은 꼭 모자이크 처리해주세요
- 4 이벤트에 당첨되면 친구와 함께 사용가능한 기프티콘을 선물받는다
- 5 친구와 함께 기프티콘을 사용하러 가즈아~

시상 내역

10명

**오다
주웠다 상**

2명

**재치
만점상**

2명

**가슴에
치명상**

아침! 그리고 친구에게 한마디 이벤트는 모두 모아서 8월 포렌상담소에 친구에게 전하는 한마디 코너로 공개될 예정입니다!

제3회 포렌상담소를 기대하며 많은 참여 부탁드립니다! 기다리고 있을게요~

※ 제2회 포렌상담소 요약 영상은 솔리언 포래상담 유튜브 채널에서 시청이 가능합니다.



재미로 보는 심리테스트 4탄~

나는 어떤 또래상담자 일까요?

(심리검사를 진행하지 않으셨다면, 3월호에서 심리검사를 진행해 주세요)

마지막으로 6월호에서는 여우형 친구들에 대해서 알아볼까요~?
7월 부터는 새로운 코너로 여러분을 찾아올 예정이랍니다. 많이 많이 기대해주세요~

⚠ 주의 ⚠

본 심리테스트 콘텐츠는 흥미 위주로 구성된 것으로, 모두에게 적용 되는 것은 아니며
참고 자료로 활용할 수 있습니다. 맹신금지. 진지하게.



여우형 | 무엇을 주고 무엇을 받아야 할까?

여우형 친구들은 자신의 욕구를 잘 이야기하고 친구의 의견을 경청하는 친구들이에요. 상대방과 타협안을 잘 만들고, 갈등상황에서 어렵지 않게 대처하는 친구예요,

여우형 친구들을 위한 꿀팁!

자신의 욕구를 잘 표현하지만 또래상담자 친구들은 욕구를 표현하기 전에 친구의 의견을 더욱 들어주는 적극적 경청의 자세를 가져보는 것은 어떨까요? 상담의 기본은 '말하는' 것이 먼저가 아니라 '들어주는 것'이 먼저이기 때문에 친구의 의견에 조금 더 귀 기울이는 또래상담자가 되어요~

본 콘텐츠는 한국청소년상담복지개발원에서 개발한 진로상담도우미 애플리케이션
'드림드림'의 '애니멀테스트'를 참고하여 작성하였습니다.
더 자세한 내용이 궁금하시다면 플레이 스토어와 앱스토어에 드림드림을 검색하여 주세요

특집: 일상속 사이버폭력 대처하기-실전편



또래상담자 여러분 지난 3월호에서 사이버폭력에 대해 알아보았죠?
이번 6월호에서 사이버폭력 피해를 입은 친구들을 어떻게 도울 수 있는지
조금 더 알아보도록 할까요?

※ 본 내용은 KERIS '정보통신윤리교육'과
'사이버폭력예방 또래상담 프로그램(2020)'을 참고하였습니다.

1. 복습) 사이버폭력 피해를 입은 친구들은 어떤 모습일까?

아래와 같은 특징을 가진 친구가 있다면 사이버폭력 피해를 의심해 볼 수 있고 먼저 다가가 피해 사실을 확인 합니다.

- 휴대폰 알림이 오면 극도로 불안해 한다.
- 등교를 거부하거나 전학가고 싶다는 이야기를 자주 한다
- 휴대폰 사용 시간이 늘어나거나 데이터 사용이 잦다
- SNS 상태 글귀나 사진의 분위기가 갑작스럽게 우울하거나 부정적으로 바뀐다
- SNS 등에서 집단에게 혼자만 반복적으로 심리적 공격을 당한다
- 사이버상에서 이름보다는 비하성 별명이나 욕으로 호칭된다



2. 사이버폭력 피해를 발견했을 때 또래상담자는 어떻게 대처할 수 있을까요?

‘어마무시’한 사이버폭력 예방법에 대해 알아볼까요?

- 어 어떤 일이 있었니?
- 마 마음에 공감해
- 무 무엇을 도울수 있을까?
- 시 시간이 지나니 어때?



피해사실 확인

실제 사이버폭력 사실이 있었는지, 어떤 사이버 폭력 유형인지, 피해정도가 어느 정도인지 파악 한다

정서적 대처

- 비밀보장을 약속하고 피해 친구의 감정 (억울함, 괴로움, 분노, 원망 등)을 공감한다
- 피해 친구의 잘못이 아니기에 자책감, 자괴감을 가지지 않도록 도와준다

행동적 대처

- 차단, 로그아웃, 삭제 등 추가 피해가 없도록 조치한다.
- 피해 친구와의 지속적인 대화를 통해 사건의 원인, 진행사항을 정확하게 정리한다
- 피해 친구의 가족, 보호자에게 알리고 도움을 요청한다

사후 대처

- 피해 상황이 재발하지 않는지 지켜본다
- 불안·우울한 감정이 해소되었는지 확인하고, 피해친구가 원한다면 상담 받을 수 있도록 연계한다

3. 일상속에서 늘어나는 사이버폭력 막을 순 없을까?

또래상담자 친구들이 조금만 관심을 가지고 실천을 한다면
사이버폭력을 예방할 수 있어요.

아래의 실천 다짐 중 한 가지씩 실천해 보는 것은 어떨까요?

한명의 작은 실천이 사이버폭력을 예방하는 큰 힘이 됩니다.



- 또래상담자로서 우리 반 내에 사이버폭력을 당하는 친구가 없는지 세심하게 살펴볼래요
- 학급이나 친구들 단톡에서 친구끼리 감정싸움이 일어날 때 적극적으로 말려보겠어요
- 학교게시판, SNS 등을 살펴보며, 심각한 욕설이나 비방 댓글이 있을 경우 선생님께 도움을 요청할게요
- 학교안에서 사이버폭력 예방을 위한 캠페인을 친구들과 계획해보겠어요
- 다른 학교의 사이버폭력 예방 사례나 방법을 열심히 배워볼게요
- 인터넷 상에서 사이버폭력 예방 정보를 수집하고, 학교에 공유할래요