



## 학생인권 및 자존감 향상을 위한 학부모 교육 자료

학부모님 안녕하십니까? 학교폭력 걱정이 없는 행복하고 안전한 학교를 만들기 위하여 애쓰시는 학부모님께 감사드립니다. 우리 학교에서는 학생들의 건강하고 안전한 학교 생활을 돕기 위하여 11월 7일~11일 일주일간 학교폭력예방 특별교육주간을 운영하여 집중적인 학교폭력 예방교육을 실시하고자 합니다. 이에 학교폭력예방 특별교육주간의 교육 활동의 일환으로 학부모님들을 대상으로 가정에서 학생들의 자존감을 향상시키고 건강한 자아를 형성 할 수 있는 지도 방법을 안내드리고자 본 교육자료를 배부해드리고자 합니다. 아래의 내용을 읽어보시고 우리 학생들의 건강한 성장을 위하여 가정에서도 많은 관심을 갖고 지도하여 주시기를 부탁드립니다.

### 1. 자녀가 부모님의 바람대로 성장하지 않을 수도 있다는 것을 받아들이십시오.

자녀의 생각과 행동을 믿어주는 것은, 아이 스스로에게 책임감을 심어줄 수 있으며 이를 통해 자녀는 높은 자존감을 갖게 됩니다. 부모님이 믿어 주는 만큼 아이는 할 수 있습니다.

### 2. 자녀의 말을 들어주십시오.

부모가 매일 다만 몇 분이라도 자신의 이야기를 진지하게 들어준다면 자녀는 자신이 소중하고 중요한 존재라고 인식하게 될 것이고 이를 통해 자연스럽게 자존감이 높아집니다. 부모님을 통해 다른 사람의 말을 잘 듣는 법을 보고 자란 자녀는 친구들의 이야기도 잘 들어주게 되어 주변으로부터 인정받고 환영받는 자녀가 되어 자존감이 더 높아집니다.

### 3. 자녀에게 의견을 물어 주십시오.

부모님께서서 자녀의 의견을 중요시하고 있다는 것을 보여 주십시오. 자녀는 자신을 소중한 사람이라 생각하여 자존감이 향상될 수 있고 동일한 방법으로 다른 사람들도 존중하게 될 것입니다.

### 4. 칭찬을 많이 해주십시오.

자녀가 계속 야단을 맞으면 감정적이게 되어 반감이 생깁니다. 반대로 칭찬을 받으면 마음에 여유가 생겨 잘못을 지적받아도 수긍하기 쉽습니다. 결과보다는 아이가 노력한 과정을 구체적으로 칭찬해 주십시오. 이러한 경험은 어려운 과제를 만나도 도전해 볼

수 있는 용기와 자존감을 형성할 것입니다. 효과적인 칭찬과 지양해야 할 칭찬 방법을 간단히 소개합니다.

### 효과적인 칭찬 방법

- 노력한 부분에 대해 언급함  
“옷을 정리하는 걸 연습하더니, 정말 많이 능숙해졌구나.”
- 원인과 결과를 이어서 설명함  
“학교 갈 준비를 제 시간에 맞추어 끝내놓으니 정말 도움이 되는구나.”
- 부모 자신의 감정을 언급함  
“동생과 사이가 좋게 지내는 모습을 보니 엄마가 굉장히 행복하구나.”

### 비효과적인 칭찬 방법

- 질문형으로 따지듯이 칭찬함  
“네 방이 오늘처럼 항상 깨끗할 수 없겠니?”
- ‘왜’로 시작하는 질문을 섞음  
“네 그릇에 있는 음식을 다 먹었네, 그런데 왜 20분이나 걸리니?”
- 추가로 더 할 것들을 요구함  
“설거지 잘 해놓았네. 그럼 이번에는 엄마가 부탁한 쓰레기 좀 밖에 내다 버려야지?”

## 5. “사랑한다”는 말을 하십시오.

사랑한다는 표현은 자녀들로 하여금 스스로 소중한 존재라는 확신을 갖게 합니다. 이는 자연스럽게 자존감을 향상하는 데 도움이 되며, 주변 사람들을 대할 때도 자신감을 가질 수 있도록 합니다.

## 6. 욕설과 폭력은 금물입니다.

부모님께서 스스로의 감정과 분노를 조절할 수 있어야 자녀도 자신의 감정과 분노를 조절하는 법을 배울 수 있습니다. 억울한 마음은 기억에 오래 남아 아이를 괴롭힙니다. 만약 부모님께서 잘못하신 것이 있다면 진심을 담아 빨리 사과하는 것이 좋습니다.

## 7. 기다릴 줄 알아야 합니다.

자녀가 성장하는 과정은 많은 시간이 걸리는 기나긴 여정입니다. 급하게 아이를 변화시키려 하지 마시고 꾸준히 기다려주세요.

2022. 11. 10.

포 담 초 등 학 교 장

관 인 생 략