



**파트 C**  
**학부모 안내서 - 번역본**  
**안내서 - 한국어**

**세션 3**

**학부모님 안내서**

**학교 교육에 대한 학부모님의 긍정적인 참여**

학교 교육에 관한 학부모님의 긍정적인 참여가 자녀의 학교 생활과 학습에 중요한 영향을 미친다는 것은 여러 연구를 통해 잘 알려진 사실입니다. 학부모님들은 다음과 같이 자녀의 학교 교육의 성공을 유도할 수 있습니다:

- 규칙적인 생활 패턴과 안정성 만들어주기.
- 독서 권장.
- 자녀가 스스로 계획하는 습관을 갖도록 도와주기.
- 자녀와 학교에 대해 이야기를 나누기.
- 학교와 의사소통하기.
- 독립심과 자제력 기르도록 돕기.

부모님들은 학급내 자원봉사, 학교 행사의 참여, 학부모 & 일반시민 위원회 및 기타 행사에 참여를 통해 학교에 참여할 수 있습니다.

**긍정적인 양육 전략**

- 아동 발달에 대한 이해.
- 스스로 좋은 본보기가 됨.
- 긍정적인 관심을 보임.
- 감성 지능을 가르침.
- 안전하고 보살피는 환경을 제공함.
- 건강하고 균형잡힌 생활 습관을 개발하도록 도움.

**효과적인 훈육**

공평하고, 일관적이며 배울 기회를 제공하는 훈육은 효과적입니다. 만약 자녀가 겁에 질리거나 무서워한다면 배울 수가 없습니다. 수치심의 유발과 체벌은 자녀가 제대로 행동하는 방법을 배울 수 있는 효과적인 기회를 제공하지 못합니다.

긍정적인 훈육방법을 사용한다는 것은, 자녀를 격려하고 자녀의 행동에 따른 적절한 결과 및 조치를 제공하는 것입니다. 또한 자녀가 실수를 하는 것은 배움의 과정에서 흔히 있을 수 있는 한 부분이라는 것을 인식하게 도와 주는 것입니다.

다음과 같은 훈육이 가장 효과적입니다:

- 미리 계획해서 스트레스를 받을 만한 상황을 잘 대비하고 관리합니다.
- 자녀들이 지루해하지 않도록 활동들을 제공합니다.
- 작은 실수나 잘못된 행동은 무시해 주십시오.
- 자녀의 요구가 합리적일 경우 자녀와 적당히 협상해 주십시오.
- 잘못된 행동에 대해서는 적절하고, 일관적이며 공정한 조치를 제공해 주십시오. 예를 들면, 자녀가 누리는 혜택 또는 가지고 있는 어떤것을 잃게 하거나, 자녀가 잘못된 행동에 대해 사과 하도록 하거나, 다시 돌아가서 하던 일을 올바른 방법으로 마무리할 것을 요청하는 것 등입니다.
- 가장 심각한 잘못된 행동에 대해서만 타임아웃이나 행동을 제약하시기 바랍니다.





**파트 C**  
**학부모 안내서 - 번역본**  
**안내서 - 한국어**

**가족이 함께  
하는 활동 3**

**흔히 경험할 수 있는 문제들에 대해 자녀를 도와 주기**

자녀가 어려움을 겪고 있거나, 가족이 곤란을 겪고 있을 경우, 자녀 학교의 교장, 학급 교사나 상담교사와 상의하시기 바랍니다. 많은 지역사회 복지 단체와 프로그램들도 학생들을 위한 지원을 제공합니다. 부모님들은 인터넷을 이용하거나, 지역 이민자 자원 센터나 시청에 연락하거나, 지역 도서관 등을 방문해서 지역 내 유용한 서비스와 프로그램을 찾을 수 있습니다. 부모님들은 또한 주치의나 지역 건강 센터들을 통해서 전문의의 도움을 받을 수 있도록 합니다.

**집단적 따돌림**

많은 아동들이 학교에서 집단적 따돌림을 당하기도 합니다. 여기에는 다음이 포함됩니다:

- 별명을 부르거나, 놀리거나, 헐박을 하거나, 모욕을 하는 등의 언행.
- 신체적 따돌림. 예를 들어 치거나, 긁거나, 넘어뜨리거나, 침을 뱉는 등의 행동.
- 또래 집단에서 제외시키거나 부적절한 동작으로 따돌리는 사회적 따돌림.
- 루머를 퍼뜨리거나, 소지품을 손상시키거나, 불쾌한 문자 메시지 등을 보내는 등의 심리적인 따돌림.

이러한 집단적 따돌림에 관해 또는 자녀가 집단적 따돌림을 당할 경우 어떻게 해야 하는지에 대한 보다 자세한 정보가 필요할 경우 다음 웹사이트를 방문하십시오: <http://bullyingnoway.gov.au/>.

**함께 요리하기**

이 활동은 가족들 사이에 협동, 대화 및 유대감을 기르기 위한 것입니다. 이것은 같은 목적을 위해 가족들이 서로 협력할 수 있는 좋은 방법입니다. 가장 좋은 것은 일단 요리가 끝나면, 모두가 함께 식사를 할 수 있다는 것입니다!

필요한 준비물

요리법 혹은 메뉴 계획 (인터넷에는 수천개의 무료 요리법과 메뉴 계획이 나와 있습니다. 요리책을 사용해도 되고, 문화적인 전통 요리나 가족 전통 요리를 만드는 것도 아이디어입니다).

선택한 요리법에 나온 재료.

조리기구, 부엌 및/혹은 요리 공간.

수저류.

방법

어떤 요리를 만들 것인지에 대해서는 온가족이 함께 참여해서 결정합니다.

요리를 만드는데 필요한 모든 재료에 대한 목록을 만듭니다. 집에 이미 다 준비된 재료를 사용해도 되고, 특별히 슈퍼에 가서 필요한 재료를 구입해야 할 수도 있습니다.





**파트 C**  
**학부모 안내서 - 번역본**  
**안내서 - 한국어**

요리를 하는데 필요한 시간을 미리 계획을 세워 서, 식사 시간에 맞게 준비합니다. 요리하는 시간은 가급적 여유를 두는 것이 좋습니다.

요리를 시작하기 전에, 모든 가족들에게 요리법과 지시 사항을 따르는 것이 중요하다는 것을 알려주 시기 바랍니다. 완성품의 사진이 있다면, 가족들 에게 미리 보여 주어서, 요리가 끝난 후의 완성품에 대 한 시각적인 이미지를 목표로 할 수 있도록 합니다.

각 가족 구성원에게 각자의 과제를 주도록 합니 다. 어린 아이들에게는 나이에 맞게 안전한 과제 를 주도록 합니다. 어린 아이들은 날카로운 칼이 나 뜨거운 오븐은 절대 피하도록 합니다! 요리기 구와 전기 기구를 사용할 때 아이들을 항상 감독 해 주시기 바랍니다.

명확하고 간단한 지시 사항을 전달하도록 하십 시오. 필요하다면, 아이들에게 미리 시범을 보여 줘서 따라 하도록 하십시오. 가급적 칭찬을 자주 해주십시오.

어린 아이들이 지루해한다면, 다른 할 일을 주세 요. 부모님이 하는 일을 지켜보게 하거나, 부엌 바깥에서 할 수 있는 일을 따로 주면, 부엌에서 다른 가족들이 계속 요리를 할 수 있게 됩니다. 예를 들어, 빈 종이에 메뉴를 적고, 아이들에게 그곳에 색칠하고 예쁘게 꾸며서 나중에 식탁에 올려놓도록 하는 것입니다.

인내심을 가지세요. 여기서 중요한 것은 가족이 같이 한 장소에서 함께 일한다는 것입니다!

일단 음식이 준비되거나, 오븐에 들어가게 되면, 가족들은 식탁을 챙기고, 부엌을 정돈하고, 간단 한 설거지를 함께 합니다.

음식을 먹을 준비가 되면, 모든 가족이 식탁에 앉 게 됩니다. 이때 요리에 열심히 참여한 가족들의 노력에 감사하는 한마디를 합니다. 가족 전체 사 진이나 요리 사진을 이때 찍어두는 것도 좋습니다.

요리된 음식을 즐기는 동안 요리 과정에 대해 이 야기를 나눕니다. 가장 재미있었던 것이 무엇인 지, 무엇을 배웠는지 아이들에게 물어보고, 다음 에 시도해보고 싶은 요리법에 대해 언급하기 바랍 니다. 아이들에게 많은 긍정적인 평가를 해 주고 요리에 열심히 참여한 것에 대해 격려해주세요.

식탁을 치우고 설거지를 하는데 온가족이 다 참 여합니다!

