

박진영 글 / 소복이 그림

내 마음 다치지 않게 친구 마음 상하지 않게



초등학교 학년 반 이름:

책을 펼치기 전

책을 읽기 전에 내 마음을 먼저 살펴보세요. 상처나 아픔이 있나요? 친구나 가족에게 서운한 감정이 있나요? 내가 바보 같다고 생각하지 않나요?

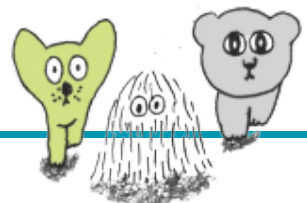


1 우리 사이에는 보이지 않는 선이 있어요

1. 친한 사이일수록 마음에 상처를 받을 수 있어요

친구나 부모님, 내가 좋아하는 사람에게 상처받은 일이 있나요?
언제, 무슨 일이 있었는지 써 보세요.

좋아하는 사람에게 상처받았다면, 한 걸음 물러서서 생각해 보세요.
내가 그 사람을 사랑하는 만큼 그 사람도 나를 존중하고 있나요?



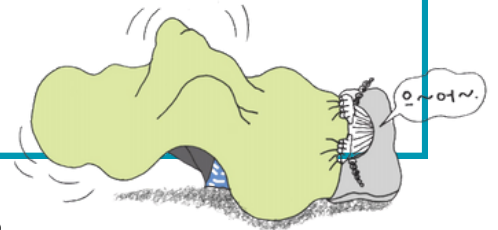
내 마음 다치지 않게 친구 마음 상하지 않게

2. 경계와 선을 지키는 게 중요해요

모든 관계에는 지켜야 할 보이지 않는 선이 있어요.

내 친구들을 생각하며 편하게 마음을 나눌 수 있는 관계의 선을 만들어 봅시다.

(예) 김다은: 진지한 고민을 속 시원하게 털어놓을 수 있는 친구



3. 신체 접촉에도 지켜야 할 경계가 있어요

“아무리 친해도 상대를 만지는 행위에는 가 필요합니다.”

나는 친구와의 사이에서 어느 정도까지 신체 접촉을 받아들일 수 있나요?

친구가 내 몸을 만지거나 다가오기 전에 미리 말하면 친구가 조심할 수 있어요.

친구에게 뭐라고 말하면 좋을까요?



나와 맞지 않는 친구가 있다고요?

1. 친구 사이에도 갈등은 생겨요

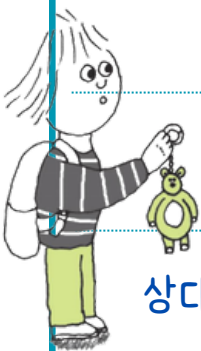
사람들의 생각과 습관은 저마다 다르기 때문에 일하는 방식에서 정답은 없어요.
내 친구의 행동을 더 잘 이해할 수 있도록 친구의 특징을 생각해 적어 봅시다.

(예) 박지희: 손 잡는 걸 좋아한다. 숙제를 잘 해 온다. 급식을 다 먹는다.



2. 친구에게 항상 양보해야 할까요?

나를 믿어주고 나의 배려를 고마워하는 친구가 내 주변에 있나요?
그 친구는 나에게 어떤 친절을 베풀었고, 어떻게 양보했나요?
나도 그 친구의 배려에 보답했나요?



상대방을 믿고 배려하는 선한 마음은 우리가 함께 살아가는 데 꼭 필요해요.

내 마음 다치지 않게 친구 마음 상하지 않게

3. 친구는 왜 그런 행동을 했을까요?

친구에게 서운했던 일이 있거나 친구의 말과 행동이 이해되지 않아 친구에게 실망했던 적이 있나요? 그때 친구의 행동을 찬찬히 돌이켜 보면서 친구의 마음을 헤아려 보세요. ‘그 친구 입장에서는 그럴 수 있지’라는 생각을 글로 표현해 봅시다.



3

한 걸음 다가가고 싶어요



1. 소외감이 들 수도 있어요

요즘 친구에게 서운한 마음이나 소외감이 든 적이 있나요?

친구들과의 관계를 다시 한번 생각하며 소외감이 든 원인을 찾아봅시다.

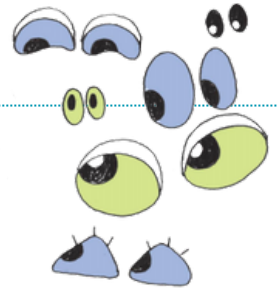
“친구를 탓하거나 나를 탓하지 말고, 관계를 돌아보는 기회로 삼아 보아요.”

내 마음 다치지 않게
친구 마음 상하지 않게

2. 남들이 나를 어떻게 볼지 걱정돼요

다른 사람에게 좋지 않는 평가를 받거나, 나에 대해 부정적인 이야기를 듣고 상처받은 적이 있나요?

다른 사람이 어떻게 평가하든 나는 나이고, 나라는 사람은 여전히 소중한해요.
누가 어떤 평가를 하든 두려워하지 마세요.
나의 가치를 지키는 다짐을 기록해 보세요.



3. 모두가 나를 좋아할 수는 없어요

친구들과 조금 더 가까워지고 좋은 관계를 맺기 위해서는 어떻게 해야 할까요?

누군가와 친해지고 관계를 맺는 일은 나뿐만 아니라 모두에게 어려운 일이에요.
지금 나의 친구는 어떻게 나와 가까워지게 되었나요?



폭력을 멈추게 하는 마음

1. 아무리 친해도 폭력은 절대 안 돼요

내가 좋아하는 사람이 말과 행동으로 내게 아픔을 주었다면 폭력을 의심해 볼 수 있어요. 나를 두렵게 하거나 상처 준 사람이 있나요?



내가 좋아하고 나와 친한 사이인데, 나를 마음대로 휘두르려고 하는 친구가 있다면 어떻게 해야 할까요?

2. 물려서지 않고 맞서 싸워요

누군가 괴롭힘을 당하고 있는 것을 보면 어떻게 해야 할까요?

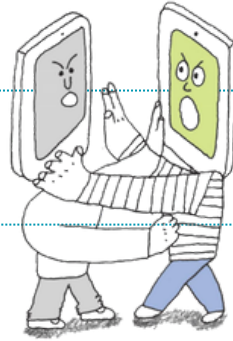
가해자가 힘이 세거나 무서운 사람이라 선뜻 나서기 어려운 경우에는 어떻게 해야 할까요?



내 마음 다치지 않게
친구 마음 상하지 않게

3. 온라인에서도 폭력이 일어나요

‘사이버 폭력’은 무엇인가요?

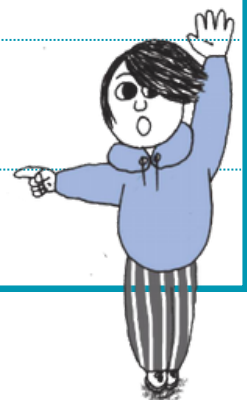


사이버 테러와 폭력을 발견하면 어떻게 해야 할까요?

4. 보이지 않는 곳에서도 나를 지켜요

온라인상에서 일어나는 범죄는 어떤 것들이 있을까요?

인터넷에서 만난 친구가 돈이나 만남을 요구하면 어떻게 해야 할까요?



너랑 진짜 친구가 되고 싶어

1. 마음을 열어 보여 주세요

어떤 친구와 더 가깝게 지내고 싶을 때, 어떻게 해야 할까요?

내가 친해지고 싶은 친구의 좋은 점을 찾아 봅시다. 서로의 좋은 점을 인정하고 닮아 가려고 노력하면 더 좋은 관계로 발전할 수 있어요.



2. 감사에는 힘이 있어요

고맙다는 말에 담겨 있는 의미는 무엇일까요?

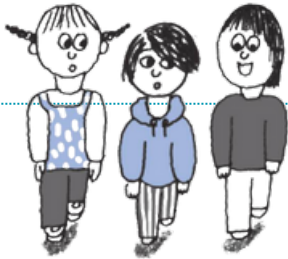
쑥스럽고 부끄럽지만, 나에게 도움을 준 친구에게 고맙다는 말을 전해 봅시다.

내 마음 다치지 않게
친구 마음 상하지 않게

3. 칭찬을 나누면 행복해져요

칭찬의 말은 고래도 춤추게 한다고 할 정도로 힘이 세지요. 왜 그럴까요?

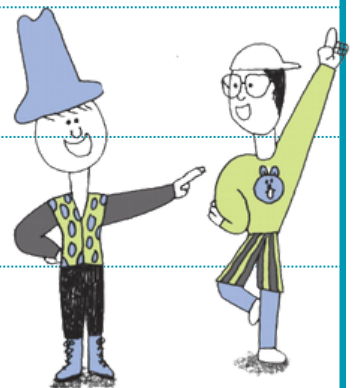
친구의 모습과 행동을 주의 깊게 관찰하고, 그 친구를 칭찬하는 말을 해 봅시다.



4. 도와주는 게 불편할 수 있어요

누군가를 도와줄 때 조심해야 할 점은 무엇일까요?

내가 도움을 요청해야 할 때는 어떻게 해야 할까요?



내 마음 다치지 않게
친구 마음 상하지 않게

우리의 관계를 지키는 방법 세 가지를 써 보세요

#

#

#

책을 읽고 나서

책을 다 읽은 후 내 마음에 가장 와닿은 문장 3개를 써 보세요.

