

## 지도자 및 교원\_수기-4

지도자 및 교원_수기-4				학업중단 예방 사례 응모분야		
				지도자 및 교원	학생	
				■		
사례명	교실에 들어가는게 무서워요.					
응모자	학교	OOOO초등학교	학년	0학년	성명	OOO
학업중단 위기원인		- 학교 내 실수, 기대보다 낮은 성취 등이 발생시 친구들이 나를 바보라 생각하고, 내 인생이 망하는건 아닐까라는 부정적 관점, 낮은 자존감, 잦은 결석으로 인한 또래지지 체계 약화 - 기질적으로 높은 불안, 코로나 이후 불안이 만성화되어 학교에서도 안 좋은 일이 생기진 않을까에 대한 두려움 - 거듭된 학업중단 위기로 보호자의 소진 및 양육스트레스로 인한 아동의 불안조절에 부정적 영향				
학업중단 예방 프로그램 참여 일자(기간)		'24.03.04. ~ '24.06.10. (15주간)				
1. 학업중단예방을 위한 프로그램 기획 사전단계						
1) 학생의 학업중단 원인 특성 분석 : 학생마다 학업 중단 위기 원인이 다르므로 구체적인 심리검사 및 평가를 통해 학생의 현재 어려움에 대한 위기를 평정합니다. 이를 위해 TCI, KPRC, HTP, SCT, KFD 검사를 진행하였습니다. 더불어 학부모 상담을 통한 발달력 평가를 통해 아동의 학업중단 까지 고려하게 된 원인을 다각도로 파악하였습니다.						
A학생의 경우, 기대보다 낮은 성취와 그로 인한 낮은 자존감, 자신이 못하면 교실에서 놀림당하고 인생이 실패 할 것이라는 부정적 관점, 실수에 대한 불안함이 높아 교실입실이 어렵고, 학교 급식을 거부하며 학업중단에 대한 고려가 되고 있었습니다.						
2)보호자 동의 A학생에 대한 프로그램 운영에 앞서 보호자 동의 및 협조를 충분히 구하고, 보호자의 의견을 반영하여 프로그램 운영에 대한 방향에 참고할 수 있도록 했습니다.						
3)담임교사 협력 학업중단 위기 프로그램 운영과 내용에 대한 공유, 학급 내 적응 상황에 대한 모니터링을 요청드리고 학급에서 학생을 위해 교사가 지지체제로 활용되기 위한 자문 및 정보를 제공하였습니다.						
2. 학업중단 위기 프로그램 운영 맞춤형 프로그램 계획단계						
1) 프로그램 운영 전 태도 점검하기 중요한 것은 학생과의 '라포 형성' : 학업중단 위기를 극복하기 위한 프로그램을 효과적으로 운영하기 위해서 학교생활에 대한 걱정과 두려움을 느끼는 학생들의 마음을 공감하고, 편안하고 따뜻한 관계 형성을 위해 초반에는 노력이 필요합니다. 학업중단 위기 학생들은 학교에서 잘 적응하고 싶지만, 뜻대로 되지 않아 좌절하게 되어 중단 위기에 놓이므로 학생들이 최선을 다해 노력하고자 애쓰는 부분에 대해 경청하고, 좌절에 대해 공감하고 격려하는 것이 우선되어야 함니						

다.

## 2) 사전 확인하기 : 프로그램 계획 전 정보 파악

- (1) 종합심리검사에서 지능상 어려움이 객관적으로 있는지 확인하기
- (2) 학업중단 최초 발생 시기, 영향 미친 사건, 등교거부에 대한 학부모 대처방식 등 확인하기
- (3) 진행되고 있는 외부 치료 연계 기관 및 자원 확인하기
- (4) 발달력, 기질, 부모-자녀관계 등 학생의 학업중단에 영향을 줄 수 있는 개인적 요소 파악하기
- (5) 심리검사 결과, 학부모 면담 결과, 담임교사 관찰 등을 상황 종합하여 학업중단 예방을 위해 개입되어야 할 우선순위 설정하기

## 3) 맞춤형 프로그램 계획

### (1) 자아존중감 향상을 위한 이야기치료

부정적 관점에 대한 개입으로 이야기치료를 선택한 이유는 내담 아동이 반박을 활용한 인지 재구화를 진행하는 것 보다 자신에 대한 관점을 수정하고 본인이 원하는 삶을 이야기를 통해 만들어갈 수 있는 방법을 더 편안하게 여길 것으로 보였습니다. 구체적으로는 자신의 학업 중단에 영향을 주는 내 안의 ‘불안’을 눈에 보이게 만들었습니다. 그리고 자신의 기대보다 못했지만 친구들이 괜찮다고 말해주었던 순간들, 실수했지만 그래도 재밌었던 순간들처럼 불안하지만 견뎌냈던 경험들을 찾아내며 어떻게 그렇게 할 수 있었는지, 또 어떤 사람들이 도움이 되었는지, 앞으로 어떻게 하고 싶은지에 대해 학교생활에 대한 이야기를 만들어가며 자기 존중감을 가지고 불안을 무서워하기보다는 준비하는 마음가짐으로 받아들일 수 있도록 하였습니다.

### (2) 나를 도와주는 동생 곰인형 만들기

자신이 어떻게 불안을 느끼는지, 불안때 어떤 반응을 보이는지 신체감각에 집중하고 발생할 수 있는 불안느낌 수 있도록 신체감각에 기반하여 사전 작업하였습니다. 그 후 느껴지는 불안이 올 때 스스로 조절하기 위해 안전감을 느낄 수 있는 곰인형(애니멀패밀리, DIY 동생곰만들기 키트)을 만들어 들고 다닐 수 있도록 하였습니다. 이는 아동이 불안에 집중하기 보다 인형이라는 촉각, 시각에 집중하게 만들고 따뜻하고 편안한 소재의 인형 촉감으로 인해 긴장이 이완되는 효과가 있었습니다.

### (3) 불안에 대처법 훈련

쉽게 불안해지지 않고, 압도되지 않기 위해서는 마음챙김, 명상, 그리고 불안이완을 위한 안정화 기법들을 운영하였습니다. 구체적으로는 다음 대처법을 활용하였습니다.

- 마음챙김 명상(MBSR) (제주특별자치도교육청 유튜브)
- 어린이를 위한 마음챙김 워크북 (한나서먼, 불광출판사, 2021)
- 안정화 기법 중 복식호흡훈련, 근육이완훈련 (보건복지부 국립정신건강센터 유튜브)

### (4) 또래지지 짝집단 운영

상담 과정 중 등장한 자신에게 긍정적인 영향을 주는 친구를 확인하고, 친구와 보호자에게 동의를 얻어 방과 후 함께 짝집단 보드게임을 진행하고, 서로에 대해 학급에서 발견한 장점, 응원하는 편지 등을 써줄 수 있는 집단을 8회기 진행하여 학업중단 위기 학생의 보호요인으로 또래 지지감을 강화하기 위해 노력하였습니다.

### (5)교실 입실에 대한 점진적 체계적 둔감법

초기에 교실 입실에 대한 걱정과 두려움이 높았기 때문에 교실과 유사한 학교상담실로 등교 규

칙적으로 하는것부터 시작하여 교실이 있는 층까지 가보기, 교실 복도 걸어가기, 교실 뒷문 입구 까지 가기, 친구들이 없는 시간에 교실에 입실하기, 상담선생님과 함께 수업시간에 맞춰 교실 들어가보기, 짝집단 친구와 함께 교실에 입실하기를 통해 점차 교실에서 적응하는 시간을 늘릴 수 있도록 개입하였습니다.

### 3. A학생 맞춤형 내부자원 체제 활용 계획 및 진행

: 학업중단 위기 학생 학교 적응력 강화를 돕기 위한 협의체 주기적 운영

학부모, 담임교사, 상담교사, 교감선생님이 다 함께 학생의 현 상황에 대해 공유하고, 잘되고 있는 점, 추가로 지원되어야 할 점 등에 대해서 주기적으로 논의를 하였습니다. 또한 학업중단 위기 학생의 보호자가 심리적으로 소진되지 않도록 학부모의 노력을 인정하고 격려하며 지속적으로 주기적으로 함께 했습니다.

### 4. A학생 맞춤형 외부자원 체제 활용 방안 계획 및 운영

#### (1) 보호자 상담 및 연계

학부모의 경우, 학업중단 위기에 처한 학생을 보며 양육에 대한 낮은 유능감을 호소하며 죄책감을 경험하고 부부갈등으로 연결되고 있어 주양육자인 보호자를 지역기관인 정신건강증진센터로 연계하였고, 전국민마음투자 사업에 대해서 안내하였습니다. 또한 주1회 학생의 불안 증상을 보일 때 어떻게 대처할 수 있을지에 대해서 양육코칭을 진행하며 외부기관 상담을 지속적으로 잘 받으실 수 있도록 했습니다.

#### (2) 외부 치료 기관 연계 및 협력 체계 운영

기질적으로 불안이 높아 어릴적부터 일상생활에 부적응을 야기할 정도의 어려움이 반복되어 보호자의 동의와 협조를 통해 긴장을 이완할 수 있는 약물치료를 병행할 수 있도록 도왔습니다. 또한 보호자의 동의를 받고 병의원과 약물치료의 효과, 학업 중단 정도, 학교에서 나타나는 변화 등에 대해서 지속적인 협력체계를 유지하며 효과적인 개입이 될 수 있도록 개입하였습니다.

### 5. 학업중단위기 프로그램 이후 평가 및 적응

#### (1) 우리반, 내 친구, 같이 어울려 다녀요.

교실에서 지지해주는 친구와 또 다른 친구들의 사귀어서 학급에서 어울리고, 조별 과제를 하기도 하는 모습을 보이고, 같이 어울리는 모습을 보였습니다. 또래 갈등이 생기면 상담교사에게 갈등 중재를 요청하기도 하며 또래와 어울리며 갈등시 학업 중단 위기를 겪는 것이 아니라 대처하려는 시도를 보였습니다.

#### (2) 학교 생활이 재밌어졌어요(등교 빈도와 등교 후 지속시간 증가)

보호자가 아동의 불안에 지지자로 활동하고 아동 스스로도 불안을 조절이 가능해지며 힘들시 동생곰인형을 만지도하고, 상담실에서 호흡을 하고가기도 하며 등교가 규칙적여지고, 학교에 있는 시간이 증가되었습니다.

#### (3) 친구들이랑 같이 급식도 먹어요.

친구들과 어울리기 어렵고, 급식을 먹기 어려워하는 모습을 보이며 급식 전 하교하기도 하였으나 프로그램 진행자와 같이 밥을 먹기 시작하고 이후엔 친구들과 급식실에 함께 가서 먹는 모습을 보였습니다.