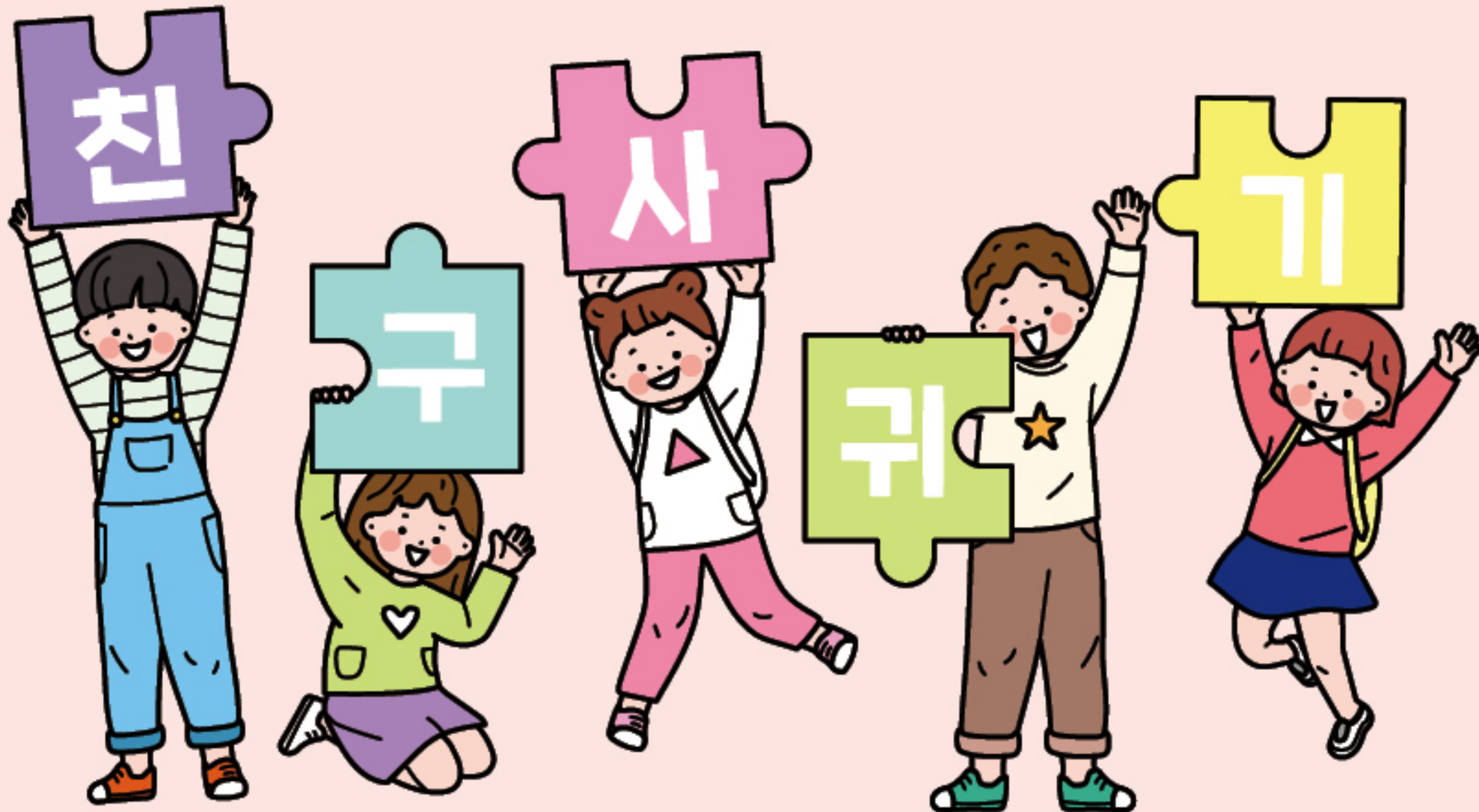




우리들의 학교생활 이야기



함께 하면 즐겁고, 속상한 일이
있을 때 힘이 되어주는 친구를
만나고 싶나요?

새학기에
친구를 한번에
많이 만들기는 어려워요

한 명의
친구부터 가깝게
지내 보아요

친구에게 다가가기 위한 방법

웃으며 눈을 보고 먼저 인사를 합니다.

친구에게 부드럽고 친절한 태도를 보입니다.

친구가 이야기할 때 눈을 맞추고 고개도 끄덕이면서 잘 들어줍니다.

친구에게 다가가기 위한 방법



01

**친구의 행동이나
가진 물건을
구체적으로
칭찬해보세요.**

아빠 공 잘 던지더라

그 색이 진짜 너랑
잘 어울리는 것 같아



02

**공통적으로
좋아하는 것을
찾아봅니다.**

너 혹시 좋아하는
게임(가수, 운동선수)
있어?

혹시 ㅇㅇ(비슷한
캐릭터)도 좋아해?



03

**한 번에
친해지려고
하지 말고,
시간을 두고
여러 번 이야기를
걸어봅니다.**



친구들의 놀이에 함께하고 싶을 때

친구들이 놀고 있는 모습을 가까이서 지켜봅니다.

친구들이 노는 모습을 칭찬해 봅니다.

"와~잘 잡았어." "멋지게 성공했네." "화이팅!"

놀이에 함께하고 싶을 때는 놀이가 잠시 중단되길 기다렸다가 같이 해도 되는지 물어봅니다.

끼워주지 않으면 "그래, 다음에 놀자." 하고 부드러운 표정으로 말합니다.

다음 기회를 기다려봅니다.



친구에게 지나친 장난은 좋지 않아요

친구에게 하는 장난에
나쁜 뜻이 없더라도,
심한 장난은
친구의 마음을 속상하게
할 수 있습니다.

친구의 심한
장난에 기분이 상했다면
마음을 가다듬고 단호하게
이야기합니다.

(마음 속으로 천천히 5까지 세면서
숨을 깊게 들이 마시고, 내쉽니다)

그렇게
(말)하면
내 마음이
불편해

그렇게
(말)하지
않았으면
좋겠어

마음에 상처가 되는
지나친 장난을 반복하는
친구가 있다면 어른
(선생님, 부모님)에게
도움을 요청합니다.

새 학기에도 친구들과
즐거운 학교생활 하기를 바랍니다

2022 초등학교 3·4학년용 카드뉴스

우리들의 학교생활 이야기

본 카드뉴스는 교육부와 학생정신건강지원센터가
한국학교정신건강의학회에 의뢰하여 제작한
"우리들의 마음건강 이야기" 2호입니다.



앱, 페이스북,
카카오톡 상담채널
다들어줄 개

'다들어줄 개'
문자 상담
1661-5004

청소년
상담전화
1388

마음건강
상담전화
1577-0199

카드뉴스 문의
02-6959-4640
(학생정신건강지원센터)