

집단 따돌림 (왕따) 예방, 중재 그리고 부모 님을 위한 가이드

저자 :

Dr. Sumie Okazaki, Dr. Munyi Shea,
Ms. Ulash Thakore-Dunlap LMFT 그리고 Dr. Cixin Wang



감사의 글: 본 프로젝트는 American Psychological Association (APA) PILC Award Program and with support from the Asian American Psychological Association (AAPA)으로 부터 재정적 지원을 받았습니다. 자료집의 레이아웃 디자인은 Kavita Atwal 박사가 맡아주었습니다.

목차 페이지

	페이지
집단 따돌림 (왕따) 에 대한 시나리오와 그에 대한 논의	3
시나리오 1	4
시나리오 2	6
시나리오 3	8
시나리오 4	10
집단 따돌림 (왕따) 예방과 중재 가이드 그리고 부모님을 위한 자료들	12
집단 따돌림 (왕따)란 무엇인가?	13
집단 따돌림을 예방하는 방법	14
여러분의 자녀가 집단 따돌림(왕따)을 당한다면 중재하는 방법	17
집단 따돌림과 관련 문제에 대해 도움이 되는 웹사이트	20



집단 따돌림 (왕따)에 대한 시나리오와 그에 대한 논의

안내: 아래에 제시된 시나리오를 읽으며 여러분 자신이 시나리오에 묘사된 아동의 부모라고 상상해보세요. 여러분께서는 무엇을 하실 것 같습니까? 옳고 틀린 답은 없습니다. 각각의 상황에서 가능한 반응과 그에 따른 잠재적 결과가 제시되어 있으니 살펴보시기 바랍니다.

시나리오 1

Jonathan (조나단)은 4학년의 필리핀계 미국인 남자 아이로 또래의 아이들보다 작은 편입니다. 조나단은 학교에 가기를 거부하고 있으며 매일 아침 두통과 복통을 호소하고 있습니다. 조나단은 마침내 여러분에게 (부모님에게) 학교에 가는 것이 무섭다고 털어놓습니다. 그 이유는 학교에 있는 조나단 보다 덩치가 큰 아이들이 조나단을 밀고, 발로 차고, 놀러왔기 때문이라고 말합니다. 이 아이는 그러한 이야기를 털어 놓으며 울기 시작합니다. 조나단은 이미 선생님에게 말한 적이 있지만 친구들이 놀리고 밀고 하는 일은 계속 일어나고 있다고 말합니다.



시나리오에 대한 부모의 반응:

1. “무서워 하지마! 너는 다 큰 아이잖아. 남자 아이들은 항상 싸운단다. 그게정상이야!”
2. “그 아이들을 무시하렴. 외면해버려. 선생님에게 말해봐.”
3. “니가 어떻게 느끼고 있었는지 우리에게 알려줘서 다행이야. 그 아이들이 너를 괴롭히는데 학교에 가서 수업하려니 힘들었겠네. 엄마/아빠가 너희 선생님과 학교 관계자들과 이야기를 해서 해결하도록 노력해볼게. 네가 안전하도록 우리가 최선을 다할게.”
4. 여러분의 반응을 써보세요: _____.

시나리오 1

각각의 부모 반응에 대한 가능한 결과와 각 반응의 효과

만약 부모님이 이야기 한다면 “무서워 하지마! 너는 다 큰 아이잖아. 남자 아이들은 항상 싸운단다. 그게정상이야!”

- Jonathan (조나단)은 자신의 부모님과 자기의 감정을 공유할 수 없다고 생각할지도 모릅니다. 예를 들어, “나는 화가 나거나 무서워하면 안 되는건가?”
- 집단 따돌림 (왕따)은 지속될지도 모릅니다. 조나단은 계속해서 두려워하고 학교 가는 것을 거부할 수도 있습니다.
- 조나단은 스스로가 충분히 강하거나 남자 답지 못했다고 생각 할 수 있습니다. 그리고 강력히 맞서서 싸웠어야 했다고 생각 할 수 있습니다. 이것은 조나단의 신체 건강 (예, 두통, 안절부절함)과 정신 건강 (예, 두려움, 의심, 무익함(쓸모없음), 우울증 그리고 낮은 자아존중감)에 부정적인 영향을 미칠 수 있습니다. 조나단은 또한 남자 아이로서의 자신의 정체성과 가치에 대해 질문할 수 있습니다; 예를 들어, “내가 싸우는 것을 원하지 않거나 싸울 수 없다면, 이것은 내가 남자 답지 않다는 것을 의미하는걸까?”
- 조나단은 아무 일도 없었던 듯이 행동하고 맞서 싸우려고 시도할지도 모릅니다. 하지만 다른 아이들이 몸집이 더 크고 강하거나 조나단 보다 더 힘이 셀 수 있기 때문에 조나단이 다칠 가능성이 있습니다.

만약 부모님이 이야기 한다면 “그 아이들을 무시하렴. 외면해버려. 선생님에게 말해봐.”

- Jonathan (조나단)은 자신의 부모님이 자신의 감정에 귀기울여 주지 않고 이해해주지 않는다고 생각할 수 있습니다.
- 집단 따돌림 (왕따)은 지속될지도 모릅니다. 조나단은 계속해서 두려워하고 학교 가는 것을 거부할 수도 있습니다.
- 다른 아이들은 조나단이 그 아이들을 외면하고 맞서 싸우지 않기 때문에 조나단을 놀릴 수 있습니다.
- 다른 아이들이 몸집이 더 크고 강하다는 점을 생각하면, 이런 경우에는, 외면하고 무시하는 것이 조나단에게 가장 안전한 선택지가 될 수도 있습니다. 하지만, 집단 따돌림 (왕따)은 계속 될 가능성이 있습니다.

만약 부모님이 이야기 한다면 “니가 어떻게 느끼고 있었는지 우리에게 알려줘서 다행이야. 그 아이들이 너를 괴롭히는데 학교에 가서 수업하려니 힘들었겠네. 엄마/아빠가 너희 선생님과 학교 관계자들과 이야기를 해서 해결하도록 노력해볼게. 네가 안전하도록 우리가 최선을 다할게.”

- Jonathan은 부모님이 자신의 이야기를 들어주고 자신을 이해한다고 생각합니다.
- 이 반응은 Jonathan이 자신의 가족이 이 상황을 심각하게 받아들이고 집단 따돌림 (왕따) 혹은 어떤 형태든 또래 친구 관련된 피해는 용납하지 않을 것이란 것을 알게 해줍니다.
- 이 반응은 조나단의 연령을 고려할 때 적합한 반응입니다. 이는 가족이 Jonathan을 지원하기위해 여기 있다는 것 그리고 학교와 문제 해결을 위해 어떤 조치를 취할 것이라는 것을 강조합니다.

시나리오 2

Ahmad (아매드)는 자신이 다니는 고등학교에서 몇 안 되는 무슬림 인도네시아계 학생들 중 한 명입니다. 최근 있었던 대통령 선거 이후에, 아매드는 학교 분위기가 매우 적대적이고 안전하지 않다고 느꼈습니다. 아침 뉴스에서 다른 나라에서 발생한 테러리스트 공격에 대해 수차례 보도하자, 아이들은 아매드를 둘러싸고 아매드와 아매드의 가족들이 미국에 얼마나 충성하고 있는지 물었습니다. 친구의 제안에 따라 아매드는 자신이 당한 괴롭힘에 대해 교장 선생님에게 말했습니다. 그 후 직접적인 괴롭힘이 멈추었지만, 같은 아이들이 알라에게 충성을 맹세하는 아매드의 사진으로 가짜 프로필을 만들어 소셜미디어 사이트에 익명으로 된 계정으로 퍼트렸습니다. 아매드는 이 사실을 선생님에게 털어 놓았고, 교장 선생님은 여러분에게 (부모님에게) 연락을 했습니다.



교장 선생님의 전화 이후 부모의 반응:

1. “Ahmad (아매드). 우린 이 일이 너한테 얼마나 상처가 되는지 알아. 하지만, 이게 미국의 새로운 현실이다. 이 학교는 우리 지역에서 가장 좋은 학교야. 우리는 분란을 일으키기 원치 않아.”
2. “네가 인터넷에 접속해서 모든 사람들에게 이 루머가 사실이 아니라고 말하는게 어때?”
3. “네가 우리에게 무슨 일이 있었는지 털어놓아서 엄마/아빠는 너무 다행스럽게 느낀단다. 니가 겪은 괴롭힘에 대해서 교장 선생님과 이야기했다니 잘했구나. 네가 어른에게 집단 따돌림 (왕따)에 대해 이야기한 것은 정말 용감한 행동이야. 어른들은 너를 보호하기 위해 여기 있단다. 지금이 너에게나 우리에게나 우리 커뮤니티에 참 어려운 시간이라는 것을 안단다. 자, 함께 앉아서 해결 방법을 생각해 보자.”
4. 당신의 반응을 써 보세요: _____.

시나리오 2

각각의 부모 반응에 대한 가능한 결과와 각 반응의 효과

만약 부모님이 이야기 한다면 “Ahmad (아매드). 우린 이 일이 너한테 얼마나 상처가 되는지 알아. 하지만, 이게 미국의 새로운 현실이다. 이 학교는 우리 지역에서 가장 좋은 학교야. 우리는 분란을 일으키기 원치 않아.”

- Ahmad (아매드)는 온라인 상에서든 직접적으로든, 아매드에 대해서 증거도 없이 나쁜 일을 했다고 뒤집어 씌울만큼 심각한 혐의를 만들었던 (아매드를 테러리스트라고 부르는 것과 같이) 이 친구들로부터 계속해서 괴롭힘을 당할 수 있습니다.
- 아매드는 부모님이 자신의 어려움에 대해 공감하고 인정해줬다고 느낄 수 있지만, 계속해서 학교에서 환영받지 못하고 안전하지 못하다고 느낄 수 있습니다. 만연한 괴롭힘과 두려움은 아매드의 신체적 심리적 웰빙 뿐만 아니라, 아매드의 학업성취와 발전에도 영향을 끼칠 수도 있습니다.

만약 부모님이 이야기 한다면 “네가 인터넷에 접속해서 모든 사람들에게 이 루머가 사실이 아니라고 말하는게 어때?”

- 사이버불링 (사이버상에서의 집단따돌림, 괴롭힘)을 하는 십대들과 그 루머를 보는 다른 아이들은 그 루머가 사실인지 아닌지에 대해 상관하지 않을 수 있습니다. 사이버불링은 계속되거나 더 악화될지도 모릅니다.
- 이 반응은 아매드에게 자신의 이름을 소셜미디어에서 지우고 자신이 시작하지 않았던 문제를 고치라고 하는 큰 짐을 지어주는 것입니다. 아매드는 어느 누구도 자신을 도울 수 없다고 생각할 수 있습니다.

만약 부모님이 이야기 한다면 “네가 우리에게 무슨 일이 있었는지 털어놓아서 엄마/아빠는 너무 다행스럽게 느낀단다. 니가 겪은 괴롭힘에 대해서 교장 선생님과 이야기했다니 잘했구나. 네가 어른에게 집단 따돌림 (왕따)에 대해 이야기한 것은 정말 용감한 행동이야. 어른들은 너를 보호하기 위해 여기 있단다. 지금이 너에게나 우리에게나 우리 커뮤니티에 참 어려운 시간이라는 것을 안단다. 자, 함께 앉아서 해결 방법을 생각해보자.”

- Ahmad는 자신의 가족이 자신의 말을 들어주고 이해한다고 생각합니다. 이 답변은 또한 문화적으로 다양한 배경을 가진 학생들이 자신의 개인 특성 때문이 아니라 사회 및 정치적 환경 때문에 표적이 될 수 있다는 것을 강조합니다.
- 이 반응은 괴롭힘을 당하거나 집단 따돌림을 당하는 학생들이 비난 받거나 부끄러워하기 보다는 문제 해결을 위해 조치를 취할 수 있는 학교 당국이나 신뢰할 수 있는 어른에게 신고해야 한다는 점을 강조합니다.

시나리오 3

1학년인 Xiao Ling (시아오 링)은 최근에 중국에서 미국으로 이주해서 교외에 있는 초등학교에 다니기 시작했습니다. 하지만 같은반 학생들이 시아오 링의 이름, 액센트, 찢어지고 올라간 눈, 옷차림에 대해 놀리곤 했습니다. 어느 날, 한 아이가 모두 웃기다고 생각하는 "Xiao Long Bao (시아오 룡 빠오: 중국식 만두)! 둥글고 작은! 모든 이들이 먹는 중국산 만두!"라는 별명을 시아오 링에게 붙여주었습니다. 시아오 링은 학교에서 평정심을 유지했지만, 울면서 집에 왔고 너무 외롭고 슬프



시나리오에 대한 부모의 반응:

1. “네가 왜 신경을 쓰니? 너는 여기 공부하러 온 거고, 공부 잘 하려고 있는거야. 누가 이런 바보 같은 농담을 하는 사람들을 신경쓰니? 애들이 너를 만두라고 부른다고 니가 진짜 만두가 되니? 너는 우리 문화 전통에 대해 자랑스러워해야해!”
2. “어린 애들은 별명 만드는 것을 좋아해. 네가 너무 과민반응 하는건 아닐까? 새로운 곳에서 시작하는 것은 항상 모든 사람들에게 다 힘들단다. 나도 슬프고 옛날 동네가 그립고 중국에 있는 친구들이 보고싶어. 이건 단지 이민자 모두가 겪는 정상적인 과정이야.”
3. “니가 어떻게 느끼는지 너의 기분을 우리에게 얘기해줘서 다행이다. 나도 미국의 새로운 환경에 적응하는 게 어렵다는 것을 알고 있어. 엄마/아빠도 슬프고, 고향이 그립고 중국에 있는 친구들이 보고싶어. 너희 반 친구들이 네 외모와 이름을 가지고 놀렸다니 정말 마음이 좋지 않구나. 네 이름 Xiao-Ling은 중국어로 아는 것이 많고 똑똑하다는 의미란다. 네 이름의 의미를 너희 반 친구들에게 이야기하고 그 친구들 이름에는 어떤 특별한 의미가 있는지 물어보는거 어때? 우리가 너를 위해서 여기 있다는 것을 꼭 기억하렴. 난 너희 선생님과 함께 문제를 해결할 것이고, 선생님들에게 너희 반에서 너희 학교에서 이런 일이 벌어지고 있다고 얘기할게.”
4. 당신의 반응을 써 보세요: _____.

시나리오 3

각각의 부모 반응에 대한 가능한 결과와 각 반응의 효과

만약 부모님이 이야기 한다면 “네가 왜 신경을 쓰니? 너는 여기 공부하러 온 거고, 공부 잘 하려고 있는거야. 누가 이런 바보 같은 농담을 하는 사람들을 신경쓰니? 애들이 너를 만두라고 부른다고 니가 진짜 만두가 되니? 너는 우리 문화 전통에 대해 자랑스러워해야해!”

- Xiao Ling (시아오 링)이 다른 친구들의 괴롭힘을 무시하려고 노력할 수 있을지 몰라도, 언어적 집단 따돌림은 계속 이어질 수 있고, 시아오 링은 계속해서 외롭고 고립되어 있고 슬프다고 느낄 수 있습니다.
- 시아오 링은 자신의 부모님이 자신에게 단순히 그런 농담을 무시하라고 말했을 때, 이 상황을 심각하게 받아들이지 않았다고 생각할 수 있습니다. 시아오 링은 그 농담이 유치하거나 웃기다고 생각하지 않았습니 다. 이 농담은 은밀한 차별 (microaggression: 구체적인 집단이나 그 집단에 속한 개인에게 잠재적으로 부정적이고 불쾌한 심리적 영향을 주는 언어적/행동적 모욕으로, 상대방에게 적의, 폄하, 인종에 대한 무시 모욕을 표현하는 것 (D. W. Sue, Bucceri, Lim, Nadal, & Torino, 2007) 의 한 형태일 수 있습니다.
- 시아오 링은 부모님이 자신에게 물려받은 문화 전통을 자랑스럽게 여기라고 말했을 때, 부모님이 자신을 잘 이해하지 못했다고 느낄 수 있습니다. 문제는 시아오 링이 자신의 문화에 대해 자랑스럽게 생각하지 않았던 것이 아니었습니다. 시아오 링은 정말 자신의 나라 (고향)가 그립고 돌아가길 원합니다. 시아오 링이 자신의 문화 유산에 대해 자랑스럽게 여긴다고 해서 괴롭힘이 멈추거나 속상하고 외로운 마음이 드는 것을 예방해주지 않을 것 입니다.

만약 부모님이 이야기 한다면 “어린 애들은 별명 만드는 것을 좋아해. 네가 너무 과민반응 하는건 아닐까? 새로운 곳에서 시작하는 것은 항상 모든 사람들에게 다 힘들단다. 나도 슬프고 옛날 동네가 그립고 중국에 있는 친구들이 보고싶어. 이건 단지 이민자 모두가 겪는 정상적인 과정이야.”

- Xiao Ling (시아오 링)은 자신이 과민반응을 하고 있다고 생각하지 않을 수 있습니다. 이 아이는 매일 놀림을 받아오고 있었습니다. 이러한 부모님의 반응은 시아오 링의 감정과 경험을 공감하지 않고 인정하지 않는 것일 수 있습니다.
- 새로운 학교와 새로운 문화에 적응하는 것은 대부분의 사람들에게 어렵습니다. 그러나 이는 Xiao Ling에게 일어났던 일이 문화 적응 과정에서 당연히 겪을 수 있는 일이라는 것을 의미하지는 않습니다. 언어적 놀림, 반복적인 언어적 괴롭힘이 용납되어서는 안 됩니다.
- 이런 놀림, 언어적 괴롭힘, 부모님의 이해 부족은 Xiao Ling의 고독감을 악화시키고, 이 아이의 정신 건강과 학업 성적에 부정적인 영향을 끼칠 수 있습니다.

만약 부모님이 이야기 한다면 “니가 어떻게 느끼는지 너의 기분을 우리에게 얘기해줘서 다행이다. 나도 미국의 새로운 환경에 적응하는 게 어렵다는 것을 알고 있어. 엄마/아빠도 슬프고, 고향이 그립고 중국에 있는 친구들이 보고싶어. 너희 반 친구들이 네 외모와 이름을 가지고 놀렸다니 정말 마음이 좋지 않구나. 네 이름 Xiao-Ling은 중국어로 아는 것이 많고 똑똑하다는 의미란다. 네 이름의 의미를 너희 반 친구들에게 이야기하고 그 친구들 이름에는 어떤 특별한 의미가 있는지 물어보는거 어때? 우리가 너를 위해서 여기 있다는 것을 꼭 기억하렴. 난 너희 선생님과 함께 문제를 해결할 것이고, 선생님들에게 너희 반에서 너희 학교에서 이런 일이 벌어지고 있다고 얘기할게.”

- Xiao Ling은 자신의 가족이 자신의 말을 들어주고 이해한다고 생각합니다.
- 이 반응은 놀림받거나 괴롭힘을 받아왔던 학생들이 비난받거나 부끄러워하기보다는 문제를 해결 할 수 있는 학교 당국이나 신뢰할 수 있는 어른에게 이러한 상황을 보고해야한다는 것을 강조합니다.
- 이 반응은 Xiao Ling연령에 적합한 반응입니다. 이는 Xiao Ling을 지원하기 위해 가족이 여기에 있으며 문제를 해결하기 위해 학교와 조치를 취할 것이라는 것을 강조합니다.

시나리오 4

여러분의 자녀(딸) Karina (카리나)는 공립학교에 다니는 6학년입니다. 어느 날, 카리나는 같은 반에 있는 어떤 한 무리의 친구들이 Facebook (페이스북)과 텍스트 메시지로 이상한 루머를 퍼트리고 있다고 카리나가 여러분에게 이야기 했습니다. 게다가, 그 무리의 친구들은 카리나의 까만 피부색, 카리나가 먹는 음식, 심지어는 카리나의 우수한 성적에 대해서까지 거의 매일 놀려왔다고 합니다. 때때로 이 아이들은 카리나에게 자신들의 수학 숙제를 도와달라고 강요하거나 카리나의 물건을 달라고 강요했다고 합니다. 교사는 이 사건에 대해 어떤 대응도 하지 않아 왔고 여러분이 요청한 도움에 대해서도 어떤 대응도 하지 않았습니다.



시나리오에 대한 부모의 반응:

1. “카리나를 다른 학교로 전학보내는 것에 대해 생각해봐야만 해요.”
2. “카리나에게 페이스북을 그만두고, 전화번호도 바꾸라고 할거예요.”
3. “나는 네가 이 일에 대해 이야기 해주어서 너무 기쁘단다. 너희반 친구들이 너를 괴롭히고 있다니 마음이 안 좋구나. 네가 안전하게 느끼고 상처받지 않도록 (예, 네 물건을 가져가는 것), 친구와 같이 점심을 먹거나 집으로 걸어가는 것에 대해 어떻게 생각하니? 엄마/아빠가 선생님, 교장 선생님, 학교 상담교사에게 무슨 일이 일어나고 있는지 이야기 해줄까?”
4. 당신의 반응을 써 보세요: _____.

시나리오 4

각각의 부모 반응에 대한 가능한 결과와 각 반응의 효과

만약 부모님이 이야기 한다면 “카리나를 다른 학교로 전학보내는 것에 대해 생각해봐야만 해요.”

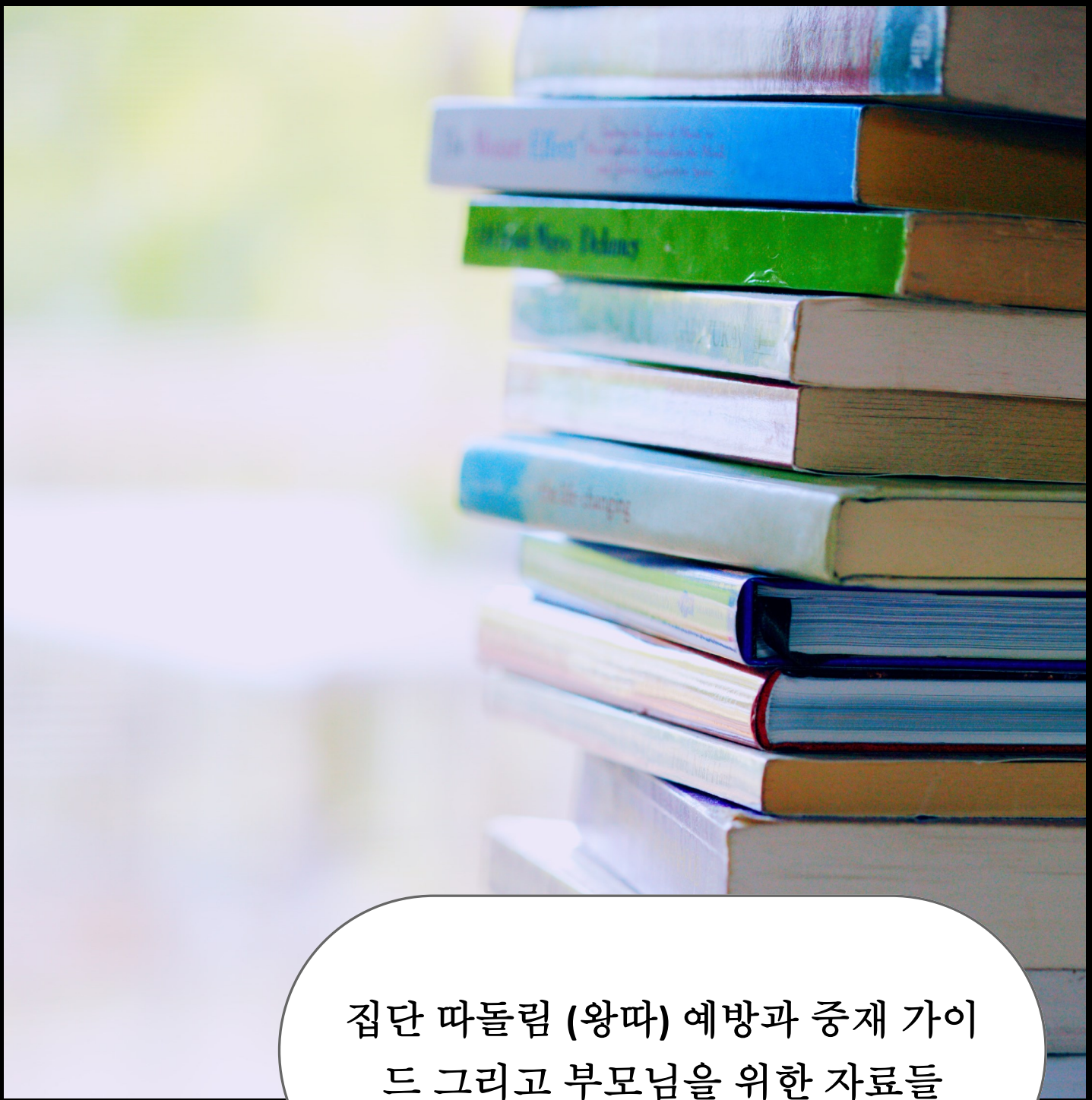
- Karina (카리나)는 다른 학교로 전학가는 것을 원하지 않을 수 있고, 다른 학생들의 행동 때문에 자신이 벌을 받는다고 생각할 수도 있습니다.
- 이 괴롭힘은 텍스트 메시지와 다른 소셜 미디어 사이트를 통해 계속 될 수 있고, 심지어 카리나가 다른 학교로 간다고 하더라도 계속 될 수 있습니다.

만약 부모님이 이야기 한다면 “카리나에게 페이스북을 그만두고, 전화번호도 바꾸라고 할거예요.”

- Karina (카리나)는 부모님이 자신의 소셜 미디어 계정을 정지시키라고 말했을 때, 다른 친구들의 행동 때문에 자신이 벌을 받고 있다고 생각할 수 있습니다. 페이스북을 하거나 친구들로 부터 뒤쳐지지 않는 것은 청소년들에게 중요한 일입니다. 자신을 놀리는 친구들이 아니라 자신이 행동을 바꿔야한다는 것 (예를 들어 계정 삭제)에 대해 카리나는 억울하다는 생각을 할 수도 있습니다.
- 카리나의 부모님은 그 한 무리의 친구들이 카리나에게 수학 숙제를 도와달라고 강요했던 것과 또한 물건을 달라고 강요했던 문제들에 대해 언급하지 않았습니다. 이 집단 따돌림은 온라인 혹은 직접적으로 계속될 수 있습니다.

만약 부모님이 이야기 한다면 “나는 네가 이 일에 대해 이야기 해주어서 너무 기쁘단다. 너희반 친구들이 너를 괴롭히고 있다니 마음이 안 좋구나. 네가 안전하게 느끼고 상처받지 않도록 (예, 네 물건을 가져가는 것), 친구와 같이 점심을 먹거나 집으로 걸어가는 것에 대해 어떻게 생각하니? 엄마/아빠가 선생님, 교장 선생님, 학교 상담교사에게 무슨 일이 일어나고 있는지 이야기 해줄까?”

- Karina는 자신의 부모님이 자신의 이야기를 들어주고 자신을 이해한다고 생각합니다. 이 반응은 Karina에게 일어나고 있는 일이 관계형 왕따의 한 형태임을 정확하게 나타냅니다.
- 이 반응은 Karina에게 이 아이의 행동을 바꾸기 위해 부담을 주는 대신에, Karina의 가족이 이 아이를 지원하기 위해 여기에 있고 이 문제를 해결하기 위해 학교와 조치를 취할 것이라는 것을 Karina가 알도록 도와줍니다.



집단 따돌림 (왕따) 예방과 중재 가이드 드 그리고 부모님을 위한 자료들

아래의 내용들은 아시아계 미국인과 태평양 도서(섬) 지역 부모님들이 집단 따돌림을 예방하고 중재하는 것을 도울 수 있는 방법에 대해 논의하고 있습니다. 또한, 이 가이드의 마지막 장에는 집단 따돌림 예방과 중재에 도움이 되는 자료를 볼 수 있는 링크가 제공됩니다.

This Guide Contains Information About:

1. 집단 따돌림의 신호
2. 만약 여러분의 자녀가 집단 따돌림을 당한다면, 중재하는 방법
3. 집단 따돌림을 예방하는 방법
4. 관련된 자료들

집단 따돌림은 아시아계 미국 학생들을 포함해, 미국에 있는 많은 학생들에게 영향을 끼치고, 학생들에게 두려움, 수치감, 불안감, 슬픔, 외로움을 느끼게 할 수 있습니다. 따라서, 집단 따돌림이 무엇인지 그리고 만약 집단 따돌림이 여러분의 자녀에게 발생한다면 어떻게 자녀를 도울 수 있을지 아는 것은 모든 부모님과 보호자님에게 매우 중요합니다.

집단 따돌림 (왕따)란 무엇인가?

집단 따돌림은 더 힘이 센 사람에 의한 원치 않는 공격적인 행동입니다. 집단 따돌림은 반복해서 발생하고, 반복해서 일어나지 않는 경우라도 사람들은 집단 따돌림이 다시 발생할지도 몰라 두려워하게 됩니다.

집단 따돌림의 예는 다음과 같습니다:

- 때리기, 밀기, 침뱉기, 누군가의 물건을 빼앗거나 부서트리기와 같은 물리적 행동
- 욕하기, 조롱하기, 놀리기, 위협하는 것과 같은 언어적 행동
- 루머를 퍼트리기, 사람을 거부하고 제외시키는 것과 같은 사회적/관계적 행동

때론 단순 장난에 가까운 놀림과 괴롭힘(따돌림)의 차이를 구분하는 것이 어려울 수도 있습니다. 단순 장난이나 유머러스한 놀림은 놀림 받는 사람을 포함해서 모든 사람이 미소짓거나 웃으며 넘길 수 있는 상황에서 일어납니다. 놀림이 상처를 주거나, 심술궂거나, 공격적이거나, 장기적이고 반복적일 때, 그리고 괴롭히는 사람과 괴롭힘을 당하는 사람 사이에 권력(힘)의 차이가 있을 때, 놀림은 괴롭힘(따돌림)이 됩니다.

집단 따돌림은 또한 인터넷과 전화를 통해 발생할 수 있습니다. 이와 같은 집단 따돌림은 사이버불링이라고 말합니다. 예를 들어:

- 원하지 않는 이메일과 문자를 보내기
- 소셜미디어 혹은 이메일을 통해 루머를 퍼트리기
- 민망한 비디오 사진 혹은 가짜 프로필을 웹사이트에 올리기

사이버불링은 메시지와 이미지가 익명으로 올라갈 수 있고 인터넷을 통해 많은 사람들에게 빠르게 전달될 수 있다는 점에서 다른 형태의 집단 따돌림과 구별됩니다.

부모님들은 이런 상황에 처한 자녀들을 도와주고 싶어하지만 무엇을 해야 할지 어떤 방법이 최선일지 몰라할 때도 있습니다. 이 가이드는 다음과 같은 정보를 통하여 부모님들이 집단 따돌림에 관하여 배우는 데 도움을 주고자 합니다.

집단 따돌림을 예방하는 방법

1. 여러분 자녀의 학교 생활에 대해 알고 자녀들의 협력자가 되어주세요.

자녀와 유대감을 쌓고 지원을 해주기 위해 매일 자녀와 대화를 나누세요. “네□ 혹은 □아니 오□로 대답할 수 있는 폐쇄형 질문이나 단지 학업과 관련된 질문을 하는 대신에, 개방형 질문을 하도록 노력하고 아이들의 학교 생활에 대한 진정한 관심을 표현해주세요. 그 예는 다음과 같습니다:



- 학교에서 누구와 같이 시간을 보내?
- 학교에서 쉬는 시간에 무엇을 하며 보내?
- 학교에서 무엇을 하는 것이 가장 즐겁니? 즐거운 이유는 무엇이니?
- 학교에서 즐겁지 않은 점은 어떤 것이 있니? 그 이유는 무엇인 것 같니?
- 학교에 오고 가는 길에 무슨 일이 있었어?

2. 친구와의 우정을 돈독하게 하도록 북돋아 주세요. 하지만 아이들의 대면으로 그리고 온라인으로 맺는 사회 활동을 관리/지도해주세요.

사회적으로 고립되고 외로운 아이들은 집단 따돌림을 당하거나, 주목을 받기 위해 공격성을 사용하는데 취약한 경향이 있습니다. 자녀가 사회성을 키우고 친구 사이의 네트워크를 만들도록 도와주세요. 예를 들어, 여러분의 자녀가 다른 친구들과 (같은 반 친구들과 방과 후 프로그램, 과외 활동, 교회나 다른 커뮤니티에서 만난 친구들) 학교 시간 이외에도 어울리며 놀 기회를 갖도록 격려하고 도움을 주세요.

자녀가 누구와 시간을 보내고 있는지 계속 지켜봐주시고, 합리적인 규칙과 제한선을 만들어주세요.

사이버불링을 예방하기 위해서, 자녀들의 인터넷 사용을 계속 관리 감독해주시고, 가정 내에서는 공동 공간에서 컴퓨터와 태블릿을 사용하도록 해주세요. 자녀가 온라인 상에서 무엇을 하는지에 대해 여러분이 할 수 있는 한 모든 것을 알고 있으세요. 예를 들어, 자녀들의 프로필 (예., 인스타그램), 웹사이트, 혹은 전자저널 (예., 블로그) 에 친숙해지세요. 그리고 매주 주어지는 온라인 숙제의 유형과 빈도에 대해 자녀의 선생님들과 이야기 나누세요.

와이파이 접근이 가능한 휴대전화를 가지고 있는 고학년 아동과 청소년들에게, 자녀들의 온라인 프로필과 온라인 활동에 대한 관심을 표현하고, 가능한, 계속 관리 감독해주세요. 예를 들어, 자녀들이 자신의 소셜미디어에 공유한 것이나 자녀들의 온라인 친구가 누군지에 대한 대화를 나눌 수 있습니다. 이런 의사소통은 자녀들에 대한 이해를 쌓는 데 도움이 되고 여러분과 자녀들 사이의 관계를 더 가깝고 돈독하게 만들어 줄 것입니다. 이러한 교류를 통해 자녀들은 부모와 대화를 나누는 것에 대해 편하게 느낄 수 있고 사이버불링을 당할 때 여러분들에게 도움을 요청할 수 있을 것입니다.



집단 따돌림을 예방하는 방법:

3. 자녀와 집단 따돌림(왕따)에 대해 터놓고 솔직하게 이야기해주세요.

여러분의 자녀들과 관련된 친구 갈등에 대한 내용을 다룰 수도 있는 책을 읽고 텔레비전 방송을 시청해주세요. 그리고 어떻게 등장인물들이 그 갈등과 집단 따돌림 문제를 다루고 해결하는지 논의해보세요. 여러분은 자녀들에게 다음과 같은 질문을 할 수 있습니다.

- 주인공이 어떤 문제를 겪었다고 생각해?
- 주인공은 그 문제를 해결하기 위해 어떤 방법을 사용했지?
- 어떤 방법이 그 주인공의 문제에 효과가 있었지? 어떤 방법이 효과가 없었지?
- 너는 비슷한 문제를 경험한적 있니? 그 문제가 있었을 때 너는 어떻게 느꼈니? 그 문제를 해결하기 위해 어떤 방법을 사용했니?

자녀들에게 공격적인 행동과 다른 사람을 따돌리는 것은 용납될 수 없고 그에 따른 결과가 분명하게 있다는 것을 주지시켜주세요.



4. 긍정적이고 적절한 갈등 해결과 문제 해결 행동을 시범으로 보여주고 가르쳐주세요.

- 가족, 지역사회, 학교 내에서 신체적, 언어적, 관계적 폭력을 목격한 아동들은 폭력이 문제를 해결하거나 통제권과 권력(힘, power)을 가지기 위한 적합한 방법이라고 여길 수 있고, 향후 공격적인 행동을 보일 가능성이 더 높습니다.
- 자녀가 어린 시기부터 협상하기, 분쟁 해결하기/매듭짓기, 문제 해결하기, 부정적인 감정을 조절하기와 같은 사회성을 개발하도록 도와주세요.
- 자녀들이 친구들과 상호작용하고 문제를 해결하기 위해 비폭력적이고 긍정적인 방법을 사용할 때 자녀들을 칭찬해주세요.

집단 따돌림을 예방하는 방법:

5. 자녀들의 학교 생활에 계속해서 주목해주세요.

- 교사와 학교 행정 관리자들과 정기적으로 연락하고 이야기해주세요. 학교에 좀 더 참여하는 것에 도움이 될만한 자료들을 요청하세요. (예. 번역된 광고 전달지들과 자료들, 현지 보육 시설과 통역관들, 다양한 시간대의 회의들)
- 가능한 부모-교사 회의 (컨퍼런스)에 참석하세요. 직접 부모-교사 회의 (컨퍼런스)에 참석할 수 없다면, 자녀의 선생님과 이메일 혹은 전화로 이야기하도록 노력해주세요.
- 학교에서 무슨 일이 있는지 알기 위해 자녀가 집으로 가져오는 학교 이벤트, 부모님들을 위한 워크숍 기회 등 관련 안내용 전단지과 안내문들을 읽으세요.
- 자녀의 교실 안에서 봉사하고, 자녀가 다른 친구들과 학교 내에서 어떻게 지내는지 관찰해 보세요. 아이들은 부모님이 학교 생활에 참여하는 것을 좋아합니다.
- 자녀의 학교 생활에 주목하는 가장 좋은 방법 중 하나는 부모 네트워크에 들어가는 것입니다. 여러분의 이웃에 사는 부모들과 직접 혹은 소셜 미디어, 페이스북과 메신저 앱 (예, WhatsApp, WeChat, LINE)을 통해 관계를 맺으세요. 이런 플랫폼은 종종 학교와 관련된 정보를 나누거나, 자료를 공유하거나, 부모와 자녀들 사이의 모임을 마련하기 위한 기회를 제공해줍니다.



여러분의 자녀가 집단 따돌림(왕따)을 당한다면 중재하는 방법

1. 경고 사인을 알고 있으세요:

- 여러분의 자녀가 다음과 같은 사인을 보여준다면, 여러분의 자녀는 집단 따돌림(왕따)을 당하고 있을 수 있습니다.
 - 신체적 그리고 정신적 고통 (예, 두통, 복통의 호소; 평소와 다르게 조용해지거나 과도하게 짜증을 냄)
 - 학교 가는 것을 두려워하거나 꺼려함
 - 학업 성취가 떨어짐
 - 학교 활동에 참여하지 않으려 함
- 만약 여러분 자녀가 다음과 같은 신호를 보여준다면, 여러분의 자녀는 만성적인 공격 혹은 집단 따돌림 (왕따)에 속해있을 수 있습니다.
 - 종종 신체적 혹은 언어적 싸움을 시작하거나 싸움에 관련이 되어 있다.
 - 종종 교장 선생님의 사무실로 불려가거나 (학생에 대한 벌로서) 방과 후 학교에 남아 있게 된다.
 - 설명이 안 되는 여분의 소지품 또는 돈을 가지고 있다.
 - 다른 사람들을 쉽게 탓하거나 (비난하거나), 그 사람들을 묘사하는데 부정적인 단어들을 사용한다.
 - 쉽게 좌절하거나 말다툼을 한다.
 - 이기고자 하는 욕구 혹은 사회적 상황을 군림하기 위한 욕구를 가지고 있다.



여러분의 자녀가 집단 따돌림(왕따)을 당한다면 중재하는 방법

2. 자녀의 감정과 경험을 인정하고 강조하며 해결책들을 발전시켜 나아가세요.

- 집단 따돌림 사건이나, 여러분 자녀의 감정을 축소시키지 마세요. 예를 들어, 시나리오 1에서, 부모님께서 조나단 (Jonathan)에게 조나단이 자신의 감정과 두려움을 공유해줘서 기쁘다고 말하고, 두려움을 느끼는 것이 연약함을 나타내는 신호는 아니라고 말할 수 있었습니다. 부모님은 본인이 교사와 학교의 스태프들과 함께 조나단의 안전을 위해 최선을 다할 것이라고 조나단을 안심시켜주어야만 합니다. 시나리오 3에서는, 부모님들이 □새로운 환경에 적응하는 것이 힘들다는 것을 안다. 때로 나 역시 슬프고, 우리 집과 중국에 있는 친구들이 그리워. 하지만 우리가 너를 위해 여기 있다.”라고 말하면서 집단 따돌림 그리고 문화적 적응과 관련된 시아오 링 (Xiao Ling)의 고립감과 슬픔을 강조하고 인정해줄 수 있었습니다.
- 자아 존중감을 키워주시고, 자녀가 집단 따돌림을 당한다면 그것이 자녀들의 잘못이 아니라는 것을 말해주세요.
- 자녀를 비난하거나 집단 따돌림 상황을 바로잡기 위해 그 짐을 자녀에게 주지 마세요. 여러분 자녀의 협력자가 되기 위한 조치를 취하세요. 예를 들어, 시나리오 2에서, 아매드(Ahmad)에게 자신의 이름을 지우라고 하는 것 대신에, 부모님들이 아매드의 교사와 학교 교장 선생님께 연락하여 어떻게 가짜 온라인 프로필에 대해 의논하고 공격 행동을 멈추게 할 수 있을지 노력하는 것을 볼 수 있었습니다. 또한 부모님들이 아매드와 함께 소셜미디어 사이트에 요청하여 자녀의 가짜 프로필을 지우고자 할 수 있을 것입니다.

자녀가 스스로를 지키도록 돕기 위한 실제적인 방법을 가르치세요. 예를 들어, 부모님은 자녀들에게 **WITS**과 같은 집단 따돌림 상황을 해결하기 위한 전략(방법)을 갖추도록 해줄 수 있습니다.

- **Walk away** : 그 상황을 떠나기
- **Ignore**: 무시하기
- **Talk it out (be assertive, but not aggressive)**: 대화로 해결하기 (적극적이고 강력하게 하지만 공격적이지 않게)
- **Seek help** 도움을 구하기 (도움을 구하는 것과 고자질 하는 것 사이의 차이를 알기)
- 자녀와 논의하고 다른 방법들을 브레인 스토밍하기



여러분의 자녀가 집단 따돌림(왕따)을 당한다면 중재하는 방법

3. 자녀의 교사/학교와 협력하세요.

여러분의 자녀는 안전한 학교 환경에 있을 권리가 있다는 것을 인지하세요. 만약 여러분 자녀의 교사가 집단 따돌림(왕따) 문제에 대한 여러분의 걱정을 해결하기 위해 노력하지 않는다면, 자녀를 알고 있는 다른 스텝이나/학교 행정 관리자(예를 들어, 학교 상담가, 학교 심리학자, ESL/ELL 코디네이터, 학교 교장 선생님)에게 연락하세요. 자녀의 학교가 집단 따돌림 문제에 대응하지 못하거나 집단 따돌림 문제를 부적절하게 다룬다면, 미국 법무부 그리고/혹은 미국 교육부의 인권사무국(the U.S. Department of Justice and/or U.S. Department of Education Office of Civil Rights)에 항의를 제기할 수 있습니다. 예를 들어, 시나리오 2의 아매드(Ahmad)의 경우에, 부모님들은 먼저 학교 교장에게 학교 집단 따돌림을 예방하고 긍정적인 학교 환경을 향상시키기 위해서 어떻게 하고 있는지를 물어볼 수 있습니다. 학교의 다문화에 대한 인식을 향상시키고 외국인혐오증을 감소시키도록 도울 수 있는 지역 사회 자원들에 대해 알고 계십시오. 이 가이드에서 제시된 웹사이트에서 브로셔와 팜플렛을 다운로드 받고, 특정 문화/종교(예, 무슬림, 시크교)에 대한 인식을 향상시키는 것을 돕기 위한 자료들을 학교 행정 관리자, 스텝, 교사들과 공유할 수 있습니다.

여러분이 관찰한 것과 자녀의 고충(정신적 고통)에 대한 우려를 교사 그리고/혹은 학교 상담사, 학교 심리학자, 학교 행정 관리자에게 전달하세요. 그리고 자녀를 돕기 위해 학교의 스텝과 기꺼이 함께 일 할 의지와 바람이 있다는 것을 표현하세요.

가해자 혹은 교사(어떤 조치를 취하지 않았기 때문에)를 비난하는 것을 삼가하세요. 대신에 해결책을 마련하고 개선시켜나가기 위해 교사/학교 스텝과 기꺼이 일하고자 한다는 의사를 표현할 수 있습니다.

사회적 지원을 찾거나 제공하기 위해서, 다른 부모님들과 직접적으로 혹은 소셜 미디어 앱을 통해 관계를 맺으세요.

특수 교육 서비스와 학교 혹은 지역 사회 내의 정신 건강 서비스를 포함한, 전문적인 도움과 상담을 받으세요. 대부분의 학교는 학교 내 심리상담 서비스를 제공하거나 다른 곳에서 심리 평가와 상담 지원/정신 건강 지원을 받을 수 있도록 정보(referral information)를 제공합니다. 때때로 집단따



돌림을 겪은 아이들은 아이들의 행동에 영향을 미치는 공포, 우울, 주의력 결핍과 같은 드러나지 않은 정신 건강 문제를 가질 수도 있습니다. 또한 환경 스트레스 역시 부적절한 행동을 촉발시킬 가능성이 있습니다. 예를 들어, 시나리오 3과 4에서, 부모님들은 시아오 링(Xiao Ling)과 카리나(Karina)에게 학교 상담 선생님 또는 학교 심리학자에게 이야기해보고 다른 대처 방안을 배우라고 격려해줄 수 있었습니다. 학교 심리학자들과 상담가들은 시아오 링과 카리나가 새롭고 친사회적 우정을 쌓아갈 수 있도록 문화적으로 적합한 적극성과 대화 기술을 탐색하도록 도와줄 수 있었습니다.

집단 따돌림과 관련 문제에 대해 도움이 되는 웹사이트

The White House Initiative on Asian Americans & Pacific Islanders (WHIAAPI)는 자료들(아래에 있는 몇몇 자료들)을 목록화해 놓은 웹사이트 뿐만 아니라 미국에서의 시민 보호 권리와 □괴롭힘과 집단 따돌림□에 대한 한국어, 따갈로우, 중국어, 베트남어 그리고 다양한 아시아 언어로 된 자료들로 링크되어지는 웹사이트들을 제공하고 있습니다.

- <http://sites.ed.gov/aapi/aapi-bullying/>
- Born This Way Foundation: www.bornthiswayfoundation.org
- Creating Compassionate, Safe & Respectful Environment: www.operationrespect.org
- Education.com/topic/school-bullying/
- H.E.A.R. <http://project-hear.us/overview>
- PACER: <http://www.pacer.org>
- 집단 따돌림 (왕따)을 멈춰라 Stop Bullying: <http://www.stopbullying.gov>
- WITS 프로그램 program: www.witsprogram.ca
- 논의 질문이 있는 비디오 자료 : <http://www.schoolclimate.org/bullybust/upstander/video-resources>
- 반사이버불링 세트 Anti-Cyberbullying Toolkit: <https://www.common sense media.org/educators/cyberbullying-toolkit>
- <https://acttochange.org>
- 인종차별에 대해 자녀와 이야기하기 Talking to kids about discrimination and microaggression: <http://www.apa.org/helpcenter/kids-discrimination.aspx>
- <https://psychologybenefits.org/2014/09/18/redefining-race-relations-it-begins-at-home/>
- <https://www.psychologytoday.com/blog/the-race-good-health/201708/race-in-america-tips-talking-children-about-racism>
- https://advancingjustice-la.org/sites/default/files/ELAMICRO20A_Guide_to_Responding_to_Microaggressions.pdf

