

# 6월 가정연계교육자료

나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!



엄마, 아빠와 함께하는

나·침·반 안전교육



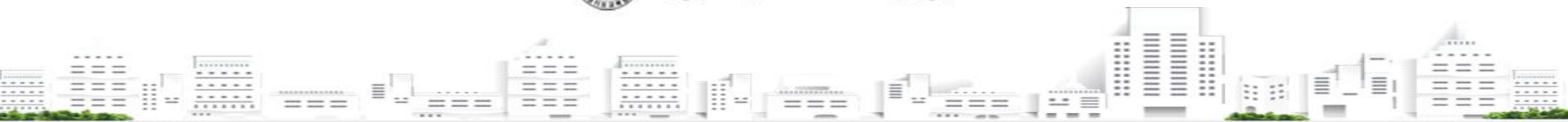
6月



- [보건안전] 생명을 살리는 자동제세동기 사용법 알아봐요
- [약물안전] 3차 흡연이 무엇일까요?
- [교통안전] 오토바이 조심해요!
- [생활안전] 보행 중 스마트폰 사용 얼마나 위험한 지 아시나요?
- [재난안전] 폭염으로부터 나와 내 가족을 지켜요
- [신변안전] 나는 자녀와 어떤 대화를 하고 있을까?



경기도교육청



나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!


# **엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반 “보건”안전교육**

6月

## **생명을 살리는 자동제세동기(AED)**

 8세 이하 소아인 경우 자동제세동기 사용은 어떻게 하나요?


- ▶ 8세 이하의 소아에서는 제세동이 필요한 빈도가 성인에 비해 낮지만, 자동제세동기를 사용해야 하는 심정지(심실세동)가 약 10-15%를 차지합니다. 소아에서 자동제세동기를 사용할 경우에는 소아용 패드를 사용하는 것이 좋지만, 구비되어 있지 않은 경우에는 성인과 같은 패드와 용량으로 자동제세동기를 사용할 수 있습니다. (출처:보건복지부)

 우리 주변에 자동제세동기가 어디에 있는지 알아보시다.

- ▶ 중앙응급의료센터 홈페이지 <http://e-gen.or.kr/egen/inf.fai32.do>
- ▶ 자동제세동기 설치 시설 표시



 **심폐소생술과 자동제세동기 사용으로 가족의 생명을 지켜요!**

 **생활 속 심폐 건강 수칙**

- ▶ 다양한 채소와 과일을 섭취하고, 짜고 기름진 음식을 피합니다.
  - ▶ 흡연, 비만, 과도한 스트레스, 과로, 과격한 운동을 피해야 합니다.  
(즐거운 마음으로 생활하고, 매일 30분 이상 유산소 운동을 합니다)
  - ▶ 심장질환을 부르는 고지혈증, 당뇨병, 고혈압을 예방하고 조기에 치료합니다.
  - ▶ 갑작스런 가슴 통증, 두근거림, 호흡곤란, 무력감의 심정지 의심 증상이 발생하면 즉시 병원에 가야 합니다.
- ※ 이 밖에도 절주와 주기적인 건강검진 등으로 심정지를 예방하도록 합니다.

(출처:대한심폐소생협회)

 **자녀와 함께 자동제세동기 사용법을 알아보시다.**



**Tip!** : 자동제세동기 작동법은 제세동기 기계 표면에 그림과 글로 설명되어 있으므로, 당황하지 말고 차분히 기계의 지시에 따라 작동시키면 됩니다. (출처:국민안전처,대한심폐소생협회)

 **여름철 유행성 눈병 예방 수칙도 함께 알아보아요**



(출처:질병관리본부)

 **몸이 천 냥이면 눈은 구백 냥! 눈을 건강하게 지켜주세요!**

나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!



# 엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반 “약물”안전교육

6月

## 3차 흡연이 무엇일까요?



담배연기만 안 맡으면 괜찮다? 3차 흡연의 피해!

흡연자의 머리카락, 피부, 옷에 남아있는 담배의 독성물질이 집안의 가구, 벽지, 커튼, 차량 내부 등에 묻어 있다가 가족의 피부나 호흡기를 통해 전파되는데 이처럼 직접 담배연기를 맡지 않았는데도 담배의 유해물질을 흡입하는 것이 3차 흡연입니다. 먼지와 결합된 담배의 독성물질은 무려 21일간 40%가 남아 있다고 합니다.



3차 흡연의 피해는?

흡연 후 남아있는 독성물질은 입자의 형태로 먼지 등과 결합하여 비흡연자에게 노출되는데 주로 영·유아의 폐 발달 저해, 천식, 니코틴 중독, 뼈 발달 저하를 유발합니다.



나를 지키는 약물안전 퀴즈- 숨은 글자(5글자) 찾아보기

III	기	흡
	해	
연	담	의

정답은 아래에 ↓

자료출처: 금연Life skill 활동지(들샘출판사)



3차 흡연을 예방하려면?

- ▶ 가장 좋은 건 사랑하는 가족, 자녀들을 위해 **담배를 끊는 것!** 입니다.  
(학교 친구나 직장 동료에게 피해를 주지 않기 위해서도 금연합시다!)
- ▶ 집 안, 차 안에 남아있는 담배의 독성 물질을 없애기 위해 **자주 청소**를 해주세요.  
(커튼, 소파, 의자, 차량 내 등)
- ▶ 실내나 차량 등에서는 절대 금연한다.
- ▶ 흡연자는 흡연 후 옷을 갈아입고 몸을 잘 씻어 담배의 독성물질을 잘 제거하도록 노력한다.



이미지 출처 : 한국과학기술연구원

퀴즈 정답)흡연의 피해



3차 흡연 관련 뉴스를 함께 볼까요?



<스마트폰으로 QR코드 리더해주세요>

동영상 : YTN뉴스 (7분8초)

나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!



# 엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반 “교통”안전교육

6月

## 오토바이 조심해요!

오토바이 사고의 결과는 **치명적**이어서 **사망**과 직결되는 경우가 많음을 학생들에게 인지 시켜주세요.

이륜차 교통사고



오토바이 사고에 안전하게 대처하려면 다음과 같이 행동을 해야 함을 알려주세요.

1. 무면허, 무등록, 무보험 오토바이를 타지 않기
2. 항상 인도에 다니는 오토바이 주의하기
3. 횡단보도를 지날 때에도 오토바이 꼭 주의하기



## 생활도로에 위험이 있을 때 신고는 어디에?

생활 주변의 위험요소 해결은 안전신문고를 이용합시다!

안전신문고 사이트 주소 ([www.safepeople.go.kr](http://www.safepeople.go.kr))



- \* 신청서 작성 : 성명, 연락처, 주소, 결과통보방식, 제목, 내용
- \* 유사사례검토 : 작성한 내용과 유사한 처리사례를 제공
- \* 민원처리기관 선택 : 문의전화 국번없이 110
- \* 접수 : 신청완료 후 접수여부 알림  
(이메일, 휴대전화 문자메시지 등)
- \* 처리 : 관련법령에 따라 기관에서 처리
- \* 완료 : 완료 후 결과 통보



## 교통 안전지도를 그려보아요!

\* 아이와 함께 교통안전지도를 그려봅시다. (우리집 교통 안전지도 : 집에서부터 학교까지 가장 안전하게 갈 수 있는 길)

1. 가능한 한 도로를 건너지 않는 길
2. 다소 돌아가더라도 신호등이 있는 횡단보도를 이용한 길
3. 지도에 위험한 곳과 안전한 곳을 표시 : 차들이 많이 다니는 곳, 불법 주정차 차량이 많은 곳, 신호등이 없는 횡단보도, 기타 등
4. 특히 위험한 곳은 별지로 확대 표시 : 차 뒤에서 노는 행위, 차에서 내려서 곧바로 횡단하는 것과 골목길 모퉁이에서 뛰어나오는 것은 위험하다는 것
5. 어린이 손목을 잡고 실제 도로 실습교육(횡단보도 안전하게 건너는 법 등)

※ 어린이가 교통안전교육은 말로만 하는 것보다 어머니가 모범을 보이며 자녀에게 이해를 시켜 주는 것이 좋습니다.



나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!



# 엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반

## “생활”안전교육



6月

### 생활 속 주의 - 보행 중 스마트폰 사용 위험



보행 중 스마트폰 사용 얼마나 위험한지 아시나요?

- ▶ 10명 중 4명 보행 중 스마트폰 이용 중 사고 경험 有 (교통안전공단, 2015)
- ▶ 보행 중 스마트폰 사용 사고 위험 > 일반 보행 사고위험 (76% 높음)
- ▶ 일반 보행 시야각 120도, 보행 중 스마트폰 사용 시야각 10도
- ▶ 스마트폰 사용으로 인한 보행 중 교통사고 건수를 살펴보니 2009년 437건에서 2013년 848건으로 두 배 가까이 증가.
- ▶ 스마트폰 과다 사용으로 인한 질병  
-거북목증후군, 안구건조증, 유령진동증후군, 디지털치매 등



### 보행 중 스마트폰 사용 위험방지 안전 앱 설치

◆ 보행 중 스마트폰 사용 금지 앱 설치 필수!!

Play 스토어(앱스토어) “보행중” 검색 후  
“보행 중 스마트폰 금지” 앱 다운로드



보행중 스마트폰 사용금지 - 보행 안전, 안심보행, 안전보행  
Technology Group · coop. tech. road. 라이프스타일

위시리스토에 추가



### 행사장, 공연장 안전수칙

◆ 입,퇴장 할 때, 관람할 때, 비상사태 발생 시 어떻게 해야 하는 지 함께 확인해요

[http://www.rescue.go.kr/?mid=menu4\\_sub48&page=48&document\\_srl=3212](http://www.rescue.go.kr/?mid=menu4_sub48&page=48&document_srl=3212)

(중앙119 구조본부-자료실-국민재난대응행동요령-14.공연,행사장 안전사고)



### 생활 안전 암호를 풀어라.

◆ 네모 안의 행동이 안전한지 위험한지 생각한 후, 화살표를 따라 글자를 색칠해 보세요.

암호는 무엇인가요?

--	--	--	--	--

보행 중 스마트폰 사용!!

안 전!

위

횡단보도에서는 스마트폰 사용하지 않아요!!

위험!

안

공연장, 행사장을 입장할 때는 뛰거나 밀지 않는다.

안 전!

전

공연장, 행사장에서는 흡연을 하지 않는다.

위험!

험

행사장 내에서 화재가 발생할 경우 ‘불이야’라고 큰소리로 외친다.

안 전!

이

위험!

한

안 전!

최

위험!

생

안 전!

고

위험!

각

<답: 안전이최고>

나를 지키고 **참**착하게 대처하려면 **반**드시 익혀야하는!!



# 엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반

## “재난”안전교육



6月

### 폭염으로부터 나와 가족을 지켜요



#### 폭염 환자 발생 시 응급처치 요령은?

- 시원한 장소(통풍 잘 되는 그늘, 에어컨이 작동되는 실내 등)로 옮긴다.
- 옷을 벗기고 몸을 차게 식힌다.
- 수분, 염분을 섭취하게 한다. (단, **일사병, 열실신의 경우는 제외**)
- 증상이 나아지지 않거나 위험하다고 판단되는 경우 바로 119로 신고합니다.



#### 보충설명

- 일사병이나 열실신일 경우 환자가 의식이 없을 때 함부로 수분을 섭취시키다가 오히려 기도를 막아 더 위험해 질 수 있습니다.
- 시원한 곳으로 환자를 옮기고 신속하게 119로 구조요청 후 구급대원의 지시에 맞게 구급차가 도착할 때까지 심폐소생술을 합니다.



폭염특보로 무척 더운 날 알맞은 행동에 O표 해보세요

시원한 곳에서 쉬기 ( )	밖에서 즐겁게 놀이 ( )	위험할 때는 119 연락하기 ( )
맛있는 음식 많이 먹기 ( )	햇빛 맞으며 산책하기 ( )	자주 물 마시기 ( )
열심히 운동하기 ( )	시원한 콜라 마시기 ( )	창문과 문 닫고 선풍기 틀기 ( )
	밖에 나가지 않기 ( )	



폭염이 일으키는 병들에 대해 살펴봅시다.

열경련	열부종
 <ul style="list-style-type: none"> <li>☞ 몸이 떨림</li> <li>☞ 피곤함</li> </ul> <p>&lt;치료 방법&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 시원한 장소에서 쉬기</li> <li>• 이온음료나 물 마시기</li> </ul> 	 <ul style="list-style-type: none"> <li>☞ 발이나 발목이 부음</li> </ul> <p>&lt;치료 방법&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 시원한 장소에서 발을 높인 상태로 쉬기</li> </ul> 
열실신	열사병과 일사병
 <ul style="list-style-type: none"> <li>☞ 잠깐 기절함 (정신을 잃음)</li> </ul> <p>&lt;치료 방법&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 시원한 장소로 옮겨 평평한 곳에 눕히기</li> </ul> 	 <ul style="list-style-type: none"> <li>☞ 피부가 뜨거움</li> <li>☞ 머리가 아프고 어지러움</li> <li>☞ 땀이 나면 열사병, 땀이 안 나면 일사병</li> </ul> <p>&lt;치료 방법&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 시원한 장소로 옮기기</li> <li>• 119에 신고, 몸 식히기</li> <li>• 구급차 오기 전 물이나 음식 주지 않기</li> </ul> 



### TIP!

-여름에는 높은 기온으로 인해 많은 온열질환이 발생합니다. 하지만, 폭염으로 인한 건강 피해는 행동요령을 지키는 것만으로도 예방할 수 있습니다. 기상예보를 잘 확인하고 대비하도록 하는 습관이 가장 중요합니다.

-가족 중에 혼자 사는 노인과 몸이 편찮으신 분이 계시다면 수시로 안부전화를 하도록 합니다.

나를 지키고 **침착**하게 대처하려면 **반드시** 익혀야하는!!



# 엄마, 아빠와 함께하는 나·침·반 “신변·폭력” 안전교육



6月



가정에서 하는 좋은 말 한마디가 자녀의 생각과 행동, 그리고 미래를 바꿉니다.

**이런 말은 자녀를 힘들게 해요**

**☹ 무시하지 마세요**

- × 뭣쫓, 한심하다.
- × 넌 머리는 좋은데 노력을 안 해!
- × 이것밖에 못 했어?
- × 애들이 된 고민이 있겠냐?
- × 너 그럴 줄 알았어! 왜 늘 그 모양이니?
- × 네가 그렇지, 잘하는 게 뭐야?
- × 내가 너 그럴 줄 알았다.
- × 학원을 안 보내주냐? 문제집을 안 사주냐?
- × 무언가를 해보기도 전에 고개를 저어버리는 모습과 표정

**☹ 성적으로 기죽이지 마세요**

- × 성적의 이게 뭐냐?
- × 또 다른 거 하고 있냐? 공부 좀 해라!
- × 시험성적 안 나오면 어떻게 되는지 알지?
- × 공부 좀 해라. 커서 뭐가 될래?
- × 너, 이번에 시험 못 보면 알아서 해라.
- × 너 이번 시험 몇 등 했냐?

**☹ 남과 비교하지 마세요**

- × 네 친구 김동이는 이것도 잘하더라!
- × 야, 동생도 안 하는 짓을 하면 어떡해?
- × 도대체 누구 닮아서 그래?
- × 그렇게 할 거면 그만둬라!
- × 동생보고 좀 배워라!
- × 다른 애들은 잘만 하던데...

**☹ 잔소리는 조금만 하세요**

- × 방 청소 좀 해라!
- × 다 너 잘못이라고 하는 소리야!
- × 휴대폰 좀 작작 써라!
- × 너는 항상 실수만 하니?

**☹ 칭찬해 주세요**

- 예쁜 우리 딸, 어쩔 말도 예쁘게 할까?
- 정말 잘했어! 너무 기특하다!
- 이야~ 되게 잘한다. 역시 내 아들이야!
- 장하다. 나는 네가 자랑스러워!
- 역시 내 딸이 최고야!
- 우리 둘째가 노래를 잘 불러, 가수야!

**이런 말을 자녀에게 자주 해주세요**

**😊 격려해 주세요**

- 최고가 아니어도 괜찮아. 최선을 다하자!
- 난 할 수 있어! 기대된다!
- 괜찮아, 다음에 잘하면 되지!
- 공부하느라 힘들지? 조금만 힘내!
- 다음번엔 더 잘할 수 있을 거야!
- 괜찮다. 지금은 배우는 과정이니까 실수할 수도 있지.
- 별거 아니야. 아빠도 그랬어. 힘내!

**😊 칭찬해 주세요**

- 예쁜 우리 딸, 어쩔 말도 예쁘게 할까?
- 정말 잘했어! 너무 기특하다!
- 이야~ 되게 잘한다. 역시 내 아들이야!
- 장하다. 나는 네가 자랑스러워!
- 역시 내 딸이 최고야!
- 우리 둘째가 노래를 잘 불러, 가수야!

**😊 사랑해 주세요**

- 우리 아들! 세상에서 제일 사랑한다.
- 아빠가 사랑하는 거 알지?
- 아이스크림 사왔다!
- 진심을 담아 안아줄 때

**😊 잔소리는 조금만 하세요**

- × 방 청소 좀 해라!
- × 다 너 잘못이라고 하는 소리야!
- × 휴대폰 좀 작작 써라!
- × 너는 항상 실수만 하니?

**😊 믿어 주세요**

- 엄마는 우리 딸 말에 늘 잘 해왔고, 잘해낼 거야!
- 그래 우리 아들은 지켜보지 않아도 잘할 거야!
- 엄마는 너를 믿는다!
- 잘 생각해서 네가 원하는 대로 하렴.
- 네 결정을 언제나 믿는다.

출처 : 교육부 학교폭력으로부터 우리아이 지키기 리플릿

## ◆ 부모-자녀 대화습관: 나는 자녀들과 어떻게 대화하고 있을까? ◆

‘부모-자녀 대화습관’ 진단은 총 40문항으로 구성되어 있습니다. 각 선택지는 ‘(1)전혀 그렇지 않다 (2)그렇지 않다 (3)보통이다 (4)그렇다 (5)매우 그렇다’로 구성되어 있습니다. 1문항에는 1개의 선택지에 v표시를 한 후에 표시가 끝나면 점수를 합산하십시오. 정확한 대화습관 진단을 위해서 **솔직하게** 답해 주시길 바랍니다.

번호	문 항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	자녀에게 부모의 기대나 요구와 관련된 조언을 자주한다.(예: 장래희망 등)	①	②	③	④	⑤
2	자녀를 걱정하고 염려하는 말을 자주 한다.	①	②	③	④	⑤
3	자녀가 해야 할 일을 일일이 챙겨주는 말을 한다.(예: 숙제 다 했니? 준비물 챙겼니? 등)	①	②	③	④	⑤
4	자녀의 변화를 기대하며 조건을 붙여서 말을 하는 경우가 있다.(예: “~하면 ~해줄게”)	①	②	③	④	⑤
5	자녀에게 직접적으로 지시하는 말을 많이 하는 편이다.(예: “이거 해라, 저거 해라”, “깨작거리지 마라”, “얼른 자라” 등)	①	②	③	④	⑤
6	자녀의 말이나 행동을 무시하는 말을 하곤 한다. (예: “넌 그래서 안 되는 거야”, “내 그럴 줄 알았다. 엄마가 뭐라고 했니?”, “너는 맨날 그 모양이냐?”, “누굴 닮아서 그러니?” 등)	①	②	③	④	⑤
7	자녀와 공부에 대한 이야기를 많이 하는 편이다.(예: “몇 개 틀렸어? 몇 등?” “너희 반에 90점 이상 몇 명이나 돼?” “공부해~” 등)	①	②	③	④	⑤
8	다른 사람(친구나 형제자매, 친척 등)과 비교하는 말을 한다.(예: “네 형 반만 닮아라.”, “옆집 아무개 보라.” 등)	①	②	③	④	⑤
9	‘엄마, 아빠 어렸을 때는~’ 말로 요즘 아이들의 문제점을 지적하곤 한다.	①	②	③	④	⑤
10	자녀에게 잔소리를 많이 하는 편이다.(예: 공부, 머리 모양, 옷차림, 용돈 등)	①	②	③	④	⑤
11	문제가 생기면 그 이유를 들어보려고 한다.	①	②	③	④	⑤
12	자녀의 말을 존중하고 인정해 주는 편이다.	①	②	③	④	⑤
13	자녀의 말에 맞장구를 잘 쳐 주는 편이다.(예: 맞아, 그래, 그렇구나 등)	①	②	③	④	⑤
14	어떤 일을 결정할 때 자녀의 의견을 물어보는 편이다.	①	②	③	④	⑤
15	문제가 생겼을 때 자녀 스스로 해결하도록 한다.	①	②	③	④	⑤
16	자녀에게 ‘네가 할 일은 내가 알아서 하라’는 말을 자주한다.	①	②	③	④	⑤
17	자녀에게 ‘널 믿는다’는 말을 자주 한다.	①	②	③	④	⑤
18	자녀에게 ‘난 잘 모르겠다’는 말을 자주 한다.	①	②	③	④	⑤
19	자녀가 어떻게 해야 할지 모르는 경우에 ‘아무거나 다 괜찮아’라고 말해주곤 한다.	①	②	③	④	⑤
20	잘못한 일이 있어도 ‘다음부터는 그러지 마’하고 넘어간다.	①	②	③	④	⑤



번호	문 항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
21	자녀와 진지한 대화를 많이 나누는 편이다.	①	②	③	④	⑤
22	자녀의 단점이나 부족한 점보다 장점을 자주 말하려고 한다.	①	②	③	④	⑤
23	자녀에게 긍정적으로 예언하며 격려하는 말을 많이 한다. (예: “잘 될 거야. 긴장하지 말고”, “넌 할 수 있어.” 등)	①	②	③	④	⑤
24	자녀가 납득할만한 이유를 들어 충고한다.	①	②	③	④	⑤
25	자녀에게 ‘하면 안 되는 일’이나 ‘지켜야 할 일’을 분명하게 알려주는 편이다.	①	②	③	④	⑤
26	자녀의 말을 들으며 문제를 파악하고 그에 대한 해결책을 안내하거나 열거한다.	①	②	③	④	⑤
27	자녀에게 문제가 생기면 논리적으로 따져 시시비비를 가리는 편이다.	①	②	③	④	⑤
28	자녀가 모호한 대답을 할 때 근거를 들어 구체적으로 말하도록 요구한다.(예: “그냥”이라고 대답할 때)	①	②	③	④	⑤
29	주로 용건 중심으로 필요한 말만 주고받는 편이다.	①	②	③	④	⑤
30	자녀가 구체적으로 이야기하려고 하면 끝까지 듣기보다 성급하게 대답을 요구하는 경우가 있다.(예: “그래서!”, “아니 그건 됐고” 등)	①	②	③	④	⑤
31	자녀에게 ‘사랑한다’는 말을 자주 한다.	①	②	③	④	⑤
32	칭찬의 말을 자주 하는 편이다.(예: “잘했어. 수고했어.”, “우리 딸(아들) 최고다. 우리 00이는 ~를 정말 잘 해.” 등)	①	②	③	④	⑤
33	자녀에게 공감의 말을 자주 하는 편이다.(예: “우리 00이가 많이 힘들었겠구나.”, “그랬겠구나.”, “네 마음 알 것 같애.” 등)	①	②	③	④	⑤
34	자녀와 다양한 방법으로(SNS, 전화 등) 소통하려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
35	자녀가 사용하는 언어(말)를 비교적 잘 알아듣는 편이다.(예: 은어나 비속어 등)	①	②	③	④	⑤
36	자녀의 말을 건성으로 듣지 않고 귀 기울여 들으려고 한다.	①	②	③	④	⑤
37	자녀와 허물없이 편하게 이야기를 나눈다.(예: 농담)	①	②	③	④	⑤
38	화가 나면 언성이 높아지고 폭언이나 욕설을 하는 경우가 있다.	①	②	③	④	⑤
39	내 기분이나 상황에 따라 말이나 태도가 달라진다.(예: 평소에는 안 된다고 하지만, 사람이 많거나 기분이 좋으면 허용한다.)	①	②	③	④	⑤
40	자녀에게 논리적이고 이성적으로 대화하기보다 감정적으로 이야기하는 경우가 많다.	①	②	③	④	⑤

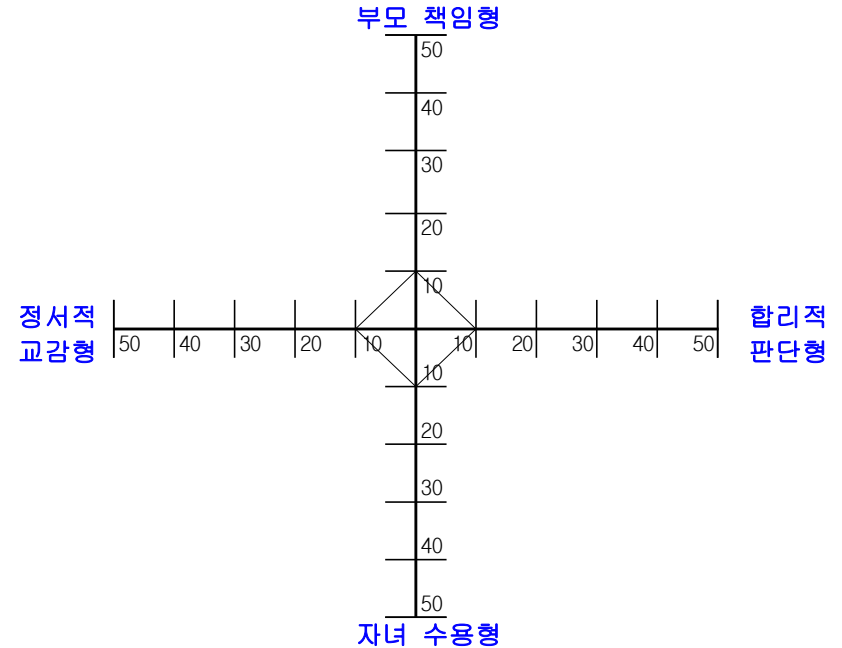
## ◆ 부모-자녀 대화습관 : 결과를 확인해보세요 ◆

♣ 이상으로 '부모-자녀 대화습관' 진단 문항 작성이 모두 끝났습니다. 각 유형별 문항에 대한 응답에 따른 점수를 아래 빈 칸에 합산하여 보십시오.

- ① 부모 책임형(1-10번): \_\_\_\_\_
- ① 자녀 수용형(11-20번): \_\_\_\_\_
- ① 합리적 판단형(21-30번): \_\_\_\_\_
- ① 정서적 교감형(31-40번): \_\_\_\_\_

♣ 오른쪽 그래프의 축 위에 점을 찍어서 자신의 점수를 표시하고, 점들을 연결하여 사각형을 그려 보십시오.

♣ 사각형의 모양이 중심으로부터 특정 방향으로 기울어진 형태일수록 그 방향의 대화습관이 강하다고 해석할 수 있습니다. 각각의 대화습관 유형별 자세한 특징은 매뉴얼의 '해설'을 참고하시되, 이 결과는 자녀와의 대화습관에 대하여 주관적으로 지각한 것일 뿐이므로 고정관념을 갖지 않도록 유의해야 합니다.



**<부모 책임형>**당신은 자녀에게 헌신적인 마음을 갖고 대화를 하고 있군요!

평소 자녀에 대한 기대치를 가지고 부모로서 권위와 책임을 다하려는 태도로 대화를 하고 있습니다. 부모의 책무성이 강하고, 대화를 통해 부모의 의도를 강하게 전달하여 자녀의 행동 변화를 기대하고자 하는 욕구가 있습니다. 위엄 있는 부모로 책임감이 받아들여져 원활한 소통을 이루어 갈 수 있지만 간혹 책임감이 통제의 모습으로 나타나 소통의 단절을 가져올 수도 있습니다. 자녀가 엄격하다고 느낄 수 있으며 지나친 걱정과 근심은 간섭으로 비추어 질 수 있으니 강요되는 부담감을 주지 않도록 유의해야겠습니다.

**<자녀 수용형>**당신은 자녀의 말을 믿고 인정해 주는 대화를 하고 있군요!

자녀의 말과 행동을 믿고 신뢰하며 인정하려는 태도로 대화를 하고 있습니다. 자녀가 자신의 능력을 믿고 인정해 주는 부모에게 따뜻하고 포근한 자애로움을 느낄 수 있으며 아이의 긍정적인 측면을 부각시켜 숨은 가치를 찾아주기도 합니다. 그러나 자녀가 스스로 알아서 결정하고 감당해야 한다는 부담감을 가질 수도 있으며 자칫하면 개인 중심적인 생각으로 흐를 수 있으니 주의가 필요합니다. 적절한 자율을 존중하면서 부모의 의견과 충고도 때론 필요하다는 것을 유념한다면 더 지혜로운 부모가 될 수 있을 것입니다.

**<합리적 판단형>**당신은 자녀와 합리적으로 문제를 해결하려는 마음으로 대화를 하고 있군요!

문제 해결이라는 분명한 목적 달성을 위해 부모의 심정이나 마음보다는 문제 해결의 실마리가 되는 말에 초점을 두어 대화의 결과에 관심을 기울이는 대화를 하고 있습니다. 자녀의 능력에 변화를 가져올 수 있도록 격려를 하기도 하고 논리적이고 비판적으로 이성중심의 대화를 이끌어내어 자녀의 부담과 책임을 덜어 줄 수 있는 표현을 자주 사용하기도 합니다. 그러나 때론 따지는 듯한 말투로 자녀와의 거리감이 생길 수 있으며 자녀 스스로의 판단력과 자신감을 떨어뜨려 부모 생각에 의존하는 의타성이 생길 수도 있습니다.

**<정서적 교감형>**당신은 자녀의 마음이나 감정을 이해하고 공감하는 대화를 하고 있군요.

이성적으로 문제를 인식하기보다는 감성적으로 자녀를 바라봄으로써 서로의 감정이나 마음을 이해하며 즐겁게 공감하는 대화를 하고 있습니다. 자녀가 부모에게 친근하고 포근함을 느끼며 친구와 같이 가까운 친밀한 부모로 인식하고 서로 통한다는 느낌을 가질 수 있습니다. 그러나 감정에 치우쳐 기분에 따라 말과 행동이 달라질 수 있으며 적극적인 친밀감은 부모로서의 존재감을 심어주지 못할 수도 있습니다. 그러므로 부모로서 친밀한 공감을 이끌어 내면서 포근함으로 지각되는 부모로서의 존재감도 함께 느끼도록 하는 균형이 필요합니다.

출처 : 언어습관 자기 진단도구-교육부 발췌