

가. 언어 방어훈련의 필요성

나날이 심각해지는 언어폭력, 학생들의 이러한 언어습관을 걱정하는 교사들이 뭔가 다르게 시도하는 것을 찾고 있다. 그동안 학생들의 놀이문화로 자리 잡은 언어폭력에 대한 교사들의 대처는 이론적이었거나 현장성이 떨어져 아이들의 공감을 얻기에는 부족한 정보를 바탕으로 진행되어 왔다.

교사들이 알고 있는 언어폭력과 학생들이 학교에서 친구들과 경험하고 있는 언어폭력에는 차이가 존재할 수 있다. 실제로 학생들이 경험하는 언어폭력은 학생들의 정서행동 변화에 어떤 영향을 끼치고 있을까? 언어폭력을 경험한 학생들이 친구관계에서는 어떻게 기능하고 있을까? 실제로 많은 학생들이 언어폭력에 적절하게 대처하는 법을 모르기 때문에 그냥 웃으며 받아들이거나 그 상황을 피하거나 친구들처럼 따라하는 선택을 하고 있다.

이번 언어 방어연구는 교육부와 한국교총, 국민대 교육학과 교수진을 중심으로 현장의 교사들과 참여하여 현장사례를 기반으로 연구를 진행하였다. 현장에서 학생들을 직접 만나 학생들이 실제로 사용하는 언어폭력과 학생들이 실제로 사용하길 희망하는 언어 방어양식을 찾아 적용하면서 그 효과성을 검증하였다. 이런 연구의 결과로 학교현장에서 실질적으로 활용할 수 있도록 언어 방어훈련 매뉴얼을 만들 수 있었다.

이 연구로 얻어진 언어 방어훈련을 통해 학생들이 언어폭력의 피해자와 가해자의 굴레에서 벗어나 자신과 타인이 함께 성장할 수 있는 계기가 되길 바란다. 더불어 교사들도 학생들과 함께 언어 방어훈련 매뉴얼을 활용하면서 부족한 부분을 질문하면서 보다 실효성 있는 언어 방어훈련 매뉴얼로 함께 발전시켜야 할 것이다.

나. 언어 폭력 관련 사례 정리

여기서 제시하는 언어폭력 현장사례들은 2011년부터 현재까지, 경기도의 6개 중학교 위클래스에서 개인상담 또는 집단상담을 통해 친구관계에서 발생한 갈등을 직접 해결한 사례들이다. 이 사례들을 다루면서 학생들에게 접근했던 대화방식들이 언어폭력 방어훈련예시를 만드는데 참고할 수 있는 정보와 방향을 제공하였다. 처음으로 학생들과 언어 방어훈련을 시작하려는 교사들이 학생들을 만나기 전에 참고할 수 있는 자료이다.

1) 친구들을 특별한 이유 없이 놀리는 사례

〈사례 1〉 2011년 5월 경기도 ○○중학교 1학년 영숙(가명)이가 친구에게 걸레라고 놀려서 친구들이 상담실에 도움을 요청한 사례

교사: “그래서 치마를 들추고 속바지를 안 입었다고 해서 걸레라고 한 거니?”라고 질문하자 영숙이는 정색을 하고 이렇게 말했다. (걸레는 여성이 성적으로 문란하다고 비하하는 언어이다.)

영숙: “선생님이 몰라서 그러는데 우리는 다 그러고 놀아요.”

영숙이의 태도에서 본인의 한 말과 행동이 다른 사람에게는 어떤 영향을 주는지 전혀 모르고 있었다.

교사: “너한테도 똑같이 치마를 들추고 속바지 안 입었다고 걸레라고 하면 너의 기분은 어떨 것 같은데?” 라고 질문을 하자

영숙: “당연히 기분 나쁘죠”라고 말했다.

그리고 나서야 자신의 행동이 더 이상 장난이 아니라 다른 친구를 기분 나쁘게 한 행동이라고 인정했다.

〈사례 2〉 2012년 경기도 ○○중학교 1학년 기동(가명)이가 친구에게 찌따라고 놀린 사례

기동: “선생님이 몰라서 그러는데 한번 찌따는 영원한 찌따예요. 재는 초등학교 때도 찌따였어요.”라고 기동이 진지하게 말했다. (찌따는 아이들 사이에서 찌질한 아이, 낙오자, 즉 실패자 같은 개념이다.)

교사: “너는 어떤 면에서 개가 찌따 같은데?”라고 질문하자

기동: “특별히 그런 부분은 없어요. 그냥 다른 친구들이 개를 찌따 취급을 하기 때문에 따라했을 뿐이에요.”라고 했다.

교사: “니가 볼 때 그 친구는 어때?”라고 질문하고 다시 보게 했더니

기동: “사실, 그 친구는 찌따 취급을 받을 이유가 없어요.”라고 말했다.

이 사례는 중학생들이 일상에서 경험하는 가벼운 언어폭력사례이다. 실제로 많은 학생들이 부모욕(패드립), 성적인 표현(섹드립)등의 언어를 사용하면서 훨씬 더 강렬하게 상대의 기분을 나쁘게 하고 있다. 이런 학생들이 나쁜 학생들이거나 문제가 심각한 학생들이 아니라 모두가 그러고 놀고 있기 때문에 그냥 다른 친구들의 다른 점을 공격하고, 비난하고, 모욕하는 일을 당연하게 받아들이고 있을 뿐이었다.

이 두 학생의 경우에서 보면, 현재 중학교에 다니는 학생들 대다수가 본인의 말과 행동이 어디에서 잘못되었는지를 제대로 배워 본 적이 없다는 것을 알 수 있다. 대단히 많은 중학생들이 다른 친구들을 툭툭 건드리거나 말로서 상대방에게 모욕을 주는 일을 장난이라고 생각한다. 그리고는 자신이 화가 나는 건 알지만 내가 한 행동으로 상대방이 힘들 거라는 생각은 하지 못하고 있다.

이것은 나한테는 장난일지 모르지만 그 행동을 당하는 사람에게는 더 이상 장난이 아니라 폭력일 수 있다는 것을 명확하게 가르쳐 주지 않았기 때문에 반복해서 나타나는 현상이다. 그러면 교사들은 ‘그건 당연히 아는 것 아니냐?’라며 ‘그런 것까지 가르쳐줘야 하나?’고 질문한다. 하지만 학생들 입장에서 보면, 교사들이 상식이라고 알고 있는 것들이 학생들에게는 더 이상 상식이 아닌 외계어가 되고 있는 것이 현실이다. 실제로 교사들이 다 알거라고 가르쳐주지 않았던 것을 학생들이 모르는 경우가 상담과정에서 많이 드러나고 있다.

2) 상대방의 기분을 불쾌하게 하면서 내 감정을 표현하는 사례

〈사례 3〉 2014년 경기도 ○○중학교 3학년 철수(가명)는 자신이 좋아하는 여자 친구에게 불쾌감을 주면서 자기 감정을 표현해서 친구들이 상담을 의뢰한 사례

철수는 정인지체학생으로 교실에서 친구들과 하는 통합반 수업을 더 좋아한다. 상담실에 자주 놀러오고 좋아하는 여학생을 따라다녔다.

철수: “교실에서 좋아하는 여학생 머리카락을 만지고 좋다고 따라다니고 밤늦게 카톡했더니 더 싫어해요”라며 철수가 말했다.

교사: “(중략) 네가 한 것과 똑같은 말과 행동을 네가 싫어하는 누군가가 너한테 그런다면 네 기분은 어떨 것 같은데?”라고 질문하자

철수: “아 당근 싫죠!”라고 말한다.

교사: “그럼, 그 여학생의 기분도 너처럼 싫다면 너는 그 행동을 계속할 거야?”

철수: “아니요~ 그러면 어떻게 해요?”라고 되묻는다.

교사: “그러면 먼저 네가 좋아하는 여학생에게 ‘지금 얘기할 수 있어?’라고 먼저 물어봐, 그리고 지금 대화할 수 있다고 하면 ‘고마워’라고 인사하고, 안된다 고 하면 ‘방해해서 미안해’라고 말한 다음, ‘언제 연락하면 되는데?’라고 물어봐”라고 알려주었다. 다음날, 상담실에 찾아온 철수는

철수: “샘에게 배운 대로 했더니 그 친구가 친절하게 말하면서 지금은 얘기할 수 없으니 다음에 연락하라고 했어요.”라며 좋아했다. 그리고

철수: “이런 건 처음 배웠어요. 이렇게 자세히 알려주지 않고 왜 어른들은 혼만 내

요?”라고 반문했다.
이런 철수의 언어훈련을 지켜보던 여학생들은 철수가 귀엽다며 호감을 가지기 시작했다.

이처럼 많은 학생들이 자신이 한 말과 행동에 따른 결과가 상대에게는 어떻게 나타나고 나한테는 무엇으로 나타나는지 구체적으로 배운 적이 없다. 가정에서나 학교에서 상대방에게 해도 되는 말과 행동, 하면 안 되는 말과 행동의 기초부터 가르쳐주지 않는다. 그러다 보니 자신이 하고 싶은 대로 표현하면서 상대방의 기분이나 감정, 생각을 고려하지 못하는 일방적인 소통으로 마찰을 일으키고 있다.

하지만 30대 이상의 어른들의 경우는 지금의 아이들과 달리 문화적으로서 배운 상식들이 있었다. 혹시 교사들 중에서 어린 시절, 골목이나 운동장, 아니면 동네 어딘가에서 친구들은 물론이고 동네 언니, 오빠, 동생들과 놀았던 경험이 있는 사람들도 있을 것이다. 이때 여러 가지 놀이를 하면서 규칙을 지키지 않으면 규칙을 제대로 지키겠다는 약속을 하기 전에는 놀이에서 빠져 본 경험들이 있지 않는가?

30대 이상의 교사들은 이런 놀이를 통해 규칙 지키기, 재미있게 놀기 위해서 서로를 존중하기, 친구가 할 수 있을 때까지 기다려 주기, 잘 못하는 아이를 깎두기(덤)로 끼워주기 등등을 배웠다. 이런 놀이를 하면서 상대의 기분을 존중하는 말과 행동이 무엇인지 체득할 수도 있었다.

하지만 지금의 학생들은 어느 순간, 놀이문화는 학원으로 대체되었고, 학생들이 놀이를 통해 배워야 하는 것들을 배워야 할 권리를 박탈당했다. 그 결과, 학생들은 공부 이외의 것은 중요하지 않다는 것과 공부를 잘 해야만 한다는 것만 배우다 보니 본인이 무엇을 잘못하고 있고 어떻게 바르게 말하고 행동해야 하는지를 제대로 습득할 기회가 없었다. 성적과 입시 위주의 교육이 나쁘다는 것이 아니라 그 이외의 것들, 즉 학생들이 삶에서 배워야 하는 것들이 모두 다 배제된다면 학생들은 자신이 한 말과 행동에 대한 책임이 무엇인지에 대한 개념조차 잡지 못하게 될 것이다.

이렇게 개념 없다고 혼내고 있는 학생들에게 정확한 개념을 하나하나 꼼꼼하게 알려주어야 한다. 그리고 자신의 감정을 적절하게 표현하는 기술, 상황에 맞게 행동하는 기술, 사회적 관계를 맺는 기술을 알려주어야 한다. 이런 것을 학생들에게 교육하고 훈련하기도 전에 학교폭력이란 법적인 잣대를 적용하여 처벌만 한다고 과연 학교폭력이 예방될까?

3) 따돌림으로 자해를 시도한 여학생이 오해를 풀고 화해한 사례

〈사례 4〉 2012년 경기도 ○○중학교 1학년 지혜(가명)는 친구들이 왕따시켰다고 자해를 시도하여 담임선생님이 의뢰한 사례

여학생 또래집단에서 발생한 따돌림 사건으로 자해소동이 일어나자 ○○학교 담임 교사는 2달 동안 그 실마리를 풀지 못해 도움을 요청했다. 우선, 갈등집단을 따로 만난 후에 서로의 동의하에 오해와 갈등을 풀고 사과를 통한 화해로 문제를 해결하기로 했다. 그중 자해소동을 한 지혜를 만나 친구들에게 따돌림 당하는 문제를 다양한 형태로 볼 수 있게 따돌림에 대해 몇 가지 질문을 하게 되었다.

1. 친구들이 어떤 말과 행동으로 따돌리고 있나?
2. 네가 따돌림에 기여한 것은 무엇이지?
3. 따돌림과 관련된 모든 친구들에게서 사실 확인을 해야 하는 것은 무엇이지?
4. 원하는 것이 처벌인가? 친구와 화해하고 싶은 것인가?

따돌림을 하는 친구들 사이에 존재하는 오해와 사실을 확인하는 과정에서 서로에 대한 불편한 감정이 증폭되었고, 증거확보를 위해 친구들을 증인으로 세우는 과정에서 편 가르기가 더욱 심해지기도 하였다. 하지만 서로에게 사실을 확인하는 과정에서 자신이 한 행동이 다른 사람에게는 어떻게 느껴지는지를 알아차렸다.

따돌림을 당하던 친구도 따돌리던 친구들도 서로에게 자신이 한 말과 행동으로 상대방의 입장에서 기분 나빴다면 모두 사과하기로 하고 하나하나 풀어서 구체적으로 사과를 하면서 서로에게 얽혀있던 감정들을 풀고 훌가분해지기 시작했다. 앞으로 자신이 어떤 행동을 할지에 대한 다른 가능성도 찾게 되었다. 화해과정을 거치면서 따돌림을 하던 친구들과 따돌림을 당하던 친구들이 한 교실에서 평화롭게 지내게 되었다.

바로 이 지점이 따돌림으로 괴롭힘을 당하던 학생들이 원하는 중요한 지점이다. 이 학생들은 친구들이 왜 자신을 괴롭히는지에 대해 알고 싶었다. 그리고 그 친구들과 무언가를 풀어야 하는데 어떻게 시도해야 하는지는 모르고 있었다. 입장이 다른 학생들이 하나같이 한 교실에 있기 불편한 상황에서 벗어나 잘 지내고 싶어 했다. 자신을 따돌리고 괴롭히는 학생들과 잘 지내고 싶어 하는 학생들은 이 학생들만이 아니다.

또래친구들에게 괴롭힘을 당해 왕따가 된 학생들은 사실을 확인하고 오해를 풀면서 사과

하는 동안, 무슨 일이 있었는지를 정확하게 파악할 수 있게 되었다. 당장은 따돌림이 있기 전처럼 친한 친구 사이로 되돌아가지는 못했지만 오해가 풀리는 순간, 평화롭게 한 공간에서 지낼 수 있다는 것을 다양한 그룹의 갈등을 푸는 과정에서 확인할 수 있었다.

학생들은 이렇게 자신들이 한 말과 행동에 대해 오해를 풀고 싶어 하는데 무엇이 문제인가? 그것에 대한 가장 큰 문제는 상당수의 학생들이 친구들과 어떤 식으로 관계를 맺어야 하는지, 어떻게 오해를 풀어야 하는지, 그리고 상대방의 시선에서 본인의 행동이 어떤 식으로 받아들여지는지에 대해 전혀 모르고 있다는 것이다. 그래서 처음에는 교사가 자신이 한 말과 행동을 하나하나 풀어서 각각에 대한 구체적인 사과를 할 수 있게 용기를 북돋아 주어야 한다.

이렇게 사과하면서 학생들은 자신이 무슨 말을 하고 무슨 행동을 했는지 알아차리게 된다. 자신이 한 말과 행동으로 상대방이 어떤 상처를 받았는지 알아차릴 때, 진심으로 사과할 수 있게 된다. 또한 자신의 사과를 친구가 받아주면 서로에게 쌓였던 미운 감정이 사라질 수도 있다. 이 과정을 통해 또래압력에 못 이겨 친구들을 따라하는 대신에 자신이 원하는 다른 행동을 선택할 수 있고 빠르게 실행할 수 있는 학생들이 나타나기도 한다.

4) 또래관계에서 모방과 지지로 긍정적인 친구관계를 형성한 사례

〈사례5〉 2013년 왕따피해자 집단상담에 참여한 중2 유명(가명)이는 또래친구들의 말과 행동을 모방하여 긍정적인 친구관계를 형성한 사례

친구들에게 왕따를 당한 유명이는 집단에서도 친구들과 말을 거의 하지 않았다. 그러던 중 유명이는 왕따피해 경험에서 쌓인 분노를 적극적으로 표출하는 친구를 보고 대리만족을 느끼면서 싱글거리며 웃었다.

교사: “유영이도 자신의 감정을 표현할까?”

유영: “...” 고개만 젓는다.

교사: “그런데 유영이는 친구들이 표현하는 것을 보며 웃고 있네”

유영: “...”웃으며 여전히 말이 없다.

교사: “유영이가 웃는 것은, 자신을 괴롭힌 친구들에게 하고 싶은 말을 시원하게 하는 친구를 보고 너도 하고 싶었던 말인데 친구가 대신 하니 네 감정도 시원하게 풀리는 것 같아서 웃는 거니?”

유영: “네~” 웃으며 조그만 목소리로 말했다.

이후 집단에서 유영이는 자신의 감정을 표현하기 시작했고, 교실에서도 친구를 사귀었다. 친구가 한 행동을 보고 ‘나만 힘들었던 게 아니구나! 나도 저렇게 표현해도 괜찮은 거구나’하며 자신감을 가지게 된 유영(가명)이는 친구사귀기에 성공하였고 학교생활도 잘 하게 되었다.

〈사례 6〉 2012년 친구사이에서 의사표현을 거의 하지 않았던 인호(가명)를 또래 관계에서 지지받는 언어기술을 사용하여 자존감을 회복한 사례

인호는 평소에 교실에서 말을 거의 안했다고 한다. 실제로 상담실에 와서도 말을 잘 하지 않았다. 인호가 말하지 않게 된 계기를 질문하고 찾던 중에 친구들에게 썰렁한 얘기를 했다고 핀잔을 들은 후부터 말문을 닫게 되었다고 한다.

교사: “인호는 친구들에게 어떤 얘기를 하고 싶었니?”

인호: “재미있는 얘기를 하고 싶었어요”

교사: “인호의 의도와 다르게 친구들은 네 이야기에 썰렁하다는 반응을 했구나”

인호: “그때부터 친구들의 반응에 눈치를 보고 말하는데 자신감이 없어졌어요”

교사: “친구들과 무슨 말로 대화할지 많이 주저하고 있구나”

인호: “내가 좋아하는 얘기를 친구들이 안 들어 주니까 할 말이 없어서요”

교사: “그러면 인호는 친구들의 대화에 끼어들과 싶긴 한 거니?”

인호: “네~ 사실은 친구들 사이에서 재미있는 친구가 되고 싶어요”

교사: “그럼, 먼저 친구들이 무슨 이야기를 하는지 잘 듣고 ‘와우 재미있다’라고 반응해주고 친구들이 재미있어 하는 이야기를 바탕으로 네가 할 말을 구성해서 연습해 보는 건 어떨까?”

이때부터 인호는 친구들의 이야기를 듣고 가벼운 추임새로 ‘와우 재미있다 그거 어떻게 하는 거야’ 등의 가벼운 반응으로 친구들에게 관심을 보였다. 친구들은 인호에게 긍정적인 지지를 보내기 시작했다. 친구들의 지지에 자신감을 회복한 인호는 친구들이 좋아할 만한 주제의 이야기를 정리하고 말하는 연습을 하였다. 친구들에게 들려주기 전에 개그맨처럼 표정도 짓고 재미있는 동작도 연습했다. 그러자 친구들에게 인기가 높아졌다. 차츰 얼굴빛이 환하게 변했고 자신이 생긴 인호는 혼자서도 잘할 수 있다고 하여 상담을 종료하게 되었다.

위의 사례에서 보듯이 또래관계는 부정적인 압력으로 자신을 위축시키기도 하고 건강한 지지관계를 형성하여 자존감을 살리기도 한다. 또래관계에서 위축된 학생들이 안전한 친구관

계에게 긍정적인 모방을 하면서 용기를 얻게 되고 친구들의 지지를 받을 때 빠르게 자신감을 회복한다. 교사와의 관계에서의 존중받는 경험도 중요하다. 거기에 더해서 많은 학생들이 또래관계에서 지지받고 존중받는 경험을 하게 되면 훨씬 더 빠르게 자신감이 회복되는 결과를 나타냈다.

따라서 교사가 긍정적인 또래관계를 형성할 수 있게 촉진한다면, 혼자서는 변화를 주저하고 두려워하는 학생들에게 '나만 힘든 게 아니다'라는 위로와 '재가 저렇게 했다면 나도 할 수 있다'는 자신감을 제공해 두려움을 극복하고 성장하는데 도움이 될 수도 있다.

다. 언어 방어훈련의 실제: 5단계 교사의 지도 절차

언어 방어훈련은 자신이 하는 말과 행동이 타인에게 어떻게 받아들여지는지를 자각할 수 있게 도와주는 훈련이다. 학생들이 학교생활에서 언어폭력에 방어하는 기술을 훈련하면, 누군가가 장난이라고 하면서 욕설, 놀림, 모욕을 할 때, 상대의 기분도 나쁘게 하지 않고, 내 기분도 좋아지게 하는 언어 방어양식을 적절하게 사용할 수 있게 된다.

언어 방어훈련 초기에는 개인의 특성을 고려하여 혼자서 훈련하면서 언어적, 비언어적인 표현을 발달시킨다. 훈련한 기술을 친구관계에서 활용하면서 느껴지는 두려움과 망설임을 극복하고 성장할 수 있도록 또래관계에서 만들어지는 긍정적인 집단역동을 활용한다. 심리적인 트라우마가 심각한 학생의 경우에는 전문적인 심리치료를 병행하는 것도 고려할 수 있다.

교사는 언어 방어훈련을 진행하는 학생들을 또래집단으로 구성해 언어 방어에 성공한 친구의 경험을 모방할 수 있게 하거나 교사의 역량에 따라 학급전체로 확대할 수도 있다. 학급의 구성원이 모두 언어 방어훈련에 동참할 수 있도록 학급규칙을 정하거나 모둠별 협력이 일어나게 다양한 방법으로 분위기를 조성할 수도 있다.

언어 방어훈련의 비전은 학생들이 언어폭력에 방어하는 훈련에서 시작하여 보다 더 긍정적인 친구관계를 형성할 수 있는 사교의 언어를 사용할 수 있는 성장을 돕는데 있다.

1) 언어 방어훈련 5단계 전체진행개요

〈표Ⅳ-1〉 언어 방어훈련 5단계 전체진행개요

단계		내용	학생	교사
1 학습 단계	진단	피해 정도, 학생성향 파악	왕따피해 유무 확인 언어폭력피해정도 확인 심리적, 신체적 반응 표현	신경증체크, 예민성정도 관찰 (설문문항 활용, 예시질문 활용)
	필요성	언어 방어 훈련의 필요성	언어폭력에 적극적으로 대처하는 언어 방어의 필요성을 찾는다.	자신의 기분도 나아지고 타인과 다투지 않게 하는 언어 방어의 필요성을 제시하고 신뢰를 형성한다.
	전략 탐색	언어 방어유형별 전략탐색	본인이 효과적으로 활용할 수 있는 방어 유형을 선택하고 연습한다.	교사의 다양한 전략제시 (구체적인 언어표현과 몸짓, 억양 등을 상황에 맞게 표현할 수 있도록 찾는다)
2훈련 단계	선택	상황과 대상에 따른 언어 선택	상황과 대상에 맞는 본인이 편하게 사용할 언어를 선택한다.	상황과 대상에 따라 자신이 효과적으로 언어를 선택할 수 있게 방어양식과 구체적인 표현예시를 제시한다.
	훈련	언어, 비언어 방어훈련	본인의 감정과 의사를 정확히 전달하는 행동, 표정, 억양으로 훈련하기	교사는 행동, 표정, 억양 등을 실제로 보여주고 충분히 연습할 수 있게 돕는다.
	시도	친구에게 시도	친구에게 연습한 언어 방어훈련을 실제로 시도해 본다.	언어 방어훈련을 자연스럽게 학교생활에서 활용할 수 있도록 사전훈련을 돕는다.
3활용 단계	활용	학교생활에서 활용	학교생활에서 적극적으로 언어 방어를 활용한다.	자연스럽게 언어 방어를 활용할 수 있는 팁을 제공하기(쉬는 시간, 점심시간 활용, 점검 및 피드백하기)
	교정	활용하면서 나타난 문제 교정	잘 안 되는 점을 파악하고 대상에 따라 다르게 하고 싶은 방어방법을 찾는다.	잘 활용한 경우는 격려하고 잘 안된 경우는 다르게 적용할 기술을 찾아 훈련할 수 있게 돕는다.
4극복 단계	활용	교정한 언어 방어기술 활용	잘 되는 것은 계속하고, 잘 안 되는 것은 교정해서 다시 활용하기	상대의 반응에 대한 두려움을 극복하게 돕기, 용기를 북돋아 주기, 안전한 집단에서 자신의 경험나누기
	피드백	활용경험 피드백	사용한 경험으로 얻은 작은 변화들 표현하기, 친구들의 경험을 칭찬하기, 친구들과 함께 사용하기	시작한 용기에 대해 격려하고 활용한 사례들에서 자신감을 가질 수 있게 집단에서 서로에게 긍정적인 피드백을 한다. 작은 변화에 칭찬한다.
5성장 단계	응용	방어에서 사교언어훈련으로	즐겁게 소통하고 자신을 표현하는 언어 기술을 찾아 다양한 상황에서 응용하기	다양한 유머, 재밌는 표정 등 건강한 사교기술과 언어 방어 활용방법을 친구들과 함께 찾기(소그룹 또는 학급단위)
	추후 시도	추후면담 변화 확인	언어표현을 다르게 한 이후 친구관계에서의 변화 찾기	지지와 격려로 친구들과 함께 변화하고 성장을 지속할 수 있게 돕기

2) 단계별 진행세부사항

- 교사는 훈련을 시작하는 학생들의 성향을 정확히 파악하고 구체적인 정보와 도움을 제공한다.
- 학생자신이 주체가 되어 방어양식을 선택하고 활용하면서 성장할 수 있게 돕는다.
- 각 단계별로 진행하는 회기와 시간은 학생과 만나는 교사가 결정한다.
- 쉬는 시간이나 점심시간에 만나서 점검하고 피드백 하는 것도 하나의 회기로 구성할 수도 있다.
- 시작은 개인 상담으로 개인의 특성에 맞는 방어양식을 찾아 훈련한다.
- 극복단계와 성장단계에서는 언어 방어훈련을 하는 또래친구들과 집단형태로 진행할 수도 있다.
- 집단상담의 장점은 서로 다른 상황에서 경험한 것을 나누면서 긍정적인 모방이 이루어져 변화를 촉진하기도 한다.

가) 1단계 - 학습단계

- 학습단계에서는 학생의 성향을 정확히 파악하고 학생에게 언어 방어훈련을 할 필요성을 정확하게 교육하는 것이 중요하다.
- 학생이 방어훈련의 필요성을 인식할 때 자신에게 맞는 방어양식을 전략적으로 탐색할 수 있다.

① 진단

- 학생의 특성(표정, 행동, 언어습관 등)과 성향(친구관계 등)을 파악한다.
 - 교사는 구두질문을 통해 학생의 왕따 피해유무를 확인하고 언어폭력피해의 심각성을 확인한다.
 - 설문지를 활용하여 신경증(예민성)의 높고 낮은 정도를 진단한다.
 - 진행방법은 아래의 표에서 상세히 설명한다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

〈질문 예시〉

- 왕따를 당한 적이 있는가?
- 있다면 언제 누구에게 얼마나 자주 당했는가?
- 지금도 그 친구들과 함께 생활하는가?
- 친구들에게 언어폭력(욕설, 모욕, 놀림, 헐뜯, 무시, 악의적인 소문 등)을 경험했는가?
- 얼마나 자주, 얼마나 많은 친구들에게서 언어폭력을 당하는가?
- 자신이 느끼는 기분 나쁜 정도는 5점 척도에서 몇 점인가?

〈신경증 정도 측정을 위한 간이설문(김지현 외, 2011)〉

신경증을 확인하는 아래 세 문항의 평균 점수를 4점 만점으로 산출하여 평균이 3점 이상인 경우 신경증이 높은 것으로 파악한다.

- 나는 쉽게 침울해지는 편이다.
- 나는 우울한 편이다.
- 나는 걱정을 많이 하는 편이다.

② 필요성

- 교사는 학생이 언어 방어의 필요성을 알고 훈련할 수 있도록 설명한다.
- 친구관계에서 자신이 감정, 생각, 의견을 표현하는 것의 필요성을 찾는다. 자신의 기분도 나아지고 타인과 다투지 않는 언어의 중요성을 이해한다.
- 용기를 가지고 언어 방어훈련에 적극 참여할 수 있도록 신뢰를 형성한다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

〈질문 예시〉

- 친구들에게 언어폭력을 당하면 어떻게 대처하는가?
- 본인이 하는 방식으로 하면 자신의 기분은 나아졌나?
- 지금처럼 그대로 당하면서 잘 대처하지 못한다면 무슨 일이 생길까?
(학생이 한 말을 바탕으로 다시 질문한다. 예를 들면, 감정적으로 힘들어서 공부집중이 안되고 친구들과 사귀는데도 자신감이 없다.)
- 자신감을 되찾기 위해 뭔가 변화를 시도해야 하지 않을까?
- 주변에 자신의 감정을 솔직하게(자신 있게) 표현하는 친구들이 있니?
- 그 친구들을 볼 때면 어떤 생각이나 기분이 드는지?

- 본인도 자신의 생각이나 감정을 잘 표현하고 싶은가?
- 아니면 언어폭력 상황에 지금보다 더 잘 대처하고 싶은가?
- 친구들과 싸우지 않고 내기분도 좋아질 수 있는 언어 방어를 찾아볼까?
- 언어 방어훈련을 통해 언어폭력에 잘 대처할 수 있다면 해볼까?

* 구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

③ 전략탐색

- 대상에 맞는 방어유형을 선택하고 사용전략을 찾는다.
- 교사는 상황에 따른 다양한 전략을 제시하며 적절한 표현을 찾게 돕는다.
- 구체적인 언어표현과 몸짓, 억양 등을 탐색한다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

<질문 예시>

- 언어 방어훈련을 해서 당장 사용한다면 누구에게 먼저 사용하고 싶은가?
- 그 친구에게 가장 먼저 사용하고 싶은 이유는?
- 그 친구가 언어폭력을 했을 때 그동안 내가 한 방법은 무엇인가?
- 그 친구가 언어폭력을 할 때 나는 어떻게 방어하고 싶나?
(방어유형을 제시하고 그중에서 먼저 하고 싶은 유형을 선택하게 한다.)
- 언어 방어기술을 효과적으로 사용하려면 언제 어떻게 사용할 수 있을까?
- 이 훈련을 사용할 때 도움을 줄 수 있는 친구들이 있는가? 있다면 누구인가?
- 언어 방어를 사용할 때 어느 정도의 목소리 톤과 억양으로 할까?
(1~5정도의 톤과 억양을 예시로 들어준다.)
- 얼굴표정은 어떻게 하고 손짓이나 몸짓을 어떻게 할까?
(얼굴표정과 몸짓을 교사가 보여주면서 적절한 표현을 따라 할 수 있게 한다.)

* 구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

나) 2단계 - 훈련단계

- 이 단계에서는 적절한 언어 방어양식을 선택하고 훈련을 통해 얻고자 하는 목표를 설정한다.
- 설정한 목표를 실제상황에서 잘 사용할 수 있게 교사와 함께 역할 훈련을 통해 연습하고 편한 친구들에게 시도할 수 있게 배려한다.

① 선택

- 학생이 언어 방어를 사용할 대상과 상황을 선택한다.
- 학생이 사용할 수 있는 적절한 언어 방어양식을 선택한다.
- 효과적인 선택을 할 수 있게 구체적인 방어양식의 예시를 제시한다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

<질문 예시>

- 언어 방어를 어떤 사람에게 사용하고 싶니?
- 그 친구와 어떤 상황에서 언어 방어를 사용할까?
- 그 친구에게 그런 상황에서 사용할 수 있는 언어 방어양식은 무엇일까?
(여러 가지 언어 방어양식을 소개하고 본인이 사용하고 싶은 것을 선택한다.)
- 처음 시작할 때는 어떤 양식을 먼저 사용하고 싶니?
(선택한 여러 가지 방어양식 중에 사용 순서를 정한다.)

*구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

② 훈련

- 자신의 감정과 의사를 정확히 전달할 수 있게 교사와 역할훈련을 한다.
- 교사가 하는 말투와 표정, 억양, 강도, 몸짓을 보고 따라한다.
- 교사를 따라하면서 자신에 맞는 언어 방어양식을 훈련한다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

〈질문 예시〉

- 친구가 하는 공격적인 말투에 자신이 선택한 방어양식으로 역할연습을 할까?
- 누가 먼저 공격자를 하고 방어자를 할까?
(교사와 학생이 서로 역할을 정하고 좀 더 과장해서 표현한다.)
- 내가 먼저 하고 싶은 대로 표현해 볼까?
(학생이 선택한 방어양식을 표현한다. 역할을 하고 난 소감을 나눈다.)
- 표현을 하니 너의 기분은 어때? 기분이 좀 나아졌니?
(역할을 하고나서 교사의 기분도 어떠한지 이야기를 나눈다)
- 목소리, 억양, 말투, 시선, 표정, 몸짓 등의 표현을 어떻게 하면 좋을까?
(교사가 먼저 보여주고 학생이 따라하면서 잘 할 수 있는 것을 선택하여 훈련한다. 역할을 바꾸어서 연습하면서 상대방의 기분도 파악해서 상대의 기분이 나쁘지 않으면서 내기분도 나아질 수 있는 지 점검해 본다.)

*구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

③ 시도

- 교사와 훈련한 언어 방어기술을 친구에게 사용한다.
- 자신이 언어 방어를 사용하고 싶은 대상에게 실제로 안심하고 사용할 수 있도록 편한 친구에게 먼저 시도해 본다.
- 편한 친구에게 시도한 후 수정 보완하여 훈련을 마무리 한다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

〈질문 예시〉

- 훈련한 언어 방어기술을 바로 불편한 친구에게 사용할 수 있겠니?
(망설이면 먼저 편한 친구에게 연습할 수 있게 권한다.)
- 내가 새로운 시도를 할 때 비웃지 않고 받아줄 수 있는 친구는 누구니?

(친구가 있다면 그 친구에게 역할연습을 할 수 있게 도움을 요청한다. 없다면 교사가 도움 줄 친구를 찾아 역할연습을 요청한다. 교사의 눈높이와 다른 친구의 눈높이에서 자신이 공격했을 때와 방어했을 때 감정을 나누고 수정사항을 점검한 후 훈련을 마무리한다.)

*구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

다) 3단계 - 활용단계

- 언어 방어훈련을 학교생활 전반에서 활용하는 단계이다.
- 활용하면서 느낀 감정이나 생각을 기록하고 실제로 사용하면서 나타나는 문제점을 확인한다.
- 언어 방어훈련을 중단하거나 친구관계에서 사용하는 것을 포기하지 않게 약간의 보상을 도구로 사용할 수도 있다.

① 활용

- 학교생활 전반에 걸쳐 적극적으로 언어 방어를 활용한다.
- 교사는 쉬는 시간, 점심시간을 활용하여 상황을 점검할 수 있다
- 활용 팁을 제공하거나 계속 활용할 수 있게 격려하는 작은 보상을 한다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

〈질문 예시〉

- 훈련한 언어 방어기술을 실제로 사용해보니 어때?
- 처음에 사용할 때 너의 기분이 어땠어?
- 너의 표현에 상대방은 어떻게 반응하니?
- 활용하면서 느낀 점은 무엇이니?

(활용하려고 시도한 자체를 칭찬한다. 결과에 대한 기대보다 지금 다르게 하는 것 자체가 상대방이 함부로 대하지 못하게 하는 것이라고 긍정적인 피드백을 한다. 자신과 상대의 감정에 대해 자세히 관찰할 수 있게 한다. 실제로 활용하면서 상대의 공격에 대한 두려움을 극복할 수 있는 방안과 자신의 감정적인 스

트레스를 해소하는 방법들을 함께 찾는다. 격려의 작은 보상-예를 들면, 사탕이나 초콜릿 등-을 제공한다.)

*구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

② 교정

- 학생이 활용하면서 발생한 불편감을 해소하고 방어양식의 점검한다.
- 문제점을 교정하고 잘 안 되는 표현은 다르게 할 수 있도록 훈련한다.
- 새로운 시도를 하고 수정하는 과정에서 자신감을 찾는다고 격려한다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

〈질문 예시〉

- 활용하면서 어떤 경험을 했니?
- 쉽거나 어려운 경험을 했었니?
- 상대의 반응이 그대로이거나 오히려 더 안 좋게 반응한 경험이 있었니?
- 사용하면서 너의 기분이 별로였던 경험은 있었니?

(활용하면서 학생이 경험한 내용을 편하게 이야기하게 된다. 말한 내용을 바탕으로 그 상황을 교사와 함께 재연하며 문제점을 파악한다. 문제점에 따라 방어를 다르게 할지 표현에 변화를 줄지 찾는다.)

표현하기 어렵거나 잘 안된 것이 심리적인 위축감이라면 그 부분을 말할 수 있게 공감해 준다. 표현이 어색하면 학생에게 맞는 표현으로 쉽게 수정한다. 방어를 해도 상대가 똑같이 반응하면 단호한 억양이나 표현의 강도를 높인다.)

- 문제점을 어떻게 수정해서 다시 연습해 볼까?
- 이렇게 표현하면 더 편하게 활용할 수 있니?

(본인이 원하는 적절한 방식으로 교정하고 다시 훈련한다. 자연스러워질 때까지 교정훈련을 한다. 두려움이 심한 경우, 별도의 심리치료를 병행할 수도 있다.)

*구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

라) 4단계 - 극복단계

- 언어 방어훈련을 통해 친구관계에서 새로운 시도를 하는 학생들의 성향이 소위 말하는 '나대는 아이들'의 경우는 비교적 적응하기 쉬울 수도 있다.
- 신경증이 높고 왕따 피해의 경험이 있거나 오랜 무기력에 빠져있는 학생의 경우에는 표현하는 시도 자체가 불안하고 두려울 수도 있다.
- 심리불안을 즐겁게 해소할 수 있는 방법으로 안전한 또래집단의 역동을 활용할 수도 있다.
- 또래들의 성공경험을 모델링하면서 자신도 시도할 수 있다는 용기를 가질 수 있게 방어훈련을 집단의 형태로 운영하면 효과적일 수도 있다.

① 활용

- 교정한 언어 방어기술을 다시 잘 활용할 수 있게 돕는다.
- 상대의 반응에 대한 두려움을 극복할 수 있게 용기를 북돋아 준다.
- 혼자서 튀는 것 같은 불안감을 호소하면 언어 방어기술을 사용하는 친구 들이나 친한 친구들을 만나 서로 지지하고 격려할 수 있게 돕는다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

<질문 예시>

- 다시 연습하고 나서 친구들에게 사용하니 어땠어?
- 언어 방어를 활용할 때 두려운 상대의 반응이 있었니?
(학생이 가진 두려움이나 거부감을 말하게 하고 무엇이 두려운지 파악한다.)
- 같은 훈련하는 친구들은 어떻게 활용하는지 만나보고 싶니?
(동의하면 언어 방어훈련에 참가하는 학생들의 집단을 구성하여 자신이 활용한 경험을 이야기하면서 자신도 두렵거나 불편한 경험이 있다면 솔직하게 이야기를 나눌 수 있게 한다. 또래역동을 활용한다.)

*구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

② 피드백

- 언어 방어기술을 훈련하고 활용한 용기를 칭찬하기
- 사용하면서 얻은 경험 나누기
- 작은 변화를 격려하고 칭찬하기
- 언어 방어기술을 사용하는 친구들의 집단에서 자신의 솔직한 경험 나누기
- 언어 방어집단에서 서로를 격려하고 긍정적인 피드백나누기

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

<질문 예시>

- 자신이 언어 방어를 사용한 경험을 말해 주겠니?
- 자신과 주변에서 작은 변화라도 나타난 게 있다면 무엇인지?
- 친구들의 경험을 듣고 느낀 점은?
- 친구들이 활용한 방법 중에 자신도 사용하고 싶은 방법이 있다면?
- 친구들이 경험한 것 중에 한 가지를 칭찬한다면?
- 사용하면서 아직 힘들어 하는 친구들에게 도움을 주는 말은?
(교사의 칭찬과 긍정적인 피드백과 더불어 같이 활용하는 친구들의 긍정적인 피드백을 받을 수 있는 기회를 제공하여 자신감을 가질 수 있게 한다.)

*구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

마) 5단계 - 성장단계

- 언어 방어훈련과정에서 학생들이 서로의 감정과 생각을 솔직하게 표현하는 것이 편안하게 느껴질 수 있다.
- 자신의 감정이나 생각을 표현하는 것을 존중받을 수 있게 적극적인 표현훈련을 통해 상대를 이해하고 배려하는 심리적인 여유도 생길 수도 있다.
- 성장단계에서는 다른 친구들도 언어 방어훈련에 참여할 수 있게 추천하는 수평적인 확산이 일어날 수 있다.
- 이 단계에서는 세련되고 유머와 위트가 있는 사교적인 언어기술을 사용할 수 있게 학생

들이 성장하는데 목표를 둔다.

- 다른 사람의 감정과 생각을 잘 파악하고 그 상황을 재미있게 반전시킬 수 있는 사교적인 언어기술 훈련을 시작하게 되는 첫 단계가 될 수도 있다.

① 응용

- 언어 방어훈련을 통해 자신의 감정이나 생각을 상대에게 불쾌감을 주지 않고 솔직하게 표현하는 자신감을 확인한다.
- 상대방의 감정과 생각을 존중하는 여유를 가진다.
- 재미있는 표정과 몸짓으로 친구들과 의사소통을 자연스럽게 할 수 있다.
- 언어 방어훈련을 소그룹단위, 학급단위로 확대할 수 있다.
- 방어를 넘어 즐거움과 재미를 주는 사교적인 언어표현으로 발전한다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

〈질문 예시〉

- 내 기분도 좋아지고 타인의 기분도 좋아지는 긍정적인 언어표현은 무엇일까?
- 언어 방어가 친구들 사이에서 재미있게 전달되려면 어떻게 표현할 수 있을까?
- 유머로 친절하게 말하기로 발전하려면 뭘 하면 좋을까?
(개인내적인 성장을 할 수 있게 재미있는 언어나 사교기술, 매너 등을 알아보고 사용할 수 있게 돕는다.
또한 친절함은 말뿐만이 아니라 표정이나 몸짓, 행동으로도 충분히 상대에게 전달될 수 있다는 것을 인식시킨다.)
- 친구들과 함께 언어 방어기술을 사용하려면 어떻게 할까?
- 우리학급에서 언어폭력에 방어하는 규칙을 같이 만드는 건 어떨까?
(학급단위로 언어폭력에 방어하는 학급규칙 만들기로 확산할 수 있다. 개인적인 활용에서 수평적인 확산으로 친구들과 함께 사용한다.)

* 구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

② 추후지도

- 일정기간 정기적으로 만날 수 있게 약속한다.
- 언어 방어훈련을 통해 친구관계에서의 변화를 확인한다.
- 대인관계기술의 향상을 척도로 점검할 수 있다.
- 지속적인 변화와 성장을 위해 개인, 집단 등의 만남으로 추후 관리한다.

이 표의 대화예시는 항상 이렇게 하라는 것은 아니지만 원활한 대화가 이루어지게 참고할 수 있는 자료이다

〈질문 예시〉

- 그동안 훈련한 언어 방어기술을 친구관계에서 활용하면서 느낀 점은?
- 이 훈련에서 가장 좋았던 점은?
- 친구들에게 활용하면서 스스로 즐거웠던 경험은?
- 이 훈련을 하면서 변화한 나의 모습은?
- 친구들이 나에 대한 태도에서 변화한 것은?
- 앞으로 친구관계에서 변했으면 하는 것은 무엇이니?
- 나 자신이 변했으면 하는 것이 무엇이니?

(전체 회기를 마치면서 친구들과 함께 집단에서 소감나누기로 마무리한다. 앞으로 성장하고 싶은 모습을 발표하고 서로에게 '넌 그렇게 될 거야, 넌 잘할 수 있어' 등의 긍정적인 지지를 나눈다. 친구관계가 편해진 정도를 5점 척도로 확인한다.)

*구체적인 방어양식 대화예시는 「4. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시」에서 자세히 소개하고 있다.

라. 언어 방어훈련 유형별 방어양식 예시

여기서 제시하는 예시자료는 꼭 그대로 활용해야 하는 것이 아니라 교사들이 참조할 수 있는 예시자료로서 대상에 따라 상황에 맞게 변경해서 사용할 수도 있다. 실제 언어 방어훈련을 할 때 학생들이 공격받는 유형에 따라 본인들이 선호하는 방어양식을 우선으로 제시하여 활용한다. 훈련과정에서 정확하게 표현할 수 있는 언어를 찾는 것만큼 중요한 것이 표정, 몸짓, 억양 등의 비언어적인 표현이다. 자연스럽게 활용할 수 있도록 역할연습을 통해 훈련하는 중

요하다.

사전에 실시한 전국단위 설문조사에서 유의미한 결과를 살펴보면 신경증이 높은 학생들은 모든 공격유형에 대해 '상황 회피' 방어양식을 선호하는 것으로 나왔다. 따라서 신경증이 높은 학생들에게는 적절한 '상황 회피'기술을 활용하는 것으로 처음에는 시작한다. 그러다 자신감이 생기면 학생들이 표현하고 싶은 감정이나 의사를 분명하게 표현하는 다른 방어양식도 함께 사용하게 지도할 수도 있다. 신경증이 높지만 외향성을 띤 학생들이나 친구들과 의사소통이 원활한 학생들은 몇 가지 방어양식을 처음부터 섞어서 사용할 수도 있다.

1) 언어공격유형 - 외모

가) 설문결과 해석

〈표Ⅳ-2〉 설문결과 해석

방어양식	남				여			
	왕따피해 유		왕따피해 무		왕따피해 유		왕따피해 무	
	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓
상황 회피	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
정보 요구								
화제 전환						✓		✓
부분 인정		✓		✓		✓		✓
대상 전환		✓		✓		✓		✓
중단 요청						✓		✓
감정 전달		✓		✓		✓		✓

〈표1〉에서 체크된 부분은 설문조사 결과에서 외모에 대한 공격을 받았을 때 학생들이 선호하는 방어양식이다. 남학생들에 비해 여학생들이 조금 더 다양한 방어양식을 고려하는 것으로 나타났다. 특히, 신경증이 높은 학생들은 우선 고려하는 방식이 '상황 회피'이다.

나) 외모공격에 대한 방어양식별 대화예시

① 상황 회피

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

<대화예시1>

공격자: 야~ 못생긴 게 어디서 나대?

방어자: ... (물끄러미 그 아이의 얼굴을 3초간 바라보다 고개를 돌리며 그 자리를 떠난다)

공격자: ...

<대화예시2>

공격자: 야~ 똥돼지, 저리 꺼져?

방어자: 뭐? 어디 어디 (능청스럽게 찾는 시늉을 하며 두리번거린다.)

우와~~ 너한테 돼지가 보여? 난 사람만 보이는데~~

(자신감이 생기면 정색하면서 대단하다는 시늉을 한다.)

공격자: ...

<대화예시3>

공격자: 어이 숫다리~~

방어자: 제 뭐래~ (조용히 그 자리를 떠난다.)

제 언제부터 오징어 숫다리하고도 대화하는 사이래? (친구들이 있으면 조용히 그 자리를 떠난다.)

공격자: ...

② 화제 전환

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

<대화예시1>

공격자: 존나 못생겼어~

방어자: 애들아~ 아이콘은 언제 데뷔한데? (개 말에는 전혀 관심 없다는 듯이)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 쪼꼬만 애들은 가라~ 저리 꺼지라고

방어자: 어제 한국 축구 끝내주던데~ 그치~ (공통의 관심사로 '화제 전환')

공격자: ...

③ 부분 인정

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 대두~

방어자: 왜? 내 머리가 어때서~ (인정하지만 개의치 않다는 듯이)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 뱃살 들이대지 마~ 저리 꺼지라고

방어자: 응 나름 잘 만들어진 탄력 있는 뱃살이야 (오히려 당당하게)

공격자: ...

④ 대상전환

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 존나 까매~

방어자: 너 나한테 관심 있니? (정색하고 얼굴보고 눈 맞춤하며 능청스럽게~)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 분화구~

방어자: 내 여드름이 너의 콧털 만큼 매력 있지? (상대의 심벌로 전환)

공격자: ...

⑤ 중단 요청

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야 돼지새끼~

방어자: 하지마~ (강한 어조로 단호하게~ 손짓으로 내리치듯이)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 병신새끼

방어자: 뭐~ 우리 부모님을 병신이라고 모욕하는 거야? (화났다는 표정으로)

공격자: 그게 아니고~~

방어자: 두 번 다시 하지마~ (얼굴과 눈을 쳐다보며 낮은 목소리로 단호하게)

공격자: ...

⑥ 감정 전달

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 존나 못생겼어~

방어자: 니 말에 나 지금 화나거든 (낮은 어조로 차분하게 시작하여)

넌 내가 화내는 게 보고 싶어? 아님 열받아서 폭발하는 게 보고 싶어?
(점점 더 세게-크레센도로 말하면서 폭발에서 목소리와 행동을 크게)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 똥돼지

방어자: 넌 재미있지, 난 여기가 아파~

(가슴에 손을 대고 진심으로 안타까운 표정을 지으며)

공격자: ...

2) 언어공격유형 - 공부 · 능력

가) 설문결과 해석

〈표Ⅳ-3〉 설문결과 해석

방어양식	남				여			
	왕따피해 유		왕따피해 무		왕따피해 유		왕따피해 무	
	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓
상황 회피	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
정보 요구								
화제 전환								
부분 인정		✓		✓		✓		✓
대상 전환		✓		✓		✓		✓
중단 요청								
감정 전달								

〈표2〉에서 체크된 부분은 설문조사결과 공부 · 능력에 대한 공격에서 학생들이 선호하는 방어양식이다. 남녀학생들이 공통적으로 '상황 회피', '부분 인정', 대상전환 이 세 가지 방어양식을 고려하는 것으로 나타났다. 신경증이 높은 학생들이 우선 고려하는 방식은 '상황 회피'이다.

나) 공부 · 능력 공격에 대한 방어양식별 대화예시

① 상황 회피

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 돌머리~ 엄청 무거운데 듣게 없어?

방어자: ... (고개를 돌리며 그 자리를 떠난다)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 게임도 못하는 게 어디서 잡쳐?

방어자: 뭐래? (자신감이 생기면 정색하면서 얼굴을 정면으로 쳐다본다.)

공격자: ...

② 부분 인정

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 넌 도대체 아는 게 뭐야?

방어자: 그래 난 모르는 거 빼고 다 아는데~ (그래서 어찌라고 하듯이)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 넌 룰에서 빠져~

방어자: 그래, 나 못하는 거 인정~ 니가 좀 가르쳐줄래? (오히려 당당하게)

공격자: ...

③ 대상전환

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 넌 도대체 잘 하는 게 뭐냐?

방어자: 아~ 그런 넌 잘하는 게 뭔데? (정색하고 능청스럽게~)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 너 때문에 우리 팀 다 망했어~

방어자: 그럼 넌 우리 팀 살리는 데 뭐했어? (상대의 능력으로 응수)
 공격자: ...

3) 언어공격유형 - 성격 · 친구관계

가) 설문결과 해석

〈표Ⅳ-4〉 설문결과 해석

방어양식	남				여			
	왕따피해 유		왕따피해 무		왕따피해 유		왕따피해 무	
	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓
상황 회피	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
정보 요구		✓		✓		✓		✓
화제 전환								
부분 인정		✓		✓		✓		✓
대상 전환		✓		✓		✓		✓
중단 요청		✓		✓		✓		✓
감정 전달						✓		✓

〈표 3〉에서 체크된 부분은 설문조사결과 성격 · 친구관계에 대한 공격에서 학생들이 선호하는 방어양식이다. 성격친구관계에서는 남녀학생들 모두 '정보 요구'를 고려하고 있다. 다른 공격유형에 비해 성격과 친구관계에서는 친구들이 자신에게 왜 그렇게 말하는지 사실을 확인하고 싶어 한다는 유추를 할 수 있다. (실제로 또래갈등으로 상담한 경우 많은 학생들이 자신에게 그 친구가 왜 그런지 알고 싶어 한다.) 남학생들보다 여학생들은 방어양식으로 '감정 전달'도 고려하는 것으로 나타났다. 여학생들이 자신의 감정을 전달하여 대화로 푸는 것을 남학생들보다 더 선호한다고 볼 수 있다. 신경증이 높은 학생들이 우선 고려하는 방식은 '상황 회피'이다.

나) 성격·친구관계 공격에 대한 방어양식별 대화예시

① 상황 회피

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 너 관중이지?

방어자: ... (얼굴을 쳐다보다 고개를 돌리며 그 자리를 떠난다)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 나대지마?

방어자: 뭐래? (마음속으로 반사한다. '그건 너고? 너나 나대지마')

공격자: ...

② 정보 요구

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 찌따새끼?

방어자: 니가 말하는 찌따의 기준이 뭔데? (얼굴을 쳐다보며 정확히 요구한다)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 너 애들한테 떨귀졌지?

방어자: 음~ 너 내 친구들 다 만나서 직접 들었어? 언제 그걸 다 확인했니?

(정말 궁금하다는 듯이 '궁금해서 그러는데 사실을 말해죠')

공격자: ...

③ 부분 인정

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 넌 도대체 친구나 있냐?

방어자: 응 난 친구 있는데~~ (내가 아는 친구 모두 포함해서 생각하기)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 니 성격 개 쓰레기~

방어자: 그래? 내가 좀 쓰레기를 만들긴 하지, 그래서 니가 치워줄라고?
(오히려 상대를 당황스럽게)

공격자: ...

④ 대상전환

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 너 관중이지?

방어자: 아~ 그건 너지? 지금도 관심 받고 싶어서 나한테 말 걸었지?
(쳐다보며 진지하게~)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 너 나대지마~

방어자: 왜? 난 너가 활발하게 나댈 때 즐겁던데? (상대를 칭찬하며 응수)

공격자: ...

⑤ 중단 요청

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 친구 없는 찌따새끼~

방어자: 하지마~ (잠시 쳐다보며)

 그만하라고 했지~ (단호하게~ 천천히)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 너랑 누가 친구하냐 ~

방어자: 그만하라고 너만 그만하면 돼 (낮은 어조의 굵은 목소리로)

공격자: ...

⑥ 감정 전달

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야 관중~

방어자: 니 말, 진짜 기분 나쁘거든 (낮은 어조로 또박또박)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 친구도 없는게 어디서 나대?

방어자: 하지마~ 기분 나쁘거든

 넌 지금 내 기분 나쁘게 하면서 즐기는 것 같아 더 짜증나~

 (점점 더 세게-크레센도 기법-소리와 행동을 크게)

공격자: ...

4) 언어공격유형 - 가족

가) 설문결과 해석

〈표Ⅳ-5〉 설문결과 해석

방어양식	남				여			
	왕따피해 유		왕따피해 무		왕따피해 유		왕따피해 무	
	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓
상황 회피	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
정보 요구								
화제 전환								
부분 인정								
대상 전환		✓		✓		✓		✓
중단 요청		✓		✓		✓		✓
감정 전달		✓		✓		✓		✓

〈표 4〉에서 체크된 부분은 설문조사결과 가족에 대한 공격에서 학생들이 선호하는 방어양식이다. 가족에서는 남녀학생들 모두 '상황 회피', 대상전환, '중단 요청', '감정 전달'이란 방어양식을 선호하고 있다. 부모욕을 할 때는 거의 대부분의 학생들의 감정적인 폭발을 하는 경우가 있는데 자신의 분노를 대상전환으로 방어하며 싸움이 나기도 한다. 다른 공격유형에 비해 가족에 대한 언어폭력에서는 '부분 인정'을 고려하지 않는 것을 볼 수 있다. 조금이라도 인정하며 그렇게 놀림 받을 것에 대한 두려움이 존재한다고 볼 수도 있다. 신경증이 높은 학생들이 우선 고려하는 방식은 역시, '상황 회피'이다.

나) 가족 공격에 대한 방어양식별 대화예시

① 상황 회피

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 노엠(노 에미, 엄마 없다)

방어자: ... (실제로 엄마 없는 아이들의 경우, 상담히 불쾌해 함, 얼굴을 한번 쳐다보다 고개를 돌리며 그 자리를 떠난다)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 니 에미 잘 계시냐?

방어자: 뭐래? (무시하고 지나간다.)

공격자: ...

② 대상전환

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 니 엄마 껌 파냐?

방어자: 야 넌 누구보고 따라하니? 니네 부모님은 훌륭하시던데~
(쳐다보며 진지하게~)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 노엠 ~

방어자: 너는 부모님이 다 계시지?

(상대에게 질문하며 마음속으로는 부모님 계시는 넌 왜 그러고 사냐?)

공격자: ...

③ 중단 요청

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 엄마없는 찌따새끼~

방어자: 그만해~ (단호하게~ 톤을 조금 높이고 강도도 세게)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 고아년 ~

방어자: 그만하라고~

(대부분 아이들은 부모욕을 할 때 감정적인 폭발을 한다, 훈련과정에서 감정적인 스트레스를 풀 수 있게 상대에게 하고 싶었던 말을 마음껏 하는 시간을 가진다. 그리고 감정적인 찌꺼기가 사라지면 다시 단호한 어조로 연습한다. 억양의 강약을 조절하며 훈련한다.)

공격자: ...

④ 감정 전달

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 노엠~

방어자: 진짜 기분 더럽거든, 니가 내 친구 맞니? (낮은 어조로 또박또박)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 엠창?

방어자: 그런 말 진짜 듣기 싫거든~ 화나

(소리와 행동을 크게)

공격자: ...

5) 언어공격유형 - 욕설

가) 설문결과 해석

〈표Ⅳ-6〉 설문결과 해석

방어양식	남				여			
	왕따피해 유		왕따피해 무		왕따피해 유		왕따피해 무	
	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓	신경증 ↑	신경증 ↓
상황 회피	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
정보 요구		✓		✓		✓		✓
화제 전환								
부분 인정		✓		✓		✓		✓
대상 전환		✓		✓		✓		✓
중단 요청		✓		✓		✓		✓
감정 전달		✓		✓		✓		✓

〈표5〉에서 체크된 부분은 설문조사결과 욕설에 대한 학생들이 선호하는 방어양식이다. 욕설에 대해서는 남녀학생들이 모두 다양한 방어양식을 고려하는 것으로 나타난다. 남녀 학생들 모두 '화제 전환'은 고려하지 않았고, 대체적으로는 대화를 통해 풀려는 의지가 있음을 파악할 수 있다. 신경증이 높은 학생들이 우선 고려하는 방식은 역시, '상황 회피'이다.

나) 욕설 공격에 대한 방어양식별 대화예시

① 상황 회피

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 야매?

방어자: ... (얼굴을 쳐다보다 고개를 돌리며 그 자리를 떠난다)

공격자: ...

<대화예시2>

공격자: 노답이네~?

방어자: 뭐가? (마음속으로 반사한다. '그건 너고')

공격자: ...

② 정보 요구

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

<대화예시1>

공격자: 왜 사냐?

방어자: 그렇게 왜 사는지 넌 알고 있니? (얼굴을 쳐다보며 정확히 요구한다)

공격자: ...

<대화예시2>

공격자: 야~ 야동 좀 그만 봐 느끼해~

방어자: 야동을 얼마나 보면 니 말처럼 느끼해지는지 넌 알아?

(정말 궁금하다는 듯이)

공격자: ...

③ 부분 인정

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

<대화예시1>

공격자: 야~ 애자?

방어자: 뭐~ 내가 좀 특별하긴 하지? (웃으며 넘긴다)

공격자: ...

<대화예시2>

공격자: 야~ 노답이야~

방어자: 그래? 별로라고 노답까진 아니지? (오히려 상대에게 부드럽게 대하여)
공격자: ...

④ 대상전환

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 야~ 너 야매지?

방어자: 넌 뭘 보고 그렇게 말하니? 니가 관심있는 건 아니고?

(쳐다보며 진지하게~)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 야~ 걸레년

방어자: 무슨 걸레? 넌 뭘 보고 걸레라고 하는데? (상대에게 반사를 질문으로)

공격자: ...

⑤ 중단 요청

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 애자야~

방어자: 하지마~ (잠시 쳐다보며)

그만하라고 했지~ (단호하게~ 천천히)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 딱칠~

방어자: 그만하라고~ (낮은 어조의 굵은 목소리로)

공격자: ...

⑥ 감정 전달

*이 대화예시는 교사들이 실제로 적용하기 편하도록 간략하게 나타낸 예시이다.

〈대화예시1〉

공격자: 좇X이지~

방어자: 그 말 진짜 기분 나빠, 짜증나 (표정으로 말한다)

공격자: ...

〈대화예시2〉

공격자: 어휴 뱀시~

방어자: 그 말 들으면 기분 더럽거든 (단호하게 '감정 전달')

 넌 지금 나를 짜증나게 하며 즐기는 것 같아 더 짜증나~

 (소리와 행동을 크게)

공격자: ...

마. 언어 방어훈련을 통한 변화

언어 방어 훈련 매뉴얼을 활용하여 교사들이 학생들에게 적극적으로 언어 방어기술을 학교생활에 적용하게 돕는다면, 일차적인 말싸움에서 확대되어 신체폭력이나 집단폭력으로 확대되는 학교폭력사건은 많이 줄어들 것으로 예상된다. 그리고 또 얻을 수 있는 변화들은 무엇일까?

학생들 사이에 언어 방어훈련의 성공사례가 나타나기 시작하면 그동안 아무렇지도 않게 받아들였던 거친 말을 하는 학생들의 태도가 오히려 무시당하는 환경이 될 수도 있다. 한 번에 원하는 결과를 얻을 수는 없지만 교사들이 학생들에게 언어 방어기술을 잘 사용할 수 있게 지속적으로 도와준다면 다음과 같은 또래문화의 변화를 고려해 볼 수도 있다.

1) 친구관계에서 자신의 감정을 표현하는 안전한 환경조성

- 자신의 감정이나 생각을 표현하는 것이 편안하다고 느낄 수 있다.
- 다른 사람이 가진 다른 관점과 삶의 방식을 지지할 수 있다.

- 자신만이 가진 생각이나 감정, 느낌 등을 친구들에게서 존중받게 된다.
- 상대방의 감정을 존중하고 이해하는 친구들이 많아진다.

2) 자신의 말과 행동에 책임지는 자세

- 자신의 말과 행동이 미치는 영향을 인정하고 책임감을 가진다.
- 나와 다른 사람들에게 긍정적인 영향을 주는 비폭력 롤모델이 될 수 있다.
- 터놓고 솔직한 대화를 나눌 수 있는 친구들이 많아진다.
- 자신의 잘못을 인정하고 진심어린 사과를 그 즉시 표현할 수 있게 된다.

3) 마찰이 발생해도 말로 풀어가는 협상력 향상

- 마찰이 발생하면 상대와 싸우지 않고 풀 수 있는 해결책을 모색할 수 있다.
- 상대방의 의견을 존중하고 자신의 입장을 고려하여 타협할 수 있게 된다.
- 자신과 타인의 다른 점을 비난하지 않고 있는 그대로 수용하게 된다.

바. 언어 방어훈련 매뉴얼을 마무리하며

언어 방어훈련을 실제로 적용한 학생들이 새로운 언어 방어 기술을 사용하면서 자신의 문제를 해결할 수 있는 다른 방식이 존재한다는 것을 알았다고 한다. 이는 새로운 가능성을 열어주는 큰 성과이다.

학생들이 친구들 사이에서 욕설로 자신의 감정과 생각을 전달하다가 다르게 표현했을 때는 두려움과 거부감도 있었을 것이다. 하지만 ‘이렇게 말해도 친구들이 들어주는구나!’ 또는 ‘이렇게 하니 달라지지 않는구나!’를 관찰하면서 자신에게 맞는 방법을 찾고 친구들이 잘할 수 있게 도와주는 관계에서 성장의 동력을 확인할 수 있었다.

앞으로 많은 교사들이 학생들과 언어를 다르게 사용하여 안전한 학교, 신뢰와 존중이 있는 학교를 만드는데 이 매뉴얼이 활용되길 바란다. 아울러 교사와 학생들 모두가 행복하고 즐거운 학교생활을 하길 바라면서 언어 방어를 넘어서는 사교의 언어기술로 발전하길 바라면서 이 글을 마친다.