



남학생은 주먹다짐, 여학생은 따돌림 새 학기 친구 문제 원인과 해법은?

새 학기는 많은 것이 낯설다. 특히 갓 입학한 중학생은 낯선 학교에서 만난 친구들과의 관계에 민감하다. 또래 문화를 형성하며 평생 친구를 만드는 좋은 기회지만 사소한 말에 상처받고 또래 안에서 서열을 가리는 등 다양한 문제가 야기되기도 한다. 새 학기, 친구 문제에 현명하게 대처하는 방법은 무엇일까?

취재 이은아 리포터 identity94@naeil.com
도움말 김나영 전임상담원(한국상담대학원대학교
부설 마음지음상담센터)·한성준 교사(인천 관교중학교)
자료 <중학생 기적을 부르는 나이> <내 편이 되어줄래?>

친구 관계는 사회로 나가는 첫 발판, 정서와 성격 발달에 영향

중학생이 되면 학교생활에 가장 큰 영향을 주고받는 이가 친구다. 친구와 이야기하고 놀 때 행복하고 친구와 사이가 좋지 않으면 불행하다고 여긴다. 질풍노도의 시기인 만큼 자신의 고민이나 어려움을 부모와 교사에게 이야기하지 않고, 공감할 수 있는 친구를 통해 해결하려고 애쓴다.

한국상담대학원대학교 부설 마음지음상담센터 김나영 전임상담원은 “아동기는 부모를 통해 정서와 대인 관계가 발달한다면, 청소년기는 또래 친구와의 관계가 사회로 나가는 첫 발판이자 사회적인 관계망을 형성하는 데 중요하게 작용한다. 친구 관계가 원만할수록 정서 발달은 물론 건강한 성격과 자존감 상승, 더 나아가 학업 성취까지 올라간다”고 설명한다.

첫 중학생이 겪는 다양한 친구 문제 3월 지나 4~5월 상담 늘어

새 학기는 새 친구를 만들 수 있는 좋은 기회. 하지만 초등학교에서 중학교로 급격한 환경 변화를 겪은 중1은 낯선 학교와 친구들로 복잡 다양한 감정이 생기기 쉽다. 친한 친구와의 관계가 절실하지만 새로운 관계 맺기가 어색하고 서툴러서 다양한 문제가 나타나는 것.

인천 관교중 한성준 교사는 “각기 다른 학교에서 올라온 남학생들은 나름대로의 ‘서열 정리’를 한다. 이 과정에서 사소한 일로 다투는데 가장 큰 문제가 ‘주먹다짐’이다. 서로 다름에 대한 이해가 부족하고 갈등을 대화로 푸는 연습을 충분히 하지 않은 아이들이 갈등을 주먹으로 해결하려고 한다. 문제는 학교 폭력까지 갈 수 있다는 것이다. 이를 예방하기 위해 학기 초에 학교 폭력 예방 교육을 자주 실시한다”고 전한다.

친구 사이에 ‘따돌림’ 문제도 두드러지게 발생한다. 또래 문화를 형성하는 발달 단계상 친한 친구끼리 또래 집단을 만들어 어울리기 때문에 이에 속하지 못하면 외톨이가 될 수 있다.

김 전임상담원은 “따돌림이나 왕따 등은 여학생들에게 흔히 나타난다. 친한 친구들과 중학교로 배정되면서 자연스럽게 그룹에서 이탈하고, 홀로 다른 학교로 배정된 학생은 이미 불안한 마음이 가득한 채로 입학한다. 3월은 새로운 학교생활에 적응하면서 탐색하지만 4~5월이 되면 끝내 또래 집단에 속하지 못하거나 마음에 맞는 친구를 만나지 못한 학생들의 상담이 늘어난다”고 설명한다.

TIP

새 학기, 친구에게 다가가기 노하우

- 1 친구가 말을 들을 수 있는 적절한 상황인지 관찰한다. 친구 기분이 좋지 않거나 아직 많이 어색하고 서먹할 때는 내 이야기나 호의에 부담을 느낄 수 있다.
- 2 친구에 대한 생각이나 판단보다는 느낌을 표현한다. “너, 참 착한 것 같아”보다는 “너 마음씨가 참 따뜻하다”가 더 친근하다.
- 3 부담스럽지 않은 선에서 간단한 간식이나 작은 선물을 준비한다. 가끔은 말보다 행동이 더 영향력이 있다.

솔직한 자기표현과 ‘욱’하는 감정 다스리기

친구가 세상 무엇보다 중요한 이때, 관계 맺기에 대한 갈망이 큰 만큼, 좌절과 상처도 많이 받는다. 그 정도가 심각해 마음앓이로 남거나 전학이나 학업까지 중단하는 사태까지 생기기도 한다. 하지만 스스로 포기하지 않는 한 회복할 수 있다는 것이 전문가들의 이야기. 무엇보다 자신을 솔직하게 표현하고 ‘욱하는 순간’을 참는 훈련이 필요하다.

김 전임상담원은 “친구와의 관계 맺기를 하려면 자신의 모습을 있는 그대로 솔직하게 알리는 것이 우선이다. 특히 요즘은 SNS를 하는 친구가 많기 때문에 같은 관심사를 찾고 함께 공유하면서 친밀감을 높이기 쉽다. 단 초기부터 비밀스러운 이야기나 너무 사적인 생활을 알리는 것은 금물이다. 어느 학교 출신이고 생일은 언제인지, 가수는 누구를 좋아하는지 등 적절한 수준까지 자신을 오픈한다. 더 친해지고 신뢰가 쌓이면 좀 더 자신에 대해 공개하는 것이 바람직하다. 또한 감정 기복이 심한 학생들은 욕하는 순간을 잘 참고 넘기는 것이 중요하다. 그 순간을 참지 못해 충돌하고 폭력까지 생길 수 있기 때문이다. 욕할 땐 일단 나중에 얘기하자며 그 자리를 피하는 것이 좋다”고 귀뜸한다.

학생 스스로의 노력이 우선이지만 교사와 부모도 함께 참여하고 도와줘야 한다.

한 교사는 “학기 초부터 학급 내에 평화로운 관계 만들기 계획을 잘 세우면 친구 문제나 학교 폭력을 줄일 수 있다. 아이들과 함께 급훈을 짓고 지켜야 할 학급 약속을 정한다. 친밀감 형성을 위해 학급 단톡을 열거나 다 같이 참여할 수 있는 운동으로 단합 대화를 하는 등 학급 내 관계 개선 프로그램을 꾸준히 실시하라”고 제안한다.

부모는 이 시기 아이들에게 친구와 또래 집단의 중요성을 인정해주고 교사와의 상담을 통해 자녀의 객관적인 모습을 인지하는 것이 필요하다. 함께 몰려다니는 것을 못마땅해하거나 친구에 대해 좋지 않은 편견은 더 큰 부작용을 일으킨다. 함께 놀면서 소외되는 친구가 없는지 살펴보고, 건전하게 친구 관계를 맺도록 지지해주는 것이 바람직하다. @