초등

# 사이로 탐정 사무소 5차시 활동지

# 방관 심리 분석과 10초 방어 전략




EP. 05 10초, 나는 어떻게 할까?

이름

학년/반

**학습 목표**

1. 갈등 상황에서 주변 친구들의 행동이 어떤 영향을 주는지 알아봐요.
2. 내가 할 수 있는 작은 방어행동을 찾아 실천해 봐요.

## 사이로 탐정의 미션!

### MISSION 1 주변 친구들은 어떤 마음이었을까?

**Q1** 친구들의 행동과 생각을 알맞게 연결해 보세요.



**민호**
가짜 영상을 단체 대화방에 올렸어요.



**한결**
가짜 영상을 만들 수 있는 링크를 보냈어요.



**친구A**
이상하다고 생각했지만 아무 말도 하지 않았어요.



**친구B**
다른 친구들과 함께 웃었어요.

- ① "나만 다르게 행동하면 이상하게 볼까 봐 걱정돼."
- ② "다른 친구가 먼저 말하지 않을까?"
- ③ "장난이니까 괜찮겠지."
- ④ "링크만 보낸 거니까 괜찮겠지."

### MISSION 2 수빈이는 어떤 마음이었을까?

**Q2** 수빈이는 어떤 마음이었을까요? 수빈이의 마음에 가까운 문장에 O표 해보세요. 여러 개를 표시해도 좋아요.




- ◯ 이 영상이 더 이상 퍼지지 않았으면 좋겠어.
- ◯ 친구들이 같이 웃지 않았으면 좋겠어.
- ◯ 누군가 내 마음을 알아줬으면 좋겠어.
- ◯ 이 상황이 빨리 끝났으면 좋겠어.

**'서다'의 두 번째 단서!**

친구의 상황과 마음을 함께 살펴봐요. 친구의 입장에서 생각하면 마음을 잘 이해할 수 있어요. 공감하는 마음은 친구에게 큰 힘이 된답니다!



## MISSION 3 한 걸음 더 생각해 봐요!

망설이는 마음이 들 때, 친구의 입장에서 한 번 더 생각해 볼 수 있어요.



① "나까지 놀림받을까 봐 걱정돼."

↓

"그런데 저 친구는 혼자라고 느끼고 있지 않을까?"



② "다른 친구가 먼저 하지 않을까?"

↓

"아무도 나서지 않으면 저 친구는 더 힘들지 않을까?"



③ "어떻게 해야 할지 모르겠어"

↓

"지금 저 친구에게 필요한 것은 무엇일까?"

**'서다'의 세 번째 단서!** | 망설여질 때는 내 마음에서 멈추지 않고 친구의 마음까지 한 걸음 더 생각해 봐요.

## MISSION 4 10초, 나는 무엇을 할 수 있을까?

**Q3** **그렇다면 지금 내가 할 수 있는 행동은 무엇일까요?**
**내 마음과 친구의 마음을 살펴봤다면 이제 내가 할 수 있는 행동을 생각해 봐요.**

예시) "친구들이 웃어도 따라 웃지 않을 거예요."

**10초 룰**

짧은 순간에도 내가 할 수 있는 작은 행동이 변화를 일으킨다는 뜻이에요.
같이 웃지 않기, 상황 끊어주기, 친구에게 관심 보여주기처럼 작은 행동부터 시작해 봐요.

## MISSION 5 오늘의 사건 기록

**오늘 내가 할 수 있는 작은 실천을 적어 보세요.**

나는 내 마음과 친구의 마음을 함께 살펴보며

_____ 해 볼 거예요.

### 미션 완료!

친구들과 수빈이의 마음을 살펴봤어요.
망설여지는 순간에도 내가 할 수 있는
작은 행동을 찾아봤어요.



✓ 내 마음 알아차리기

✓ 친구의 마음 이해하기

✓ 작은 행동 생각하기

교육부 16개 시도교육청 BTF 푸른나무재단