

원격학습 기간 중 행동 지원 부모님과 보호자를 위한 지침

배경/목적

본 지침은 COVID-19로 인하여 학생들이 원격학습에 참여하는 기간 동안 적용되는 것입니다. 많은 학부모님들께서 원격학습 기간 동안 가정에서 자녀의 힘든 행동을 관리할 수 있도록 행동지원을 위한 도움을 청하셨습니다. 본 지침의 목적은 부모님, 보호자와 자녀 모두를 위한 생산적이고 안전하며 건강한 학습 환경을 돕기 위한 것입니다.

원격학습 기간 중 가정내 긍정적 행동 지원

부모님과 보호자께서는 근래의 각종 변화, 즉, COVID-19에 대한 공포 및/또는 불안, 가족 구성원의 건강과 웰빙에 대한 걱정, 모든 일상에 닥친 큰 변화 등이 우리 학생들의 학습에 어떤 영향을 주는지 깊이 고려해야 합니다. 우리는 각자의 삶에 닥친 이러한 변화에 크게 휩쓸릴 수 있으며, 그로 인하여 자녀들의 학습을 관리하고 지원하는데 어려움을 겪게 됩니다. 이럴 때일수록 교사와 보조교사들, 관련서비스 제공자들이 여러분 자녀의 학습을 지원하기 위해 협조하고 있다는 사실을 기억하고, 나 자신과 우리 자녀들에게 인내심과 애정을 보여야 할 것입니다.

귀 자녀에게 학교 출석 시 수집된 데이터를 바탕으로 행동 중재 계획(BIP)이 수립되어 있을 수 있습니다. 아직까지 이 정보를 갖고 있지 않은 가정에서는 교사에게 자녀의 BIP 접근요청을 하십시오. 학습 환경이 학교에서 가정으로 바뀐 것은 매우 큰 변화이기 때문에, 학생들이 가정에서 보이는 힘든 행동들은 학교에서 보이는 부정적 행동과는 매우 다를 수 있다는 점을 염두에 두는 것이 중요합니다. 부모님께서 계속해서 학교팀과 협력하여 자녀의 학습, IEP 목표를 향한 진척, 부정적 행동에 대처하는 방법 등에 대한 지원을 받으시는 것이 중요합니다. 자녀에게 BIP가 없다 해도 본 지침서에 나온 각종 지원 내용은 여전히 도움이 됩니다.

팀 접근법: 가정과 학교의 지속적인 연계

자녀의 현재 교사(들), 보조교사 및/또는 관련 서비스 제공자들로부터 도움을 구하십시오. 교사와 보조교사들은 전화 및/또는 화상통화를 이용하여 부모님 및 자녀와 대화할 수 있습니다. 현재 잘 되고 있는 것, 원격학습에 방해가 되는 것 등, 가정에서의 일상과 학습 환경이 어떠한지 교직원들과 공유하십시오. 이런 대화를 나눌 때, 자녀의 학습 습관은 어떤지, 선호하는 일상은 무엇인지, 좋아하고 싫어하는 것, 그리고 학교에서 효과 있었던 지원 방법은 무엇이었는지 등을 물어 보십시오. 자녀의 교사 및/또는 보조교사에게 가정에서 실행할 수 있는 유사한 지원이나 중재 방법에 무엇이 있는지 질문 하십시오. 자녀의 교사와 정기적으로 대화 및 보고할 수 있는 시간을 정해두고 가정에서의 진척을 공유하십시오.

원격학습 기간 중 행동 지원을 위한 도구 및 전략

자녀의 교사, 보조교사 및 기타 서비스 제공자들과 협의를 통해 자녀가 가정에서 원격학습을 하는 동안 행동 지원 계획을 수립하십시오. 행동은 잠재된 니즈 또는 기능을 반영할 수 있으며, 자녀가 어떤 상황에서 무엇을 원하거나 원치 않는지 말해줄 수 있습니다. 상황이 변화함에 따라 행동도 변화할 수 있습니다. 따라서 학교에서 효과 있었던 지원이나 중재라 하더라도 가정에서의 새로운 학습환경을 지원하기 위해서는 조정되거나 바꿀 필요가 있습니다. 중요한 것은 자녀가 언제 원격학습에 적극적으로 참여하려는 동기를 보이는지, 그리고 언제 학습하기 싫어하거나 불만이 있는지를 관찰하는 것입니다. 필요한 경우 자녀의 교사는 선택된 중재 방법이나 조정이 적절한지 판단할 정보를 부모님이 수집하는 것을 도울 수 있습니다.

- 매일의 일상을 커버할 체계적인 스케줄(일관적인 오전 일상, 원격학습 기간 중 수업시간, 저녁 및 밤시간)을 수립하십시오. 이 스케줄을 짤 때는 가족 전체가 참여하고, 잘 보이는 장소(예, 냉장고나 공동 장소)에 게시하십시오.
- 학습에 집중하고 과제를 마치기 위해서는 휴식을 자주 취해야 하는 학생도 있습니다. 따라서 스케줄을 짤 때는 휴식시간을 넣어서, 학생이 일과 중 휴식시간을 가질 수 있다는 사실을 깨닫고 휴식 중에 무엇을 할 수 있는지(예, 허용 가능한 선택사항을 주거나 몸을 움직일 수 있는 활동) 알도록 해 주십시오.
- 자녀에게 현실적이고 나이에 맞는 기대치를 설정하는 것이 중요합니다. 여러분의 자녀는 고유하며, 자신만의 학습 스타일과 요구가 있다는 점을 기억하십시오. 자녀의 나이를 고려하십시오. 많은 학생들이 수업 중, 특히 원격학습 중에는 가만히 앉아있는 것을 힘들어 합니다. 어린 아동일수록 몸을 움직일 수 있는 휴식시간이나 실제로 해볼 수 있는 액티비티가 학습에 도움이 되는 반면, 좀 더 나이가 있는 학생은 또래와의 상호작용이 필요할 수 있습니다. 중, 고등학생의 경우, 또래/사회는 학습에 매우 중요한 영향을 줍니다. 또래와 안전하게 온라인 대화를 할 수 있는 기회를 마련해 보십시오.
- 자녀의 IEP 에 명시된 관리 필요성(예, 언어 또는 시각적 힌트나 프롬프트, 카운트다운, 타이머 등)에 관하여 자녀의 교사와 상의하십시오.
 - ‘먼저/다음’ 보드(First/Then Board) 사용법과 예에 관해서는 부록을 참고하십시오.
 - 시각적 스케줄의 사용법과 예에 관해서는 부록을 참고하십시오.
- 과제를 자녀에게 가능하도록 소분하는 것은 교사들이 학교에서 학생의 좌절을 감소시키고 성공을 지원하기 위하여 종종 사용하는 전략입니다. 과제가 여러 부분으로 구성된 경우 일단 자녀와 함께 과제의 한 부분만 완성하도록 목표를 정하고, 자녀가 정보를 처리하고 답을 구성할 수 있는 시간을 준 후, 명확한 설명을 제시하십시오. 이 때도 역시 자녀의 교사, 보조교사, 서비스 제공자들과 의논하십시오.
- 자녀의 행동이 견잡을 수 없어지면 (예, 감정폭발, 비명, 좌절 표현, 차단/위축) 스스로 감정을 다스릴 시간을 주고 안정될 수 있는 시간과 공간을 제공하십시오. 이 때 부모님은 선불리 판단하지 말고, 톤을 높이지 않은 차분한 목소리로 대화해야 합니다. 반면 자녀가 학습에 흥미를 보이고 적극 참여하면 기회를 놓치지 말고 구체적인 칭찬을 해줘야 합니다. 자녀가 옳은 일을 하고 있을 때, 또는 “착할” 때를 놓치지 마십시오. 일관성이 중요합니다.
- 선택을 제시할 때에는 부모님도 수용할 수 있는 범위의 제한된 숫자를 주십시오. 이렇게 하면 자녀도 스스로 권한이 있다는 느낌을 가지면서, 권력 갈등을 감소시킬 수 있습니다. 예를 들어 자녀가 방 청소를 하길 원하면 어떤 물건을 먼저 치울 것인지 선택하게 하고, 일을 다 마치면 칭찬이나 상을 주십시오.
- 침착 하십시오 – 부모님은 자녀에게 자기 통제의 모범이 될 뿐만 아니라, 함께 문제를 해결할 수 있다는 믿음을 갖게 하는 존재입니다. 자녀의 행동에 적절한 벌을 줄 필요가 있더라도, 향후 자녀에게 원하는 바람직한 행위를 교육하는 의미 있는 방법으로 이행되어야 합니다.
- 이 기간 동안, 여러분 자신에게 친절하고 스스로를 잘 돌보는 것을 잊지 마십시오. 오늘 하루, 학습이 잘 진행되지 않았다 하더라도 잘된 것에만 집중 하십시오. (그래도 잘 된 것이 있었어! 비록 그렇게 느껴지진 않지만.) 내일은 또 새로운 날이고, 다시 시도하고 변화를 가져올 수 있는 날입니다. 여러분과 여러분 자녀를 지원하는 팀을 활용하십시오. 자녀의 교사와 보조교사, 관련 서비스 제공자들에게 아이디어를 구하고 도움을 청하십시오.

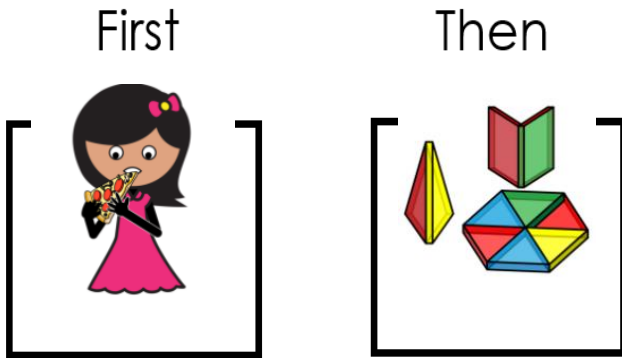
부모님들이 원격학습을 지원할 수 있도록 돕는 자료들
원격학습 지원을 위한 자료 부록

먼저/다음 보드(First/Then Board)

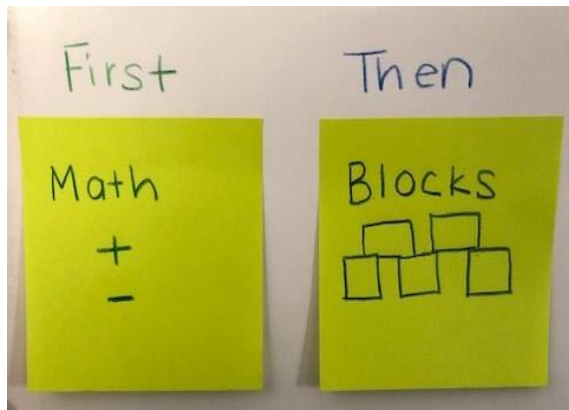
활용법: 먼저/다음 보드는 시각 지원 자료로서, 두 가지 과제의 순서를 알려주기 위한 것입니다. 먼저/다음 보드는 어려운 과제를 부분별로 나누는데 도움이 되며, 자녀가 차후 좋아하는 활동이나 보상이 따를 것이라는 사실을 알게 하여 싫은 과제(예를 들어 학과목 숙제나 집안일)를 먼저 할 수 있도록 동기를 부여합니다.

먼저/다음 보드(First/Then Board)는 무엇입니까?

먼저/다음 보드는 간단한 시각적 도구로서 스케줄을 알려줄 때 사용합니다. 먼저/다음 보드는 자녀가 어떤 액티비티를 완료하는 것을 돕는데 사용될 수 있습니다. 이 때, “먼저”는 자녀가 덜 선호하는 액티비티 또는 부모님이 자녀에게 하도록 요청하는 활동이 될 수 있습니다. 그리고 “다음”은 좋아하는 액티비티 또는 자녀가 선택한 것이나 보상이 될 수 있습니다. 여기서 중요한 것은 자녀가 하기 싫어하는 과제/액티비티를 완수한 후에 자신이 선호하는 액티비티를 하거나 물건을 가질 수 있다는 점을 알려주는 것입니다.



집에서는 이것을 어떻게 만들 수 있나요?



먼저/다음은 말로 하거나 그림으로, 아이패드, 화이트보드, 또는 종이에 써서 보여줄 수 있습니다.



이것을 어떻게 가르칠까요?

- “먼저” 그리고 “다음” 활동을 나타내는 그림을 그리거나 단어를 적으십시오. 이것을 자녀 앞에 놓고 “먼저 _____, 다음 _____” 이라고 말로 하십시오. 그림/단어를 직접 손가락으로 짚어가며 말하는 것이 도움이 될 수 있습니다.
- “먼저” 과제가 끝나면 다시 보드를 가리키며 “_____를 다 했구나, 이제 _____!”라고 말하십시오. 이 때, 부모님이 아주 신난 것처럼 말하는 것이 도움이 될 수도 있습니다- 자녀가 과제를 완수했으니까요! 그림을 얹어놓거나, 활동을 적은 단어에 체크 표시를 하거나, 선을 그어 지우는 등, 어떤 액티비티의 완료를 시각적으로 상징할 수 있습니다.

몇 가지 유용한 정보:

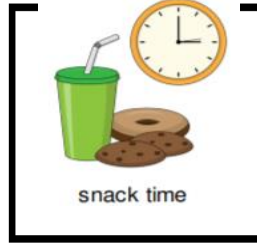
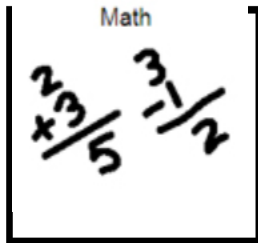
- 먼저/다음 보드를 자녀가 좋아하고 성공적으로 할 수 있는 과제에 먼저 적용하는 것이 도움이 될 수 있습니다. 가령, 먼저: 점심식사 - 다음: 블록 쌓기 놀이. 이렇게 하면 자녀가 먼저-다음 이라는 개념과 어떤 일의 순서를 이해하는데 도움이 됩니다.
- 먼저/다음 보드는 선제적으로 활용할 때 가장 큰 도움이 됩니다. 즉, 자녀가 하기 싫어하는 과제나 액티비티를 언급하기 전에 이 보드를 먼저 보여주세요. 그림을 얹어놓거나, 활동을 적은 단어에 체크 표시를 하거나, 선을 그어 지우는 등, 어떤 액티비티의 완료를 시각적으로 상징할 수 있습니다.
- 자녀가 스케줄을 따르는 데 어려움을 겪거나 어떤 액티비티를 시작하기 꺼려하면, 다시 보드를 가리키십시오. 보드를 가리키며 “먼저 _____, 다음 _____” 이라고 말하십시오. 간단한 지시어를 사용하고 보드에 집중하십시오(행동에 집중하는 대신).
- 심호흡을 하고 나만의 시간을 갖도록 하십시오! 지금은 힘든 시기이며, 여러분은 최선을 다하고 있습니다!

시각적 액티비티 스케줄

활용법: 시각적 액티비티 스케줄은 일련의 활동이나 사건을 시각적으로 보여주는 것을 말합니다. 시각적 스케줄은 일상을 체계화하는 것을 돕고, 전환을 더욱 예측 가능하게 하며 독립성 증대에 도움이 될 수 있습니다.

시각적 액티비티 스케줄이란 무엇입니까?

시각적 액티비티 스케줄은 자녀가 하루 동안 해야 하는 여러 활동이나 일을 일련의 그림으로 보여주는 것입니다. 시각적 액티비티 스케줄은 일상을 체계화 하고, 자녀가 다음에 무엇을 해야 할지 미리 생각하게 함으로써 각 활동간의 전환을 수월하게 하며, 다음 활동에 대한 불안감을 이완시키는데 도움이 됩니다.



집에서는 이것을 어떻게 만들 수 있나요?

시각적 액티비티 스케줄은 아이패드나 컴퓨터, 화이트보드, 또는 종이나 펜을 이용해 만들 수 있습니다. 준비물을 모은 다음, 액티비티를 어떻게 세분화 할 것인지 그리고 세분화된 것들을 어떻게 상직적으로 나타낼 것인지 결정하십시오. 예를 들어, 아주 어린 아동에게는 사진이나 일러스트레이션, 또는 실제 물체를 활용하는 것이 최선일 수 있습니다. 그 밖의 다른 학생의 경우, 간단한 형태의 인물과 선으로 그린 드로잉으로도 충분할 수 있습니다.



이것을 어떻게 가르칠까요?

- 스케줄을 알려주거나 복습하고자 할 때는 이렇게 말하십시오. “오늘 스케줄을 확인해 보자. 먼저 _____을 하고, 다음엔 _____, 그 다음엔 _____ 그리고 끝으로_____”. 이것을 하나씩 말할 때마다 각 아이টে를 손가락으로 짚어가며 하는 것이 도움이 됩니다.
- 많은 학생들은 스케줄 작성에 직접 참여하는 것도 큰 도움이 됩니다. 자녀가 액티비티를 직접 고르거나, 액티비티를 하는 순서를 정하게 하는 것은 동기부여가 되고 스케줄을 더 잘 지킬 수 있는 활력소가 됩니다.

- 또한 어떤 활동의 완료를 나타내는 방식을 자녀와 함께 결정하는 것도 도움이 될 것입니다. 액티비티 옆에 체크 표시를 하거나, 줄을 그어 지우거나, 그림을 얹어놓는 등의 방식으로 할 수 있습니다. 어떤 액티비티가 완료되면 이렇게 말하십시오. “참 잘했어 _____! 다했구나____, 그럼 이제 _____.”

몇 가지 유용한 정보:

- 스케줄은 자녀가 항상 잘 볼 수 있는 가까운 장소에 보관하십시오.
- 자녀가 그림을 손으로 가리키거나 다음에 해야 할 액티비티를 직접 말하게 함으로써, 본인의 스케줄을 모니터하게 하십시오.
- 때로는 변수가 있습니다! 변수가 생길 때에는 자녀가 직접 액티비티를 재정비하게 함으로써 스케줄 변화에 참여하게 하십시오.
- 자녀가 스케줄을 잘 따르면 칭찬해 주고, 전체 스케줄을 다 완수하면 동기부여가 되는 보상을 반드시 하십시오.