



Cultural Bridges

학부모들이 이사과학군에 관련된 정보를 찾는데 도움을 주는 정보 KOREAN



교육의 혁신

3 페이지

대학에 가지
않으면, 케첩
아니면 겨자이다!

10 페이지

모든 백인
가정과
백인이 아닌
가정에게

18 페이지

독자 여러분,

저는 요즘 그 어느 때보다도, 우리 아이들이 안전하게 수준 높은 교육을 받을 수 있도록 학부모님, 교육자들, 지역민들이 보여주시는 끈기, 열정과 재능에 감탄하고 있습니다. 저는 이 여정이 쉽지 않았다는 것을 잘 알고 있으며, 또한 모든 학생들을 포용하는 공평한 온라인 수업이 되기 위해서는 아직도 해야 할 일들이 많다는 것을 잘 알고 있습니다. 저희는 전례가 없는 시기를 살고 있습니다: 아무리 짙은 어둠 속에서도 실낱같은 빛(희망)이 있다는 말이 있습니다. 어떤 아이들에게는 지금이 새로운 열정과 재능을 발견하기에 좋은 시간이 될 수도 있습니다. 아이들은 이런 시기 동안 자신의 직관과 호기심을 발휘하여, 관심이 가는 활동 및 성공적인 행복한 삶을 향한 자신만의 진로를 찾는데 도움을 주는 활동을 생각해볼 수 있을 것입니다.

10 페이지에서, Gibson Ek 학생인 네이션 그래함은 고등학교 시기는 진로옵션을 탐색하는 시기라고 말합니다. 그래함은 학생들에게 잘못된 희망을 주어, 4년제 대학을 위한 거액의 학자금 융자와 잠재적으로 행복하지 않은 미래로 인도하는 것에 대한 우려를 표했습니다. 그가 자신의 아이디어를 편하게 공유하고, 우리 아이들이 고등학교를 선택할 때 Gibson Ek 라는 옵션이 있다는 사실은, 우리 학군이 학생들 스스로 자신들의 진로를 결정하는 성공적인 혁신가를 만들도록 부단히 노력하고 있다는 것을 보여줍니다.

저희는 또한 더욱 더 문화적으로 민감해질 수 있는 방법을 모색하고 있습니다. 이번 호에서는 모델링과 대화를 통해 문화적 역량을 키우고, 우리 아이들에게 힘을 실어주는 방법에 관한 이야기들을 찾아보실 수 있을 것입니다.

컬추럴 브리지는 학군을 도우면서 부족한 부분을 채워왔으며, 마리솔 비씨의 리더십 아래 큰 성장을 해왔습니다. 이번 달에, 마리솔은 이사과사에서 새로운 직무를 맡게 되면서, 저희 학교재단에서 사임합니다. 지금까지 수고해주신 마리솔에게 감사의 마음을 전합니다. 저는 개인적으로 마리솔과 함께 수년동안 함께 일해 왔던 것을 축복이라고 생각합니다. 마리솔은 떠났지만, 다양한 배경의 모든 사람들을 포용하고 환영하는 커뮤니티를 만들기 위해, 저와 마리솔은 어떤 식으로든 함께 일할 것이라는 걸 압니다. 마리솔이 떠나며 소감을 전했습니다. “떠난다고 생각하니 슬퍼지고, 만감이 교차합니다. 이 프로그램에 제 전부를 바쳐왔으며, 우리 잡지의 가능성을 믿고, 더 훌륭한 일들을 해낼 것이라고 믿고 있습니다.”

저는 차기 컬추럴 브지 프로그램 매니저로 일하게 된 걸 아주 영광으로 생각합니다. 저는 최선을 다해 마리솔이 이룬 업적을 이어가도록 하겠습니다. 저는 우리가 하는 일에 열정을 가지고 있으며, 이사과 학교 재단에서 다양성을 갖춘 우리 커뮤니티를 계속해서 지원할 기회를 주셔서, 아주 감사히 여기고 있습니다.

저희 잡지를 통해 영감을 받으시길 바랍니다! 풍성하고 계획적인 가을이 되시기를 바랍니다!
Alicia Spinner



ALICIA SPINNER
프로그램 매니저
alicia@isfdn.org

KELLY BURCH
표지 사진 촬영

LIZ ST. ANDRE
영어 에디터

NANA TSUJINO
일본어 번역

NORMA RODRIGUEZ
스페인어 번역

SEONYOON KO
한국어 번역

YANA ALENTYEVA
러시아어 번역

YINGYING CUI
중국어 번역

TRAM PHAM
베트남어 번역



Facebook@
CBforeducation

“좋아요”
눌러주세요.



**ISSAQUAH
SCHOOLS
FOUNDATION**

이사과 학교재단	3
이사과 학군	5
유치원	6
초등학교	7
중학교	8
고등학교	10
학사일정	12
도움이 되는 네트워크	14
문화 연계성	18



Cultural Bridges

Issaquah Schools Foundation

다문화 가정들과 그들의 자녀들을
이사과 학군과 광범위한
이사과 커뮤니티로 연결하여
소통과 관계 형성을 돕습니다.

이 잡지의 자원은
컬추럴 브리지 프로그램을 통해
이사과 학교 재단의
후원으로 제공됩니다.
이사과 학교 재단에 기부해 주신
저희 잡지 독자 여러분들,
학부모님들, 커뮤니티 일원들에게
감사의 말씀을 드립니다!
웹사이트:isfdn.org
를 통해 기부해 주세요.

잡지를 PDF 포맷으로 받아 보길
원하시면 culturalbridges@isfdn.org
으로 이메일을 보내주세요. 원하는 언어
(스페인어, 영어, 중국어, 한국어)를
지정해 주세요.

이 잡지의 저작권은 컬추럴 브리지가 가지고 있습니다. 컬추럴 브리지 잡지는 이사과학군에 배포되는 무료 커뮤니티 잡지이며 이사과학교재단 (ISF)의 후원으로 발간됩니다. 이사과학교재단의 미션은 교육, 건강, 영양, 시사 및 이사과시의 다양한 문화 등에 관한 토픽을 다루어 지역 구독자들의 삶의 질을 향상시키는 정보를 제공하는데 있습니다. 컬추럴 브리지 교육(Cultural Bridges for Education)은 잡지에 포함된 광고나 기사 내용의 견해를 반드시 승인하거나 대표하는 것은 아닙니다. 또한 컬추럴 브리지는 잡지에 광고된 어떤 제품이나 서비스에 대해 책임지지 않습니다. 이 잡지의 일부는 사전승인이 요구되는 경우 재생, 번역, 또는 재발간되었을 수도 있습니다..

교육의 혁신

이사과학군에 여러분의 자녀들을 믿고 맡겨 주셔서 감사합니다.

이사과학재단은 지난 33년동안 학생들이 자신들의 잠재력을 최대한 발휘할 수 있도록 모든 자원을 제공해왔습니다. 현재의 교육환경이 사뭇 다르지만, 저희 재단의 미션과 우리 학생들에 대한 후원을 제공하는 일에는 변함이 없습니다. 모든 학생은 최고의 교육을 받을 권리가 있습니다! 이사과학군은 코로나-19 팬데믹으로 인해 발생한 교육환경 변화에 맞춰, 우리 학생들과 교사들이 필요로 하는 도움을 적재적소에 제공하기 위해 노력하고 있습니다.

- 이런 경제적으로 어려운 시기 동안, 저희는 지역사회 파트너들과 공조하여 학생들에게 학년에 맞는 적절한 학용품 배낭을 1,000개 이상 무료로 제공하는 한편, 식량난을 겪고 있는 가정들에게 제공할 음식자원들도 모색하는 등 학생들이 기본적인 지원을 받을 수 있도록 노력하고 있습니다.

- 재단은 공평한 교육자원의 접근이 학생의 성공에 핵심적 요소라고 믿습니다. 저희는 테크놀로지와 디지털 자원의 수요 폭증에 대응하여 헤드폰, 작은 책상 지원, 온라인 학습 포털인 Clever 와 Canvas의 로그인 도움을 제공하며, 유치원 -12학년 대상으로 온라인 읽기/쓰기 프로그램인 Reading A-Z by RazKids(초등학교), Newsela(중학교), No Red Ink(고등학교)를 제공하고 있습니다.

- 저희는 학습을 좀더 쉽게 하기 위해 이런 자원들의 제공이 중요하다고 생각합니다. 저희는 학군과 긴밀히 협력하면서 대면 수업 및(또는) 버추얼 학습지원 옵션을 제공함으로써 학습 장애 및 과제물/숙제로 받는 개개인의 부담을 줄이고자 노력하고 있습니다. 재단 웹사이트의 Parenting Toolbox을 통해 유용한 정보, 아트 레슨을 포함한 아트 지원, 홈스쿨에 필요한 지원을 제공하고 있습니다.

- 학생들 및 학부모들이 받고 있는 정신적/감정적 스트레스(피해)가 아주 큼니다. 저희는 스트레스, 불안증, 자살방지, 인종차별로 인한 트라우마를 주제로 강사 초빙 및 워크숍을 주최하여 학생들 및 학부모들을 교육하고 적절히 대처할 수 있도록 도움을 줍니다.

- 저희 재단이 지원하는 교사 보조금, 교직원들을 대상으로 하는 전문성 개발 교육은 학생들이 비대면 및 대면 수업환경에서 새로운 방법/도구를 이용하여 잘 배울 수 있도록 도움을 줍니다.



보조금(그랜트)을 신청하세요!

이사과학군의 교사, 직원 및 행정부서는 이사과학재단에서 제공하는 보조금을 신청할 수 있습니다. 이런 보조금들은 학생들의 학습 환경을 향상시키고 교육의 필요한 혁신에 대응하는 프로그램들에 쓰여집니다.

일반 가정과 PTSA 회원이라면 누구나 교사/교직원의 승인이 있는 경우 교사/교직원을 대신하여 보조금을 신청할 수 있습니다. 현재 보조금 신청은 마감되었으나, 11월에 다시 신청할 수 있습니다.





메디컬 홈

병원과 클리닉 그 이상의 곳으로 여러분의 이름부터 가족이 필요한 모든 것을 알고 있습니다.
아이들을 활동적으로 만들고, 청소년에서 대학생까지의 성장과정도 함께 합니다.
삶을 더욱더 편리하게 하며, 건강한 커뮤니티를 함께 만듭니다.

SWEDISH ISSAQUAH

751 NE Blakely Drive
Issaquah, WA 98029
425-313-4000

www.swedish.org/issaquah-kids



SWEDISH

Issaquah

학부모 패널

로나 길모어
이사와학군 에퀴티, 패밀리 파트너십 스페셜리스트

이사와 학군의 문화적 다양성이 더욱 더 커지고 있습니다. 2001년도에는 학군의 85%가 백인 학생이었고, 15%가 유색인종 학생이었습니다, 15%가 유색인종 학생이었습니다. 현재는 약 50%가 백인 학생이며, 나머지 50%는 유색인종.



학생입니다. 이사와 학군은 이런 학생인구의 변화를 인식하고, 교사-교직원들을 대상으로 다문화에 관한 관심, 정보, 기술적인 면을 높이기 위한 트레이닝을 통하여 모든 교직원이 문화적 유능함을 갖추도록 최선을 다하고 있습니다. 우리 교사의 약 90% 이상이 백인이고, 이들 대부분은 미국내에서 교육을 받았습니다. 이런 이유로 학군은 교사들이 여러 나라의 학교시스템에 대해 배울 수 있는 다양한 기회를 제공하고 있습니다.

교사를 대상으로 하는 전문성 개발 교육(각 학교마다 주로 수요일에 진행합니다)은 다양한 문화에 대한 인식 및 지식을 습득할 수 있는 좋은 기회 중의 하나입니다. 이사와 학군의 여러 학교에서, 학부모 패널들이 다문화에 관한 프레젠테이션을 제공하고 있습니다. 학부모 패널들은 중국, 인도, 한국, 멕시코, 콜롬비아, 덴마크, 우크라이나 등의 나라에서 유치원부터 12학년까지의 교육을 받은 부모들로 구성되어 있습니다.

학부모 패널 세션에서는 미국과 비교하여 각국의 학교 시스템에 대해 질문하고 토론합니다. 학부모-교사간 소통방법의 차이점과 학급 및 학교에서 따라야 하는 행동규범, 그 뿐만 아니라 숙제, 시험, 성적에 관한 차이점에 관해서도 설명합니다. 이런 정보는 교사들에게 문화적 다름에 관한 인식을 높이는데 큰 도움을 주었습니다.

예를 들어, 아시아 국가에서는 성적으로 순위를 매기고, 이를 공개하는 것은 아주 흔히 있는 일(동양인 부모가 교사와 상담할 때 “저희 아이가 학교에서 잘 하고 있나요?” 또는 “이번에 학급에서 몇 등을 했나요?”라고 교사에게 질문을 하면, 교사들은 왜 부모가 이런 것들을 물어보는지 의아해합니다. 이것이 바로 문화적 이해의 단절입니다. 미국에서는 성적을 학년 전체로 순위를 매기지도 않고, 개별 학생의 성적을 공고하지도 않습니다.

다른 예를 들면, 학생들의 수업 참여 방법에도 미국과 다른 나라들 간에 큰 차이가 있습니다. 미국에서는 학생들이 수업시간에 적극적으로 참여하고, 배우는 내용에 대해 궁금한 점이 있으면, 그에 대한 질문, 비평과 토론을 적극 권장합니다. 이런 유형의 상호 작용 교육의 목표는 학생들이 공부하는 방법을 배우는데 도움을 주는 것입니다. 하지만, 다른 나라에서는 교육은 지식의 축적, 사실 및 정보 습득으로만 여겨지고, 시험을 통해 지식습득의 이해도를 측정합니다. 다른 나라에서는 수업시간에 토론하거나 질문하는 것이 흔하지 않다고 합니다. 일부 국가에서는 학생들은 수업시간에 정숙해야 하고, 질문이 금지되어 있다고 합니다. 사실상, 학생의 질문은 교사에게 무례를 범하는 것으로 여겨진다고 합니다.

학부모 패널들은 교사들이 다양한 문화적 배경을 가진 우리 학생들을 더 잘 이해할수 있게 도움을 주었습니다. 문화에 관한 지식과 인식은 교사들이 학생들을 가르치는데 필요한 새로운 기술을 가지게 만들고, 또한 학부모와의 소통에도 도움을 주었습니다. 학부모 패널들은 교사와 학부모가 함께 소통하는 장을 만들었고, 학부모와 교사간의 상호 신뢰를 구축하는데도 도움을 주었습니다.

학부모 패널들은 교사들이 다양한 문화적 배경을 가진 우리 학생들을 더 잘 이해할수 있게 도움을 주었습니다. 문화에 관한 지식과 인식은 교사들이 학생들을 가르치는데 필요한 새로운 기술을 가지게 만들고, 또한 학부모와의 소통에도 도움을 주었습니다. 학부모 패널들은 교사와 학부모가 함께 소통하는 장을 만들었고, 학부모와 교사간의 상호 신뢰를 구축하는데도 도움을 주었습니다.

2020년 학부모 패널 행사 일정

Beaver Lake - 11월 18일, 오전 8시
Grand Ridge - 1월 20일, 오후 2시

Creekside - 3월 24일, 오후 2시
Newcastle - 4월 14일, 오후 2시

위의 리스트에 자녀의 학교가 없지만 토론회 참가를 원하신다면, 로나 길모어에게 이메일 하세요: gilmourl@issaquah.wednet.edu

자녀가 이중언어를 구사하고, 이중언어로 읽기/쓰기를 잘 할 수 있도록 지원하는 방법

질 클론, NBCT, RPCV
이사과학군 중/고등부 ELL스페셜리스트

6

다국어를 배우고 있는 자녀를 돕는 첫번째 방법은 몇 가지 일반적인 이사과 학군 용어를 이해하시는 것입니다.

- **ELL:** 영어 언어 학습자
- **다국어 학습자:** ELL 수업을 듣는 학생, 이중언어 학습자(Clark & IVE, 유치원 과정); 이중언어를 사용하지만, ELL교육 서비스를 받고 있지 않는 학생.
- **구두 언어 발달:** 다양한 문장에서 말하기와 듣기를 연습한다; 의미 있는 소통에 중점을 둔다.
- **생활 언어:** 기초적인 대화에 쓰여지는 언어; 가족과 친구들에게 흔히 사용되는 일상 회화.
- **학습용 언어:** 학교에서 사용되는 언어; 직업적 언어는 물론 학습교재나 작문에 쓰이는 격식을 갖춘 언어
- **자산: 언어 개발을 부족한 것(예: 이 학생은 영어의 ___ 부분이 취약합니다.)**으로 보는 것이 아니라, 학생이 언어들을 다양한 맥락에서 자산으로 여기고(언어 교차 사용도 포함), 존중하는데 중점을 둔 마음 가짐
- **언어교차사용(Translanguaging):** 다중언어를 넘나들며(주로 동시적으로 이루어짐) 대화하는 절차. 개인적인 언어 능숙도에 따라 달라지며, 또한 개별 언어의 능숙도에 따라 달라지기도 합니다.


집에서 이중 언어 사용을 도울 수 있는 방법은 무엇입니까?

대화를 통해, 자녀가 학습한 내용이나 일상생활에 필요한 것을 소통할 기회를 주세요. 이렇게 하면, [사회 및 학업]에 필요한 일상언어(구어)의 발달과 자기 주장, 언어선택, 이중언어의 읽기/쓰기능력 발달에 도움이 됩니다. 어떤 언어로 대화할 것인지는 자녀의 선택에 맡기세요 (특히 부모가 다중언어 구사자인 경우에는 더욱 중요합니다).

다중언어를 구사하는 가정에서, 자녀의 성공적인 언어발달을 돕기 위해서 할 수 있는 가장 중요한 일은 무엇인가요?

모국어로 책 읽기입니다. 이것이 다른 언어의 읽기/쓰기 능력 및 언어구사 능력으로 연결됩니다. 책읽기는 책을 읽은 후 모국어로 읽은 내용에 대해 말하고, 큰소리로 함께 읽는 활동(페이지를 정해서 교대로 책 읽기)을 포함합니다.

또한 모국어로 학교에서 배운 내용에 대해 대화를 나누세요. 이런 대화는 모국어뿐만 아니라 다른 언어의 사회 및 학업적인 언어를 능숙하게 개발하는데 중요한 역할을 합니다. 이런 활동은 뇌를 자극하여 세포간 연결을 많이 만들어, 학업에 필요한 언어를 영어로 배우는데 도움이 됩니다. 이것이 모국어를 유창하게 하는 부모가 자녀에게 해 줄 수 있는 유일한 도움입니다.



자녀들에게 모국어로 책을 읽어주는 것은 자녀의 읽기 능력 향상에 도움을 줍니다!

CLEVER - SEESAW

Clever

Clever는 온라인 단일 계정 로그인 통합 포털사이트이며, 초등학교 학생들에게 다양한 커리큘럼 툴과 테크놀로지 자원을 제공합니다. Clever를 이용하면 여러 개의 아이디와 비밀번호를 외울 필요가 없습니다.

온라인 수업을 지원하기 위해, 모든 교사는 학생들의 학습을 관리/지도하는 Clever 페이지가 있습니다. Clever를 통해 다양한 툴에 액세스할 수 있습니다.

실시간 수업 참여, 녹화된 수업 보기 및 다양한 학습 활동 제공은 Seesaw/또는 Teams를 통해 진행됩니다.

Clever는 Zearn(수학), Quaver(음악), 그 외에도 다른 교육 테크놀로지 툴을 제공합니다.

모든 학생은 Clever 아이디(username)가 있으며, Clever 로그인 후 다른 프로그램에 바로 접속이 가능합니다. 학생의 Clever 아이디는 성(last name)의 첫 네 글자 + 이름(first name)의 첫 세 글자 + 졸업 연도(두 자리)입니다. 학생들의 비밀번호는 7자리 학생ID번호입니다.

예를 들어, 학생 이름이 John Smith이고, 졸업예정 연도가 2030년일 경우 아이디(username): SmitJoh30
비밀번호: 7자리 학생 ID 번호입니다.

학생ID번호는 Family Access 사이트에서 확인하세요:
<https://www.issaquah.wednet.edu/family/FamilyAccess>
Clever에 로그인하신 후, Seesaw 아이콘을 클릭하세요.



Seesaw 가 뭐가요?

Seesaw는 학군이 제공하는 안전한 온라인 사이트로 학생들이 교사의 공지를 확인하고 강의 비디오를 보고, 저널을 올리고, 학습관련 활동 과제를 하는 곳입니다. 학생이 Seesaw에서 학습활동을 마치면, 담당 교사와 부모가 로그인 하여 학생들이 열심히 작업한 과제를 확인할 수 있습니다!

학생들은 어떻게 클래스룸(교실) 페이지를 볼 수 있나요?

학생들은 자신의 계정에서 담당 교사의 Seesaw 클래스는 물론이고, 음악, 체육과 도서관 수업에 접속할 수 있습니다.

학생은 먼저 과목을 선택한 후 숙제/과제물 하는 것이 중요합니다.

Seesaw에서 학생들이 할 수 있는 일은? 학생은...

- Seesaw 러닝 툴을 이용하여 자신의 저널 올리고
- 선생님이 내준 과제를 확인하고 숙제하고
- 교사가 게시한 공지 확인하고
- 과제 제출시 자신의 의견이나 생각 추가할 수 있습니다.

할당된 학습 과제는?

각 과목에 따라 선생님은 학습관련 과제를 내주고, 해야 할 과제가 있는 경우 학생들은 알림(notification)창에서 확인할 수 있습니다.

*이것은 학부모 앱에서는 보이지 않습니다.

과제를 하기 위해서는...

“Activities(과제)” 탭을 클릭하면 각 과목마다 주어진 과제를 확인할 수 있습니다. in. [+Add Response] 버튼을 클릭합니다.

과제 방법을 읽거나 듣습니다.
과제를 마칩니다.

자신의 저널에 완료한 과제를 제출하기 위해서는 반드시 녹색 체크마크(과제 우측상단에 위치한)를 클릭해야 합니다.

위의 설명대로 과제를 올렸는데 포스팅한 과제가 보이지 않는다면, 선생님이 아직 과제물을 확인하지 않은 상태입니다. 하지만, 곧 확인할 것입니다.

과제물을 제출하는 방법은? 학생은 자신들이 마친 과제/숙제를 다양한 툴을 이용하여 제출할 수 있습니다. 어떤 경우에는 과제물을 하는 세부 방법이 지정되어 있기도 하고, 또는 아래의 과제 제출 도구를 이용해야 하는 경우도 있습니다:

- 사진-사진을 찍어서 포스팅하기
- 그리기- 화이트 보드를 이용할 때처럼 그림을 그리거나 글을 쓰기
- 동영상- 비디오를 녹음하여 포스팅하기
- 업로드- 만들어 놓은 사진이나 비디오 업로드하기
- 노트- 메시지를 작성하여 올리기
- 링크- 관련된 링크 올리기

과제물을 성공적으로 제출하기 위해서는 반드시 녹색 체크마크를 클릭하세요

Seesaw에 관한 질문이 있으시면 담임 선생님에게 직접 연락하시거나 웹사이트를 참고하세요: <https://www.issaquah.wednet.edu/district/departments/Technology/elementarylogin>
평생 교육을 위한 학교 커뮤니티 형성을 위해서는 학부모님들의 도움이 절실합니다!

ISD 웹사이트에 게재된 로빈 월의 문구를 발췌했습니다.



CANVAS



Canvas는 이사과 학군이 6-12학년 학생들에게 제공하는 온라인 학업 관리 시스템입니다. 학생들은 캔버스를 통해 전과목의 학습 내용을 확인하고, 과제물 제출은 물론, 교사와 급우들과 소통할 수 있습니다.

Canvas학생 로그인

아이디(Username): 학교 네트워크/컴퓨터 로그인과 동일: 성(last name)의 첫 네 글자 + 이름(first name)의 첫 세 글자 +졸업 연도(두 자리)
예를 들어, 2026년도에 졸업예정인Jane Smith의 경우, 아이디: smitjan26

비밀번호: 7자리 학생 ID + ISD

학부모 Canvas

학부모는 Canvas에서 관찰자 모드로 학생의 수강 과목을 확인할 수 있습니다.

학부모 Canvas 로그인

아이디(Username): Skyward에서 사용하는 이메일

처음 로그인 하시나요? "Forgot Password"를 클릭하시고 비밀번호 재설정 절차를 따라하세요.

로그인에 도움이 필요하시면 canvashelp@isfdn.org로 이메일 하세요

이사과 학군은 학생, 교직원 및 가정들에게 정확하고 안정적인 디지털 학습 플랫폼을 제공하고자 최선을 다하고 있습니다. Canvas는 학생들이 학습 경험을 효과적으로 할 수 있게 돕는 학업 관리 시스템입니다. 학생들은 Canvas의 Dashboard에서 수강 과목 목록을 볼 수 있습니다.

학생들은 Canvas를 통해서 다음과 같은 내용들을 확인할 수 있습니다:

- 각 과목의 교사 정보, 수업계획서와 수업 준수사항에 관한 정보
- 실시간으로 온라인 수업에 참여
- 수업에 참석하지 못한 경우에는 녹화된 수업 동영상과 강의 비디오 보기
- 개별 과목의 과제 정보, 과제 방법 등을 알아보고, 과제 완료 및 제출
- 캘린더를 통해 전과목의 과제 마감일 확인

더 자세한 내용은 아래의 웹사이트를 참고하세요:

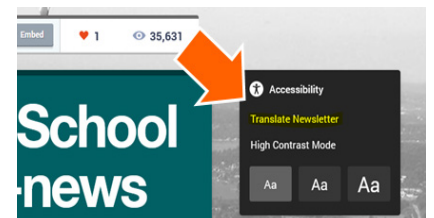
<https://www.issaquah.wednet.edu/district/departments/Technology/canvas>

테크놀로지 지원 라인

학군의 테크놀로지에 관한 기술적 문제가 있으면 이사과학군 테크놀로지 지원라인으로 전화(425-837-6371) 하세요.

영어 이외의 언어로 정보를 받을 수 있나요?

학군 웹사이트나 자녀 학교의 웹사이트에서 원하는 언어를 선택하시면 됩니다. 학군 웹사이트의 우측 상단에 있는“select language(언어 선택)”탭을 눌러주세요. 원하는 언어를 선택하시면 학군 웹사이트가 선택된 언어로 번역됩니다.



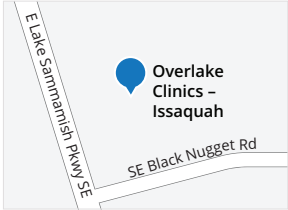


모든 가정을 위한

얼전트 케어

예약을 할 필요가 없습니다.

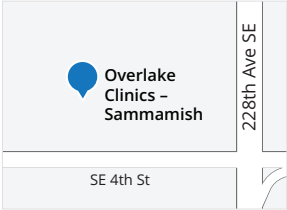
overlakehospital.org/urgentcare에서 온라인으로 대기 접수를 하세요



Overlake Clinics - Issaquah
Urgent Care

매일, 오전 7시 - 오후 11시
전화: (425) 688-5777

5708 E Lake Sammamish Pkwy SE
Issaquah, WA 98029



Overlake Clinics - Sammamish
Urgent Care

월요일-토요일, 정오-오후 10시
Phone: (425) 635-3080

2630 SE 4th St, Suite 300
Sammamish, WA 98074

대학에 가지 않으면, 케첩 아니면 겨자이다!

내이션 그래함
Gibson Ek 고등학교 졸업반



저는 2년제 전문대학, 자격증, 그리고 견습생 프로그램에 관한 신념이 있습니다. 저희 Gibson Ek 고등학교에서는 11학년, 12학년 시기에 커뮤니티에 필요한 것을 찾아서 이에 대한 해결책을 제시하는 졸업반 프로젝트를 완수해야 합니다. 제 졸업 프로젝트는 4년제 대학의 대안/대체 교육 프로그램에 관한 것입니다. 저는 또래 학생들에게 제가 리서치를 통해 배운 것에 대해 알려주려고 이 프로젝트를 만들었습니다. 저는 지난 2년동안 직업 진로를 찾으면서 전문대학에 중점을 두게 되었고, 아직도 자기가 무엇을 할 것인지에 대해 고민하고 있는 학생들에게 도움을 주고 싶었습니다.

저의 경우, 아버지가 제게 하신 말씀이 늘 귓가에 맴돌면서, 동기부여가 됩니다, “대학에 가지 않으면 케첩 아니면 겨자이다.” 아버지의 말뜻은 4년제 대학 교육을 받지 못하면, 나의 직업 옵션은 패스트푸드 체인점에서 일하는 것밖에 없다는 것입니다.

저는 아버지가 4년제 대학 교육/경험을 신임하고, 4년제 대학 교육이 모든 사람에게 이롭다고 생각하시는 것도 이해가 됩니다. 하지만 저는 그 외에 다른 무엇이 있어야 한다고 확신합니다. 그 가치가 숨겨져 있고, 제대로 평가도 받지 못한 그 무엇이 말이죠. 이 프로젝트를 시작하게 된 동기의 50%는 아버지가 틀렸다는 것을 증명하기 위해서였습니다

우리 지역의 어르신들과의 대화를 통해 기술직과 기술교육에 관한 스티그마가 있다는 확신을 얻었습니다. 어르신들은 이런 질문을 하죠, “어느 대학에 갈 거야?” 또는 “어느 직종으로 갈 거야?” 제가 장담하는데, 전기 기술자가 된다는 것은 그 분들의 사전에 없습니다. 저도 어르신들이 저와 대화꺼리를 찾으려고 그런다는 것도 알고 있습니다. 하지만 제가 대학에 갈 생각이 없다고 말했을 때 그분들이 근심의 눈으로 저를 쳐다본다는 것도 알고 있습니다. 고등학교에서 전문/직업학교 따위는 제대로 거론되지 않는다는 것도 우리 모두가 인정하는 사실입니다. 사실상 모든 고등학교는 대학진학에 중점을 둡니다. 우리 지역의 업체들은 능력을 갖춘 기술자를 찾는데 어려움을 겪고 있으며, 이런 직종은 4년제 학위를 필요로 하지 않습니다.

4년제 대학교육이 모든 사람에게 똑같은 원동력을 주고, 모든 사람의 삶을 제일 좋고 편하게 만들어 준다는 믿음은 거짓입니다. 저의 목표는 여러분들이 세상에 존재하는 많은 직업(기술적이며, 만족도가 높고, 취업가능한 직업)들을 조금이라도 더 많이 살펴볼 수 있도록 하는 것입니다.

자신이 무엇을 하기를 원하는지, 그리고 그에 따른 여러가지 옵션을 탐색해보기 위해서 충분한 시간을 가지는 것은 아주 좋은 선택입니다. 꿈의 직업을 찾았는지에 상관없이, 다른 숙련직 직업에 대해 알아보고, 그 일의 전형적인 하루 일과에 대해 알아보면, 그 직업이 자신에게 적합한지, 아닌지를 잘 알게 됩니다. 저는 이런 일들을 통해 잘 배웁니다: 100명이 한 곳에 앉아서 한사람의 강의를 듣는 것보다 실제로 일을 해보면서, 만들어보고 발견하면서 더 잘 배우게 됩니다. 이것은 그렇게 단순하지 않습니다. 성공이란 것은 개인마다 차이가 있으니까요. 저는 직업 학교와 견습생 프로그램은 저와 또래 친구들에게 큰 혜택을 준다는 것을 알게 되었습니다.

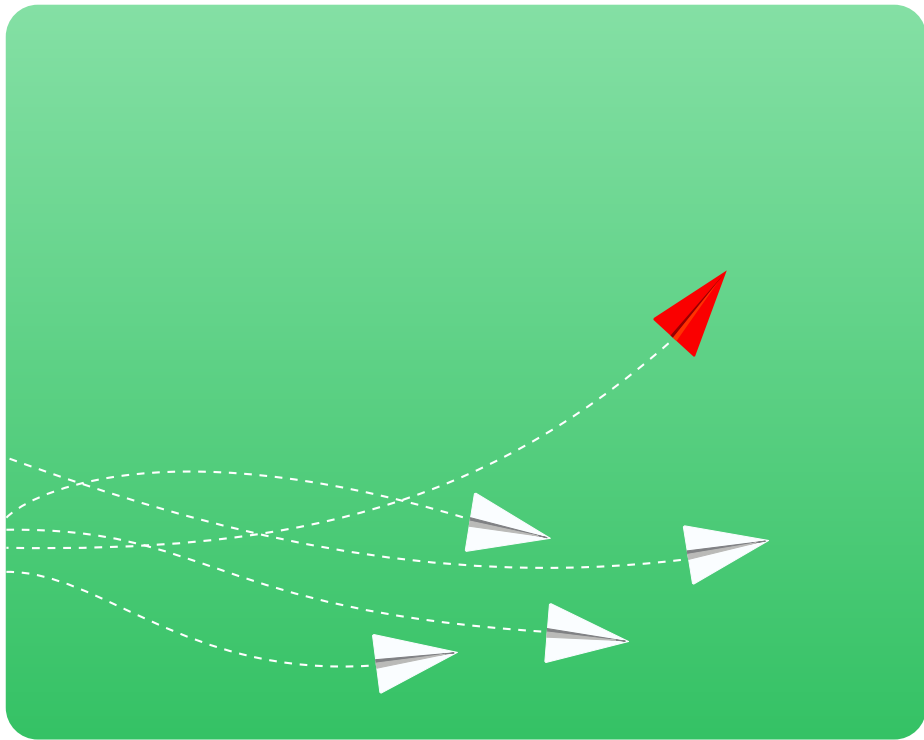
\$1,600,000,000,000 -
이것은 미국의 학자금 대출 금액으로
택 용자금 다음으로 많은 비용입니다.
 (*)

다음은 기술직 전문직종으로 유명한 직업들의 리스트입니다: 전기 기술자, 금속-재료 기사, 풍력 터빈 기사, 승강기 기사. 풍력 터빈기사 직종은 향후 10년동안 약 57%의 수요가 증가할 것이라고 예측됩니다. 그보다 덜 위험한 직종에 대해 알아보죠. 건축 드래프팅, 치위생사, 방사선 치료사, 또는 초음파 기사. 치위생사가 되려면 전문대학 학위면 충분합니다. 향후 10년동안 이 직종은 11% 이상의 증가가 예상되며, 시간당 급여는 \$35(연봉 \$75,000) 입니다.

4년제 대학에 가는 것의 최대의 단점은 의심할 바 없이 바로 학자금 대출입니다. 전문대학의 학비는 4년제 대학의 20% 정도입니다. 저의 아버지는 1991년에 대학을 졸업했고, 그 당시 대학 학자금은 매년 \$9,500 였습니다. 지금은 연평균

학비는 \$20,500 정도입니다. 또한 2005년의 매달 대출 상환액은 \$227 였지만, 지금은 \$393 입니다. 4년제 대학을 졸업하면서 학자금 대출비가 \$50,000 이상인 졸업생의 수가 세배나 증가했습니다. 2000년도에 5% 였던 것이 2014년도에는 17%로 증가했습니다. (물가인상지수를 포함한 결과입니다.)

우리 사회는 현재 숙련된 기술자를 필요로 하고, 미래에는 수요가 더욱더 증가할 것입니다. 통계에 의하면, 기술직에서 은퇴하는 사람들의 수가 기술직에 종사하려는 사람들의 수보다 많다고 합니다. 기술직은 10년 안에 그 수요의 70%만 채워질 것이라고 전망됩니다. 전문 기술직 직업들은 그 수요가 안정적으로 증가하고 있는 반면에, 4년제 학사학위가 있어야 종사할 수 있는 직업은 직업적 안정성이 매우 불확실합니다. 워싱턴주 지역에서는 특히, 여기 이사과시에는 자신의 회사에서 일하는 데 필요한 자격증 프로그램을 공부하는 학생들에게 장학금을 주는 사업체들도 있습니다.



전문대학을 졸업하여 준학사학위를 따고, 필요하다면 4년제 대학에 편입하여 훨씬 적은 비용으로 학사학위를 딸 수도 있습니다. 가장 좋은 예는 간호사 학사학위입니다. 견습생과 장학금의 기회가 “기술직 직업”이라는 낙인으로 인해 채워지지 않은 견습생, 장학금의 기회가 많습니다. 저는 학생들이 이런 전문기술교육과 기술직에 대해 궁금해하고 더 많이 배우기를 바랍니다. 아주 멋진 다양한 기회가 여러분을 기다리고 있습니다. 당신의 열정을 찾아보세요.

*Educationdata.org

Great Careers Conference
12월17일 [8:30a.m.-1:30pm]

이 행사는 학생들에게 전형적인 4년제 대학 진학 이외의 다른 교육옵션에 대해 소개하는 행사로 이사과 상공위원회의 협력으로 이루어집니다. 이 행사의 목표는 이사과 학군의 고등학생들에게 자격증 취득, 견습생 프로그램, 또는 2년제 전문대학 프로그램을 통해 가질 수 있는 직업에 대해 교육하는 것입니다. 하루 일정은 학생이 선택한 직업사양, 소프트 스킬 101에 관한 강의 청강 및 점심, 칼리지 캠퍼스 투어로 구성됩니다. 학군은 모든 학생에게 교통편과 점심을 제공합니다! 더 자세한 내용은 웹사이트를 참고하세요: <http://isfdn.org/our-purpose/connecting-students-to-their-future/great-careers-conference/>

학사 일정

초등학교

10월 19일: 교직원 직무일, 휴교
 11월 11일: 재향군인의 날, 휴교
 11월 26-27일: 추수감사절, 휴교
 12월 21일 - 1월 1일: 첫번째 겨울방학, 휴교

초등학교

학부모-교사 컨퍼런스 행사에서 교사와 소통하는 방법
 11월 5일, 오후 6:30-7:30

유치원-5학년을 대상으로 하는 학부모-교사 컨퍼런스는 자녀의 학업 성취도, 향후 학습계획 논의, 필요한 경우에는 학습장애 또는 행동장애에 관한 해결책에 대해 논의하는 아주 중요한 기회입니다. 이 행사는 학부모-교사 컨퍼런스 시간을 잘 활용하는 방법과 컨퍼런스를 준비하는데 유용한 자원을 제공합니다. 이 행사에는 12월 4일 5일에 있는 컨퍼런스 신청기간에 등록하는 방법 또는 행사 당일 날 컨퍼런스를 바로 신청할 기회도 드립니다. 이사과학교의 모든 초등학교 가정을 초대합니다. 고등학교 졸업반 학생들을 위한 상세 정보는 해당 고등학교에서 개별 학생과 그 가정들에게 따로 연락할 것입니다. 더 자세한 내용은 웹사이트를 참고하세요:
<https://www.issaquah.wednet.edu/family/cultural-and-family-partnerships/events>

12월 2-3일: 학부모-교사 초등학교 컨퍼런스, 휴교

Apollo

9월 30일, PTA 미팅, 오후6:30
 11월 13일, 오후 6:00: PTSA Reflections Art 대회 리셉션

Briarwood

10월 26일, 오후 6:30: PTSA 미팅
 11월 16일, 오후6:30: PTSA 미팅 (Grand approvals)

Cascade Ridge

10월 5-9: Cascade Ridge Coyote Challenge (걷기 운동 행사)
 온라인 수업을 시작한 이후, 매일 우리 아이들은 긴 시간 동안 컴퓨터 앞에 앉아 있어야 합니다. Cascade Ridge PTSA는 일주일 동안 학생들의 걷기 운동 행사를 주최하여, 일주일동안의 걸음 수를 만보기로 측정해서 학생들이 계속해서 활동할 수 있도록 돕고, 학교 커뮤니티 전체의 총 걸음 수를 알아볼 예정입니다.

Challenger

11월 17일: PTSA 정기 미팅

Clark

11월 24일, 오후 6:30: PTSA 미팅

Cougar Ridge

10월 20일, 오후7시: PTSA 미팅
 11월 17일, 오후 4시: PTSA 미팅
 12월 15일, 오후4시: PTSA 미팅

Creekside

11월 6-13일: 기부금 조성 행사(Fundraiser event Otter-thon)

11월 30일- 12월 4일: Scholastic Book Fair(책박람회)

11월 12일: PTSA Reflections Art대회 수상식
 12월 15일, 오후7시: PTSA 미팅

Endeavor

11월 17일, 오후7시: PTSA 미팅

Grand Ridge

11월 16일: Community Connections/PTSA 미팅

Issaquah Valley

11월 16-26일: 버추얼 Scholastic Book Fair(책박람회)
 10월 30일: PTSA Reflections Art작품 제출 마감일
 10월 날짜 미정: Trunk or Treat/or Fall Event(할로윈 행사)
 11월 14일: Goodwill Fill the Truck Event(자선기부활동)
 11월 17일: PTA 미팅

Maple Hills

10월 22일, 오후6:30: PTA 미팅

Newcastle

11월 18일, 오후6:30: 교장과의 대화

Sunny Hills

10월 14-27일: Scholastic Book Fair(책박람회)
 10월 15일, 오전10시: PTA 미팅

Sunset

9월 28일-10월 11일: Scholastic Book Fair(책박람회)

중학교

Issaquah

10월 28일, 오후6:30: PTA 미팅
 11월 18일, 오후6:30: PTA 미팅

Maywood

10월 15일, 오후 6:30: PTA 미팅
 12월 10-13일: Scholastic Book Fair(책박람회)

Pacific Cascade

10월 14일, 17일 3일: PTA 미팅
 10월 23일: PTSA Reflections Art대회 미팅

Pine Lake

10월 21일, 오후 1시: PTA 미팅

고등학교

Skyline

10월 3일, 오전 9시: 온라인 ACT 모의 시험
 10월 10일, 오전 9시: 온라인SAT 모의 시험
 10월 14일, 오전 7시: ACT & SAT 모의 시험 결과 미팅

Gibson Ek

10월 15일, 오후6:30: 에이든 키와 함께하는 LGBTQA 설명회
 논의 내용:
 워싱턴 교육감 행정부에서 워싱턴주의

학교들에게 내린 성 정체성 포용안에 관한 지침서에는 어떤 것들이 포함되어 있습니까?
 어느 부분을 보완해야 할까요?
 성 정체성: 성 정체성 정의에 관한 최근 이해도를 알아보기 위해 과학적, 사회적, 의학적 커뮤니티 견해에 대해 간단히 살펴봅니다.
 자녀(또는 자녀의 친한 친구)가 자신이 트랜스젠더 또는 논바이너리(nonbinary)라고 고백한다면 - 어떻게 할까요?
 학교로부터 성 정체성의 다양성을 가진 학생들에게 제공하는 지원은 어느 정도선에서 이루어집니까?
 왜 대명사(She, He)의 사용 및 성별 화장실 사용이 강조되고, 왜 이런 변화에 관한 거부/찬반 논의가 있을까요?

10월 22일, 오후6:30: PTSA미팅

Issaquah

10월 1일, 7시: Paying for College without going broke(대학 학자금 마련 계획)
 10월 7, 21, 28일, 11월 4일, 오전 10시: 버추얼 대학 방문
 10월 12일: 졸업반 학급 사진 마감일
 10월 13일, 오후 7시: PTA 미팅 정기 회원 미팅??
 10월 16, 오후1:25: Club Fair(클럽 행사)
 10월 30일: PTSA Reflections Art 대회 작품 제출 마감일
 11월 2일: 졸업반 홍보 사진 마감일
 11월 5일: 신규 Family Ambassadors들의 교장과의 커피 타임
 11월 7일: ACT 모의 고사
 11월 13일, 오후9:30: PTA 미팅 정기 회원 미팅??
 11월 14일: SAT 모의 고사
 11월 15일: Yearbook 구입 마감일
 11월 17일: PTSA Reflections Art대회 축하행사
 11월 18일: 모의 고사- 결과 확인
 12월 9일: 신규 Family Ambassador: Molbaks 에서 모임

Liberty

10월 6일, 오후6:30: PTA 미팅
 미팅에 참석해서 2020-21년도 예산 승인에 투표하시고, PTSA 위원회, 졸업반 행사, 교장(손 마틴)이 전하는 학교 업데이트 등에 관한 정보도 알아보세요. 초대 강사인 힐러리 코헨(Swedish 정신 건강 카운슬러)이 우리 Liberty학생들을 위한 서비스들에 관해 정보를 소개할 예정입니다. 누구나 환영합니다! 미팅은 Zoom을 통해 이루어지고, 학교 웹사이트(www.libertyhighpts.com)에서 로그인 정보를 확인하세요.

ParentWiser(학부모 교육 프로그램) 행사



ParentWiser는 비영리 조직으로 이사와 PTSA학부모 교육위원회입니다. ParentWiser는 이사와학군의 부모/보호자들을 위해 지역 또는 전국적으로 유명한 전문가들을 강사로 초청하여 최신 정보로 학부모 교육 세미나를 제공합니다. 이 행사는 부모들이 유치원 -12학년 학생들을 건강하고 자신감 있는 사람으로 양육하는데 필요한 툴과 자원을 강의, 웨비나, 토론, 다큐멘터리 영상 등을 통해 제공합니다.

ParentWiser는 이사와 학교 재단, Swedish Medical Center, Issaquah PTSA Council, Overlake Medical Center & Clinics의 협찬으로 제공됩니다. 이 행사를 놓치지 마세요!

You Can Do This! Motivating Teens to Get Stuff Done(할 수 있다! 청소년들이 자신의 할 일을 마칠 수 있도록 격려하는 방법)

초대 강사: 샤론 살린 심리학 박사
2020년10월 7일, 수요일 [오후:1:00 - 2:15]
10대 자녀가 해야 할 일을 시작하고 그 일을 마치는데 어려움을 겪고 있나요? 살린 박사가 제안하는, 근성을 바탕으로 한 협동적인 접근방식을 통한 성공적인 동기부여 방법에 대해 알아보세요. 언젠가 좌절감 대신, 여러분은 자녀들의 동의와 동기, 성공을 향상시킬 수 있습니다. 수백명의 가정들에게 청소년이 제대로 자신의 일을 해내고 자립심도 키우는데 도움이 된, 효과적이고 실질적인 전략을 배워보세요. 여러분의 자녀들이 당면한 과제를 이루는 일이 적어지고 더 많은 일을 해내게 될 것입니다!

두뇌 개발방법: 자녀의 정리 정돈, 집중력과 계획성을 증진 시키는 5가지 절차

초대 강사: 샤론 살린 심리학 박사
10월 14일, 수요일 [오후:1:00 - 2:15]
자녀들과 학교, 숙제, 집안의 일거리에 관한 문제로 어려움을 겪고 계십니까? 학교 성적 향상을 위해서는 정리/정돈, 집중력, 우선순위 정하기와 같은 실행기능(executive functioning) 기술을 가르쳐 주어야 합니다. 베테랑 심리학자, 샤론 살린 박사는 두뇌 발달, 임상경험, 학생 자신의 실제 사례들에 관한 최근 연구에 근거하여 학부모들에게 실행기능 기술을 더 잘 이해하고 왜 이런 기술이 학습향상에 중요한지에 대해 설명합니다.

인생 기술

초대 강사: 줄리 리트콧-해임스
11월 18일, 수요일, 정확한 시간과 세미나 내용은 추후에 정해질 예정이며, ParentWiser 웹사이트를 방문하셔서 상세정보를 확인하세요!

행동 그 이상의 것: 자녀의 행동을 이해하고 행동장애를 해결하는 방법

12월 9일, 수요일[오후7:00 - 8:15]
초대 강사: 모나 데라후크 박사
자녀의 때때로 성질을 부리는 행동이나 예측 불가능한 행동을 고쳐주려고 노력하고 계십니까? 공격성을 보이나요? 모나 데라후크 박사가 행동 장애를 줄이고, 심리적 탄력회복성과 만족스럽고 안전한 관계를 증진하기 위해 필요한 신경과학적인 측면의 툴(도구)과 전략을 소개합니다. 네라후크 박사는 안전한 관계의 틀 안에서 자녀의

개별적인 다름을 이해하는 것이 아주 중요한 시그널이라고 말합니다.

모나 데라후크 박사는 30년 이상의 경력을 가진 임상 심리학자입니다. 그녀는 신경다양성을 가진 어린이, 청소년, 성인을 대상으로 도움을 주는 기관인 Profectum Foundation의 시니어 교수입니다. 로스엔젤레스 카운티의 정신건강부서에서 트레이너로 일하고 있습니다. 데라후크 박사는 발달장애, 행동장애, 감정장애와 학습장애의 문제를 가지고 있는 어린이들을 대상으로 아픔을 함께하고, 관계형성을 바탕으로 한 신경발달적 처방법을 제공하는 일에 헌신하고 있습니다.

ParentWiser 행사는 이사와학군의 PTA, PTSA 회원에게는 무료로 제공되며, 비회원 또는 다른 학교에서 오신 참여자에게는 \$10의 기부금을 받고 있습니다. 초청 강사의 강의 동영상은 녹음되어 웹사이트에 업로드 되기 때문에 이사와학군의PTA, PTSA 회원은 웹사이트(<http://ParentWiser.org/watch-online>)에서 동영상을 보실 수 있습니다. 해당 학교의 PTA 또는PTSA에 가입하셔서 ParentWiser와 같은 학부모 교육 프로그램과 그 이외의 혜택을 누리세요! 자세한 내용은 해당 학교의 웹사이트를 참고하세요.

커뮤니티 행사

로버와 함께 책 읽기
10월, 매주 화요일 [오후4:00 - 5:00]
10월, 매주 토요일 [오전10:00 - 11:00]
킹 카운티 도서관

로버와 함께 책 읽기는 시애틀 지역의 도서관과 학교가 공조하는 커뮤니티 중심의 책 읽기 프로그램입니다. 테라피 독에게 라이브 비디오 채팅을 통해 큰 소리로 책을 읽어 주면서 읽기 능력과 자신감을 향상시킵니다. 30분 세션에 등록하실 때 이메일 주소도 적어주세요. 줌(Zoom) 비디오 채팅을 이용합니다. 등록하신 날 오전 9시까지 읽기 세션의 줌 링크를 이메일로 받게 됩니다. 더 자세한 정보를 원하시면 모니카에게 연락하세요: mesands@kcls.org

제 11회 이사와 터키 트롯

4일동안 사회적 거리를 유지하면서 7 개의 루트를 이용하여 우리 지역민들이 한 곳에 모여 즐거운 시간을 갖는 행사입니다!
2010년에 시작된 이래로, 작년에는 무려4,200명이 참가했으며, Eastside 가정들의 추수감사절 명절 전통이 되었습니다. 2021년에는 예년처럼 협찬업체들의 부스가 제공하는 다양한 행사가 있기를 희망합니다. 올해의 이사와 터키 트롯은 사람들의 건강과 안전을 위하여 추수감사절인 목요일에 시작하여 일요일까지 진행되며, 사회적 거리를 유지하기 위해서 7개의 루트(경로) 중에서 하나를 선택하도록 했습니다. 더 자세한 정보는 웹사이트를 참고하세요: <https://www.issaquahurkeytrot.org>
2020년, 11월26일, 목요일 - 11월 29일, 일요일

문화 행사

National Hispanic Heritage Month (히스패닉 헤리티지의 달)

킹 카운티 도서관 시스템이 “살사(Salsa)”라는 테마로 히스패닉 헤리티지의 달 행사를 합니다. 이 문화 행사는 비추월로 진행되며, 페이퍼마쉬 마라카스를 제작하는 방법, La Clave Cubana와 함께 하는 살사(salsa) 댄스 파티, 맛있는 살사 만드는 방법을 영어와 스페인어로 소개합니다. 행사 내용에 관한 자세한 내용은 페이스북 페이지를 참고하세요: <https://www.facebook.com/bibliotecaskcls/>

가나의 음악과 스토리

10월 17일, 토요일 [오후2:00 - 2:45]

코피 아나미 가나의 민간 설화를 우렁찬 전통 드럼 연주와 잔잔한 칼림바 음악과 함께 들려줍니다. 풍부한 가나의 문화를 경험해 보세요. Shoreline-Lake Forest Park Arts Council의 협찬으로 제공됩니다. 10월 16일 오후 5시까지 등록하세요. 10월 16일 저녁에 줌 링크를 보내 드립니다. 더 자세한 내용은 줄리아 김슨에게 연락하세요: jigibson@kcls.org

죽은 자들의 날 축제

11월1일, 일요일

올해 이사와시의 라티노 클럽은 각자의 집에서 “죽은 자들의 날” 홀리데이를 기념하고 즐길 수 있도록 공예 키트를 준비했습니다. 이 키트에는 재단을 장식할 수 있는 nicho를 만들 물품들이 들어있습니다. 올해는 이 행사를 함께 모여서 축하할 수는 없지만, 이사와 라티노 클럽은 11월 1일(일요일)에 있는 줌(Zoom) 클래스를 통해 많은 가정들을 만나길 바라며, 각 가정마다 그들의 장식 키트를 이용해서 어떻게 재단을 장식할지 기대가 큼니다. 장식 키트는 무료이며, 준비한 장식 키트의 수가 한정되어 있으니 서둘러 등록하세요! 더 자세한 내용은 웹사이트를 참고하세요: <https://www.facebook.com/LatinoClubIssaquah>



TEENS ENCOURAGING COMMUNITY HEALTH

청소년대 청소년: 어렵고 힘든 시기에 건강하고 서로 친밀한 관계를 유지하는 방법

에비 켄페닝, 줄리아 크롤린, 카일 잭슨

TECH (Teens Encouraging Community Health) Influence the Choice 청소년 위원회

코로나는 특히 우리 십대 청소년들에게 큰 타격을 주었습니다

코로나의 여파는 사회적 거리두기 생활을 시작한지 7개월째 접어드는 지금이 그 어느 때보다 크게 느껴집니다. 보통 새 학년의 시작은 금요일 밤의 미식축구 게임, 홈커밍 댄스, 백투스쿨 축제 행사로 이루어집니다. 사회적 상호작용이 부족한 가운데 온종일 컴퓨터 화면을 보면서 온라인 수업을 하고 있는 우리 청소년의 정신건강에 치명적인 타격을 주었습니다. 청소년들은 우울증과 절망감으로 힘들어 하고 있지만, 아무리 어려운 상황에서도 항상 희망이 있다는 것을 기억하는 것이 아주 중요합니다. 지금 당장은 아니지만, 이 역경도 끝이 날 것입니다. 우리 자신을 긍정적이고 건강하게 지키고.

사회적 격리로 인한 우울증과 소외감을 해결할 수 있는 몇 가지 일들을 여기에 소개합니다

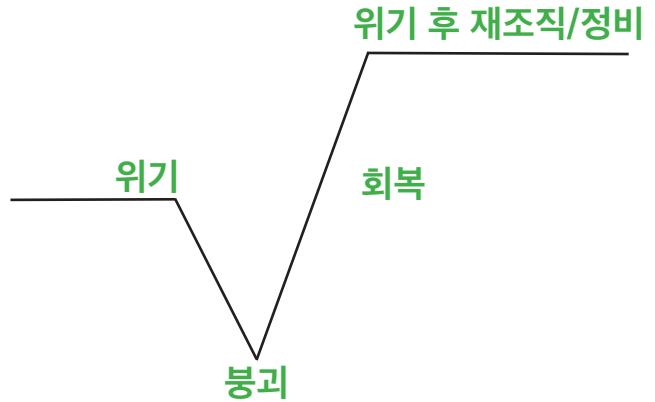
신체적으로 운동을 하는 것이 무엇보다 중요합니다. 편안한 소파에서 일어나기가 쉽지는 않지만, 체력을 단련하는 것은 몸과 정신건강의 핵심입니다. 운동을 하면 기분전환도 됩니다. 전문가에 의하면 하루에 30분동안 운동을 하면, 우리 뇌가 배우고 적응하는데 도움이 되는 BDNF(뇌신경 성장인자)가 나옵니다. 운동을 할 수 없는 경우에도 외출을 하는 것이 중요합니다. 신선한 공기를 마시고 자외선에 노출하는 것은 정신건강에 좋습니다. 자외선에 노출하는 것은 기분전환에 좋고, 뇌에서 엔돌핀이 분비되도록 합니다. 또한 밤에 숙면을 취하는 것도 중요합니다. 우리의 몸이 매일 밤에 최적의 휴식을 얻기 위해서는 수면주기를 5-6회 거쳐야하는 데, 이것은 7.5-9시간의 수면시간과 동일합니다. 최적의 효과를 보기 위해서는 매일 같은 시간에 잠들고 같은 시간에 일어나는 것이 좋습니다. 마지막으로 건강 음식을 섭취해야 합니다. 이런 일들은 아주 간단하게 보이지만, 우리가 먹는 음식은 우리의 기분에 큰 영향을 미칩니다. 건강한 음식을 먹으면 우리의 몸과 마음이 건강하게 합니다.

정신적으로 인간은 사회적 존재입니다; 우리가 행복하기 위해서는 다른 사람들과 상호작용이 필요합니다. 우리 모두는 친구들 및 가족들과 친밀한 관계를 유지하고 연락을 주고받는 것이 중요하다는 사실을 잘 알고 있지만, 실제로 사랑하는 친구들 및 가족들과 직접 만날 수 없는 때는 서로가 친밀하다고 느끼기가 쉽지 않습니다. Facetime, Skype, Zoom은 서로의 얼굴을 보고 대화할 수 있는 좋은 프로그램입니다. Netflix가 제공하는 파티 옵션을 이용하면 다른 사람들과 함께 같은 영화를 동시에 볼 수도 있습니다! 다른 사람들을 위한 봉사활동을 할 때 기분이 좋아지기도 합니다. 만약, 친구나 가족들과 근처에 살고 있다면, 그들을 기쁘게 하기 위해서 쿠키를 만들어서 쪽지와 함께 현관 앞에 놓아 두는 것은 어떨까요? 소소하게는 친한 사람들에게 포옹을 해주는 것도 큰 힘이 됩니다! 포옹은 불안/초조함, 우울증과 질병의 발생을 낮추어 주지만, 바이러스가 전파될 수 있으니 포옹할 대상에 대한 주의가 요구됩니다! 이제, 휴식을 취하세요. 코로나 바이러스 자체로 엄청난 스트레스를 받고 있는 와중에 온라인 수업과 과외 활동을 병행하면서 삶의 균형을 찾는 것이 거의 불가능한 일이라고 느껴질 때도 있습니다. 잠시라도 이런 저런 일들에 대한 걱정을 내려놓고 재충전의 시간을 가져보세요. 자기자신을 먼저 돌보는 일이 우선이라는 것을 기억하시고, 힘들어 하는 자신의 모습에 너무 절망하지도 마세요. 마지막으로 이런 현실이 영원하지 않다는 사실을 기억하세요. 지금은 예전의 정상적인 삶으로 다시는 돌아가지 못할 것같은 생각이 들기도 하겠지만, 언젠가는 우리의 삶도 어느 때처럼 정상으로 돌아갈 것입니다. 우리 모두가 이런 역경을 함께 겪고 있습니다. 조금 더 힘을 내서 참고 이겨냅시다!



스트레스에 대해 생각하기

위기는 여러 행태로 나타납니다. 예기치 않거나, 예상되거나, 신체적, 심리적, 또는 환경적인 형태로 나타납니다. 예기치 못한 위기가 미치는 영향은 상당히 오래 갈 수 있습니다. 위기는 흔히 혼동감, 불편함, 위험한 감정을 겪는 시기에 찾아옵니다. 하지만 위기를 느낄 때 도움이 되는 자원과 지원을 받는 것을 시스템화 시킨다면, 다음에 복잡한 일을 당면하더라도 더 잘 대처할 수 있게 됩니다. 때때로, COVID-19 전염병이나 다른 큰 위기 상황처럼 전례 없는 위기에 직면하게 되면, 이런 위기의 엄청난 크기와 미치는 막대한 범위를 감당하기 위해서는 엄청난 대처능력이 요구됩니다. 우리는 이런 위기 상황을 겪으면서 아직은 재조직하고 회복할 능력을 갖추지 못했습니다.



불안증이 표출되는 방법

사람마다 위기나 스트레스에 대응하는 방법이 천차만별이기 때문에 그 표출방법을 이해하는 것은 아주 복잡한 문제입니다. 우리 스스로 자기 자신을 누구보다 잘 알고 있습니다. 자신의 판단을 믿고 현실을 인정하세요. 우리 모두 서로 다른 방법으로 영향을 받으며 불안증도 다르게 표출됩니다.

나타나는 현상?

숙면 장애, 무기력/마비 상태, 패닉, 분노, 집중 장애, 우울증/ 회피성

도움 청하기 및 대처 전략

사람마다 불안증의 표출방법이 다른 것처럼, 받는 지원방법과 대응책에도 다르게 반응합니다. 이것은 나이, 성격, 사회적 위치/역할과 같은 여러 요인에 따라 달라집니다. 어린이들에게는 안전과 안도감이 중요하고, 중고등학생들은 불확실함에서 생기는 구멍을 채워주는 팩트를 찾고 싶어합니다. 또 어떤 사람들에게는 불안감이 몰려올 때 인지능력을 재형성하거나, 비합리적인 생각이나 신념에 도전하는 것이 도움이 되기도 합니다. 또 다른 사람들은 목표를 찾고, 감사한 마음을 갖는 것이 도움이 될 수 있습니다. 일반적으로 사려 깊은 실천과 회복 탄력성에 기반한 전략을 갖추면, 우리가 처한 위기 상황에서 자신을 지탱하고 커뮤니티를 지지하는 좋은 방법이 될 수 있습니다.

우리 자신 돌보기

지속적인 정보 습득. 단, 너무 많은 정보에 매몰되면 안됨
현재에 머무름
생산적이고, 목적의식을 찾고, 서비스 의식을 가짐
주변 사람들과 연락 유지
전체적인 건강 관리
감사함을 찾기

타인 돌보기

차분하게 현실을 직시
안전 보장
맡겨진 일과를 수행
현실을 인정
필요시 도움을 제공
대응책에 집중

청소년의 건강 및 웰빙 지원

환경 변화를 통한 과학적인 사전 예방전략은 모든 가정의 의도적인 노력을 할 수 있도록 합니다. 이런 정보는 학부모들이 자녀들이 스스로 자신들의 미래를 온전히 책임지도록 돕는데 아주 중요합니다.

일반적인 보호요소

- 약물사용 지연/절제
- 지역사회가 보내는 일관적인 메시지
- 공통체 의식을 갖고/원가를 보면- 말한다(무시하지 말고)
- 가정, 학교 및 커뮤니티 프로그램의 공조/협력
- 약물 사용과 바람직한 행동지침에 관한 표준/기대치를 높게 설정
- 청소년 삶의 전반에 존재
- 도움을 청한다!

일반적인 위험요소

- 유전
- 또래 간의 영향력 또는 압력
- 보호감독 부족
- 커뮤니티 자원/기회 부족
- 약물 사용/행동지침에 관한 불분명한 기대치
- 또래의 약물 사용에 관한 부정확한 이해와 부모의 걱정
- 해도 된다는 권리의식
- 따돌림/ 소외

Influence the Choice는 위기요소와 보호요소를 제대로 알고 활용함으로써, 청소년들의 정신적, 사회적, 감정적 웰빙을 지원하고 약물사용 및 불건전한 행동을 줄이는 일을 하고 있습니다. 더 자세한 내용은 웹사이트를 참고하세요: www.influencethechoice.org

로터리 이사과

이사과시의 로터리 클럽(The Rotary Club)은 회원들이 친목도모와 비즈니스 연맹을 확립하면서, 지역 커뮤니티와 세계 커뮤니티에 이로운 일을 하기 위해 존재합니다. 클럽의 회원들은 전문직, 비즈니스, 직업적 관심사가 다양한 모든 연령의 성인 남녀로 구성되어 있습니다. 웹사이트(www.issaquahrotary.org)를 참고하여 로터리 클럽이 참여하는 지역 및 국제적 프로그램에 대한 정보와 모임 일정에 대해 알아보세요. 회원 가입은 언제든지 가능합니다. 이사과 커뮤니티에 관여하고 싶으시다면, 로터리 클럽이 아주 좋은 기회가 될 것입니다!

로터리 클럽이 추진하고 있는 지역 프로그램 중 이사과 학군 학생들의 삶에 좋은 영향을 미치는 프로그램은 Partners of Work, Student of the Month(이달의 학생 선정), 장학금을 포함합니다.

협력 업체

이 프로젝트는 이사과학군의 ACT(Academy of Community Transitions students)프로그램을 후원합니다. 로터리 클럽은 장애가 있는 청소년들의 구직을 돕기 위해 모의 인터뷰를 진행하고, 몇몇 학생들을 실제 현장 직업 교육을 위한 클럽 직원(Club Greeter)으로 고용합니다. 이 프로젝트는 커뮤니티와 킹 카운티 전역에 장애 청소년을 보듬어 주는 포용성을 형성합니다.

이달의 학생

이사과 로터리 클럽은 학기 중 매달 이사과, 리버티, 타이거 마운틴 고등학교에서 학업, 스포츠, 리더십 등 다양한 부문에 탁월성을 보여 선발된 학생에게 이 상을 수여합니다. 선정된 학생은 부모와 추천 교사와 함께 클럽 모임에 참석하여 자신의 스토리를 말할 기회가 주어집니다. “이달의 학생” 축하행사는 로터리 클럽 최고의 모임입니다 - 역량 높은 청소년들에게 좀더 높은 목표를 갖도록 격려하고, 청소년들이 더 좋은 세상을 만들어갈 것이라는 우리의 신념을 더욱 확고하게 해주는 행사입니다.



2월, 이달의 학생

- Cameron Zielinski, 음악, 이사과 고등학교
- Alaina Dean, 드라마, 이사과 고등학교
- Shelby Wengreen, 직업-테크니컬 교육, 이사과 고등학교
- Jackson Poile, 음악, 리버티 고등학교
- Sebastian Mendez, 음악, 깁슨 Ek

장학금

이사과 로터리재단은 이사과, 리버티, 깁슨 Ek고등학교에서 학생을 선발하여 평생 교육(continuing education)을 받을 수 있도록 장학금을 제공합니다. 올해 졸업반 학생들이 장학금을 받을 대상이 됩니다. 로터리 팀은 5월 초에 인터뷰를 할 학생들을 먼저 선별하고, 그 이후에 장학금 수여자를 결정합니다. 장학금 신청방법에 관한 자세한 내용은 웹사이트를 참고하세요: <http://www.issaquahrotary.org>

지역 업체의 후원에 감사드립니다!



Cultural Bridges 는 이사과학군의 학부모 참여를 독려하고 학생들이 더 좋은 성과를 이룰 수 있도록 정보를 제공합니다. 저희는 학군에 관한 정보 지원 및 학부모/학생을 위한 행사를 주최하며, 7개 국어로 번역된 잡지를 분기별로 발행합니다.



모든 백인과 백인이 아닌 가정들에게

알리시아 스피너
컬추럴 브리지 에디터

여러분의 부모는 여러분에게 인종에 대해 말할 기회를 주었나요? 홀린스 박사는 이사회학군의 교직원들에게 공평성과 문화적 다양성 이해에 관한 교육을 2년이상 해오고 있습니다. 이사회학군의 가정들은 지난 2월달에 카프리스 홀린스 박사로부터 문화적으로 유능한 가정이 되는 방법에 대해 배울 기회가 있었습니다. 제가 강의를 듣고 느낀 점을 여기서 공유하고자 합니다.

홀린스 박사는 청중에게 그들이 자라면서 인종에 대해 무엇을 배웠는지에 대해 질문을 하면서 강의를 시작했습니다. 홀린스 박사는 대부분의 백인 가정에서는 인종 구분은 나쁘다(“전혀 인식 못함”은 좋다), 인종차별은 과거의 일이다 또는 다양한 유색인종과 관계를 맺고 있기 때문에 더 이상 문화적 유능성을 갖추기 위해 노력할 필요가 없다고 “증명”하려는 사람도 있습니다. 아마 이들은 군대에서 또는 대학교때 사귀던 여자 친구가 유색인종인 경우입니다. 이런 모든 이유로 백인들의 그들의 자녀들에게 인종에 대해 언급하지 않습니다. 이와 상반되게, 홀린스 박사는 유색인종의 가정은 아주 어린 나이때부터 인종의 중요성을 깨닫게 됩니다. 많은 이민 1세대들은 미국이라는 나라에 도착하기 전까지는 자신들이 유색인종이라는 사실도 인지하지 못했지만, 자신의 실제 체험을 통해 인종과 연관된 스테레오 타입에 대해 아주 빨리 알게 되었습니다. 이런 이유로 유색인종의 가정에서는 그들의 자녀들에게 인종에 관한 대화를 자주 할 수밖에 없었습니다.

이렇게 우리는 인종에 관한 서로 너무나도 다른 견해를 가지고 있습니다. 백인과 유색인종은 다양한 인종이 함께 생활하는 우리 학교와 커뮤니티에 자신들이 잘 융합되어 있다고 여깁니다. 하지만 우리 학교와 커뮤니티에는 미세하지만 큰 영향을 미치는 미세 차별(micro-aggressions)이 매일 일어나고 있습니다.

저는 대부분의 사람들의 말에 나쁜 의도가 없다는 것도 잘 알고 있지만, 궁극적으로 그들이 저에게 보내는 메시지는 ‘당신은 미국인이 아니다’ 라고 생각합니다.

메리엄-웹스터 사전에서는 미세 차별을 “소수 그룹(소수 인종)을 대할 때 표현되는 미세한 또는 무의식적/의도하지 않은 말이나 행동”이라고 정의합니다.

저의 경우, 사람들이 저의 억양이나 완벽하지 않은 영어를 들을 때면, 어느 나라에서 왔냐고 물어봅니다. 이것이 바로 가장 흔한 미세 차별의 예입니다. 그들은 아마도 단순히 저의 국적이 궁금하거나, 혹은 제 생김새를 보고 이미 내가 라틴계 출신이라는 것을 알아채고, 어느 나라에서 왔는지 알고 싶어서 물어보는 것일 수도 있습니다. 가끔씩 이런 사람들은 자신이 멕시코 음식을 좋아하고, 또는 특정 멕시코 식당을 좋아한다는 것을 저에게 알려주고 싶어서 안달을 합니다. 저에게 이런 일은 헤아릴 수 없는 정도로 많이 일어났습니다.

저는 이런 종류의 대화를 항상 회피하려고 노력하는 유색인종의 한 사람입니다. 제가 멕시코에서 왔다는 것을 말하고 싶지 않은 것이 아닙니다. 저는 제가 태어나고 자란 멕시코를 아주 자랑스럽게 생각합니다. 하지만 제 마음 속 한 곳에는 항상 불편한 생각이 자리잡고 있습니다. 저 사람들이 내가 어떻게 미국까지 이민을 왔는지 궁금해하는가, 아니면 내가 불법적으로 국경을 넘었다고 생각하는가? 또는 여기서 자신들의 직업을 빼앗을 거라고 생각하는가? 나의 출신 배경 때문에 나에게 아이비리그 대학에서 공부할 기회가 주어졌다고 생각하는가? 저들은 진심으로 내가 여기에 사는 것을 괜찮다고 생각하는가, 아니면 멕시코인에 관한 반감을 숨기고 있는가?



말하기전에 먼저 생각하기: 만약에 누군가가 당신이 자신을 불편하게(화나게) 했다고? 말하면, 그의 말을 경청하세요. 자기변호는 내려놓고 열린 마음으로 경청하고 배우세요.



미세 차별은 순수하게 보이지만, 이런 언행은 강한 숨겨진 메시지를 가지고 있습니다. 이런 메시지에 대한 생각을 회피하려고 발버둥 쳐봐도, 이런 식으로 **정신적 표적**이 되는 것은 나를 포함한 모든 유색인종과 소수 민족에게 영향을 미친다는 것을 잘 알고 있습니다. 저는 이런 미세 차별은 소수 민족 내에서도 있다는 것을 언급하는 게 중요하다고 생각합니다. 몇 년 전에 저희 이모가 멕시코에서 미국에 다니러 오셨어요. 우리가 뉴욕 거리를 걷고 있을 때, 한 무리의 흑인 청소년들이 저희 옆을 지나갔어요. 이모는 바로 경직됐고, 저 또한 너무 무서웠어요. 제가 이모에게 왜 그랬냐고 물어보았더니, 이모는 이렇게 말씀하셨어요. “나는 인종 차별주의자가 아니야. 그냥 그들이 너무 무섭다.” 저는 뭐라고 대답해야 할지를 몰랐어요. 우리 이모가 좋은 사람이라는 것도 알고 있고, 이모가 아는 흑인 청소년들은 텔레비전 쇼에서 등장하는 스테레오 타입이 전부였으니까요. 아마도 이모는 평생 단 한번도 흑인 청소년과 대화를 해 본 적이 없었을 것입니다. 이모의 대답은 항상 제 마음에 남아있어요. 제가 미세 차별을 받았다고 생각할 때면, 제 이모를 떠올립니다.

제가 다른 사람들의 마음을 상하게 했거나, 차별했을 수도 있다는 것도 잘 알고 있습니다. 미국에 이민 온 직후, 제가 샌프란시스코 커뮤니티 칼리지에서 영어 수업을 받고 있을 때의 일입니다. 동양계로 보이는 여자가 저에게 아주 유창한 스페인어로 말을 걸어왔어요. 저는 그녀에게 스페인어를 너무 잘한다고 바로 칭찬해주었어요. 그녀는 쓴웃음을 지으면서 대답했어요. “나는 코스타리카 출신이야.” 제가 그녀에게 보낸 메시지는 “너는 나의 그룹에 속하지 않아” 였다는 것을 이제야 알게 되었습니다. 거기서 제가 멈춰야 했는데, 저는 그만 그 말을 하고 말았죠. 저는 우리 아이들에게 저의 경험담을 말하면서 미세 차별이 얼마나 쉽게 생기는지를 알려줍니다.

하루는 아들이 학교에서 돌아와서 이런 이야기를 했어요. 학교에서 아이들이 자기가 수학을 잘 하기 때문에 “우수한 동양인” 이라고 불렸다고 합니다. 아마 그 아이들은 자신들이 제 아들을 칭찬했다고 생각하겠지만, 사실 그 아이들이 보내는 메시지는 “라틴계 사람들은 머리가 좋지 않아.” 입니다.

홀린 박사는 미세 차별이 일어나면, 유색인종들은 백인을 비난하거나 창피하게 생각한다고 강연에서 말했습니다. 유색인종들은 흔히 대화 자체를 회피하거나, 아예 아무 일도 없었던 것처럼 행동하기도 합니다. 대조적으로, 백인들은 유색인종이 직면한 현실에 대해 그들 스스로 전문가인양 여기는 경향이 있습니다. 백인들은 이 모든 상황을 자신들이 어떻게 “결정”할지에 달려 있다고 생각합니다. 백인 스스로 유색인종이 과장을 한다 또는 너무 예민하게 반응한다고 결정하는 식으로 말이죠. 그들은 자신들이 피부 색깔에 관계없이 행동하며, 자신들이 한 말이나 행동에 관한 의도가 왜곡되었다고 주장합니다.

홀린 박사는 우리 모두는 미세 차별이 생긴 후, 대화하는 방법을 알 필요가 있다고 말했습니다. 우리는 이런 상황에서 대화하는 법에 대해 가정이나 학교에서는 배우지 못했습니다. 하지만 우리가 서로에게 어떻게 소통해야 하는지조차 모른다면, 지금도 일어나고 있는 이런 체제적 인종차별을 없애기 힘들 것입니다.

가장 큰 당면 과제는, 어떻게 하면 우리의 모범적인 모습과 대화를 통해 우리 아이들이 문화적으로 유능해질 수 있도록 힘을 실어줄 것인가입니다. 인종차별에 대한 자신의 생각과 느끼는 감정에 대해 자녀들에게 설명해 주세요. 자신이 속한 인종에 대해 어떻게 생각하는가? 백인들은 종종 백인 그룹이 행한 인종차별에 대해 부끄러워합니다. 그리고 유색인종들은 이것에 대해 자주 분노합니다. 홀린 박사는 만약 자녀가 어떤 사람이 왜 우리들과 다르냐고 물어본다면, 이런 기회를 이용해서 자녀들과 대화를 시작하라고 권했습니다. 그들의 입을 막지 마세요! 이런 행동은 자녀들에게 서로의 다름에 대해 말하기를 꺼리고, 더 나아가 다르다는 게 뭔가 잘못된 것이라는 메시지를 주는 것입니다.

왜 이 사람은 (피부색이 어두운가/어투가 웃기는가/머리카락 대신에 저것을 쓰는가/눈이 작은가)?

1. **궁금증:** 대화 속도를 늦추고 질문을 합니다. 만약에 인종에 관한 질문을 하는 사람이 있다면, 그 사람에게 왜 그런 질문을 하는지 되물어 보세요. 질문하는 사람의 의도를 이해해야 합니다. 당신의 생각은 어떻습니까? 왜 그렇게 생각합니까? 이것을 어떻게 이해하나요?
2. **지식:** 다른 문화에 대해 정보가 많을수록, 그들을 이해하기가 훨씬 수월합니다. (이런 이유로 저희 잡지는 매호마다 우리 학군에서 다른 인종으로 살아가는 경험담을 소개하는 기사를 연재합니다.)
3. **기술:** 자녀가 질문을 할 때까지 기다리지 마세요. 주위에 일어나는 일들에 관해 대화를 시작하세요. 자녀들이 이런 기술을 개발하고, 자녀와 (자기 자신에게) 은혜를 베풀세요. 문화적 유능함의 목표는 우리 모두가 해결해야 할 숙제입니다. 문화는 항상 변화합니다. 제가 20년 전에 처음 미국에 왔을 때 멕시코 사람의 삶은 지금과 비교하면 아주 달랐다고 장담합니다.

한 그룹의 일원이 되는 것은 무슨 의미가 있습니까? 이 나라에서 특정 인종 또는 특정 그룹의 일원으로 살아간다는 것은 어떨까요? 흑인/동양인/라틴계 사람/백인으로 산다는 것은 어떨까요?

홀린 박사의 강연을 참석한 후, 저는 집으로 돌아가 저희 아이들에게 현재 미국에서 라틴계 사람으로 사는 것이 어떤 것인지에 대해 말해주었습니다. 저희 아이들은 제가 인종문제에 대해 공공연하게 말 하는 것에 아주 익숙해져 있지만, 홀린 박사의 강연에서 배운 방법을 이용했더니, 아이들과 대화하는 내용이 훨씬 풍부해졌습니다. 우리 자녀들이 다름을 존중하는 문화적으로 유능한 커뮤니티를 만드는데 필요한 기술을 연마할 수 있도록 도와줍니다. 이것은 당신이 백인이건 백인이 아닌건 상관없이 우리 모두의 몫입니다.



미세 차별은 언어로,
행동으로 또는
환경적으로 표출됩니다.

언어적으로

"영어를 잘해요." = 당신은 외국인이다.

"명료하게 말을 하네요." = 너의 인종의 사람들은 머리가 좋지 않아.

"너는 왜 항상 시끄러워?" = 여기서 너희 문화대로 하면 안돼.

비언어적으로

유색인종이 길거리를 걸어가고 있을 때, 백인 여자는 핸드백을, 백인 남자는 지갑을 움켜잡는다.
= 유색인종은 위험해.

유색인종이 상점 안으로 따라 들어왔을 때 = 유색인종은 범죄자들이다.

동양 사람들은 수학이나 과학을 잘 한다고 가정한다. = 너가 동양사람으로 보이는데, 너는 이 땅의 이민자이다.

환경적으로

남부 연방 깃발과 같은 상징물 = 너는 여기에 속하지 않는다.

미국 원주민이나 캐나다 원주민을 나타내는 이미지는 스포츠 팀의 마스코트로 사용된다. = 나는 너의 문화그룹을 야만인으로 묘사한다.

고인의 날(Day of the Dead skulls) 축제에 사용되는 전통의상, 기모노, 아랍 사람이 낙타를 탈 때 입는 긴 튜닉의 사용은 = 나는 당신의 문화를 조롱할 권리가 있다.

ParentWiser

이 토픽에 대해 더 자세히 알고 싶거나, 또는 공평과 동등성, 특권, 함축된 편견의 차이에 대한 이해도를 증진시키고, 자녀들을 제도적으로 인종차별을 없애는 일에 효과적으로 참여시켜 함께 일하도록 하는 방법에 대해 알고 싶으시면, 홀린스 박사의 강연 비디오를 보세요. <https://www.parentwiser.org/watch-videos>. PTA/PTSA 회원은 이 비디오 영상은 물론이고 다른 유용한 교육 비디오도 보실 수 있습니다.





이사과 시에 사는 유대인

데나 커니시
이사과 학군 학부모

미국에 사는 유대인들의 삶의 경험을 하나로 단정지을 수가 없으며, 각자의 유대인 가정은 자신들만의 스토리를 가지고 있습니다. 저의 가족은 9년 전에 오하이오 주의 신시네티시에서 이사과시로 이사를 왔습니다. 저희 가족은 신시네티의 유대인 커뮤니티에서 적극적으로 참여/활동했으며, 이사과에 이사오게 되어 아주 기뻐했습니다. 저희는 미 서북부에서 더 다양한 문화를 접하고, 문화/인종적 포용성을 경험할 수 있을거라 기대했기 때문입니다.

저는 신시네티에서 남편 마이크를 만났지만, 우리 두사람은 신시네티 출신이 아닙니다. 마이크는 마이애미에서 자랐고, 저는 뉴욕시 근처인 뉴저지 외곽에서 자랐습니다. 마이크의 어머니는 이스라엘에서 자랐고, 마이크의 아버지는 미국의 유대인 가정에서 태어났습니다. 저는 홀로코스트 생존자의 증손녀입니다. 우리 가족은 미국 전역, 유럽과 이스라엘에서 살고 있습니다. 우리 집은 누가 봐도 딱 유대인 가정인걸 알 수 있게, 유대인 책, 아트 그리고 기념일에 쓰는 물건들이 가득합니다. 저희 딸은 그랜드 리지 초등학교 5학년으로, 히브리어 학교도 다니고 있으며, 내년엔 퍼시픽 캐스케이드 중학교에서 있을 다문화 행사에서 이스라엘을 대표할 기회를 학수고대하고 있습니다. 저희 아들은 이사과 고등학교 9학년에 재학중이며, 중학교 때부터 유대인 의식 행사를 잘 따랐습니다. 제 아들은 항상 키파라고 불리는 작고 동그란 모자 같은 것을 머리에 쓰고, 치치트(tzitzit)이라고 불리는 4개의 술이 달린 속옷 같은 옷을 입고 다닙니다. 우리 집의 성인 남자들도 항상 키파나 치치트를 입고 다니지는 않거든요. 저희 가족은 종교적 관행을 고수하는 아들의 선택을 존중하고 지지합니다.

유대교는 다양하며, 전 세계에 전파되어 있습니다. 클랄 이스라엘(Klal Yisrael)의 이념은 --“이스라엘 공동체”-- 모든 유대인을 언급합니다. 그리고 자신의 배경이나 종교에 상관없이 공동체 의식을 고취합니다. 저희 아들은 종교 의식을 준수하기 위해 (금요일 일몰 후부터 일요일 밤까지) 금요일 밤에 있는 방과 후 행사는 참가하지 않습니다. 또한 제 아들은 일정 음식은 금하고, 식사 제한을 준수하기 위해 코셔(kosher) 음식만 먹습니다. 같은 유대인이라도 개개인마다 종교적 또는 문화적 준수 사항이 다를 수 있습니다. 다른 사람과 마찬가지로, 저희도 우리의 목소리/의견이 존중되길 바라며, 어느 미국인처럼 다양한 미국적 삶의 경험도 즐깁니다. 더욱더 포용적인 커뮤니티를 형성하기 위해 여러 가정과 교직원들에게 도움이 될 만한 유대인 문화전통을 소개합니다:

1. 유대인 명절(Rosh Hashanah, Yom Kippur, and Sukkot)은 9월 또는 10월달에 있습니다. 많은 사람들은 며칠동안 학교나 일을 하러 가는 대신에 유대교 회당으로 갑니다. 저는 이런 명절때문에 아이들이 결석한다는 것을 미리 학교에 알립니다. 이것은 일년 중 가장 중요한 명절입니다.

2. 봄시즌에는 8일동안 유월절(패소버)이 있습니다. 교회가 아니라 집에서 기념 행사가 있으며, 식이 제한을 하며 학교/직장에 나가지 않는 것으로 유명합니다. 빵(특히 효모가 든 빵)을 먹지 않는 식이 제한이 있지만, 요즘은 글루텐이 들어가지 않는 음식 옵션이 많아져서 이런 식이 제한이 아주 쉬워졌습니다!

3. 유대인 명절은 하루 전날 일몰 때부터 시작됩니다. 우리는 음력 달력을 사용하고, 명절을 정확한 시기에 즐기기 위해 매 3년마다 윤달을 더합니다. 유대인도 그레고리안 달력을 보고 날짜를 계산합니다. 차바드(Chabad)와 같은 웹사이트(www.chabad.org/holidays/default_cdo/jewish/holidays.htm)에서는 모든 명절들의 리스트를 볼 수 있습니다. 학교나 PTSA 행사가 있을 경우 이런 명절 날짜를 잘 기억하는 것이 좋습니다. 이 웹사이트에서는 밤에 준수해야 하는 항목들과 관습에 대해서도 알려줍니다.

4. 하누카(Hanukkah)는 큰 명절로 크리스마스 와 여러 홀리데이가 있는 시즌에 있습니다. 크리스마스는 유대인의 전통과는 다릅니다. 어떤 가정은 하나 이상의 명절을 기념하지만, 우리 가정에서는 하누카만 기념합니다. 유대인 가정이 크리스마스 행사에 참가하는 정도는 가정마다(편함/불편함의 정도에 따라) 다릅니다.

5. 반유대주의는 현존하고, 요즘의 정치적 영향으로 오히려 증가했다고 말하는 사람도 있습니다. 2018년에 있었던 피츠버그의 유대교 회당(Tree of Life synagogue) 총기 살인사건 이후에도 안전요원을 배치하지 않았던 유대교 회당과 유대인 단체들도 현재, 무장한 안전요원의 배치가 필요하다고 절실히 느낍니다. Claims Conference의 설문조사에 따르면, 미국인의 50%는 유대인 포로 캠프의 이름을 모르고, 밀레니얼 세대들 중 1/4은 홀로코스트에 대해 들어 본적도 없으며, 미국인의 1/3은 제 2차 세계대전에서 6백만명의 유대인이 학살되었다는 사실조차도 믿지 않는다고 합니다(www.claimscon.org/study/). 미국에서는 11개 주에서만 학교에서 홀로코스트에 관해 가르치도록 법으로 규정하는데, 워싱턴주는 여기에 포함되어 있지 않습니다. 지난 4월에 워싱턴주는 중·고등학교 교과 과정에 홀로코스트 교육의 포함을 “강력히 권장한다(strongly encouraging)”는 법안을 통과시켰습니다. 이것은 바람직한 움직임이며, 아직도 갈 길이 멀다고 생각합니다. 더 자세한 법안의 내용은 관련 자료(www.holocaustcenterseattle.org/images/Education/FAQs-Legislation_Final.pdf)를 참고하시고, 시애틀에 있는 Holocaust Center for Humanity (www.holocaustcenterseattle.org)가 제공하는 워크숍, 웨비나(웹 세미나), 행사를 통해 알아보세요.

저를 포함한 우리 가족은 이사과-시애틀 지역에 살게 된 것을 아주 감사하게 생각합니다. 우리 가족은 다양한 유대인 커뮤니티뿐만 아니라 이곳의 다양한 문화와 신앙을 경험할 기회를 찾고 있습니다. 우리 모두는 서로 다른 점보다 공통점을 더 많이 가지고 있습니다. 다양한 문화를 존중하고, 감사하며, 함께 축하하는 이 동네에 살게 되어서 아주 행운이라고 생각합니다.

문화인식도가 높은 자녀 양육하기

로라 니
이사과 학군 학부모

미국에서의 교육이 주로 서양문화와 문학에 중점을 둔다고 할지라도, 제 딸은 다른 나라와 문화에 대해 심도 있게 배울 수 있는 기회가 있었으면 좋겠습니다. 학생들이 중국 유산 또는 같은 반 친구의 문화에 관련된 흥미로운 점을 서로 공유하고 연구하는 모습을 보기를 바랍니다. 그리고 교사들이 어린 학생들을 위해 다른 문화를 가르치거나, 그에 관한 책을 읽어 주면 아주 좋을 것 같습니다.

모든 학생과 교직원이 그들의 가족 문화의 정체성을 이해한다면 좋을 것 같습니다. 우리 모두는 문화 유산을 가지고 있으니까요.

저는 항상 서양 아이들도 다른 문화에 대해 어느 정도는 알고 있다는 생각합니다. 아마도 제한적이거나 편견이 있는 지식을 가지고 있겠지요. 저는 아이들이 미국 이외의 나라에서 일어나는 일에 대해 더 많이 배워야 한다고 믿습니다. 일부 학교에는 다문화의 행사가 있기는 하지만, 이런 하나의 행사만으로는 부족합니다.

가족 문화의 정체성을 아는 것은 자신의 가족 문화와 실제 살고 있는 나라의 문화 사이에서 자신의 정체성을 찾으려 하는 많은 학생들에게 도움이 된다고 생각합니다.

저희는 제 딸들이 중국어로 말하고, 듣고, 읽기를 하도록 장려하고 있습니다. 중국어 교육이 중국 문화와 선조들을 이해하는 최선의 방법이라고 생각하기 때문입니다. 아이들이 힘들어 할 때도 있지만, 그럴 때마다 저희는 아이들에게, 단순히 부모나 조부모가 중국에서 왔기 때문에 중국어를 배우는 것이 아니라, 그들 본인들의 성공적인 미래에 도움이 되기 때문에 배우는 것이라고 알려줍니다! 전 세계가 긴밀하게 연결되어 있기 때문에 다른 나라의 문화와 친숙한 것이 우리 아이들에게 큰 장점이 됩니다.

우리가 고립적으로 사는 것이 아니기 때문에, 눈과 마음과 귀를 열고 다른 나라에서 다른 문화를 가지고 살아가는 사람들의 말을 들으며, 그들을 이해하는 것이 중요하다는 것에 대해 저희 아이들에게 강조합니다. 아이들은 다른 언어와 문화를 자연스럽게 배우는 능력을 가지고 있고, 저는 우리 아이들이 중국어를 쓰는 것을 스스로 자랑스러워 하기를 바랍니다. 학교에서 이런 교육을 받지 못하는 경우에도, 자녀의 문화 인식도를 높이는데 도움이 되는 방법은 다음과 같습니다.

높은 문화 인식도를 가진 아이로 키우는 10가지 방법

- 1- 인터넷서널 식료품 가게에서 장을 보고, 아이들에게 전통 음식 요리법을 가르쳐 주세요. 저희 아이들은 완탕(wonton)이나 만두 만드는 일을 돕는 것을 좋아합니다. 저는 다른 문화의 요리법을 배우는 것도 똑같이 중요하다고 생각합니다!
- 2- 다른 문화를 가진 친구나 같은반 친구와 함께 문화 행사에 참여하거나 행사장에서 도와주세요.
- 3- 자녀가 다른 언어를 배울 수 있도록 격려해 주세요. 만약 집에서 쓰는 제 2개 국어가 없다면, 어린이를 위한 외국어 학습 앱인 Duolingo 또는 Babbel을 이용하세요. 중국어(만다린)의 경우, iChineseReader를 추천합니다.
- 4- 다른 문화에 관련된 서적을 읽으세요. (15페이지를 참고하여, 여름 독서 프로그램에 등록하시고, 자녀가 다문화 서적을 읽고 있는 동안 독서량을 기록하세요!)
- 5- 만화나 외국영화를 함께 보세요! 우리 가족은 클래식 만화영화인 "The Monkey King", "Nezha Conquers The Dragon King", 코믹 시리즈 "The Big Head Son And Little Head Father"를 좋아합니다.
- 6- 자녀의 듣기 능력과 이해력을 향상시키기 위해서는 자녀의 말을 잘 들어 주어야 합니다. 도서관에는 훌륭한 자원들이 있습니다! 제 딸이 제일 좋아하는 오디오북은 4학년 중국 아이에 관한 현대 소설인 "Mi Xiaoquan School Notes"입니다. 아주 재미있고, 읽기 쉬운 책입니다.
- 7- 고전이나 인기있는 외국 게임도 함께 해보세요. 저희 집에서는 Xiangqi, Chinese Chess, Go, Five In a Row, Chinese Rubber Band, Hand Rope 게임을 합니다.
- 8- 크래프트나 아트 프로젝트를 만들어 보세요. 제 딸은 Shuriken, 종이별, 종이학, 종이배 접는 것을 좋아합니다.
- 9- 박물관을 방문하여 다른 문화의 예술 작품도 감상하세요.
- 10- 다른 나라를 직접 체험하고 이해하기 위해서 가족 여행을 떠나 보세요. 문화 체험을 위한 여행이라면 미리 계획을 세우세요! 많은 돈을 들이지 않고도 아이들과 함께 할 수 있는 활동은 많습니다. 예를 들면, 대중 교통 이용하기, 전문 식료품점 구경하기, 인터넷서널 디스트릭에서 하는 무료 행사에 참여하기, 또는 요리 클래스에 참여 등이 있습니다. 이런 일들은 약간의 호기심과 계획만 있으면 가능합니다.

이사과학군 학생 에퀴티(형평성) 위원회

이사과학군 학생 에퀴티 위원회 팀

"인종차별은 전세계에서 일어나는 것은 아닙니다. 장애인 차별, 성 차별, 동성애 혐오, 외국인 혐오, 계급 차별 그리고 정체성에 관한 다른 차별도 마찬가지입니다. 조지 플로이드가 살해당한 이 나라에서는 정부의 반유대인 범죄율도 전례없이 높아졌고, 정부의 건강관리 정책은LGBTQ+(레즈비언, 게이, 양성애자, 트랜스젠더, 퀴어, 성소수자) 커뮤니티를 차별하고 있어서, 우리의 노력으로 쟁취한 평등이 과연 얼마나 진보했는지에 대해 스스로에게 질문하게 됩니다. 우리 아이들이 다니는 학군에는 교사의 88.8%가 백인이며, 백인 인구수와 흑인 인구수의 비율은 296:1으로 그 수가 압도적으로 많습니다. 우리 학군은 형평성에 대한 절박한 요구를 진정시키고자 하는 희망으로, 사회 전반의 이슈가 된 큰 '사건'이 터질 때마다, 연속해서 사과/유감의 편지를 보내고, 24시간 '교육/트레이닝'을 보강하며, 실제 실천하는 행동을 보여줌으로써 우리는 잘하고 있다고 생각하게 만듭니다. 기득권층에게 유리하게 만들어진 세상에서, 우리 커뮤니티의 소외계층은 날이 갈수록 무너져 갑니다. 수년간의 변화/혁신을 거쳤지만, 불평등/차별은 여전히 일상 생활에 존재합니다.



이것은 수백만 미국인의 삶의 경험입니다. 이것은 수천명의 이사과 주민이 겪어온 삶의 경험입니다. 이것은 또한 태어나서 십대에 이르기까지 품어온 평등에 관한 갈망으로 연대하는 우리 학생들의 경험이기도 합니다.

이사과 학군의 학생 에퀴티 위원회는 우리 학군 전역에 있는 소외계층 학생들의 다양한 그룹과 동맹으로 구성되었습니다. 학생들은 매주 몇 시간씩 미팅을 통해 학교에서 만연한 불평등에 관한 해결책을 논의합니다. 이 학생들은 학교에서 자신들이 겪은 경험을 바탕으로 학교에서의 진보적인 생각/행동이 급선무라고 강조합니다.

학생들이 교내의 평등 정착이 긴급하게 이루어지길 바라는 마음과 함께, 학군이 비슷한 경험/취급을 당했다는 사실만으로 모든 소외된 계층의 사람들을 개인의 정체성과 상관없이 한 부류로 동일시 여기는 실수를 한다는 사실에 좌절감을 느낍니다. 평등의 교차성을 이해하고 평등은 그것에 영향을 받게 되는 개별적 경험이라는 것을 인지하면서, 위원회는 회원들이 자신의 정체성 그룹을 옹호할 수 있도록 동호회를 결성했습니다. 각 그룹은 자신이 속한 민족/인종 사람들의 필요를 우선시하는 동시에 커뮤니티 전체의 평등을 함께 추구하고, 이 과정에서 사회적 격차를 줄이기 위해 커뮤니티의 모든 사람들을 포용합니다.

동호회의 학생들이 주도하는 프로젝트는 위원회가 하는 일의 핵심입니다. 위원회는 바람직한 대명사(호칭) 사용의 중요성, 유색 인종학생들을 위한 멘토링 프로그램의 개발, 갈 곳이 없는 학생들을 위한 안전한 장소 제공, 모든 종교를 포용하는 학사일정 캘린더의 재구성 아이디어를 프레젠테이션에 포함했습니다. 평등은 과거에 노력한 모든 사람들의 노력과 현재 애쓰고 있는 모든 개인들의 공동 노력을 수반합니다. 동호회가 하는 일들은 소외 계층의 학생들이 매일 겪고 있는 어려움을 지역사회에 알릴 뿐만 아니라, 기득권층의 입장에서 이 문제를 논하는데도 기여합니다.

이를 위하여 ISD Student Equity Council(이사과 학생 에퀴티 위원회)는 교육현장에서 형평성을 막는 장벽을 극복하는 일을 적극 지원하여, 어떤 학생도 불평등한 대우를 받지 않도록 합니다. 이 위원회는 학생회를 대변하여 행정직원들 및 성인 지도자들과의 직접적인 협력을 통해 더 평등한 미래를 만들기 위해 계속해서 노력합니다. 위원회와 위원회가 추진하는 프로젝트에 관한 더 자세한 내용은 웹사이트 (<https://isdequity.wixsite.com/>)를 참고하시거나 이메일(isd.equity@gmail.com) 하세요.

벨뷰 도서관의 웰컴 센터

이민자, 피난민이시거나 또는 최근에 이사를 오셔서 이 지역의 여러가지 자원을 찾는데 도움이 필요하십니까? 도서관의 웰컴 센터에 연락하시면 친절하게 여러분이 필요로 하는 정보와 서비스를 찾아드립니다. 웹사이트를 참고하세요:

<https://kds.org/welcoming-center/>

- 기초 서비스 (음식, 옷 또는 주거 지원)
- 교육
- 건강
- 도서관의 자원과 서비스
- 센서스 정보
- 일자리
- 이민 및 법적 문제
- 사교 또는 종교적 모임 연결

저희를 도와 주시겠습니까?

Step Up for kids



우리 커뮤니티는 전례가 없는 어려운 시기를 맞고 있습니다. 우리 사회의 모든 분야의 사람들이 코로나-19 팬데믹으로 고통을 겪고 있습니다. 이사과학교재단에 기부하는 것은 교육환경이 급격하게 변하는 이 시점에서 아주 중요합니다.

이사과학교재단은 1987년도부터 학생과 교사들을 위한 프로그램과 자원들을 위한 재정지원을 해오고 있습니다. 저희는 온라인 수업에 참여하는 20,000명 이상의 학생들을 위해 테크놀로지와 온라인 학습 툴들을 제공함으로써, 학교에 당장 필요한 지원을 해주는 동시에 교육의 혁신을 도모합니다.

여러분의 기부를 부탁드립니다. 저희가 우리 지역사회에 큰 영향력을 미치고, 현 상황에 민첩하게 대처할 수 있도록 도와주세요.

우리 아이들을 위해 isfdn.org으로 기부해주세요!



ISSAQUAH
SCHOOLS
FOUNDATION

