



# 바른 자녀 교육은 좋은 습관에서

박홍목/전 PSA 자녀성공 어머니스쿨 부원장

**부** 모가 자녀에게 줄 수 있는 최고의 교육은 좋은 습관을 물려주는 일입니다.

습관은 저절로 만들어지지만 좋은 습관은 노력해야 만들 수 있습니다.

흔히 우리 부모들은 자녀가 잘못된 행동을 했을 때, 먼저 벌을 주어 바로 잡으려고 할 때가 있습니다.

자녀가 늦게 일어나거나, 제시간에 밥을 먹지 않거나, 컴퓨터 게임에 빠져 있거나, 책을 자주 찢거나, 장난감을 망가뜨리거나 하는 경우에 부모들은 자녀에게 손을 들고 서 있게 하기도 하고, 종아리를 때리기도 하는 등 벌을 주는 행동을 합니다.

벌이 전적으로 나쁘다고는 할 수 없지만 자녀의 잘못된 행동을 대부분 벌로써 다스린다면 자녀를 키우는 것이 재미있는 것이 아니라 힘들고 짜증스럽게 느껴지는 것입니다.

좋은 습관을 만들기 위해서는 자녀의 행동을 부모가 조절하는 것이 아니라 자녀로 하여금 자신의 잘못된 행동 때문에 자연스럽게 일어나는 결과를 자녀가 감수하고 해결하도록 하는 것입니다.

예를 들면, 민지는 제시간에 밥을 먹지 않는 나쁜 버릇이 있다고 합시다.

엄마:민지야 밥먹자.

민지:밥먹기 싫어요.

엄마:지금 안먹으면 나중에 배가 고플거야.

민지:난 안먹을래요.

민지가 밥을 먹지 않자 엄마가 상을 치웠는데, 한참 후에 민지가 배가 고프다고 하자 다시 상을 차려 주었습니다. 민지는 속으로 '제시간에 밥을 안먹어도 내가 배고프다고 하면 엄마는 상을 차려주는구

나'라고 생각하며 계속 제시간에 밥을 먹지 않는 것입니다. 이러한 엄마의 행동은 민지의 행동에 대해 대신 책임을 진 것입니다. 이렇게 해서는 결코 좋은 습관을 만들수가 없는 것입니다.

엄마:민지야 밥먹자.

민지:싫어요.

엄마:엄마가 밥먹고 언니 학교에 가야하니깐 빨리 밥을 먹고 상을 치워야 하는데.

민지:난 안먹을래요.

엄마:지금 안 먹으면 나중에 배고플거야. (상을 치움)

엄마가 돌아오자 배가 고파진 민지는 '엄마 배가 고파요' 하고 조른다.

엄마:배가 고프다니 안됐구나. 저녁 식사 시간에 밥을 먹도록 하자. (상을 차려주지 않음)

위에 예에서 엄마는 민지에게 밥을 제시간에 먹지 않은 데 따르는 자연적이고

논리적인 결과, 즉 배고픔을 경험하게 한 것입니다. 따라서 민지는 제

시간에 밥을 먹지 않으면 엄마가 밥을 차려주시지 않으므로 배고픔을 경험하게 되어 제시간에 밥을 먹는 습관을 몸에 익히게 될 것입니다.

책을 자주 찢는 자녀에게는 찢어진 부분을 스키티 테이프로 붙이게 해 사용하게 할 필요가 있으며, 장난감을 망가뜨렸을 때, 운다고 사주거나 벌을 준 후 다시 사주지 말아야 합니다. 이렇게 함으로써 자녀가 좋은 습관을 갖도록 하게 되고, 책임있는 사람, 자율적인 사람으로 성장하게 되는 것입니다.

