



# 어떻게 해야 합니까?

송종웅/심리학 박사, 서울학습장애상담센터 소장

“저희 아들은 5살입니다. 무슨 일을 하다가 잘 안되거나 원하는 대로 안해주면 소리를 지르면서 주위 사람을 때립니다. 아무리 그렇게 하지 말라고 타이르고, 혼내도 또 그렇게 합니다. 어떻게 해야 합니까?”

“어떻게 해야 합니까?” 부모들이 상담을 할 때 자주 쓰는 말이다. 아이가 문제 행동을 보이면 어떻게 고쳐야 하나? 항상 방법을 먼저 물어온다.

아이가 이런 행동을 할 때 부모들이 아이에게 하는 말은 대개 다음과 같다.

“그렇게 하지마! 혼난다.”

“엄마가 하지 말라고 했잖아. 너 엄마 말 안들올래!”

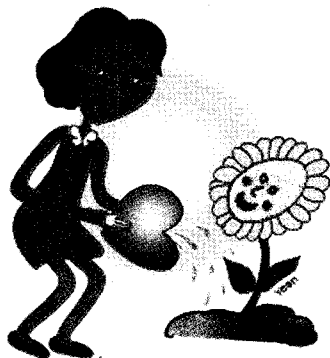
이 보다는 조금 나은 방식을 말하는 부모들은 이렇게 말하곤 한다.

“다른 사람을 때리는 행동은 나쁜 짓이야. 그러지 않도록 해.”

첫번째 부류의 부모들은 상당히 처벌적이고 강제적이다. 이런 부모들은 아이가 반복해서 문제 행동을 보이면 실제로 매를 댄다든지 때린다든지 하는 행동을 보인다. 소리지르고 때리는 아이와 다를 바 없다.

두번째 부류의 부모는 좀더 침착하면서도 엄하다. 하지만 때리는 행동이 왜 나쁜지 설명이 없기 때문에 아이의 정서발달이나 행동 통제력의 발달에 그다지 도움이 되지 않는다.

그럼 어떻게 이야기하는 것이 좋을까?



어떻게 아이의 행동을 고칠까를 생각하기 전에 왜 아이가 이런 행동을 할까를 생각해 보면 어떻게?

“이 아이는 왜 소리지르고 남을 때릴까?”

아이든 어른이든 자기가 하는 일이 원하는 대로 되지 않으면 속상하고 좌절스럽다. 좌절되면 화가 나기 마련이다. 성숙한 어

른이라면 이럴 때 소리를 지르거나 폭력을 행사하는 것을 참고 “지금 화가 난다”고 말로 표현할 것이다. 하지만 어린아이들은 아직 자신이 어떤 감정을 겪고 있는지 인식하는 능력이 부족하기 때문에 말로 표현하지 못하고 행동으로 표현하는 경우가 많다. 진정한 부모라면 당연히 아이가 행동으로 보내는 언어를 이해하려고 애쓰고, 이를 말로 표현해 주어야 한다. 그러는 것이 아이의 정서와 통제력 발달에 도움이 된다.

“너 지금 네 뜻대로 안돼서 화가 났구나. 화가 나서 막 소리치고 뭘 때리고 싶은 모양이지.”

이렇게 말해주면 아이가 어떤 느낌이 들까? 그런 후에 때리면 안되는 이유를 설명해 줄 수 있다.

“누가 널 때리면 너 아프고 화나지? 마찬가지로 네가 엄마를 때리면 엄마도 아프고 화가나. 엄마가 화난다고 널 때리면 어떻게겠어? 기분 나쁘지? 그러니까 네가 화난다고 다른 사람을 때리는 것은 좋지 않은 일이야. 알겠니? 잘 안돼는 것이 있으면 엄마한테 와서 ‘엄마, 잘 안돼서 속상하고 화나요’라고 말해봐. 그럼 엄마가 도와줄게.” PPFK