



우리 아이가 노맨? 무조건 '싫다'는데...

부모넷 www.bomonet.or.kr

적당한 반항은 자기 의지가 확고하다는 표현으로 매우 긍정적으로 이해할 수 있다. 그러나 아이가 만약 시도 때도 없이 상황과 무관하게 '싫다'는 거부 의식부터 한다면 분명 정서적 문제가 있다. 짜증이, 고집쟁이, 심술쟁이 등으로 불리우는 속 태우는 아이 '노맨'을 분석해보자.

무조건 '싫어'를 외치는 아이 행동

■ 고집이 심하다

누가 뭐라고 해도 자신의 판단대로 하려고 한다. 옳고 그르고를 떠나 자신의 뜻대로 하려고 고집을 피운다. 누가 뭐라고 해도 듣지 않으며 매도 소용이 없다.

■ 난폭한 행동을 보인다

자기 뜻대로 이루어지지 않으면 분을 참지 못하고 난폭한 행동을 보인다. 물건을 집어던지고 친구를 때리고 못살게 굴기도 하며 욕을 하기도

한다. 심지어 엄마를 때리는 아이도 있다.

■ 엄마를 당황하게 만든다

많은 사람들 앞에서 엄마의 약점을 꼬집어서 엄마를 창피 주기도 한다. 엄마가 당황스러워하는 것이 아이는 통쾌하다.

■ 부정적인 언어를 많이 사용한다

'난 이거 싫어' '난 이거 못해' 등등 긍정적인 언어보다는 부정적인 언어를 많이 사용한다. 따라서 아이와 상대하는 대부분의 사람들이 아이에게 거부감을 갖기 쉽다.

■ 말대답을 잘한다

선생님이나 부모 등 어른이 말할 때마다 아이는 툭툭 말대답을 한다. 어른이 그릇된 행동을 보면 가차없이 공격을 한다. 어른이 창피해하는 모습을 보면서 재미있어 한다. 전형적인 악동의 모습이다.

아이가 '노맨'이 되는 이유는 바로 이것!

아이가 성장하는 과정에서 자율성과 자신감이 싹틀 때, 그것을 제대로 살려주지 못하고 자꾸 억압하고 잔소리를 들으면 아이는 자신의 기를 꺾는 '예스맨' 적인 반응과 정반대로 꺾인 자존심에 대한 분노를 밖으로 거칠게 표출하는 '노맨' 적인 반응을 보인다.

기질적 차이에 의해서 선천적으로 유순한 아이는 '예스맨' 이 되는 것이고, 적극적이고 강한 아이는 '노맨' 이 된다. 아이를 키우는 엄마는 영유아기는 물론이고 전 과정을 거쳐서 아이를 너무 구속하고 과잉보호하는 태도는 버려야 한다.

'노맨' 의 반항기를 잠재우는 키포인트

■ 행동을 비난하기에 앞서 이유를 먼저 생각하자

'노맨' 은 집에서나 학교에서 말도 안 듣고 말 대답으로 자주 혼나기 때문에 더욱 반항적이다. 비난하기에 앞서 이유를 먼저 생각하는 여유 있는 모습을 보이는 것이 좋다. 예를 들어 아이가 밥을 먹다가 숟가락으로 식탁을 탁 내리쳤다고 하면 혼내기 전에 '반찬이 마음에 들지 않나?' 라고 이유를 물어보자.

이에 '동생만 맛있는 거 주고 나는 안 주니까 화가 나지' 라고 나름대로의 행동에 대한 이유를 말하게 된다. 아이의 행동에 이유를 생각하는 습관을 갖게 되면 아이를 혼내는 일이 줄어들고, 아이도 거칠고 반항적인 행동을 자제하게 된다.

엄마가 자신을 인정하고 믿어주었다는 신뢰를 보였기 때문이다. 만약 '너 밥 먹지 마!' '끓어!' 라고 다그친다면 아이는 더 분노하고 난폭한 행동은 지속될 것이다.

■ 문제 행동을 하지 않았을 땐 보상을 해주자

함께 얘기를 하면서 아이가 고쳐야 할 행동 한두 가지를 정한다. '엄마 때리기, 동생 때리기' 등의 수정해야 할 행동을 고르고 아이가 화났을 때도 이런 행동을 보이지 않는다면 원하는 물건을 사준든가, 용돈을 올려주는 등의 보상을 해준다. 한 가지 두 가지 늘려 가다보면 아이 전체의 행동이 바로잡히는 효과가 있다.

■ 잘못된 행동은 무시하자

아이가 난폭한 행동이나 욕설 등 안 좋은 행동을 보였을 때는 무시하자. 잘못된 행동을 했을 때 자꾸 지적하고 혼내면 그 행동을 반복하게 된다. 잘못된 행동은 모른 척 넘어가고 예쁜 행동을 했을 때 약간은 과장되게 칭찬하고 보상해주자. 훨씬 효과가 있다.

■ 눈맞춤 대화를 많이 하자

정서적으로 문제가 있는 아이들은 부모와의 관계가 원만치 못하다. 신뢰감 형성을 위해 효과적인 방법으로 눈맞춤 대화법이다. 아이와 눈을 맞춘다는 것 자체가 매우 적극적인 관심의 표현이 된다.

이런 분위기에서 아이 말을 경청하고, 엄마의 견해를 제시하는 등의 대화를 자주 해보자. **PPPK**