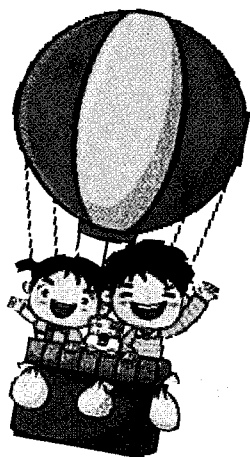


적절하고 진심이 담긴 칭찬

아이를 자라게 하는 법 따로 있다

부모넷 www.bomonet.or.kr

칭찬할 때도 적절하고 진심이 담긴 칭찬은 아이를 쉼 없이 자라게 하는 자양분과 같다. 자녀를 칭찬할 때는 남과 비교하지 말고, 결과 뿐 아니라 과정에 대해서도 칭찬한다. 하루에 한 가지라도 칭찬할 거리를 찾아보자.



무엇보다 일관성 있는 것이 중요

자녀양육에서 칭찬과 꾸중을 병행하지 않을 수 없다. 둘 다 아이한테 바람직한 행동을 요구하는 양육수단이다.

하지만, 칭찬은 올바른 행동을 증가시키는 '강화의 원리'에 기초하고 있는 반면, 꾸중은 바람직하지 않은 행동의 제거라는 '삭감의 원리'에 바탕을 두고 있다.

김원중 경남대 교육학과 교수는 “꾸중은 지금까지의 바람직하지 않은 행동을 덜하게 할 수는 있어도 그것이 곧 바람직한 행동을 유발하는 것은 아니다”라며 “꾸중을 많이 들은 아이는 가만히 움츠리고만 있을 가능성이 높다”고 말했다.

많은 부모들이 “칭찬을 하려 해도 아이한테 칭찬거리가 없다”고 쉽게 말한다. 하

지만, 아이의 올바른 행동은 당연하게 여기고, 잘못된 행동에만 민감하게 반응하지 않는지 반성해봐야 한다.

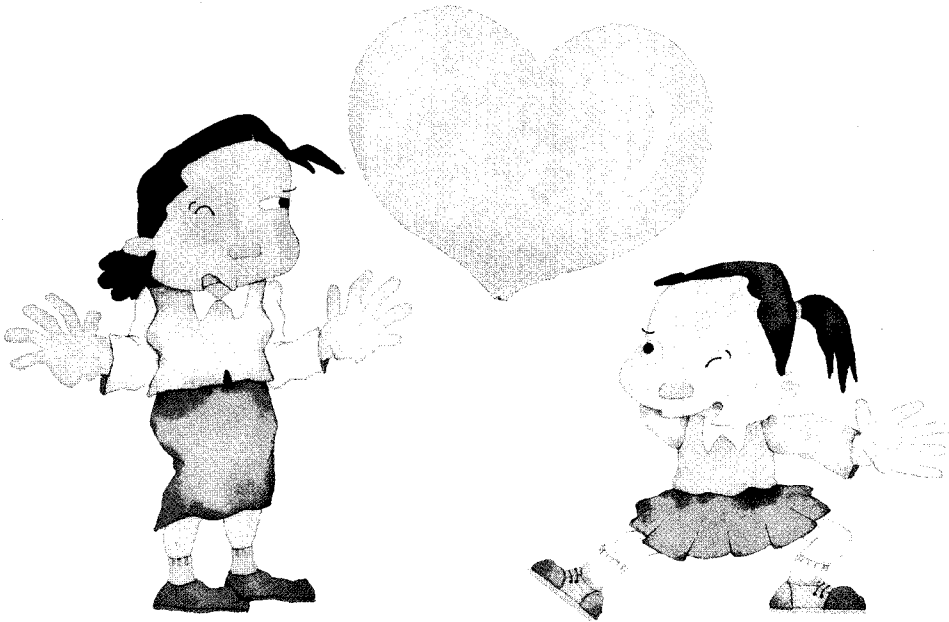
올바른 칭찬, 꾸중에 대해 이강이 서울대 아동가족학과 교수는 “초점이 정확하고, 일관성이 있어야 한다”고 강조한다. 이 교수가 제시하는 구체적인 칭찬, 꾸중 요령에 대해 알아보도록 하자.

칭찬은 이렇게

○ 남과 비교하지 말고, 아이 개인의 행동 자체만을 칭찬한다.

○ 결과 뿐 아니라 과정에 대해서도 칭찬한다. 그러려면 평소 자녀에 대한 관심과 애정이 전제되어야 한다.

○ 아이가 어릴 경우 칭찬과 함께 구체



적인 보상물을 주는 것도 괜찮다. 하지만 아이가 커갈수록 부모의 인정, 신뢰 같은 무형적 보상의 효과가 더욱 커진다.

○ 아이의 행동에 대한 부모의 긍정적 감정을 구체적으로 이야기해준다. 아이가 자신의 행동이 부모에게 구체적으로 좋은 느낌을 준다는 것을 알게 될 경우, 자신에 대한 평가 역시 긍정적이 될 수밖에 없다.

○ 적어도 하루에 한가지 정도, 아이에게서 칭찬할 거리를 찾아보자.

꾸중은 이렇게

○ 아이가 아무리 어리더라도 존중과 이해를 기본 전제로 해야 한다.

○ 어른이라고 무조건 훈계식으로 이야기하지 말고, '나 전달법'을 사용한다.

○ 아이가 잘못된 행동을 했을 때 꾸중을 나중에 미루지 말고 즉각 반응한다. 단 감정의 통제가 힘든 경우 잠시 시간을 미룰 수 있다.

○ 체벌 전에 아이가 왜 그런 행동을 했는지에 대해 생각해 본다. 원인에 대한 정확한 이해는 바른 해결방법을 제시해준다.

○ 어린 자녀의 경우 습관 형성의 차원에서 부모의 일방적 체벌이 필요한 경우도 있다. 그러나 어느 경우이건 체벌을 일관성 있게 적용해야 하고, 아이의 감정을 무시하는 태도는 지양해야 한다.

○ 자녀가 커갈수록 자신의 잘못된 행동으로 인한 결과를 직접 체험케 함으로써 스스로의 행동에 책임감을 갖도록 해야 한다. 체벌의 조건이나 기준 등에 대해 함께 의논해 결정할 수도 있다.