

학령기 아이의 '자아 존중감' 키우기

학령기 아이에게 가장 중요한 것은 바로 자존감을 키우는 일이다.

'베스트베이비' (smlounge.co.kr)에 따르면 유아기까지 부모의 전적인 사랑을 통해 스스로를 제일이라 여겼던 아이도, 학령기에 들어서 공동체 생활을 접하면 비로소 객관적인 자신의 위치를 자각한다. 공부라는 과업을 통해 좋은 점수 비교가 되고 교우관계의 어려움도 겪으면서 자존감의 기복을 겪는다. 친구가 없어서 풀이 죽고, 시험을 못 봐서 기를 못 펴는 날이 생긴다. 학령기의 자존감은 반복적인 성공과 실패의 경험을 통해 기복을 겪다가 고학년에 이르러서야 조금씩 유의미한 차이를 보인다.

이때 공부를 잘한다고 해서, 인기가 많다고 해서 자존감이 높은 아이라고 단정지을 수는 없다. 그보다는 실패를 받아들이는 자세에서 결정적인 차이점이 드러난다. 자존감이 높은 아이는 일이 뜻대로 되지 않을 때, 혹은 실수했을 때라도 "괜찮아, 다음에는 잘할 수 있어", "다 잘될 거야, 난 할 수 있어!" 라고 긍정적으로 반응한다. 반면 자존감이 낮은 학생은 "난 뭘 해도 안 돼", "나는 잘하는 게 없어" 라고 부정적으로 반응하며 스스로에게 실망한다.

이처럼 자존감을 이루는 한 축이 자신감이다 보니 성취 경험은 아이에게 여러모로 중요하다. 그런데 엄마가 하라고 해서 이룬 성공, 선생님이 시켜서 해낸 결과물보다 더 큰 힘을 발휘하는 것은 바로 자기 힘으로 이루어낸 성취이다. 아이에게 할 수 있는 기회를 주자. 아이의 자존감을 위해서, 아이 대신 해주기보다 스스로 해낼 수 있도록 기회를 줘야 한다.

■ 자아 존중감 키우는 4가지 공식

■ 할 수 있는 일은 대신 해주지 않는다.

해보기도 전에 어른에게 도움부터 청하는 아이들이 있다. 충분히 할 수 있는 일인데도 못한다고 손사래부



터 친다. 무언가를 직접 해결해본 경험이 적기 때문이다.

아이들은 경험하지 않으면 자신이 무엇을 할 수 있는지 잘 모른다. 기회가 있을 때 직접 해본 후에야 '아, 나도 할 수 있구나!' 를 깨닫는다. 물론 기회가 주어졌다고 해서 곧바로 행동으로 이어지는 것은 아니다. 용기를 내게 되기까지는 어른들의 믿음과 격려가 필요하다. 아이가 자신의 능력을 발휘하게 하려면 할 수 있다는 믿음과 잘하지 못해도 괜찮다는 격려를 동시에 전해야 한다. 부모가 먼저 결과에 대한 평가에서 자유로워져야 한다. 잘하지 않아도 된다. 해보려는 것이면 충분하다.

■ 못하는 일은 도와준다.

아이가 능력이 되지 않을 때는 대신 해주거나 못하게 막는 대신, 할 수 있는 방법을 찾아 도와주어야 한다. 엄마표 자존감 교육은 느린 아이를 끌고 가고 싶은 마음과 조급함을 견디는 과정에 있다. 도움은 주되 해주지 않고, 지켜는 보되 나서지 않아야 아이는 자기 힘으로 해볼 수 있다.

도움을 주고 싶다면 아이에게 먼저 물어보는 게 좋다.

■ 위험한 일이라면 안전한 환경을 만들어준다.

대부분의 초등학생들은 위험한 일에 무서움보다 재미를 먼저 느끼기 때문에 위험한 일이라도 서슴없이 해보려고 한다. 이럴 때는 조율의 기술이 필요하다. 무조건

안 된다고 하면 아이들은 더 하고 싶어서 안달이 난다. 혹은 잦은 통제와 제한 때문에 무력감에 빠지기 쉽다. 마음껏 허락하자니 다칠 것 같아 불안하고 못하게 하자니 아이가 실망하고 용기를 잃을 것 같아 가슴 아플 때는 어떻게 해야 할까?

가장 먼저 아이가 하고 싶어 하는 마음을 읽어주고, 위험에 대해 객관적으로 설명한 후 위험 요소를 제거한 환경을 조성해주는 방향으로 상황을 만들어가야 한다. 만약 안전한 환경 조성이 불가능하다면 어떻게 할까? 그럴 때는 합리적인 통제가 답이다. 혹은 대안을 제안하는 것도 좋다.

■ 안 하려고 하는 일이라면 격려하고 기다린다.

뭐든 안 하겠다는 아이들이 있다. 발표도 안 하겠다고 하고, 줄넘기를 해보기도 전에 무섭다고 뒷걸음질친다. 타고나기를 조심성이 많고 불안감이 많은 아이일 수도 있고, 자신감이 떨어진 상태라서 그럴 수도 있다.

그럴 때는 격려하고 기다리는 게 먼저이다. '다른 애들도 다 하니깐 너도 할 수 있어' 라는 독려는 남들은 다 하는데 왜 너는 못하냐는 비난이 담겨 있다. 어른들의 비교, 비난, 부정적인 피드백이 반복되면 아이들은 더욱더 '나는 못해' 라고 생각한다. 이럴 때일수록 부모는 '뭐 어때?' 라는 느긋한 태도를 보여야 한다.

하지만 기다리면 안 되는 것도 있다. 앞으로의 학업에 지속적인 영향을 주는 일이라면 무작정 기다려서는 안 된다. 수확처럼 동일한 내용이 학년이 올라갈수록 점진적으로 확대되는 나선형 교육과정을 이루고 있는 과목은 특히나 그렇다.

현재 학년에서 도달해야 할 성취기준이 다음 단계 배움의 출발점이 된다. 부족한 실력이 누적되면 학습에 대한 흥미를 잃고 자존감이 떨어지기 때문에 마냥 기다려 주어서는 안 된다. 마지막으로 실수나 실패해도 괜찮다는 생각을 심어주자. 실패했다는 건 최소한 무언가를 시도했다는 의미이고, 이는 배움과 성장으로 이어지는 것이기 때문이다.



럭키타이어

새봄맞이 감사 대 세일

HANKOOK TIRES

H735 215 60R 16 \$80 Each

KUMHO TIRES

TA 31 195 65R 15 \$70 Each

TA 31 215 55R 17 \$80 Each







NEW TIRES OIL CHANGE BRAKES

(714)530-2301

13128 Magnolia St. #A
Garden Grove, CA 92844

