

아이에게 “안 돼”가 필요한 순간

아이는 본능적으로 부모가 자신의 생각, 감정, 행동을 받아들여주길 원한다. 어떤 말과 행동을 했을 때 부모가 칭찬해주면 아이는 옳은 행동을 하고 있다고 생각하면서 자신감을 갖게 된다.

반대로 부모가 아이의 말이나 행동에 “안 돼” “하지 마” 와 같은 부정적 반응을 보이면 아이는 뭔가 잘못하고 있다고 느껴 당황하게 된다. 이러한 감정은 엄마 아빠가 자신을 사랑하지 않는다는 생각으로 이어져 정서 불안을 일으키고 나아가 자존감 형성에도 부정적 영향을 미친다. 그렇기 때문에 되도록 아이에게 긍정적인 말과 행동을 보이는 것이 좋다. 임신 출산 육아 전문지 ‘앙쥬’ (ange.co.kr)가 아이에게 “안 돼” 라고 말해야 할 상황에 대해 설명했다.

▶ 그럼에도 “안 돼”를 말해야 하는 순간

아이가 공격적인 말과 행동을 보일 때, 그리고 위험한 상황에 처할 때다. 아이의 말이나 행동이 예의범절에 어긋난 행동을 하거나 보편적 사회규범을 지키지 않으려고 할 때도 도덕성 발달과 사회 적응력을 높이기 위해 행동을 규제해야 한다

말만으로도 아이가 행동을 멈추지 않으면 강제로 제지하거나 상황에서 분리시키는 등의 방법을 동원해야 한다. 그래야 더 큰 문제 행동이나 사고로 이어지지 않는다.

■ 알아두면 쓸모 있는 “안 돼” 사용법

1. 최소한으로 사용해야 최대치의 효과를 얻는다

생각보다 “안 돼” 를 외쳐야 하는 순간이 많을 수 있다. 하지만 중요한 것은 제한적으로 최소한만 사용해야 더 효과적이라는 사실이다. 자주 사용하면 훈육 효과가 떨어지고 잔소리에 그칠 수 있다. 단, 같은 상황에 대해선 동일한 반응을 보여야 한다. 그래야 일관적인 훈육이 가능하다.

2. 기질에 맞게 사용한다



같은 말도 듣는 아이에 따라 효과가 달라질 수 있다. 순한 기질의 아이라면 크게 문제될 게 없지만 유독 까다롭거나 예민한 아이라면 좀 더 조심스럽게 사용하는 게 좋다. 아이의 기분이 상하거나 과도한 자극을 받지 않게 날카로운 목소리와 신경질적인 태도는 금물이다.

3. 부모의 태도가 중요하다

중요한 메시지일수록 한 마디 말보다 이를 전달하는 억양, 몸짓 등이 더 돋보이는 법이다. 아이에게 “안 돼” 를 말할 땐 단호하고 엄한 태도와 목소리를 유지해야 한다. 짜증이 섞이거나 화난 목소리여선 안 된다. 얼굴을 찌푸리거나 화난 표정을 보이거나 손을 들어 때리려는 듯한 몸짓은 부모의 공격성을 담은 표현으로 이는 아이를 움츠러들게 할 뿐이다.

4. 때론 가벼운 금지의 표현을 사용한다

단호하고 엄한 태도를 보여야 하지만 때때로 가벼운 언어나 행동으로 아이에게 메시지를 전달할 수도 있다. 예를 들어 “노노”, “어어쿠”, “아네테?” 등의 말이나 고개를 가로젓거나 손으로 X자 그리는 등의 표현으로 가볍게 의사를 전달한다.

사진=shutterstock

시니어 헬스케어 전문 **MART** 옆

HOWARD DRUGS

·깨끗한 시설 ·저렴한 가격 ·친절한 서비스

당뇨/ 고혈압/ 콜레스테롤 상담 전문

세리토스, 실비치, 싸이프러스, 롱비치, 하와이언 가든, 다우니

30년 병원 임상경험
*노약사에게 전화주세요



약사 노혜경
Pharm.D.
Board Certified
Pharmacotherapy
Specialist



하워드 약국

562-866-6011

20141 Pioneer Blvd. Lakewood, CA 92715

JSK 건축, 플러밍



물
새
요
:

Lic #1049049 재해복구 전문업체

제이킴

714.249.5469



커뮤니티 양로병원

한결같은 사랑과 기도로 내 부모님처럼 섬기는 양로병원

24시간 병간호

- 물리치료, 작업치료, 언어치료
- 링거투여, 호스피스케어
- 외상치료, 호흡기치료, 기관절개치료

각종 여가활동

- 각종 교육 프로그램
- 아트와 게임
- 종교활동
- 운동 프로그램

다양한 제공

병원 예약, 차량제공
영양상담과
다양한 메뉴 제공

메디케어, 메디칼
Private/HMO/PPO

9620 Fremont Ave., Montclair, CA 91763

(909) 621-4751

한국어 상담: Faith Lim (562) 714-7792

www.communityech.com



아늑하고 편안함,
최첨단 의료시설과 환경
한국인에게 친절한
상담을 받으세요.

