

## 깨무는 행동을 하는 아이의 속마음

짜증 나고 화가 나면 순식간에 앙! 하고 깨물어 버리는 아이. 심지어 기분이 좋거나 흥이 넘치는 상황에서도 깨무는 행동을 보여 당황스럽기만 하다. 아이가 깨무는 이유는 무엇인지 알아보고 슬기롭게 대처하는 요령에 대해 임신 출산 육아 전문지 '앙쥬' (ange.co.kr)가 소개했다.

### ■ 깨무는 아이의 속마음

아이들이 무는 행동을 하는 것은 크게 두 가지 때문이다.

첫째, 물어서 문제가 빨리 해결이 된 경우다. 엄마 아빠를 물어 자신이 원하는 것을 얻거나 문제를 해결했다면 아이는 그 다음에도 같은 방법을 사용하게 된다.

둘째, 언어 표현력이 낮기 때문이다. 자신이 원하는 것을 말로 표현하고 싶지만 표현력이 뒷받침되지 못할 때 깨무는 행동으로 감정을 즉각적으로 표현하는 것이다. 특히 스트레스나 짜증, 분노 등을 깨물기로 표출하는 아이들이 많은데, 너무 기쁘거나 흥분이 지나치고 즐거울 때 이런 행동을 보이기도 한다.

### ■ 깨무는 행동에 대처하는 요령

#### ▶ 즉각적으로 단호하게 저지하기

아이가 무는 행동을 하면 그 즉시 행동을 저지한다. 이때 화내거나 고함치지 않고 엄격한 태도를 보이는 것이 중요하다. 처음에는 아이가 때를 쓰겠지만 부모가 일관된 태도를 보이면 '무는 것은 해선 안 되는 행동'임을 점점 받아들일게 된다.

#### ▶ 속상한 마음 읽어주기

아이가 행동을 멈췄다면 왜 물었는지 아이의 마음을 헤아리는 대화를 시도한다. 아이는 자신의 마음을 이해해준다는 느낌을 받을 때 잘못된 행동을 고치게 된다.

#### ▶ 표현법 연습해보기



무는 대신 말로 표현하는 방법을 알려준다. 무는 것보다 말로 해결하는게 더 나은 방법임을 인지시키는 것이다.

#### ▶ 꼭 사과시키기

추후 같은 일이 일어나는 것을 막고 싶다면 이 같은 행동이 잘못되었다는 것을 충분히 이해시키는 것이 더 중요하다. 그리고 친구가 물린 곳을 가리키며 미안하다고 말하게 한다. 의사소통이 잘 안 되는 아이에게는 부모가 사과하는 모습을 보여준다.

일부 커뮤니티에는 아이가 깨물었을 때 똑같이 물어서 얼마나 아픈지 알려주어야 같은 행동을 반복하지 않는다는 얘기가 올라온다. 효과가 있었다는 경험담도 꽤 많은데, 이런 행동은 절대 금물이다. 깨무는 것은 다른 사람을 아프게 하고 괴롭히는 행동이라고 하면서 정작 부모가 같은 행동을 한다면 아이는 혼란스럽다. 오히려 아이의 공격성을 키울 수 있다. 단순히 자신을 아프게 한 부모를 미워하거나 행동을 모방하는 부작용만 초래할 수 있다.

사진=shutterstock

www.fullertonsmile.com

# A' DENTISTRY

## 나에게 꼭 맞는 틀니가 있는 곳!

- 틀니전문
- 틀니수리 1-2시간안에 가능
- 자체 랩보유
- 임플란트 틀니

**John S. Lee, D.M.D.**  
University of California, San Diego B.S.  
Tuff Dental School, D.M.D.

## 714.449.1686

536 W Commonwealth Ave. #A, Fullerton, CA 92832

# 용문루

## GRAND OPENING

Authentic Chinese Korean Cuisine  
Eat Good, Feel Good

### 각종 파티 및 단체 모임 환영

파티룸 10~50명 수용 가능

\* waiter, waitress 구합니다.\*

용문루

T.626.363.4961

월,수,목,금 11:30am ~ 3:00pm  
 4:30pm ~ 9:00pm

토,일 11:30am ~ 9:00pm

www.yongmoonlu.com 19240 Colima Rd. Rowland Heights, CA 91748