

‘싫어!’, ‘안 해!’를 입에 달고 사는 아이 대처법

말 잘 들던 아이가 갑자기 ‘싫어!’ 를 입에 달고 산다. 무슨 말을 해도 ‘싫어!’, ‘아니야!’ 라고 답하는 아이. 어떻게 대처하면 좋을까?

이런 아이를 효과적인 훈육하는 방법을 임신·육아·출산 전문지 ‘앙주’ (ange.co.kr)가 소개했다.

■ ‘싫어!’, ‘안 해!’ 무시하면 무력감과 우울감에 빠져



아이가 ‘싫어!’ 라고 부정적인 표현을 할 때는 그의 의견을 존중해야 한다. 아이가 싫다고 하는데도 부모가 그의 의견을 무시하면 아이는 무기력과 우울감, 죄책감을 느끼고 스스로 계획해서 무엇인가를 하려는 열정도 줄어든다.

아이의 안전과 생존에 지장이 없는 범위 내라면 아이의 의견을 들어주는 것이 중요하다. 또한 아이의 말을 이해하는 모습을 보이는 것이 좋다. “○○이는 이게 마음에 들지 않나 보구나. 엄마와 생각이 다르네. ○○이는 어떻게 하는 것이 좋으니까?” 라며 아이가 스스로 싫은 이유를 말할 수 있도록 끊임없이 대화를 나눈다.

이 과정이 반복되면 아이는 점점 싫은 이유를 적절하게 설명할 수 있고 자연스럽게 인지·언어 발달에도 도움이 된다. 이때 아이가 반항적인 의미가 아니라 진심으로 ‘싫어!’ 라고 말한다면 여러 의견 중 하나를 선택할 수

있게 한다. 아이가 밥을 먹기 싫다고 한다면 ‘이따 먹거나 지금 정리하거나 둘 중 하나를 선택할 수 있어.’ 라고 하며 아이 스스로 선택할 수 있도록 도와준다.

■ 청개구리 아이를 대하는 적절한 방법

■ 말끝마다 ‘싫어!’, ‘안 해!’를 외칠 때

‘○○는 -가 싫구나!’ 라고 아이의 말을 반복해서 말해준다. 아이가 ‘싫다!’ 고 말하는 표현을 인정하는 것이 좋다. 아이가 싫다는 표현을 부쩍 자주 한다면 부모가 아이에게 강압적인 지시를 많이 한 건 아닌지 살펴본다. 이때는 필요 없는 지시나 명령, 아이를 이끌려는 시도를 줄여야 한다.

■ 특정 행동에만 ‘싫어!’, ‘안 해!’라고 할 때



아이에게 ‘밥 먹어!’, ‘이 닦자!’ 등 특정 행동을 시켰을 때 하기 싫어한다면 왜 그런지 자세히 살펴볼 필요가 있다. 감각통합 운동 발달이 되지 않은 아이는 감각이 너무 예민해서 양치질 같은 특정 행동을 싫어할 수 있다.

또한 신체 발달이 충분히 되지 않아 엄마가 시킨 행동이 너무 어렵게 느껴질 수도 있다. 엄마가 너무 강하게 자신을 억압하거나 강제로 시킨다고 생각해서 싫어하는 경우도 있다. ‘싫어!’ 라고 할 때는 왜 그런지 살펴본 후 아이가 말하는 이유를 들어보고, 그래도 한 번 해보자

고 격려한다.

무조건 아이가 자기 주장을 하기 위해 고집을 피운다고 여기고 기싸움을 벌여서는 안 된다.

■ 동생이 생긴 후 ‘싫어!’, ‘안 해!’가 늘었을 때



갑자기 동생이 생기거나 어린 동생이 엄마의 사랑을 독차지한다고 생각한다면 아이는 엄마의 관심을 끌기 위해 퇴행 행동을 보이거나 반항을 하게 된다. 이때 ‘싫어!’ 라고 하는 것은 동생처럼 엄마의 보살핌을 더욱 받고 싶다는 의미이기 때문에 아이를 비난하거나 혼내서는 안 된다.

아이의 이면에 숨겨진 속마음을 읽어주는 노력이 필요하다. 아이가 하고 싶은 대로 하게 한 뒤 함께 놀이는 시간을 늘리면서 아이의 애정 욕구를 충족시키는 것이 중요하다.

한편 아이가 싫다는 말을 달고 산다면 아이에게 말하는 부모의 태도를 되돌아볼 필요도 있다. 아이가 싫다고 할 때 부모는 자기도 모르게 아이에게 명령조로 말하는 것이 습관으로 굳어져 있는 경우가 많다.

이런 경우 아이는 엄마가 시키는 것에 대한 반발로 싫다는 표현을 하는 것일 수 있다.

사진=shutterstock

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
www.yongmoonlu.com

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

19240 Colima Rd. Rowland Heights, CA 91748