

버럭? NO! ... 슬기로운 아이 혼내기

아이를 키우다 보면 뜻하지 않게, 또는 의도적으로 아이를 혼내고 벌주는 일이 생긴다. 너그러운 부모든 '한 성격' 하는 부모든 아이 키우며 시시때때로 직면하는 상황이 바로 '혼내기' 인데, 전문가들은 '잘 혼내는 방법'이 따로 있다고 조언한다. 육아 전문가들은 슬기롭게 혼내기 위해 부모의 말과 행동에 다음과 같은 것들이 담겨서는 안 된다고 조언한다.

■ 버럭! 화내가: "엄마가 그러지 말랬지!"

야단칠 때 반드시 해야 할 첫 번째는 '감정'이다. 감정에 사로잡혀 아이를 혼내다 보면 안 그러겠다고 다짐을 해도 알게 모르게 화풀이를 하게 된다. 야단칠 때 감정이 섞이면 결과적으로 좋은 게 하나도 없다. 에너지를 쏟아낸 다음 부모에게 남는 건 '아, 내가 오늘 또 버럭했구나' 하는 자괴감과, 아이는 자기가 왜 혼났는지 무얼 잘못했는지는 모른 채 엄마 아빠의 무서운 얼굴과 험악했던 그 순간의 분위기만 기억에 남을 확률이 높다.

■ 폭언: "언어 폭력도 폭력이다!"

혼낼 때 내더라도 입에 담아서 득될 게 하나도 없는 말이 있다. 그런데 순간의 감정에 휩싸인 나머지, 혹은 악의 없이 습관적으로 폭언을 내뱉는 경우가 있다. 부모는 무심코 하는 말일 수 있으나 아이에게 미치는 파급력은 적지 않다. 습관적으로 듣다 보면 분노가 쌓일 수 있고 '정말 난 이것밖에 안 되나?' 라는 생각에 빠져들기 때문



이다. 아이도 엄연히 인격을 가진 존재다.

■ 비교와 과거 들추기: "정말 그것밖에?"

혼낼 때 부모들이 가장 흔하게 말하는 단골 멘트가 있다. 남과 비교하는 말인데 이는 아이들이 제일 싫어하는 멘트다. 부모 뒀에는 경쟁 심리를 유도해 자극을 주려는 거겠지만 효과는커녕 반항하고 싶다는 부작용만 불러온다.

혼낼 때 주의할 또 한 가지는 과거를 들추지 않는 것. 아이는 지금 혼나고 있는 상황만으로도 힘들고 서럽다. 그런데 대가를 치렀다고 생각한 지난 과오까지 들춰내면 더 힘들고 억울해진다.

■ 체벌: "꽃으로도 때리지 마세요!"

체벌은 부모 자신도 모르는 사이에 확대되어 이어질 가능성이 있는데 체벌이 남기는 효과 역시 미미하다. 게다가 다수의 연구에 따르면 체벌이 아이에게 '다른 누군가를 제압하기 위해서는 결국 폭력이 필요하다'는 메시지를 준다고 밝혀진 바 있다.

신체적인 폭력 이외에도 아이 혼자 방에 가두는 것 역시 정서적 체벌에 해당된다. 혼육을 목적으로 방이나 화장실에 혼자 두고 정해진 시간 동안 반성하라고 하는데, 이런 경우 기질에 따라서 심한 불안과 공포를 느끼는 아이도 있다.

사진=shutterstock

시니어 헬스케어 전문 **MART** 옆

하워드 약국 HOWARD DRUGS

당뇨/고혈압/콜레스테롤 상담 전문
세리토스, 실버치, 싸이프러스, 롱비치, 하와이언 가든, 다운니

30년 병원 임상경험
*노약사에게 전화주세요



약사 노혜경
Pharm.D.



(Del Amo Bl. + Pioneer Bl.)

562-866-6011

20141 Pioneer Blvd. Lakewood, CA 92715

Susan 반영구 확장 Microblading

민낯의 당당한 아름다움을 보여주자!

3D 자연눈썹 / 아이라인

남자눈썹

• 무통시술로 헤드드립니다 •



562.376.0180

11819 South St, Cerritos CA 90703



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.



