

학부모 소식지



발행인 김현철

발행처 한국청소년정책연구원 학교폭력예방교육지원센터

전화 044-415-2401 / FAX 044-415-2369

주소 30147 세종특별자치시 시청대로 370

세종국책연구단지 사회정책동 7층

아이의 공격성은 친밀한 관계를 원하는 신호



권수영 교수

연세대학교 상담코칭학과

보통 공격성에 대해 부정적인 인식을 갖고 있어, 부모는 어린 자녀가 공격성을 표출하면, 바로 폭력적이라고 말하기도 합니다. 그런데 갓난아이 때는 좀 다릅니다. 영국의 정신분석학자 멜라니 클라인은 갓난아이가 갑자기 엄마의 유두를 강하게 깨무는 공격 행동에 주목합니다. 보통 어머니들은 어떻게 반응하실까요? “우리 아기, 배고팠구나. 엄마가 미안해!”

클라인은 아이가 배고파서 깨문 것이 아니라, 엄마와의 갑작스런 분리를 경험하고 다시 친밀한 관계를 회복하고자 할 때 보내는 신호라고 이해했습니다. 엄마가 아이를 밀쳐내지 않고 꼭 껴안아 주면 아이의 공격성은 어느새 사라지는 것을 볼 수 있습니다. 엄마가 아이가 보낸 신호를 이해하고 받아주는 행동이 아이에게 충족감을 주어 공격성이 폭력으로 이어지지 않게 되는 것입니다.

학교 폭력을 예방하는 길, 가정의 역할도 중요

학교에서도 어떻게 아이들이 공격성을 건강하게 표출할 수 있을까요?

부모님이 하실 수 있는 가장 좋은 방법이 있습니다. 일상생활 중 부모님에게 받아들여지는 수용의 경험을 늘리는 것입니다. 주로 아이들은 부모가 세워놓은 학업이나 생활 기준에 미달될 때마다 부모에게 거절감을 느끼는 경우가 훨씬 많습니다. 우리 아이를 폭력에 빠지지 않고 생동력 있는 아이로 바꾸는 비결은 부모님들이 아이의 존재 그 자체를 높이 여기는 일입니다. 오늘부터 아이에게 이런 말을 건네 보세요. “넌 나의 보석 같은 존재야!” “아들아, 네 생각만 해도 아빠는 기분이 좋아져!” “우리 딸, 넌 꾸미지 않아도 꽃 같이 빛이 난다!” 하루에 이런 말을 습관처럼 해 주세요. 자존감을 높이는 지름길입니다.

우리 아이, 자기존중감을 높이려면?

똑똑하게 칭찬하기!

아이의 자기존중감 향상에서 칭찬은 중요한 요소입니다. 아이는 칭찬을 통해 자신에 대해 긍정적으로 인식하고 자신감을 가질 수 있으며, 자기존중감이 높은 아이는 낮은 상황에도 위축되지 않으며 사람들과 편안한 관계를 맺고 책임감 있게 행동할 수 있습니다.

아이가 자신의 문제를 슬기롭게 해결하고 안정적으로 친구 관계를 맺음으로써 학교폭력 예방 역량을 기를 수 있도록 가정에서 아래의 세 가지 칭찬 법칙을 실천해봅시다.

1 결과보다 과정을

기대하는 결과가 나오지 않더라도 다음에 다시 노력할 수 있도록 아이가 노력한 태도와 과정에 집중하여 칭찬합니다.



2 구체적인 행동을

의미 없이 무조건 칭찬하지 않고, 칭찬할 만한 행동을 자세히 언급하며 칭찬합니다.



3 충분히 만족할 때까지

아이가 만족스럽다고 느낄 만큼 충분히 칭찬합니다. 평소에 자신감이 없는 아이라면 작은 성취에도 충분히 칭찬해줍니다.



* 출처: 학부모어울림 프로그램(초등학교 저학년) 자기존중감 1~2차시에서 발췌 및 재구성.

자기존중감을 높이는 대화를 실천해볼까요?

아이의 발달 시기별 특성에 맞게 자기존중감을 향상시키기 위한 지도 방법이 달라질 수 있습니다. 아래의 사례를 살펴보고, 아이의 자기존중감 역량을 키우기 위한 방법을 함께 실천해봅시다.

초등학교

노력을 존중하고 옆에서 지켜보기

초등학교 시기는 자아 성장에 결정적인 시기로, 여러 과제를 수행하며 성취감을 느끼는 것이 중요합니다. 따라서 아이의 노력을 존중하여 아이가 스스로 용기를 갖고 일을 끝낼 수 있도록 지지합니다.

Tips

과도하게 간섭하지 않고 아이가 스스로 과제를 끝냈을 때 격려하고 긍정적인 표현을 해주세요.

중학교

수용하고 지지하는 대화하기

중학교 시기는 부모에게서 독립하고 자율성을 획득하는 시기로, 부모-자녀 간 대화 중 갈등이 생기고 관계가 소원해지기 쉽습니다. 따라서 아이와 대화할 때, 경청하고 수용하는 태도를 보여주어 아이가 자신에 대해 긍정적으로 평가할 수 있도록 도와줍니다.

Tips

아이를 지적하거나 비난하지 않고, 아이의 감정을 먼저 수용해주세요.

고등학교

서로 다름을 이해하도록 지도하기

고등학교 시기는 사회적 관계 속에서 서로 다름을 이해하고 올바른 자아상을 형성하여 사회구성원으로서 자신의 역할과 가치를 인식하는 시기입니다. 따라서 타인의 입장을 이해하고 교류하면서 유대감을 형성하고, 삶의 목표를 세우고 노력할 수 있도록 도와줍니다.

Tips

아이의 생각과 입장을 존중하여 아이가 스스로 판단하고 결정하는 연습을 충분히 할 수 있도록 도와주세요.

공부를 하다가 어려운 부분이 있었구나. 최선을 다해 혼자 노력해도 안 되는 것도 있을 수 있어. 도움이 필요하면 이야기해도 괜찮단다



혼자 있고 싶을 때는 혼자 있다가 나중에 기분이 좋아지면 나와서 이야기하렴.

혼자 있고 싶어요.



어떤 사람들은 너의 그런 면을 섬세하다고 볼 수도 있지. 중요한 것은 네가 너 자신을 믿는 것이야.

친구들이 내가 다른 애들보다 예민하다고 싫어하면 어떡하죠?



아이와의 대화에서 지켜야 할 경청의 1,2,3법칙

1 → 1분만 말하기

2 → 2분 이상 듣기

3 → 3분 이상 맞장구 치기

* 출처: 학부모어울림 프로그램(초등학교 저학년) 자기존중감 1차시, 학부모어울림 프로그램(중학교) 자기존중감 1차시, 어울림 기본 프로그램(고등학교) 자기존중감에서 발췌 및 재구성.

학부모를 위한 학교폭력 예방교육 정보

- 학부모용 어울림 프로그램은 초등학교 저학년·고학년, 중학교, 고등학교 자녀(아이)를 둔 학부모(보호자)와 자녀 간 관계 개선, 학교폭력 예방교육 지도 방법 등의 내용으로 구성되었습니다.
- 학부모 On누리에 로그인하여 '자녀관계 개선을 위한 어울림 프로그램' 수강 시 국립중앙박물관·국립현대미술관(서울, 덕수궁, 과천, 청주) 무료 입장이 가능합니다(이수증 지참시).



<http://www.parents.go.kr>

학부모 어울림 프로그램
원격 연수 콘텐츠
보러 가기

학부모 참여 이벤트

- QR코드에 의견을 적어 제출해주시면 추첨을 통해 기프티콘을 드립니다.

학교폭력 예방을 위해
2023년 학부모 소식지에서
다루어 주기를 희망하는
주제를 적어주세요.

이벤트 참여기간
2023.2.3. ~ 2023.2.15.

이벤트 참여하기



<http://m.site.naver.com/0YGwR>

학교폭력 관련 도움기관

Wee센터

온·오프라인 상담,
학교폭력 피해학생 지원,
가해학생 특별교육 실시



117학교폭력 신고센터

학교폭력 피해 신고 접수,
긴급구조·수사·법률상담

