

Through The Lookingglass DukYoung 2001

청소년, 우리의 희망

부모님들을 위한 자녀교육 워크숍

- 자녀의 공격성, 어떻게 다루어야 하는가 -

2001. 5

주최 : 재단법인 덕영재단

후원 : 교육인적자원부, 김포대학,

(사)대한어머니회중앙연합회

Through The Lookingglass DukYoung 2001

청소년, 우리의 희망

부모님들을 위한 자녀교육 워크숍

- 자녀의 공격성, 어떻게 다루어야 하는가 -

일시 : 2001년 5월 31일(목)

장소 : 전경련회관 3층 특1회의실

주최 : 재단법인 덕영재단

후원 : 교육인적자원부, 김포대학, (사)대한어머니회중앙연합회

덕영재단 소개

덕영재단은 교육재단으로 “밝은 미래를 위한 가치 창조”를 목표로 청소년들의 인성교육에 도움이 되는 사업들을 하기 위해 1996년 6월 13일에 설립한 비영리 재단입니다.

처음 장학금 지원으로 시작하여 1999년 5월에는 “우리 사이 짱이야”라는 장애인에 대한 편견을 없애고자 하는 교육자료 제작을 후원하여 무료로 보급하였고, 8월에는 결식 아동 100여 명을 대상으로 장학사업을 하였습니다. 10월에는 점자악보 출판 후원음악회를 주최하면서 점자악보 바이엘, 호만을 출판하여 전국에 무료 보급하였고, 12월에는 소년·소녀가장 및 가정형편이 어려운 학생 100여 명을 대상으로 한 장학행사를 하였습니다.

2000년 5월 11일-13일에는 “Through The Lookingglass DukYoung 2000/ 청소년, 우리의 희망”이라는 주제로 미국 청소년 프로그램 전문가 및 교수 초청 워크숍과 불우 청소년 및 장애 청소년을 위한 Orbert Davis Quintet 초청 재즈 공연을 하였습니다. 이 사업은 미국의 시카고시와 공동주최로 진행되었으며, 미국의 청소년 비행 예방·개입 프로그램을 소개하였고, 예술의 전당에서 청소년들이 무료로 재즈공연이라는 문화의 매개체를 통한 감정 순화의 기회를 가졌습니다.

8월에는 “Summer On Ice!/ 덕영, 위니아, 그리고 사랑하는 우리들!”이라는 주제로 저소득층 청소년을 위한 여름 캠프를 무료로 김포청소년수련원에서 가졌고, 10월에는 99년에 이어 점자악보 출판 후원음악회를 주최하여 점자악보 가곡집 호만을 출판하여 전국 13개 맹학교, 점자도서관 및 시각장애인 들에게 무료 보급하였습니다.

12월 8일-10일에는 청소년들을 위한 뮤지컬 “방황하는 별들”을 연강홀에서 많은 청소년과 부모님들이 공연을 무료로 관람하였고, 12월 중순에는 가정형편이 어려운 청소년 422명을 대상으로 장학사업을 하였습니다. 또한 성적 우수 부문, 자원봉사 부문, 가정형편 부문으로 정기장학생을 선발하여 장학금을

지급하고 있습니다.

2001년 5월 5일에는 김포·강화지역의 어린이들을 위한 어린이 뮤지컬 “알라딘” 공연을 약 3500명의 어린이들과 부모님들이 관람하였으며 18일에는 용인지역의 어린이들과 장애아동 시설 요한의 집 어린이 약 350명을 위해 어린이 뮤지컬 “춤추는 허수아비” 를 공연하였습니다.

지난해에 이어 올 8월에는 연극을 통한 역사체험 여름캠프를 10월에는 점자 악보 출판 후원 음악회를 12월에는 “2001 방황하는 별들” 을 문예회관대극장에서 공연 할 예정입니다.

앞으로도 본 덕영재단은 미래 우리의 희망인 청소년들과 함께 하는 사업을 계속 추진할 계획입니다.

덕영재단 사업내용

밝은 미래를 위한 가치창조

- 국내외 학생에 대한 장학금 지원사업
- 국내외 학생을 위한 도서보급 지원사업
- 국내외 학술연구기관 및 개인에 대한 재정적 지원사업
- 교육 경제 및 역사의 교류증진을 위해 활동하는 학술연구기관 및 개인에 대한 재정적 지원사업
- 국민정신함양과 인성교육에 관한 연구 및 계몽사업
- 청소년 인성교육훈련 학술연구 및 세미나 개최사업

일 정 표

부모님들을 위한 자녀교육 워크숍
- 자녀의 공격성, 어떻게 다루어야 하는가 -

10:00 ~ 10:20	등록
10:20 ~ 10:30	인사말 이사장 덕영재단 소개
10:30 ~ 11:20	강의 1. 공격성의 발달과 부모의 역할 고윤주
11:20 ~ 11:30	휴식
11:30 ~ 12:20	강의 2. 아동과 청소년의 공격성 : 공격성 발달경로에 따른 사례연구 김영신
12:20 ~ 13:30	점심식사
13:30 ~ 14:30	자녀양육 사례발표 및 토론 진행: 정은 발표 : 김미량, 김정미, 이춘욱·마인선, 정현희
14:30 ~ 15:30	강의 3. 미국에서의 자녀양육과 대화방법 Bennett L. Leventhal, 통역: 최용선
15:30 ~ 16:40	강의 4. 부모와 자녀의 대화방법 노주선

차 례

덕영재단 소개	1
일 정 표	3
인 사 말	5
공격성의 발달과 부모의 역할	6
아동과 청소년의 공격성	9
자녀양육 사례발표 및 토론	15
자녀양육과 대화방법	16
PARENTING and COMMUNICATION	31
효과적인 부모-자녀 대화기술	49
행사에 도움을 주신 분들	57

인 사 말

덕영재단에서 주최한 “부모님들을 위한 자녀교육 워크숍”에 참석하여 주신 학부모님들 그리고 교육 관계자 여러분들을 만날 수 있어서 기쁘게 생각합니다.

2000년에는 덕영재단과 미국 시카고시가 공동 주최하여 현사회 속에 청소년들이 겪고 있는 어려움들과 선진국에서 쓰여지고 있는 청소년 관련 프로그램들을 소개하였었습니다.

작년에 이어 2001년도의 워크숍은 조금 더 단계적으로 "자녀의 공격성 어떻게 다루어야 하는가"라는 주제로 강의와 사례들을 준비하였습니다. 인간이 최초로 속하게 되는 사회 즉 가정과 가정의 구성원인 부모와 자녀관계에 초점을 두었습니다. 외국에 비해 가해자나 피해자의 위치에서 학교폭력을 경험하는 학생들이 상당히 높은 수치를 보이는 우리 나라에서는 아이들의 성격구성과 가정의 역할은 매우 중요합니다.

인간은 혼자 고립되기보다는 사회 속의 일원으로 더불어 살기를 원한다고 알고 있습니다. 같은 사회 속에 공존하여야 하는 많은 사람들은 각자 자신의 맡은 분야에서 최선을 다하여 다수가 함께 안전과 행복을 보장받을 수 있기를 원한다고 합니다. 아무리 내 아이가 모범생이라도 교통 속에 방황하는 친구들을 보면서 혼자만 행복한 삶을 누리기 힘들 것입니다. 미래의 주인인 우리들의 청소년들이 보다 나은 환경 속에 서로 사랑하고 이해하며 긍정적인 사회의 일원으로 성장할 수 있기를 바라는 마음으로 준비한 이번 워크숍이 참가하신 여러분들께 조금이나마 도움이 되시기를 바랍니다.

끝으로 이번 세미나를 후원하여 주신 교육인적자원부, 김포대학, 대한어머니회중앙연합회, 그리고 한국과 미국에서 부모님의 마음으로 워크숍을 위해 봉사하여 주신 교수님들과 봉사자 여러분들께 진심으로 감사드립니다.

덕영재단 이사장 전 헬리시아

공격성의 발달과 부모의 역할

고윤주

- 연세대학교 아동학과 학부와 대학원에서 학사 및 석사 수료
- 독일 쾰른(koeln)대학 심리학과에서 발달심리학 전공으로 ph.D.
- 캐나다 맥길(McGill)대학교 심리학과에서 박사후 연구과정
- 현재, 연세대학교와 순천대학교에 출강
- 연세대학교와 맥길대학 간의 국제 공동 연구인 “한국과 캐나다 청소년들의 친구관계 비교 연구” 수행 중
- 한림대학 의대 소아정신과 “초등학생 및 중학생의 학교 폭력 및 정신병리적 문제”에 관한 연구 수행 중

인간의 공격성은?

- 인간 진화의 역사에서 발달된 본능적인 행동이다.
- 특정 부류의 목표 지향적인 행동이다.
- 한 사회에서 공격적으로 분류되는 행동이다 → 반사회적 행동

공격적 행동

- 싸우고 남을 괴롭히는 행동
- 자신의 주장을 굽히지 않고 반항하는 행동
- 쉽게 좌절하거나 급격한 정서변화
- 잘난척하고, 허풍을 떠는 행동
- 질투하고 관심을 집중시키려는 행동
- 너무 말이 많거나 시끄러운 행동

언제 공격적인 행동을 하는가?

- 어떤 목적에 도달하기 위한 적절한 방법을 모를 때

- 좌절당했거나, 모욕당하고 있다고 생각할 때

출생시 공격성은 어떻게 감소해 가는가?

- 출생시의 기질 차이 : 쉬운 아이, 까다로운 아이, 서서히 달아오르는 아이
- 언어발달 이전과 이후(4세-이후)

공격적 행동은 어떻게 키워지는가?

- 유전적인 요인 : 기질 차이
- 문화적 영향 : 사회적 분위기, 대중매체
- 사회계층의 영향 : 계층간 훈육방식의 차이
- 가족의 영향

공격적인 행동을 키워주는 부모

- 냉정하고 거부적인 부모
- 일관성 없이 체벌을 사용하는 부모
- 아동의 공격적 행동을 용인하거나, 공격적 행동을 보여주는 부모
- 아이가 어디서 무엇을 하는지 모르는 부모
- 강압적인 부모
- 배우자와 갈등이 많은 부모

공격적 행동이 반사회적 행동으로

- 권위와의 갈등 경로
 - 고집, 땡깡 → 반항 → 가출, 무단결석
- 걸음으로 드러나는 경로
 - 놀리기, 괴롭히기 → 싸움 → 폭행
- 드러나지 않는 경로
 - 좁도둑, 거짓말 → 물건 손상 → 사기, 절도

반사회적 행동 통제 방안

- 공격성을 적절하게 해소(catharsis)
- 공격성에 대한 보상 제거
- 모델링과 코칭
- 비공격적인 환경 마련하기
- 타인을 이해하는 능력 키워주기

이 모든 것을 효과적으로 실행할 수 있는 부모는?

- 아이에게 필요한 기본적인 것들을 해주는 부모
- 아이가 원하는 부모

아이가 원하는 부모

- 정서적인 면에서 : 안정감과 신뢰감
- 훈육방식에서 : 일관성
- 지적인 면에서 : 사회 적응에 필요한 정보제공자

아동과 청소년의 공격성 :

공격성 발달경로에 따른 사례연구

김영신

·연세대학교 의과대학

·연세대학교 정신과 수련

·Yale Child Study Center 소아청소년 임상강사 및 연구강사

·Yale University School of Medicine 보건학 석사

·현재 한림대학교 정신과 부교수

·한림대학교 성심병원 정신과 과장, 소아청소년정신과 전문의

사례 1. 권위와의 갈등

청개구리 같은 미운 다섯 살

증상

- 과잉행동 및 어른들의 대화에 대한 지속적인 방해행동
- 규칙 무시, 도전 : 어른들의 언어적 주의 및 경고를 무시하거나 오히려 반항적인 행동으로 더욱 상황을 악화
- 신체적 및 언어적인 공격성 : 사무실 집기를 위험하게 다루거나 던지는 행동

부모-자녀 관계

- 아동 : 어려운 기질
- 어머니 : 부드러운 성격, 일관적이긴 하지만 아동을 지속적이며 효과적으로 훈육하지 못함, 수동적으로 아동의 공격적인 행동을 수용(적절한 대응방법의 부재)

치료적 개입

1. 개입 준비 단계

- 공격적인 문제 행동을 훈육하겠다는 강력한 의지의 전달
- 엄마와의 동맹

2. 개입방법

- 언어적 제재 후에 행동이 악화 : 비체벌적 신체압박 사용
- 훈육의 사용이유에 대한 설명(아동 및 타인의 안전)
- 아동이 조절력과 안정을 되찾은 뒤 신체압박 중지

3. 개입 후 처치

- 일련의 과정에 대한 아동과의 대화
- 진료실 내의 규칙에 대한 재확인

치료 후의 변화

1. 효과

- 아동의 공격적이며 반항적인 행동 감소
- 2-3달 이후 효과 소실
- 훈육 재시행

2. 문제점

- 가정에서 부모의 동일한 훈육 부재

사례 2. 드러나지 않는 경로의 공격성의 문제화 찜질방에서 잡혀온 16살의 여고생

증상

- 가출 · 절도 · 흡연 · 거짓말

부모-자녀 관계

- 청소년 : 충동적, 공격적, 자기성찰의 결여
- 부모 : 안정적인 어머니 역할의 부재, 일관성 없이 체벌을 사용하는 아버지, 자녀에 대한 인지적인 이해 부족, 자녀의 부적응적 행동을 훈육하는 적절한 방법의 부재

치료 개입

1. 그룹적인 접근

- 병실 : 비공격적인 환경의 제공
- 공격성에 대한 보상 제거 : 공격적인 언어사용이나 태도 등에 대한 비차별적 부정적 강화 사용(행동 치료), 거짓말을 한 경우 이에 대한 결과와 책임을 경험
- 공감능력의 증진 : 병실 내 다양한 그룹 치료를 통한 공감 능력 증진, 기능이 떨어지는 환자를 도와주는 이타심의 경험
- 모델링과 코칭 : 환자 또래의 치료자 그룹에서 적절한 대안행동의 코칭, 모델링 제시
- 그룹 및 치료자로부터 느끼는 긍정적인 경험 : 존중감, 돌봄을 받고 있다는 안정감, 소속되어 있다는 소속감, 문제 해결을 위해 도움을 줄 것이라는 동반자의 느낌

2. 개인적인 접근

- 공격성을 수반하는 사건이나 이에 동반된 감정을 사회적으로 수용 가능한 방법으로 표현(언어적 표현)
- 안정적인 치료자-환자 관계의 형성

3. 가족적인 접근

- 상대방의 이야기를 듣기
- 모호한 부분을 막연한 추측이나 오해로 넘기지 않고 확인
- 본인 의견을 정확히 전달
- 의견이 상충될 때 의견을 절충하거나 양보하는 방법을 습득하고 경험

치료 후의 변화

1. 환자의 변화

- 환자의 부정적이며 냉소적인 태도의 완화
- 나이에 맞는 행동 및 태도의 증가
- 아주 초보적인 수준에서 자신의 행동 및 정서 반응에 대한 성찰의 시작
- 아버지에 대한 일방적인 비난의 감소
- 치료자와의 긍정적이며 순수한 관계의 형성

2. 부모의 변화

- 자녀의 행동 변화에 대한 희망감
- 자녀의 행동의 의미에 대한 이해 시작
- 자녀를 돕기 위해 자신의 행동을 변화시키려는 동기 발생
- 대화 방법의 변화

사례 3. 겉으로 드러나는 경로의 공격성의 문제행동 갑자기 변해버린 중3의 외동아들

증상

- 오토바이 사고
- 엄마에게 보이는 공격적인 언어 및 행동
- 감정의 급격한 변화
- 통제가 안 되는 규칙에 벗어난 행동
- 자기 중심의 퇴행된 행동

부모-자녀 관계

- 청소년 : 충동적, 폭력적, 무절제한 성관계 경험, 어른의 권위 무시, 폭력적인 친구관계

- 부모 : 아버지의 건강 문제로 인해 중요한 시기에 아버지 부재, 부모님의 비일관적 반응, 아버지의 폭발적인 체벌, 부모-자녀간의 대화 부재

치료적 개입

1. 개인 면담 치료

- 주 1회의 면담 규칙적인 면담
- 환자의 행동, 감정에 대한 면담자의 공감 → 이해/존중받고 있다는 안정감
- 환자의 행동에 대한 인지행동 치료적인 접근
- 행동치료 시행
- 위급 상황에서 면담자와의 접근 가능성
- 권위적인 인물(어른)과의 긍정적인 경험

2. 가족 치료

- 부모와 대화를 재개
- 감정의 격화를 최소화하면서 듣고 말하기
- 상대방의 입장을 이해하려는 시도
- 상대방의 장점에 대한 격려
- 치료에 따른 긍정적인 변화에 대한 인지 및 앞으로의 방향에 대한 의견 교환

3. 약물치료 병행(보조치료)

- 항우울제
- 충동 완화를 위한 약물

치료 후의 변화

1. 환자

- 환자의 심각한 문제행동 횟수 및 강도 감소
- 자신의 행동, 감정 및 대인관계에 대한 성찰
- 부모에 대한 적대적인 태도 감소
- 고등학교 1학년 재학 중

2. 부모

- 미래에 대한 희망적인 태도
- 환자에 대한 인지적 이해 증가
- 비난이나 비일관적인 체벌 감소
- 환자의 행동에 대한 과장되거나 지나친 반응 감소

결 론

- 소아기부터 보이는 공격적인 행동(신체적/언어적)에 대한 적극적인 개입 필요 : 안전 강조, 일관적인 훈육 방식, 비적응적인 공격적 행동을 수용하지 않겠다는 강력한 의지
- 청소년기에는 부모가 적절한 모델의 역할, 지도 감독의 역할을 수행
- 소아 청소년 시기를 통틀어 부모-자녀간의 지속적인 대화는 서로에 대한 이해를 높이고 문제점을 조기에 발견하며 성인기의 원만한 대인관계 발전에 중요한 역할을 함

자녀양육 사례발표 및 토론

진행 : 정은(가톨릭대학교 사회복지학과)

학부모 사례발표 : (가나다순)

김미량

김정미

이춘욱·마인선

정현희

토론

자녀양육과 대화방법 :

세대간 · 국가간의 도전

베네트 엘. 레벤타

·시카고대학교(미국) 유아 및 청소년 정신의학과 Iving B. Harris 교수

·시카고대학교 의과대학 정신의학 및 소아학과 교수

·시카고대학교 유아 및 청소년 정신의학 센터 소장

서론

모든 국가 및 문화 내의 계승되는 세대 속에서 부모는 현재의 자신보다 자녀들이 더욱 풍요로운 삶을 누리도록 자녀를 잘 교육시키려는 욕망을 가지고 있다. 이러한 일류 공통의 욕망은 일반적으로 성공을 거두기도 하지만 보편적인 도전이 따르기도 한다. 이러한 도전을 생각할 수 있는 틀이 바로 오늘 강연의 초점이다.

본 강연에서는 이러한 도전에 대하여 발달(양육)과 과학적 견지에서 보고자 한다. 분명히, 오늘 다룰 직접적인 문제들은 다소 보편적인 것들이지만, 이 문제들을 주로 서구적이고 다소 미국적 관점으로 이야기 할 것이다. 이에 대해 우선 양해를 구한다. 그러나 본 강연자의 관심사이기도 한 이 분야에서 행해지는 대부분의 과학적 연구들이 서구적 관점을 취하고 있지만, 점점 분명해지는 것은 문화간의 공통점들이 많아 서로 간에 배울 기회를 많이 제공한다 는 것이다. 양질의 자녀양육이 어린이가 사회적, 정서적으로 성장하는 데에 큰 영향을 미친다는 사실에 의문을 제기하는 사람은 어느 국가에도 없다. 그러나 어떠한 자녀양육 스타일이 좋은지에 관해서는 수많은 논의와 혼란이 존

제한다. 이런 혼란은 어린이가 혼란스럽게 배열된 체계에 의해 잠재적으로 영향을 받는다는 점을 고려하면 이해할 수 있다. 그리고 발육은 정적인 과정이라기보다 유동적이고 활동적인 과정이다. 더욱 복잡스러운 것은 모든 어린이와 그 부모는 개인 구성원간의 역사와 가족이라는 집단적인 구성요소를 반영하는 독특한 관계를 맺고 있다는 것이다.

자녀양육이란 광범위한 공간에서 상당한 기간동안 역동적으로 일어나고, 다양한 영향을 받는 아주 복잡한 행동들의 집합체이다. 오늘 토론을 위해 세 가지 일반적인 유형인 부모가 자녀들에게 얼마나 접근이 가능한가 (즉 부모가 얼마나 자녀의 곁에 있을 수 있는가), 자녀의 훈육 방법, 지식과 대화 방법의 측면에서 논의를 전개하겠다.

이러한 세 가지 차원은 모든 나이 범주의 어린이를 양육시키는데 중요한 요소들이지만, 각 유형의 이상적인 특성은 어린이들의 나이 차이에 따라 상당한 차이가 있다.

부모의 접근 가능성 (부모가 자녀 곁에 있음)

부모는 자식이 원하면 항상 곁에 있어야 한다는 것은 말할 필요도 없다. 이런 상황은 부모와 자녀의 물리적 존재, 정서적 상호관계를 의미한다. 부모와 자식간의 의미 있는 관계는 두 당사자가 함께 시간을 보내지 않고는 형성될 수 없다.

부모 접근 가능성은 처음부터 중요합니다. 생후 몇 달 동안 부모와 자식의 중심적 과업은 상호간의 보기 좋은 애착의 발전입니다. 애착이란 유아에 대한 부모가 자신이 필요로 할 때 자신을 보호해 주고 정서적으로 자신을 도와줄 것을 유아가 신뢰한다는 관계를 언급한다. 따라서 정의 상 애착은 관계의 특질을 나타내고 애착의 특성은 예측 적인 의미를 가진다. 즉 단단한 애착심을 가지는 1세의 아이들은 미취학 연령 때 또래 집단보다 더욱 협력적이고 고분고분한 성격이지만 불안정한 애착심은 또래 뿐 아니라 부모와의 사교적인 어려움을 보이는 아이들에서 발견되어 진다.

애착 이론에서 주로 언급하는 것 중의 하나는 유아가 처음 애착심을 형성하는 과정에서 다른 사람들과 관련해서 자기 자신에 대한 실질적인 내부 모델을 형성한다는 것이다. 이는 다시 그 유아의 남은 인생 동안 형성하는 인간 관계의 성격에 영향을 미친다고 가정한다.

애착은 유아와 부모 사이의 활발한 사회 작용 혹은 의사소통으로부터 나온다. 유아는 태어나면서 특히 상처 입기 쉽고 의존적이며 외부 환경에 대한 몇 안 되는 (그러나 생물학적으로는 강력한) 생득적 반응을 부여받는다. 예를 들어, 유아는 사람들의 얼굴 외형에 주목하는 내재적 성향을 가지고 있다[모튼, 1991: 285]. 유아의 울음, 미소 혹은 다른 사회적 의사소통의 신호들은 그 아이를 돌보는 사람에게 보내지고, 이는 상호 교환을 요구하며 부모와 아이의 첫 의사소통을 형성하게 된다. 어린이는 자기를 돌보아 주는 사람에게 자기 욕구를 전달하는데 있어 제한된 능력을 가지고 있다는 점에 비추어 보면 부모의 접근 가능성은 애착 발전의 과정의 주요한 요소가 된다. 애착심이 제대로 생겨나기 위해서는 부모가 유아의 제한된 범위의 반응에 귀를 기울여야 한다. 이는 주로 신체적, 정서적으로 부모가 유아 곁에 있음으로써 이루어 질 수 있다. 그리고 이러한 최초의 활동이 부모와 자식간의 평생 상호작용 유형을 마련한다. 분명히 어린이가 잘 성장하도록 도와주는 것은 단순한 정서적, 신체적 지지의 접근 가능성이 아니라 어린이가 믿을 만하고 몰두할 수 있는 사람(들)이 계속적으로 접근 가능한 가이다. 이러한 일관성, 지속성 그리고 관심이 작용해 애착심이 형성된다.

어떤 유형의 행동이 더욱 생산적인가? 아주 간단하지만 매우 중요한 시선 접촉을 생각해 보자. 유아는 눈 접촉을 하면 더욱 젖을 잘 먹고 더 높은 일반적인 행동 비율을 보인다. 이런 사실이 제시하는 점은 훌륭한 부모가 되는 것은 아이에게 시간을 할애할 뿐 만 아니라 할애하는 시간에 그 아이를 최우선 시하고 부모가 관심을 두는 초점이라는 것을 보여주는 것이다. 이는 아이의 입장에서 평생 동안 가치 있는 교훈이 된다.

미취학 아동의 부모는 정서적으로 아동 곁에 있어야 한다. 이 시기에, 부모는 자녀가 처한 직접적인 상황이나 환경을 고려하고 상황에 알맞도록 부모

의 기대를 수정함으로써 자녀의 적당한 사회적 상호작용을 도울 수 있다. 부모의 접근 가능성은 자녀가 사회화 과정을 겪는데 주요 구성 요소이다. 이런 상호작용은 시간이 걸리고 미취학 아동의 사고 능력은 부모로부터 받는 관심의 양과 상호 관련을 맺는다. 부모가 취학 아동에게 정서적으로 곁에 있어 준다는 것은 아동이 낮에 학교 가고 집에 없으므로 더욱 어려워진다. 부모가 곁에 있다는 것은 종종 하루의 직장 일정 만큼이나 구체적인 어떤 기능을 할 수 있다. 따라서, 직업을 가진 부모는 때때로 아이에게 정서적 지지를 주는데 필요한 시간을 짜내기 위해 상당한 창의력이 필요하다. 이외에, 어린이가 상급반으로 올라감에 따라 숙제와 방과 후 특별활동 등으로 하교 후에도 시간을 내기가 어렵다. 이런 상황에서, 부모의 정서적인 접근 가능성은 종종 아이가 학교 환경에 잘 적응하도록 도와주고 독립심을 높여 주게 된다. 부모와 자녀가 학교에서 있었던 일을 같이 이야기함으로써, 아동은 부모가 같이 있지 않을 때에도 자기를 생각하고 있다고 느껴 나중에 부모가 없을 때에도 부모가 지켜보고 있는 기능을 아이에게 심어주게 된다.

점점 상급 학년으로 올라갈수록 아이들이 전과 다른 새로운 사회 상황을 경험하고 전에는 익숙하지 않은 정서를 경험하게 된다. 그들의 이런 미경험은 새로 부딪히는 일을 올바로 파악하는 것을 어렵게 만든다. 부모가 곁에 있음으로써 아이는 그 감정이나 경험을 확인하고 파악하는 과정을 밟게 된다. 이런 종류의 관심, 온정, 수락의 수혜자인 어린이들은 사교적인 면에서 더욱 성공을 거두는 것으로 알려졌다.

부모가 아이 곁에 있는 것은 아이들이 청소년이 되면 더욱 어려워진다. 왜냐하면 자율성이 청소년기의 발육의 주요 과업이기 때문이다. 이런 과정은 가족에게 큰 방해가 되지 않고 이루어지지만 이는 적어도 대부분의 가정에서 긴장감을 가져온다. 청소년은 종종 부모에게 외형적으로 상처받기 쉽다는 것을 보여준다. 그러나, 훌륭한 부모들은 이따금 마음에 내키지 않지만 자녀의 청소년 시절에 정서적으로 곁에 있어 주는 것이 중요하다는 사실을 기억한다. 때때로, 10대들은 감사할 줄 모르고 도발적으로 보인다. 그러나 훌륭한 부모는 이러한 청소년의 허세를 필수적이고 자연스러운 자기 주장의 한 형태로 받

아들이다. 청소년이 독립을 모색하는 시기에 부모는 특별한 기회를 내어 부모의 정서적 접근 가능성, 사랑, 그리고 후원은 전적으로 고분고분하고 복종적인 청소년에게만 주는 것이 아니라는 사실을 보여 주어야 한다. 만일 10대가 부모의 그런 후원이 복종에 기초해 조건적으로 주어진다고 느끼면 자립적 능력에 있어서 방해가 받게 된다. 그러한 부수적 조항이 없을 때 청소년들은 실수도 할 수 있고 책임을 받아들일 수 있다. 명백한 불손 혹은 뻔뻔스러운 무시(실제로 건강한 가정에서는 보기 힘들)는 중재를 요구하지만 부모와 청소년간의 마찰은 10대가 독립심을 가지는 중에는 피할 수 없는 것이다. 따라서, 부모와 자녀가 같이 시간을 보내는 것은 성공적인 가정 구성원 등의 관계와 청소년 성장 과정에 필수적인 것으로 보인다.

따라서, 부모는 처음부터 비 조건적이고 일관적인 방식으로 자녀에게 물리적, 정서적으로 곁에 있어야 한다는 점은 명백한 사실이다. 이는 쉬운 일이 아니므로 인내력이 요구된다. 그러나 부모가 곁에 있어 주는 것은 성공적인 자녀 성장에 필요한 상호작용의 기회를 제공할 것이다.

관 육

많은 사람들이 훈육은 아이를 벌주고 통제하는 방법이라고 생각하지만 그렇지 않다. 훈육은 가르침과 배움을 언급한다. 어린이가 부모와 가족으로부터 어떻게 배우는가는 성공의 열쇠가 된다는 것은 자명하다. 규율은 이런 과정의 본질적인 부분이 되지만 어린이에게 규율을 주는 방법과 어린이 스스로 자신을 통제하도록 가르치는 것이 훌륭한 가정교육의 진정한 척도이다.

3가지 훈육 모델이 있다: 관용적인 모델, 권위적인 모델 그리고 독재적인 모델. 관용적인 모델은 어린이를 해악으로부터 보호만 해주면 어린이 스스로 자신의 방법을 찾을 수 있다는 것이다. 이 모델은 부모나 가족으로부터 배울 수 있는 조직이 부족하지만 아이들은 본래 이런 정보를 습득해야 한다는 필요성을 인식해 잘 해나간다고 가정한다. 독재적 모델에 따르면, 부모는 신체적, 지적 그리고 경제적으로 상대적 힘이 있어 어린이와 그의 행동을 통제할 능력

과 권위가 있다고 주장한다. 본질적으로 이는 꺾고 지배하고 부모가 권한이 있어 자녀는 부모가 시키는 대로해야 한다는 모델이다. 독재적인 부모는 자녀의 행동에 힘, 압력 그리고 물리적 위협을 이용한다. 한편 이와 매우 대조되는 권위적인 모델에서는, 부모는 우등한 지식과 경험을 바탕으로 한 권위의 입장을 취한다. 이 모델에 따르면, 어린이는 부모를 존경하는 법을 배우고 자기 성장을 촉진하는 지혜를 얻으려고 한다. 따라서 권위적인 부모는 아이에게 규율을 부과하기보다는 대화와 같이 하는 학습을 통해 자녀를 가르친다. 이런 스타일의 가르침에 대한 많은 연구가 행해졌고, 분명한 것은 권위적 모델이 대부분의 어린이들에게 독재적 모델과 관용적 모델보다 우수하다는 사실이다. 권위적 가정교육 스타일은 어린이에게 부모의 도덕 기준을 내재화하는 능력을 키우고, 권위적 모델을 통해 성장한 어린이는 사회적으로 더 잘 적응하고, 학업 성취의 측면에서도 우수하며 순간적 만족감을 이루는 능력이 있다는 등 많은 연구 증거들이 있다. 어린이는 권위적 자녀양육으로부터 더 잘 더 빨리 배울 뿐 아니라 이를 통해 배운 지식과 기술이 더 오래 지속된다.

권위 있는 부모가 된다는 것은 성공의 열쇠가 되지만 성장하는 아이에게 어느 정도의 규율이 행해져야 한다는 것도 사실이다. 중요한 것은 규율이라는 사실이 아니라 규율이 어떻게 행해지는가 이다.

규율은 부모가 어린이에게 특정한 기대를 만들어 시행하는 방법과 정도라고 할 수 있다. 부모가 마련하는 규율의 정도는 어린이의 개인적 특정 필요성을 반영하기 위해 그 어린이에게 맞추어져야 한다. 애착 과정의 초기부터 규율은 부모와 자식이라는 관계의 한 요소이다. 그러나, 규율의 필요성에도 불구하고 부모는 또한 자신의 반응 속에 어느 정도의 융통성과 통제를 보여 주어야 한다. 과보호나 아이들의 종속의 파괴적 결과는 이미 여러 번 보고되어 왔다. 적당한 규율이란 부모가 과도하게 제한적이거나 불필요할 만큼 사랑을 주거나 관대해서도 안되고 어린이가 정서적으로 성장하는 동안 아이를 보호하고 제한하는 융통성을 발휘하는 것을 의미한다.

취학 전 아동에게 있어서 규율은 종종 신체적 활동과 자기 손상으로부터의 보호 영역 내에서 이루어진다. 부모들은 종종 이런 문제의 조사 결과를 보고

놀라게 되는데, 어린이는 위험스럽고 부적당한 행동을 줄여주는 보호적인 규율뿐만 아니라 발견하려는 자유가 필요하다는 것을 부모는 인식해야 한다. 취학 전 아동은 이러한 규율에 매우 저항하는 것 같지만 부모는 이런 반응이 점점 독립심을 쌓아 가는 나이의 어린이들에게 어울리는 것이라는 사실을 깨달아야 한다. 이것은 자립과 독립의 문제에 관해 부모와 자식 사이의 오랜 협상의 역사의 첫 단계이다. 이 시기에 부모는 자녀가 건강한 자제력을 발휘하기 위해 자기 조절의식을 내재화하길 기대한다. 훌륭한 자녀교육의 기술은 부모에게 마음의 한 상태 즉 어린이를 위한 기대감을 가지도록 요구한다. 어린이는 부모를 통해 행동을 배우게 된다. 따라서 부모는 돌이켜볼 때 어떤 행동이 교육적 처벌의 측면에서 부적당한지를 인식함으로써가 아니라, 행동 구조에 대한 아이의 필요성을 활발히 기대해야 된다. 친 사교적인 행동에 대한 부모의 기대는 어린이의 장래 행동에 틀을 짜도록 도와주고, 그렇게 되면 아이들은 후에 행동상의 문제를 덜 보이게 된다. 반면 단지 행동의 규정에 집중된 요구사항들은 장래 행동상의 어려움을 예고한다.

취학 아동에게 있어 또래집단은 취학 이전 시기에 비해 상대적 중요성이 증대하고, 부모의 규율 또한 중요성이 변화한다. 어린이들은 추가적인 책임이 뒤따를 수 있지만 지속적인 통제를 요구한다. 심지어 상대적인 정지상태의 시기에도 수동적 감시의 형태를 띤 부모의 존재는 아이의 안전을 보장한다. 의무교육 연한이 끝날 무렵, 아이들은 점차 더욱 추상적인 용어로 도덕적인 문제들을 토론할 수 있지만 더욱 넓은 범위의 원리에 기초해 일반화할 수 있는 능력에서는 매우 제한되어 있다. 이 나이 또래의 아이들에게 있어서 행동상의 기법은 여전히 선호되는 훈육 방법이다.

어린이들에게 사회 규칙을 가르치기 위해서 필요한 규율의 수준을 얻기 위해 구두상의 긍정적 보상으로는 충분하지 않음에도 불구하고 부모가 자녀에게 해주는 말은 중요하다. 물론 많은 상황들이 민주적인 참여를 요구하지 않고 일방적인 부모의 명령을 필요로 한다. 그러한 직접적인 구두 명령이 내려지면 이는 잠재적으로 혼란스러운 조항이나 감정적 판단 없이 분명히 그리고 직접적인 방식으로 전달되어야 한다. 아이들이 자기에게 기대되는 것을 명백히 알

고 있으면 안심이다. 감정이 실린 복잡한 명령은 비효과적이고 행동이 혼란스러운 자녀를 둔 부모에게서 특징적으로 나타난다.

청소년들은 자기 개인적인 것으로 간주되고 결국 자기의 지배권한 아래 있어야 된다고 느끼는 삶의 영역을 점차로 확장하는 과정에 관여하게 된다. 청소년들은 특히 개인적인 성격의 문제들에 대해 지배력을 증대하기를 기대한다. 부모의 입장에서는 어렵겠지만 청소년들이 틀린 선택을 할 때 종종 내버려 둘 필요가 있다. 그 결과가 그리 치명적이지 않다면 그러한 실수는 유익할 수도 있다. 분명히 부모는 청소년이 돌이킬 수 없는 엄청난 결과를 가져오는 결정을 내리게 할 수는 없다. 청소년을 둔 부모의 설명되지 않은 임무는 권위적인 (독재적이거나 관용적인 방식과 대조) 부모 역할 방식을 유지하는 것이다. 이것은 두 관련된 과업의 균형을 맞추는 것이다. 하나는 청소년을 유해한 것으로부터 보호하는 것이고 다른 하나는 앞의 것과 정반대의 것으로 가까운 장래에 성인으로서 책임감을 가지고 독립적으로 행동할 수 있는 개인을 탄생시키는 것이다. 이런 상황에서 갈등은 피할 수 없는 것이다. 그러나 그런 갈등은 지속적인 관계를 이해하도록 도와주고 자립을 촉진시킨다. 따라서, 적당한 규율을 유지하면서 청소년의 자립심을 기르는 최상의 방법은 10대 청소년을 결정 과정에 참여시키는 비율을 증대시키는 것이다.

지 식

효과적으로 자녀양육을 시키는 것은 학교에서 배우지는 않지만 지식과 기술이 필요하다. 이는 자녀양육이 천성적이거나 정적인 과정이 아니므로 그 방식을 배울 필요가 있다는 의미이다. 그것은 연구, 상담 그리고 자기 자신의 한계에 대한 인식을 요구한다. 혈연과 관계없는 친구, 의사, 인터넷뿐 아니라 세대간의 충고나 지지는 부모가 현명한 결정을 내리게 도움을 준다. 식견 있는 부모는 자녀를 위해 제공할 도구적 기능을 가지고 있음을 인식한다. 의식주, 위생, 의료와 같은 기본적인 필수 요소들은 자명한 일로서 모두 필요하다. 이런 기본적인 것들을 무시하는 것은 쉽지만 그렇게 하면 실수를 범하는

것이다. 따라서 이런 필수 요소를 중시하지만, 식견이 있는 부모는 이런 항목과 서비스를 단지 제공하지 않는다. 훌륭한 자녀양육을 하는 기술 중의 하나는 어린이로 하여금 자기 잠재력을 펼칠 기회를 최대화할 수 있는 사소한 것들에 주목하는 것에 놓여있다.

위에 언급한 근본적인 것에서 점점 확장해나가는 것의 중요한 부분은, 가정은 쉴 곳을 제공할 뿐 아니라 집이라는 공간 규정에 관한 태도의 표시를 제공하고 가정의 전통, 가치 및 이상과 일치하는 다양한 활동 기회가 있는 장소라는 인식이다. 가정 그리고 그 내부의 물건들은 가족과 주위 지역사회, 사회 환경과의 집단적 관계를 매개하는 역할을 한다. 어린이가 가정에서의 담당하는 역할 그리고 더 큰 수준에서 맡는 의무감을 개념화하기 위해 큰 영향을 미치는 것은 가정 내의 공간뿐 아니라 시간적 구조도 역할을 한다. 예를 들어, 부모가 자녀에게 어떤 집안의 잡무를 어떻게 부과하는 가는 자녀의 소속감, 조직 기술, 책임감, 그리고 성별에 알맞은 역할 분담 등에 영향을 미친다. 가정에서의 활동, 예를 들어 TV 시청, 컴퓨터 사용 등은 나중에 학교 생활에서의 성공에 영향을 미칠 수 있다. 식견 있는 부모는 또한 실용적이고 집안의 물리적 변화의 계획 결정에 아이를 참여시킨다. 왜냐하면 가정의 간단한 구조적 변화는 안정의 측면에서 큰 영향을 미칠 수 있기 때문이다.

이와 마찬가지로, 음식은 기본적인 생리적 기능을 위해 본질적인 것이다, 그러나 부모가 선택할 범위의 확장으로서, 아이가 잘 자랄 수 있는 잠재력을 최대한으로 하기 위해 이용될 수 있다. 단순히 영양가 있는 음식을 제공하는 것은 아이가 장기적으로 건강한 상태를 유지하는 데 중요하다. 어린이들은 부모의 식사 습관 (방법, 시간, 종류) 을 따르게 마련이고 다른 기본적인 욕구에 관해서도 부모의 믿음 체계를 이어 받는다. 예를 들어, 위생, 건강, 의료 혜택 이용에 관한 자녀의 신념은 부모의 그것을 반영한다.

식견 있는 부모가 되려면 어린이 성장의 중대 시점들을 인식해야 하고 성장과 성숙에 있어서 지체되는 것도 인식해야 한다. 부모는 아이가 언제 기고, 걷고, 말하는지를 알아야 한다. 성장 지체를 관찰하고 중재할 사람에게 알리기 위해서는 정상적인 성장과 성숙이 어떠한지를 제대로 이해하고 있을 필요

가 있다.

훌륭한 부모는 취학 전 나이의 아이들에게 알맞은 정서적인 능력을 알고 있다. 비록 이런 아이들은 주로 자기 중심적이지만 다른 사람들도 자신의 생각, 감정, 그리고 의도를 가지고 있다는 사실을 점점 인식한다. 이런 성장 상의 변화를 인식하는 부모는 자녀와 타인의 욕구나 의도를 논의함으로써 아이들의 사회적인 능력 배양에 도움이 된다. 취학 연령 동안에 부모의 지식은 여러 분야에서 중요하다. 이 시기에 어린이는 인지적으로 성장을 하기 때문에 부모가 정상적인 인지 발달을 이해하면 인지 발달의 지체를 알아차릴 수 있다. 어린이의 학업 성취에 피드백을 제공할 수 있는 또래 집단이 아닌 유능한 교사와 밀접한 관계를 유지하는 것은 아주 유용하다. 그러나 하나의 정보원만으로는 불충분하기 때문에, 식견 있는 부모는 자녀가 학교에서 어떻게 생활하는지를 감시하기 위해 부수적인 정보원(어린이 자신은 물론)을 이용한다. 유능한 부모는 학습과 발견이 교실에만 국한될 필요가 없다는 사실을 깨닫는다. 부모는 가정에서 책이나 다른 읽기 자료 그리고 읽고 쓰기와 관련된 활동을 제공함으로써 아이의 지능을 자극할 수 있다.

식견 있는 부모는 자녀가 성공하도록 잠재력을 최대화하는 예방책을 취한다. 청소년에게 이것은 불편한 문제들을 무시하기보다는 논의하기 위해 시간을 할애하는 것을 의미한다. 성, 피임, 마약, 술에 관한 정보를 제공하는 것은 청소년들이 그러한 문제들을 처리하는데 중요한 일을 담당한다. 특히 부모와 10대 간의 커뮤니케이션은 청소년의 성적 습관 그리고 흡연에 영향을 미친다.

요약하자면, 지식이란 인생에서처럼 자녀양육에서 성공을 거두기 위한 열쇠가 된다. 부모로서 우리의 직분을 잘 하기 위해서 계속 지식을 습득해야 한다는 인식은 자녀양육의 성공을 가져올 뿐 아니라, 자녀로부터 배우고, 자녀에 관해 배우고, 그리고 자녀의 인생 성공 방법을 계속 배우으로써 자녀를 위한 모델의 역할을 한다.

대화 방법

대화 방법은 성공적인 자녀양육의 전 과정에 필수적이다. 의사소통은 단순한 말하기가 아니다. 차라리, 그것은 부모와 어린이를 연관시키는 상호작용의 전 과정이다. 이러한 중요한 의사소통은 언어, 몸짓, 표정 그리고 신체언어와 같은 전통적인 언어의 요소들을 포함한다. 부모로서 우리 모두는 조용히 응시만해도 많은 이야기가 오간다는 것을 안다. 그러나, 의사소통의 행동은 언어라는 영역을 넘어선다. 어린이들은 부모의 행동을 관찰, 모방해서 배운다. 그들은 부모가 행동하고 걷고 말하고 운전하고 남을 대하는 방식에 따라 자신의 행동을 그대로 본뜬다. 따라서, 의사소통은 빈번하고 효과적이고 융통성이 있으며 충분히 복잡해야 성공적인 자녀 교육에 필요한 지식, 지시 그리고 가치 체계를 전달하게 된다.

자녀양육의 한 부분으로서 대화방식에 관한 논의는 종종 부모와 자식간의 대화로 시작한다. 그러나, 효과적인 의사소통은 부모들 사이에서 생겨나는 대화로 시작한다. 양질의 자녀양육은 어린이를 양육하기 위해 애쓰는 성인이 둘 이상일 때 이루어진다는 사실은 오래 전에 입증되었다. 함께 애쓰는 것은 부모가 함께 의사소통하고 협력하는 것을 요구한다. 이것은 자동적으로 이루어지거나 쉬운 과정이 아니다. 부모가 효과적인 의사소통을 발전시키기 위해서는 시간, 연습 그리고 진정한 헌신이 요구된다. 건강하게 어린이가 성장하기 위해서 일관적으로 예측할 수 있는 환경을 공유하고 유지하는 것도 바로 이런 의사소통이다. 그리고 부모들 사이의 훌륭한 의사소통은 어린이들이 부모나 바깥 세계 사람들과 의사소통의 유형을 발전시키기 위해 사용하는 가장 완벽하고 훌륭한 모델이 된다.

진정한 부모 자식간의 의사소통을 이루기 위해 서로 공통적으로 표현하고 수용하는 언어가 필요하다. 공유하는 언어는 영어나 한국어를 의미하지 않는다. 차라리 풍부한 신호 어휘, 표현 그리고 물론 부모와 어린이에게 똑 같은 의미를 전달하는 표현을 의미한다. 이것은 단순하고 명백히 보이지만 사실은 그렇지 않다. 우선, 언어의 기술은 어린이의 성장 단계에 따라 다양하다. 유아나 미취학 아동에게 있어, 몸짓이나 표정은 말보다 더 중요한 것 같다. 그

러나 이런 몸짓은 학교에 들어가거나 청소년이 되면서 배우는 단어나 복잡한 어휘가 추가되어 더욱 중요한 의미를 띤다. 몇몇 공유된 언어는 간단히 만들어진다. 예를 들어, Hot! 혹은 Sharp!을 쉽게 표현할 수 있다. 그러나 감정을 표현하는 말은 취학 연령의 어린이들에게 더욱 많은 노력을 요구한다. 이는 마치 청소년이 되어서 남녀관계나 성과 같은 복잡한 인간의 상호작용을 언급하는 언어를 배우는데 많은 노력이 드는 것과 마찬가지로이다. 이러한 공유된 언어를 만드는 것은 시간과 집중을 요한다. 그러나 그것이 없으면 의사소통의 기회는 약해지거나 없어지게 된다.

공통으로 사용되는 언어의 개념에 대한 추론으로 언어라는 것이 표현적이고 수용적이라는 인식이다. 이것은 우리가 말하는 내용 뿐 아니라 어린이가 그것을 어떻게 받아들이는가에 민감해야 한다는 것이다. 부모들은 자녀에게 말하려고 하는 내용을 마음 속에 분명히 간직하고 있다, 그러나 만일 자녀가 그것을 이해하지 못하면 부모의 좋은 의도는 사라지게 된다. 어린이가 의사소통을 받아들이는 능력은 많은 요소에 달려 있다, 즉 성장 수준, 언어 능력 그리고 감정 상태. 슬프거나 화내는 아이는 좀처럼 부모로부터 세세한 내용을 받아들이려고 하지 않는다. 그러나, 수용적인 언어는 전적으로 받아들이는 사람에게만 의존하지 않는다. 예를 들어, 부모가 화나있거나 큰소리치고 있을 때 부모가 느낄 수 있는 사랑과 관심을 어린이는 느끼기 어렵다. 따라서, 효과적인 의사소통은 말하려고 하는 내용 뿐 아니라 그런 전달 내용이 어떻게 받아들여지는지 그리고 의사소통적인 의도의 표현적이고 수용적인 요소들에 대한 책임을 공유하는 것에 민감해지는 것에 의존한다.

의사소통은 또한 시간이 걸린다. 휴대전화, 이메일, 패스트 푸드, 바쁜 일정 등이 판치는 현대 시대에 의사소통을 시간과 상호작용의 가장 작은 단위로 압축하는 것이 쉽다. 효율성이 자기 시간으로 더 많은 것을 할 수 있는 기회를 창출하지만, 성공적인 부모와 자녀의 의사소통에 있어서는 시간과 인내가 필요하다. 부모들은 그들 스스로와 그리고 자녀들과 의사 소통할 시간을 할애해야 한다.

함께 보내는 시간을 대신할 수 있는 것은 없다. 이런 시간은 공식적이거나

비공식적인 여러 형태를 취한다. 대부분의 경우에 대화할 시간을 할애하는 것은 어린이에게만큼 부모에게도 중요하다. 그런 시간은 형식적인 약속을 정해 놓고 할애할 필요는 없고 매일 매일의 생활에서 일어나는 그런 자연스런 사건들을 이용하면 된다. 식사시간은 의사소통하기 위해 자주 가질 수 있는 가치 있는 기회를 제공한다, 그러나 대화 기회를 잡으려고만 한다면 다른 많은 기회들이 있다. 즉 커뮤니케이션을 할 수 있는 다른 경우로는 학교나 직장을 차로 가는 동안에, TV를 보다 광고가 나올 때, 집안의 허드렛일을 하는 동안 등 여러 경우가 있다. 반가운 소식은 부모가 자녀의 말을 기울이려는 시간을 내면 아이들은 일반적으로 말하는 것을 좋아하고 기꺼이 그렇게 할 것이다. 그리고, 어린이들은 부모가 말하는 내용에 관심이 있고 부모가 서로 비밀스러운 말을 주고받을 때 생겨나는 침묵을 기억한다. 찾으려고만 하면 의사소통의 시간은 얼마든지 있다.

훌륭한 커뮤니케이션을 형성하고 유지하는 습관은 길러져야만 한다. 그런 과정을 시작한다고 해서 너무 일은 것도 아니고 커뮤니케이션을 실행해 본다고 해서 너무 늦은 것도 아니다. 각 가족마다 커뮤니케이션의 유형은 유아시절에 시작해야하고, 성장하면서 알맞은 수정을 거쳐 평생동안 계속되어야 한다. 가족 구성원 사이에 커뮤니케이션을 시작하고 계속 진행하는 일은 너무 이르거나 늦은 것이 아니다. 의사소통에 대한 대부분의 관심은 부모와 자식간의 커뮤니케이션에 집중하지만, 그 어린이와 가정은 그 가족의 규칙, 전통, 언어, 친밀한 관계, 신뢰와 안전을 공유하지 않는 더 큰 세계에서 생활한다는 것을 또한 기억해야 한다. 부모는 이른 시기에 이런 차이를 지적해 아이들이 외부 세계와 그리고 외부 세계 내에서 의사소통이 원활 하도록 도와줘야 한다. 그러나 물론 적당한 주의와 보호가 뒤따라야 한다. 어린이들은 사회적 관습과 안전 규칙을 배워야 하고, 점차 확장되는 지역 사회의 규모 내에서 이를 실행해 볼 기회를 가져야 한다. 가정 밖의 세계에서 주의해야 할 것이 많지만 중요한 것은 어린이들이 가정 밖의 세계에서 의사소통하고 상호작용을 시작함에 따라 두려움이 아니라 분별력과 판단력을 배운다는 것이다.

마지막으로 가장 중요한 커뮤니케이션의 요소로서 강력한 개념인 바로 존

경이라는 것이다. 생산적이고 효과적인 의사소통은 모든 당사자들이 서로 존경을 표시하지 않고는 불가능하다. 언뜻 보기에 효과적인 부모와 자식간의 의사소통은 자식이 부모를 존경해야 단지 가능할 것처럼 보인다. 물론 이것은 사실이지만 성인이 아이들을 존경하는 것도 똑같이 중요하다. 어린이들은 이야기할 것이 많다. 그들의 모든 의사소통이 훌륭한 것은 아니지만 그것은 항상 중요한 것이고 그 중요성은 주고받는 의사소통이 가치가 없고 존경을 받지 못하면 사라질 것이다. 어린이들은 자기가 말하려는 내용이 존경받을 때 빨리 배운다. 그리고, 아이들이 존경받을 때 표현과 수용의 측면에서 더욱 효과적인 대화자가 되는 것이다.

부모는 어린이가 하는 말을 존중해야 한다고 하지만 그렇다고 부모가 항상 어린이가 하는 말과 행동에 동의하고 너그럽게 봐주는 것은 아니다. 이와는 정반대의 경우들이 있다. 존중을 표하는 부모는 의사소통을 심각하고 중요한 것으로 받아들이고 토론의 기회를 제공하거나 혹은 단순히 오해나 잘못된 행동을 고쳐주게 된다. 그러나, 이러한 피드백이 단지 가능한 경우는 다음과 같다. 즉 부모가 처음부터 어린이의 의사소통을 존중하거나, 그 어린이가 하는 모든 말과 행동에서 의미 있는 의사소통을 보내는 것에 관해 옳을 수도 있다거나 적어도 심각하다고 부모가 입장을 취할 때 가능하다. 부모는 모든 의사소통에 다 반응을 할 수는 없고 아이들도 그러하다. 그러나, 각자 상대를 존중한다면 자녀를 성공적으로 키우고 함께 행복한 삶을 즐긴다는 공통의 목표를 서로 나눌 진정한 기회가 마련된다.

결 론

모든 국가에서 자녀양육은 간과할 수 없는 중요한 일이다. 어린이들이 잘 성장하기 위해 그들은 중요한 임무나 관심을 요구한다. 어린이들의 욕구는 급속히 변화하므로 부모가 자식의 사회적이고 정서적인 성장을 도와주려면 부모 스스로 이에 적응해나가야 한다. 부모와 어린이의 관계가 성공하려면 서로 협조하는 방법을 찾아야 한다. 분명한 것은 자녀를 잘 교육시키려면 부모는 자

녀 곁에 있어야 하고 식견이 있어야 하며, 그리고 건강하고 효과적인 대화방법에 의해 가르침의 효과가 커진다. 그러나, 이처럼 분명하지만 항상 쉬운 일이 아니다. 그리고, 심지어 과정이 잘 되어도 결과가 항상 완벽한 것만은 아니다. 어쩔 수 없이 기쁨과 슬픔, 승리감과 좌절감이 따르게 마련이다. 그러나, 헌신적인 부모와 어린이는 함께 노력하며 짐을 서로 나누고, 이런 과정 속에서 실질적인 관계에서 오는 큰 기쁨을 맛볼 뿐 아니라 나온 결과에 자부심을 가지게 된다. 자녀가 여러분을 사랑하고 존경하며 즐기는 만큼 여러분도 자녀 그리고 자녀와 함께 하는 여러 일을 즐기십시오.

PARENTING and COMMUNICATION: INTER-GENERATIONAL and INTER-NATIONAL CHALLENGE

Bennett L. Leventhal, M.D.

·Irving B. Harris Professor of Child and Adolescent Psychiatry
·Professor of Psychiatry and Pediatrics
·Director, Child and Adolescent Psychiatry
·The University of Chicago
·Chicago, Illinois, USA

Introduction

In each succeeding generation and in each and every country or culture, there is a universal desire to parent our young well so that they can have a more bountiful life than their parents. This universal desire usually meets with success but is not without universal challenges. It is the framework in which one can consider these challenges that will be the focus of this discussion.

The discussion approaches these challenges from a fundamentally developmental and scientific perspective. Admittedly, while the issues at hand are universal, the perspective from which I consider these matters is inherently Western, and probably far too American. For this, I apologize in advance. However, the bulk of the scientific literature in this area with which I am familiar is Western and, it is becoming increasingly clear that the commonalities between cultures are great thus

offering many opportunities to learn from one another. In all countries, few question that quality parenting has significant ramifications for the emotional and social maturation of a child, there exists considerable dispute and confusion regarding which style(s) of parenting should be characterized as good. This confusion is understandable: A child is potentially influenced by a bewildering array of systems. And, development is not a static process, but rather, fluid and dynamic. Adding to the complexity, each child and set of parents has a unique relationship reflective of both the interpersonal history and the collective constitutional makeup of the family.

Parenting is a very complex set of behaviors that take place dynamically in a vast amount of space, over a considerable period of time, and are affected by a wide array of influences. For the purposes of this discussion, three general categories will be considered: Availability, Discipline, Knowledge and Communication.

While these dimensions are important elements of parenting children of any age, the ideal characteristics of each dimension change considerably with children of different ages. Therefore, each of these dimensions must be considered in the context of the course of child and adolescent development.

Availability

It almost goes without saying that parents must be available to their children. In this context, this means both physical presence and emotional interactions with the child. A meaningful relationship between a parent and a child cannot be formed without the two of them spending time together.

Availability is important from the very beginning. During the first months of life, the central task of the infant-parent dyad is the development of a well-formed attachment. Attachment refers to that aspect of the relationship between a parent and an infant that reflects the infant's sense of trust in the emotional availability and protective competence of the parent. Thus, attachment, by definition, is reflective of the quality of a relationship and the character of an attachment may have prognostic significance: Securely attached one-year-old children were found to be more cooperative and compliant as preschoolers than peers and better on certain social/cognitive tasks whereas insecure attachment has been associated with children who display social difficulties with parents as well as peers.

One of the primary tenets of attachment theory is that the infant, during the attachment process, forms a working internal model of himself in relation to others which is, in turn, hypothesized to influence the character of all of the child's subsequent relationships.

Attachment emanates out of the active social interplay or communication between the infant and the parent. The human infant at birth is particularly vulnerable and dependent and supplied with only a few (but biologically powerful) innate responses to the environment. For instance, the infant has a prewired predisposition to attend the geometry of the human face [Morton, 1991 #285]. The infant's crying, smiling, and other social communicative signals are directed at the caretaker, which invites reciprocity, and forms the first communications between parent and child. In light of the limited ability of the child to communicate his needs to caregivers, parental availability becomes a crucial factor in the attachment process. In order for appropriate attachment to occur, the parent must be tuned in to the infant's limited repertoire of

responses. This is accomplished primarily by being physically and emotionally available. And it is this initial activity that sets the pattern for lifelong parent-child interaction. To be sure, it is not the availability of just any emotional and physical support that helps a child to thrive, but rather, the ongoing availability of a person(s) whom the child finds reliable and involved. As a function of this consistency, persistence and care, an attachment is formed.

What types of behavior are more productive? Consider a behavior as simple as making eye contact that has been to be very important. Infants nurse better and produce higher general behavioral rates when making eye contact. This all suggests that a good parent provides not only time for the child, but also time in which the child is the priority and the focus of the parent's attention, a lesson that is valuable throughout the lifespan.

The parent of the preschool child must remain emotionally available. At this time, parents can facilitate appropriate social interaction by taking into account the immediate context and environment, and modifying their expectations to fit the setting. Availability is a crucial component of the socialization process. This interaction takes time, and social competence in preschoolers has been correlated with the amount of attention received from parents. Being emotionally available for a school age child is made more difficult by the simple fact that the child is not at home during the day. Availability of a parent can often be a function of something as concrete as a work schedule. Thus, working parents sometimes need considerable creativity to carve out the necessary time to provide emotional sustenance for a child. In addition, as the child progresses in school, homework and extracurricular activities take up time when the child is out of school. In this context, emotional

availability often translates into facilitating the child's adjustment to the school environment and promoting increasing amounts of self-reliance. Explicit discussion of school experiences acknowledges to the child that the parent is thinking about him at times when they are apart, and facilitates the child's development of an observing function in the parent's absence.

As a result of the new social situations in which progressively older children find themselves, they will also experience emotions with which they were previously unfamiliar. Their inexperience may make it difficult for them to label accurately. An available parent will help identify and label the feeling or experience for the child and then help them process it. Children who are the recipients of this sort of interest, warmth and acceptance have been shown to be more socially successful.

Maintaining parental availability is more difficult for adolescents because autonomy is one of the major developmental tasks of adolescence. While this process typically proceeds without major disruption to the family, it usually creates at least some tension in most households. Adolescents often display a façade of invulnerability to parents. However, despite the temptation to feel otherwise at times, good parents remember that it is crucial to remain emotionally available during their children's adolescent years. At times, teenagers may appear unappreciative and provocative. The good parent, however, accepts this adolescent bravado as a necessary and natural form of self-assertion. During periods in which the adolescent is testing the waters of independence, the parent has a unique opportunity to show that parental emotional availability, love, and support is not contingent on the adolescents being completely compliant and subordinate. If a teenager feels that such support is given conditionally based on obedience, she

will be hindered in her ability to become self-reliant. In the absence of such contingencies, the adolescent is able to make mistakes and accept responsibility. While outright disrespect or blatant disregard (which are actually rare in healthy families) may require intervention, some friction between a parent and an adolescent is inevitable if a teen is going to become self-reliant. Thus, spending time together has been shown to be necessary for successful familial relationships and adolescent development.

So, it seems clear that from the outset, parents must be physically and emotionally available to their child in a fashion that is unconditional and reasonably consistent. This is not an easy task so perseverance is important but availability will provide many opportunities for the interactions that are so necessary for successful development.

Discipline

While many consider discipline to be how one punishes or controls the child, that is not the case. Discipline refers to teaching and learning. And, it is perfectly clear that how children learn from their parents and family is key to their success. That is not to say that control is not an inherent part of this process but how one controls the child and teaches the child to control him or herself is the real measure of good parenting.

There are three models of discipline: permissive, authoritative and authoritarian. The permissive model suggests that children can find their own way, if one only protects them from harm. It lacks structure for learning from the parents and family but assumes that the child will

inherently recognize the need to acquire this information and will do so. The authoritarian model is the one in which the parent asserts that he or she is physically, intellectually and financially relatively powerful and thus has the capacity and authority to control the child and behavior. Essentially, this is the model of, Might makes right or You will do what I say because I can make you do it. The authoritarian parent uses power, pressure and physical intimidation to make the child behave. In sharp contrast, the authoritative parent assumes the position of authority by virtue of superior knowledge and experience. In this model, the child learns to respect the parent and seek to gain the wisdom to enhance their development. Thus, the authoritative parent teaches through dialog and shared learning rather than by imposing the control on the child. There are numerous studies of these teaching styles and it is clear that the authoritative model is far superior to the authoritarian and permissive models for the vast majority of children. There is significant evidence that an authoritative parenting style facilitates a child's ability to internalize the parent's moral standards, and that authoritatively-reared children are better socially adapted, more academically accomplished and better able to delay gratification. Not only do the children learn better and faster from authoritative parenting, but the knowledge and skills that are acquired are far more enduring.

While the notion of being an authoritative parent is key to success, it is still true that there must be of modicum of control exerted over the developing child. It is not the fact of control but how the control is exerted that is critical.

Control refers to the manner and degree to which a parent creates and enforces specific expectations on the child. The degree of control a parent institutes must be individually tailored for each child to reflect

that child's specific needs. From the very beginning of the attachment process, control is a factor in the relationship between the parent and child. However, despite the need for control, parents must also show a degree of flexibility and control in their responses. The destructive results of overprotectiveness and induced dependency (mothering to death) have been well documented. Appropriate control means that the parent is not unnecessarily doting and indulgent, and not overly restrictive but rather flexible enough to protect and limit the child while allowing the child grow emotionally.

In preschool children, control is often in the realm of physical activity and protection from self-harm. Parents are often surprised at the results of this exploration, and must realize that the child needs both the freedom to discover as well as protective controls which will reduce dangerous and inappropriate actions. The preschooler may seem highly resistant to these controls, but parents must recognize that such responses are an age-appropriate declaration of increasing autonomy. This is the beginning of what will be a long history of negotiation between parent and child around issues of autonomy and independence. During these years, parents hope that their children will internalize a sense of self-regulation so as to exert a healthy sense of self-control. The art of good parenting calls for establishing a tone -- a set of expectations for the child. The child learns to behave through the parents actively anticipating the child's need for behavioral structure, not by recognizing what behaviors are inappropriate retrospectively via parental punishment. The presence of parental expectations for competent, prosocial behaviors that help structure a child's future actions creates fewer later behavioral problems, while demands that focus merely on regulation of behavior may be predictive of future behavioral

difficulties.

As a school age child's peer group gains in importance relative to the preschool years, parental control also shifts in emphasis. Children can be afforded additional responsibilities, but they continue to require controls. Even during periods of relative quiescence, parental presence in the form of passive monitoring ensures safety. Towards the end of the school age years, children are increasingly able to discuss moral difficulties in more abstract terms, yet are still highly limited in their ability to generalize based on larger principles. Behavioral techniques are still the preferred method of discipline in children of this age group.

Although verbal positive reinforcement may not be enough to attain the level of control necessary to teach children social rules, the character of what parents say to their children is important. Many situations, of course, do not call for democratic participation, but rather necessitate the use of unilateral parental edicts. When such direct verbal instructions are indicated, they should be delivered in a clear and direct fashion, without potentially confusing dependent clauses or emotional judgments. It is reassuring to children to know unambiguously what is expected of them. Emotionally-laden, complicated orders are not effective, and have been found to be characteristic of parents with conduct-disordered children.

Adolescents are involved in a process in which they are gradually expanding the areas in their lives that they regard as personal and subsequently feel should be under their jurisdiction. Adolescents particularly expect to have increasing control over issues of a personal nature. As difficult as it may be for parents, it is often necessary for them to allow the adolescent to make some bad choices. Such mistakes are

healthy if the consequences are not too detrimental. Certainly a parent cannot allow an adolescent to make decisions with disastrous, irreparable results. The unstated mission for the parent of the adolescent is to maintain an authoritative (versus authoritarian or permissive) mode of parental functioning. This really means balancing two related tasks. One is to protect the adolescent from harm. The other, which is nearly diametrically opposed to the first, is to allow the emergence of an individual who can act responsibly and autonomously as an adult in the very near future. In this context, conflict is inevitable. Such conflict, however, serves to facilitate an understanding of the evolving relationship and promotes self-reliance. Thus, the best way to foster adolescent autonomy while maintaining appropriate control is to increase the participation of the teenager in the decision-making process.

Knowledge

While it is often not taught in school, it takes knowledge and skill to parent effectively. This means that one has to learn how to parent as it is neither a natural nor a static process. It requires study, consultation and recognition of one's own limitations. Inter-generational advice and support, as well as non-familial resources like friends, physicians, and the Internet can help the parent make wiser decisions. Knowledgeable parents recognize that they have particular instrumental functions to provide for children. The bare essentials—food, clothes, shelter, hygiene, and health care— are all necessary by definition. It is easy to downplay the importance of these basics, but it would be a mistake to do so. So providing the essentials ranks first; however, the knowledgeable parent does not just provide these items and services. Part

of the art of good parenting consists in attending to the minutiae that can optimize a child's opportunity to fulfill her potential.

A critical part of this expansion from the basics is the recognition that the home provides not only shelter, but also the expression of attitudes regarding the regulation of space, and is a place where there are opportunities for various activities that are consistent with family traditions, values and ideals. And, the home and its domestic, material objects have a role in mediating the family's collective relationship with the surrounding community and social environment. It is not just space but also the structure of time in the home that has significant ramifications for the child's conceptualization of his role in the family and obligations to the larger whole. For instance, how and what chores parents assign can influence a child's sense of belonging, organizational skills, level of responsibility, and what roles are considered gender-appropriate. Temporal regulation of home activities, such as television viewing and computer use, may have ramifications for later school success. The knowledgeable parent is also pragmatic, and considers the child in making choices about the physical logistics of the home: Simple structural changes in the home can have very significant ramifications in terms of safety

Similarly, food is essential for basic physiological functioning, but as an extension of parental choice, can be utilized to optimize a child's potential to thrive. Simply providing nutritious food makes a difference in children's long-term health outcomes. Children adopt a great deal of their parents eating habits (how, when, and what they eat) and they tend to inherit belief systems regarding other basic needs. For instance, children's beliefs about hygiene, health, and health care utilization mirror those of their parents.

Being a knowledgeable parent also means being aware of developmental milestones, and recognizing delays in growth and maturation. A parent should be aware of when a child should be crawling, walking, and talking. To observe delays and bring them to the attention of those who can intervene requires an adequate understanding of what constitutes normal growth and maturation.

A good parent knows the age-appropriate affective capabilities of the preschool child. Although still primarily egocentric, these children are increasingly able to recognize that other's have their own minds, emotions, and intentions. Parents who are aware of this developmental change can facilitate children's social competence by discussing others needs and intentions with them. During the school age years, parental knowledge is important in a number of arenas. This is a time of considerable cognitive growth, and understanding normal cognitive development can help facilitate the recognition of delays. A close relationship with a competent teacher who can provide feedback on a child's academic progress compared to his peers is often very helpful. No single source of information is sufficient, however, and a knowledgeable parent will utilize collateral sources of information to monitor a child's progress in school (including, of course, the child himself). Competent parents realize that learning and discovery do not need to be limited to the classroom. A parent can stimulate the child's intellect by providing books and other materials at home and modeling literacy-related activities.

Knowledgeable parents take preventive measures to optimize the potential for their children to succeed. With an adolescent, this means taking time to discuss issues that may be uncomfortable rather than ignoring them. Imparting information regarding sex and birth control, or

drugs and alcohol, does make a difference in how adolescents deal with such issues. Communication between parents and teens significantly affects their sexual habits and whether they decide to smoke.

In summary, knowledge is the key to success in parenting as it is in life. Recognizing that we as parents have to be constantly acquiring knowledge in order to do our jobs well, is essential not only to our succeeding in parenting but it also serves as a model for our children by showing that we are constantly seeking to learn from and about them and how to help them succeed in life.

Communication

Central to the entire process of successful parenting is communication. Communication is not just talking. Rather, it is the full spectrum of interactions that involve the parent and child. While these vital communications include the traditional elements of language such as speech, gesture, facial expression and body language. As parents, we all know that much can be said with a silent glance. But, well beyond language is the communication of behavior. Children observe, mimic and learn from the behavior of parents. They model their own behaviors on how the parents behave how they walk, talk, drive, treat others and more. Therefore, communication must be frequent, effective, flexible and sufficiently complex to transmit the knowledge, instructions and values so necessary to successful child-rearing.

The discussion of communication as a part of parenting often begins with the parent-child conversations. However, effective communication begins with the conversations that take place between the parents. It has long been established that high quality parenting takes place when there

is more than one adult working together to rear the child. Working together requires that parents learn to communicate and work well together. This is neither an automatic nor an easy process. It takes time, practice and a genuine commitment for parents to develop effective communications. It is these communications that will allow for sharing but also maintaining the consistent predictable environment for fostering healthy child development. And, good communications between parents is the most perfect and wonderful model for children to use to develop their own patterns of communications with parents and the outside world.

In order to have true parent-child communication, there must be a shared expressive and receptive language. Shared language does not mean English or Korean but, rather, a rich vocabulary of signs, expressions and, of course, words that mean the same thing to both the parents and the children. This may seem obvious and simple but it is not. First of all, language skills vary widely across the spectrum of development. For infants and pre-school age children, gesture and facial expression may be far more important than words but these gestures continue to have vital significance even with the addition of words and complex vocabulary in school age and adolescence. Some shared language is simple to establish. For example expressions for Hot! or Sharp! seem to come easily but words for feelings take much more effort with school age children as does language for complex human interaction like intimacy and sexuality in adolescence. It takes time and focus to develop this shared language but without it, the opportunity for communication is weakened or lost.

A corollary to the concept of shared language is the recognition that language is both expressive and receptive. This means that one has to not only be sensitive to what one says but also how it is received by the child. Parents are often quite clear in their own minds about what they

want to communicate to the child but if the child cannot understand it, the best intentions are lost. A child's ability to receive communication depends on many factors including, developmental level, language ability and emotional state. And sad or tantruming child is rarely in a position to receive a detailed message from parents. But, receptive language is not entirely dependent on the receiver. For example, it is hard for child to appreciate the love and concern that a parent may feel when the parent is angry, upset and yelling. Therefore, effective communication also depends on sensitivity to not only what one intends to say but also how that message will be received and sharing in responsibility for both the expressive and receptive elements of the communicative intent.

Communication also takes time. In this modern era of cellular telephones, email, fast food and busy schedules, it is easy to compress communication into the smallest possible units of time and interaction. While efficiency can create opportunity to do more things with one's time, when it comes to successful parent-child communication, it just takes time and patience. Parents must set aside time to communicate between themselves and with their children.

There is simply no replacement for time together. This time can take many forms, both formal and informal. In most case, set up time to talk is as critical for parents as it is for children. The time does not have to be a formal appointment and can use those natural events that occur in daily life. Mealtimes are common and valuable opportunities to share communications but there are many others, if one takes the time to seize the opportunity. Other chances for communication can include rides in the car to school and work, commercials during television shows, working together on chores on activities and many others. The good news is that children usually want to talk and will do so, if parents will take the

time to truly listen. And, children are interested in what their parents have to say and just remember the silence that develops when one parent tries to develop a secret with another. There is much time for communication if one is looking to find it.

The habit of establishing and maintaining good communication has to be developed. It is never too early to begin the process and it is never too late to practice communication. Family patterns for communication should begin in infancy and, with appropriate developmental modifications, should throughout the lifespan. In short, it is never too early to begin and never too late to continue to communicating among family members.

While much of the focus on communication is in the arena of parent-child communication, it is also important to remember that the child and family exist in a larger world that may not share the rules, traditions, language, intimacy, trust and safety of the family. Parents must begin early to point out these differences in a fashion that facilitates communication with and within the outside world. However, appropriate cautions and protections must be built in. Children must be taught social conventions and rules of safety and be given the opportunity to practice these in progressively widening areas of the community. While there is much about which to be cautious in the world outside the family, it is important that the child be taught discretion and judgment but not fear as they begin to communicate and interact outside the family.

The final and most essential component of communication is a single, powerful concept: *respect*. Productive and effective communication is simply impossible without all parties being respectful of one another. While the initial view of many is that effective parent-child communication is only possible if the child respects the adults in their

lives. While this is surely true, it is equally important that adults respect the children. Children have much to communicate. Not all of their communication is good but it is almost always important but that importance will be lost if the communication is not valued and respected. Children quickly learn when what they have to say is respected. And, when they are respected, they will be more effective communicators both expressively and receptively.

Now, respecting a child's communications do not meant that the parents must always agree or condone what they are saying or doing. Quite the contrary is the case. A respectful parent can appreciate the communication as something serious and important and then provide either an opportunity for discourse or simply correct misconceptions or misguided behavior. However, this feedback is only possible if the parent respects the child's communication from the outset and takes the position that the child may be correct or at least serious about sending a meaningful communication in each and every word and action. Parents cannot respond to each and every communication, nor can children. But, if each is respectful of the other, then there are real opportunities to share in the common goal of successful child-rearing and enjoying a happy life together.

Conclusions

Parenting, in any country, is an enormous task that cannot be undertaken lightly. In order to thrive, children require significant understanding and attention. Their needs change quickly, and parents must adapt if they are to facilitate social and emotional growth. In order to succeed, parents and children must find a way to collaborate. It seems

perfectly obvious that parents must be available and knowledgeable in order to discipline (teach) their children and that all of this is facilitated by healthy and effective communication. But, the obvious is not usually the easiest. And, even when the work is done well, the outcomes are not always perfect. There are inevitable joys and sorrows, triumphs and disappointments. But, committed parents and children can work together to share the burdens and, in the process find not only great joy in their working relationship but also pride in the outcome. Enjoy the work and enjoy your children as much as they love, admire and enjoy you.

효과적인 부모-자녀 대화기술

노주선

- 고려대학교 심리학과 임상심리전공 박사 수료
- 삼성서울병원 정신과 임상심리레지던트 수료
- 고려대학교 심리학과 강사
- 호서대학교 심리학과 겸임교수
- 한림대학교 성심병원 임상심리실장

1. 가족이란

우리는 가족이라는 환경에 너무 친숙해져 있기 때문에 잘 인식하지 못하고 지나가지만 가족은 나름대로의 규칙과 원리에 따라서 움직이는 조직입니다. 각각의 가족 구성원들 및 그들 사이의 관계가 만들어내는 활발한 상호작용이 있으며, 이 상호작용은 몇 가지의 원리에 따라서 움직이게 됩니다. 결국 이러한 가족을 움직이는 원리를 아는 것이 가족의 문제나 어려움을 해결하는데 꼭 필요한 사항이 됩니다. 이러한 가족을 유지하는 원리들에 대해서 몇 가지 소개하겠습니다.

1. 가족은 나름대로의 바람직한 균형을 유지하려고 한다(가족 항상성)

가족이란 일정한 상태나 나름대로의 바람직한 균형을 유지하려고 노력하는 경향을 가지고 있습니다. 각각의 가족 구성원들이 부지불식간에 정해놓은 가족의 목표나 규칙에 따라서 적절한 생활주기와 균형을 유지하고자 하게 됩니다.

그래서 결혼 등을 통해서 새로운 가족구성원이 생겼다면, 아니면 자녀가 청소년기에 들어서 이전의 태도와는 달리 독립을 추구함으로써 기존의 질서에 저항한다면가하는 기존의 가족의 안정된 상태와 질서가 무너지게 되면 사람들 모두가 불안정해지고 새로운 안정된 상태를 추구하는 과정을 거치게 됩니다.

이런 경우에 가족 구성원들은 이러한 변화에 대해서 불편한 마음을 가질 수도 있으나 빨리 새로운 환경에 적합한 안정된 관계패턴을 재정립하는 것이 필요하다고 하겠습니다.

2. 가족은 자기들만의 규칙이 있다(가족 규칙)

어떤 집은 집안의 가장 큰 어른이 식사를 시작하기 전에는 모두 기다리는가 하면, 어떤 집은 오는 순서대로 먹습니다. 또한 세부적인 집안일들을 어떤 식으로 분담하여 하는지 등도 정해져 있는 경우가 많습니다. 이렇게 가족은 규칙에 의해서 지배되며, 서로 조직화되고 반복되는 상호작용을 하게 되는데, 이를 가족규칙이라고 합니다.

이러한 규칙은 가족들이 자신에게 기대되는 역할이나 책임 등을 명확하게 해주고 예상 가능하게 해주는 반면에, 건강하지 않은 규칙이나 가족 전체의 합의가 이루어지지 않은 채 아버지 등과 같은 권위인물에 의해서 강제로 부과된 규칙, 혹은 가족들 간에 생각하는 규칙이 서로 다른 경우 등에는 심각한 갈등을 초래하게 됩니다.

3. 가족은 나름대로의 의식이 있다(가족 의식)

어떤 가족은 누군가의 생일이 되면 다 모이고 서로 선물을 주고받는 행동 등을 하는 반면에 어떤 가족들은 생일이 있는지 없는지도 잘 모르게 지나가는 경우가 많습니다. 또한 휴일 날에는 대체로 어떤 활동을 하는지, 그리고 명절 때에는 어떻게 하는지 등이 각각의 가족마다 다르게 됩니다.

이렇게 가족은 특별한 날에 전형적으로 보이는 비교적 일정한 행동패턴이 있습니다. 이러한 의식이 가족 모두에게 만족을 가져오는 활동이면 가장 이상적이겠으나 흔히 누군가는 불만족하고 좌절하게 되는 가족의식이 있는 경우들도 볼 수 있습니다.

4. 밀착된 관계와 소원한 관계(격리와 밀착)

어떤 가족들은 본인 이외의 다른 가족에 대해서도 친구 사귀기, 학교생활

등의 세부적인 정보를 공유하고 있으며, 스트레스가 증가하면 다른 가족에게 쉽게 도움을 요청하고 해결하게 됩니다. 반면에 어떤 가족은 가족이라고 할 수 있을까하는 정도로 서로 간의 대화도 없고 정보교환도 없는 경우도 있습니다.

가족들이 서로 얼마나 관여되어 있는지, 그리고 얼마나 소원한 관계인지도 가족 유지를 평가하는데 있어서 필수적인 항목입니다. 그러나 과연 어떤 가족이 건강한 가족인가는 좀 더 생각해보아야 할 문제입니다. 어떤 가족은 서로 간의 독립성을 해칠 정도로 너무 밀착되어 각자의 독립적인 기능을 저해할 정도로 밀착되어 있는가하면, 어느 가족들은 가족이라는 개념이 무의미할 정도로 서로 격리되어 상호작용이 부족한 경우도 있습니다. 서로 적절한 수준의 밀착을 유지하면서도 서로의 독립과 자율을 보장하는 것이 가장 건강한 관계입니다.

가족의 기능유지에 있어서 고려해야할 몇 가지 점들에 대해서 말씀드렸는데, 이렇게 가족기능을 평가하는 것은 여러 가지 차원에서 볼 수 있습니다. 각각의 내용 하나씩 하나씩 건강하고 원활한 가족관계를 유지하는데 꼭 필요한 기능이므로 항상 이런 가족기능에 대해서 점검하고 재조정하는 것이 필요할 것입니다. 이 과정에서 가장 필요한 것은 가족간의 원활한 의사소통을 통하여 모든 가족구성원이 최대로 만족하고 최대로 안정감을 가질 수 있는 원칙들을 정하고 유지해나가는 것이라 하겠습니다.

2. 부모자녀관계

부모와 자녀의 관계는 일반적인 사회적 관계나 일반적인 친밀한 관계와는 다른 특징을 가지고 있습니다. 여러 가지 특징들로 인하여 다른 관계에 비해서 더 복잡하게 얽혀있기도 하고, 한편으로는 그 중요함에 대해서 쉽게 잊기도 합니다. 우리가 생각해야할 부모자녀관계만이 갖는 특징은 어떤 것일까?

1. 부모자녀는 혈연관계이다.

첫 번째는 부모자녀관계는 기본적으로 혈연관계라는 특징이 있다. 가장 일

차적이고 본능적인 애착이 강한 관계이며, 본인이 선택하지 않았지만 평생 유지해야하는 관계이다.

2. 수직적이고 종속적인 관계이다.

두 번째는 수직적이고 종속적인 관계이다. 특히 자녀가 어리면 어릴수록 일방적인 보호와 돌봄을 받게 되는 수직적이며 종속적인 관계이다. 이런 점에서 불평등이 발생하며 이러한 체계에 대해서 자녀들이 성장하면서 반발하고 대립하는 경우들이 증가하게 된다.

3. 인격형성에 매우 중요한 관계이다.

세 번째는 인격형성에 매우 중요한 관계이다. 자녀가 태어나서 최초로 맺게 되는 인간관계가 바로 부모와의 인간관계이며, 이후 성장과정에서도 항상 주위에서 자녀의 문제에 대해서 평가하고 안내해주는 기능을 하게 된다. 이 과정에서 부모의 가치나 태도들이 자녀에게 물려지고 전달되게 된다.

4. 끊임없이 변화하는 관계이다.

네 번째는 시간이 흐르면서 관계의 속성이 매우 변화하는 관계라는 점이다. 자녀가 어릴 경우에는 일반적인 의존적 관계가 유지되지만 성장해 가면서는 의존적 관계에서 점점 독립적인 관계로 변화한다. 더욱이 시간이 더 흘러서 부모가 노쇠하고 말년이 되면 오히려 부모가 자녀에게 의존하게 되는 관계의 변화가 있게 된다. 그런데 이러한 변화에 쉽게 적응하지 못하고 자녀의 독립성을 수용하지 못하거나 혹은 부모의 의존성을 거부한다던가 하는 경우에는 심각한 갈등이 초래되게 된다.

3. 부모의 양육태도

각각의 부모는 자신의 경험이나 나름대로의 가치관에 따라서 자녀를 키우는 양육적인 기준과 원칙이 있습니다. 이런 양육적 태도에 포함되는 내용으로는 자신이 자녀의 행동을 어느 선까지 수용할 수 있을 것인가부터 시작하여, 문

제가 생겼을 때 어떤 식으로 규율을 적용하고 통제할 것인지, 그리고 어떤 식의 강화와 보상을 제공할지 등에 관한 전반적인 내용들을 포괄합니다. 이러한 부모의 양육태도는 크게 세 가지로 구분됩니다.

1. 권위적 양육태도(authoritarian parenting)

권위적 양육태도는 부모가 절대적인 권위자로서 기능하고 자녀는 권위에 복종해야하는 존재로 생각하는 태도입니다. 이러한 태도를 보이는 부모는 흔히 자녀에게 즉각적이고 장기적인 복종을 요구하게 되고 지시하고 자녀를 완전하게 조정하려고 시도하게 됩니다.

이러한 양육태도는 자녀가 어리거나 자기주장이 아직 발달하지 않은 경우에는 오히려 가족의 질서나 규율을 형성하는데 효과적이고 간편한 방법이 될 수 있습니다. 하지만 장기적으로는 자녀의 건강한 정신적 발달 및 심리적인 독립을 해치고 자녀의 공격성, 적대감, 저항감을 유발한다고 알려져 있습니다. 또한 자녀의 입장을 고려하지 않은 부모의 과잉기대가 우울, 무력감 등 자녀의 심리적, 정신적 손상을 가져오기도 합니다.

2. 허용적 양육태도(permissive parenting)

허용적 양육태도를 보이는 부모는 자녀를 하나의 인격체로 대해야 한다고 믿으며, 그들의 의사를 최대한 존중하는 태도를 보입니다. 이러한 부모는 자녀의 자율성을 격려하고 대부분의 일에 대해서 자녀와의 협상과 타협에 의해서 결정하고 조정합니다. 강제적인 조정 없이 스스로 행동을 규제하도록 가르치는 것이라는 장점이 있는 반면에 사회적 책임감이 낮으며 인지능력이 떨어지는 부작용이 있을 수도 있으며, 특히 타인의 요구를 무시하거나 제멋대로인 무책임하거나 무규율적이 되기 쉽다는 문제가 있습니다.

3. 권위가 있는 양육태도(authoritative parenting)

권위가 있는 양육태도는 일정한 범위 내에서만 자율성과 독립성을 허용하는 것으로서 권위적 양육태도와 허용적 양육태도의 절충적인 형태라 할 수 있습

니다. 부모의 기본적인 권위나 큰 가이드라인은 유지하면서 그 안에서의 자녀에 대한 독립성 및 자율성을 격려하는 태도라고 할 수 있습니다. 이러한 양육태도에서 자라난 자녀는 사회적 책임감이 강하고 유능하며 독립적인 경향을 보인다고 알려져 있으며, 지적, 사회적 성취감이 높고, 자기통제능력이 우수하게 나타나고 있습니다.

4. 문제 있는 부모자녀관계는?

1. 통제적이고 지배적인 부모

가장 흔하게 나타나는 문제가 되는 유형은 통제적이고 지배적인 부모이다. 자녀의 모든 생활방식, 가치관, 이성관계, 그리고 나중에는 진로문제까지도 적극적으로 개입하고 자녀의 입장이나 자녀가 원하는 것을 중시하기보다는 부모의 판단과 가치를 강요하는 것이다. 이러한 강한 일방적인 관계는 후일 독립적인 관계로 변화하는 단계에서 반항이나 저항을 불러일으키기 쉽고, 외형적으로 적극적인 반항이나 저항을 하지 않더라도 내적인 분노감이나 수동적인 저항적 태도를 가지게 되기 쉽다. 또한 강한 통제적이고 지배적인 양육태도는 자녀의 자기정체감이나 자율성을 저해하고 독립적인 기능을 학습하는 것을 방해하게 된다.

2. 방임적이고 무관심한 부모

이에 반하여 지나치게 방임적이고 무관심한 부모들이 있다. 자녀에 대해서 경제적 또는 정서적으로 자녀를 지원하는 일에 무관심하거나 지원을 할 수 없는 경우가 해당한다. 혹은 경제적인 지원과 정서적인 지원이 겹비되지 못한 채 단지 경제적인 지원을 통해서만 양육을 해결하려고 한다던가 하는 불균형적인 양육태도도 문제가 될 수 있다. 이럴 경우에 자녀는 가족 내에서 충분히 안정감과 신뢰감을 형성하지 못한 채 외로움, 고독감을 경험하게 되며, 가족 밖의 인간관계에 몰두하거나 혹은 무질서하고 방만한 생활을 할 수도 있다.

3. 자녀에 대해 의존적인 부모

마지막으로는 자녀에 대해서 의존적인 부모들이 있다. 특히 자녀에게 부모에 대한 정서적 지지와 위안을 기대하는 부모들이 있을 수 있다. 이는 내면에 경제적으로나 정서적으로 부모나 배우자에게 좌절된 애정을 자녀에게 보상받으려고 할 수 있다. 하지만 아직 의존적인 입장에 있는 자녀들의 경우에는 이러한 과도한 책임이나 의존이 큰 부담으로 작용할 수밖에 없고, 자유로운 감정적 반응이나 활동들이 제한될 수밖에 없다.

5. 자녀와의 바람직한 대화

1. 자녀가 부모의 말을 경청하도록 해야 한다.
2. 자녀의 감정을 공감하고 이해하라.
3. 선택의 기회를 제공한다.
4. 개방질문(open question)을 사용한다.
5. 유머를 사용한다.
6. 제한은 일관되고 엄격하게 하라.
7. 비난하기보다는 부모 자신의 감정을 표현하는 말을 사용한다.
8. 감정이 격해졌을 때에는 진정기를 두라.
9. 부모의 '짧은 편지'를 적절히 이용한다.
10. 칭찬과 감사는 최상의 교수법이다.

6. 자녀의 갈등을 효과적으로 도와주는 방법

1. 서로의 감정을 파악한다.

화가 나거나 슬퍼질 때와 마찬가지로 자신에게 어떤 불편한 감정이 생겼을 때에는 잠시 멈추고 자신의 기분을 생각해 보며 정리해 보는 것이 필요합니다. 특히 자신의 기분도 중요하지만 상대방의 기분에 대해서도 공감적으로 이해하려는 태도가 매우 중요합니다.

2. 문제가 무엇인지 파악한다.

마음을 가라앉히고 자신이나 상대에게 왜 이런 기분이 생기게 되었는지 생각해 봄으로써 문제의 원인이 무엇인지를 파악해봅니다. 특히 왜 그런 행동을 하였는지에 대한 나름대로의 설명과 논리를 이해하는 것이 중요합니다. 부모의 입장과 자녀의 입장은 서로 다르지만, 적극적인 의사소통은 이러한 둘간의 차이를 좁히게 하는 가장 좋은 방법입니다.

3. 다양한 해결책을 생각해본다.

문제를 해결하기 위해 목표를 세우고 그 목표를 달성하기 위해 어떻게 할 것인가를 함께 생각하는 것이 중요합니다. 부모의 입장에서 생각하는 해결책과 그렇게 생각한 이유도 중요하며, 자녀들이 나름대로의 해결책을 제시하였을 때 이에 대해서 거절하지 말고 차근차근히 이야기함으로써 해결하는 것이 필요합니다.

4. 최선의 해결책을 시도한다.

부모와 자녀가 생각해낸 여러 가지 해결방법 중에서 가장 바람직한 방법에 대해서 함께 결정하는 과정이 필요합니다. 이러한 해결책이 가져올 장기적인 결과나 그에 따른 이득이나 손실을 고려하여 최상의 선택을 선정하는 것이 필요합니다. 가장 중요한 것은 자녀의 의견을 존중하는 태도를 보이는 것입니다.

5. 계획을 세워 실행한다.

부모와 자녀가 함께 선택한 해결책을 실행해야 합니다. 실행하는 가운데에서 함께 생길 수 있는 문제나 혹은 그러한 해결책이 진행되지 않을 경우의 대책, 혹은 잘 이루어졌을 때의 보상이나 잘 안되었을 때의 처벌 등에 대해서도 계획하는 것이 필요합니다.

도움을 주신 분들

행사에 도움을 주신 분들(가나다 순)

가톨릭대학교	정은 교수
김포대학	전홍건 학장, 김미량 교수, 안정근 교수, 최용선 교수, 최정욱 교수
모퉁이 쉼터	김정미 수녀
학부모(사례발표)	마인선, 이춘옥, 정현희

자원봉사자

고려대학교	김선주, 김수하, 김윤빈, 김윤정, 이성애, 정재우
김포대학	김상백 조교 김은영, 김효진, 나연이, 남기선, 문기선, 박효선, 이윤지, 전윤희, 조지현, 조효숙,