

자주 화내는 아이 돕기



모든 아이들이 때로 화를 내며 화가 나거나 좌절했을 때 공격적인 행동을 할 수도 있습니다. 하지만 자주 화를 내거나 공격적인 아이들도 있습니다. 집이나 어린이집에서의 상태 혹은 기분이 아이의 공격성 수준에 영향을 끼칩니다. 교사들은 이런 상태를 바꾸지 못할 수 있지만 그러한 화에 어떻게 반응해야 할지 알려줄 수 있습니다.

☀ 이해를 위해 관찰하기.

무엇이 아이를 화나게 하고 공격하게 하나요? 한 활동에서 다른 활동으로 넘어갈 때, 아침에 어린이집에 데려다 줄 때, 피곤하거나 배가 고플 때 아니면 시끄럽거나 소란스러울 때 화를 내나요?

☀ 원인을 최소화하기.

아침에 떨어지는 시간이 어렵다면, 아이가 하루를 쉽게 보낼 수 있도록 좀 더 시간을 가져보십시오. 전환이 어렵다면, 활동이 곧 끝나게 됨을 조용히 먼저 알려주고 다음 활동을 설명해줍니다.

☀ 명확하고, 지속적으로 그리고 객관적으로 규칙을 설명하기.

아이가 무엇을 했으면 하는지 그리고 무엇을 안했으면 좋겠는지 알려주십시오. “때리는 거 안했으면 좋겠는데. 다른 사람도 널 때리지 않았으면 해. 엠버에게 네가 자전거를 탈 차례라고 얘기해. 그래도 안되면 다른 방법을 찾아보자.”

☀ 발생할 수 있는 문제를 예상해보기.

아이 가까이에서 서 있으면 화를 내기 전 어떻게 행동해야 하는지 조용히 상기시켜줄 수 있습니다. 만약 벤이 블록 쌓기 때문에 자말과 자주 싸운다면, 블록 영역으로 벤을 따라가 “자말한테 말 예쁘게 하는 거 기억하자. 탑 쌓기 같이해도 되냐고 먼저 물어보는 거야” 라고 속삭여보십시오.

☀ 잘못된 행동에 관심을 갖는 주기 깨뜨리기.

아이의 관심이나 능력에 초점을 맞춰 보십시오. 만약 샤론이 그림 그리거나 공놀이에 관심이 있다면, 잘못된 행동이 나타나기 전 매일 조금씩 이러한 활동을 할 시간을 가져봅니다. 아이의 관심과 노력에 대해 말해주십시오. “정말 자세하게 그렸구나!” 또는 “어쩔 저렇게 멀리까지 공을 던질 수 있는지 놀랐어!”

☀ 발전을 알아차리고 박수 쳐주기.

아이가 성공했을 때 알게 해주십시오. “오늘 모래밭에서 조쉬랑 잘 놀았다고 들었어. 네가 모래성 쌓을 곳을 달라고 했고 조쉬도 그렇게 했다며!” 그런 다음 안아주고, 웃어주고 아니면 등을 두드려주며 어려운 일과 성공 뒤에 오는 좋은 감정을 강화시켜 주십시오.

English Title: Helping the Often-Angry Child



13 Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>

