








단어를 사용해서 훈육하기



고함을 지르거나 때리거나 화를 내지 않고 자녀의 행동을 바꾸고 싶을 때 할 수 있는 말을 몇 가지 소개합니다.

-  부모가 싫어하는 행동을 하는 이유를 알고 있다고 자녀에게 말해주세요.
“놀이터에서 더 오래 놀고 싶어 하는 건 알지만...” 또는 “사탕을 사주길 바라는 건 알지만...” 아이에게 창피를 주지 않고 특정 행동을 하지 말라고 말할 수 있습니다.
-  그런 행동을 하면 안 되는 이유를 간단히 설명해주세요.
솔직하면서도 타당하고 단호하게 말해주세요. "곧 저녁 시간이고 저녁 준비를 하러 가야 해." "사탕 먹으면 충치 생겨."
-  해결책 또는 대안을 제안하세요.
자녀가 잘 알 거라는 생각이 들어도 재차 당부해도 좋습니다. “모래는 던지는 물건이 아니야. 모래를 쥐면 손가락 사이로 흘러 보내거나 컵에 담아 봐.” 또는 “친구를 때리면 안 돼. 화가 나면 말로 하거나 네 펀치 장난감을 때려.”
-  다른 선택 가능성이 있음을 상기시키세요.
“대신 무설탕 껌 한 통이나 사과를 고를래?” 또는 “지금은 여기에 계속 있을 수 없으니까 내일 다시 오자” 라고 말해보세요. 선택한 것을 일관되게 지켜주세요.
-  자녀가 행동을 바로잡을 수 있다는 믿음을 보여주세요.
자녀를 존중하는 어조와 단어를 사용하여 말하세요. "귀찮게 하지 말고 저리 가"라고 말하는 대신 "네가 도와주고 싶다는 걸 알아"라고 말해보세요. "넌 항상 네 차례를 못 기다리는구나" 라고 말하는 대신 "다음엔 네 차례를 잘 지킬 거라고 생각해"라고 말해보세요.
-  어린이가 이해할 수 있는 분명한 제약과 규칙을 정하세요.
단호하면서도 친절함 목소리로 짧게 말하세요. 자녀가 기억할 때까지 규칙과 지시를 반복해야 할 수도 있습니다. "그 프로그램은 보면 안 돼. 네가 끄지 않으면 내가 끄겠어." "네가 신발을 신어야 우리도 나갈 거야." "그래, 나가고 싶은 건 잘 알지만 네가 차에 탈 때까지 출발하지 않을 거야."
-  행복한 시간을 최대한 많이 나누세요.
자녀와 함께 있는 것이 즐겁다는 것을 알려주세요. 함께 웃고, 놀고, 껴안아주세요. 결과가 완벽하지 않더라도 기울인 노력을 칭찬하세요. 아이와 대화하고 책을 읽어주세요. 어린이는 이런 활동으로 자신이 부모에게 소중한 존재라는 것을 알게 되고 부모를 기쁘게 하고 싶어합니다.

어린이가 걷기와 같은 신체적 활동이나 나눔과 같은 사회적 역할을 배우는 것과 마찬가지로 규칙을 따르는 법을 배우려면 시간, 준비, 연습이 필요합니다. 자녀가 해야 하는 일반적인 행동에 대해 자세히 알아보세요. 부모는 자녀의 성장을 도와주는 리더라는 것을 알려주세요.

English Title: Using Words to Discipline Children



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>



Illinois
State Board of
Education