



저작자표시 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#) 

석사학위논문

버릇없는 아이들을 바로잡는
빠른 방법

(How to Unspoil Your Child Fast 번역논문)

제주대학교 통역대학원

한영과

정혜진

2013년 2월

버릇없는 아이들을 바로잡는 빠른 방법

(How to Unspoil Your Child Fast 번역논문)

지도교수 박 경 란

정 혜 진

이 논문을 통역대학원 석사학위 논문으로 제출함

2013년 2월

정혜진의 통역대학원 석사학위 논문을 인준함

심사위원장_____ (印)

위 원_____ (印)

위 원_____ (印)

제주대학교 통역대학원

2013년 2월

How to Unspoil Your Child Fast

Hye-jin Jung

(Supervised by Professor Gyeong-ran Park)

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirement for the degree of
Master of Interpretation and Translation

February 2013

This thesis has been examined and approved.

Department of Korean-English
GRADUATE SCHOOL OF INTERPRETATION
JEJU NATIONAL UNIVERSITY

Abstract

This thesis is a translation of the book, *How to Unspoil Your Child Fast* by Richard Bromfield.

Traditional books on parenting are long, dense, and require parents to read through many substantive chapters of background and theory before getting to the punch line, a final chapter of advice. The parents of young children are overworked and overextended. A majority of the single parents are even more overworked and overextended. The parents who need this kind of book have the least time, energy, and attention to read books about parenting or anything else. This book presents what's important in a format that goes down fast and easy. The strategies of this book are clear and doable. They are based on a solid and deep understanding of children and parents. While the method works quickly, it in no way represents fast-food-style parenting. In addition to improving home life, the methods herein can transform children's insides, promoting their capability and resilience in handling life today and tomorrow.

감사의 글

끝날 것 같지 않았던 대학원 시절도 이제 논문 제출과 동시에 마무리된다니 믿어지지 않습니다. 아는 사람 한명 없는 제주도에서 무작정 시작한 학교생활이었지만, 입학과 동시에 저에게 관심과 배려 그리고 사랑을 베풀어 주신 많은 분들이 있었기에 제가 무사히 학업을 마칠 수 있는 것 같습니다. 개인사정으로 멀리서 논문을 준비해야 했던 저의 상황을 항상 이해해주시고 배려해주신 교수님들께 어떻게 감사하다는 말을 전해야할지 모르겠습니다.

저의 지도교수님이시자, 타지에서 혼자 고생한다고 어디서나 저에게 잊지 않고 따뜻한 말을 건네주셨던 박경란 교수님, 처음부터 끝까지 너무 감사합니다. 진심으로 저를 걱정해주시고 아껴주셨던 교수님의 사랑, 마지막까지 저는 그 사랑을 받기만 하고 이렇게 졸업하네요. 바쁘신 시간 속에서도 교수님께서 제 논문을 처음부터 끝까지 일일이 확인해주신 덕분에 이렇게 아무 탈 없이 논문을 제출할 수 있는 것 같아요. 졸업 후에도 교수님의 자랑스러운 제자로 남아있을 수 있도록 앞으로도 열심히 노력하겠습니다. 김원보 교수님, 교수님만 생각하면 저도 모르게 입가에 미소가 번져요. 첫 학기부터 마지막 학기, 심지어 논문제출 때까지도 저는 예측 불가능한 행동으로 교수님을 당황하시게 했네요. 그래도 지금까지 교수님과 진심으로 함께 울고 웃고 했던 모든 시간들이 얼마나 소중한지 몰라요. 교수님 덕분에 정말 많이 배우고 성숙해져서 나갑니다. 항상 잊지 않을게요. 김재원 교수님, 부족한 제 논문을 심사해 주셔서 감사합니다.

고집대로 뜬금없이 제주도로 내려가 대학원을 다니겠다는 딸을 이해해주고 아낌없이 지원해주신 우리 부모님, 언니, 동생, 그리고 멀리서도 항상 응원과 격려로 힘든 학교생활을 잘 마칠 수 있도록 한마디의 불평불만 없이 묵묵히 기다려준 남편 데니얼, 항상 사랑하고 감사합니다. 학교생활에서 빼 수 없는 나의 영원한 파트너 시연언니, 앞으로도 계속 서로 도와가며 지금처럼 잘 지내자.

이 논문을 제출함과 동시에 저의 대학원 생활은 끝이 나지만, 저의 소중한 학교 사람들, 제가 받았던 사랑, 추억, 항상 잊지 않고 가슴 속에 기억하겠습니다.

버릇없는 아이들을 바로잡는 빠른 방법

만족스런 아이와 행복한 부모가 되기 위한 빠르고 완벽한 지침서

목 차

머리말	iv
1. 인정하기	1
2. 전념하기	6
3. 운동장 고르기	10
4. 허튼짓 하지 않기	15
5. 아이의 주목 끌기	23
6. 충격과 공포주기	26

7. 계속해서 충격주기	31
8. 아픈 곳 공략하기	35
9. 종착점 설정하기	41
10. 훈육 실시하기	47
11. 해명 그만하기	52
12. 권한 되찾기	57
13. 맹점 극복하기	61
14. 굴복하지 않기	67
15. 자연적 결과 감안하기	72
16. 거래하지 않기	77
17. 덜 사주기	82
18. 진정한 승자 가리기	89
19. 일 시키기	93
20. 사람들 앞에서 버릇 고치기	98
21. 나의 버릇 고치기	103
22. 자립심 길러주기	108
23. 사과할 기회 주기	114
24. 협력하기	120
25. (서로)감사하기	125
26. 당신의 권리 요구하기	129
27. 인사하기	132
조심스런 맺음말	134

요즘 아이들은 폭군이다. 부모에게 대들고
밥이나 축내며 스승을 학대한다.
-소크라테스

머리말

과연 우리아이들이 제멋대로이고 버릇없을까?

다음의 수치들을 확인해보자. 미국의 AOL과 패밀리 매거진 쿠키(Cookie)가 실시한 조사에 따르면, 94%의 부모들이 자신들의 아이들이 버릇없다고 대답했는데, 이는 1991년 미국 시사 주간지 타임과 CNN 여론조사가 측정한 80%에서 늘어난 수치이다. 이 비율이 다소 높은 것처럼 들릴 수 있지만, 내가 여기서 궁금한 건 바로 도대체 나머지 6%는 누구이며 지금 누가 거짓말하고 있느냐는 것이다.

비록 당신의 아이가 청소년이 되려면 아직 몇 년은 남았다 하더라도, 다음의 냉정한 통계자료들을 한번 보아라. 슈왓재단(Schwab Foundation)이 실시한 조사결과에 따르면, 10대들 중 31%가 평균 230달러의 빚이 있으며 14%는 무려 1000달러가 넘는 돈을 빚지고 있다고 한다! 이 아이들 중의 반 이상이 자신의 빚을 다 갚을 수 있을지에 대해 걱정한다는 사실이 놀라운가? 미국 최상위 1% 부자들을 대상으로 한 또 다른 조사에서는, 57%의 부모들이 자신들의 아이들이 돈의 가치와 돈이 어떻게 생기는지조차도 전혀 알고 있지 않는 것 같다고 대답하였다. 그리고 새로운 아메리칸 드림을 위한 센터(Center for a New American Dream)의 설문조사를 보면, 대다수의 부모들(87%)이 현대사회의 소비주의가 아이들에게 바른 가치관을 심어주는 일을 더 어렵게 한다고 말했다. 젊

은 층을 겨냥한 광고비가 거의 2백억 달러(무려 2백억 달러!)이며 광고들이 어린 아이들, 심지어 갓난아이들까지 노리고 있다는 사실들은 부모들이 두려움을 느끼게 되는 건 당연한 일임을 말해준다.

숫자들은 거짓말하지 않는다. 하지만 너무나 많은 수치들이 여기저기서 나오는 한쪽으로 치우친 주장 또는 어느 이익단체가 하는 선전이라 여겨져 무시되거나 그냥 듣고 넘겨지고 있다. 부모의 지나친 방임은 미국에 유행하는 전염병이며 다른 대부분의 선진국에서도 똑같이 일어날 수 있는 하나의 질병이다. 이는 집안의 혈통, 종교 또는 정치적 성향에 상관없이 상류층, 중산층, 빈곤층 모두를 괴롭힌다.

그러나 통계자료들은 전부다 아이들에 관한 것이다. 구체적인 아이들의 예를 들어 이야기해보자. 먼저 6살짜리 게이브는 6년이라는 짧은 인생동안 플레이모빌 카탈로그에 있는 모든 종류의 장난감 세트를 사고자 하는 자신의 목표에 상당한 진전을 이루었다. 내가 최근 들은 바로는, 게이브가 플레이모빌에서 나오는 값비싼 한정판 장난감을 살 수 있는 돈을 모으게 되는 날 부모님이 그걸 사주기로 약속했는데 게이브는 벌써 별문제 없이 쉽게 2백불을 ‘직접’ 모았다고 했다.

칼리는 똑똑한 유치원생이다. 하지만 칼리의 지나친 요구와 짜증 때문에 칼리 부모는 아이한테 꿈쩍도 못하고 있다. 그들은 자그마한 딸아이의 온갖 변덕과 요구사항들에 계속해서 굴복하고 모든 걸 들어주며 하루하루를 간신히 버틴다.

11살 아산티는 엄마가 열심히 일한 뒤 명품 옷을 살 때면 아울렛이나 할인점을 찾는데 반하여, 자기는 디자이너가 만든 신상품 옷이 아니면 입지 않는다. 아산티는 옷을 항상 한 벌로 생각하기 때문에 틈만 나면 쇼핑을 가서 그에 어울리는 신발이며, 장신구며, 심지어는 화장품까지 그 옷에 맞는 “필요한 물건들”을 마구 사들인다.

나이에 비해 힘이 세고 건강하며 운동신경이 좋은 4살짜리 클라크는 언제나 어디에서나 엄마가 자기를 안고 다니길 원한다. 클라크의 엄마가 무슨 일을 해야 하거나 팔이 아파 아이를 잠시 내려놓으려 하면 클라크는 방바닥이 무슨 뜨거운 석탄으로 만들어지기도 한 마냥 막 소리 지른다. 여러 면에서 클라크엄마는 자신

의 아이가 마치 아직도 갓난아이인 것처럼 클라크를 다룬다.

마지막 예이지만 결코 앞의 아이들에 뒤지지 않는 초등학교 3학년 데빈은 자기가 원하는 것 뿐 아니라 다른 사람들도 무엇을 원해야 하는지 무조건 정해준다. 데빈은 자기 부모님들이 결정해야 하는 모든 일에 대해 누가 시키지도 않았는데도 사사건건 관여한다. 심지어는, 엄마가 산 노트북의 색깔, 아빠가 고른 자동차 옵션, 가족이 밥 먹으러 가는 식당, 보려는 영화, 그리고 부모가 운전하고 가야하는 길까지 말이다.

나는 심리학자로서 많은 아이들과 그리고 가족들과 함께 일해 온 지난 30년간 동안 버릇없는 아이들 때문에 생기는 스트레스, 고통, 짜증, 그리고 불편사항들을 계속해서 보고 들어왔다. 또한 지나친 방임으로 인한 안 좋은 영향들이 나타나기 시작하거나 점점 심해질 때, 아이들이 도저히 감당 안 될 정도가 되었거나 계속해서 아이가 행복해하지 않고 만족할 줄 모를 때면 부모들은 나에게 도움을 요청했다. 종종 나는 수년 또는 심지어 십년이라는 긴 시간의 과도한 방임 후에, 어른이 되기 위해 필요한 시련이나 일들을 감당하지 못하는 불만스런 10대 아이들을 데리고 오는 부모들의 모습을 보았다. 그리고 나서 내가 쉽게 알 수 있었던 사실은 바로, 아이와 그 가족의 문제가 무엇이든지간에 부모들이 자신들의 잘못된 육아방식을 바로잡기만 하면 모든 상황은 나아질 수 있다는 것이다.

나는 하나의 간단하고도 분명한 임무를 가지고 이 책을 썼다. 그것은 바로 부모들이 그들의 버릇없는 아이들을 바로잡을 수 있도록 도와주기 위함이다. 이 책이 부모들에게 그들의 제멋대로인 십대아이들을 바로잡는데 도움이 될 수도 있겠지만, 정확하게는 두 살에서 열두 살의 어린 나이 아이들을 키우고 있는 부모들을 위해 만든 책이다. 나의 방법들은 만족해할 줄 알고 행복하며 성취감을 느낄 줄 아는 아이들로 키우기 위해 해온 지난 30년간의 임상 경험에서 부모들이 나에게 가르쳐 준 지식을 기반으로 한 것이다. 그동안 당신이 해온 육아방식들을 되돌아보느라 시간낭비 하는 것은 그리 좋은 생각이 아니다. 왜 다른 부모들의 실수, 시련, 오류들을 통해 배우고 그 안에서 당신과 아이에게 도움이 될 것들을 찾아보지 않는 것인가?

하지만 우리 모두가 알다시피, 이미 우리에게 자녀 양육, 훈육, 그리고 아이들의 품성교육을 위한 좋은 책들이 너무나도 많이 있다. 다른 책들과 이 책이 다른 이유는 무엇일까?

그동안의 육아 관련 책들은 길고 뻑뻑하며, 마지막 장에서 다뤄지는 중요한 충고부분을 읽기위해서 부모들은 먼저 책의 앞부분에 나오는 여러 장의 배경이며 이론적인 내용들을 먼저 읽어야했다. 아이들을 이미 키워본 한명의 부모로서 나는 그동안의 힘들고 혼란스러우며 좌절해야했던 순간들을 떠올렸다. 지금 내가 아는 어린아이들의 부모들은 아이들에게 흑사당하고 있으며 지쳤다. 내가 알고 있는 혼자 아이를 키우는 부모들의 대부분은 그 보다 훨씬 더 힘들고 지쳐있다. 이런 책이 필요한 부모들은 육아 관련 책이든 다른 종류의 책이든 책을 읽을 수 있는 시간이나 체력 그리고 집중할 수 있는 여력이 거의 없다.

그래서 나는 빠르고 쉽게 가는 방식으로 중요한 것을 말해주는 책을 쓰고 싶었다. 이 책의 전략들은 명확하고 실행 가능한 것들로써, 아이들과 부모들에 대한 확실하고 깊은 이해를 바탕으로 짠 것이다. 내가 여기서 제시하는 방법의 효과가 빠르다고 해서 결코 그것이 간단한 패스트푸드식의 육아를 의미하는 것은 아니다. 이 책의 방법들은 가정생활을 개선시켜줄 뿐만 아니라, 아이들에게 현재와 미래의 삶을 다루는데 필요한 역량과 회복력을 향상시켜주어 그들의 내면의 변화까지도 이끌어줄 것이다.

이 책은 27장으로 구성되어 차근차근 부모들에게 아이들의 버릇없는 태도와 행동을 “바로잡아” 주는데 도움을 줄 것이다. 각 장에서는 말하고자 하는 바를 생생하고 명확하며 잘 기억날 수 있도록 하기 위해 짧은 일화, 사례 연구, 또는 방안을 함께 다뤘다. 모든 장에 조언과 전략들을 넣어 실생활과 실제로 아이를 훈육할 때 활용할 수 있도록 했다. 초반부의 장들은 가족 그리고 집안에서 빠르게 부모들의 위치를 재정립하고 그들의 영향력을 확대시켜줄 수 있는 과정을 담고 있다. 훈육하기, 사람들 앞에서 아이 버릇 고치기, 나의 버릇 고치기와 같은 후반부에 나오는 장들에서는 아이의 버릇을 잡는 동안 일어날 수 있는 혼란 문제들을 처리하기 위해 필요한 최상의 육아 실습방법을 제공하는데 초점을 두었

다. 나는 이 모든 장들에서 다뤄진 내용들이 어머니들과 아버지들의 권한을 다시 되찾아주는데 도움이 되어 그동안 아이의 버릇을 망치는 육아방식에서 버릇을 다시 바로잡아주는 쪽의 육아방식으로 탈바꿈시켜줄 수 있기를 희망하며 그렇게 믿고 있다. 책의 시작부터 끝까지 한 장 한 장의 내용들은 당신의 잘못된 육아를 바로잡고 아이의 버릇도 고칠 수 있도록 조금씩 이끌어 줄 것이다.

유비무환이라는 옛말도 있듯이 평소에 준비가 잘 되어 있으면 나중에 근심이 없다. 몇몇 운 좋은 부모들은 험난한 여정이 시작되기 전의 상황에서 이 책을 읽게 될 것이다. 그런 사람들은 그동안의 길을 되짚고 고치는 일이 그리 힘들지 않다. 이 책은 그들의 건설적인 방법들을 유지할 수 있도록 해주는 안내서가 될 것이다.

이미 아이의 버릇을 망치고 있는 일상에 빠져버린 대부분의 부모들에게 좋은 소식은 바로, 아직도 우리에게 문제를 바로잡을 시간이 충분하다는 것이다. 아직 늦지 않았다. 이 책을 읽고 책 속의 방법들을 오늘부터 시작한다면, 당신도 모르는 사이에 아이와 가족은 당신이 언젠가 그렇게 되길 원했던 모습에 가까이 다가와 있을 것이다. 그리고 머지않아 당신이 거울을 들여다봤을 때, 당신이 되고 싶어 하는 부모의 모습과 좀 더 닮아 있을 것이다.

전문가의 조언을 담은 칠천권의 책들이 있음에도 불구하고,
아이를 올바르게 훈육하는 방법은 여전히 대부분의
아빠, 엄마들에게 미스터리다. 오직 당신의
할머니와 칭기즈 칸만이 그 길을 알 뿐이다.
-빌 코스비

1. 인정하기

이런 소리들 자주 들어보셨죠? 아이들이 끊임없이 칭얼대고 요구하며 불평한다고. 쇼핑몰에선 소리치고 음식점에선 짜증내며 집에선 무언가 맘에 안 들면 자기 생각대로 될 때 까지 얼굴이 과랴게 질릴 정도로 숨넘어가게 운다고. 그리고 당신이 무엇을 해줘도 고마워하기 보다는 그저 모든 것을 당연히 여기고 게다가 더 많은 것을 요구한다고.

아이는 “요즘 나한테 해준 게 뭔데?”라는 말을 입에 담고 산다. 아무리 많이 해줘도 아이는 그저 몇 분, 몇 시간동안 내가 해주지 않는 것만 안다. 조금만 불만이 생겨도, 엄마가 얼마나 나쁘며 자기를 사랑하지 않는 것이 분명하다고 대놓고 말한다. 엄마는 아이에게 할 수 있는 거의 모든 것을 다 해주었지만, 그에 따른 보답은커녕 오히려 엄마는 아이에게 손톱만큼의 협조라도 구하기 위해 사투라도 벌여야 할 판이다.

당신의 말이나 지시사항에 아이가 복종하는 경우는 거의 없다. 아이는 당신을 끊임없이 해명하게 하고, 일관성 없다고 비난하거나 꼬마변호사 마냥 자기의 주장을 있는 데로 편다. 그러면 당신은 끝내 지쳐 항복하여 다시 장난감을 사주고 더 많이 잘 수 있도록 해주면서 더 많은 것을 허용해주게 된다.

만약 지금 이와 비슷한 일들을 겪고 있다면 당신의 아이는 버릇이 없다고 할 수 있다. 하지만 당신은 그저 내가 신용카드나 하나 더 늘리면 된다는 식으로 말 해주길 바라고 있다. 아마 당신도 아이가 버릇없다는 사실을 수개월, 아니 어쩌

면 몇 년 전부터 이미 알고 있었을 것이다. 어느 누구보다도 당신은, 그동안 지내왔던 당신의 시간들과 집안 상황들에 대해 잘 알고 있었지만 불행히도 이런저런 이유들로 인해 이 문제를 바로잡을 수가 없었을 것이다.

한 가지 분명한 점은, 이 문제를 해결하지 못하는 것이 당신의 애정이나 관심이 부족해서가 아니라는 것이다. 당신에게 지금 아이의 버릇없는 행동이 큰 문제이지, 단지 아이로 인해 당신이 스트레스 받거나 힘들어서 문제가 아니다. 아이가 당신을 힘들게 하고 진을 빼는 만큼, 당신의 걱정은 제멋대로인 아이와 사는 정도를 넘어서서 훨씬 심각하다.

당신은 앞으로 아이가 겪게 될 일들도 걱정이다. 아이가 버릇없는 것이 집에서도 문제지만 학교나 놀이터에서도 문제 될 것이 뻔하다. 또한 당신은, 어떤 버릇없는 아이들은 성인이 되어서도 스스로를 억제하고 역경과 책임을 감당할 능력이 없다는 사실을 알고 아이 미래에 대해서도 걱정 할 수 있다. 당신은 응석받이로 자란 아이들이 불안하거나 우울하기 쉽고 사람 사귀에 있어 어려움을 겪을 수 있다는 사실 또한 알고 있다. 게다가 그런 아이들은 살다보면 겪게 될 비난이나 모욕을 제대로 견뎌내는데 어려움이 있어 너무 쉽게 무너지고 크게 상처까지 받는다. 하지만 당신과 같은 부모는 혼자가 아니며, 그런 걱정들도 아주 보편적인 것들이다.

부모, 조부모, 교육자, 성직자, 정신과 의료 종사자들을 포함한 모든 사람들이 아이들에게는 사랑과 훈육이 필요하다는 데에 동의한다. 아이들은 앞으로 올바르게 자라나기 위해서는 삶 속에서 대처해 나가는 방법들을 배워야 한다. 인내심과 겸손도 배워야한다. 실패를 견딜 줄 알아야 하며 자신의 실수를 인정하고 고치는 방법과 잘못된 행동을 깨닫고 진심으로 사과하는 방법 등도 배울 필요가 있다. 대부분의 부모들은 아이들이 유년기를 통해 반드시 배워야 할 것들에 대해 이보다 더 많은 것을 생각해 낼 수 있다.

아이들의 건전하고 도덕적인 마음이 하루아침에 생겨날 수 없다는 데에는 당신도 쉽게 동의할 것이다. 또한 사랑만으로는 모든 문제를 해결 할 수 없다. 아무런 훈육 없이 자식을 키우는 것은 아이에게 부담만 지워준다. 부모의 조용하고

단호한 지도가 없으면 아이들은 절대 만족 할 줄 모르고 사람을 배려하고 존중하는 법도 쉽게 무시하는 철없고 이기적인 세상의 불평꾼으로 자라나기 쉽다. 또한 그런 아이들은 살면서 겪는 지루하고 어렵거나 끈기를 요하는 일들도 견뎌내지 못하는 애들로 자란다. 최악의 경우, 어른 말에 절대 따르지 않고 법을 지킬 줄 모르는 철없는 아이들이 약물중독, 범죄등과 같은 더욱 심각한 문제들을 일으키기 쉽다. 이러한 것들을 당신이 어느 정도 알고 있었다 해도, 방치된 아이의 불안감이나 분노감 증가 등과 같이, 지나친 방임에서 오는 의도되지 않은 결과들에 대해서는 아마 잘 몰랐을 것이다.

[부모, 조부모, 교육자, 성직자, 정신과 의료 종사자들을 포함한 모든 사람들이 아이들에게는 사랑과 훈육이 필요하다는 데에 동의한다.]

앞으로 내가 제시하게 될 접근방식의 이해를 돕기 위해, 이전 세대의 아동전문가들이 권유했던 자존감 높이기 운동에 대해 간략하게 짚고 가겠다. 여기서는 부모들이 아이의 자존심을 키워주기 위해 끊임없이 칭찬하고 긍정적인 관심을 보여주라고 한다. 비판과 무시의 말이 아이의 자신감을 떨어뜨린다면, 그 반대의 방법인 관심을 보여주고 상을 주는 것이 그 해결책이라는 것이다. 그렇기 때문에 아이가 좋은 자아상을 지니고 자신감 있게 성장하기를 원했던 부모들은 이 원칙에 따라 아이에게 끊임없이 칭찬하고 아부하며 아이가 조금만 잘해도 넘쳐나는 상과 선물을 주는데 몰두했다. 그저 순수한 의도로 아이의 행복을 위해 부모와 전문가들이 노력한 방법이었지만, 미소와 칭찬으로만 이루어진 양육방식은 정확하게도 부모가 피하고 싶었던 결과를 낳았다. 아이는 알뜰한 자존심으로 순간적인 재미와 만족감, 행복함을 얻기 위해서 매사 불쌍하게 다른 이에게 의지하게 되었으며, 가장 슬픈 점은 인생의 목표까지도 남에게 의지하는 아이가 되어버렸다. 안타깝지만 결과적으로 부모가 자식을 망쳤다고 밖에 할 수 없는 상황이 온 것이다.

당신의 양육 방식에 대해 한번 생각해 보세요. 아이에게 너무 관대한 것 같지 않나요?

하지만, 인간사가 늘 그렇듯이 우리는 항상 최선을 다할 뿐이고 실수를 통해서 배운다. 오늘날의 부모들은 끊임없는 칭찬과 과한 선물들이 아이의 자신감 형성에 별 도움이 되지 않는 것을 잘 알고 있다. 아이에게 진정 필요한 것은 부족함, 좌절감, 한계 등을 극복하고 앞으로 나아가는 방법을 깨닫게 해주는 것이다. 아이들이 자라면서 경계와 구조를 알게 하고 만약 모른다면 노력해서라도 배우게 해야 한다. 아이가 부모를 끊임없이 조르고 힘들게 한다면 어디까지가 자신의 경계이고 한계선인가를 찾고 있는 것이다. 아이의 심한 요구와 분열적인 행동은, 즉 당신을 실험하여 당신이 어느 정도까지 참을 수 있으며 참다못한 당신이 어떤 식의 건설적인 반응을 하는지 알아내기 위한 것이다. 아이는 마음속 깊이 부모가 좀 더 단호하게 자신을 가르쳐 주길 원하고 있다. 비록 아이가 당신에게 소리 치고 있을 지라도 그 내면에서는 자신도 나아지길 바라고 있다. 이제 당신은 막 올바른 가르침을 시작하려 한다.

[아이가 부모를 끊임없이 조르고 힘들게 한다면 어디까지가 자신의 경계이고 한계선인가를 찾고 있는 것이다.]

하지만 훈육에 앞서, 다음의 질문들을 읽고 당신의 상황과 연관되는 사항들에 체크 해보자.

- __아이가 나를 무시한다.
- __아이가 나를 홀대 한다.
- __나는 아이의 잘못된 행동을 합리화 한다.
- __나는 아이가 누구한테 혼나는 걸 못 참는다.
- __나는 아이가 해야 할 일이나 숙제 등을 대신 해준다.
- __나는 아이에게 소리치고 잔소리한다.
- __나는 말을 거칠게 하며, 상처가 되는 말을 한다.
- __나는 아이를 구슬리고 돈으로 협조를 구한다.
- __나는 아이에게 별효과 없는 위협을 한다.

- __나는 아이에게 계속해서 해명한다.
- __나는 ‘안 돼’라는 말을 못한다.
- __나는 아이 기분을 상하게 하는 걸 두려워한다.
- __나는 형편없는 부모 같다.
- __나는 가끔 부모가 되어 좋은 점을 잊곤 한다.

자, 이제 아이의 버릇없는 행동을 고칠 준비가 되었다면, 여기 몇 가지 간단하게 시도 해 볼 일들이 있다. 사회 평론가가 한번 되어봐라. 쇼핑몰이나 공원에 가서 당신이 보는 부모들의 훈육방식을 비판하거나 칭찬해봐라. 그리고 앞으로 엄하게 아이를 다루는 당신의 모습을 상상하고 느껴라. 그리고 미래에 대한 희망을 가져라.

만약 누가 당신의 육아방식이나 아이를 비판한다면, 딱 잘라 이렇게 이야기해
보세요.

“저도 잘해보려고 애쓰는 중이에요.”

대화의 기술이 없다고 생각하는 사람은 아이에게
들어가서 자라고 말해야 한다.
-로버트 갤러거

2. 전념하기

그때는 달랐어요.

내 친구들과 내가 어렸을 때 우리 부모님들은 하룻길이나 심부름을 하고 돌아와도 간식을 사주시지 않으셨다. 우리는 비록 투덜거리기는 했지만 굶어 죽지는 않는다는 사실을 알고 있었다. 아주 가끔 우리가 외식하러 나갈 때도 부모님들은 우리가 고를 수 있는 메뉴를 제한하셨다. 부모님들은 우리가 친구네 집에서 재밌게 놀았는지 아닌지 걱정하시지도 않으셨고, 야구장에서 우리가 만족스러운 시간을 가졌는지 아닌지를 알기 위해 경기가 끝나고 우리에게 물어보시는 일도 없으셨다. 친구들과 나는 우리가 갖고 싶은 것들을, 예를 들면 스케이트, 야구 글러브, 오디오, 앨범, 심지어 옷까지도 부모님들이 사주시는 게 아니라 우리 용돈을 모으고 나중에는 일해서 번 돈들로 샀다. 부모님들은 아이들의 운전사로 부업을 하시는 편이 아니었다. 정확히 말하자면, 부모님들은 아이들을 자기가 알아서 걸어 다니거나 자전거를 타고 동네를 다니게 하셨고 우리가 열두 살이 될 무렵에는 버스나 지하철을 타게 하셨다.

우리는 물건을 사달라고 부탁하거나 애원한 적이 거의 없었다. 그래봤자 아무 소용도 없었으니까. 왜 얻을 것도 없는데서 쓸데없이 힘을 빼는가? 청소년이 되어서는 우리가 할 일을 하고 성공하며 즐겁게 지내고 물건을 구입하는 일을 우리 스스로의 책임으로 여겼다. 부모님이 무언가를 우리에게 사주시게끔 일을 꾸미는 대신에, 우리가 원하는 것을 얻기 위해 돈을 벌고 모을 수 있는 일이나 계획들을 생각하는데 시간을 보냈다.

그렇게 하는 것이 기분도 좋고 자유로웠으며, 이로 인해 우리는 점점 더 현명

한 소비자가 되었다. 아이들은 직접 자기 손으로 땀을 흘려 돈을 벌어 보았을 때 돈을 더 천천히 쓰는 법을 습득한다. 우리는 우리가 번 그 작은 돈에 감사했을 뿐만 아니라 잔디를 깎거나 울타리에 페인트를 칠해 돈을 벌 수 있었던 기회에 감사했으며 우리가 번 돈으로 무언가를 살 수 있게 됐다는 사실에 감사하게 됐다.

우리들이 각자 부모님들의 공로를 최대한 인정하는 데 반하여, 부모님들은 아마 우리가 그들의 엄한 육아방식에 주는 후한 점수만큼의 평가를 받을 자격이 없을 수도 있다. 그때는 광고가 우리 생활을 그리 장악하지 않았었다. 선택권은 오늘날에 비해 극히 좁았다. 부모가 아이들에게 운동화를 사줄 때면, 선택권이라고는 그저 하얀색 아니면 검은색 둘 중 하나였다. 남에게 뒤지지 않으려는 압박감은 감당 할 만 했을 뿐더러, 항상 “안 돼!” 상태를 유지하시는 부모님들을 지지하는 힘이 되기도 했다. 많은 부모님들이 맘 편하게 아이들을 받아주지 않을 수 있었던 이유는, 요 근처 어딘가의 다른 부모들 또한 그들과 같은 행동을 하고 있다는 사실을 알고 있었기 때문이다.

생각해봐라. 과거 다수의 부모들이 좋은 부모들이었는데 오늘날 다수의 부모들이 그저 그런 부모가 될 수 있을까? 그것은 그냥 그럴 수 없는 것이다. 부모들은 부모들이고, 그들은 영원하다. 즉, 많은 사람들이 쓰는 한 속담을 쉬운 말로 바꿔 말해보자면, “부모들은 예전만큼 완벽하지 못하다. 그리고 그들이 완벽했던 적도 없다.” 우리는 시계를 과거로 되돌릴 수 없으며, 당연히 우리도 그걸 원치 않는다. 하지만 우리보다 먼저 과거의 부모들이 해왔던 그들의 육아 역사 속에서 어찌 우리가 배울 것이 없을 수가 있을까?

[“부모들은 예전만큼 완벽하지 못하다. 그리고 그들이 완벽했던 적도 없다.”]

어떤 것들을 우리가 배울 수 있을까? 아이는 자기가 갖고 싶은 모든 것을 다 얻지 못할 때 감사함을 배운다. 아이는 기다리면서 인내를 배운다. 아이는 베풀고 나누면서 아량을 배운다. 아이는 자신을 통제해야 할 때 자제력을 배운다. 그리고 무엇보다도, 아이는 항상 더 많이, 더 빨리 요구하는 것에 단련되지 않을 때 만족을 배운다.

우리는 모두 과거, 시대, 사회의 산물들이다. 어느 정도에서는 과거에 어떻게 됐고 미래 50년이 어떻게 되건 중요하지 않을 수 있다. 사실 심지어 소크라테스와 고대 그리스사람들조차도 버릇없는 아이들의 커져가는 문제로 힘들어했다는 것을 역사를 통해 알 수가 있다. 옥스퍼드 대학에 소장된 이집트 원본에 따르면 어떤 사내아이는 자기를 빼고 혼자 알렉산드리아로 간 아빠에게 화가 나, 선물로 약기 수금을 사오라 요구하고 음식도 못 먹고 물도 못 마시게 협박했다고 한다. 과거 부모들처럼 당신이 할 수 있는 모든 일은 지금 순간부터 최선을 다하는 것이다. 아이 버릇을 잡는 것에 전념한다면 아이는 따라올 것이다.

아이를 변화시키려는 당신의 프로그램을 시작하려 할 때, 먼저 당신이 아이에 대해 어떻게 생각하는지 생각해라. 예를 들면, 어떤 부모들은 마치 아이들의 미래가 불확실한 상태인 것처럼 생각하고 캠프, 음악선생님, 방학 등을 조사한다. 아이를 대신해 결정을 내리는 동안, 더 넓게 균형을 찾도록 노력해라.

이 책과 책에서의 훈육방법을 칠일동안 당신의 최우선과제로 삼아라. 그리고 그 계획들을 단 칠일 동안만이라도 최선을 다해 지켜라. 그다음에는, 그것이 당신과 아이에게 어떤 변화를 주었는지 스스로 생각해봐라. 어떠한 상황 속에서도 다시는 아이의 버릇없는 행동이 음료수나 잠 부족 또는 비가 오는 날씨 때문이라 변명하지 않겠다고 맹세해라. 당신은 아이의 행동을 좀 더 객관적으로 볼 것이며 그러한 잘못된 행동은 당신의 양육방식과도 연관이 있다는 것을 인정하게 될 것이다. 어떠한 것도 당신의 다짐을 단념시키고 방해하지 못하게 해라. 저녁 불링, 감기, 야근 같은 상황들도 당신이 아이의 버릇을 고치고 이번 훈육방식에 전념하는 것에 방해가 되지 않도록 해라. 이제 당신의 헌신을 보여줄 때이다.

칠일 후에는, 앞으로 계속 해야 할 일도 있을 것이고 그간의 성과들도 있을 것이다. 하지만 당신은 앞으로 어떻게 당신의 훈육계획을 펼쳐갈 것이며 무엇이 예상되는지 더욱 확실하고 자신 있게 알게 될 것이다. 당신은 확고하게 해나갈 것이다. 그렇게 했을 때, 당신의 성공과 통찰력이 당신이 계속해서 이 훈육방식과

아이를 바로잡는 일을 해나갈 수 수 있도록 힘을 불어넣어 줄 것이다. 그리고 다음 글에서 읽겠지만, 당신의 태도는 당신이 점점 편안함과 자랑스러움을 느끼게 될 권위적인 육아방식으로 바뀔 것이다.

당신이 아이를 바로잡고자하는 노력을 시작하는 순간부터 힘들어 질 수 있다는 것을 명심해라. 자기 자신이 싫다는 생각은 하지도 말고, 그저 제 자리로 돌아가라.

아이가 차량에 동력을 공급하는 역할을 한다면, 부모는
그 차량의 방향을 바꾸어주는 역할을 해야 한다.

-벤저민 스폭

3. 운동장 고르기

내 생각에는, 적어도 아이의 관점에서 볼 때 아이의 응석을 다 받아주는 부모들은 그들의 권위를 잃었다고 말하는 것이 맞다. 다이애나 바움린드(Diana Baumrind)가 거의 50년 전에 쓴 말은 오늘날에도 적용된다. 권위적인 육아란 아이에게 호응을 해주는 동시에 요구도 하는 방식이다(1966년 출판된 *아동발달* 저널에 실린 그녀의 고전 “아이행동에 대한 권위적인 통제의 효과”에서). 권위적인 부모들은 자식들에게 좋고도 필요한 양육, 존중, 칭찬, 확인, 기타 등등의 모든 것들을 다 해주면서도 아이들에게 분명한 기대를 갖고 확고한 제한을 둔다. 권위적인 부모들은 아이들이 사회, 공동체, 가정, 훗날 직장에서도 잘 어울리고 제대로 소속감을 느낄 수 있을 때조차도 그들에게 자기결정을 하고 순응할 수 있는 능력을 길러주기 위해 방법을 찾고 노력한다.

바움린드는 권위적인 양육유형을 두 가지 방식으로 대조했다. 하나는 독재적인 양육이고 다른 하나는 허용적인 양육이란 것이다. 독재적인 양육이란, 이름에서도 느낄 수 있는 것처럼 아이의 복종을 최우선 순위로 삼는다. 아이를 법, 사회, 학교, 가정에서의 규칙과 규범에 따르게 키우는 것이 이런 독재적인 양육을 하는 부모들의 행동과 결정방식이다. 아이들은 그 규칙이 불합리하거나 제멋대로라고 느껴지거나 실제로 그럴지라도 질문하지 않고 복종하게끔 교육을 받는다. 비록 이런 아이들이 종종 규칙을 준수하는 시민과 좋은 학생으로 자라날 지라도 바움린드는 그러한 아이들이 중요한 면에서 어려움을 겪는다는 사실을 알아냈다. 아이들은 불안해하고 내성적인 경향을 보였다. 그런 아이들은 자기가 가지고 있는 인식과 확신을 믿고 독립적으로 생각하며 그들만의 도덕적인 선택을 하기 위한

정신력 또한 부족했다.

하지만 바움린드는 독재적인 가정에서 일어나는 일들과 비교해봤을 때, 허용적인 부모 밑에서 자란 아이들은 그 보다 더, 훨씬 더 상태가 나쁘다는 것을 발견했다. 지나치게 자식을 허용하는 부모의 아이들은 그들의 감정을 통제하는 것이 불가능했다. 아이들은 부모의 권위에 반항하고 부인했다. 그리고 규칙을 어기면서 자신들이 사람을 존중하고 서로를 배려해야 하는 법 위에 있다고 생각하는 듯한 모습의 반사회적 행동을 보였다. 또한, 그들은 학업이라든지, 대인관계 또는 일과 관련된 거의 모든 종류의 도전에 직면하게 되면 쉽게 포기해버리는 경향을 보였다. 정확하게 허용적인 부모들이 한 일은 무엇일까? 바움린드는 이것을 가장 쉽게 정리해 놓았다.

허용적인 부모는 아이의 충동, 욕구, 행동들에 대해 수용적이고 긍정적이며 아이를 벌하지 않는다. 또한 아이와 상의해서 행동에 대한 방침을 정하고 가정에서 정해진 제한들에 대해 설명해준다. 아이에게 집에서의 책임이나 예의 바른 태도에 대한 요구를 거의 하지 않는다. 부모는 그저 아이에게 원하는 것이 있을 때 사용 할 수 있는 하나의 자원으로 여겨질 뿐이고, 아이가 닳고 싶어 하는 이상적인 존재도 아니며 아이의 현재 또는 미래 행동을 형성해 주거나 교정해주는 적극적인 주체도 아니다. 이런 부모는 아이의 행동을 가능한 한 아이 스스로 조절할 수 있게 하고, 되도록 아이에게 제한을 가하지 않으려 할 뿐만 아니라 외적으로 규정된 기준에 복종하도록 권장하지도 않는다. 이성과 수단을 쓰려고 노력 하지만, 아이를 다루기에는 턱없이 부족하다 (p. 889).

보다시피, 또 당신이 직접 겪어 알다시피, 허용적인 부모는 나쁜 부모와는 다르다. 허용적인 부모들은 그저 자식이 모든 면에서 행복하고 만족해하는 어른으로 자라게끔 아이를 키우고 싶어 하는 정말로 착하고 애정 어린 사람들이다. 다른 독재적인 부모들이 그들의 아이들이 하는 버릇없는 행동들에 대해서 걱정할 지라도, 허용적인 부모들은 아이가 혹시 당황하진 않을지, 기분이 상하진 않을지

또는 좌절하진 않을지를 가장 걱정하는 것 일수도 있다.

[권위적인 가정에서 자란 아이들이 더욱 활발하고, 행복하며, 감정적으로 자기조절이 가능하고, 회복력도 빠를뿐더러, 사회적으로 능숙하며 융통성 있는 모습을 보인다.]

당신은 당신의 아이를 몹시 사랑한다. 당신은 단지, 좀 더 엄격한 일을 어떻게 하면 좀 더 잘하며 규칙적으로 할 수 있는 지를 배워야 할 뿐이다. 그것을 배운다면 당신은, 발달연구에서 가장 건전한 부모 이상형이라 말한 권위적인 부모로 빠르게 성장 하게 될 수 있을 것이다. 평균적으로, 권위적인 가정에서 자란 아이들이 더욱 활발하고, 행복하며, 감정적으로 자기조절이 가능하고, 회복력도 빠를뿐더러, 사회적으로 능숙하며 융통성 있는 모습을 보인다. 그들은 자기의 아집과 사회적 요구 사이에서 균형을 이루고 살 수 있으며, 결정을 내리거나 어려운 일에 직면하는 등과 같은 일들을 다룰 수 있는 자신감을 보이기도 한다.

나는 당신이 원하는 이상적인 부모 양육태도가 이런 권위적인 부모의 양육방식과 일치한다고 확신한다. 내가 만약 당신에게 인생에서 원하는 것이 무엇이라고 물어 본다면, 당신은 다른 어떤 것도 아닌 바로 아이와의 일을 정말로 잘 해내고 싶다고 대답할 것이다. 그리고 만약 내가 당신에게 인생에서 중요한 것들에 대한 우선순위를 정해보라고 한다면, 당신의 아이를 감사하고 배려 할 줄 알며 자신감 있는 아이로 키워서 그 아이가 일도 공부도 잘하며 커서도 아무 문제없이 지낼 수 있게 되는 것을 최우선순위로 삼을 것이다.

당신이 이 책을 골랐다면, 당신의 양육방식이 당신의 가치관에서 벗어났을 가능성이 높다. 하지만 당신은 곧 아이와 함께, 그것들을 올바른 자리로 되돌려 놓을 것이다.

이 책과 책에서 제시하는 방법들은 아이 버릇을 고치는데 중점을 둔 동시에 권위적인 부모가 되는 것에 관한 것들이다. 과연 어떻게 해야 당신은 빠르게 그 변화의 길을 시작할 수 있을까? 그건 바로 운동장을 먼저 평평하게 고르는 것이다.

운동장을 고르라는 의미가 도대체 무엇일까? 내 말은 당신의 아이는 지금 교

활한 늙은 스포츠코치처럼 운동장을 조금씩 슬그머니 자기 쪽으로 기울여 놓아 모든 이점을 취하고 있다는 것이다. 우리가 나중에 차차 이야기 하겠지만, 어쩌다보니 당신은 아이에게 정말 아니라고 생각할 때조차 아니라고 말을 할 줄 모르는 존재로 여겨지고 있다. 그런 식으로 며칠, 몇 달(또는 몇 년)이 지나, 당신이 아이에게 “빨리 사탕 하나만 골라,” 라고 말하면 아이는 당신이 엄해지고 완강해졌다고 당신을 확신시켜 당신도 정말 그렇게 느끼고 생각하게 만든다. 처음부터 확실하게 “안 돼, 사탕”이라고 말하지 못하는 걸까? 스포츠적인 비유를 하자면, 당신은 지금 더 무거운 공과 더 둔한 스케이트를 가지고 한 손은 등 뒤에 묶인 채로 아이와 경기를 하고 있는 것이다. 당신이 계속해서 지는 것이 이상한가?

오늘부터 당신이 되고 싶은 부모상을 잘 나타내는 단어 몇 개를 골라보아라. 그리고 그 단어들을 일기나 색인카드 또는 아이의 사진 주변 가장자리에 적어라. 당신에게 자극을 주는 형용사들을 아이 버릇을 고치는 시작과 끝 기간, 그리고 그 기간 동안 살짝 살짝 보아라.

비록 당신이 시작해야 할 것들이 많지만, 당신이 그만해야 할 것들도 많다. 이러한 변화들은 당신에게 아이를 바로잡는 이번훈육의 출발속도를 높여주는 터보부스트로 작용될 것이다. 당신은 그동안 해왔던 무의미한 행동들을 멈추고, 무엇보다도 당신의 권위를 약화시키고 당신을 부모로서 점점 무능하고 자신감 없게 만들었던 낡은 수법들에 더 이상 의지하지 않음으로써 많은 것을 이뤄낼 수 있다. 다음 장에서는 당신이 아마 지금도 쓰고 있을지 모르는 그런 실패하기 쉬운 보통의 양육전략들에 대해 다시 다뤄보고, 그런 것들을 바로 잡고 효과 없는 행동들을 그만 할 수 있게 해줄 요령들을 제공 할 것이다.

아이스크림, 장난감, 텔레비전, 그 밖에 무엇이든지 아이를 유혹에 빠지게 하는 대표적인 것들을 그리거나 다운로드 해 보자. 그리고 빨간 원을 그 리스트 주위

에 그리고 그것을 관통하는 굵은 선을 그어라. 더 이상의 응석은 용납되지 않는다. 만든 것을 작은 판이나 벽 포스터 또는 포스트잇에 써 붙이거나 컴퓨터나 PDA 배경화면으로 설정해 놓아라.

생물이 정말 진화한다면, 어째서
엄마들의 손은 단 두 개뿐인가?
-에드 두솔트

4. 허튼짓 하지 않기

부모들은 어떤 효과 있는 전략을 하나 찾으면, 그 방법만 몇 번이고 계속해서 심지어는 같은 방식으로 사용하고, 언젠가는 그 마법의 효력이 없어지기 마련인데도 오랫동안 같은 전략을 유지하는 경향이 있다. 부모들은 특히 스트레스를 느끼고 피곤하거나 어찌할 줄 모를 때 또는 무능력함을 느끼거나 다른 방법에 확신이 없을 때 이러한 방식들에 의존하는 것 같다. 하지만 이런 요령은 보통 효과도 없을뿐더러 부모의 의견과 효율성을 약화시키고 아이를 더 반항하고 고집 부리게끔 만드는 역효과를 불러오기도 한다. 다음에 나오는 부분에서는 그러한 빈번하게 사용되는 전략들 몇 가지를 검토해 보겠다.

셋까지 세기

셋을 세는 방법은 영유아들의 잘못된 행동을 재빨리 멈추게 하고 싶을 때 쓰는 방법이다. 하지만 아이들은 얼마 안가서 굳이 안 그래도 된다는 사실을 깨닫는다. 부모들은 종종 “엄마가 하나 둘 셋 세계 만들지 마. 안 그러면...”이라고 말한다. 그러면 아이는 부모가 마치 아무 말도 안했던 것처럼 밝은 모습을 유지한다. 안 그러면 뭐? 나는 아이가 되묻는 걸 상상한다. 그 다음에 나를 어떻게 해야 좋을지 정말 모르는 거야? 아니면 그냥 내말을 들어주거나 때릴 수밖에 없으니까 막 실망할 거야? 아니면 계속해서 백까지 셀 거야?

셋을 세는 방법이 효과가 있을 수 있는 방법은 내가 본 바로는 딱 한가지뿐이다. 그건 바로 아이에게 셋을 세는 동안 똑바로 행동하라는 경고로 사용하는 것이다. 만약 부모가 숫자 셋에 이르렀다면 그때는 부모가 자신의 말을 뒷받침하며

아이에게 앞으로 어떤 나쁜 결과가 따르게 될지를 말해주는 것이다. 다시 말하면, 셋을 세는 방법은 부모가 이를 농담이 아닌 하나의 명백하고 목적이 있으며 권위 있는 양육의 수단으로 사용할 때 효과가 있다. 당신이 이 전략을 제대로 사용하고 시행한다면, 아이는 예의바르게 행동하는 것을 배우게 될 것이다. 아이들은 부정적인 결과를 겪기 싫어한다. 또한 당신은 숫자 셋을 바로 세는 것을 두려워하지 않게 될 것이며, 숫자 둘과 셋 사이를 일부러 길게 끊어 셀 필요가 없다는 것도 알게 될 것이다. (이 방법에 대해 더 자세한 적용을 알고 싶다면, 토머스 켈런 박사의 베스트셀러 ‘1-2-3 매직’을 보면 될 것이다)

만약 당신이 당신의 아이를 버릇없는 아이라고 부르고 싶다면, 잠시 멈추고 도대체 아이가 왜 그렇게 됐는지 생각해 보아라. 아이 잘못일까 아니면 다른 사람 잘못일까?

타임아웃

타임아웃은 온갖 잡동사니가 들은 하나의 꾸러미 같은 것이다. 타임아웃은 아이와 부모가 분리될 수 있는 가치 있는 공간을 제공해 주는 동시에 그 사이를 진정시켜 주기도 한다. 이를 간단하고 현명하게 사용한다면 아이 마음도 가다듬어 주는 효과도 볼 수 있다. 이를 모순되고 무분별하게 사용하고 (아이 아니면 부모가) 혼란스럽거나 불만스러울 때 쓴다면, 타임아웃은 그저 20세기 초 교실 구석에서 지진아 모자를 쓰고 있던 아이들과 같이 어린아이에게 버림받은 기분과 모멸감만 느끼게 할 뿐이다. 하지만 내가 경험을 통해 알 수 있었던 것은 이 타임아웃이란 것이 많은 부모들에게 독특한 무기가 되고 있다는 것이다. 어린 아이는 자기가 한 일에 대해 긴 시간 반성하는 것이 아니라 보통 짧은 시간동안만 반성을 한다. 마치 오랫동안 병속에 들어있던 램프의 요정처럼, 타임아웃 속에서 너무 많은 시간을 보낸 아이들은 주로 화를 내고 복수심을 보일 위험이 있다.

만약 당신생각에 타임아웃이 가끔 아이에게 효과가 있는 것 같다면, 신중하게 사용하도록 하고 당신이 이해되는 상황 또는 맥락에서 쓰도록 해라. 그러한 맥락

들이란 주로 아이가 타임아웃을 생각하고 마음을 진정시키고 가다듬는데 쓸 수 있는 상황들을 말한다. 짧고, 알기 쉬우며 가끔 사용하는 타임아웃이 오히려 길고 막연히 자주하는 타임아웃보다 확실히 더 효과 있다. 하지만, 비록 덜 분명하게 정의된 타임아웃일 지라도 아이를 때리거나 상처 주는 말로 끝내는 과격하다툼 보다는 더 낫다. 어쨌든 당신은, 절대로 아이를 궁지로 몰아 아이가 맞거나 도망치는 것 외에는 선택할 길이 없게 만들고 싶지는 않을 것이다. 아이가 점점 못 견디하는 것 같다면, 그때가 바로 당신이 한 발짝 뒤로 물러설 시간이다. 아이를 벼랑 끝에서 미는 것은 아무 도움이 안 된다.

약속하기

“그래도 엄마가 약속했잖아!”

우리는 자식을 사랑하기에 모든 것을 주고 싶어 한다. 우리는 아이에게 절대로 줄 수 없는 하늘의 달까지 주겠다고 약속하고 싶다. 하지만 영원히 지켜질 수 없는 일을 계속해서 약속받는 기분은 어떨까? 그리고 그러한 약속을 하는 당신은 또 어떻게 될까? 약속을 하고 난 순간에 당신의 대우는 대단 할 것이다. 하지만 이내 당신은 아이에게 실망을 안겨 줄 것이고, “거짓말쟁이!”라고 비난 받게 될 것이다.

당신은 아이를 언제나 사랑하고 싶어 하는 만큼 얼마든지 약속 할 수 있다. 하지만 한 가지 요구사항은 그 약속을 지킬 줄 알아야 한다는 것이다! 한번 스스로에게 물어보자. 도대체 아이는 왜 내가 뭘 사주고 어디를 데려가 줄건 지 약속해 달라 하는 것일까? 그리고 당신이 그러겠다고 말했을 때 과연 당신은 그날 집에 있을지 아닐지 생각해 보아라. 아마 당신에게 해결해야 할 더 큰 문제가 있을 것이다. 왜 당신은 “안 돼,” “그때 가서 한번 보고,” “그건 지금 결정하는 게 아니야”라는 말들을 정말로 해야 될 순간에도 약속 하는 건가? 약속을 못 지킬 가능성이 크다는 걸 알면서도 약속을 하는 이유는 뭔가?

[한번 스스로에게 물어보자. 도대체 아이는 왜 내가 뭘 사주고 어디를 데려가 줄건 지 약속해 달라 하는 것일까?]

그럼, 아이가 내일 공원에 데려가 달라고 약속하라고 할 때 당신은 뭐라고 하겠는가? “응, 내일 공원에 데리고 갈 거야”라고 말하는 건 어떤가? 물론 그건, 당신이 규칙적으로 약속을 안 지켜왔거나 보통 집에 늦게 들어가거나 아예 안 들어간 게 아닌 한(이런 건 당신이 고치고 처리해야 할 더 큰 문제일 듯) 충분한 대답이 될 수 있다. 그럼 만약 당신의 아이가 당신에게 집에 있는 애완동물만이 아닌, 이 세상 모든 사람들이 평생 죽지도 아프지도 않게 약속해 달라고 할 땐 어떻게 할 것인가? 거짓으로 아이를 안심시키는 것은 당신에게 잠깐의 편안함만 가져올 뿐이지, 결코 장기적으로 아이를 안심시킬 수 없다. 이와 같이 어려운 질문들은, “아가야, 엄마도 그런 약속을 할 수 있었으면 좋겠어. 하지만, 사람들도 마찬가지로 이 세상의 모든 생물들은 언젠간 죽는단다,”라는 정직하면서도 사려 깊은 대답이 필요하다.

당신이 하는 말을 생각해보아라. 그리고 당신이 지킬 수 있는 것에만 약속해라.

거래하기

“파란색 잠옷 입을래 아니면 녹색 잠옷 입을래?”

아이가 영유아기 때 부모들은 때 순간순간 아이와 씨름하기보다는 종종 기발한 선택이란 개념인 거래를 한다. 이 경우의 파란색 잠옷과 녹색 잠옷과 같이, 부모들은 그들이 감당 할 수 있는 두 가지 선택권을 아이에게 제안한다. 개념은 나쁘지 않다. 이 방법은 두 가지 목표를 달성할 수 있는 가능성이 있다. (1) 당신이 원하는 것(아이 잠옷 입히기)을 얻을 수 있고, (2) 아이가 원하는 것(아이가 원하는 색)을 해줄 수 있다.

이 방법은 마술처럼 효과가 있다. 단, 부모의 지나친 사용으로 아이에게 (나쁜) 습관이 들어버리면 그 효력은 사라진다. 부모가 “파란색 잠옷 입을래 아니면 녹색 잠옷 입을래?”라고 말할 때의 의미는, “이제 잠옷입어야지, 어떤 걸로 고를래?”이다. 하지만 종종 아이들은 “잠옷 지금 입을까 나중에 입을까, 아니면 안 입을래? 너 맘대로 하렴.”이라고 듣는다.

만약 부모들이 이 언어적인 전략에 너무 많이 의존한다면, 그들의 의사결정과 권한사용을 위한 근력을 잃어버릴 것이다. 그들은 물어보는 것에 너무 익숙해져서 어떻게 아이에게 요구의 말을 하는지 잊어버리게 될 위험이 있다. “자, 이제 가자”라는 말이 “우리 이제 갈까?”로 바뀌는 것이다. 당신은 한 시간 내에 일을 가야 하는데, 네 살짜리 아이한테 보육원에 가고 싶어 하는지 아닌지를 물어보는 건 말이 안 된다. 특히, 당신은 아이가 집에 더 있고 싶어 하는걸 알면서도 말이다.

명확하고 이해하기 쉬운 지시를 주는 것과 선택권을 주는 것을 함께 하는 것이다. 이 책이 끝날 때쯤에 당신은 아이에게 당장 옷을 벗으라는 말을 쉽게 할 수 있게 될 것이며, 아이도 그렇게 하게 될 것이다.

징징대는 거 다 들어주고 나서 말 잘 들으라하기

누구나 사람들이 있는 곳에 가게 되면, 아이들이 자기가 원하는 걸 얻으려고 징징거리고 소리 지르며 조르는 모습을 쉽게 볼 수 있다. 그리고 아이들이 그럴 때면 보통 효과가 있다. 하지만 아이를 버릇없게 하는 데엔, 바람직하지 않은 아이의 행동에 부모가 긍정적인 반응을 보이는 것보다 확실한 길은 없다. 모든 부모들은 이 사실을 아동 심리학자 못지않게 잘 알고 있다. 그런데 왜 부모들은 아이에게 굴복하는 것일까? 이는 보통 부모들이 그러한 상황에 대처할만한 마땅한 방법을 떠올리지 못하고 어찌할 바 몰라 빠져나갈 구멍이 없다고 느끼기 때문이다.

어찌 보면 세상에서 가장 하기 힘든 일이 될 수도 있겠지만, 당신이 아이가 징징거리는 것 같은 목소리나 몸짓 또는 행동들에 굴복하지 않으려 노력한다면 앞으로 나아갈 수 있을 것이다. “네가 똑바로 이야기해야지 엄마가 네 말을 더 잘 알아들을 수 있어,”와 같은 말을 한번 시도해 보아라. 아이들은 누가 자기 말을 듣고 있지 않으면 몹시 싫어한다. 침착하고 단호하게 기다려라. 그러면, 아이도 빨리 진정될 수 있을 것이다.

“그건 부적절하구나.”

이 구절은 내가 그리 좋아하는 말이 아니다. ‘부적절하다’라는 말은 거창하고 이상한 말이다. 특히 아이들에게 쓸 때는 더더욱 그렇다. 내 생각에, 아이들은 이 말을 들을 때 별로 귀 기울이는 것 같지 않다. 그리고 다른 어른들에게 이 말은 항상은 아니더라도 보통 성적인 것들을 의미하곤 한다. 게다가 좀 무심하고 냉담하게 느껴지기도 하다. 왜 이왕이면 더 효과 있는 알기 쉬운 말로 하지 않는 건가? 아이가 한 말이나 행동이 부적절하다고 말하는 대신에, 좀 더 직접적인 말을 한번 써보아라. “좀 더 예쁘게 이야기 해보렴.” “그렇게 하는 건 안 된다.” “그건 싫구나.” 그 밖에 여러 가지가 있다. 말을 할 땐 분명하고 솔직하게 해라.

쓸데없는 협박하기

손이 놓고 있으면 나쁜 짓을 하게 되기 쉽다는 말이 있다. 하지만 육아에서 우리가 범하는 쓸데없이 협박하기에 비하면 그건 아무것도 아니다. 그럼 과연 어떻게 쓸데있는 협박을 할까? 그것이 딜레마이다.

참 어렵다. 부모들은 껌을 씹는 태도로 협박을 한다. 다시 말해, 아무런 생각 없이 협박을 한다는 것이다. 훌륭한 만화가 개리 라슨(Gary Larson)의 말을 인용해 보면, 부모들은 “제이콥, 너 한번만 더 그 종이집게 던지면 너 정말 후회할 거야. 제이콥, 농담하는 거 아니야. 안 그러면 너 간식도 못 먹고 일찍 자야 한다. 그리고 내일 비디오가게도 못 가게 될 걸? 너 지금 웃지만 엄마는 농담 아니야, 제이콥.”이라 말한다. 하지만 아이들은 그 말을 “제이콥...어찌고저찌고...제이콥...어찌고저찌고어찌고...제이콥.”라고 듣는다.

이보다 더 교묘한 방식은 부모가 협박을 하는 동안에도 그게 진심이 아니라는 것을 아이에게 보여줄 때이다. 부모는 아이가 장난감을 줍고 주변을 정리하는 순간에도, “엘라, 장난감 주워. 안 그러면 하루 동안 장난감 못 갖고 놀게 한다.”라고 말하며 몸짓으로는 아이에게 “어서 나가서 놀아!”라고 한다.

어떻게 하면 부모들이 좀 더 의미 있는 협박을 할 수 있게 할까? 숫자 셋을 세는 방법과 같이, 당신은 당신이 하는 말에 책임을 져야 한다. 당신이 마음에

없는 것들을 가지고 협박하지 마라. 실제로 그러지 않을 거라면, 아이가 말 안 들었을 때 동물원에 안 데려간다고 말하는 것은 안하는 게 좋다. 10분 내로 장난감을 안치우면 장난감을 압수한다고 협박하려 한다면, 그 장난감들을 챙기는 준비를 하는 것이 가장 좋다. (이 혼하지만 어려운 문제는 8장에서 다룰 것이다.)

뇌물주기

부모로서 아이에게 뇌물 주는 일은 있을 수 있다. 그리고 때론 그렇게 하는 것이 필요하기도 하며 좋은 해결책이 되기도 한다. 하지만 일반적으로 뇌물은 함정으로 가득 찬 전략이다. 오늘 만약 돈을 주고 아이가 이를 닦게 만든다면, 과연 그 아이는 미래에 공짜로 이를 닦게 될까? 그러지 않을 것이다. 이번 주 숙제를 하는 대신에 6만원을 준다면, 그 아이는 어떻게 숙제 하는 것에 대한 내적 동기를 찾을까? 찾지 못할 것이다.

뇌물에는 엄청난 대가가 따른다. 뇌물을 줌으로써 오늘 하루는 좀 더 쉬워졌을지 몰라도, 내일은 더 어렵게 된다. 뇌물은 부모의 권위를 약화시키며 부모를 무력하게 만든다. 뇌물로 인해 아이는 그전이였으면 대가를 바라지 않고 당연히 해야 된다고 여겼던 다른 많은 일들에 대해서도 당신이 뇌물을 줄 수 있다 생각한다. 또한 뇌물은 미끈미끈한 것이다. 일단 아이의 손바닥에 기름을 한번 바르거나 하면, 그 비탈길은 점점 더 기름지고 미끄러워져 멈출 수가 없게 된다. 부모들은 머지않아, 아이가 거의 완전히 자신들을 소유하고 있다는 사실과 정말로 모든 일과 모든 협조를 위해 아이에게 돈을 지불해야 한다는 사실을 깨닫게 될 것이다.

그럼 언제 뇌물이 필요할까? 그건 아주 극한의 상황에서이다. 예를 들면, 아이가 45미터 높이의 나무위에서 내려오지 않으려 할 때와 같은 아이의 안전이 어떻게 될지 모를 때, 아이가 혼자 방안에서 방문을 걸어 잠그고 있을 때, 아이에게 어떤 걱정스러운 조짐이 보일 때, 또는 아이가 고통스런 치료들을 견뎌야 할 때 등을 말한다. 극단(extreme)이라는 말의 뜻을 그저 “아이가 말 안 들으려하거나 반항하려 할 때 아무 때나”라고 희석시키지 마라.

부모들이 육아전략이나 요령들에 의존하게 되는 이런 상황이나 딜레마는 굉장히 흔하고 자연스러운 일이며 극복하기 어려운 일이다. 우리는 이 책을 통해 그러한 상황들을 다시 다뤄보려고 한다. 하지만 당신은 좀 더 효과적인 방법으로 이런 전략들을 실행하면서 원활한 출발을 하게 될 것이다. 당신의 변화는 시작되었다. 이제 말보다는 행동으로, 아이에게 이제 상황이 달라졌다는 것과 당신은 변화중이며 새로운 양육체계가 시작되었다는 것을 알려주는 것이 당신이 취할 새로운 양육태도이며 행동이다. 다음 장에서는 당신이 말하게 될 이런 헤드라인뉴스들에 아이가 완벽히 주목하게 만드는 방법을 보여줄 것이다.

[말보다는 행동으로, 아이에게 상황이 달라졌다고 알려주는 것이 당신의 새로운 양육태도이며 행동이다.]

당신이 좀 더 다양하고 융통성 있는 육아전략과 수단을 사용할수록, 그 효과는 높아질 것이다. 어느 한 가지의 요령이나 전략에만 의지하려 하지 마라.

부모가 아이의 주목을 받을 수 있는 가장 빠른 방법은
앉아서 편안하게 바라보는 것이다.
-레인 올링하우스

5. 아이의 주목 끌기

당신의 생각과 마음으로, 당신은 아이의 버릇없는 현재 상황을 중단시키기로 결정했다. 우선 먼저, 당신은 그동안 당신의 권위를 약화시켜왔던 낡은 수법들의 사용을 줄이는 땅 고르기 과정을 시작했다. 또한 당신은 가능하면 확실하게 더욱 행복하고 만족스러운 가정을 만들기 위해 전념하고 있다. 만약 이것이 더 나은 학교나 세계평화를 위해 해야 할 일이라면 말이다. 지금 당신은 아이에게 확실한 메시지를 전해 주어야 한다.

이 시점에서 대부분의 부모들은 아이에게 큰소리로 무슨 말을 해주고 싶어 한다. “그래도 우리의 이런 생각을 알려줘야 하지 않나요?” “아이들한테 합당한 경고를 줘야 하는 거 아닌가요?” 부모들은 물어본다. “어디 봅시다,” 나는 아이에게 이를 닦으라고 물어보는데 질린 한 부모에게 대답했다. “아이가 지금 11살이죠? 그 의미는 당신이 하루에 12번씩 아이에게 이를 닦으라고 상기시킨다 했을 때, 일 년이면 12 곱하기 365에다가 팔년이면 곱하기 8이네요. 그렇게 되면 35,000번이 넘는 경고이고, 약 34,950번이 넘는 경고를 아이가 필요 이상으로 받은 거네요.” 그 아이가 493개의 포켓몬 캐릭터들을 충분히 외울 정도로 머리가 좋았다는 건 굳이 말할 것도 없다. 아이를 더 이상 상기시킬 필요가 없다.

[아이를 더 이상 상기시킬 필요가 없다.]

아이를 바로잡겠다는 선언서를 쓰는 것이 당신에게 가치 있는 일이지만, 아이에게 보여주거나 읽어줄 필요는 없다. 우유 상자위에 올라가 제멋대로인 아이의 행동과 가정의 권리에 맞서 전쟁을 선포할 이유도 없다. 큰 목소리와 말로만 하는 협박이 언제 효과를 본 적이 있었던가?

더 이상의 경고는 필요하지 않을뿐더러 아이가 관심도 갖지 않을 것이다. 아이에게 그 경고들은 그저 냉장고에서 나오는 기계소리나 화장실소리, 집안에서 일상적으로 끊임없이 흘러나오는 소리, 그리고 이젠 더 이상 알아채지도 못할 소리로 들릴 정도로 아이들은 아마 너무나 많은 경고들을 들어왔을 것이다.

아니다. 내가 앞으로 누누이 말하겠지만, 무언가를 이야기 하고 어려운 일을 하는 것은 말이 아닌 당신의 행동이다. 당신이 효과 없는 양육술책들을 그만 둘 때 아이의 눈길을 끌 수 있다. 하지만 많은 아이들에겐 더 큰 목소리와 더 충격적인 요법이 필요하다. 그러한 상황을 위해 한 훌륭한 대통령의 말을 인용해 말해보자면, 말은 부드럽게 하되 상대방의 이목을 확실히 끌 수 있는 능력이 있어야 한다. 그 능력이란 정말로 잘 준비된 비장의 묘책이며 어느 연설이나 협박보다 훨씬 효과 있는 행동으로써, 아이에게 이젠 진짜로 좋은 때는 끝났다는 것을 보여주는 것이다.

이에 대한 좋은 예로 마크라는 아이에 대한 이야기를 해보겠다. 마크 엄마는 매력적인 여인이고 좋은 부모였다. 그녀는 자신의 아들이 짐승처럼 난폭하게 변했다며 나를 찾아왔었다. 짐승 나폴레옹을 기억하는가? 마크가 얼마나 버릇없어졌는지 말하는 도중에 그녀는 거의 몇 달 동안은, 아이가 일주일에 한 번씩 받는 치료가 끝날 때마다 바로 아이와 장난감가게로 갔었다고 고백했다. “저한테는 그것 말고 아이를 치료받게 할 수 있는 다른 방법이 없었어요,” 그녀가 말했다.

우리는 한 가지 방안을 마련했다. 그 방안은 마크 엄마가 흥미로워하면서도 겁내하는 계획이었다. 대략 이런 것이었다. 어느 때처럼 마크 엄마는 마크의 치료가 끝나고 병원을 나온다. 아이를 데리고 장난감 가게로 가서 마크가 치료를 받으면 항상 당연하게 받던 장난감을 사준다. 매장을 나와 보통 때와 같이 그녀의 불일을 보러간다. 하지만 마크가 항상 했던 것처럼 같이 가기 싫다고 소리를 지르고 당장 집으로 가자고 조를 땀, 집으로 가는 대신 차를 돌려 곧장 장난감 가게로 간다. 침착하게 장난감을 빼앗아 포장한 후 아이를 데리고 장난감을 반품하

러 매장으로 걸어 들어간다. 그녀가 무엇을 하고 왜 이렇게 하는지에 대해서 소리도 지르지 않으며 협박이나 말도 하지 않는다.

“마크의 입이 떡 벌어졌어요. 마크도 그 상황이 믿기지가 않았죠,” 마크의 엄마는 그날 밤 전화통화에서 나에게 말했다. 그녀는 그렇게 하고 나서, 매장 저쪽에 있는 주차장으로 곧장 걸어가는 동안에 마크가 계속해서 소리 지르는 상황을 설명했다. “이럴 순 없어! 이런 법이 어딤어.”

마크엄마는 특히 점원이 물건에 무슨 문제가 있었는지 그녀에게 물어보자 솔직하게 아들이 너무 버릇없게 굴어서 물건을 반납하고 싶다고 대답했을 때 뿌듯함을 느꼈다했다.

그 메시지는 마크에게 헛되지 않았다. 마크는 자신의 엄마가 변화하고 있다는 사실을 아주 확실히 단번에 확인했다. 그녀는 마크가 생각하고 있는 엄마가 참을 수 있는 일과 절대로 하지 못할 일에 대한 기대와 예상을 완전히 무너뜨렸다.

마크엄마는 아주 결정적인 행동을 해냈다. 크고 뚜렷했다는 것이 여기서 중요한 점이다. 정확히 무엇을 하느냐가 중요하지 않다. 마크엄마는 부모들이 좀처럼 뺏으려고 생각조차 안하는 스포츠용품이라든지, 신학기 학용품이나 옷들 같은 물건을 반납만 했어도 괜찮았을 것이다. 아니면 마크의 양치질 거부, 반복적인 학교 지각, 식당에서의 버릇없는 행동, 청소 거부 등과 같은 상황에서 전과는 다른 강력한 태도를 취하기만 했어도 괜찮았다.

이것들 중 하나가 당신이 아이에게 강한 인상을 보여줄 수 있는 좋은 목표가 될 수도 있다. 그러면, 과연 왜 이런 강력한 행동이 그토록 중요한 것일까? 이 질문에 대해서는, 아이와 흔하게 겪는 상황들에 대처하기 위한 몇 가지의 충격과 공포 전략에 대해 다루게 될 다음 장에서 더 이야기 할 것이다.

당신의 강력한 행동은 아이에게 예상 밖이고 당신답지 않으며 시끌벅적하고 대담하게 여겨질 것이고 효력이 강하며 성공적일 것이다.

당신의 아이가 두통을 일으킨다면, 아스피린 약통에 쓰여 있는
지시사항을 따르라. 특히 중요한 부분은,
“아이들로부터 멀리하세요.”
-수잔 서베너

6. 충격과 공포주기

아이의 주목을 끄는 것이 왜 그렇게 중요한 것일까? 왜 그냥 더 간단하고 쉬운
조치들로 먼저 시작하고 차근차근 단계를 밟아 가면 안 되는 것일까?

이론상으론 그렇게 할 수 있다. 하지만 실제로 그렇게 하는 것은 어려운 일이다. 아이들은 시시각각, 하루하루 점점 더 버릇없어 진다. 끊임없이 응석을 받아
주는 당신의 육아방식도 조금씩 그리고 꾸준히 아이가 당신의 요구를 모른척하
고 무시하게 만든다. 이러한 셀 수도 없이 조금씩 눈에도 띄지 않게 하나씩 하나
씩 응석을 받아 주었던 게 지금은 상당량 쌓이고 쌓여 이젠 심각하고 돌이킬 수
없게 되었다. 하나도 빠짐없이 일일이 아이 버릇을 원상태로 돌리는 데 까지 평
생이 걸릴 수도 있다. 하지만 다행히 당신은 그렇게까지 할 필요는 없다.

강력하고 빠른 행동이 아이를 주목하게 만든다. 그런 영향력 있는 행동이 아이
들을 놀라게 하며 당황하게 한다. 이는 갑작스런 충성과 함께 당신은 더 이상 한
시간전의 그 부모가 아니라는 것을 아이에게 알리는 것이다. 막 크게 소리 지르
지 않고 쓸데없는 말을 할 필요가 없다는 게 그 장점이다. 사실, 그렇게 해봤자
효력만 약화시킬 수 있다.

[강력하고 빠른 행동이 아이를 주목하게 만든다.]

내 생각엔, 부모가 자신들도 무언가 할 수 있다는 사실을 알게 될 때 그것 또
한 아이들의 관심을 끌 수 있는 것 같다. 부모들은 이런 충격과 공포작전을 마치고 나면, 자신들이 그것을 해냈다는 이유만으로 보통 열광하고 놀라며 용기를 얻
곤 한다.

우리가 앞에서 말했던 것과 같이, 아이의 주목을 끄는 데 있어서 경고들은 불필요하며 오히려 당신이 아이의 버릇을 잡기 위해 실시하는 갑작스런 충격과 공포작전의 효과를 약화시킬 수 있다. 당신이 달라질 거라 선언만 하고 당신이 가지고 있었던 옛 습관들을 그대로 유지만 한다면, 그건 그저 아이가 당신은 절대 할 수 없다고 확신하는 사실을 더욱 굳히게 할 뿐이다. 다시 한 번 말하지만, 마을에 새로운 보안관이 정말 왔나 안 왔나를 증명하는 덴 말에 일치되는 알맞은 행동을 아이의 버릇 고칠 때 보여주는 것이다.

내가 말하는 아이의 버릇을 고치기에 알맞은 행동이란, 아이에게 뜻밖이고 당신답지 않으며 시끄럽지만 강하고 대담한 행동을 의미한다. 이 중요한 행동을 효과 있게 하기 위해 당신이 반드시 해야 할 일은, 성공을 보장 할 수 있는 상황을 신중하게 만들어내는 것이다. 앞에 장에서 우리는 마크와 마크엄마에 대해 이야기 했다. 나와 상의한 끝에 마크 엄마는 몇 분전에 산 아이의 장난감을 반납하는 것을 자신이 취할 행동으로 결정했다. 그녀는 신중하게 계속 반복되는 문제 행동을 골랐으며 확실하게 그것을 기억하고 있었다. 당신의 첫 번째 목표는 비록 당신이 지금 막 걱정하거나 가장 신경 쓰고 있는 문제나 행동이 아닐지라도, 앞으로 하게 될 충격과 공포작전에 적합한 행동이나 문제 또는 아이의 버릇없는 행동이 일반적으로 일어나는 환경을 고르는 것이다(당신이 가장 걱정하는 문제에 대해서는 나중에 다룰 것이다).

당신이 충격과 공포작전을 계획할 때 나올 수 있는 대표적인 문제들이 여기 있다. 아이가 사람들이 있는 장소에서 버릇없이 굴 때, 아이에게 금요일 밤 아이가 제일 좋아하는 피자전문점에 데려갈 것이라고 말한다. 아이와 모두가 신이나게 한다(하지만 모두에게도 이 계획을 알리지 마라. 안 그러면 계획은 수포로 돌아갈 것이다). 금요일 밤이 온다. 당신이 피자가게로 운전을 하고 있는데 예상대로 아이의 버릇없는 행동이 나온다면, 차를 돌려 집으로 간다. 만약 레스토랑에 도착해서 피자가 나오기를 기다리고 있는데 아이가 말을 안 듣기 시작하면, 그 순간 바로 일어나 아이와 레스토랑을 나와 집으로 가서 다시 나가지 않는다.

이 행동은 아이가 단 1분도 피자를 먹을 기회를 갖지 않았을 때 가장 효과가

있다. 아이가 겪은 충격과 공포의 한 부분은 당신답지 않으며 어느 부모답지 않는 행동을 당신이 하는 걸 보는 것이다. 아이는 아마 배고파 죽겠다고 소리치거나 당신이 이미 계산한 음식을 놓고 떠날 수 없다고 말 할 것이다. 그 자리에 다른 아이들을 함께 데려 갔다하더라도 아이들이 피자를 못 먹게 된 것에 대해 걱정하지마라. 그들은 참을 수 있을 것이다. 그럼 이미 계산한 피자 값 2만원은? 그건 그동안 당신이 아이에게 낭비한 돈에 비하면 아무것도 아니다. 아동심리전문가인 내말을 믿으라. 2만원의 돈은 당신이 내는 치료비에 비하면 아무것도 아니다. (이 전략을 아이와 극장이나 다른 가족 소풍을 갈 때 적용시켜보아도 괜찮을 것이다.)

당신의 단호한 조치가 아이에게 해가 될 것이라 걱정하지마라. 그럴 일은 없을 것이다.

아이가 항상 학교에 지각하거나 매일 아침 녹장을 부려 당신을 미치게 하는가? 아이를 정시에 학교 보내기 위해 온갖 아침을 해야 하는가? 만약 그렇다면, 이 충격과 공포 전략이 당신에게 딱 일 수 있다. 한번만 딱 물어보고 그 후엔 아무것도 하지 마라. 예를 들면, 한번만 다정하고 참을성 있게 아이에게 학교 갈 준비를 하라고 말해 보아라. 단 한번만! 그리고 나선, 당신이 아침이면 하는 일 무엇이든 아무렇지 않게 계속해라. 나가야 할 시간이 지나면 아이는 당신에게 와서 모든 것이 당신 잘못이라 소리칠 것이다. 이 모든 것이 당신이 이거랑 저거를 안 해서 그랬다거나 지금 이거랑 저거를 당장 해줘야 하네 마네 소리 지를 것이다. 그때 당신은 이미 아까 준비 하라 했지 않느냐고 침착하게 대답하여라. 그 후에는, 각자의 상황에 따라서 다음 중 한 가지를 골라 실행해보라.

아이에게 학교에 늦게 갈 수밖에 없다고 말해라. 아이가 학교에 자기가 아프다거나 무슨 일이 있다고 말 해달라는 요구를 침착하게 거절해라. 아이에겐 선생님한테 사실대로 네가 학교 갈 시간이 되어도 준비를 안 해서 그랬다는 걸 말한

다 해라. 만약 아이가 학교에 대해 신경을 쓴다면(대부분의 아이들이 그럴 것), 아이는 엄청나게 화를 내고 속상해 할 것이다. 이때 당신이 아이를 구제해 준다면, 모든 것이 날아가 버린다. 그저 학교 선생님한테는 아이에게 학교 갈 준비를 하는 것에 대해 책임감이 얼마나 중요하다는 것을 가르치는 중이며 며칠 내로 잘 해결 될 것이라고 말해 놓아라. 대부분의 선생님들은 이러한 강하고 적극적인 육아를 기쁨 맘으로 지지해준다.

그날 학교에 차로 데려다 주는 것을 거절해라. 아이가 하루 종일 집에서 지루한 시간을 보내게 하고 학교에 안간 것을 걱정하게 해라. 학교를 좋아하고 선생님이 어떻게 생각할지 신경 쓰는 아이라면 특히 더 이 방법이 효과적이다. 아이가 정각에 학교 갈 준비를 하게 되는 데까지는 하루에서 이틀정도 밖에 안 걸릴 것이다.

참고: 분명하게 말하는데, 만약 아이가 정말로 학교를 싫어하거나 무서워하고 학업성적이 저조한 편이라면 이 전략을 쓰지 말라. 이러한 형태의 문제들은 전문가의 손길이 필요할 수도 있다.

또 다른 강력한 행동과 함께 해결할 수 있는 흔한 문제행동은 불량한 위생 상태이다. 양치질을 예로 들어보자. 잠자기 전 한번만 아이에게 이를 닦으라고 말해라. 그리고는 잊어버려라. 아마도 아이는 이를 닦지 않고 그래도 잠 자러 들어갈 것이다. 그 다음날이나 이틀 후, 아이에게 밥이나 간식을 줄 때 어떤 종류의 단것도 넣지 마라. 아이에게는 이를 닦지 않으면 단 것을 먹을 수 없다고 설명해라. 아이는 당신이 그러한 경고를 준적이 없다고 소리 지를 수도 있다. 침착하게 이미 양치질을 해야 하는 것을 다 알고 있지 않느냐고 말하고 앞으로는 더 좋은 결정을 하길 바란다고 하여라.

[무슨 일이 있어도 절대 물려서지 마라.]

영향력 있는 행동을 해낸다는 것은 어려운 일이다. 이 전략은 아이를 놀라게 하고 두렵게 할 뿐만 아니라 부모 또한 놀라고 두렵게 한다. 당신의 육아행동을 위해 마음을 단단히 먹어라. 머릿속에 그에 대한 계획을 세워라. 당신이 앞으로

할 일들을 적어보고, 꼼꼼하게 계획하며, 혼자 또는 배우자와 미리 한번 연습해 보아라. 당신이 최대한 편해질 수 있는 날을 위해 이를 계획하고 육아상황 또는 일을 하는 동안이나 상황이 허락될 때 계획을 짜 보아라. 싸움을 위해 단단히 대비하여라. 만약 도움이 된다면 옷을 편하게 입어라. 약간 일찍 일어나 마음을 가다듬는 시간을 가져라. 침착하라. 그것이야말로 성공의 열쇠이다. 메시지를 전달하는 것은 당신의 화가 난 것이 아닌 행동이라는 것을 명심하라. 무슨 일이 있어도 절대 물러서지 마라. 다음 장에서는 당신의 입장을 고수하는 방법과 왜 그것이 효과가 있는지에 대해 구체적으로 다루겠다.

계획을 수행하는 도중 일을 망쳤더라도 포기하지마라. 내일 다시 시도하면 된다.

당신이 아무리 침착하게 판단하려 애써도, 아이를 키우다보면
어쩔 수 없이 결국 괴상한 행동이 나오게 된다.
난 지금 아이들의 행동을 말하는 게 아니다.
-빌 코스비

7. 계속해서 충격주기

임상실습을 하면서부터, 나는 충격과 공포 요법을 행하는 일이 어렵고도 결코 만만치 않다는 사실을 알았다. “그래도 어떻게 이런 하나의 요법이 효과가 있을 수 있는 거죠? 어디서 그런 힘이 나오는 거죠? 마술이나 속임수 같은 건가요?” 당신은 궁금해 할지도 모른다.

나는 버릇없는 아들딸들을 데리고 쇼핑몰로 되돌아가거나 또는 아이들에게 그에 맞먹는 강력한 행동을 보여주는 수많은 부모들과 계속해서 일하고 있다. 나의 의견, 통찰력, 전략들은 유용하고 단순하지만, 아이들에 대한 깊은 충분한 이해를 바탕으로 한 절묘하고 복잡한 것들이다. 마크엄마가 말을 듣지 않은 자신의 아들의 장난감을 반납하기 위해 아이를 데리고 다시 장난감 가게로 들어갔을 때 그녀는 아동발달의 건실한 원리에 근거된 하나의 신중하고 확실한 중재를 해낸 것이다. 그 개입의 역학은 여기서 다시 한 번 짧게 살펴볼 만큼 가치가 있다.

[충격과 공포 요법을 행하는 일은 어렵고도 만만치 않은 일이다.]

장난감을 반납하는 대신에 마크엄마는 이런 식으로도 말할 수 있었다. “지금부터, 엄마는 네가 버릇없는 행동을 하면 가만있지 않을 거야.” “다음 주부터는 치료만 갔다 왔다고 해서 장난감 사주는 일은 없을 거야.” “네가 좋던 싫던, 엄마가 시키는 심부름은 해야 돼.” “엄마가 너를 배려하는 만큼, 너도 엄마를 배려해 줘야해.”

이 말 중에서 틀리거나 아이에게 해가 될 말은 하나도 없다. 하지만 이런 말들은 듣기에 너무 약했을 뿐더러 마크에게는 그저 옷에 달라붙은 부스러기처럼 특

특 툴어버리면 되는 말로 들렸을 것이다.

마크엄마는 통하지도 않는 또 다른 협박을 하는 대신, 말보다는 행동과 그에 따른 결과들로 직접 아이에게 보여주었다. 이는 마크가 생각하는 세상에서는 상상도 할 수 없는 일이었다.

“엄마가 나한테 이럴 순 없어!” 하지만 나는 방금 해냈다, 그녀의 흔들림 없고 차분한 행동이 이를 분명하게 말한다.

“엄마가 벌써 사버린 물건을 돌려줄 순 없어.” 하지만 난 했다.

“어떻게 알지도 못하는 점원한테 내가 버릇없다고 말 할 수 있어? 이건 배신이야.” 하지만 난 했다.

“매주 나한테 당연히 선물을 줘야지 어떻게 그걸 어겨?” 이하동문, 나도 말한다.

“엄마 나한테 크게 빚진 거야.” 그렇지. 그렇고말고. 힘들고 어찌면 난처해 질 때도 있겠지만, 내가 될 수 있는 최고의 부모가 되려는 게 다 네 덕분이지.

재빠르고 영향력 있는 행동 하나로 마크 엄마는 아들의 세상을 뒤집었으며 아들이 이해할 수 있는 가장 명확한 방법으로 경고를 주었다. 그녀의 행동이 정말 확실했기 때문에 마크엄마는 굳이 목소리를 높이고 마음 쓸 이유 없이 더 중요한 문제들을 위해 체력을 비축할 수가 있었다. 그녀는 늘 해왔던 것처럼 아들에게 소리 지를 필요가 없었다. 그녀는 아이한테 이기적이고 배려 할 줄 모르며 나쁜 아이라고 말할 필요도 없었다. 또한 그녀는 자기 자신과 자신이 하는 행동들에 대해 해명할 필요도 없었다. 마크는 그 이유를 알았을 것이고, 만약 알지 못했더라도 마크엄마가 장난감가게 점원한테 하는 말을 들었을 것이다.

하지만 마크엄마는 이러한 것들에 대해 행복해했을 것 같지만 마크는 아직도 미친 듯이 엄마를 비난하고 있을 것이다. “엄마 보기도 싫어.” “엄만 형편없는 엄마야.” “진짜 싫어.” “거짓말쟁이.” “나쁜 엄마.” “엄마는 날 사랑하지 않아.” 하지만 무엇보다도 당신이 가장 듣기 힘든 말은 “난 엄말 사랑하지 않아, 아니 난 한 번도 그런 적 없어” 일 것이다. 만약 아이가 이런 식으로 말하고 행동한다면, 그건 바로 아이가 자포자기한 상태이며 아이도 그걸 잘 알고 있다는 증거이

다.

*당신의 행동으로 인해 아이가 평정을 잃게 될 것이지만, 중심을 유지하고
침착하게 있어라.*

나의 지원과 충고로 마크엄마는 마크가 마음대로 소리치고 화내도록 내버려두었다. 어떤 부모도 그날 오후 마크가 끝내 앞으로 말 잘 듣겠다고 약속하며 장난감 가게로 다시 가달라고 애원하는 걸 보면서 그리 놀라지 않을 것이다. “엄마가 하라는 데로 다 할게,” 아이는 간청한다. “앞으로 고맙다고 말도 하고 엄마도 도와줄게.” 하지만 마크엄마는 그 말들에 넘어간다면 자신의 모든 노고가 한방에 날아갈 것이기에 아이의 위험한 미끼를 물면 안 된다는 것을 알고 있었다. 그녀는 아이가 내일이라도, 아니면 앞으로 매일매일 말도 잘 듣고 장난감 뺏길 일도 하지 않을 가능성이 아주 많다는 것을 알았다. 하지만 그날은 그렇게 하지 않았다.

나는 그녀의 충격과 공포작전기간 내내 침착함을 유지하도록 노력하라고 말했다. 왜? 그녀가 침착해야 생각을 명확하게 할 수 있고 자신의 입장과 균형감을 유지할 수 있으며 처음부터 이 일을 시작하려고 한 이유들을 잊지 않을 수 있기 때문이다. 그녀가 진정함으로써 그동안 아이에게 빼앗겨져 있었던 책임감과 긴장감을 지킬 수 있었다. 마크가 그녀에게 소리치고 항의하는 만큼, 마크가 계속해서 그 책임을 엄마에게 돌리려고 하는 만큼, 마크는 그 잘못이 누구에게 있는지 잘 알고 있다.

[당신이 이 쉽지 않은 육아여정을 위해 충분한 노력을 했기 때문에 아이는 사랑을 느끼게 될 것이다.]

마크엄마가 확고하고 명확한 행동을 취하고 그 태도를 끝까지 지켰기 때문에 자신의 분노를 아이에게 보여줄 필요가 없었다. 사실, 그녀는 그 일을 하고 나서 좌절감이나 화를 느낀 것이 아니라 그로 인해 효력을 보았고 만족감과 자부심을 느꼈다. 그녀는 그날 하루 동안 행동으로 보여주었기 때문에 화가 나서 아이를 혼내거나 아이와 신경전할 이유가 없었다. 그녀는 아이가 장난감을 뺏기고 울바

른 선택을 하지 못한 것을 충분히 이해했다. 마크엄마는 (자기 때문에) 아이가 버릇없어졌다는 사실을 안타까워했다. 그러한 행동을 취하면서 그녀는 아이의 잘못된 버릇이 어떠한 어려움을 불러일으켰으며 자신이 사랑하는 아이의 성장에 얼마만큼 방해가 됐었는지 분명하게 알 수 있었다. 하지만 그녀가 깨닫기 시작한 그런 후회와 생각들로 인해 지난날의 잘못된 시간에 대해 죄책감을 느끼고 용서를 빌 필요는 없다. 그녀는 마크를 너무나 사랑했기에 그런 일들이 다시 일어나게 하지 못할 것이다.

“엄마는 네가 얼마나 실망했는지 알고 있어,” 그녀는 아이에게 다가가 말했다. “엄마는 조금만 지나면 네가 더 나은 선택을 하게 될 걸 알고 있단다.” 비록 마크는 엄마의 포용을 거부하고 공감하지 않는 것처럼 보였지만, 마크는 얼마나 많이 엄마가 이번 일로 힘들어했는지를 분명히 알았다. 엄마가 이 쉽지 않은 육아 여정을 위해 노력한 만큼 아이는 사랑을 느낄 것이다.

이번 조치를 취하고 나서 아이가 전보다 더 만족해하거나 말을 잘 듣는 것 같은 즉각적인 효력을 보게 된다면 이에 주목해라. 그것은 당신이 올바른 일을 하고 있다는 것을 보여준다.

단호한 태도를 취하지 못하는 대부분의 부모들 옆에는
그들을 꼼짝 못하게 하는 아이들이 있다.
-중국 속담

8. 아픈 곳을 공략하기

나는 지금, 아이의 아픈 곳을 때리라고 말하는 것이 아니다. 아이에게 버릇없는 행동에 대한 대가를 의미 있게 부여하라고 말하는 것이다. 그 대가는 아이가 좋아하거나 새로 산 장난감이 될 수도 있다. 동물원이나 볼링장에 데려가는 것도 될 수 있다. 두 번째 간식 또는 아예 첫 번째 간식 일 수도 있다. 하루 종일 단 것을 안줄 수도 있다. 이러한 예들이나 우리가 5장에서 이야기했던 예들처럼 어떤 때는 아이에게 당신이 빼앗을 수 있는 것들, 더 정확하게 말해서 아이가 잃어야 할 것들이 꽤 분명하게 보이기도 한다. 하지만 그리 명확하지 않는 것들은 과연 어떻게 빼앗아야 할까?

[아이에게 버릇없는 행동에 대한 대가를 의미 있게 부여해라.]

현대 생활의 모습은 기술들로 둘러싸인 동화 속 나라와 같다. 오늘날 대부분의 아이들은 상당량의 시간을 컴퓨터, 비디오 게임, 아이팟 등을 가지고 놀며 보낸다. 아이들은 이러한 형태의 통신과 오락을 굉장히 높게 평가하고 당연시여기기 때문에 이러한 물건들이 종종 아이가 잘못된 행동을 했을 때 그 결과로 빼앗기게 되는 대상이나 행동이 된다.

“이제 그만!” 부모들은 소리친다. “너 오늘 하루 종일 닌텐도 DS 못가지고 놀지 알아.” 그러면 아이들은 어떻게 할까? 과연, 아이들이 기가 죽어 어두운 방 한구석으로 들어가서 자기가 저지른 잘못을 후회할까? 장난감 빼앗겼다고 해서 침대로 들어가 흐느끼며 울까? 전자기기가 없다고 밖에 나가 친구들이랑 공놀이 하며 놀까? 아니면 지루해 죽겠다고 엄마한테 청소하는 거 도와주겠다고 말하며 부모랑 시간을 보내겠다고 할까?

어디선가에서 어떤 아이는 이 중에 한 행동을 했을지도 모른다. 하지만 이 상황에서 대부분의 아이들이 하는 행동은 무엇일까? 빼앗긴 소형 비디오 게임기대에, 옆집으로 가서 그 집 게임기를 쓰러 가거나 만약 그렇게 안 되면 자기 집 게임시스템, 형제자매의 게임기 또는 엄마의 노트북을 사용하여 놀 것이다. 실제로 나는 계속해서 아이들이 다른 전자 장난감을 두 배로 더 쓰면서 전자기기를 빼앗은 부모에 대응하는 사례들을 보았다. 부모가 비디오 게임기를 빼앗으면 아이들은 컴퓨터 게임을 한다. 컴퓨터를 빼앗으면 아이들은 영화나 텔레비전을 본다.

[아이의 버릇을 잡기 위해선 정말 많은 일들을 해야 한다. 하지만 그것은, 아이를 버릇 있게 만들기 위해 치러야 할 작은 대가이다.]

이런 최첨단 아이에게 충격과 공포를 주기 위해서 당신은 아마도 아이의 모든 전자기기들을 싹 다 빼앗아야 할 것이다. 이는 한계점을 만나게 한다. 아이 버릇을 잡기 위해선 정말 많은 일들을 하게 된다. 당신은 아마 수많은 장비들의 연결을 끊고 제거해야 할 수도 있다. 전자기기들 없이는 어떻게 시간을 보낼지조차 모르는 아이도 챙겨야 할 수도 있다. 하지만 어떤 문제를 다루는 것은 아이 버릇을 고치기 위해 치러야 할 작은 대가라는 것을 기억해라.

전자기기들을 제거하는 효과적인 방법이 하나 있다. 한 부모가 아이에게서 비디오 게임기를 빼앗는 장면을 한번 생각해보아라. 당신은 아마도 부모가 화내면서 벽에 플러그를 뽑아 한손에는 게임기를 쥐고 마치 창밖으로 텔레비전을 던지려는 듯이 막 집을 나가는 그런 시끌벅적한 모습을 생각할 것이다. 하지만 나는 다르게 할 것이다. 밤이 되어 아이가 잠에 들면, 나는 재빨리 그 게임기를 안전한 곳에다 갖다 놓을 것이다. 몰래몰래 할 필요도 없고 아이가 알아챌까 걱정할 필요도 없다. 밤에 하게 되면 편하게 제거 할 수 있으며 아이가 보는 앞에서 하지 않아도 된다. 이는 득보다는 도리어 아이에게 해를 끼치게 되는 심각한 대립을 피하기 위해서이다. 당신은 아이에게 굴욕감을 주거나 아이를 제압하려는 것이 아니며 비디오게임 쟁탈전을 벌이려는 것도 아니다.

다음날 아침이나 오후, 아이가 게임을 할 때쯤이면 게임기는 그 자리에 있지

않을 것이다. “내 게임기 어디 있어?” 아이는 울 것이다. 당신은 아이에게 지금은 게임기가 없으며 다음 주쯤에 돌려주겠다고 말한다. 아이는 소리 지르고 항의하거나 자기에겐 이렇게 할 수 없는 이유들을 말 할 수도 있다. “그건 내꺼잖아,” 아이는 소리칠 것이다. 아니면 짜증내고 울부짖으며, “날 사랑하지 않지!”라고 할 것이다. 당신은 침착하게 지금은 장난감이 없다는 것을 설명하고 장난감을 받았을 때는 다시 빼앗기지 않도록 더 좋은 결정을 하고 전과 같은 버릇없는 행동을 하지 않길 바란다고 아이에게 말해라.

빼앗은 물건의 가치가 높으면 높을수록 아이의 학습효과도 점점 더 강해진다.

예를 들면, 생일파티를 너무 자주 못하게 되는 것을 원하는 아이는 없다.

아이가 축구팀, 축구연습, 축구경기를 너무나 좋아한다고 치자. 그런데 당신은 아이의 버릇없는 행동을 통제할 수 없고 아이는 당신이 시키는 것들을 밥 먹듯이 거절한다. 하루 동안, 아이가 말을 듣지 않을 때마다 기억해 놓아라. 그리고 나서 아이의 다음 연습이나 경기에 데려가는 것을 거절해라. 아이에게 당신의 말을 듣지 않았기 때문에 경기에 참가할 자격이 없다고 해라.

내가 부모들에게 아이의 스포츠 활동 기회를 빼앗는 게 어떤가 하고 제안할 때면, 많은 부모들이 움찔한다. “그래도 밖에 나가 노는 건 아이에게 좋잖아요.” “코치선생님한테는 그럼 뭐라고 해야 하죠?” “오, 좋네요. 그럼 아이가 원하는 데로 정확히 되겠네요. 아이는 수영연습을 정말 싫어하거든요” 굉장히 혼란스럽게 들린다. 그러나 이 혼란스러운 상황들을 자세히 살펴보고 잘 이해하여 바로잡을 수 있으며 그러할 필요가 있다.

아이가 운동에 빠졌다고 해서 기뻐한다면 운동기회를 박탈하는 것은 좋은 충격공포전략이 아니다. 다른 것을 계속 찾아보아라. 반면, 아이가 운동하러 가고 싶어 할 때엔 당신에게 정말 좋은 기회가 될 수 있다. 코치선생님한테는 아이와의 문제를 해결하기 위해 노력하고 있는 중이라고 말해라. 아마 코치선생님도 부모들 중 한명일 것이다. 만약 당신과 아이 둘 다 아이가 경기에 빠지게 되면 팀

을 실망시킬 것 같다고 걱정하고 있다면, 이는 오히려 아이를 연습에 빠지게 해야 할 더 좋은 이유이다. 그것이야말로 아이가 신경 쓰고 있는 것이다. 만약 그 팀이 아이가 꼭 경기에 참가해 주길 원하고 있다 생각된다면, 그때 잠시 당신의 작전을 미루고 그 경기 후 다음번 경기나 연습에 나가지 못하게 해라. 창의적으로 해라.

무용연습, 음악 교습, 생일파티 같이 아이에게 의미 있지만 만약 못하게 됐을 때 반항을 불러일으킬만한 것들을 이와 같은 식의 논리로 아이 버릇을 고치는데 사용할 수 있다.

울화 행동

아이가 원하는 물건을 빼앗은 부모에게 많은 아이들이 저항하고 싸운다는 건 그리 놀랄 일이 아니다. 아이들은 아주 심하게 짜증을 낼 것이다. 하지만 두려워하지도 말고 굴복하지도 말라. 아이들이 때를 쓰고 울며 소란을 피우는 이러한 울화행동들은 종종 건강한 아이들이 하는 행동 중에 한 부분이다. 이는 아이가 아프다거나 장애가 있다는 신호도 아니며 당신이 아이를 더 이상 다룰 수가 없다는 의미도 아니다. 이러한 울화행동들이 아이에게 중요한 기능을 수행한다고 생각하고 나면, 아이가 욕구불만이나 분노를 맘껏 발산하게끔 용납할 수 있게 되거나 아이가 감정적으로 평정을 되찾을 수 있게 도와 줄 수 있게 된다. 아이의 울화 행동을 벌하거나 비난하지 마라. 대신, 그러한 행동들을 받아들이고 이해하도록 해라.

그럼 아이가 막 짜증내는 동안이나 그 후에 부모들은 아이에게 무엇을 해 줄 수 있을까? 괴로움이 계속 커진다는 것을 아이가 알 수 있게 하고 말로 당신을 표현하며 아이를 도와주어라. 아이의 말을 잘 들어주어라. 아이의 점점 커지는 목소리와 행동들을 늘어나는 괴로움으로 당신에게 도와달라고 간청하는 것이라 생각해라. 아이가 말도 안 되는 요구를 하기 시작한다면 단호한 태도를 보여라. 위협하지 말고 아이의 분노를 당신의 분노와 매치시키지 마라. 당신이 아이의 좌절감을 이해하고 신경 쓰고 있다는 것을 아이가 알게 해라. 아이의 짜증이 수위

를 넘어도 그것을 멈추려고 하지마라. 그때는 아이를 타이르 때도 아니며 아이와 대화를 할 수 있을 때도 아니다. 아이는 문제를 이해할 기분도 아니고 그럴 수 있는 상태도 아니다. 아이가 한바탕 성질을 부리고 나서 그날 일로 인한 아이의 행동을 대할 때는 다정하고 관대한 모습으로 아이에게 힘이 되어 주며 고마워하도록 해라. 아이의 짜증을 다룰 때는 조심해야 한다. 아이는 그저 그 상황을 잊어버리고 싶어 할 가능성이 크다. 앞으로의 당신과 아이를 위해 아이가 짜증내는 상황 속에서 당신이 무엇을 배울 수 있는지 생각해라.

당신은 아이의 주의를 끌었고 이제 아이는 당신을 유심히 살펴볼 것이다. 아이가 처음에 막 분통을 터트리고 심하게 짜증을 내다가 조금 지나서는 아주 오래 전 아이의 모습이었던 작고 완벽한 딸아이로 다시 돌아왔다고 해보자. 아이는 아마 당신의 확고하고 단호한 존재에 안정감과 믿음을 느꼈을 것이다. “부모님이 제 버릇을 고치게 된 이런 영광스런 순간은 우연이었나요? 아니면 이게 진짜 우리 부모님 모습인가요?” 아이는 궁금해 할 것이다.

아이의 관심을 잃게 되는 일은 너무나 쉽다. 어떻게? 아이에게 굴복하면 된다. 아이를 다시 장난감 가게로 데려가는 것이 너무 미안한 느낌이 들어 장난감을 그냥 사준다거나 아이에게 하루 종일 말 잘 들으면 장난감을 사주겠다고 거래하면 된다. 절대 그런 실수를 범하지 마라! 장난감, 이벤트, 특권 따위는 이제 없다. 그런 시대는 갔다. 무엇인가 성과를 거두고 싶다면 당신과 아이 둘 다 이 사실을 받아 들여야 한다. 당신이 결과에 승복해버린다면, 당신의 노력만 물거품 되는 것이 아니라 상황을 더 심각하게 만들 것이다. 아이에게 과거를 무시하고 연연하지 않는 방법을 가르쳐주어야 할 것이다. 심지어는 당신이 아이 버릇을 잡기 위해 했던 행동들 중 가장 멋졌던 충격과 공포작전도 잊게 해야 한다.

그 다음은 그럼 무엇일까? 하루나 이틀 후쯤, 또 다른 충격과 공포작전을 하여라. 하지만 서두르진 마라. 첫 번째 작전에서 그랬던 것처럼 미리 계획을 짜라. 이전 계획 못지않게 또는 이전계획 보다 더 효과 있게 하기 위해 확실히 만들어라. 만약 당신의 첫 번째 충격작전이 별다른 효과를 보이지 않았거나 당신의 문제가 우리가 여기서 논하는 문제들보다 더 심각하다고 느껴진다면, 계속해서 책

을 읽어라.

당신이 아이버릇을 잡기 위해 계속 노력해 나갈수록 아이의 울화행동들은 점차
잡아질 것이다. 하지만 잠깐 동안은 아이가 부리는 짜증의 강도가 높아 질 수도
있다.

아이에게 절대 손을 들어 올리지 마라. 그건, 무방비 상태로
당신의 급소를 내보이는 것이다.
-레드 버튼스

9. 종착점(End Stops) 설정하기

한번은, 자신의 아들을 감당할 수 없어 치료를 위해 아이를 데리고 온 세이디라는 엄마와 상담을 한 적이 있었다. 세이디가 내 사무실에서 아들이 어지러뜨린 물건들을 치우기 위해 일어났을 때, 아이는 내 앞에 있던 그녀의 팔걸이의자를 빼앗아 앉았다. 그녀는 의자를 되찾으려 하지 않았다. 아이를 쳐다보지도 않고 아무 말도 없이 조용히 그 옆에 있는 조그마한 의자에 앉았다. 내가 이에 대해 물어보자 세이디는 자기는 어디 앉아도 상관없다고 말했다. 하지만 얼마 지나지 않아 그녀가 아들 션이 또 다시 자기와 싸워서 이기려고 할까봐 두려워 계속 조용히 하고 있었다는 사실을 알게 되었다. 나는 왜 세이디가 도움을 요청하기 위해 찾아왔는지 직접 보게 되었다. 그녀는 아이를 통제할 능력이 없었으며 학교뿐 아니라 어디에도 션을 통제할 수 있는 사람이 없었다.

어떤 가정에서는, “통제하지 못하는 부모들(parents without control)”이란 부모의 요구사항들에 아이가 아주 약간 반항 하는 것 말고는 그 외에 아무것도 허용하지 않는 부모들을 말한다. 하지만 세이디 같은 가정에서 통제되지 않는 부모란, 아이가 무엇이든 자기가 원하는 대로 언제든지 할 수 있게끔 원인을 제공하는 부모를 말하기도 한다. 그런 가정에서의 아이는 반항적이고 공격적이며 불량스럽게 자랄 가능성이 있다.

세이디같은 부모들은 아이에게 항상 조심조심하며 아이와 대화나 논쟁을 할 때 아이의 눈치를 살핀다. 그리고는 그렇게 하는 것이 맞는 일이라 잘못 생각한다. 이렇게 하여 그들은 아이에게 단단히 잡힌 채, 혹시나 아이가 싸움에서 이겨 자신들의 무력함을 확인하게 될까 두려워 그저 아이를 모른 척 하고 심지어는

아이를 제어하지도 않으려고 한다.

[부모들은 아이에게 항상 조심조심하며 아이와 대화나 논쟁을 할 때 아이의 눈치를 살핀다. 그리고는 그렇게 하는 것이 맞는 일이라 잘못 생각한다.]

권위적인 양육을 하기 위해서는, 아이가 쉽게 넘을 수 없는 한계선을 설정해 둔 당신만의 믿을 만한 곳이 있어야 한다. 나는 그러한 경계선을 종착점이라 부른다. 종착점이란, 아이가 그 경계선을 감히 넘어도 안 되고 더 앞으로 가도 안 되며 반항 또는 그 선을 단 1센티도 넘으려하는 시도조차 용납되지 않는다는 사실을 부모와 아이 둘 다 알고 있는 한계점이다. 나는 이 종착점이란 용어를 문법에서 마침표를 나타내는 시에서 차용했다. 이 책에서 종착점은 야구백네트나 바리케이드처럼 아무것도 넘을 수 없는 단단하고 꿈쩍도 않는 것을 상징한다.

과연 종착점은 어떤 모습을 말하는 것일까? 부모가 어떤 것에 제한을 두는 것이다. “지금 농담하는 거 아니야. 엄말 시험하려 하지 마.” 그러면 아이는 엄마가 하는 말이 진심이고 더 이상 말을 안 들으면 안 된다는 것을 안다. 구체적으로 말하면, 부모가 “그만해. 생일파티는 없었던 걸로 해. 너 이제 파티 못할지 알아,” 라고 말했다면, 자신의 파티를 정말 못하게 된 사실을 깨닫게 된 아이는 만약 계속해서 말을 안 듣게 되면 생일주말 내내 아무것도 못하게 될까 두려워 침착해진다. 자신의 부모에게 확고한 종착점이 있다는 것을 아는 아이는 그 제한과 경계를 애써 찾기 위해 밀어붙이고 실험할 필요가 없을 것이다. 아이는 그러한 제약들이 존재한다는 사실을 알고 있으며 또한 정확히 어디에 있는 지까지 알고 있다!

부모가 단호하게 이런 종착점들을 유지하고 있다는 점을 알고 있는 아이는 아마 그것들을 뚫고 나가려고 시도했다가 그 쓴 맛을 몸소 체험해 봤을 것이다. 파티도 취소되어 봤고, 주말 자유시간도 잃어보고, 장난감도 뺏긴 뒤, 아이는 자기 부모님은 언제든지 이런 일을 아무렇지 않게 다시 할 수 있다는 걸 깨닫는다.

그럼 잘못된 종착점들은 어떤 모습일까? 부모는 “계속해서 나한테 반항해봐, 그럼 다음 이주일 동안 축구는 없을 테니까,”라고 말한다. 아이는 뻘뻘 쳐다보고, 생각하고, 더듬거리며 변명하다가 별로 신경 쓰지 않고 또 다시 버릇없이 군다.

모든 것이 그동안 부모의 반응을 보고 터득한 것이다. 그러면 부모는 “그래 좋아, 너 내가 축구에 데려갈 걸 알고 이러는 거겠지만 그럼 난 또 다른 방법을 생각해보겠어.” 아이는 하품한다. 제한은 풀렸다. 아이는 단호한 종착점의 힘을 경험해 보지 못해 계속해서 이를 쉽게 밀어붙이고 언제쯤 그 한계에 맞닥뜨려질지 절대 알지 못한다.

만약 당신의 종착점들이 휘청거리고 있다면, 다른 생활 속에서는 아이가 어떻게 종착점들을 대하고 있는지 한번 생각해보아라. 집에서는 당신이 아이를 통제할 수가 없으나, 만약 학교나 남의 집에서는 아이가 예의바르게 행동한다면 자신감을 가져라. 이는 흔한 일이며, 다른 많은 가능성들보다도 더 좋은 현상이다.

아이가 학교(그리고 남의 집)에서 알맞은 행동을 할 수 있다는 것은 아이가 실제로 내면의 종착점을 가지고 있다는 걸 의미한다. 다른 곳에서 아이가 스스로 자기 자신을 통제하는 모습은 바로 당신이 아이를 다른 환경 속에 있는 규칙과 규범을 지킬 수 있도록 충분히 잘 키웠다는 것이다. 집과 학교에서 아이가 다르게 행동하는 이유에 대해 설명하자면 그건 아마도 다른 어른들이나 학교의 구조나 제한들이 분명하기 때문이다. 학교선생님들은 의사전달을 보다 정확하고 확실하게 한다. 그러므로 아이들은 자신들이 어떻게 해야 될지를 안다. 같은 식으로 아이에게 해본다면 당신도 (끝에 가서)알게 될 것이다.

종착점을 설정한 부모들은 확고한 제한을 두게 됨으로써 권한을 갖게 된다. 그들은, 아이를 통제 할 수 있게 해주거나 더 좋을 땐 아이의 관심과 협조까지 이끌어 낼 수 있게 해주는 적당한 크기의 도구를 자신들의 육아공구상자 속에서 꺼냈다고 확신한다. 종착점은 부모들에게 육아범위를 확대하고 성공을 확신할 수 있게 하는 내면의 자신감과 회복력 그리고 위안을 준다.

부모가 설정하는 제한들 또는 결과들이 무엇이든 상관없다. 중요한 것은 자신들이 한 말을 행동으로 보여주고 확실하게 유지시키는 것이다. 아마 아이의 관심을 끌기 위해 사용했던 충격과 공포요법과 비슷하게 들릴지 모르겠지만, 종착역을 설정하는 것은 아이 관심을 끄는 것과는 다르며 한번이나 두 번 만에 끝내버리는 중재가 아니다. 종착점은 돌담처럼 강하고 끄떡도 하지 않게 증명된 제한들

을 계속해서 정하고 실행하는 것이다. 거의 순간적인 효력의 충격과 공포요법과는 달리, 종착점은 아이가 더 이상 당신의 확신을 의심하지 못할 때 까지 당신의 확고함을 계속해서 반복적으로 보여줄 필요가 있다.

종착점은 아이가 어릴 때 가장 잘 설정할 수 있다. 아이가 어리고 한창 자라나는 시기에 당신이 안 된다고 말해도 그걸 빠져나가는 방법을 터득했다면, 커서도 똑같이 할 것이다.

하지만, 만약 말을 안 듣는 당신의 아이의 나이가 어느 정도 있다면, 당신과 아이는 이를 하루라도 지켜만 볼 수는 없을 것이다. 당신이 아이를 엄하게 다루는 것이 앞으로 힘들고 어렵겠지만 지금 당신이 굴복한다면, 잘못된 행동을 개선하기에는 더 크고, 더 나쁘고, 더 반항적이 되어버린 아이와의 상황은 더욱 심각해져 훨씬 더 힘겹게 싸워야함을 깨닫게 될 것이다.

왜 아이가 당신의 종착점을 심각하게 받아들이지 않는지를 한번 스스로 생각해 보아라. 버릇없는 행동에 대한 대가로 아이에게 별로 자극되지 않는 것을 선택하고 있지는 않은가? 아이에게 끊임없이 관대하지 않은가? 아이에게 하지 못하게 했던 활동들이나 압수했던 물건들을 다시 허용해주며 너무 빨리 받아준 것은 아닌가? 말싸움을 한다든지, 아니면 아이를 제제하면서도 또 다른 한편에서는 응석을 받아줌으로써 쉬운 길을 가려 한다거나 당신의 조치를 약화시키고 있지는 않은가?

종착점을 제대로 설정하지 못하고 있는 부모들은 완벽함에 문제가 있는 것이 아니라, 규칙성과 일관성에 문제가 있는 것이다. 단번에 또는 두 번째 시도 만에 모든 일이 순탄하게 진행될 거라 기대하는 건 옳바르지 않다. 당신의 목표는 포기하지 않고 항상 깊이 생각하며 의욕을 잃지 않음으로써 매 순간순간마다 조금씩 나아가 당신이 원하는 상태까지 도달하는 것이다. 그렇다, 앞으로 해야 할 일이 굉장히 많다. 하지만 지금 아이와 당면한 문제를 해결 하지 않아서 평생 통제 불능 아이를 다루고 그 아이로 인해 교장선생님, 경찰, 치료전문가 등의 사람들과 다뤄야 하는 문제들이 생기게 되는 것보다는 훨씬 적은 양의 일이다.

당신보다 아이를 더 잘 다루는 사람들의 행동들을 공부해라.

당신을 아이의 선생님이라 생각하고, 아이는 당신의 제자라고 생각하는 것이 도움이 될 수도 있다. 좀 더 객관적이며 냉정해지도록 하고 조금만 더 엄하고 어려워져라. 당신이 물러서지 않는다는 것, 다시 말해 당신이 노력하는 것을 아이가 알게 해라. 아이가 당신을 때리고 밀고 이래라 저래라 하지 않게 하고 폭언을 하거나 위협하는 것을 용납하지 마라. 그렇게 하는 것은 귀여운 것도 아니고 조금만 자라면 지금보다 훨씬 덜 귀여울 것이다. 만약 당신의 두 살배기 아이가 계속해서 당신의 귀걸이를 잡아당기면, 곧바로 아이를 내려놓아라. 그러면 당신이 아프다는 것과 그런 행동은 하면 안 된다는 것을 아이가 확실하게 알게 해라. 만약 다섯 살짜리 아이가 당신이 자기 물건을 뺏는다고 해서 당신 손을 철썩 때린다면, 즉각적이고 확실하며 일관된 대가를 끝까지 치르게 하여라.

아이의 세계를 더 엄격하게 대하여라. 학교와 의사소통하여 학교에서의 일과 집에서의 일을 통합시켜라. 아이가 학교에서 문제를 일으켰을 때 당신이 일관되고 변함없이 가할 수 있는 제한과 벌을 정해라. 집이나 학교 또는 운동장 어디서든지 아이가 반항하고 나쁜 행동을 하면 그것들을 마음에 새겨라. 그리고 주저하지 말고 오래된 상식을 사용해라. 만약 토요일 아침 아이가 당신에게 함부로 했다면, 뭐 하러 그날 오후 아이를 쇼핑몰로 태우고 가서 이만 원짜리 물건을 사주는가? 버릇없고 사나우며 부도덕하거나 그 외의 다른 나쁜 행동에 대해 상을 주는 것은 무모하고 위험하다.

또한 당신의 상황을 솔직하게 평가해보아라. 아이의 행동이 얼마나 심각한가? 아이에게서 폭력이나 심한 욕설과 반항, 법에 어긋나는 행동 또는 우리가 소시오패스(어린아이의 사탕을 훔친다거나 자기보다 약한 아이들을 이용하는 등의 행동)라 하는 사회병질의 초기증상이 보인다면, 이는 전문가의 손길이 필요할 수 있으니 지체하지 말고 도움을 찾아봐야 한다. 만약 어디서 어떻게 전문가를 찾아야 할지 모르겠다면 아이의 선생님들이나 학교 상담교사, 의사, 성직자 또는 동네에서 당신이 신뢰할 수 있는 사람과 상의해라. 아이의 문제가 바로잡아 질 것

같다 하더라도 어른이 되어서도 알아서 고쳐지지 않는 문제들이 있을 수 있으니 더 이상 지연시키지 마라.

*방치된 아이는 자기가 사랑하고 의지하는 사람들의 주목을 받기 위해서
버릇없이 굴고 무슨 짓이든 다 할 것이다.*

한 가지 신속조치: 오늘날의 부모들은 옛날 부모들보다 더 열심히 더 많은 일을 한다. 우리의 삶을 더 편하게 만들어줄 수 있는 모든 기술과 풍요로움에도 불구하고 많은 부모들은 자신들의 아이에게 더 적은 시간을 쓰고 있다. 만약 당신이 일이나 다른 생각들로 바쁘다거나 기분이 안 좋을 때 아이가 당신의 관심을 끌기위해 말을 안 듣고 있다는 사실을 알게 됐다면, 그땐 단지 당신이 더욱 확고해지고 분명해진다고 해서 문제를 해결할 수 있는 게 아니다. 아이와 육체적 그리고 감정적인 시간과 자리를 더 많이 갖도록 조치를 취해라. 방치된 아이는 자기가 사랑하고 의지하는 사람들의 주목을 받기 위해선 버릇없이 굴고 무슨 짓이든 다 할 것이다. 그것이야말로 부모로부터 더 많은 것을 원하는 아이를 위한 건강한 반응이며, 이 조치는 아이가 문제가 아니라는 것을 말해주는 지표로써 취해져야 한다.

*당신이 해야 하는 일이나 전문가의 도움을 찾는 일에 대해 부끄러움 혹은
혼란스러움을 느끼지 마라. 아이의 버릇을 고치는 데에는 항상 때가 있다
하더라도 점점 난폭해지거나 도저히 감당할 수 없는 아이들을 돕는 것이 더
시급한 문제다.*

아이들의 작은 몸집 때문에 부모들이
제대로 훈육하기가 어려울 지도 모른다.
-피 제이 오록

10. 훈육 실시하기

아이의 버릇을 고치는데 있어 **중착점과 제한**은 굉장히 중요하기 때문에 이에 대해 좀 더 이야기해 보자.

아이들은 제한의 끝과 시작을 알아야 한다. 제한은 아이들이 자기 자신을 통제하고 가정과 사회에서 조화롭게 살기 위해 필요한 토대이다. 제한이 하는 일을 한번 살펴보자.

제한은 아이를 안전하게 지켜준다.

제한은 부모와 또래 친구들 그리고 다른 사람들을 안전하게 지켜준다.

제한은 당신의 가정과 재산을 안전하게 지켜준다.

제한은 아이에게 무엇이 용납될 수 있고 안 되는지를 분명하게 해준다.

제한은 아이에게 부모들은 자신의 분노와 거부반응을 다스릴 수 있다는 것을 보여준다.

제한은 아이가 집 밖의 생활, 즉 학교에서나 운동장 또는 사회에서의 규칙이나 법을 이해할 수 있게 하기 위한 토대를 세워준다.

제한은 아이에게 자제력과 인내심을 길러준다.

제한은 아이에게 자신의 충동을 (파괴적인 화나 폭력이 아닌) 놀이나 말로 바꾸는 방법을 가르쳐 준다.

제한은 아이에게 자신의 부모가 부모의 의무들에 대해 이야기 하는 것을 두려워하지 않는다는 것을 보여준다.

제한은 아이들에게 그들이 세상 사람들과 분리된 개인이라는 것을 보여준다. “안 돼, 엄마 지갑 열어보면 안 되지. 그건 엄마꺼잖아!” “그건 형 컵케익이야. 너는 니꺼 있자나.” “안 돼. 우린 보일러 안 킬 거야. 추우면 스웨터입어. 가족 중에 지금 추운사람 없어.” (물론, 아이가 아프거나 피곤할 때는 아이가 원하는 대로 온도를 키워줘야 할 수도 있다.)

제한은 또한 경계와 프라이버시 개념도 포함한다. 부모들이 제한선을 설정하면, 자신들의 공간에서 사생활을 가질 수 있기 때문에 좋다. 많은 유아들은 부모들이 쓰는 침실, 사무실, 휴대전화, 노트북을 마음대로 쓴다. (나는 부모들이 아이 손에서 자신들의 휴대전화를 서투르게 빼앗으려 하는 모습을 보기가 너무 싫다.) 당신의 제한들은 아이를 굉장히 화나게 만들며 아이와 그 문제에 대해 마음으로 소통할 수 있는 기회를 차단시킨다. 아이들은 충격이나 거부 그리고 멸시받는 일 없이, 합당한 제한들을 받으며 자라나야 한다.

그리고 당신만의 공간은 어디 있는가? 왜 당신은 아이와 매 순간 하루 종일같이 있으려 하나? 예를 들면, 당신의 아이는 의자를 나뉘 쓰는 방법과 블라우스를 타고 올라가거나 당신을 아프게 하지 않고도 당신과 가까워지는 방법을 배워야 한다. 아이가 당신의 귀를 움켜잡으려거나 콧구멍을 찌르려고 손을 더듬더듬할 때 가만있지 마라. 아이를 내려놓고 말해라. “엄마랑 같이 잤자. 엄마는 네가 찌르는 거 싫어. 엄마 아프잖아.” 당신의 말과 행동에 아이는 잠깐 기분이 상할 것이다. 하지만 아이가 또다시 그럴 때, 당신이 변함없이 아이에게 제한을 가한다면 아이는 당신 무릎주변이나 다른 장소가 더 편하다는 것을 깨닫게 될 것이다.

아이가 하지 못하는 것과 하지 않는 것을 알아보도록 해라. 그리고 아이를 훈육시키고 버릇을 고칠 땐, 아이가 하려고 하지 않지만 통제는 할 수 있는 행동들을 겨냥해라.

제멋대로인 아이들은 보통 훈육이 제대로 되지 않은 아이들이다. 하지만 부모들은 훈육과 벌이 같은 것이 아니라는 점을 명심해야한다. 부모가 훈육을 하고

제한과 범위를 정하며 아이에게 기대감을 갖는 것은 아이가 자기통제능력, 감정 표현능력, 문제해결능력 등을 배우고 발달시키며 성장하는데 있어 긍정적인 영향을 준다. 이는 모두 부모가 아이들의 삶에서 1차적 담당자로서 아이들에게 기부해주는 것이다. 벌이란, 아이들을 통제함에 있어 부모들에게 좀 더 유리한 시도라 할 수 있다. 하지만 훈육이 확실히 더 효과적이며 더 교양 있다. 아이의 버릇을 고치거나 아이가 버릇이 없어지는 것을 예방하기 위해 사용할 수 있는 훈육 방법들이 여기 있다.

공평하게 훈육하라. 한 아이만 너무 몰아서 훈육하지 마라. 아이의 기를 살려 놓고 나서 제멋대로라고 혼내지 마라. 당신은 시속 120킬로로 아이 기를 쭉 살려주며 지내다가 갑자기 아이가 너무 산만하다며 화를 있는 대로 내버리는 그런 부모인가? 당신의 훈육을 범죄와 연관 지어 생각해보아라. 아이가 던진 작은 눈뭉치에 당신이 포탄사격으로 대응한다면 아이는 아무런 배움 없이 그저 상처받고 화만 나게 될 것이다.

적당하게 훈육하라. 가정에서와 아이를 훈계할 때는 충분히 책임을 져라. 당신이 적절한 제한을 정하지 않은 것은 아이의 잘못이 아니다. 당신이 1차적 육아 수단으로 큰 소리 치기로 결정한 것도 아이의 잘못이 아니다. 당신이 좌절감을 느끼고 화나고 그날 기분이 좋지 않느냐 해서 아이를 훈육하려 하지마라. 훈육은 그럴 만한 이유가 있을 때 하는 것이다.

확실하게 훈육하라. 당신이 무엇을 원하는지를 알아라. 아이에게 애매한 제한들을 강요 할 수는 없다. 당신의 제한들을 행동적인 용어를 사용하여 말하라. “잘해” 또는 “엄마 화나게 하지 마”는 너무 막연하다. 이렇게 하는 건 어떤가. “다른 걸 하기 전에 먼저 이 미술 프로젝트 물건들을 치웠으면 좋겠구나.” 선생님들이 어떻게 제자들에게 말하고 대답하는지 그들에게 배운 것들을 떠올려라. 아이가 쉽게 이해할 수 있는 말과 단어들을 쓰도록 해라. 아이에게 이해할 시간을 주고 나서 확실히 이해하였는지 확인하여라.

개별적으로 훈육하라. 아무리 대부분의 아이들을 훈육하고 버릇을 잡는 데에 지켜야 할 기본 원칙들이 있다하더라도, 특별한 상황, 아이의 천성과 발달단계,

그 밖에 여러 가지 상황들이 훈육형태를 다르게 만들 수 있다. 어떤 아이에게는 그저 부모가 못마땅해 하는 표정을 짓는 걸로 훈육이 충분할 지라도, 다른 어떤 아이에게는 보다 강력한 훈육이 필요 할 수 있다. 당신의 아이 중에서도 한 번에 배우는 아이가 있는 반면, 똑같은걸 배우는데도 더 많은 시간이 걸리는 아이가 있다.

일관적으로 훈육하라. 일관성 있는 훈육이란, 아이가 같은 잘못을 하면 대체로 당신도 똑같은 벌을 규칙적으로 내리는 것을 말한다. 일관된 훈육은 로봇의 정확성을 필요로 하는 게 아니다. 두 부모 또는 보육자들이 완벽하게 똑같이 될 필요가 없다. 화가 났다고 해서 말도 안 되는 걸 가지고 아이에게 으름장 놓으며 심하게 혼내는 일이 없도록 조심해라.

현명하게 훈육하라. 현명한 육아는 사려 깊고 충분한 이유가 있는 것이다. 현명한 부모들은 그들의 육아를 이해하려 노력한다. 그들은 타당하고 적절하며 효과 있는 방식으로 훈육하기를 열망한다. 또한 스스로 자책하기 보다는 실수를 통해 배우려하며 가능성을 찾으려 한다. 그들은 훈육을 최대한 활용하고 소용없거나 해로운 것은 하지 않는 것을 목표로 하고 있다.

온정적으로 훈육하라. 온정은 당신이 아이를 훈계할 때 쓸 수 있는 비장의 카드다. 부모들은 흔히 아이를 엄하게 다룰 때는 반드시 화를 내야하고 아이에게 겁을 줘야 한다고 잘못 생각한다. “너 이제 혼날 줄 알아!” 부모들은 아이를 쓰아보고 화를 내며 말한다. 강력한 제한들과 대가들이 있다면 부모들은 일부러 막 화를 낼 필요가 없다. 당신이 제한을 정하고 그 제한들을 계속 지키고 있고 당신의 분노와 상처가 가라앉았다면, 당신의 다정함과 이해심을 보여주어라.

너그럽게 훈육하라. 아이가 자신의 잘못된 행동과 혼난 것에 대해 진심으로 느끼고 생각할 수 있게 방에서 나와라. 아이가 당신에게 사과하고 보상하게 해라. 아이가 울게 내버려둬라.

[아이가 전보다 말을 잘 듣게 되면, 부모들은 아이에게 호의를 보이고 아이를 이해하고 존중하게 된다.]

제한과 벌은 아이들을 부모에게 최선을 다하는 착한 아이들이 될 수 있도록

도와준다. 아이가 전보다 말을 잘 듣게 되면, 부모들은 아이에게 호의를 보이고
그들을 이해하고 존중하게 된다.

스스로에게 한번 물어봐라. 당신이 아이에게 관대한 이유는 원칙의 문제인가
아니면 다른 문제인가?

아이에게 한 번도 사과한적 없는 부모는 괴물이다. 만약 부모가
아이에게 항상 사과한다면, 그 아이가 괴물이다.
-미농 맥래플린

11. 해명 그만하기

당신은 당신이 가지고 있는 문제를 인정하고 문제해결을 위해 헌신하고 있다. 당신의 별 도움 안 되는 양육습관을 포기하고 아이의 관심을 끌고 있다. 한계들을 정하고 아이의 버릇을 잡기 위한 전쟁을 선포했다. 당신은 진심이고 아이도 그걸 알고 있다. 아이는 지금 당신이 이를 계속해 나갈 수 있는 충분한 체력과 끈기가 있는지 궁금하다. 아이는 당신의 변화에 궁금해 하고 약간 불안해하긴 하지만, 그렇다고 당황하거나 굴복하진 않을 것이다. 효과 있었던 당신의 첫걸음은 하나의 모닝콜이었다. 그럼 이제 어떻게 해야 할까? 지금은 미국의 인기 법정드라마 ‘법과 질서(Law and Order)’에나 나올 법 한 그런 재판을 멈춰야 할 때다.

[오늘날의 부모들은 자신들의 권한을 행사하는 것을 불편해하는 경향이 있다.]

나를 포함한 오늘날의 부모들은 아이와 대화를 어느 정도 하는 편이다. 여러모로 이는 이전의 부모세대와 비교해봤을 때 좋은 변화이다. 많은 아이들은 자신들의 좋았던 경험이나 걱정들에 대해 부모에게 솔직하게 터놓는다. 그건 정말 축복이다. 하지만 그러한 대화 속에도, 오늘날의 부모들은 자신의 권한을 행사하는 것을 불편하게 생각하는 경향이 있다. 아이에게 무엇을 하라고 말하는 대신, 그들은 아이에게 물어본다. 요구사항들은 질문형태로 되며 질문형태는 다시 보컬선 것처럼 새로운 선택권을 제공한다.

놀이터에서 “저 막대기 좀 건네줄래?”라는 말이 어떻게 변하는지 한번 보자.

“우리 아가, 엄마 그 막대기 좀 쓸 수 있을까?”

“그 막대기 좀 엄마 줄 수 있겠니?”

“그런 지저분하고 오래된 막대기 보다 이 삼을 가지고 노는 게 좋지 않을까?”

아이는 행동으로 말한다. 싫어, 싫어, 아직은 싫어.

“아이 예쁘지 우리아가, 엄마 그 막대기 좀 줄래? 그러면 사탕가게 데려갈게, 응?” 그러면 이제 약간 진전이 보인다.

“아유 착해. 잠깐, 잠깐, 와서 막대기를 엄마 줘야지, 안 그러면 우리 사탕가게 못 가게 될 텐데?” 나는 그보다 더 좋은 걸 원해.

“지금 그거 안주면 사탕가게에서 딱 하나밖에 못 사게 될 거야.” 사탕 하나? 아니면 한 봉지?

“한 종류 사탕 딱 한 봉지 밖에 못 사.” 근데 나는 휴파츄스도 사고 싶은데.

“그러면 어서 와서 엄마 그 막대기 지금 줘.” 그럼 지렁이 켈리는?

“알았어! 그럼 꼬마곰 켈리도 사줄게. 아유, 착한 내 딸” 엄마는 말한다. 그래 그거야.

당신은 내가 하는 말의 요점을 이해했을 것이다. 그리고 시간이 흐르면서 어떻게 부모들이 화나고 좌절하며 무력함을 느끼게 되는지도 알 수 있을 것이다. “에 이씨 진짜! 그 막대기 안주면 너 이제.....” 치 모야, 아이는 의아해한다. 그럼 왜 처음부터 갖고 싶다고 말을 안했데?

그럼 이 이야기의 요지는 무엇일까? 이제 당신은 당신의 꼬마변호사에게 더 이상 일을 주면 안 된다. 지금 이 순간부터, 당신은 더 이상 아이를 방 치우게 하려고 26가지 이유들을 들지 않을 것이다. 또한 당신이 비디오 게임기를 끄는 것에 대해서도 아이에게 설명하고 또 설명하지 않을 것이다.

아이들은 많은 대기업들이 하는 비슷한 방식으로 부모에게 자신들의 의견을 주장한다. 아이들과 기업체들 둘 다 피할 수 없어 보이는 결정들과 불이익을 미뤄보려고 애쓴다. 아이가 잠자리 들 시간에 대해 이의를 가지고 따지려하며 반대하는 한 무조건 아이는 평상시보다 더 늦게까지 깨어있을 수 있다. 투쟁 그자체가 아이의 욕구를 충족시켜주는 것이다.

당신과 아이가 말다툼을 하기만 하면, 민사 소송과 정말 흡사한 골치 아픈 문제에 빠져든 것과 같다. 부정행위를 저지른 사람을 고소하면, 그 사람은 시간을 끌기위해서 당신의 기력을 소모시키고, 돈을 쓰게 하며, 의지를 꺾으려는 등, 어

면 일도 서슴지 않으며 수단과 방법을 가리지 않을 것이다. 아이가 당신에게 덤비는 시간이 얼마나 될까? 23시간째 59분까지 하고도 그 이상일 것이다. 잘못된 사람들은 경험으로부터 그들이 사람들을 꺾을 수 있다는 것을 알고 있다. 그들의 목표와 바라는 것? 그것은 당신이 지치고 힘이 빠져 그 사건이나 해결을 포기하는 것이다. 죄가 있는 사람에게 합의란, 체면과 돈 둘 다 살리게 해주는 승리인 것이다.

당신의 아이도 똑같이 당신과 끝까지 싸워서 잃는 것은 별로 없다. 만약 아이가 싸움에서 지게 되면, 아이는 잠자리에 들어야 하거나 이를 닦던지 그게 아니면 장난감을 치워야 할 것이다. 어? 잠깐만. 그게 아이에게 일어날 수 있는 최악의 상황인가? 그러면, 당신이 아이가 당신과 말싸움하게 내버려둠으로 인해 무릅써야 할 위험은 무엇인가? 잠, 두통, 자존심, 자부심 등 아마 거의 모든 것일 것이다. 또한, 만약 당신이 마지막에 이긴다면 무엇을 얻는가? 처음부터 당신의 정당함을 계속 지킬 수 있었다는 것 말고는 없다. 당신이 아이와 법적 소송과도 비슷한 싸움을 할 때마다, 당신은 아이가 계속해서 싸우고 싶어 하게끔 힘을 불어 넣어 주고 있는 것이다. 아이는 점점 더 힘이 세지고 싸움에 도가 트고 있다. 협상에 대한 아이의 취향과 기술은 날로 향상된다. 긴 재판 후, 마지막 순간에 당신이 굴복해야 하는 것들 중 가장 두려운 일은, 아이가 그 속에서 앞으로 당신과 거래를 할 때 절대로 수그러들면 안 된다는 위험한(당신에게 위험한) 교훈을 배운다는 것이다. 이는 아이가 결국엔 자신의 고집에 당신이 무너지고 자기가 승리한다는 것을 눈으로 확인했기 때문이다.

당신의 딸이 당신을 꼬치꼬치 캐물을 땀 어떻게 해야 할까? 아이가 만든 규칙에 따르기를 거절해라. 누가 아이의 판사와 배심원을 만들었는가? 아이의 질문에 답하지 마라. 계속해서 당신 입장을 설명하려하지 마라. 당신의 육아를 아이에게 정당화시키려고도 하지마라. (내가 이런 말을 했다는 게 믿어지진 않지만) “나는 네 부모니까 토 달지 마,”라는 말도 삼가라.

선생님들은 이런 명료성과 정확성에 대해서 전문가들이다. “과학책 꺼내세요. 16쪽을 펴세요. 두 번째 단락부터 읽으세요.” 애매모호한 부분도, 헛갈리는 부분

도, 다르게 이해될 수 있는 부분도 없다. “말소리 들리게 하지 마세요,”라고 선생님이 말하면 아이들은 바로 어떻게 해야 되는지를 안다. 선생님이 대부분의 부모들이 하는 것처럼 한다면 과연 어떤 혼란이 생길지 상상할 수 있겠나? “빨리 조용히 좀 해줄 수 있겠니?” “우리 과학책 꺼낼까 아니면 스케치북 꺼낼까?” 또한 선생님들이 다음 순서를 말할 때 수줍은 목소리와 몸짓을 한다고 했을 때 벌어질 수 있는 추가적인 혼란을 생각해보아라. “자, 애들아, 선생님은 선생님 책상 주변에는 아무도 안 왔으면 좋겠어요.” 이내, 선생님자리는 아이들로 우글우글해질 것이다.

당신을 아이와 교실에 있는 선생님이라 생각해라. 한 시간 정도, 선생님의 명료한 표현, 단순명쾌한 태도, 기대치를 따라 해보고 어떻게 되는지 한번 보아라.

부모들은 종종 심하게 습관적이고 자동적이 되어버리는 위험한 대화의 틀을 만들어낸다. 모든 말을 질문 식으로 할 뿐만 아니라, 충격을 줄이기 위해 *우리* 얘기 라든지 *우리* 공주님(*왕자님*) 이란 말을 쓴다. “우리공주님, 저녁 먹으러 오시겠어요?” 그러면 아이의 태도는 이렇다. “음, 엄마, 내가 불편하지 않고 여기서 계속 게임할 수 있게 반찬이랑 밥 가지고 지하실로 와줬으면 좋겠는데.” “그래, 그럼 엄마가 저녁가지고 내려갈게,” 엄마는 대답한다. “아이스크림 먹기 전에 당근 한번 먹어볼까?”라고 하면 아이는 “싫어. 그냥 아이스크림만 먹을래.”라고 말한다.

이제 물어보는 것은 그만해라. 설명도 그만해라.

잠깐 멈춰, 자세히 보고, 들어보아라. 우리는 집에 가만히 앉아있을 때조차도 아이들을 위해 너무나 많은 일들을 계속해서 해야 한다. 우리 부모들은 음료수를 잡고 있는 동시에도 그들은 다른 세 가지 일을 생각하거나 하고 있다. 동양철학자들 측면에서 보면, 당신의 육아방식 중에서도 특히 당신이 아이에게 말하는 방식이 더욱 조심스러워졌다.

[당신이 아이에게 해명할 이유는 없다. 그러니 하지마라.]

당신이 아이에게 해명할 이유는 없다. 그러니 이제 하지마라. 생각해보아라. 당신은 부모다. 당신은 잠자리도 가져보고, 운전하다가 나무도 들이받아 보고, 복권으로 돈도 잃어본 교육받은 성인이다. 당신의 아이는 유치원조차 졸업하지 않았다. 아이가 알아봤자 얼마나 알겠는가? 이미 끝난 일이다.

아이에게 당신의 기대와 바람을 물어보지 말고 분명하게 말하는 걸 연습하라.

아이가 저녁을 살 경우에만, 아이에게
먹고 싶은 메뉴를 물어라.
-프랜 레보위츠

12. 권한 되찾기

아이를 응석받이로 키우는 원리는 무엇인가? 절대 무슨 일에도 아이를 몇 초 이상 기다리게 하지 마라. 아이가 안아달라고 손을 번쩍 들어올리기 전에 당신은 아이를 안아줬어야 했다. 당신은 아이가 컵을 비우기 전에 주스를 채워주려 부엌으로 가야 했다. 아이가 당신에게 질문을 할 때는, 당신 배우자를 무시하는 한이 있어도 아이에게 즉시 대답해야 했다. 아이에게 물어보지 않고도 아이가 좋아하는 것을 알 수 있다면 더욱 좋다. 그런 아이는 당신의 늦은 대답을 꾸짖는 일과 같은 더 중요한 업무들을 위해서 자신의 에너지를 모아놔야 한다.

우리는 집안에서 대장처럼 행세하는 아이들이 있다는 것을 알고 있다. 그들은 일어나는 모든 일들에 대해 최종 결정권과 거부권을 가지고 있다. 예를 들면, 그들은 가족들이 무엇을 언제 먹어야 하는지, 언제 그리고 가족 중 누구와 잠을 자야 하는지, 텔레비전을 볼 때 어떤 프로그램을 봐야 하는지, 저녁외식은 어디로 가야하는지를 정한다. 어떤 아이들은 실제로 부모가 식탁에 어느 자리에 앉고 부모가 서로 말을 해야 하는지 말아야하는지 까지 지시한다. 나는 자신들의 부모가 자동차나 집을 구입하는 것에 관해 세심한 조언을 주는 어린 아이들에 대해서도 들어보았다.

이제 당신의 권한을 강하게 행사하라. 모든 결정을 내려 아이가 판단 할 것은 아무것도 없게 해라. 생각해보자. 당신이 걸음마를 배우는 어린 아이에게 값어치 있는 집과 하나는 부부침실에 거대한 아이 침대가 놓인 집을 보여줬다 치자. 아이는 어떤 집을 고를 것 같나?

집안의 통치방식을 바꿔라. 완벽한 민주주의는 성공하지 못한다. 아이들은 대

체로 자신의 이익을 위한 투표를 제대로 하지 못한다. 가끔 부모들은, 무엇이 아이를 위한 최선인가를 아는 자비로운 독재자가 될 필요가 있다.

학교 갈 때 입을 옷을 고르게 한다든지 아니면 입을 책을 선택하게 한다든지, 아이의 나이와 수준에 적합한 결정들을 하게 해라. 하지만, 아이가 하고 싶어 하고 가지고 싶어 하는 욕망과 충동을 기본적 욕구와 구별하는 법을 배워라. 욕구를 더 중요한 발달적 의미로 생각할 수 있도록 스스로 노력해라. 아이가 간식에 굶주려있는 것은 아무리 심해도 가지고 싶은 욕망이다. 음식과 물은 신체적인 욕구이다. 예를 들면, 폭발하지 않고 사랑받지 못한다 생각하지 않으며 자신에게서 원하는 것을 빼앗는다고 생각하는 사람을 공격하는 일 없이, 인내심을 가지고 기다리는 방법을 배우는 것은 무시되어도 안 되고 미뤄져서도 안 되는 성장을 위해 반드시 필요한 기본적 욕구이다.

영향력을 행사하고자 하는 아이의 욕망을 인정해 주는 것은 괜찮다. “너는 우리가 빨간색 자동차를 샀으면 하는구나.” 하지만 사과를 하거나 다음번엔 될 수 있으면 아이가 원하는 대로 해주도록 하겠다는 약속을 한다든지 또는 아이가 당신에게 갈색 트워드 재킷이 더 어울린다했다고 해서 너무 감정적이 되지는 마라. 하지 마라. 당신의 아이는 아마 투표권이나 거부권행사의 특혜를 누리지 않고도 의견들을 자유롭게 말하며 들을 수 있는 그런 특별한 시민이 될 수 있을 것이다.

중대한 결정을 할 때는 아이를 집에 두고 오거나 아이 모르게 할 수도 있다.

아이에게 자동차 키를 주었다 치더라도, 물론 다시 가지고 오기에 늦은 것이 아니다. 아이를 더 이상 원하는 모든 것을 갖고야 마는 왕족처럼 대하지 마라. 아이에게 요구하지 않고 공손하게 물어보는 방법을 가르쳐라. 아이가 순서를 기다리거나 당신이 해 줄 수 있을 때까지 기다리게 해라. 우유 세 번째 잔은 급하지 않다.

[우리는 집안에서 대장처럼 행세하는 아이들이 있다는 것을 알고 있다.]

부모들이 방식을 바꾸면, 아이들은 따라 올 것이다(의무감에서 약간의 불평과 저항들이 있을 수 있겠지만). 부모들은 절대 어제까지 하던 양육방식들을 더 이상 못하게 됐다고 생각해선 안 된다. 깊이 있는 육아를 위해서는 끊임없는 재평가와 적응이 필요하다. 아이가 당신에게 변할 수 없다고 말하는 그 자체가 당신에게 변화가 필요하다는 의미란 것을 알아야 한다.

극단적인 예를 들어보자. 한 부모가 여덟 살짜리 아이에게 사촌언니들이랑 채석장 물에서 수영해도 된다고 말한다. 그 부모는 다른 부모들 이야기를 듣고 나서야 자신이 실수했다는 걸 알아챈다. 부모가 결정을 했다하더라도 다시 취소할 수 있다는 사실을 아이가 알게 해주는 건 꽤찮은 정도가 아니라 반드시 필요하다. 간단한 예였지만 논리가 있다. 당신이 육아에 대한 생각을 바꾼 게 옳다는 것을 증명하기 위해 아이의 인생을 걸 필요는 없다. 나는 청소년들이 음주, 과속, 무모함으로 인한 교통사고를 반복적으로 낸다는 소리를 듣고 여러 번 놀랐었다. 그들의 부모들은 어마어마한 보험료 할증에도 불구하고 계속해서 차를 수리해 주고 보험을 갱신해 줄 뿐이다. 왜 그냥 아이에게 총을 사주지 그러나? 비유적으로나 말 그대로 하나, 부모들은 차 키를 도로 뺏을 수 있다.

집안에서 아이의 나이에 적당한 힘을 실어주어라. 만약 그 힘이 아이의 발달단계에도 적합하다면, 그것은 아이에게 책임감을 가르쳐주는 좋은 방법이다. 아이가 자신의 능력과 나이에 맞게 스스로 숙제를 하고 학교 일을 해결하는 것은 아이에게 좋다. 부모들이 그러한 책임감들이 아이가 자신감과 성취감 그리고 회복력을 키우는데 방해가 된다고 생각하는 것이다. 마찬가지로, 아이가 스스로 세수를 하게하고, 아이가 혼자 화장실 가는 게 가능해지면 바로 스스로 가게끔 하는 것이 좋다. 하지만 아이를 어른들이 결정할 일에 끼게 하거나, 부모와 친구처럼 지내게 한다면, 또는 부모의 행복을 보장하게 하는 것은 아이에게 너무 부담스러운 일이다.

부모에게 너무 많은 힘을 부여받은 아이는 다소 나이보다 성숙해 보일 수 있으나, 다른 면에서 어려움을 겪거나 미숙할 수 있다. 다시 말해, 그런 아이는 어린 시절을 동안 스스로 성장할 수 있는 기회를 충분히 갖지 못한다. 스스로 큰

아이들을 생각해보자. 그들은 세상 물정에 밝고 강하며 본래 나이보다 나이 들어 보인다. 정말 그럴 수도 있다. 하지만 그 속을 들여다보면, 나이에 맞게 자랐다고 보기엔 좀 어려운 중요하고 건강치 못한 면에서 성숙하지 못하다.

[어른들이 결정할 일에 아이를 끼게 하는 것은 아이에게 너무 부담스러운 일이다.]

나는 엘리자베스여왕의 어린 시절에 대해 아는 건 전혀 없지만, 그녀도 집에서의 자기 위치를 알고 있었던 정말 아이 같은 아이였을 거라고 확신한다. 우리도 당연히 우리아이들을 여왕 못지않게 길러줘야 하지 않는가?

당신이 판단하기에, 아이가 꼭 가르침 받았어야 했던 일들과 받지 말았어야 했던 일들을 목록으로 나타내보아라.

부모의 기쁨은 아무도 모른다.

슬픔과 근심도 마찬가지다.

-프랜시스 베이컨

13. 맹점(Blind Spots) 극복하기

“아이를 죽도록 사랑하라”라는 말은 이상한 표현이다. 하지만 부모들은 그저 그 말의 뜻만 알고 있다. 때때로 우리가 느끼는 사랑은 그 말을 파악 할 수도 없고 품을 수도 없다. 내가 함께 일했던 수머라는 엄마는 그 감정을 잘 알고 있다.

수머는 자신의 아이들을 아주 사랑했다. 수머는 무관심하고 폭력적이었던 아이들 아빠와 이혼을 하고 아이들과 잘 살아 보고 싶었다. 자기 자식을 이혼 가정에서 자란 아이들로 만들기 싫어 그녀는 오랫동안 그 남자의 집에 머물렀다. 수머는 아이들을 위해서 못할 일이 없었다. 피곤하거나 아파도, 따로 할 일이 있어도, 아이들이 원하는 게 먼저였다.

수머는 빵들과 장난감 그리고 사탕봉지들을 가지고 나의 사무실을 찾아왔다. 그녀는 아이들에게 하트모양 같은 팬케이크를 만들어주기 위해 일찍 일어나고 아이들 도시락에 종종 놀랄 만한 것들을 넣어주는 그런 엄마였다. 아이들에게 생일이나 크리스마스 선물을 사줄 때면 예상비용을 초과하는 물건들을 사주었다. “저는 아이들에게 좋은 아빠를 줄 수가 없자나요,” 그녀는 말했다. “적어도 제가 할 수 있는 건 제가 할 수 있는 모든 것을 아이들에게 주는 것이에요.” 그녀의 빛이 감당할 수 없게 되어서야 그녀는 그녀의 방식을 바꿀 수밖에 없었다.

수머를 비난하는 것은 쉬운 일이다. 깨진 가정을 맛있는 음식과 장난감으로 만회할 수 없다는 것을 알아내기 위해서 지그문트 프로이트(Sigmund Freud)의 정신분석이 필요한 게 아니다. 하지만 또 한편으로는, 우리 중에서 아이의 정신을 분산시키거나 무언가를 주어 아이들을 웃게 해서라도 우리가 알고 있거나 불행으로 생각되는 일들을 아이가 잊어버리게 하고자하는 마음을 모르는 이가 어디 있

겠는가?

수머와 같은 많은 부모들이 어린 시절 또는 그들이 알고 있는 육아에 대한 자신들의 경험에서 아이들을 다 받아주게 되는 것이다. 많은 부모들이 그들이 어렸을 때 항상 들어온 말이 ‘안 돼’라는 말이었기 때문에 자신들은 “그래”라는 말을 하고 싶어 한다고 나에게 말했다. 이러한 부모들은 무의식적인 분노폭발은 더 적게 주고 아이들의 기쁨과 활기를 주기위한 의식적 선택은 더 많이 주어 아이들을 갖고 싶어 하는 물건들, 관심, 사랑을 원하는 대로 갖게 해준다. 그들은 자신들이 결코 해보지 못했던 삶에서 원하는 것을 찾아 요구하고 쟁취하여 즐기는 식의 삶을 살아갈 수 있도록 아이들을 기르고 싶어 한다. 자신들을 위해서는 절대 할 수 없지만, 아이들을 위해서라면 모든지 해주고 돈을 쓸 수 있는 부모들을 쉽게 만날 수 있다.

과거의 양육방법에 대한 맹점이나 편견이 없는 부모는 없다는 점을 명심하자. 맹점은 인간의 일부이기에 그런 맹점들을 없애는 것이 목표가 아니다. 목표는 맹점들이 당신의 육아를 방해하지 않도록 맹점을 알아내고 주의하는 것이다.

부모들이 아이를 버릇없게 키우는 것에 대한 타당한 이유들은 정말 많이 있으며 그러한 이유들은 아이들과 같이 다양각색이다. 중요한 것은 당신이 아이를 바로잡고자하는 일을 방해할 수 있는 자기이해 문제에 휘말리지 않는 것이다. 하지만 만약 당신을 망설이게 하는 특정한 어떤 문제가 있다면, 가능한 그 해결책을 찾는 것이 당신과 당신아이를 위한 최선의 방법이다. 다음의 내용들은 나에게 치료를 받은 부모들이 말한 아이들을 응석받이로 키운 공통 이유들과 간단한 조언이다.

[부모들이 아이를 버릇없게 키우는 것에 대한 타당한 이유들은 정말 많이 있으며 그러한 이유들은 아이들과 같이 다양각색이다.]

저는 너무 피곤해요. 휴식을 취하고 낮잠을 자라. 그리고 자신을 돌보는 일을 최우선 순위로 두어라.

무엇을 해야 할지 잘 모르겠어요. 이 책과 같은 책들을 읽고 배우도록 해라. 당신이 아이를 키울 때 알아야 할 것들에 대해 다른 부모들과 이야기하고 전문가 또는 교회 사람들 혹은 지역사람들에게 도움을 청하여라. 육아는 기술이다. 기술이란 배우고 터득할 수 있는 것이다.

제 자신이 화나는 게 무서워요. 아이 버릇을 잡는 육아개념에 대해 계속해서 생각하고 더 잘 이해하기 위해 노력해라. 그렇게 하면 점점 더 능숙하게 아이를 엄하게 다룰 수 있게 되어 화도 덜 내게 될 것이다. 만약 아이를 험하게 다루게 될 까봐 걱정되거나 이미 아이를 심하게 다루고 있다면, 도움을 얻어라.

아이의 사랑을 잃게 되거나 아이와 벽이 생기게 될까 두려워요. 당신이 아이의 사랑을 잃게 되거나 벽이 생길일은 전혀 없다. 이 문제를 극복하는데 도움이 되는 수단과 방법을 가리지 마라. 부모가 아이를 엄하게 다루게 되면 대개 아이는 부모에게 더 많은 애착과 사랑을 느낀다.

저는 저희 부모에게 반항하려고 일부러 아이를 버릇없게 키워요. 그만두어라. 당신의 감정이나 분한 마음을 풀어줄 수 있는 더 나은 방법을 써라. 치료나 부모들의 모임, 또는 다른 부모들과 친구들에게 당신의 감정을 공유해보는 건 어떤가. 당신의 어린 시절과의 의미 없는 싸움을 위해 당신 아이에게 필요한 것들을 희생시키지 마라.

저는 일에 매달려 있어요. 부모들이 직장에 있을 때는 일을 할 수 밖에 없다. 하지만 당신이 만약 심각한 일 중독자라면, 당신의 아이가 비싼 대가를 치러야 한다는 걸 알아라. 당신은 직장에서의 모든 일과 모든 사람들을 위해 시간을 내려 애쓴다. 회사에서와 똑같이 당신의 머리와 성실성을 아이 버릇을 고치고 육아를 위해 쓰도록 해라. 죽음을 앞둔 사람 중에 그 어느 누구도 일을 더 하지 못한 것만 후회하는 사람은 없다는 옛말을 기억해라.

아이의 자존심을 건드릴까 걱정돼요. 지금쯤 당신은 아마 내가 무슨 말을 할지 예상할 수 있을 것이다. 당신이 하는 다른 어떤 훈육들보다도, 당신이 아이를 제멋대로 하게 놔두는 것만큼 아이 자존심에 문제가 되는 건 없다.

저의 결혼생활에는 문제가 있어요. 도움을 받아라. 아이는 당신이 필요하다.

저는 혼자 아이를 키우고 있어요. 이것이야말로 힘든 문제다. 싱글 맘들은 혼자서 너무 많은 일들을 떠맡고 있다. 나는 “당신이 해야 하는 일이니 그냥 해라,”라는 식으로 말 하는 걸 정말 싫어한다. 비록 내가 당신에게 실질적으로 무엇을 어떻게 하고 어디서 더 많은 시간과 돈을 벌며 다른 도움의 손길을 구하려고 말해 줄 순 없지만 내가 해 줄 수 있는 말은, 결국 집안의 중심을 바로잡는 일이 당신의 가정생활을 더욱 견실하고 편안하며 행복하게 만들어 줄 것이다.

죄책감을 느껴요. 당신의 죄책감을 피하지 말고 과감히 맞서라. 그리고 그것을 더 쓸모 있게 활용해라. 죄책감이 든다고 해서 아이가 하자는 데로 다 하게끔 내버려두지 말고, 그 죄책감으로 아이 버릇을 잡는 일에 열정을 쏟도록 하여라. 그것이야말로 아이가 진정으로 원하는 것이다. 좋은 부모가 되어 주는 것만큼 좋은 해결책은 없다.

아이가 원하는 데로 해주면 저도 모르게 기분이 좋아져요. 어떤 부모들은 아이를 보살펴주고 아이에게 베풀어주지 못하게 되면 몹시 고통스러워하고 난감해한다. 그들이 아이의 응석을 다 받아주는 것은 그 고통을 줄여보려는 것이다. 이에 대해 돌이켜 보거나 글을 써보아라. 또는 다른 사람들이나 치료전문가와 이야기 해보아라.

저는 정말로 아이에게 인생을 즐기는 법을 가르쳐주고 싶어요. 아이에게 엄격하거나 관대하지 않은 가정에서 자란 많은 부모들은 그들이 한 번도 경험하지 못했던 방식으로 그들의 아이는 자기가 원하는 것을 찾아서 가질 때의 그 기쁨을 알게 해주고 싶어 한다. 정도가 너무 지나쳐 아이가 버릇없어지지 않는 한은 그것도 나쁘진 않다.

이러한 문제 중 어느 한 개에 대해서라도 치료사나 상담원과 이야기 해보면 그 문제를 이해하는데 도움이 될 것이다. 하지만 당신과 아이는 더 이상 잘못된 육아방식에 대해 당신이 가지고 있는 이유들을 하나하나 살펴볼 여유가 없다. 그 이유들은 시간이 흐를수록 당신의 인식 속에 깊고 그리고 멀리 박힐 수 있다. 치료전문가들을 만나 그러한 이유들에 대해 말해볼 수 있지만, 당신이 그렇게 하려고 마음먹었을 때 이미 아이는 다 커서 그 자리에 없을 수도 있다. 당신의 아이

는 어제처럼 이내 변화가 시작되는 조정이 필요하다. 아이 버릇을 잡는 일은 과거 일에 연연해할 문제가 아닌, 당신 아이의 미래에 집중해야 할 문제임을 명심해라.

그리고 우리가 앞서서도 말했듯이 부모들은 아이가 하고 싶어 하는 것과 필요한 것을 구분해야 한다. 아이들은 장난감이나 사탕을 굉장히 원할 수도 있다. 하지만 장난감이나 사탕은 반드시 필요한 것이 아니다. 아이들에게 필요한 것은 사랑과 격려 그리고 보살핌 같은 것이다. 아이들에 대한 사랑의 도가 지나친 부모들은 아이들에게 필요한 것들을 무심코 지나치게 될 정도로 아이들이 원하는 것들에만 맹목적으로 매달린다.

[아이 버릇을 잡는 일은 과거 일에 연연해할 문제가 아닌, 당신 아이의 미래에 집중해야 할 문제이다.]

예를 들어, 우리가 항상 아이가 찾는 물건만을 사준다면, 우리는 아이의 성장 과정에서 반드시 필요한 인내심을 배우고 바라는 것이라도 항상 다 가질 수는 없다는 걸 배울 수 있는 기회를 아이에게서 빼앗게 된다. 만약 아이가 바라고 희망한 대로 해주지 않아 아이를 실망시킨 적이 단 한 번도 없다면, 이는 우리가 아이에게서 좀 더 독립적이고 자기만족하며 자라날 기회를 박탈하는 것이다. 우리가 아이의 모든 문제에 재빨리 해결책을 제공해준다면, 우리는 아이가 자립심을 가지고 강인하게 성장할 필요성을 부인하는 것이다. 다시 말해, 우리는 아이들을 위해서 모든 것을 해줄 수 있지만, 그렇게 하면 우리가 아이들을 성인이 되어서도 세상과 잘 어울리지 못하게 만드는 것이다.

수머가 아이에게 하트모양 팬케이크를 만들어주고 도시락 속에 특별한 선물을 넣어주는 것처럼 부모들이 아이가 자신이 사랑받고 있고 특별하다고 느끼게 만드는 건 잘못된 일이 아니다. 아이들은 사랑받을 자격이 있고 그러한 부모들은 정상적이며 훌륭하다. 다정어린 관심은 아이들이 자신들은 마음 속 깊이 중요한 존재임을 알게 한다. 그리고 그러한 사실은 사람들이 자신을 이 세상에서 필요한 존재라고 생각 할 수 있는 진정한 확신을 갖게 해준다. 아이들이 기뻐하게 아이들을 요리하고 만드는 부모들은 칭찬받을 만하다. 수머가 자신의 아이들을

버릇없게 키운 것은 그녀가 아무리 아니라고 생각했어도, 그녀가 아무리 지쳐 힘
없고, 아무리 그녀의 돈이 바닥났어도, 아이에게 주지 않고는 못 견뎠기 때문이
다. 당신이 지금 도가 지나치다는 걸 당신 속으로 알고 있다.

앞으론 아이 버릇을 잡기가 점점 더 수월해 질 것이다. 당신은 전보다 더
능숙하고 쉽게 해 나갈 것이다. 당신 아이들을 실험하는 일은 점점 덜 하게 될
것이다.

아이를 키우는 일은 때로는 즐거움이고
때로는 게털라전이다.
-에드 애스너

14. 굴복하지 않기

당신은 아이의 버릇을 고치기 위한 일들을 아주 잘 해내고 있을 것이다. 이를 확실히 하기 위해서 다음의 퀴즈를 한번 풀어보자. 당신은 소아과에서 둘째아이 진료를 받은 뒤 집으로 향하고 있다. 그때 큰 아이가 어제 개업한 장난감가게에 멈춰 서서 장난감들을 둘러보며 동생이 아파서 병원 가는데 자기가 함께 와주었으니 장난감을 사줘야 한다고 당신한테 요구한다. 당신은 어떻게 말하겠는가?

- a. “좋은 생각이야! 어저께 우리가 왔을 땐 없었던 새로운 장난감들이 들어왔을 테니 한번 보도록 하자.”
- b. “물론이지. 동생이 치료받는데 5분이나 잘 기다려 줬으니 당연히 엄마가 그 정도는 해줄 수 있지.”
- c. 당신 지갑을 확인해 본 뒤 말한다. “그래, 좋아. 하지만 지금 엄마가 4만 원 뿐이 없네? 정말로 너 엄마가 돈 더 가지고 올 때까지 기다리기 싫으니?”
- d. “네가 그 말하길 기다리고 있었지”
- e. 위에서 말한 것 모두.

나는 당신에게 전하고자 하는 바를 확실히 하기 위해서 다섯 가지 터무니없는 반대 대답을 내놓았다. 아이를 버릇없게 키우고 버릇을 고칠 때 이전의 안 좋은 행동을 다시 하게 된다면 아주 심각한 문제를 가지고 올 수 있다는 사실을 나는 경험을 통해 잘 알 수 있었다. 다른 유능하고 똑똑한 부모들도 여러 가지 제한을 설정하려 노력은 하지만, 결국 그 제한들은 없어지고 만다. 당신이 이 퀴즈의 올

바른 정답을 잘 알아낼 수 있을 거라 생각한다. 정확한 정답은 없지만, 아마도 아이의 잘한 행동을 알아주고 한편으로는 아이가 잘했다고 해서 그에 따른 보상을 해줄 필요는 없는 걸 알아야 할 것이다. 예를 들면, 당신은 침착하게 아이들을 차로 데리고 가서 이렇게 말한다. “네가 검사 받는 것도 아니었는데, 병원에서 정말 잘 기다려 줘서 너무 고맙구나.”

당신의 육아보다(어쩌면 볼링도) 마무리가 중요한 데는 어디에도 없다. 앞에서 우리가 손이 한가하면 마음도 한가해 진다는 말에 대해 이야기 나눈 것처럼, 쓸데없는 위협은 자칫 위험할 수 있다. 쓸데없이 위협해서 좋은 게 무엇이 있는가? 그건 그저 큰소리 치고 허풍만 떠는 것이다. 우리가 만약 일을 끝까지 마무리 짓지 않은 채 끝내버린다면, 그건 마치 우리가 컴퓨터로 문서작업을 하고 저장하지 않는 것과 다름없다. 우리가 한 일을 저장하지 않는다면, 그 일은 원래 존재조차 하지 않았던 것처럼 사라진다.

[당신의 육아보다 마무리가 중요한 데는 어디에도 없다.]

당신이 칠일 동안 아이의 게임기를 압수했다면, 그 한주동안 아이는 조금이라도 게임기를 일찍 돌려받기 위해 노력하고 당신을 꼬드기려하고 아부도 하고 유혹도 하다가 위협을 하기도 할 것이다. 아이가 잘못을 뉘우친 것처럼 보일 수도 있다. 당신이 아이에게 저서 칠일 보다 일찍 장난감을 돌려주기는 얼마나 쉬운가. 하지만 그렇게 하지마라!

당신이 5일째 또는 6일째가 되어 아이에게 항복하게 된다면, 그건 아이에게 마지막 순간까지 무조건 할퀴고 굶으라고 가르쳐 주는 것이다(그리고 아이들이 그렇게 당신을 잡으려 안간힘쓰기 바쁠 때에는 보통 생각이나 반성을 많이 하지 않는다). 당신의 아이가 범죄를 저질러 최소 7일간의 형벌을 받았다고 해보자. 아이는 7일간의 형량을 반드시 치러야 한다. 당신이 아이에게 죄가 있다는 걸 정확히 알고 있다면, 아무리 아이가 소란스럽고 완강하게 그 벌을 안 받으려고 미친 듯이 발버둥 친다하더라도 다 소용없고 어쩔 수 없는 일이기에 쉽게 무시할 수 있을 것이다.

또한 게임기를 다시 돌려줄 때에는, 그 날 이후로 어떻게 행동해야 하는지 아

이에게 정확히 설명해주어라. 아이는 게임기를 다시 돌려받는 것을 그저 당연하게 여길 수 있다. 하지만 당신은 그런 아이를 바로 잡아주어라. 게임기는 특별할 때만 할 수 있는 것이고, 부모인 당신은 아이의 어떤 행동에 그런 특권을 줘야하는 지 알고 있다. 그리고 아이가 전과 같이 버릇없이 군다면, 망설이지 말고 지금까지 했던 일을 다시 반복해서 하여라. 그 과정은 어찌면 전보다 더 길어질 수 있다.

*전투를 하는 장군과 같이 당신의 다음공격을 계획해라. 전쟁터로 가기 전에
당신의 임무와 목표를 마음속에 그려놓아라.*

당신이 이미 눈치 챘듯이, 이제껏 나는 아이를 혼낼 때의 구체적인 시간 또는 나이를 언급하지 않았다. 그런 건 상황에 따라 항상 다르다. 어린 아이들일수록 몇 시간 또는 하루 동안의 짧은 시간 안에 가장 잘 배운다. 보통 취학 연령의 어린이들은 벌을 받은 후 자기 잘못을 후회하고 태도를 고치는 데에 그보다 더 긴 시간의 훈육이 필요하다. 하지만 가끔 예외도 있다. 어떤 십대들은 그저 당신이 눈살만 찌푸리는 걸로 충분할 때도 있으며, 어떤 유아들에게는 엘커트래즈(Alcatraz) 교도소와 같이 비상구도 하나 없는 부모의 아주 엄격한 훈육이 필요할 때도 있다.

무슨 물건이든지 당신이 빼앗고 나서 다시 돌려줄 때, 아이에게 점수 따려는 어떤 특별한 행동도 하지마라. 당신은 아이가 올바르게 자라는데 필요한 가르침을 주기위해 모든 어려움을 견뎌왔다. 아이를 사랑했기에 한 행동이다. 당신은 아이한테 빚진 게 없다. 그 모든 것들을 당신이 자꾸만 느끼는 죄책감과 권위 있는 부모가 된다는 것에 대한 불편함으로 한 번에 다 날려버리고 싶은가?

하지만 여기서 다시 한 번 아까 소아과를 나왔던 예를 생각해보자. 과연 어떻게 하면 아이가 병원에서 예의 바르게 잘 기다려준 것에 대해 제대로 보상해줄 수 있을까? 앞서서도 너무 자주 이야기했겠지만, 요즘 아이들이 저절로 참을성 없고 비협조적이며 고집스럽게 자란 것이 아니다. 그들의 부모들이 열심히 그런

식으로 자라게끔 교육시킨 결과다. 아무리 부모들이 자신도 모르게 무심코 그렇게 됐다고 말하고 원해서 한 일이 아니라고 해도 말이다(보통 대부분이 그렇다). 부모들은 지금의 이 상황을 자신들이 만들었다는 사실을 계속해서 유념하고 있어야 한다. 당신을 실망시키고 질책하려고 말하는 것이 아니라, 이루어지길 바라는 상황이 끝내 오지 않을 수 있거나 생각과 다를 수도 있다는 점을 강조하기 위해서 이다.

이는 당신이 아이의 잘한 행동을 어떻게 대할 지에 대해서 다시 생각하게 한다. 아이의 행동에 당신이 어떻게 보답해야 하는지 물어보기보다 당신은, “아이가 말 잘 듣고 더 잘하려고 노력하는 것을 알아주고 지지해주고 북돋아 주려면 제가 어떻게 해야 하나요?”라고 물어볼 것이다. 선물이나 상으로 아이에게 보상하는 것은 똑같은 문제만 만들고 당신이 변하길 바라는 현재의 상황만 그대로 유지시킬 뿐이다. 당신의 육아방식이 다소 반응적이고 무계획적이었다면, 아이가 볼 때 당신 육아의 일반적 형식은 아이의 행동을 비싼 돈으로 보상해주는 식이었을 것이다. 근본적으로 당신은 정확히 부적절한 타이밍에, 버릇없이 굴면 결국 부모가 원하는 상을 준다는 사실을 아이에게 가르치며 소중한 돈을 그동안 잘못 써온 것이다.

자, 이제 시나리오를 바꿔보자. 다루기 힘든 아이를 데리고 긴장하며 소아과로 들어가자 말고, 당신의 기대치를 높이고 아이가 당신이 바라는 것들에 대해 알게 해라. “동생이랑 엄마가 의사선생님 만나러 들어가 있을 동안 너는 조용히 앉아서 기다려줬음 좋겠어.” 그리고 나서, 시나리오에서처럼 아이가 잘 기다려주었다면, 당신이 기쁘다는 것을 아이가 알게 해라. “병원에서 엄마 힘들지 않게 네가 노력 많이 해줘서 너무 기쁘구나.” “생각보다 진찰이 오래 걸렸는데 기다리는 거 힘들지 않았어?” 또는 진료를 받고 온 동생에게 이렇게 말 해 줄 수도 있다. “네가 이런 언니의 어른스럽고 참을성 있는 점을 배웠으면 좋겠구나.” 끝까지 일을 마무리 짓는 것과 아이의 버릇을 고치기 위한 기준치를 설정하는 것은 이를 유지하는 것보다 더 많은 노력을 필요로 한다. 앞으로 며칠 그리고 몇 주가 지나면, 아이가 당신을 실험하는 일은 점점 줄어든다. 당신도 점점 능숙하게 무엇을

해야 할지를 알 수 있게 되고 아이버릇을 고치는데 당신만의 방법을 이끌어 내게 된다. 부모처럼 행동하고 바라보는 일이 당신에게 아주 쉽고 자연스러워 질 것이다.

하지만 아무것도 되는 것 없고, 당신의 새로운 훈육에 대한 이해와 능력이 모두 실패한 것같이 느껴지는 날이 온다 하더라도 절망하지 마라. 그런 날이 오면 훈육의 힘을 약간 빼거나 아예 하지 마라. 그 하루 동안, 훈육하는 일을 접는 것도 괜찮다. 자책하거나 당신의 진전을 의심하려 하지마라. 억지로 싸워보려 하지 말고 재충전할 시간을 갖거나, 적어도 손해는 보지 않도록 한발 물러서라. 기회는 언제나 또 있다.

[재충전할 시간을 가져라.]

이러한 상황들을 앞으로 일어날 두려운 재앙처럼 생각하지 말고, 성공을 위한 잠재적 기회라고 생각하여라.

아이를 갖겠다고 마음먹는 것은 정말 중대한 결정이다.

그것은 당신의 심장이 평생 몸 밖에서
돌아다니도록 허락하는 것이다.

-엘리자베스 스톤

15. 자연적 결과 감안하기

단어에서 알 수 있듯이 자연적 결과란, 예기치 않은 중재가 있는 경우를 제외하고는 자연스럽게 일어나는 결과들을 말한다. 예를 들면, 비가 내리면 땅이 젖는다. 건전지를 갈아 끼우지 않으면 손전등은 꺼질 것이다. 어린 시절과 청소년기에 있어서 이 자연적 결과는 무한한 가능성의 세계가 될 수 있다.

12살짜리 남자아이가 모자와 장갑을 끼기 싫다고 안 끼면, 밖에서 스케이트 탈 때 손이 시리게 된다.

중학교 2학년 여자아이가 프랑스어 퀴즈공부를 안하면, 낙제하거나 낮은 점수를 받게 된다.

일찍 일어나지 않으면 중학교 1학년 아이는 도시락을 까먹은 채 서둘러 학교로 가게 되고, 그날 점심은 굶게 된다.

아이가 영화 시작도 전에 팝콘을 다 먹어버리게 되면, 다른 사람들이 다 팝콘 먹으면서 영화 볼 때 혼자만 가만히 영화만 봐야 한다.

아이가 화가 나서 아빠 망치로 새로 산 노란색 굴착기 장난감을 내려치면, 그 장난감은 찌그러지고 망가진다.

5학년 아이가 자신의 비싼 BMX자전거가 얼마큼의 충격을 견딜 수 있는지 알아보려고 막 뛰어내리면서 타면 끝내 자전거가 고장 난다.

자연적 결과의 핵심은 간단하다. 모든 부모들은 그저 방해만 하지 않으면 된다. 쉽게 들릴지 모르겠지만 쉽지 않다. 대부분의 부모들에게는 이러한 아이들의

행동에 따라 발생하는 자연적 결과로부터 자신의 아이들을 지키고자 하는 통제하기 힘든 본능이 있다. 예를 들자면, 내가 엄청 소리치고 나무라긴 했지만, 나도 아이가 까먹고 안 가져간 도시락을 학교로 가져다주고, 내가 남겨놓은 팝콘을 나누어 먹거나 장난감트럭이나 자전거를 고쳐줌으로써 그러한 자연적 결과들을 모두 무효로 만들었다.

내가 한 일이 부모들이 이해하기엔 쉬울지 몰라도, 내 아이들에게는 큰 해를 끼쳤다. 지금은 다 자란 나의 아이들이 내가 그렇게 해주 왔던 것이 그들에게 어떤 영향을 끼쳤는지 처음으로 확인시켜줄 것이며, 그들은 쉽게 내가 늘 그들의 것들을 대신 해주었던 것 보다는 좀 다른 식으로 해주었으면 좋았을 거라고 말할 수도 있다. 도대체 왜 아이들을 나에게 대해 그렇게 생각하고 아이들이 자신들의 행동에 대해 책임을 지게 내버려두게 해야 했던 이유가 과연 무엇이기에 나를 이토록 불안하게 만드는 걸까? 내가 두려워했던 게 뭘까? 아이들이 실패하게 되는 거? 그게 나에게도 영향을 줄까봐? 아니면 어쨌든, 아빠인 나의 지속적인 도움 없이도 아이들이 알아서 잘 인생사는 법을 터득하는 게 두려워서?

아이가 자기 행동에 대한 자연적 결과를 경험할 수 있도록 내버려두지 않는다면, 아이 인생에서 주요한 학습 메커니즘일 수도 있는 것을 당신이 빼앗는 것이다.

아이들이 위험에 처하지 않는 한, 그들이 만든 상황에 알아서 대처하게 내버려둬라. 아이가 나이를 먹고 바깥세상과 문제가 생길수록 당신은 무슨 보디가드나 수호천사처럼 아이 옆에서 항상 함께해 주고 싶을지도 모른다. 그런 소망을 우리 모두 이해한다. 그러나 스스로에게 한번 물어보자. “우리 아이가 인생을 대처하는 법을 배우지 않으면 어떻게 강하게 성장 할 수 있을까?”

아이가 선생님한테 혼이 난 상황을 생각해보자. 내 부모님은 아마 나에게 무엇을 잘못했는지 물어보신 후 재빨리 왜 그것들이 잘못됐는지 말씀해주셨을 것이다. 다소 가혹하고 냉담하게 들릴 수 있다. 하지만, 어떻게 보면 부모님들이 나의 학교생활에 지나치게 관여하지 않으신 것은, 내가 스스로 나의 삶을 이끌어 갈

수 있는 힘과 수단이 있다고 믿고 계셨기 때문일 것이다.

약간 불만족스런 아이들이 자신들의 부모가 선생님 앞에서 자기를 두둔하고 학교에 변호사를 데리고 달려오는 걸 볼 때 얻는 메시지는 과연 무엇일까? 그런 행동은 아이들의 능력강화를 방해할 수 있으며 그들이 자신들의 책임을 피해 빠져나오게 한다. 우리가 아이들의 숙제를 한다. 우리는 아이들을 위해 학교에서의 귀찮은 일도 마다하지 않는다. 우리는 아이들의 잡일을 해주고 아이가 영화 보러 가는데 돈을 주기로 약속한다. 다음 달 용돈으로 장난감을 살 수 있게 하고 절대 다시 돈을 받지 않는다. 우리 아이에게 책임을 지우게 하려는 것 같이 보이는 코치들과 다른 어른들을 저지하고 헐뜯는다. 만약 우리의 목표가 아이가 책임감 있고 유능하게 세상으로 나가지 못하게 하는 거라면, 그냥 아이들의 팔과 다리를 절단해 버리면 되지 않을까?

자연적 결과와 인위적 결과를 비교해보자. 한 아이가 교회에서 못된 짓을 했다. 그 부모는 집으로 와서 아이의 컴퓨터 게임을 제거한다. 비록 그 결과가 아이의 행동에 인한 것이라 해도, 그 부모가 집짓기 블록이나 생일파티 또는 아이가 원하는 다른 어떤 것을 빼앗는 것도 괜찮을 뻔 했기에 그 연결은 자연적인 게 아니다. 자연적 결과는 아이의 행동으로 인한 실효를 말한다. 아이가 불만스러워 하며 비디오 게임기를 부러뜨리면, 그에 따른 자연적 결과는 더 이상 비디오 게임을 이제 못하는 것이다.

자연적 결과는 세상에서 가장 이해가 완벽하게 되고 확고함으로 하거나 윗사람으로부터 받는 가혹한 벌이 아니기 때문에 효력이 높은 것이다. 자연적 결과들은 정확하게 인생이 어떻게 흘러가고 작동되는지 보여준다. 부모들이 무작위로 또는 제멋대로 그 결과를 고르지 않으므로 아이가 탓할 수 있는 중재자가 없다. 만일 어른이 없다면, 아이는 계속해서 같은 결과만 겪게 되었을 것이다. 그 결과는 의심할 여지없이 아이가 한 (또는 하지 않은) 행동에 따른 것이며 그 행동에 비례한 것이다.

때때로 부모들이 아이가 이런 자연적 결과를 거치도록 그대로 두는 건 비현실적이다. 두 살배기 아이가 부츠를 잃어버리면, 부모는 아이가 비나 눈이 오는 날

나가도 젓지 않게 새 부츠를 사줄 것이다. 만약 아이가 화나서 문진을 자기 침실 창문 밖으로 던진다면, 부모는 깨진 창문을 통해 찬바람이라도 들어올까 그 방 창문을 고쳐줄 것이다. 당신의 10대 아이가 건강에 해로운 무슨 짓을 한다면, 당신은 당연히 개입을 할 수 밖에 없을 것이다. 부모들은 아이의 나이와 발달 수준 그리고 맥락과 상황을 고려해야 한다. 이는 유리창을 깨뜨린 것에 대한 다른 종류의 인위적인 결과들로 대처해 주라는 말이다.

부모들은 또한 자연적 결과가 이해되는 상황일 때도 판단을 정말 잘해야 한다. 예를 들자면, 어린아이가 아이스크림콘을 가만히 잡고 있었는데 한 아이가 뛰어와 아이와 부딪쳤다. 그러자 콘이 기울어져 위에 아이스크림이 땅에 툭하고 떨어졌다. 아이의 부모가 다시 아이스크림을 사주는 건 당연한 일이다. 하지만 부모의 경고에도 불구하고 아이스크림을 쥐고 흔들며 마구 미끄럼틀을 타는 5살 아이한테도 똑같이 해주어야 할까?

근면한 4학년 아이가 내일까지 해야 하는 프로젝트를 끝내기 위해 안간힘을 쓰고 있다. 아이는 자주 있는 일이 아닌 멀리서 하는 가족 모임으로 인해 계획대로 숙제를 할 수가 없었다. 아이가 서둘러서 프로젝트를 끝내려 하다가 그만 잘못해서 망쳐버리고 말았다. 그 아이의 부모는 아마도 아이에게 좀 쉬라고 하며 선생님께 하루만 더 시간을 줄 수 없는지 물어봐주겠다고 말할 것이다. 그러나 텔레비전을 보고 컴퓨터 게임을 하느라 단 한 번도 학교 공부를 제대로 한적 없는 아이에게 과연 부모가 똑같이 그렇게 해줘도 될까?

아이의 일에 개입하거나 도와줘야 하는 타당한 이유가 없다면 하지마라. 자연적 결과의 미는 바로 아이가 그 결과로 인해 화가 나서 소리치고 쿵쿵거릴 수 있더라도, 부모들을 그 문제 밖으로 완전히 제외시켜 준다는 것이다. 물론 부모가 억지로 끼어들려하지 않는 이상에서 말이다.

부모들은 평생 동안 자신들의 아이들이 좌절하지 않게, 실망하지 않게, 그들로 인해 혹시나 피해가지 않게 하루 24시간 내내 지킬 수도 있다. 그러나 그러한 행동들이 과연 어떤 대가와 어떤 메시지를 가져다줄까? 아이가 너무 약하고 무능해서 평생 보살핌을 받아야 하는 거? 자연적 결과를 아이를 키울 때 당신에게

유익한 도움을 가져다주는 거대한 선물로 그냥 받아들이는 법을 배워라. 자연적 결과는 부모들이 아이들은 생각보다 훨씬 강하고, 씩씩하며 회복력이 빠르다는 사실을 알게 해준다. 또한, 그로 인해 부모들이 다소 불편한 감정들을 아이가 어느 정도 감당해도 괜찮다는 걸 알게 되기 때문에, 육아를 한결 편하게 해주며 부모들이 느끼고 있는 책임감에 대한 부담도 덜어준다. 궁극적으로, 자연적 결과들은 부모들이 아이에게 너무 많은 간섭을 하지 않게 해줌으로써, 아이의 삶을 더 낫고 가능성 있게 해 줄 좋은 기회들을 부모가 막는 일을 없게 해준다.

우리의 행동에는 항상 결과가 따른다. 삶이 만약 배움을 위한 것이고 부모들의 역할은 아이들이 세상을 살아나갈 수 있게 잘 준비시켜 주는 거라면, 부모의 사랑과 부모가 지켜보는 가운데 아이들이 자신의 행동에 대한 자연적 결과를 받아들이게 해주는 것만큼 적절하고 효과적이며 인간적인 방법이 있을까?

[부모들은 평생 동안 자신들의 아이들이 좌절하지 않게, 실망하지 않게, 그들로 인해 혹시나 피해가지 않게 하루 24시간 내내 지킬 수도 있다. 하지만 그 대가는?]

비록 아이가 자신의 행동으로 인한 자연적 결과의 대가를 치르지 않으려고 당신에게 안간힘을 쓰고 매달리는 걸 당신이 외면하는 순간에도, 아이가 겪는 어려움을 함께 공감하여라.

내가 어렸을 때 우리 집 메뉴는 딱 두 가지였다.

먹든지, 말든지.

-버디 해킷

16. 거래하지 않기

당신 머릿속에는 불신이 아주 단단히 자리 잡고 있을 수 있다. 아이는 고의적으로 말썽을 일으켜 당신을 괴롭힌다. 암살범이나 다른 것 같이는 아니어도, 어떤 면에서 보면 아이가 당신가족에게 피해를 입힐 수 있다. 아이는 원하는 것을 갖기 위해 자신의 모든 속임수를 쓰는 것 외에 달리 가지고 있는 수단이 아마 없을 것이다. 당신의 아이가 무엇을 원하는지 생각해보면 그건 아마도 아이가 심리적으로나 성장과정에서 반드시 필요한 것이 아닌 아이가 무의식적으로 갈망하는 것일 수 있다. 하지만 그럼에도 불구하고 아이는 그것을 선호할 것이다. 아이도 어쩔 수 없다. 아직 어린아이에 불과하다. 우리는 지난 11장에서 이 문제에 대해 다루기 시작했다. 그리고 이제 당신은 아마도 전보다는 덜 당신 입장을 아이에게 설명하고 있을 것이다. 하지만 아이의 욕구와 계속해서 밀어붙이고 협상하려는 재주는 좀처럼 사라지지 않을 것이다.

아이가 계산대에서 자기가 원하는 걸 얻기 위해 머리 쓰는 장면을 떠올려봐라. “제발, 제발, 나 빨간색 저거 사줘, 응?” “한번만, 진짜 오늘 말 잘 들을게.” “내가 엄마 설거지하는 거 도와줄게.” “다른 건 사달라고 절대 안할게.” “내가 모은 돈에서 2만원 정말로 꺼내줄게.”

그동안 당신이 얼마나 많이 이런 시나리오에 당하고, 얼마나 많이 아이가 자기가 당신에게 말 잘 들겠다, 도와주겠다, 다른 건 더 이상 원하지 않겠다고 약속한 것들을 어겨왔는지 상관없이, 당신이 아이를 받아주는 한 아이는 계속해서 당신과 협상하는 일에 도가 트고 당신은 약해만 질 것이다. 슬프겠지만 결론은, 그렇게 함으로써 당신은 아이에게 필요한 욕구나 훈육을 제대로 지지하지 못하

는 나약한 사람이 된다는 것이다.

자, 그럼 어떻게 해야 아이의 게임에 놀아나지 않을 수 있을까? 간단하게 대답하자면, 당신을 할 수 없다. 당신이 아이와 정면 대결을 벌여서 이기는 건, 당신이 라스베이거스에 가서 블랙잭을 해서 이길 때 보다 더 이길 확률이 적다. 아이는 잠들 때 까지 조금만 더 책을 읽어 달라 요구하고, 당신도 모르는 사이에 뒤통수를 쳐서 더 이상 당신이 거절할 수 없게 할 것이다. “내가 디저트도 더 못 먹고 게임도 한판 더 못하게 지금 들어가서 자야한다면, 흠, 그럼 불끄기 전에, 엄마가 나 등 좀 쓰다듬어 주고 책도 두 권 읽어줘.” 조금만 더 놀아달라고 애원하는 순진한 모습으로 시작한 것은 아이의 최종적인 요구를 내세운 최후통첩으로 변한다. “30분? 아니면 40분 더? 어떻게 할 거야?”

[당신이 아이와 정면 대결을 벌여서 이기는 건, 당신이 라스베이거스에 가서 블랙잭을 해서 이길 때 보다 더 이길 확률이 적다.]

예들 들어, 당신이 지금 운전을 하고 마트에 가고 있다고 하자. 주차 할 때쯤 아이는 자기가 좋아하는 쿠키를 살 수 있나 먼저 물어보았고, 당신은 “그렇게 하렴,”이라고 대답했다고 치자. 여기까진 아무문제 없다. 우리도 다 겪어 본 일이다. 하지만 가게 안으로 들어가자 아이는 이내 곧 아이스크림과 사탕을 요구하더니, 졸졸 계속 따라다니며 당신이 하는 쇼핑을 가지고 이것저것 따지려 한다. 그 상황은 과연 어떤 걸까?

“왜 사탕이 안 되는데?”

그건 엄마가 벌써...

“그래도...”

엄마 이제 다시 말 안할 거야.

“어째서?”

엄마는 이미 한번 말했고 그래서 엄마는...

“벤은 사줘놓고선...”

엄마가 쿠키 사주자나. 확실히 말하면, 엄마가 두 가지 다른 종류 쿠키로 고르게 해줬지.

“그래도 벤은 재가 좋아하는 아이스크림 그냥 사줬으면서, 왜 내꺼는...”

엄마 다시 말하기 싫다니까. 쇼핑하는 내내 그 말만 계속 듣기 싫어...

“그래도 엄마만 들을까면서...”

부모는 어떻게 해야 할까? 이런 식의 논리에서 어떻게 이길까? 다음의 예처럼, 협상을 거절해라.

“이 아이스크림 사도 돼?”

엄마가 쿠키 사준다 했지.

“그래도...”

엄마는 침착하게 쿠키가 있는 통로로 가서 골랐던 쿠키를 다시 제자리에 갖다 놓고 계산대로 향한다.

쉽지 않은가?

그렇다. 그렇게 하면, 아이가 한바탕 성질을 심하게 부릴 것에 대해선 내가 말하지 않았다. 아이는 카트에 있는 물건을 다 던지고, 계산대에서 상상도 할 수 없게 소란을 피울 것이다. 엄마는 다시는 그 가게로 쇼핑오지 않겠다고 말해야 하는 그런 수모를 당하며 아이를 데리고 가게 밖으로 나가기 위해 몸부림 쳐야 할 것이다. 그럼 과연 계속 아이가 사탕을 가지고 들볶을 때 그 엄마가 어떻게 했어야 했을까? 즉시 쿠키를 반납하고 더 빨리 그 자리를 떠났었다면 더 좋다. 그리고 왜 그 엄마가 쿠키를 하나만 사준다 해놓고 아이에게 두 가지 종류의 쿠키를 고르게 했는지에 대해 당신 물어보는 것도 일리 있다.

아이와 거래하지 않는 법을 배움으로써, 당신은 육아를 위한 에너지와 시간을 훨씬 아낄 수 있으며 좌절하거나 화내는 일을 모면할 수 있을 것이다.

부모가 제한을 정할 때마다 아이에게 경고할 필요가 없다는 점을 기억해라. 그렇게 하면 오히려 역효과를 낼 수 있으며 아이에게 마지막 순간에 그 제한을 바꾸는 법을 거의 가르쳐주는 것과 같다. 이미 정해진 제한들을 가지고 아이들이 싸우려하는 순간에도, 대부분의 아이들은 왜 부모가 그렇게 했는지 이해하고 있

다.

마트에서 살 물건을 고르는 엄마의 의사 결정에 아이가 주체넘게 자기의견을 주장할 때는 어떻게 할까? 아이의 엄마는 아이가 따지고 도는 것을 다른 흥미로운 대화로 바꿔보려 할지도 모른다. 하지만, 정말로, 아이가 그렇게 모든 것을 결정하고 자기 엄마를 비난하게 내버려두어도 될까?

그 엄마는 집에 가서 아이를 혼내야 했을까? 그럴 필요 없다. 쿠키 없이 가게를 나오는 것이 아이에게 가르침을 주는 충분히 결과이다. 하지만 또한 그 엄마는 아이가 쇼핑을 엉망으로 만든 그 무례함의 대가로 아이가 가고 싶어 하는 다음 장소에 아이를 데려가지 않는 쪽으로 결정 할 수도 있다.

어떤 사람은 아이와 엄마 둘 다 편하게 그냥 그 엄마가 아이를 데리고 가자고 혼자 쇼핑하러 갔으면 좋았을 거라고 생각할 수 있다. 난 조금도 그렇게 생각하지 않는다. 비록 힘들지만 이러한 경험들은 부모와 아이 둘에게 모두 삶에서 필요한 기술을 배우고 쌓을 수 있는 기회가 된다.

부모들이 거래를 하다는 건 나약함의 증거이다. 그들은 마치 자신들이 만약 그렇게 하지 않으면 그 물건을 팔 수 없을 것 같은 느낌을 갖는다. 하지만 육아가 무슨 판매기술 같이 되면 절대로 안 된다. 당신이 차를 살 때 연루되는 일들을 생각해보자. 그리고 그러한 원칙들이 당신이 사랑하는 아이와의 유대감 형성을 위한 것인지, 아이를 위한 최선의 것인지, 아이가 어른으로서 삶을 살아가는데 도움이 될 수 있는 것인지 스스로에게 물어보아라.

[부모들이 거래를 하다는 건 나약함의 증거이다.]

나는 아이들이 도가 지나치다고 말하는 게 아니다. 나는 우리가 아이들을 협상하기 좋아하는 사람으로 키우게 되면, 아이들에게 어떠한 것도 공짜로 내주지 않는 법을 가르쳐주는 것이라고 말하는 것이다. “내가 마트에서 도와주면, 얼마 줄 건데?” “내가 나뭇잎 지워줬으니까, 나한테 만이천원 줘야해.” “내가 숙제하길 원하면, 당연히 엄마도 나한테 그에 따른 보답이나 상 같은 걸 줘야지.” 던기 힘들고 말도 안 되는 소리처럼 들리겠지만, 이런 일은 늘 일어나고 효과도 있다. 부모들은 말이나 행동으로 동의해준다. 아이가 한번 문을 열어주고 나서 돈을 받

으면, 항상 돈을 받고 싶어 한다.

가끔 아이는 협상하는 그 자체를 위해 살기도 한다. 어떤 아이들은 부모와 주거나 받거나 하는 게 재밌어서 거래를 하고 싶어 한다. 또 다른 아이들은 협상할 때가 부모의 가장 많은 관심을 받는 시간이며, 우리가 전에 말한 바와 같이, 이들은 관심을 아예 받지 않는 것 보다는 안 좋은 관심이라도 받고 싶어 한다. 실제로 협상을 하기 위해서는 많은 관심이 필요하다.

해결책은 아이에게 관심을 주는 더 나은 방안을 찾는 것이다. “이 문제에 대해서 이제 너랑 말장난은 그만할 거야. 엄마랑 같이 게임하고 싶으면, 먼저 네 할 일 먼저 다 해. 그래야 해줄 거야. 놀 준비 다 되면 바로 엄마한테 말하렴.” 이렇게 하면 효과가 있을 수 있다. 여기서 잊지 말아야 할 것은 아이가 할 일을 마치고, 당신의 기대에 만족시키고, 놀 준비가 됐을 때 바로 당신이 하던 일을 멈춰야 한다.

아이와 거래하지 않고 육아를 하다보면, 솔직하고 직접적이며 명확한 기대치를 갖게 된다. 제한과 벌을 정하고 아이를 훈육할 때도 마찬가지다. 물론, 많은 사랑도 갖게 된다. 짧은 시간에 아이들의 존경을 얻고, 만족스럽고 책임감 있으며 감사할 줄 아는 아이들로 키울 수 있는 길은 없다.

아이가 무언가를 갖고 싶어 하고 싸움에서 이기고 싶어 하는 만큼, 당신도 아이의 태도와 행동을 바로잡고 싶다고 생각하는 법을 배워라. 그렇게 하면, 필요한 일을 할 수 있게 당신을 자극해 줄 것이다.

뷔페의 모든 음식을 안 먹어도 배가 부르는 것처럼, 아이도
당신이 줄 수 있는 모든 것을 다 가질 필요는 없다.
-프랭크 클락

17. 덜 사주기

“당신이 아이의 크리스마스를 너무 지나치게 챙겨줬음을 보여주는 열 가지 증거”라는 목록이 있다고 상상해보자. 그것은 아마 이렇게 생겼을 것이다.

10. 티파니 보석 전문점에서 이번 세계 150년 다이아몬드 전시회의 전시품으로 아이의 새 목걸이를 빌려 달라고 요청했다.
 9. 당신의 신용카드 마일리지가 일본을 왕복으로 충분히 다녀 올 수 있을 만큼 쌓였다.
 8. 유명한 음악가 로리 버크너(Laurie Berkner)가 당신의 집 소파에 혹시 기타 튜너를 놓고 갔냐며 전화를 했다.
 7. 당신의 딸은 새 애완동물을 너무 좋아하지만, 2월 달인 지금도 당신의 새 말은 아직도 지붕이 없이 살고 있다.
 6. 산타가 당신에게 연료비와 중량초과할증료 청구서를 보냈다.
 5. 장난감 회사 Toys “R” Us가 당신을 위해 회사 이름을 Toys “R” You!로 바꿨다.
 4. MIT대학 로봇실험실에서 자꾸 자기네 사이버 스파이의 시제품을 다시 돌려달라고 한다.
 3. 당신이 UPS배달원의 탈장수술비를 대고 있다.
 2. 크리스마스 트리는 아주 멋지고 선물들은 넘쳐흐르지만, 당신은 지금 그것들을 들여놓을 집이 없다.
- 그리고 당신이 휴일마다 아이에게 지나치게 해줬다는 증거 넘버원 [두구두구~]

1. 당신이 어떻게 해줘도, 아이들은 불평하고 못마땅해 한다!

당신도 알다시피 마지막 줄은 종종 사실이다. 크리스마스가 지나고 일주일 뒤에 쇼핑몰을 걸어 다니면, 당신이 듣는 거라곤 아이가 물건사달라고 하는 소리뿐이다. 나는 이 모든 것들에 인간의 기본원칙이 있다고 굳게 믿는다. 그건 마치 공휴일법 같은 것이다. 아이가 12월에 더 많이 받을수록, 아이는 1월에 더 적게 받은 기억만 할 것이다.

오늘의 크리스마스선물이 어제의 메인선물로 되버리는 걸 한번 생각해봐라.

1940: “오, 탁구공이랑 초콜릿 사탕이다(10원짜리 크기).”

1963: “오, 탁구대세트랑 초콜릿 사탕들이다(영화관 크기).”

2010: “오, 작은 파란색 벨벳가방 안에 조그마한 파란 벨벳상자 좀 봐. 상자 속엔 초콜릿사탕모양 은고리가 달린 반짝거리는 은팔찌가 들어있네? 근데 이 작고 네모난 초크들은 뭐지?” 그러자 부모는 웃으며 그 초크는 345kg의 전문가용 당구대에 대한 힌트이며, 다음 주에 부가품인 푸즈볼과 탁구대와 함께 배달될거라고 말한다. 그건 바로, 크레인으로 그 당구대를 끌어올려 부엌 쪽으로 집어넣으려고 바깥 창문을 뜯어야 할 때를 말한다. “하지만 걱정하지 마렴,” 부모는 아이들에게 장담한다. “진짜 선물은 따로 있단다. 이걸 그냥 우리가족을 위한 작은 것에 불과해.”

[아이가 12월에 더 많이 받을수록, 아이는 1월에 더 적게 받은 기억만 할 것이다.]

이제는 다운사이징 할 때다. 수많은 육아잡지에서 아이의 파티를 할 때 없어도 아무지장 없다는 목록들에 대해 다룬 글들을 읽은 적이 있다. 비엔나에 있는 스페인 승마학교에서 온 리파차너 종의 조랑말, 링링 브라더스 서커스나 드라리온에 속해있는 전문 광대 고용, 블루노트 소속 아티스트가 연주하는 재즈버전의 엄마거위(Mother Goose)동요, 지역 상원 의원이나 의회대표자가 읽어주는 국회의원으로부터 온 아이 생일축하 성명서. 솔직히 말해, 촛불이 켜진 6가지 코스 요리로 된 출장부페음식도 없으면 더욱 좋다.

왜 부모들이 손수 만든 케이크를 가지고 집에서 생일파티를 하는 게 충분치 않다고 느끼게 된 걸까? 이에 대한 대답은 간단하지 않은 것 같다. 어떤 부모들의 경우는 그냥 점점 더 많이 해줄수록, 작년 생일파티만큼은 또는 그 보다는 더 많이 해주고 싶어지기 때문이다. 많은 부모들은 일하느라 너무 바빠 그렇게 해줄 힘이 없거나 집에서 소박하게 파티를 열어주는데 흥미를 느끼지 못한다. 또 다른 부모들은 자신이 만들거나 하는 게 별로 완벽하지 못할 거라 생각한다. 그리고 어떤 아이들은 자기들의 파티가 이리이러한 정도는 됐으면 좋겠다고 요구한다.

부모들은 이 모든 것에 대한 부담이 자꾸 쌓이지만, 아이들은 자기네들끼리 어떻게 놀고 다른 애들이랑은 어떻게 놀며 어떻게 하면 야외에서 재밌을 수 있을지 등을 생각하느라 다른 것들은 기억할 시간이 없다. 나는 장난감 명예의 전당(National Toy Hall of Fame)에 나무막대기가 선택됐다는 글을 읽고 굉장히 기뻐했다. 위원회는 “막대기의 다목적성과 자연성 그리고 돈 주고 살 필요가 없다는 점”을 높이 샀으며, 막대기는 그 자체 그대로를 가지고 놀 수도 있지만, 아이의 상상력을 통해 완전히 다른 모습으로 바뀔 수 있다”고 말했다. 나는 부모들이 단지 시간이 없어서 그냥 가게로 뛰어 들어가 자연에서 찾을 수 있는 막대기들보다 훨씬 좋은 비싸고 대량 생산된 막대기를 사는 것이라 생각하지 않는다.

당신이 아이에게 너무 많이 주고 있는 건지 확실히 모르겠다면 한번 확인해보도록 해라. 작은 가게부를 써보던지 아니면 당신의 컴퓨터에 스프레드시트를 만들어보아라. 앞으로 7일 동안, 단 10원도 놓치지 말고 아이에게 쓴 비용을 적어라. 장난감들뿐만 아니라, 입장료, 스포츠용품비와 운동비, 선물, 별도 간식비, 기사비, 학교용품과 옷, 음악 수업비, 컴퓨터용품비 모두 다 포함시켜라. 지갑을 빼 신용카드나 수표를 꺼낼 때마다 스스로에게 그 돈이 아이를 위한 건지 물어라. 만약 그렇다면, 총계를 내라. 모든 비용들을 하나로 묶어서 그리고 유형별로 합산하여라. 무슨 생각이 드는가? 당신은 분명히 생각했던 것보다 훨씬 더 많이 나왔다고 느꼈을 것이다.

가족여행 또한 저렴하고 예산에 맞춘 여행과 거리가 멀다고 생각하지 않도록 해

라. 당신이 가족여행을 다녀온 몇 달 전부터 끊임없이 나오고 있는 여행에서 낭비한 신용카드 대금만큼 당신을 아프게 하는 것은 거의 없다.

자, 그렇다면 아이에게 돈을 덜 쓸 수 있는 비결은 무엇일까? 첫째, 지갑을 여는 횟수를 줄이고, 만약 열어야 할 때는 돈을 좀 더 적게 꺼내라. 둘째, 아이가 당신 지갑을 꺼내 돈을 빼지 못하게 하라. 셋째, 신용카드사용을 줄여라. 신용카드는 근본적으로 지갑의 돈을 쓰는 것과 같지만, 한 가지 다른 점은 월말에 카드값을 상환하는 것이다. 물론, 당신이 과산해서 낼 필요가 없는 경우는 제외하고 말이다. 만세!

내가 하는 말이 너무 단순하고 때 지난 이야기처럼 들릴 수도 있다. 하지만 이는 문제에 있어서 상당히 중요한 말이다. 당신이 아이에게 돈을 덜 쓰게 된다면, 구체적으로 말해서 아이는 훨씬 덜 버릇없어질 수 있다. 그리고 소비를 줄이는 이 단순한 행동이 아이의 버릇을 고치는데 다른 많은 상당한 이익을 가져다 줄 것이다. 예를 들면, 당신은 운전을 하거나 돈을 쓰려고 인터넷 검색하는 시간을 줄일 수 있다. 당신과 아이는 물건을 사고 반환하는 것 보다 다른 것을 하는데 시간을 더 활용할 수 있게 된다. 쇼핑 몰에 가는 대신 숲 속을 걷거나 공원으로 자전거 타러 나갈 수도 있다. 소비를 줄이고 당신의 예산에 맞추게 되면, 당신이 받는 스트레스까지도 줄어들 수 있을 것이다. 비록 지출을 줄이는 것이 아이 버릇을 잡는 특효약은 아닐 지라도, 당신이 가지고 있는 무기들 중 가장 강력한 무기가 될 것이다.

당연히 아이가 당신의 검소함에 강하게 저항하는 걸 감당하는 일은 만만치 않을 수 있다. 그리고 당신은 이에 대해 그냥 아이를 나무랄 수 없다. 수잔 린의 책 『돈 많이 드는 아이들(Consuming Kids)』에 따르면, 매년 아이들은 180억 달러가 넘는 돈을 쓰고, 총 6000억 달러가 넘는 소비에 직접적인 영향을 끼치며, 약 4만 편의 상업 광고들을 시청한다. 게다가, 8세 이상의 아이들 중 65%가 자기 방에 텔레비전을 가지고 있다. 아이들 광고효과 전문가인 린은 심지어 어린 아기들까지 말을 배우기만 하면 바로 브랜드 명을 댄다고 말했다. 이는 아이들이

현재 봉착하고 있는 문제이고, 다시 말하면 그들의 부모들 또한 겪고 있는 문제이기도 하다.

그리고 당신의 어린 아이가 돈이 어디서 저절로 생긴다고 생각하더라도, 신경 쓰지 마라. 두 살배기 아이가 그렇지 않다는 사실을 이미 알고 있다하더라도, 아이는 당신을 비웃기만 할 것이다. 돈은, 현금지급기에서 나오는 것이지 하늘에서 똑 하고 떨어지는 게 아니다. 당신이 특히 공휴일기간에 쇼핑하러 갈 때 생각해 볼 몇 가지들에 대해 이야기해보자.

[오늘과 내일 아이에게 너무 많이 주는 것은, 아이가 다채롭고 성공적이며 성취감을 느끼며 살아갈 수 있도록 해주는 인내심, 만족감, 신중함 등과 같은 더 귀하고 심오한 선물들을 아이들에게서 빼앗는 것과 같다.]

당신의 예산에 맞춰라. 당신이 선물을 살 여유가 있는지 알아봐라. 당신의 재정 상태를 현실적이고 공정하게 바라보아라. 어떤 선물을 줄때의 가장 기본적인 원칙은 바로 당신에게 재정적인 피해가 가지 않도록 하는 것이다.

절제해라. 풍년이 있으면 흉년도 있는 법이다. 미래에 돌려받지 못 할 돈은 쓰지 않도록 하자. 내일이 되면, 분명히 또 다른 지출과 필요한 물건들이 생긴다. 당신의 경제 미래가 가장 풍요로웠던 한 주가 아닌, 평균 수입의 한 주와 더 비슷할 것이라 생각하며 돈을 써라.

당신의 최우선 순위를 생각해라. 아이들 치아교정, (당신의 인생과 직업개선을 위한)야간학교, 화장실개조 또는 가족과 집을 위한 비상금준비와 같은 당신이 돈이 필요하게 될 다른 것들을 기억하여라. 크리스마스 선물을 사야한다는 압박으로 당신에게 더 중요한 계획을 미루거나 당신과 가족들의 삶에 있어 더 중요한 것들을 위해 모아 놓은 돈을 쓰지 않도록 조심해라.

참고 견뎌라. 당신이 크리스마스 쇼핑에 너무 많이 신경 쓰고 지치게 되면, 약간 또는 아주 많이 더 물건들을 사버리기 쉬워진다. 정신력으로 버티고 스스로에게 계속해서 다음의 질문을 물어봐라. “아이가 이것을 정말로 필요로 하나? 아이가 정말 이것을 잘 쓸까? 돈만큼의 가치가 정말 있나? 이미 충분히 산 것은 아닐까?” 당신이 마치 믿을 수 있는 재정조언자나 아이를 응석받이로 키웠다고 당

신에게 비난하는 한 부모라고 생각하며 말하여라.

양 말고 질을 따져라. 얼마나 많은 선물을 해줘야 아이가 사랑받는다고 생각하거나 그날을 기억할까? 아마 지금보다 적어야 될 것이다. 예를 들자면, 크리스마스 양말 속 선물이란 뜻은 크리스마스이브 저녁에 벽난로 장식을 할 때 다는 신기한 물건들과 사탕들을 의미했었다. 계속해서 하나씩 더 사줘야 한다는 의구심을 떨쳐버려라.

육아거울을 들여다보아라. 크리스마스에 너무 많은 양의 선물을 받는 아이들을 보면 보통 그 해에 말 안 듣는 아이들이다. 당신의 육아방식을 바꾸고 아이의 버릇을 바로잡는 데에 연휴기간보다 더 좋은 때는 없다. 선물 받기에 딱 좋은 시기를 놓칠 아이는 없다.

계획을 세우고 그것을 지켜라. 크리스마스 마지막 순간보다 현명하지 못하고 불필요하며 낭비적인 소비를 하게 되는 때는 없다. 마지막 주까지 쇼핑을 미루지 않도록 해라. 특히, 당신이 크리스마스에 열광하는 스타일이라면 말이다. 대부분의 부모들이 이를 인정하기 싫어하지만, 마치 아이를 확실히 기쁘게 해주는 데엔 정해진 선물박스 숫자라도 있는 것처럼 많은 부모들이 아이들을 위한 선물을 충분히 준비하지 못한 걸 걱정한다. 어떤 때는 부모들이 충동적으로 불필요한 구매를 하기가 쉬워진다. 마지막 순간에 확 올라간 상품가격으로 지켜야 했던 연휴예산을 완전히 초과하게 되거나 예산이 심하게 불어나고 빚을 감당할 수 없어질 수 있다.

마음을 지갑에서 멀리해라. 당신이 어린 시절 크리스마스에 대한 향수가 당신의 마음만큼 당신의 지갑을 열지 않는다는 사실을 유의해라. 기업들이 크리스마스를 상업화 시키려고만 하다 보니 많은 사람들이 크리스마스의 종교적인 의미를 잃어가고 있다. 부모들이 선물을 주는 것이 크리스마스에 담긴 그 모든 깊은 의미를 약화시키게 될까 두렵다.

특성을 생각해라. 결혼을 했건 미혼이건 간에 대다수의 부모들은 한정된 예산으로 산다. 하지만, 이보다 더 여유 있는 운 좋은 부모들은 아무리 지불할 여유가 있다고 해도 그것이 아이들에게도 좋은 건 아니라는 사실을 기억해야 한다.

연휴동안 자기가 원하는 대로 다 한 아이들은 보통 그 해 내내 하고 싶은 것들도 다 하고 마는 아이들이다. 오늘과 내일 아이에게 너무 많이 주는 것은, 아이가 다채롭고 성공적이며 성취감을 느끼며 살아갈 수 있도록 해주는 인내심, 만족감, 신중함 등과 같이 더 귀하고 심오한 선물들을 아이들에게서 빼앗는 것과 같다.

학용품, 옷, 책, 스포츠용품 등 필요한 물건처럼 보이는 것들을 사는 걸로도 아이는 버릇없어 질 수 있다. 비비킹, 에릭 클랩튼, 팻 매스니 같은 유명한 기타리스트들도 처음엔 썩 악기들로 시작했다. 당신의 아이가 음악이나 운동을 시작하는데 왜 전문가용 장비를 써야하는가?

부모들이 아이들을 위해 너무 많은 것들을 해 주게 되면,
아이들이 스스로 하는 일은 별로 없게 될 것이다.
-앨버트 허바드

18. 진정한 승자 가리기

우리는 아이들을 인생의 실패자로 만드는 데 성공했다. 내말을 믿지 않는가? 10대들의 불안, 우울증, 음주와 약물사용, 부정행위, 자살, 자해등과 관련된 통계들을 한번 보아라.

매우 박식한 교육심리학 작가 알피콘(Alfie Kohn)은 이를 확실하게 입증했다. 어린 아이들은 그들의 부모들을 기쁘게 하려 한다. 그들은 부모들의 만족스러운 미소와 자신들을 흡족해하는 모습을 이끌어내려고 노력한다. 이러한 아이들은, “참 잘했어요!” 도장과 스티커를 받기 위해 일할 것이다. 시간이 흐르면, 이러한 외부적인 상들은 아이들의 내적동기의 한 부분이 되어, 스스로의 만족을 위해 잘하고 싶어 할 것이다. 그 결과, 아이들은 자연스럽게 자신들의 학습과 성취를 소중히 여기게 된다.

다른 사람들의 인정을 얻는 일은 아이들의 성장에 있어 중요한 일부분이다. 우리는 그것이 없어도 된다고는 생각해 본적 없다. 하지만 우리는 아이들에게 크든 작든, 잘했건 못했건, 새로운 것이든 아니든, 노력으로 했든 우연으로 했든 때 순간 의미 있는 상, 의견, 확인 또는 관심으로 칭찬해줘야 한다는 강박관념에서 벗어날 방법을 찾아야 한다. 우리는 아이들을 끊임없는 관심과 밖에서 아이가 한 일을 가치 있고 잘했다고 평생 해주는 사람 없이는 살아갈 수 없는 세대로 만들어가고 있다.

도대체 몇 살 때부터 아이들은 자신들이 싫어하고 땀 한 방울 흘려본 적 없는 스포츠에서도 트로피를 받아오기 시작했나? 아무 연주회나 가서 피아노나 바이올린을 배우는 아이들에게 주는 그 모든 상들을 보자. 우리의 집착 속에 완전한

가내 수공업 하나가 들어서 있고, 그 곳엔 베토벤 플라스틱 열쇠고리, 모차르트 컵, 쇼팽 휴대용 펜 등의 셀 수 없는 각종 “상(prizes)”모음을 담아놓은 두꺼운 카탈로그가 있을 것이다.

하지만 내가 하는 말의 요점은 코치나 음악 선생님과 상관이 없다. 적어도 그들은 아이가 축구시즌에 참가하거나 열년동안 매일 한 피아노 연습과 같이 칭찬할 만한 일들에 대해서 말한다. 부모들이 흔히 아이를 칭찬하는 일들과 대조해보자.

“와, 너 양치질 정말 잘 하는구나.”

“와, 점심 참 잘 먹었네.”

“와, 너 그 새 장난감가지고 정말 재밌게 놀고 있구나.”

“와, 너 잠 정말 잘 잤어.”

“와, 블록들 참 잘 치운다. 아빠는 딱 11번밖에 안 말했는데 말이야!”

“와, 너 숨도 참 잘 들이쉬고 내쉬는구나. 너무 자랑스러워요!”

아이들은 자기가 일을 잘 마치고 열심히 노력할 수 있었던 것만으로도 스스로에게 상이 될 수 있다.

자, 이것이 내가 하고 싶은 말이었다. 이는 심각한 문제이며 당신의 아이에게 잠재적으로 해를 끼칠 수도 있는 문제다. 하지만 반면, 당신이 쉽게 없애고 해결할 수 있는 문제이기도 하다. 어떻게?

무엇보다도, 당신의 사고방식을 바꿔라. 과연 어느 누가 당신의 모든 발걸음과 모든 숨결을 알아주고 칭찬해주는가? 왜 당신이 부러진 다리로 절뚝거리며 집을 나서는데 걸 알아채는 사람이 거의 없을까? 인생은 험난하다. 계속되는 축하와 칭찬에 중독된 아이는 보통 다른 일들과 사람들로 분주한 세상 속에서 더 많은 어려움을 겪게 될 것이다.

그렇다면 이걸 당신의 아이를 무시하라는 말일까? 전혀 그렇지 않다. 이는 아이가 가치 있는 일을 해냈을 때, 무엇보다도 아이의 노력이 필요한 일을 해냈을

때를 위해 칭찬을 아껴두라는 말이다. 아이는 30분도 안되어 장난감 두 개 중에서 하나를 골랐다고 해서, 또는 고양이를 때리지 않았다고 해서 상을 받을 필요가 없다.

이것은 만약 그렇게 하지 못했을 시에는 부모들이 아이버릇을 잡기위해 해왔던 모든 과정을 무효화 시킬 수 있는 굉장히 큰 차이이며 아주 중요한 것이다. “하지만 아이를 칭찬해서는 안 된다고 하셨잖아요!” 내말은 그게 아니다. 내가 지금 말하고자 하는 건 바로 아이의 노력, 시도, 도전에 대해 상을 주고, 별거 아닌 일, 일상적인 일, 당연히 해야 하는 일에 대해서는 상을 주지 말라는 것이다.

당신의 아이가 열심히 노력하고 더 잘하려고 한다면, 당연히 아이를 알아주고 인정해줘야 한다. “와, 네 여동생이 너의 장난감을 허락도 없이 그냥 만졌는데, 화조차 내지 않았구나.” “와, 우리가 하는 것처럼 너도 네 그릇을 설거지통에 넣었구나.” “와, 더 놀고 싶은데도 꼭 참고 비디오게임을 켜구나.” 아이가 말을 잘 들을 때만 딱 칭찬해주시마라. 아이가 잘하려고 노력하고 시도한 것에 대해서도 칭찬해 주도록 하자. “네가 지금 화 안내려고 힘들게 참고 있다는 거 안다.” 어느 쪽이든, 그것이 바로 아이가 당신에게 인정받고 싶어 하는 것이다.

[아이의 노력, 시도, 도전에 대해 상을 주고, 별거 아닌 일, 일상적인 일,

당연히 해야 하는 일에 대해서는 상을 주지마라.]

아이의 성적에 대해서, 어떤 부모들은 A를 받으면 5만원, B는 3만원, C는 만 오천 원, 우등생 명단에 오를 때는 7만 오천 원을 주겠다고 내건다. 다른 부모들은 성적에 따라 아이에게 돈을 주는 이 발상에 반대한다. 그들은 고마움의 표시로 U2기념 아이패드나 빈티지 스트라토캐스터 기타와 같은 선물들 더 주고 싶어 한다.

아이들이 받은 좋은 성적을 돈으로 보상하는 것에 대해 내가 무슨 생각을 하는지 당신은 알고 있다. 다른 종류의 선물을 주는 건 어떨까? “와, 네가 노력한 결과를 보게 되어 정말 기분이 좋구나.” “너의 선생님들은 네가 얼마나 노력한지 다 알고 있단다.” “너도 네 자신이 정말 자랑스럽겠구나.”라는 말들은 어떤가? 이러한 말들을 하기 위해서 당신은, 아이의 성적표와 이 모든 것들을 아이 혼자

서 해냈다는 사실을 인정하며 당신의 입장보다는 아이의 관점에서 생각하고, 아이가 한 모든 공부를 기억해주어야 한다.

“네가 한 일을 정말 자랑스럽게 생각해야 한다.”라는 말 같이, 부모의 미소, 인정, 칭찬 또는 간단한 말 한마디는 아이에게 충분할 뿐만 아니라 특별하다. 그러나 이러한 것들을 매 시간마다, 과분하게 또는 마음에도 없이 해준다면, 그 매력과 힘은 이내 사라질 것이다.

만약 아이들이 제 발로 서기를 원한다면,
아이들의 어깨에 책임감을 심어줘라.
-애비게일 밴 뷰런

19. 일 시키기

우리가 앞에서 논했듯이, 자부심으로 인한 각종 행동들의 결과는 비참했다. 부모들은 아이들에게 사랑과 칭찬을 듬뿍 주면, 아이들이 커서도 마음 속 깊이 정말로 행복해하고 가치 있다고 생각하게 될 거라 잘못알고 있었다. 하지만 이런 식으로는 만족해하고 유능하며 밝은 아이들로 키울 수 없다. 실상은 정반대다. 우리는 이제 끊임없이 아이를 달래봤자 자존감형성에 도움이 안 된다는 사실을 알았다. 뿐만 아니라 그렇게 하는 것은 불안정하고 계속적으로 버팀목을 필요로 하는 자존감을 유지조차 해주기 힘들다. 우리는 아이를 칭찬해주고 인정해주기 위한 가장 좋은 방법들에 대해 이야기 나눠보았다. 하지만 자존감 형성을 위한 최선의 방법들로는 무엇이 있을까?

실제로 아이는 스스로 자신의 일을 알아서 잘 처리할 수 있는 충분한 능력이 있을 때 강한 자존감을 얻는다. 그러면 과연 부모가 어떻게 하면 아이에게 그런 능력을 키워줄 수 있을까? 아이가 도전들을 직면하고 배울 수 있는 기회들을 만들어주어라. 그렇다고 해서 그러한 도전들이 막 어려운 것일 필요는 없다. 에베레스트 등정이나 사전을 통째로 외우라는 게 아니다. 나는 대부분의 사람들이 일상생활에서 겪을 수 있는 도전들을 말하는 것이다.

[아이는 스스로 자신의 일을 알아서 잘 처리할 수 있는 충분한 능력이 있을 때
강한 자존감을 얻는다.]

걷는 법, 혼자 양말 신는 법, 화장실 스스로 가는 법, 침대에서 자는 법을 배우는 일들은 어렸을 때 저절로 할 수 있게 되는 것들이다. 기억나는가? “엄마, 나 혼자 양치질 다 했어.” 많은 부모들은 무력해 보이는 자신들의 십대아이들을 보며 그 당당한 독립심은 다 어디로 갔는지 의아해한다.

아이 혼자 스스로 독립심을 키우게 하고 아이가 하는 대로 내버려둬라. 아이가 레고를 가지고 놀다가 당신에게 빨간 조각을 끼워달라고 하면, 다른 녹색이랑 파란색 그리고 검은색 조각들은 건들지 마라. 그대로 아이가 화내는 모습을 보고 싶은가? 그럼 어린 아이가 도와달라고 한 것보다 더 많이 도와주어라. 아아양(분노폭발)!

자라나는 아이가 도움을 요청할 때는 보통 아이가 도저히 할 수 없어 좌절하여 단지 그에 맞는 도움만 받고 다시 신속히 자신의 자아실현여정으로 돌아가고 싶어서이다. 그러므로 아이의 능력을 키워주기 위한 한 가지 방법은 아이의 일에 관섭하지 않고 아이의 타고난 숙달 능력과 자율성을 방해하지 않는 것이다.

예를 들면 아이들이 우리들을 위해 아침식사를 해준다고 할 때 우리는 아이들이 칼이나 다른 부엌물건에 다치지 않도록 하기위해 지도해준다. 하지만 아이들이 하고 있는 것과 잘하고자 하는 의욕을 짓누르거나 어떤 식으로든 무너뜨리지 않는다. 아이가 완전히 좌절하고 실망하는 모습을 보고 싶은가? 아이가 새로운 빗자루를 가지고 어지럽혀진 것들을 서투르게 치우려 할 때, 소리쳐라. “네가 오히려 더 어지르고 있잖아!” 하지만 아이는 이렇게 말하고 싶어 하는 것이 안보이나? *나도 한번 치워보려고 해보는 거잖아. 어떻게 하는지 보여주면 나도 혼자서 할 수 있다고!*

내가 자랄 때 나의 아버지는 그걸 못 보셨다. 내가 10대가 되었을 때조차도 아버지는 당신이 일하시는 15분 동안 그저 드라이버나 심지어 나사 하나만 들고 있게 하셨다. 나는 하나의 인간 공구 벨트였다. 나는 종종 그냥 서있기 지루해져서 그 나사를 가지고 저글링하고 놀다가 떨어뜨려 끝내 잃어버리고 말았다. 아버지가 어떻게 하셨어야 했을까? 아버지가 나를 도와주고 가르쳐주시며 내가 나사를 돌리고 망치질 할 수 있게 해주시는 것이다. 내가 본 부모들 중 아이들에게 어린이용 정원기구들을 쓰게 하는 부모들은 마치 자기들이 아이들도 옆에서 마당을 치울 수 있게(그리고 이바지하고 일 하게끔) 만들어주는 것이라 생각한다. 아이들은 단순히 부엌놀이를 하고 싶은 게 아니라, 진짜 부엌에서 정말 음식을 하고 싶어 한다.

부모와 같이 일을 하는 등의 부모와 함께 관계를 맺게 되는 것은 아이에게
최고의 상과 동기부여가 될 수 있다.

이렇게 말하면 내가 나이가 좀 있다는 게 탄로 나고 성격 나쁜 할아버지처럼 들릴지 모르겠지만, 내가 볼 때 요즘 세대사람들은 직업윤리의식이 부족한 것 같다. 몇 년 전, 난 자동차관련 일을 하고 싶어 하는 고집은 썼지만 나아져가고 있었던 한 십대아이를 상담한 적이 있다. 동네 정비소 사장이 친절하게도 그 아이에게 일자리를 제공해주었다. 그 아이는 이틀을 버텼다. “난 평생 바닥만 쓸고 오일만 갈면서 살진 않을 거야,” 아이는 (약간의 싸가지 없는 말들과 함께) 불평했다. 성공한 정비소 사장도 아직까지 바닥을 쓸고 오일을 가는 것은 문제가 되지 않았다. 이 10대 아이는 멋진 유럽 자동차들을 가지고 일하고 싶었다. 더 정확히 말하면, 그런 자동차쯤은 돼야 자기가 일할 만하다 생각한 것이다.

기다릴 때 인내심을 배우고 얻지 못할 때 감사함을 배우는 것처럼, 일이란 것은 실제로 해볼 때만 배울 수 있는 것이다. 그밖에 달리 방법이 없다.

아이가 당신을 어느 정도 도와줄 수 있는 체력과 능력 그리고 감각을 얻기 전이라도 쉽게 직업윤리를 키워줄 수 있다. 물론, 어린 아이들이 할 수 있는 일들은 제한되어 있고 그에 맞춰 아이에게 적합한 일을 주어야 할 것이다. 하지만 우리아이들을 예로 들자면, 우리가 옆에서 함께 가르쳐주며 일할 때 어린 나이에 도 불구하고 아들은 부엌찬장과 옷장을 정말 잘 정리할 수 있으며 딸은 힘든 정원 손질일과 눈을 치우는 일까지 할 수 있다. 당신에게 작은 도움이라도 주고 싶어 하는 어린 아이의 열의를 활용하여라. 당신의 어린 아이가 집 주변에서 당신을 도와줄 수 있게 해라. 당신의 도움을 받아 진공청소기를 돌리거나 망치질을 해보게 하여라. 아이가 자라면, 아이가 할 수 있는 일들이 무엇인지 알려주고 그에 맞는 일을 주어라. 아이를 지적하거나 완벽주의를 추구하지 말고, 아이가 당신을 도와주는 일을 즐거워하고 그 시간을 만족할 수 있도록 만들어주어라.

아이에게 일을 권하고 하게하는 건 부모들에게 쉬운 일이 아니다. 유치원짜리

아이와 함께 진공청소기로 청소 하는 것 보다 당신 혼자 하면 훨씬 빨리 청소를 마칠 수 있겠지만 아이는 아마 열심히 노력하고 있을 수 있다. 또한 당신은 아이가 세차할 수 있는 옷으로 갈아입을 동안보다 빨리 차에 광택을 내고 윤이 나게 닦을 수도 있다. 하지만 당신의 임무가 무엇인가? 생산성인가 아니면 아이를 가르치는 것인가?

어린 나이에 일하기를 좋아하게 된 아이들은 사춘기와 일생 동안 내내 좋은 감정과 책임감을 지니는 경향이 있다. 그들의 성숙된 몸과 마음이 그들 스스로 더 많은 책임감을 느낄 수 있게 해준다. 당신의 부유함이 아이의 가치 있는 교육의 기회를 빼앗을 수 있으므로, 그러한 편안한 삶이 아이가 일하고 싶어 하는 환경을 조성하는데 방해되지 않도록 주의해라.

우리가 아이들에게 일에 대해서 가르쳐주고자 하는 내용은 여러 가지이다. 우리는 아이들에게 일을 열심히 하기 위한 기본적 직업윤리와 능력 그리고 마음을 가르쳐주려고 한다. 아이들이 할 수 있는 수준의 일들을 하며 우리를 도와줄 수 있는 방법을 가르쳐줌으로써, 정원을 가꾸고 집안일과 목공 등의 일을 할 때 실제로 필요한 기술들을 배우게 할 수 있다. 당신이 먹는 음식을 만들거나 당신이 쓰는 어떤 물건을 만드는 일과 같이 당신과 직접적으로 연관된 일들을 아이들이 함께하도록 할 때 당신은 그 안에서 아이들의 세계와 위치를 이어주는 진정한 연결고리를 그들에게 제공해 주는 것이다. 우리는 사회의 구성원으로서 세상 그리고 우리의 생명을 유지시켜주는 것들과 너무 동떨어져 있다. 기본적인 노동을 하는 것은 어른과 아이들 모두에게 건강하고 원기를 회복시켜주며 정신적으로도 만족감을 준다. 예를 들면, 새집을 지어주기 위한 디자인을 해준다거나 필요한 재료를 사는 일에 아이가 참여하게 함으로써 당신은 아이에게 계획하고 조직하며 창의적인 기술을 가르쳐줄 수 있다. 또한 당신이 아이에게 어떤 일을 시킬지라도, 아이에게 일이란 시간을 보낼 수 있는 좋고도 가치 있는 방법이란 메시지를 분명하고 쉽게 전달해준다. 사실, 일은 사람들이 일생의 목적과 의미로 생각하는 것 중 하나다.

아이가 한 일에 대해 우리는 비용을 지불해야 할까? 이 문제는 내가 앞에서

말한 뇌물과는 다소 다른 이야기다. 여기서는 누가 옳고 그르다고 말할 수 없는 매우 논쟁의 여지가 높은 문제인, 일에 대한 용돈을 말하고 있다. 어떤 사람들은 집안일 같은 일에 대한 용돈을 좋게 생각한다. 어떤 부모들은 이에 동의하지 않고 아이들은 가족의 구성원으로써 기꺼이 집안일에 기여해야 한다고 믿는다. 나는 당신이 아이들에게 일을 시키는 한은, 둘 다 아무 문제없다고 본다. 나는 이를 닦거나 숙제를 하고 또는 자기 방을 치우는 일처럼 아이가 당연히 해야 하는 일에 대해 대가를 지불하라는 것이 아니다. 이는 건설적이지 못한 뇌물에 불과하다. 나는 지금 당신이 판단하기에 아이가 할 수 있다고 생각되는 그 외의 일이나 업무를 말한다.

내가 앞에서 언급한 바와 같이, 어린아이조차도 어떤 도움 되는 일을 한 것에 대해 돈을 지불하는 것 때문에 일어나는 문제들을 보게 된다. 어떤 부모들은 아이들에게 어린이들이 할 수 있는 업무량에 어른이 받을 만한 크기의 급여를 준다. 이는 불필요할 뿐만 아니라 현명하지 못하다. 내가 생각하기에는, 매주 한 번씩 하는 그런 아이들이 하기 알맞은 일에 대해 그 만큼의 타당한 금액을 지불해주는 것이 괜찮다고 본다.

하지만, 아이가 끝내지 못했거나 부실하게 한 일에 대한 돈을 주기 전에 두 번 생각하여라. 돈을 그냥 주지 않는 것보다 더 낫은 해결책은 아이에게 그 작업성 과정을 바로잡을 기회를 주는 것이다(물론 아이의 능력에 따라 말이다).

창조적인 글쓰기를 가르치는 교수들은 배우는 과정동안 칭찬해주었던 것만큼 최종 작품을 칭찬해주지 않는다. 일과 인생에 대해서 아이들을 “가르칠 때”를 같은 방식으로 한번 생각해보자.

얼마 전 정말 멋진 패밀리레스토랑에서 저녁을 먹었다.

거기에는 말싸움을 안 하고 있는 테이블이 없었다.

-조지 칼린

20. 사람들 앞에서 버릇 고치기

우리 모두는 이 장면을 알고 있고, 우리 대부분은 이렇게 살고 있다. 당신이 ‘노’라고 말하면, 아이들은 ‘예스’라고 말한다. 당신이 다시 ‘노’라고 한다. 아이들은 다시 ‘예스’라고 한다. 점점 목소리가 커지기 시작하고 체계적이지 못해진다. 당신은 순식간에 비참한 꼴이 되었다고 느낀다. 최악의 육아. 이러한 피할 수 없고 끔찍한 순간에 당신이 할 수 있는 선택들은 점점 줄어들며, 이내 아이를 바로잡고자 했던 당신의 큰 시각과 목표들을 잊는다.

당신의 아이버릇잡기 의제를 밀어붙일 수도 있지만, 무슨 위험에 처하려고? 당신이 제한을 두고 완강히 버티다가 아이가 세인트헬렌스 산처럼 폭발해버리게 하고 물러날 수도 있다. 과연 누가 그 소음이나 당신의 아이가 수십 명의 사람과 카트를 막고 통로에 드러누워 온몸을 비트는 걸 신경 쓸까? 과연 누가 당신이 모든 사람으로부터 따가운 시선을 받고 있는 걸 신경 쓰나? 도대체 누가? 바로 당신이다.

그렇다면 다른 대안은 무엇일까? 만약 당신이 동네 쇼핑몰에서 어떠한 경우에도 엄한 사랑을 보여주는 사건현장을 본적 있다면, 그걸 지켜보는 게 얼마나 힘든지 당신은 알 것이다. 아이들은 그들의 무정한 부모가 걸어오자 공포의 소리를 지른다. 그들은 발로 차고 소리를 지르며 “엄마가 진짜 싫어” “엄마가 세상에서 최악의 부모야”라는 말과 같은 가슴 아픈 말들을 내뱉으며 부모의 발을 짝 붙잡는다.

사람들 앞에서 양육을 한다는 건 이보다 힘들 수 없다. 소수의 사람들만이 자진해서 리얼리티 쇼를 신청할 뿐이지, 우리들 대부분은 우리의 가장 보기 싫고

불행한 육아의 모습을 누군가에게 보여주고 싶어 하지 않는다. 나는 경험을 통해 많은 부모들이 이런 딜레마를 2점 전략으로 타개한다는 사실을 알았다. 첫째, 그들은 그 상황을 해결하는 것이 아닌 그 상황을 아예 피해버림으로써 그 순간을 모면하려한다. 예를 들면, 아이들 없이 쇼핑을 가는 것이다. 둘째, 그들은 그 상황을 이리저리 회피하고 교묘하게 처리한다. 다시 말해, 그들은 한마디로 소란을 멈출 수 있을 만큼만 아이를 받아들여준다. 아이를 바닥에서 일어나게 하고 가게를 나온다. 그리고 그 모든 아이의 잘못된 행동들을 적어도 공개적으로는 망신당하지 않을 수 있는 집으로 옮겨가지고 온다. 어떤 집에선 이런 일이 드물게 일어난다. 다른 집에선 이런 일은 일상이다.

[사람들 앞에서 하는 양육이 이보다 더 힘들 순 없다.]

가게에서 아이와 절대 말하지 않는 등과 같이 회피하는 것은 좋지 못한 해결법이다. 어떻게 해야 아이들이 인생을 다루는 법을 배우고, 어떻게 하면 당신이 아이들을 다루는 법을 배울 수 있을까? 게다가 당신이 사람들 앞에서는 절대 아이를 잡으려 하지 않는다면, 그건 마치 아이를 바로잡는 손, 특히 아이에게서 물건을 빼앗는 손을 등 뒤에 수갑으로 채워진 것처럼, 당신의 노력을 다하기 어려울 것이다.

한 엄마가 나에게 이 문제를 이런 식으로 제기했었다. “참 이상한 거 같아요. 우리 아이들이 사람들 앞에서 막 버릇없게 행동하면 정말 당황하게 되는데, 그때는 오히려 아이를 제재하려다가 뜻대로 안되고 모든 사람들 앞에서 망신당하는 것보단 그냥 아이의 그런 행동을 평소보다 더 쉽게 받아주게 되요.” 부모로서 무능함을 느끼는 것은 끔찍하다. 세상 사람들이 비판적으로 지켜보는 앞에서 느끼는 무능력함은 그에 비해 10분의 1만큼 끔찍하다. 하지만 당신이 어떻게 해서도 아이의 버릇을 바로잡을 거라면, 사람들 앞에서 아이버릇을 잡는 법을 반드시 배워야 한다.

[당신이 어떻게 해서도 아이의 버릇을 바로잡고 싶다면, 사람들 앞에서 아이의 버릇을 고치는 방법을 반드시 배워야 한다.]

도저히 사람들 앞에선 아이를 바로잡지 못하겠다면, 밖으로 나가는 일을 줄여

보도록 하여라. 작은 것부터 시작하여 천천히 진행해라. 그렇게 오래 걸리지는 않을 것이다. 아이의 행동이 나아질 때까지 가게나 쇼핑몰에 가지 않을 거라고 아이에게 말하여라. 하지만 당신도 곧 상황이 좋아지길 기대하고 있으며, 아이에게 많은 기회를 주고 밖에서 아이가 말을 잘들을 수 있게 당신이 잘 도와줄 거라고 아이에게 알려주어라. 만약 집에만 있는 것이 당신에게 큰 문제라면, 당신이 이 문제를 해결할 때 까지 아이를 봐줄 수 있는 누군가에게 도움을 요청해볼 수도 있다.

다음으로 짧고 달콤한 외출계획을 세워라. 어수선한 슈퍼마켓에 가서 일주일치 장을 보기보다는 세탁소에 가는 것처럼 간단한 볼일을 보도록 해라. 당신이 무엇을 할 것인지 아이에게 알려주는데, 이는 아이를 위협하려는 것이 아닌 정보를 전달해주는 측면에서 하는 것이다. “자, 우린 지금 세탁소로 가서 옷 몇 벌을 찾아가지고 올 거야.” 아이를 간단하게 준비시켜라. “아마 지루 할 수도 있으니 책이나 다른 것 가지고 가고 싶으면 챙길래?” 아이가 결정하도록 원하는 물건을 가져오게 내버려두어라. (아이가 당신을 자신의 짐을 나르는 노새로 보고 이용하지 않도록 조심하라.)

당신의 아이가 특하면 다른 아이들의 파티를 방해한다면, 아이가 가서도 말을 잘 들겠다는 마음을 진심으로 보일 때까지 파티에 가지 못하게 하는 방법을 고려해보아라.

세탁소에 도착하면, 아이를 보고 다정하지만 뚜렷한 목소리로 당신이 세탁소에서 아이가 해줬으면 하는 행동들을 아이에게 말하여라. 세탁소에서 기다리는 동안 아이를 눈여겨보아라. 그리고 아이에게 관심을 보여라. “기다리는 거 힘들진 않니?” “저 표지판 한번 봐봐, 무슨 표지판 같아?” 세탁소를 나설 때는 아이가 노력한 것을 당신이 알고 있었다고 아이에게 말해주어라. “거기서 참고 기다리느라 힘들었겠구나, 그치?” 그 과정과 노력을 결과보다 더 많이 칭찬하거나 보답해주는 것을 유념해라. 집에 돌아오면, 다시 한 번 아이의 노력을 알아주어라. “오

늘 세탁소에서 잘 참아줘서(또는 도와줘서) 고맙구나.”

기억해야 할 몇 가지가 있다. 첫째, 속도를 늦춰 천천히 성공을 만들어 낼 것. 15분 동안의 세탁소 방문을 그만두고 바로 하루 온종일 여러 주의 물건들을 왕창 사기 시작하지마라. 둘째, 자주 갈 것. 몇 시간동안 여러 불일을 보는 대신, 그것들을 몇 개의 방문들로 나눠라. 집을 나갔다 돌아오고 차를 타고 내리고 하는 것이 해결의 일부분이다. 그것에 익숙해지게 하고 그러한 잦은 변화들을 다루게 되는 건 삶에 필요한 좋은 기술이다. 셋째, 뇌물 주지 말 것. 넷째, 인내심을 갖고 신중 할 것. 당신의 유일한 목표는 다음의 성공을 이끌어 내는 것이다. 다섯째, 그리고 가장 중요한 것은, 아이와 밖에 나가는 동안 아이와의 관계에 집중할 것. 어떤 아이들은 하루 온종일 모든 관심을 무리하게 받고 싶어 한다. 하지만 오늘날 같이 기술이 발달한 시대에서, 단 한 번도 핸드폰을 놓지 않고 아이에게 질책할 때만 빼고는 아이와 말을 거의 하지 않는 부모들을 따라 천천히 걸어가는 아이들을 본 적이 있다. 밖에 있는 동안 아이에게 말을 건네고 서로 소통하여라.

만약 아이가 자기 볼 일을 보러 갈 때는 괜찮은데 당신의 불일을 보러가는 것은 싫어한다면, 그때는 아이의 주목을 다시 끌어야 할 순간이다 (5장으로 다시 돌아가라).

당신이 밖에 나와 있을 때, 당신이 도움을 요청하지 않았음에도 불구하고 다른 어른들이 갑자기 아이들을 안전하게 지켜주거나 정리시켜준다면, 그 힌트를 놓치지 마라.

조부모님 같은 가족들 앞에서 아이버릇을 잡게 되면 사람들 앞에서 아이를 바로잡는 것과 같은 느낌을 느낄 수 있다. 어떤 조부모님들은 손자들의 버릇없는 행동을 혼내신다. 이럴 때는 참기도 괴로울 뿐 아니라 큰 마찰을 일으킬 수도 있다. 당신의 육아와 아이에 대해 들여다보고 그 말들이 모두 맞는 말들임을 시인해라. 그리고 스스로에게 물어라. 조부모님들에게 나는 나의 현실을 그대로 받아

들이기보다 나의 실제 상황을 나쁘게 말해주는 것에 대해 보통 화를 내고 있지 않은가? 당신이 그것을 명확히 했다면, 조부모님들과의 의사소통을 개선시켜라. 함께 의논해보자고 부탁드려보아라. 조부모님들께 그들이 걱정하는 것들을 당신도 알고 있다는 걸 알려드리고, 그렇다고 짜려보시거나 아이와 당신의 육아에 대해 안 좋게 말씀 하시면 상처가 된다고 말하여라. 아이의 버릇을 바로잡을 수 있도록 그들이 당신을 도와주고 지지해 줄 수 있는 방법들을 알려드려라.

한편, 다른 조부모님들은 유감스럽게도 너무 지나치게 손자손녀들의 응석을 받아준다. 물론, 그런 조부모님들은 당신의 아이들을 사랑하는 마음에서 그렇게 다 받아주시는 것이다. 당신이 느끼기에 당신 부모님들이나 남편 부모님들이 상황을 더 악화시키고 계시거나 아이에게 오히려 안 좋은 영향을 미치고 있는 것 같다면, 당신이 아이의 제멋대로인 행동으로 얼마나 고생하고 있는지에 대해 그들에게 부드럽게 말해보아라. 아마도 그들에게 당신이 아이를 바로잡을 수 있게 지지해주고 도와달라고 부탁해볼 수도 있다. 그들이 당신의 아이를 얼마나 사랑하고 관심 갖고 있는지 당신도 잘 알고 있다고 알려주고, 하지만 지금은 당신이 아이의 버릇을 잡기위해 노력중이라고 말씀드려라. 만약 당신이 괜찮다면, 당신 부모들의 조언과 의견을 들을 수 있는 대화의 기회를 만들어라. 그들과 이 책을 공유하고 함께 이야기해보는 것도 괜찮다. (내가 이것을 쓰고 있는 순간에도, 나는 자식들에게 더 많이 관여하고 싶어 하는 부모들과 주고만 싶어 하는 조부모님들이 떠오른다.) 당신의 아이버릇잡기요법이 확실히 자리 잡히고 효과를 보기 시작하면, 조부모님들이 아이들의 응석을 받아주는 것은 이차적이고 비교적 무관한 일로 될 것이다. 하지만, 그렇다고 하더라도 당신은 조부모님들께 아이에게 귀를 기울인다거나 게임을 함께 하고 조금 더 적게 사주고 덜 비싼 선물을 주는 등의 사랑을 보여줄 수 있는 다른 방법들을 알려드릴 수 있다.

아이가 올바른 방향으로 성장하길 바란다면,
당신 스스로가 먼저 그 방향으로 한 번 가봐라.
-조쉬 빌링스

21. 나의 버릇 고치기

작년에 나는 유명한 다크 로스트 커피전문점에서 주문을 하고 기다리는 동안, 늦은 오후 간식을 사러 세 명의 어린아이들과 밖에 나와 있는 아빠를 보았다. 그가 아이들에게 빨리 원하는 것을 고르라고 시키고 구슬리고 있는 것을 쉽게 알아챌 수 있었다. 아이들은 한참을 망설이다가 셋 다 만장일치로 큰 사이즈 코코아를 시키기로 결정했다. 하지만 그 아빠는 아이들에게 작은 사이즈 음료수 세 잔을 주문하라하고 한사람 당 디저트 한 가지씩만 시키라고 아이들에게 말했다. 계산 금액이 2만 5천원 넘게 나오자, 그 아빠는 눈을 돌려 나를 쳐다보았다.

“제가 어찌겠습니까?” 그는 못마땅하게 물었다. “그냥 저 혼자만 커피를 사먹고 아이들에겐 아무것도 못 사주겠다고 말합니까?”

나는 미소 지으며 고개를 끄덕였다. 농담이 아니라, 나도 그곳에서 그렇게 했었다.

나의 예가 그리 좋은 예가 아닐지 몰라도, 내가 하고자 하는 말은 아이들이 무엇을 얻었는지에 대한 것이 아니다. 꼭 아니라고 하기보다는, 당신은 곧 이 모든 것들이 다 관련이 있다는 걸 알게 될 것이다. 나는 저 아빠와 그의 커피에 주목하려 한다. 많은 부모들은 오늘날 그들의 아이들과 같이 자신들도 자기가 원하는 것들을 마음껏 하고 싶어 한다. 비싼 커피와 식수를 사기위해 줄을 서서 기다리는 것은 그저 아무것도 아니다. 비용이나 연료비는 신경 쓰지 않고, 좋은 옵션이 달린 비싼 차와 거실에 어울리는 사치품들을 산다. 그들은 그러한 좋은 것들을 살 계획이 없을 땐, 더 크고, 더 좋으며 리모델링된 집에 대한 환상을 가지고 있다. 별 다섯 개짜리 휴가와 그 외의 다른 것들은 말할 것도 없다. 계속해서 내가

이름들을 더 댈수록 당신과 맞아떨어질 것이다.

[많은 부모들은 오늘날 그들의 아이들과 같이 자신들도 자기가 원하는 것들을
마음껏 하고 싶어 한다.]

말도 안 되고 그칠 줄 모르는 요구들로 부모들을 미치게 하는 아이들도 똑같이 자기 부모가 순간적인 만족을 추구하는 모습을 본다. 부모가 무언가를 필요로 하거나 원할 때면 그 부모는 곧장 차로 달려가서 쇼핑몰로 향하고, 아이는 당연히 따라가게 된다. 아니면 그보다 더 빠른 방법으로, 자동차처럼 빨리 움직일 수 있는 건 전혀 아니지만 컴퓨터로 당장 뛰어가면 인터넷으로 물건을 살 수 있고, 그 물건은 다음날 아침 배달된다. 만약 택배회사에서 한두 시간 내로 배달해 주겠다고 하면 그에 따른 비용을 지불하지 않을 사람이 과연 있을까?

저 과일색 그릇이나 저 시리얼을 사달라고 요구해서 부모를 미치게 하는 아이들도 똑같이 자기 부모가 몇 마일이나 운전하고 가서 이 와인과 저 맥주를 사거나 반드시 봐야하는 영화를 보는 모습을 본다. 배고프다고 또는 목말라 죽겠다고 소리를 질러대서 부모들을 미치게 하는 아이들 또한 똑같이 자기 부모가 아주 짧은 볼 일을 보러 가는 길에도 무지방 페퍼민트라떼를 사려고 가게에 멈춰서는 모습을 본다. 끊임없이 물건을 사달라고 졸라 부모를 미치게 하는 아이들도 똑같이 그 부모가 사고 싶고 갖고 싶어 하는 물건에 대해 말하는 걸 보고 듣는다. 그리고 그 모든 행동들로 부모를 미치게 하는 아이들도 똑같이 자기 부모들이 정확히 그와 같은 행동을 보이는 모습을 지켜본다.

이런 모습을 전혀 보이지 않는 부모들도 많다. 게다가 이렇게 하는 것이 부모들의 잘못도 전혀 아니라는 것을 나는 알고 있다. 나 또한 나의 커피와 음악을 좋아한다. 부모들은 너무나 유혹적이고 선택의 폭도 넓고 모든 것이 풍부한 이 세상에 당연히 사로잡힌다. 기업의 탐욕, 거래처, 현대의 광고들은 마치 절대 수그러들지 않는 북동의 바람처럼 우리를 강타한다. 나는 단지 우리의 행동과 약한 의지가 우리 아이들에게 안 좋은 영향을 주지 않도록 주의해야 한다는 말을 하고 싶은 것이다.

부모들이 할 수 있는 일은 무엇일까? 섬으로 떠나기? 비현실적이다. 타임머신

으로 시간을 되돌리기? 내가 아는 바로는, 그들은 아주 오래전으로 거슬러 올라가야 할 것이다. 심지어 월마 플린스톤도 최신유행을 그리워했으며 프레드 또한 최신형 자동차를 간절히 원했다. 우리가 세상을 바꿀 수는 없으므로 계속해서 꾸준히 최선의 노력을 다할 뿐이다. 그래서 우리는 정기적으로 욕아의 거울을 들여다보고 우리의 가정생활을 재평가하기 위해 최선을 다할 것이다. 우리아이들을 조금 덜 버릇없게 키우기에 결코 너무 늦지 않은 것처럼, 부모로서 우리들한테 그렇게 하는 것도 절대 늦은 것이 아니다. 우리가 보여주는 모습들을 보기 시작하고 만약 바뀌야 한다면 그것들을 바꾸기에도 결코 너무 늦지 않았다.

나는 지금 당신에게 자신의 욕망을 절제하라거나, 혼자 희생하여 경제계와 전쟁을 치루라고 말하는 게 아니다. (하지만 당신이 그 압박을 참으려하거나 대응하려하는 모든 노력들은 훌륭하고 가치 있다.)

[우리가 보여주는 모습들을 보기 시작하기에 절대 늦은 것이 아니다.]

비록 부모와 아이들에 대한 인용할 만한 말들이 수백 개가 넘지만, 알버트 슈바이처가 이에 대해 말을 참 잘했다. “어른이 아이들을 가르치는 세 가지 원칙이 있다. 첫째, 모범을 보여라. 둘째, 모범을 보여라. 셋째, 모범을 보여라.” 어린 아이들은 그들의 부모를 흠모하고 모든 것들과 모든 삶에 대한 정답을 찾기 위해 부모에게 기댄다. 많은 사람들은 우리가 모범을 보이면, 아이들은 우리가 아이들을 잘 키우기 위해 목적을 갖고 한 말이나 행동보다 더 많은 영향을 받는다고 믿는다.

그리고 아마도 아이들에게 주로 영향을 미치는 것은 우리의 비싼 커피를 사러 가는 행동이 아니라, 우리가 쇼핑하면서 또는 쇼핑을 계획을 할 때 소비하고 엄청난 양의 돈을 쓰고자하는 충동이라고 나는 생각한다. 어떤 아이들은 하루 종일이 말을 듣는다. “나 이거랑 이거 세일 할 때 꼭 사야데.” “기억해놔, 우리가 지금 사야 되는 게..” “오늘 오후에 내가 몰에 가서 그거 사올게.” 어떤 사람들에게 쇼핑은 풀타임으로 하는 취미다. 또 무슨 말을 아이들이 들을까? 그들은 부모들이 가지고 있는 것, 안가지고 있는 것 또는 가지고 싶은 것들에 대해 불평하는 소리를 듣는다. 어떻게 이 본보기가 아이들에게 흘러가지 않고(또는 굴러들지 않

고) 아무영향도 미치지 않을 수 있나?

이웃들에 뒤지지 않고 살아가는 것은 부모들이 받을 수 있는 큰 압박감 중 하나다. 우리가 그 흐름에 따라가려고 애를 쓰고 돈을 쓸 때, 우리는 은연중에 다른 가치들과 삶의 방식을 버리는 결정을 내린다. 만약 당신과 아이들 그리고 당신의 육아를 위해 다른 길로 방향을 돌리고 싶다면, 당신의 삶을 그 길로 이끌어 갈 수 있는 확실한 용기가 필요하며 어디에 구속받지 않고 당신이 원하는 길로 가야 할 것이다.

나는 당신에게 신용카드를 자르고 당신이 필요한 모든 음식을 집에서 재배하는 걸 권하는 게 아니다. 이는 정도의 문제다. 부모들은 자신들의 소비지상주의를 좀 누그러뜨리고 아이들을 세상의 만연한 물질주의로부터 보호해 줄 수 있다. 다운사이징은 둘 중 어느 하나를 선택해야만 하는 문제가 아니다. 하루나 이틀 동안 당신의 모습을 주시하고 당신이 쇼핑하는 것들과 사는 것들을 지켜보며 당신이 말하는 것들을 들어보고 계속 머릿속에 떠오르는 것들을 생각해보라. 또한 당신의 하루와 생활범위의 모습은 어떤지에 대해서도 깊이 생각해라. 당신은 아마 어떻게 생각해야 하고 무엇을 해야 할지 어느 누구보다 잘 알 것이다.

당신이 가지고 있는 불만들을 보다 잘 알게 되면, 당신의 아이들과 아이를 가르칠 때에 많은 도움이 될 것이다. 하지만 이는 또한 당신을 더욱 행복하게 만들어 줄 수도 있다.

당신이 만약 당신의 지출과 소비를 줄이고 싶어 하는 것이 단지 당신의 아이들이나 아이들의 버릇을 고치기 위해서만이 아니라면, 아이와 함께 할 수 있는 방법뿐만 아니라 이를 시작할 수 있는 방법들이 많이 있다. 당신이 하기 시작하면 아이들도 따라올 테니 어느 정도 조용히 할 수 있을 것이다. 또는 아이와 당신의 믿음과 당신이 그동안 해왔던 방식들을 앞으로 어떻게 바꿀 것인지에 대해 함께 논의해 봄으로써 더욱 의식적으로 할 수도 있다. 물론 대화를 할 때는 아이의 나이에 적절한 용어들을 써야 한다. 아이가 수질이 오염되고, 태양이 타들어가고,

오존층이 파괴되고 있다는 말을 들으면 아마 겁을 먹을 수도 있다. (이러한 것들에 대해 말하는 방법들을 알고 싶다면, 과학 및 자연 잡지들을 살펴보아라.)

많은 소비자들이 쇼핑은 거의 중독이라 말한다. 이는 멈추거나 줄이기가 힘들지만 가치 있음을 보여준다. 당신도 이를 위해 노력해야 할 것이다. 소비를 줄이는 일은 빨리 고칠 수 있는 게 아닐 것이다.

다 담으려면 더 큰 지하실과 다락을 필요로 하는 당신의 모든 물건들을 하나 하나 살펴보아라. 아이의 도움을 받을 수 있으면 함께 그것들을 자세히 보아라. 다른 사람들이 쓸 수 있는 물건들이 있다면 기부하여라. 남은 것들은 재활용해라. 오래된 것들을 다시 사용할 수 있는 방법들을 찾아라. 아이에게 당신이 쇼핑하고 물건을 사는 방식을 앞으로 어떻게 바꿀 것인지 설명도 같이 하여라. 아이가 좋아할만한 것들, 예를 들면 정원을 가꾸기, 공예, 요리 등과 같이 아이의 창조성을 불러일으키고 개인의 투자도 될 수 있는 그러한 쇼핑을 대체할 수 있는 즐겁고 흥미진진하며 건전한 활동들을 제안해라.

우리는 너무나 자주 아이들에게 풀어야 할 문제보다
기억해야 할 해답을 주고 있다.
-로저 르윈

22. 자립심 길러주기

제멋대로인 아이들과 씨름하는 부모들은 선생님들로부터 자신의 아이들이 학교에서는 모범생이란 말을 듣게 되면 종종 그 사실을 받아들이지 않는다. 부모들이 아이들 학교를 방문하여 아이들이 스스로 장난감을 정리하고, 매트를 말고, 자기 자리와 물건들을 알아서 지키는 모습을 보면 자신들의 눈을 의심한다.

“아이가 집에선 한 번도 저렇게 한적 없어요. 저한테 절대 저렇게 안 해요,” 부모들은 선생님들께 말한다. “여기선 아이가 선택의 여지가 없어요. 우리가 그렇게 해주길 바랍니다,” 선생님들이 대답한다. “그렇게 해주길 바란다”..바로 그것이다.

아이들은 태어날 때부터 스스로 배우고 하는 것을 좋아하게 돼 있다. 부모로서 우리들은 그런 아이들의 강한 자율성을 짓누르고 없애기 위해서 뭐든 가리지 않고 하고 있다.

우리는 마치 지구상에 혼자 남은 생명체라도 된 것처럼 어린아이들이 “나 혼자 자서도 할 수 있다,”라는 신조를 가지고 살도록 그들을 양육해야 한다. 돌과 모래에 물 주려고 뛰어다니지 말고 말이다. 도대체 무엇이 문제일까? 어째서 우리는 아이들이 자립심을 갖으려 할 때는 칭찬했다가 나중에 가서는 왜 아이들이 우리에게 다시 기대도록 강요하는 것인가?

아마도 우리는 그 의미가 무엇인지 충분히 이해하지 않고 있는듯하다. 어린아이가 스스로 손을 씻거나 옷을 입고, 또는 저녁 식탁에 제대로 앉아있으면 그 모습이 귀엽고 사랑스러울 것이다. 하지만 이러한 행동은 그 이상을 의미한다. 그런 행동들은 아이가 자기의 힘과 능력을 믿고 더 많은 것을 할 수 있게 해주는

긴 과정의 시작이다. 아이가 자기 자신을 믿고 책임을 질 줄 아는 것은 아이의 자신감과 탄력성을 성장시키는데 도움이 된다. 어떻게 이것이 좋지 않은 것인가?

[아이들은 태어날 때부터 스스로 배우고 하는 것을 좋아하게 돼 있다.]

나는 우리 딸이 어렸을 때 기억 중 특히 더 생생하게 기억나는 것이 하나 있다. 그때는 해가 뜨기 전 이른 아침이었다. 나는 부엌에서 들려오는 바스락거리는 소리를 확인하러 잠자리에서 일어났다.

아래층으로 내려가 보니, 부엌에 불이 켜져 있었다. 두 살짜리 딸아이가 무언가를 하고 있는 게 분명했다. 문 앞에서 몰래 훑쳐보니 하늘색 잠옷을 입은 한나가 있었다. 한나는 커다란 나무 의자를 부엌 조리대쪽으로 끌고 와서는 벌써 그 위에 올라가 있었다. 나는 아이가 혼자서 자기가 좋아하는 간식 통조림을 꺼내기 위해 찬장 맨 위로 손가락을 뻗고 서있는 모습을 조용히 지켜봤다.

“너 지금 여기서 뭐하니?” 나 때문에 한나는 너무 놀라서 내려오던 의자에서 거의 넘어질 뻔했다.

와우, 겨우 두 살짜리 애가 그 어두운 집안을 혼자서 돌아다니고, 부엌까지 내려와 야식이 있는 데까지 올라가려고 아무 도움도 없이 그 무거운 의자를 옮길 수 있다니. 아이가 한 그 모험 속에서, 먹을 것을 좋아하는 마음은 말할 필요도 없고, 그 진취성과 활동성 그리고 그 독창력과 문제해결능력에 대해서만 깊이 생각해보자. 거기에다 아이는 그 모든 것을 혼자서 해냈다. 물론, 이런 행동이 만약 점점 잦아지고 위험해지기 시작했다면, 내가 이를 제한해야 했을 것이다. 하지만 그러지 않았다.

이제 전형적인 가정에서 전형적인 십대의 모습과 관련한 시나리오와 대조해보자. 어느 토요일 날 오후, 막 일어난 한 십대아이가 몸을 담요로 뽁뽁 싸매고 소파에 누워있다. 새벽부터 일어나 주말에 해야 할 일들을 벌써 마친 아이엄마는 혼자 장보고 들고 온 물건들을 정리하고 있다.

“엄마 저기 저 리모컨 좀 갖다 줘” 그 건강하고 강해보이는 15살 아이가 탁자에 놓인 리모컨 쪽으로 담요에서 팔을 꺼내 닿을랑 말랑하게 힘없이 한번 뻗어 보며 묻는다. 엄마는 그녀가 들고 온 가방을 내려놓고 부엌을 걸어와 리모컨을

아이에게 준다.

“도대체 왜 나한테 리모컨을 가져다 달라는지 모르겠구나. 넌 바로 그 옆에 있으면서. 엄마 지금 물건 집어넣느라 바쁜 거 안보이니?”

“출단 마리아.”

엄마는 다시 물건이 놓인 곳으로 돌아간다.

“엄마, 나 우유 좀 따라주라.”

엄마는 냉장고로 걸어가 소파에 있는 아이에게 갖다 줄 우유를 따르며 ‘너 정말 게으르다’하는 표정으로 아들을 쳐다본다.

“샌드위치도 같이 가져다 줄 수 있어?” 아들은 이불 속에서 살짝 내다본다. “제발?” 4살짜리 꼬마처럼 말한다.

이런 시나리오는 집안 곳곳에서 일어나며 계속적으로 반복된다. “도대체 왜 나한테 우유를 가져다 달라고 하는지 모르겠구나. 넌 바로 옆에 있고 나는 물건 집어넣느라 지금 이렇게 바쁜데.” 사실, 어느 누구도 이를 이해하지 못한다. 하지만 우리는 아직까지도 아이에게 리모컨을 갖다 준다.

여기에 거의 모든 부모들이 다른 사람들의 아이들이나 가정에게 지니고 있고 쉽게 사용할 수 있는 작은 논리를 적용시켜보자. 두 살짜리 어린아이들이 그렇게 많은 일들을 스스로 할 수 있다면, 왜 어른들은 그들이 다섯 살 또는 아홉 살 아니면 열여섯 살이 될 때까지 기다려야 하는 건가? 아이들을 위해 너무 많은 일을 하고, 아이를 기다리게 하지 않으며, 아이가 시키는 대로 다 하는 행동들은 모두 같이 아이를 버릇없게 만드는 길들이다. 부모들은 바쁘며 이런 식의 자립심을 아이에게 강요하는 일은 당신의 능력 그 이상이라는 사실을 나는 알고 있다.

[두 살짜리 어린아이들이 그렇게 많은 일들을 스스로 할 수 있다면, 왜 어른들은 그들이 다섯 살 또는 아홉 살 아니면 열여섯 살이 될 때까지 기다려야 하는 건가?]

하지만 아이들이 혼자서 안전하게 그리고 성공적으로 더욱 더 많은 것들을 배울 수 있는 환경을 만들어주는 일은 가치가 있다. 간단한 예로, 아이가 스스로 손을 씻고 싶어 할 때는 튼튼한 유아용 안전발판을 놓아 아이가 자신의 손과 얼

굴을 깨끗하게 씻을 수 있게 도와줄 수 있다. 아이가 혼자서 밥을 먹고 싶어 할 때도 마찬가지로 도움을 줘야 한다. 만약 아이가 참을 수 없이 주변을 엉망으로 만든다면, 당신이 너무 많은 청소를 하지 않아도 되도록 아이에게 가르쳐 줄 수 있는 올바른 식사방법을 생각해내어라. 아이들이 커갈수록 자기들만의 힘으로 다른 것들도 하고 싶어 할 수 있다(아마 그때는 아이들들 뒤에서 청소할 필요는 없을 것이다). 당신이 견딜 수 있는 방법에서, 아이가 혼자서 할 수 있게 당신이 도와줄 방법들을 시간을 갖고 생각하여라. 아이들이 남의 도움 없이 혼자서 행동하고자 하는 욕구를 부모들이 받아주는데 까지는 시간과 노력 그리고 인내가 필요하다. 하지만 그것들은 보람 있는 노력이다.

당신이 아이가 버릇없어지지 않게 또는 아이 버릇을 바로잡고자 노력하고 있는데 만약 아이가 당신이 자기가 할 수 있는 걸 알고 있는 행동들은 하고 싶어 하지 않을 때는, 센스를 발휘하라. 아이가 더 많은 관심 또는 보살핌을 받고 싶어 하면, 그렇게 해 주어라. 하지만, 만약 당신이 느끼기에 아이가 응석을 부리는 것 같거나 충분한 사랑과 보살핌을 받고 있는 것 같다면, 뒤로 물러나 당신이 생각하기에 아이가 당연히 할 수 있다고 생각하는 것들을 아이에게 알아듣기 쉽게 말해주어라.

예를 들면, 아이가 당신한테 신발장에서 자기 부츠를 꺼내어 신겨달라고 소리 지르고 있다면 이런 식으로 말해줄 수 있다. “네가 신발을 꺼내서 신고 나와야지만 우리가 공원에 갈 수가 있어. 엄마 여기서 기다릴 테니까, 네가 준비 다되면 가도록하자.” 당신이 아이의 나이를 떠나서 아이에게 해주는 것들 때문에 짜증나거나 화나기 시작한다면, 그것은 당신이 너무 무리하고 있다는 징후일 수 있다.

아이가 어린애처럼 행동할 때는 화내거나 그러한 행동들을 비난하지 말고 아이에게 친절한 목소리로 좀 더 어른스런 행동을 요청하여라. “엄마가 접시랑 칼 가져올게. 너는 땅콩버터를 가지고 오렴. 그리고 나선 우리 둘이 먹을 점심을 네가 한번 만들어 보는 거야!”

부모들은 특히 선생님들과 다른 어른들이 있을 때 아이가 스스로를 믿고 행동할 수 있도록 밀어주면서 아이를 지지해주는 동시에 보호해주어야 한다. 이를 위해서 부모들은 아이를 가까이서 지켜보고, 경청하며 또한 여러 시행착오를 겪어야 한다. 어린 아이들은 알다시피 어려운 일을 할 때는 더 많은 도움을 필요로 한다. 하지만 나는 불과 1, 2학년밖에 안된 아이들조차도 선생님과 다른 사람들 옆에서 자기혼자의 힘으로 하는 법을 배우는 모습을 본적이 있다. 이것도 아이의 버릇을 바로잡는데 필요한 하나의 부분이다. 즉, 아이는 자기 스스로 우유 한잔을 가져오는 행동보다 더 크고 깊은 내용으로 일상생활을 이해하게 됨으로써 자신의 운명에 책임을 질 수 있게 된다. 자기 자신에 대해 주의를 기울이고 자기주장을 하는 법을 아는 아이들은 인생에 대해서도 준비를 잘 갖추게 된다.

부모들이 아이들에게 직접적으로 “엄마가 선생님한테 전화하길 원하니 아니면 네가 알아서 선생님한테 전화 할래?”라고 물어봐 줄때 아이들은 고마워하며 자신이 존중받는다고 느끼는 경향이 있다. 어느 연령대에도 이 간단한 질문은 거의 다 적절하고 유용하다. 아이를 대신해서 학교와 선생님들에게 계속해서 불평하는 부모들은 이제 그런 행동을 멈추고 자신의 행동을 보고 아이가 무엇을 느끼는지에 대해 생각해보아야 한다. 아이들에게는 선생님과 잘 지내는 법을 배우는 것이 바로 아이들의 학습과 미래의 사회생활에 긍정적인 도움을 줄 중요한 인생 수업이다.

수년 전, 우리는 아이들을 봐 줄 한 고등학교 2학년 아이를 고용했었다. 그녀는 그 때 당시에도 비쌌던 시간당 9천원을 줄 것을 요구했다. 한 달 뒤, 그녀의 엄마는 자기 이웃집 여자아이들처럼 우리도 자기 딸에게 만 3천원을 줘야한다는 내용의 신랄한 편지를 보냈다. 나는 그 엄마의 행동이 딸에게 좋은 것이 아니라고 생각한다. “그건 당신 일이잖아요,” 그 당시 많은 부모들이 우리에게 말했을 것이다. “스스로 알아서 해결하세요.”

물론 부모들이 여러 가지 방법으로 아이들을 강하고 독립적으로 자랄 수 있게 도와줄 수 있다. 우리는 아이들에게 좋은 문제 해결의 본보기를 제시할 수 있는 방법들을 생각해 볼 수 있다. 우리는 아이들에게 감정을 알맞게 표현하는 방법과

화를 다스리는 방법을 알려줌으로써 그러한 감정들이 우리의 노력을 방해하지 않도록 할 수 있다. 우리는 아이들이 하고 싶은 말을 미리 생각해 볼 수 있도록 해주거나 함께 연습해보는 등 많은 것을 도와 줄 수 있다. 간단히 말하면, 우리는 아이들의 삶에서 부딪히는 문제들을 헤치고 살아가는 속에서 아이들이 자립심을 키울 수 있도록 해주는 모든 것을 할 수 있다. 또한, 아이들이 원하거나 필요할 땐 언제나 우리가 돕고 나서 줄 수 있다는 사실을 그들에게 알려줄 수도 있다.

*아이들이 현실적인 문제를 스스로 해결할 수 있도록 허락하는 것은 평생도록
아이들에게 버팀목이 되어 줄 탄력성을 제공해 주는 것이다.*

아이들은 부모를 사랑하며 삶을 시작한다. 그러다 시간이 지나면
부모를 판단하고, 때론 부모를 용서하기도 한다.
-오스카 와일드

23. 사과할 기회 주기

당신은 다음의 모든 말들을 들어보았거나 말해본적이 분명히 있을 것이다.

“미안해.”

“정말, 미안해.”

“내가 진짜 미안해.”

“미아아안,” 사랑스럽고 시무룩한 강아지얼굴을 하며 말한다.

“어서 미안하다고 말해.”

“샬리이모한테 어서 가서 미안하다고 해.”

“샬리이모, 기분 나쁘게 해서 죄송해요,” 단조로운 목소리 또는 들리지도 않게 중얼중얼하거나 아니면 시속 120km로 획 말해버린다.

당신의 아이에게 미안하다고 말하게 시키는 일은 쉬울 수도 있고 어려울 수도 있다. 어떤 아이들은 미안하다고 말하기를 완강히 거부한다. 나는 부모가 억지로라도 아이가 사과를 하게 시키는 것이 과연 가치 있는 일인지 확실히 잘 모르겠다. 아이들은 말로만 사과하는 법을 배울 수 있다. 운동장에서 싸우는 남자아이들을 생각해보자. 철천지원수인 아이들도 사과를 무슨 하나의 중요한 의무처럼 한다. “미안.” “미안.” 악수. “좋아, 그럼 잘 가,” 그리고 나면 모두가 행복하다.

화해를 하고 예의를 지키는 것에는 아무 문제가 없지만, 그보다 더 중요한 아이들이 미안해하는 감정을 잘 다루고 문제해결을 위한 알맞은 행동을 취할 수 있도록 도와주는 과정이 반드시 필요하다. 우리가 이를 유념해야 하는 이유는, 사람들과의 상호작용 속에서 우리 대부분이 배우고 실천하고 있는 기본적인 규

법들을 따르지 않고 살게 되면 아이들이 버릇없어 질 수 있기 때문이다. 아이들이 자신들의 행동을 후회하지도 않고 잘못된 행동에 대해 보상하려고 진정한 노력도 하지 않을 때, 아이들은 버릇없어 질 수 있다. 심할 경우에 아이들은 다른 사람이 기분 나쁜 자체에 짜증나고 화날 수 있다.

아이들이 자신들의 행동을 후회하지도 않고 잘못된 행동에 대해 보상하려고 진정한 노력도 하지 않을 때, 아이들은 버릇없어 질 수 있다.

당신의 아이가 잘못을 뉘우칠 수 있는 법을 터득하도록 도와줄 수 있는 가장 좋은 방법 중 하나는, 아이가 어렸을 때 아이의 진심 어린 후회를 기다려주고, 들어주며 어루만져 주는 것이다. 예를 들어 갓난아이가 우유 컵을 엎지른 후에 서투르게 그 자리를 치우고 있다면, 그냥 그대로 두는 것이다. 당연히 당신은 아이에게 조금 더 나은 청소 방법을 가르쳐주며 아이의 행동에 도움을 줄 수 있다. 하지만, 어쨌든 당신의 아이는 아직 그저 어린아이일 뿐이다.

반대로, 다음의 세 가지 예를 생각해보자. 첫째, 부모가 말한다. “그냥 여기서 나가, 말썽은 이걸로도 충분하니까.” 첫 번째 아이는 듣는다. *내가 정말 나쁜 짓을 했어. 나는 정말 나빠. 나는 이제 우유도 따를 수 없고 치울 수도 없어.* 둘째, 부모가 말한다. “아니, 아니. 엄마가 치울게. 어차피 네가 하면 더 도움 안 돼.” 두 번째 아이는 첫 번째 아이가 들었던 모든 말을 듣고 그보다 더 많은 상처를 받을 뿐이다. 셋째, 부모가 말한다. “이제부터 엄마가 우유 따라줄게.” 세 번째 아이는 듣는다. *나는 우유를 따를 수 없어. 나는 청소도 할 수 없어. 앞으로 나 혼자서 할 수 있는 일은 없을 거야.* 그리고 무엇보다도 가장 위험한 말인, *내 실수들은 절대 돌이킬 수 없어.*

그렇다면 과연 부모들이 해야 하는 행동은 무엇일까? 아이들이 재주껏 스스로 자신들이 엉망으로 만든 것을 치우게 하고 보상하게 해라. 아이가 당신을 도와주게 하는 대신 당신이 아이를 돕는 것처럼, 아이에게 부드럽게 청소를 도와주겠다고 제안하여라. 아이의 잘못을 바로잡고 싶어 하는 마음을 인정해주고, 그렇게

하고 있는 아이의 행동에 고마움을 표현해주어라. “네가 이걸 치우고 싶었구나. 고마워!” 이 순간은 아이에게 우유를 어떻게 따르고 흘린 우유를 어떻게 청소하는지 가르쳐주는 때가 아니다. 그러한 건 별로 중요한 가르침이 아니다. 지금은, 아이에게 어떻게 자기 잘못을 후회하고 그 잘못을 바로 잡는지에 대해 가르쳐주는 시간이다. 그리고 당신은 아이가 자신이 엮지른 것을 진심으로 치우고 싶어하고 실수를 만회하려는 의향을 단지 확인만 시켜줌으로써 이미 다 그것들을 가르쳐주었다. 이것이야말로 모든 아이들과 어른들의 삶에 있어 정말 유용한 기술이 아닌가!

단연코 아이가 자기 잘못을 사과하게끔 만드는 가장 자연스럽고 건설적인 방법은, 아이가 어떻게든 그 잘못을 만회하고 싶은 마음이 들게 하는 것이다. 부모들은 좀처럼 그들의 어린 아이들이 실수에 대해 보상하려는 걸 원치 않는다. 부모들은 아이들의 잘못을 끄집어내어 쉽게 아이에게서 진심어린 사과를 듣는 걸 더 좋아하는 것처럼 보인다. 하지만 아이들은 보통 자기가 한 잘못들을 만회하여 자신들에 대한 다른 사람들의 생각과 자신들이 자기 자신에게 느끼는 좋은 모습들을 회복시켜야 할 필요성을 더 절실히 느낀다.

아이들이 자기가 잘못된 일을 만회할 수 있게 되면, 이는 그들에게 다시 시작할 수 있는 기회가 되는 것이며 아이들의 기분도 나아지게 될 뿐만 아니라 자신들이 신기한 회복력을 지니고 있다고 생각하게 해준다. 이를 통해 아이들은 실수란 바로잡을 수 있다는 걸 깨닫게 된다. 그들은 또한 사람들과의 관계도 바로잡아 질 수 있다는 보다 심오한 진리도 배운다.

당신의 아들이 당신이 가장 좋아하는 유리잔을 깨뜨린 후 새로운 잔을 사준다고 말하면, (비싸지 않다면 아이가 모은 돈으로) 그렇게 하도록 내버려두어라. 당신의 딸이 당신이 읽는 신문 위에 온통 케첩을 쏟고 나서 당신이 다시 신문을 읽을 수 있도록 닦아주려 한다면, (비록 아이가 그걸 다 닦고 당신이 신문을 읽을 수 있을 때 까진 한 15분 정도를 기다려야 할지라도) 그렇게 하라고 해라. 그 엉망진창인 상태와 기다림은 그럴만한 가치가 있다. 당신이 아프거나 두통을 느껴 누워있는데 아이들이 당신을 깨운 후 미안해하며 지금부터 남은 하루 동안

조용히 할 거라고 다짐하는 것에 이미 너무 늦었다는 등, 벌써 밤에 잠 잘 자기는 이미 틀렸다는 등의 말로 못하게 하지 마라. 아이들을 그 하루 동안 조용히 해보려 노력하도록 내버려두면, 당신은 이른 아침에 못 잤던 잠을 보충할 수 있을 것이다.

그리고 아이들이 화가 나서 당신에게 어떤 나쁜 말을 했을 때엔, 그 말을 취소하고 진심이 아니었다고 말하게 해라. 또한 잘못된 대가로 남은 아침시간 동안 당신 말을 잘 듣겠다고 한다면 그렇게 하게 두어라.

많은 아이들은 스스로 제 무덤을 더 깊게 파게끔 그들을 자극할 수 있는 심한 자괴감을 느끼게 될 때 버릇없어지고 나쁜 짓을 하게 된다. 당신의 아이들에게 그들이 문제를 일으켰거나 다른 사람의 기분을 나쁘게 했을 때와 같은 헤어 나오기 힘든 상황에서 빠져나오는 방법을 가르쳐주어라. 당신은 그럴 때 어떻게 하는지 보여주어라.

당신이 아이들에게 가르쳐줘야 하는 사과를 하거나 실수를 만회하는 올바른 방법에 정답이 있는 것은 아니다. 적절한 방안은 바로, 그것이 무엇을 의미하든 아이들이 스스로 판단하여 자신의 잘못된 행동을 후회하고 반성할 줄 알고 그것을 바로잡고 싶어 하게끔 만드는 것이다. 그러한 진심어린 사과와 보상은, 아이들이 성장하면서 뿐만 아니라 앞으로 아이들이 실수 하게 될 때에도 그와 같이 행동 할 수 있도록 부모들이 아이들에게 가르치고 훈련시키고 싶은 항목이다. 아이들의 진심어린 사과의 선물에 우리의 존중과 고마움을 보여주는 것이야말로 그들을 인정해주고 고마움을 표현해 주는 가장 강력한 사인이다. 그리고 그렇게 함으로써, 아이들은 인생을 살아가고 자신들이 한 실수까지에도 책임 질 수 있다는 그들의 능력에 대한 자신감을 키워나간다. 다음은 아이가 잘못을 후회하고 뉘우침을 보일 수 있도록 당신이 도와줄 수 있는 몇 가지 가이드라인이다.

[사과를 하거나 실수를 만회하는 올바른 방법에 정답이 있는 것은 아니다.]

공감해주어라. 아이가 겪고 있는 일들을 이해해주도록 해라. 예를 들면, 자기가

생각해도 잘못했다고 여겨질지라도 좀처럼 뉘우침을 보이지 않는 대다수의 아이들은 종종 크게 창피함을 느끼게 되면 상처받기 쉽다. 자기가 잘못했으며 부끄럽다고 느끼는 그 자체가 그들에게 잘못을 인정하고 만회하는 것조차 불가능하다고 생각하도록 그들을 완전히 압도해 버린다. “도대체 너 왜이러니? 지금 네 동생 다치게 했으면서 넌 신경조차 쓰지 않구나!” 라며 경솔한 행동을 책망하거나 소리치는 대신, 그들의 기분이 좋지 않다고 생각해라. 그렇게 말하는 것은 아이를 더 힘들게 할 뿐이며 자기 동생이나 자신을 오히려 불쌍히 여기지 않게 될 수도 있다.

아이가 감정을 말로 표현할 수 있도록 도와주어라. 잘못을 뉘우치는데 어려움을 겪는 어떤 아이들은, 요즘말로 하면 감정적으로 덜 성숙하다. 그래서 그들이 다른 사람의 기분을 상하게 하는 행동을 했을 때 그들은 길을 잃고 어찌할 바를 모른다. 당신은 아이에게 이렇게 물어볼 수 있다. “엄마가 너한테 화낼까봐 걱정했어?” 아니면 “지금 뭘 어떻게 해야 할지 잘 모르겠니?” 또는 “네가 동생 기분 상하게 해서 속상해하고 있다는 걸 동생이 알 수 있게 엄마가 좀 도와줄까?”

아이가 더 폭넓은 레퍼토리를 개발할 수 있도록 도와주어라. 다른 사람들을 힘들게 했다는 마음의 상처를 아이가 다스릴 수 있도록 하는 방법들을 보여주어라. 사람들이 어떻게 실수와 잘못을 처리하는지 아이가 배울 수 있도록 실생활에서 기회가 될 때 자연스럽게 그 방법들을 사용해라.

아이가 완벽주의자가 되지 않게 해라. 완벽주의 아이들은 아주 사소한 실수에도 심하게 자기혐오에 빠지고 좌절하게 되는 성향 때문에 공격적이고 자극적인 말이나 행동들을 마구 하게 될 수 있다. 아이에게 말과 당신의 예를 들어 그러한 것들은 보통 극복되고 개선된다는 사실을 설명해 주어라. 아이가 잘못을 만회해 보려고 시도하는 모습들을 주목해주자. 비록 미숙하고 보기 이상하며 남 탓만 할지라도 말이다. 아이가 잘못을 후회하고 아이는 제한적이지만 나름대로의 방법으로 자신이 말하거나 한 것들에 대해 무언가라도 해보려 노력하고 있는 것이다.

모범을 보여라. 어떤 부모들은 본인들도 자신들의 잘못을 사과하고 보상하는 일을 그리 잘하지 못한다고 스스로 인정한다. 그들의 아이들도 이를 알고 있다.

부모가 본을 보이는 것은 여러 가지로 영향력 있는 하나의 가르침이 될 수 있다. 당신이 아이의 감정을 상하게 했을 때 잘못을 인정하고 시인해라. 아이가 당신이 다른 가족들의 마음을 상하게 한 것에 대해 인정하고 책임지는 것을 보고 듣게 해라. 당신은 자기가 한 행동에 대해 책임을 지고 진심으로 사과하며 잘못을 보상하는 어른의 모습을 보여주고 있는가? 당신은 한번 그렇게 하고 나서는 앞으로 나아갈 수 있는 사람인가, 아니면 평생 사과만 하며 이를 그저 당신의 죄책감을 누그러뜨리기 위한 수단으로 이용하고 있는가? (일부 완벽주의 부모들은 완벽하지 않으면 그 어떤 것도 용납하지 못하는데, 이는 그들이 항상 부모로서 무능하다고 느끼게 되고 아이에게 오히려 해만 더욱더 끼치게 될 수 있는 확실한 방법이다.) 그리고 마지막으로, 당신은 사람간의 관계들도 회복될 수 있으며 그렇게 하는 것이 오히려 관계를 더욱 돈독히 해준다는 사실을 보여준 적이 있는가?

지나치게 아이를 받아주었던 당신의 육아방식에 대한 미안함과 후회 그리고 죄책감을 느껴라. 그리고 마음들을 당신이 아이를 바로잡고자하는 노력과 신념에 강력한 힘을 주는 연료로 사용하여라.

부모가 된다는 것은, 평생 따라오는 역경들 앞에서 바톤을 떨어뜨려버린
주자에게 바톤 터치를 해주는 것이다.
-로버트 브롤트

24. 협력하기

육아에 관한 한, 어떤 부부들은 정말 화합이 잘된다. 그들은 같은 가치와 기대를 공유한다. 양쪽 부모 모두 자신들에게 아이들을 키울 수 있는 좋은 방법들을 가르쳐준 부모가 있었다. 비엔나 왈츠를 추는 댄서들의 완벽한 조화를 보이며, 그들은 마치 서로 매 순간 부모역할 안무와 리허설이라도 했던 것처럼 함께 나란히 행동한다. 부모 개개인은 서로에게 든든함을 느끼며 상대방 파트너로 인해 피해 입는 일이 절대 없다. 그들은 육감을 가지고 파트너의 육아를 지켜보는 듯하다.

하지만 당신과 나, 그리고 그 밖의 내가 아는 대부분 사람들은 그러한 복을 받지 못했으며 그들처럼 훌륭한 육아부부가 아니다. 그리고 또한 우리는 (다음 예에서 나올) W부부도 아니다. 만날 때마다 그건 똑같았다. W부인은 그동안 자신이 아이의 버릇을 망쳤다고 부끄럽게 고백했다. “어쨌든 저는 아이들에게 껌을 사줬어요.” “저도 제 자신을 믿을 수 없어요. 저는 그런데도 아이들을 축제에 데리고 갔어요.” “심지어 아이들이 말썽을 피우고 난 뒤에도 브라우니를 만들어 줬어요.” 그녀의 모든 고백이 끝나자, W씨는 마음에 안 든다는 듯 그녀를 힐끗 쳐다보고는 고개를 저으며 이마를 문질렀다.

W씨는 “제 부인은 그냥 그걸 이해하지 못해요,” 와 같은 말도 전혀 하지 않았다. 그리고 나서 우리는 W부인의 주도하에 꽤 심각할 정도로 통제 불능이 된 아이들의 버릇을 더 이상 망가뜨리지 않도록 문제를 해결해 보려고 했다. 하지만 몇 세션 후에, 더 크고 다른 진실이 나타났다.

“어떻게 당신은 그 세 아이들이 그렇게 하게 그냥 내버려 둘 수가 있어? 정말

이해가 안 돼.” W씨는 정말 화가 난 채 말했다. W씨는 바닥을 쳐다봤다. “토요일 오후에 일 좀 해보려 했더니 이제는 집에서 꼼짝도 못하게 될 걸 걱정해야 해?” W부인은 눈물을 흘리며 집으로 돌아갔을 때 믿을 수 없을 만큼 엉망이 되어 있었던 상황을 설명했다. 소파에는 나초 과자 치즈소스와 케첩이 이곳저곳 흘러있고 음료수는 쏟아져있고 빈 캔들은 바닥에 굴러다니질 않나 책상위에는 모형장난감을 붙이는 접착제가, 카펫에는 페인트가 묻어있었다. “금요일 날 저는 온 집안 청소만 하루 종일 해야 했어요!” “사내아이들이 다 그렇지 뭐,” W씨는 멧쩍었는지 스스로를 변호했다.

하지만 W부인이야말로 남자아이들에 대한 모든 것을 알고 있었다. 그녀는 아들 셋을 키우는 엄마였으며, 남자형제들 사이에서 자랐다. 그녀가 사내아이들의 호기심, 에너지, 모험심에 관한 진정한 전문가였다. 하지만 그녀는 “사내아이는 어디까지나 사내아이,”라는 말을 논하지 않았다. 드디어 허클베리 핀이 사탄의 인형을 만나는 순간이 왔다. 하나, 둘, 셋.

“당신이 아이들보다 더 심해요!” 그녀가 비난했다.

“하루 온종일 아이들과 같이 있는 게 어떤 건지 당신은 전혀 모르고 있다고,” W씨가 불쑥 말했다.

몇 분의 침묵과 긴장감이 흐른 뒤 그 둘은 웃음을 터뜨렸다.

“와이프가 도대체 어떻게 했는지 모르겠어요,” W씨는 천장을 바라보았다. “저는 정말 감당이 안 돼요.”

여성 잡지 레드북(*Redbook*)에서나 나오는 양초와 새틴시트에 대한 말들은 이제 잊어버려라. 다른 사람을 탓하는 것보다 관계에 있어 유혹적인 것은 단연코 없다. 기억해라. 아이 버릇을 잡기 위해서 흔히 두 사람 모두의 노력이 필요한 것처럼, 아이 버릇을 망칠 때에도 보통 두 사람 모두의 잘못이 필요하다. 당신은 아이의 문제에 대해 잘못이 없는 좋은 부모이고 상대방은 이 모든 문제의 원인인 나쁜 부모라는 바보 같은 생각은 버려라. 이는 거의 언제나 그보다 복잡하다. 일반적으로, 아이를 돌보고 양육하는 데 큰 몫을 하는 부모 쪽이 더 많이 아이를 받아주게 되기 쉽고 특히 지쳐있을 때 더욱 그렇게 하게 된다. 상대방이 하는 일

들을 몇 주 동안 하루도 빠짐없이 해 보기 전까지는 상대를 비난하지 않도록 하여라.

[다른 사람을 탓하는 것보다 관계에 있어 유혹적인 것은 단연코 없다.]

아이를 버릇없게 키우는 것도 하나의 애정 어리고 좋은 육아의 자연스러운 연장이 될 수 있다는 사실을 잊지 마라. 솔직히, 당신은 사랑받고 있는 당신의 아이가 말을 조금이라도 더 잘 들었으면 좋겠다고 생각한다(그리고 그것이 바로 당신이 이 책을 읽고 있는 이유다). 하지만 당신은 절대 당신의 아이가 사랑과 따뜻함 그리고 넉넉함과 기쁨이 없는 엄격한 가정에서 자라기를 원하지 않는다.

만약 당신이 정밀한 조사와 솔직한 자기평가 끝에 당신을 진정으로 건강하게 아이의 버릇을 고치는 부모라고 평가를 내렸다면, 당신이 아이의 버릇을 잡을 때 쓰는 방법을 상대방에게 권하고 지원을 얻을 수 있도록 최선을 다해보려 할 것이다. (내가 여기서 “건강하게”라는 단어를 쓴 이유는 아이 버릇을 고칠 때 엄하고, 기쁨이 전혀 없으며 강요만 하는 아주 걱정스러운 방식을 가지고 있는 부모들과 당신을 구별 짓기 위해서다.) 우리는 남을 탓하고 비난하는 것이 당신의 임무를 성공적으로 수행하는데 있어 필요한 방법이 어찌면 아닐 수 있다는 사실을 확실히 알고 있다. 그리고 내가 이 말까지 꼭 해야 하는지 모르겠지만, 아이의 버릇을 망치고 고치는 법칙은 부모들의 인종, 종교, 성적 기호, 결혼 여부를 떠나 모든 부모들에게 똑같이 적용된다.

서로의 의견차를 극복하기 위해서는, 긍정적으로 생각하려고 노력하고, “나(I)”를 주어로 하는 화법을 쓰도록 하며, 상대방의 관점을 이해하고, 거울을 들여다보고, 올바른 방향으로의 노력에 주목하고, 가끔은 당신의 일에만 신경을 쓰도록 해라.

다른 사람이 없는 데서 당신의 육아와 아이들에 대해 서로 상의하는 시간을 자주 가져라. 당신의 배우자와 크게 다툰 때 아이들을 그 수단으로 이용하지 않게 조심해라. 어렸을 적 큰 충격을 받았거나 자신의 존재를 부정당한 경험이 있는 몇몇 부모들은 삶에서 일어나는 갈등의 종류가 무엇이든지 상관없이 필사적

으로 누군가를 자기편으로 만들려고 한다. 사실, 그들은 아이들이 주변에 있을 때만 문제들을 논의하고 싶어 할 수도 있다. 그러나 아이를 자기편으로 끌어들이 이용하려는 행동은 아이들의 요구를 무시하는 것이며 그들에게 큰 정신적 상처를 남겨줄 수 있다.

당신이 생각하기에 당신의 배우자가 건전하지 못한 방식으로 아이를 제멋대로 키우고 있는 것 같더라도 바로 그 자리에서 이야기를 꺼내지 않도록 해라. 아이 앞에서 논쟁을 벌인다고 해서 당신이 원하는 변화를 가지고 올 수 있는 것도 아니며, 그로 인해 아이만 더 힘들고 혼란스럽게 만들 뿐이다. 문제를 해결하는 일은 어른들의 몫이다.

만약 지금 당신이 이혼을 한 상태이거나 별거 중이라면, 그 다툼과 상처보다 아이의 행복과 제대로 된 훈육에 계속 신경 쓸 수 있도록 열심히 노력해라. 그렇게 하기 위해서는 고도의 헌신이 요구되겠지만, 아이에게는 그것이야말로 가장 애정 어린 선물이 될 것이다.

그렇다, 이는 감당하기 어려운 일일 수도 있다. 하지만 당신의 인내는 충분히 이유가 있으며 칭찬 받을 것이다. 한 번 더 아이의 응석을 받아준다고 해서 아이에게 피해가 가지 않는다. 아이들을 제멋대로 행동하게 만드는 일이란 수많은 순간들이 모여 만들어진 하나의 장기적인 과정이다. 당신의 아이는 구조될 필요가 없다. 시간이 좀 지나 당신이 정리가 됐을 때, 당신 배우자와 함께 의논 할 수 있는 상황을 마련하도록 해라. 당신의 힘든 마음을 함께 나눠라. “당신도 나만큼 우리 아이를 사랑하고 싶다는 거 알아요. 그리고 당신도 나무랄 데 없는 좋은 부모라는 것도 알고요. 지금 저는 제이미 앞에서 당신과 말다툼하거나 당신을 비난하려는 게 아니에요. 하지만 당신이 지금의 내 마음을 알 수 있게 하려면 도대체 어떻게 해야 좋을지 모를 뿐이에요.” 어떻게 말해야 가장 좋을지는 당신 스스로가 알고 있다.

아이들은 가정불화로 인해 쉽게 흐트러지고 평생 동안 혼란스러워 할 수도 있

다. 가정불화는 아이들에게 큰 부담이며 다툼을 지속시키기만 한다. 결혼생활과 배우자를 소중히 하는 것이야말로 아이들에게 당신의 사랑을 행동으로 보여주는 것이다. 만약 지금의 상태가 도저히 회복될 수 없을 것 같다면, 전문가와 상담해 보거나 존 고트만의 ‘성공적인 결혼생활을 위한 일곱 가지 원칙(*The Seven Principles for Making Marriage Work*)’과 같은 인간관계에 대한 자기개발서적들을 읽어 보아라.

[결혼생활과 배우자를 소중히 하는 것이야말로 아이들에게 당신의 사랑을
행동으로 보여주는 것이다.]

감사함이란, 기억이 머리가 아닌
가슴에 남는 것이다.
-라이오넬 햄프턴

25. (서로)감사하기

“왜 너, 너는 조금도 감사할 줄..” 왜 우리는 이 말을 말로만 할 뿐이지 속으로는 만족감을 느끼게 되는 걸까? 심지어 타이핑을 할 때도 마찬가지다. 내 생각엔, 우리 모두가 그렇다. 부모들은 자식들을 너무나 사랑하고 너무나 많은 것들을 주기 때문에 자식들은 감사함을 표현할 필요가 거의 없다. 하지만 감사하는 마음을 보여주는 것은 인간의 기본적인 감정 중에 하나다.

아이들이 반드시 감사의 마음을 표시해야 한다는 법은 없다. 우리에게 빚을 지고 있는 것도 아니다. 아이들을 낳은 건 우리다. 자식을 갖은 부모들에게는 아이들이 그저 잘 자라주는 것 자체가 보상이다. 그럼에도 불구하고, 나는 묻고 싶다. 아이들이 자라면서 어느 한 가지에도 감사 할 줄 모르는 것 같을 때 부모들은 과연 어떻게 해야 할까? 하지만 이보다 더 심오한 질문이 또 있다. 기질과 체질 문제를 떠나, 무엇이 아이를 감사할 줄 모르게 만든 것일까?

무엇이든 받고 또 받는 아이들은 별로 고마움을 못 느끼는 경향이 있다. 그런 아이들은 모든 것을 당연하게 받는 편이다. “어제는 나한테 세상을 사줬다면, 오늘은 뭘 해줄 건데?” 아이들은 생각한다. 그러면 당신은 “그러게. 흠, 금성이 세 일하나 한번 확인해 봐야겠다.”라고 대답한다.

[무엇이든 받고 또 받는 아이들은 별로 고마움을 못 느끼는 경향이 있다.]

나는 감사하며 사는 사람 중에 한명이다. 아내도 그렇다. 우리 부부의 집안과 어린 시절은 서로 완전히 틀렸다. 내 아내는 부유한 롱아일랜드에서 자라고 나는 보스턴 외곽에 있는 중산층 도시에서 자랐지만 그리 문제되지 않았다. 우리는 함께 스스로에게 물었다. 왜 우리는 우리가 갖는 것에 행복함과 감사함을 느낄 수

있는 걸까? 우리가 찾은 단 하나의 답은 바로 우리 둘 다 많은 것을 갖고 있지 않았기 때문이었다. 무언가를 갖지 못하게 될 때야 말로 사람들은 자신들이 가지고 있는 것에 감사해 할 수 있다.

맞는 말이다. 아침과 점심을 거르게 되면 저녁식사 맛은 저절로 좋게 되어있다. 야구 클럽을 사려고 일 년 동안 돈을 모았었다면, 당신은 절대 그 클럽을 야구장에 두고 오지 않을 것이다. 하지만 만약 당신이 크리스마스 선물을 한 트럭만큼 받게 되면, 새해 첫날 쯤 되서는 그때 받은 선물이 기억조차 나지 않을 것이다. 아마 새로운 선물 목록을 작성하고 있을지도 모른다.

진심으로 감사할 줄 모르는 게 일상이 되어버린 아이들은 지금 당신과 다른 사람들에게 이젠 좀 조금만 달라고 말하고 있는 것이다. 이를 명심해라.

우리는 전처럼 다시 돌아갈 수 없으며, 설령 그렇게 할 수 있다 하더라도 그건 그리 좋은 일이 아니라고 생각한다. 내가 알고 있는 것은, 우리 아이들과 우리들 모두는 사악하고 통제 불가능한 소비 사회의 피해자라는 것이다. 그 모든 것들을 거부하고 미국 경제계에 저항하며, 남들이 어떻게 살건 신경 쓰지 않고 자기 분수를 지키며 사는 일은 참으로 어려운 일이다.

과연 어떻게 하면 아이들에게 돈의 가치를 가르쳐 줄 수 있을까? 당신의 신발 가격에 여섯 배나 하는 아이 운동화를 사주지 마라. 값비싼 메뉴를 아이가 마음대로 고르지 못하게 하라. 특히, 아이가 고른 음식에 당신이 손도 못 댄다면 말이다. 월급에 맞먹는 아이용돈을 주지 마라. 아이에게 당신이 준 용돈 안에서 생활하라고 시켜라. 아이에게 너무 많은 것을 사주지 않도록 하며, 당신이 일주일 동안 아이에게 얼마나 많은 장난감과, 옷, 인터넷 노래, 간식들을 사주는지 일깨워주어라. (그렇게 하면 틀림없이 당신의 아이는 당신이 그 나이 때 받았던 양보다 적어도 열배는 덜 받게 될 것이다.)

또한, 부모가 아이에게 감사함을 표현하는 일반적인 예절에 대해 가르쳐 주는 것도 좋다. 우호적인 예의범절은 아이가 앞으로 나아가는데 도움이 된다. 만약

당신의 아이가 무례하게 또는 너무 버릇없게 무언가를 받는 것 같다면, 다시 뺏어라. 이러한 상황에서는 어떠한 사과도 설명도 필요 없다. 부모가 용돈을 줬는데 아이가, “우리 부모님은 맨날 용돈이라곤 딸랑 오천 원만 주네.”라고 말하는 불편한 표정과 말투, 행동을 보이며 받았다. 부모들은 그 상황에서 주로 어떻게 할까? 용돈은 뭐 하러 주는지, 아이의 무례함에 화도 나고 자신이 바보 같다는 생각을 하며 그 자리에서 벗어나 버린다. 그 대신에, 부모는 침착하게 아이에게서 용돈을 다시 뺏은 뒤, 이렇게 말 할 수 있다. “용돈이 많이 적다고 생각하다니 유감이구나.” 다음 주에는 아이의 태도가 더 나아지길 희망하며 그 돈을 다시 지갑에 집어넣는다. 누가 용돈이 당연한 거라 했으며, 용돈이 아이들을 가르치는데 쓸 수 없다고 말했다? 아이가 친구나 친척에게 선물을 받을 때도 마찬가지로이다.

아이에게서 보고 싶은 감사의 표현들을 당신이 먼저 보여주어라.

우리가 부모로써 해주는 모든 것들에 비해, 아이들에게는 그저 그에 대한 약간의 애정과 감사 표현만 받기를 원하는 건 잘못된 걸까? 물론 아니다. 그 동안에, 작은 것에서부터 자신감을 얻는 법을 익혀라. 그저 난동만 부리던 아들이 조금이나마 사람다운 점잖은 모습을 보였다면, 그것을 주목하여라. (당신의 기준에는 아직 부족함이 느껴지는 친절함일 지라도) 만약 딸아이가 도움이 필요한 이웃집을 도와주었다면, 그것을 자랑스럽게 생각하여라. 당신이 묻지도 않았는데 아이들이 자기들끼리 티격태격하던 걸 잠시 멈추고 식탁을 정리해주는 모습을 본다면, 미소를 지어라. 그러한 변화들을 이끌어낸 자신을 뿌듯하게 여기고 스스로 기념하여라. 잘했어, 난 훌륭한 훈육자야!

그렇다. 언젠간 아이의 착한 모습과 올바르게 자라나는 모습을 보며 당신이 놀라게 될 그런 역사적인 순간이 있을 것이다. 그리고 또한 그와 함께 감사의 표시도 있을 지도 모른다.

그러나 대부분의 부모들은 아이들이 자라나서 그들의 가족을 꾸리고 나서도

훨씬 뒤에 진정으로 감사하다는 말을 듣게 된다. 당신이 한 일들을 정말로 감사하고 가치 있게 여길 줄 아는 착하고 예의바른 사람들을 보게 될 것이다.

[대부분의 부모들은 진정으로 감사하다는 말을 한참 후에야 듣는다.]

미국에서 내가 가장 인상 깊었던 것은
부모가 자식에게 복종하는 방식이었다.
-킹 에드워드 8세

26. 당신의 권리 요구하기

우리가 아이들의 버릇을 바로잡는 것을 생각할 때면, 그저 아이 쪽으로만 생각하는 경우가 있다. 사실, 오늘날의 부모들이 생각하는 건 거의 다 자기 아이들에 관한 것들이다. 그렇다면 부모들은? 난 지금 당신뿐만 아니라 당신의 아이를 위해서 질문하는 것이다. 당신이 친권을 원하지 않고 요구하지 않는다면, 그에 따른 악영향이 당신과 아이에게 미칠 수 있다.

권위 있고 존경받는 위치를 고집하지 않는 당신의 모습을 보며 아이는 권한으로부터 빠져나오는 법을 습득하기도 한다. 특히 엄마가 아들에게 무시당하거나 아들의 폭력적인 학대를 당해도 그저 견디며 아이를 키웠을 때, 그 아들은 커서 여자들 특히 자신과 가깝게 지내는 여자들을 함부로 다루는 남자로 자라날 수 있다. 아이에게 모범을 보여주거나 자연스럽게 본보기가 되는 아빠들이 집안에서 무기력한 모습 또한 아이에게 자신의 엄마가 아빠를 무시하는 것처럼 자신도 그래도 된다는 사실을 가르쳐준다.

당신의 모든 시간과 관심을 당신의 남편이 아닌 아이들에게만 쏟아 붓는 모습이 과연 관계와 어른에 대해 아이들에게 가르쳐 주는 것은 무엇일까?

당신이 하는 일들은 감사함을 받을 가치가 있다. 이용만 당하고 아무런 보상 없이 그저 하찮게만 여겨지지 않도록 해라. 아이에게 감사하라고 강요 할 수 없는 것은 안다. 하지만 아이가 친구와 영화 보러 가기 바로 한 시간 전에 당신에게 막말을 하며 괴롭혔다면, 극장에 데려다 주는 걸 거절 할 수 있는 것이다. 나

는 십대 아이들이 겪는 혼란도 이해할 뿐더러, 지금 거친 사랑이나 거절의 방책을 제안하고 있는 게 아니다. 부모들은 그런 싸움에서 이기기는 힘들다. 그러나 나는 그 보다 좀 더 미묘한 무언가를 제안하고 있는 것이다. “당신의 동의 없이는 그 어느 누구도 당신을 열등감에 빠뜨릴 수 없다.” 엘리너 루스벨트가 말했다. 부모들에게도 이는 당연한 것이다. 어른들이 자신들의 권리를 지키려하지 않는데 과연 누가 그럴 것이며, 아이들이 어떻게 부모의 존재 가치를 알 수 있겠는가?

부모들은 아이로부터 차단된 그들만의 개인적인 시간과 공간이 있어야 한다. 나는 언제든지 아무제한 없이 부모 방에 출입하고 부모 물건에 손을 대는 아이들에 대해 듣는다. 엄마 수첩을 마치 자기 것 마냥 들여다보는 아이들도 보았다. 아이와 따로 떨어져서 잠을 자본 적 없는 부모들도 있다. 부모들 삶의 모든 면에 아이들이 마음대로 접근할 수 있게 하면, 아이들은 자기들을 빼놓고 부모가 무언가를 하거나 다른 사람들과 소통하는 것을 전혀 용납 할 수 없게 된다. 아이가 접근하고 통제 할 수 있는 것들이 늘어갈수록, 아이는 더 많은 걸 요구하고 만족할 줄 모른다. 이러한 아이들의 욕구들은 아이들을 극도로 불안하게 하며 참을 수 없게 만들게 되는데, 이는 부모가 다른 누군가와 있거나 자기가 원하는 데로 할 수 없게 되게 되는 것을 마치 자신들이 사랑받지 못한다거나 다른 사람이 자기들보다 더 많이 사랑받는다고 해석해버리기 때문이다.

부모들은 아이들뿐만 아니라 그들의 배우자와 자기 자신을 사랑 할 자격이 있다. 건강하고 애정 깊은 관계를 유지하고 있는 부모를 아이들이 보게 되는 것은 일반적으로 정상적이며 좋은 일이다. 집안의 일들이 전적으로 아이를 중심으로 이뤄지고 있는 가정에게는 결혼생활이 지치고 부담될 수 있다. 엄마와 아빠들도 어느 정도의 사랑과 관심이 필요하다.

부모로서 육아문제에 관한 당신의 판단을 믿는 것은 당연한 일이다. 아이들도 동등한 투표권을 가지게 되는 집안의 민주주의는 나름대로 존재한다. 하지만 그때가 언제 어디서나 존재하는 것은 아니다. 아이가 자기 마음대로 집안을 관리했다 했을 때, 당신이 저녁으로 무엇을 먹게 될 건지 학교에 안가고 무엇을 하고

있을 건지 한번 상상해보아라. (이런, 난 당신을 난처하게 할 의도는 없었다. 난 정말 당신이 오늘 저녁으로 달달한 아이스크림을 먹을 거라곤 생각도 못했다.)

아이를 벗어나 당신만의 취미를 갖는 일은 전혀 잘못된 게 아니다. 불행히도 부모가 일, 사교 생활, 여행, 몸 관리 기타 여러 가지에 시간과 힘을 쓰느라 정작 아이들에게는 소홀한 집안들이 있다. 그건 완전히 다른 문제다. 내가 여기서 말하는 부모들은 자기들에게 중요한 모든 것을 포기하고 자신들의 남은 시간과 여건들을 그저 아이들의 행복과 발전을 위해 쏟아 붓고 있는 부모들이다.

[아이를 벗어나 당신만의 취미를 갖는 일은 전혀 잘못된 게 아니다.]

가정을 꾸리고 개인적인 결정을 내리면서 당신이 원하는 것에 대해 생각하는 것은 당신의 당연한 권리이다. 왜 항상 아이들이 식당을 고르고 영화를 고르고 읽을 책을 골라야 하는가? ‘항상’이라는 단어가 여기서 핵심이다. 비록 당신이 원하지 않았음에도 불구하고 부모가 진심으로 필요하거나 원하는 것들에 대해 말하거나 하는 것을 결코 참을 수 없는 아이로 변해버릴 수 있다는 사실을 상상할 수 있는가?

[당신도 이해와 인정을 받을 자격이 있다.]

그 어느 무엇보다도 중요한 건, 당신이 아무리 변덕을 부리고 이성을 잃을지라도, 실수와 잘못을 하더라도, 무엇을 하건 당신은 당신 자신과 아이들에게 용서 받을 자격이 있다는 것이다. 용서란 바로 아이들과 아이들의 잘못된 행동을 용서하게 해주는 인간 조건의 일부이다. 부모로서 완벽하지 못한 점에 대해 당신도 이해와 인정을 받을 자격이 있다. 부모가 자신을 받아들일 줄 아는 모습은 아이들에게 선물이며, 그 아이들도 자신들의 부모처럼 훗날 커서 자기 자신을 수용할 줄 아는 어른과 부모가 될 수 있게 도와준다.

우리 사회는 리더십에 집착한다. 좋은 지도자를 따르는 법을 배우는 것은 하나의 기술이며, 이는 지도자가 되는 길이나 다름없다. 당신의 아이들에게 이를 가르쳐라.

아이들이 성장하는 것을 보면 가슴이 아프다. 하지만 내 생각엔,
아이들이 성장하지 않는 것을 볼 때가 더 가슴 아플 것 같다.
-바버라 킹솔버

27. 인사하기

자, 이제 끝났다. 지금쯤 아이는 당신이 키우고 싶어 했던 아이의 모습과 훨씬 더 닮아있을 것이다. 그리고 아마도 거울을 볼 때 당신의 모습은 그동안 당신이 되고파 했던 부모의 모습과 조금 더 가까워져 있을 것이다.

지금쯤 다들 내가 가지고 있는 작은 비밀이 무엇인지 눈치 챘을 듯하다. 아이를 바로 잡는 방법 같은 건 전혀 없다. 사실, 그런 말조차도 아예 존재하지 않는다. 하지만 그렇다고 화내지는 마라. 나의 제시한 방법들은 전혀 해가 되지 않으며 최선의 의도로만 이루어져 있다.

내가 만약 제일 첫 장애다가 이런 간단한 사실을 말해버렸다면, 당신은 나와 내 방법들을 있는 그대로 보지 않았을 것이다. 아이를 정말 바로 잡을 수 있다는 데도 당신은 믿지 않았을 것이다.

아이를 바로잡는 일이란 그저 나쁜 버릇을 없애는 것이다. 그렇다고 해서 앞으로 돌아가 한 달 또는 몇 년 동안의 훈육 과정을 무효화 시킬 필요는 없다. 당신이 꼭 그렇게 원한다면 그냥 그 날부터 아이를 바로잡는 노력을 멈추면 된다. 그 동안의 일이 정말 소용없었다고 말하는 건 아니다.

[아이를 바로잡는 일이란 그저 나쁜 버릇을 없애는 것이다.]

아이들은 천성적으로 희망적인 존재이며 성장하게 되어있다. 가끔 아이들이 부모나 자기 자신을 포기한 것처럼 말할 때가 있지만, 거의 그러지 않는다. 아이들은 자신을 제한해주고, 분명한 기대치를 주며, 응석을 받아주지 않는 그런 양육법을 항상 갈망하고 필요로 한다.

당신은 변화를 위해 충분한 노력을 했으며 그건 당신의 아이가 누구보다 잘 알고 있다. 포기하지 마라. 당신과 아이가 변화되고, 더 잘하고, 더 나아질 수 있

도록 노력해라. 그리고 과거의 실수는 잊자. 당신은 더 이상 아이의 버릇을 망치는 부모가 아니다.

*당신이 그동안 아이의 버릇을 바로잡기 위해서 했던 노력을 자랑스럽게
생각해라.*

물론, 내가 이 책에서 전혀 다루지 않은 육아방식(그리고 과잉보호)이 많이 있다. 그렇기 때문에 나는 나의 메시지가 크고도 정확하게, 간결하고도 듣기 좋게 전해지기를 원한다. 정말 중요한 것은 당신 자신이 해낼 수 있다는 사실을 아는 것이다. 당신이 아이의 버릇을 바로 잡을 수만 있다면, 당신은 부모로서 그 어떤 일도 해낼 수 있다. 정말이다.

*[당신이 아이의 버릇을 바로 잡을 수만 있다면, 당신은 부모로서 그 어떤 일도
해낼 수 있다.]*

나이를 먹을수록, 후회하게 되는 일들이 많아질 것이다. 하지만, 내가 약속할 수 있는 것은, 진심으로 내가 약속 할 수 있는 것은, 아이를 바로잡은 일에 대해서 당신이 후회할 일은 없을 거라는 것이다. 심리학자 루돌프 드레이크스(Rudolf Dreikurs)는 말했다. “우리가 아이들의 삶을 지켜 줄 수는 없다. 그렇기 때문에 우리가 아이들의 삶을 준비시켜주는 일이 정말 중요하다.” 그것이 지금 당신이 하고 있는 일이며, 그 이상의 일을 할 수 있는 부모는 이 세상에 없다.

*주저하지 말고 당신의 새로운 영향력, 확신, 창의력을 자녀교육이나 삶 속에
적용시켜라.*

조심스런 맺음말

이 책이 대부분의 가정과 가족에게 유용할 수 있다. 하지만 이 책으로 모든 문제를 해결 할 수는 없다. 학대와 약물 또는 알코올 중독이 관련된 문제들은 상담 전문가나 치료, 자조집단 기타의 다른 전문적인 도움을 받아야 한다. 아무리 이 책이 당신과 아이의 관계를 개선시켰다 할지라도, 전문가의 도움이 필요할 수도 있는 끊임없는 고통이나 문제행동이 있는지 주의 깊게 살펴라. 마찬가지로 이 책에 나온 방법들이 충동, 주의산만, 무질서, 심한 감정기복, 까다로움, 반항 등의 다소 심각한 문제를 갖고 있는 아이들에게 때때로 도움이 될 수도 있지만, 그러한 것들이 전문가의 치료나 다른 의료적인 치료를 대신할 수 없다는 사실을 반드시 명심해야 한다.