

마 음 건 강 통 신 문

- 아동학대 STOP -



안녕하십니까?

강동구청신건강복지센터에서는 아동·청소년의 정신건강증진을 위하여 마음건강통신문을 배포하고 있습니다. "아동학대 STOP"이라는 주제로 마음건강통신문을 제공해 드리오니, 많은 도움 되시기 바랍니다.

아동학대?! 훈육?!

아동학대란?

아동학대란 아동복지법 제3조 제7호에 의거, 보호자를 포함한 성인이 아동의 건강 또는 복지를 해치거나 정상적 발달을 저해할 수 있는 신체적·정신적·성적 폭력이나 가혹행위를 하는 것과 아동의 보호자가 아동을 유기하거나 방임하는 것을 말합니다.

사람들은 '훈육'이라고 하면 대개 '체벌'을 생각하는데 순간의 체벌이 효과적인 듯 보이지만 시간이 지날수록 반항이나 저항을 불러일으키며 아이가 자신의 가치를 인식하지 못하게 만들 수 있습니다.

훈육은 '내 아이가 어떤 행동을 하기를 바라는 것'이라기보다는 '부모 자신이 어떤 행동을 할지 결정하고 그것을 친절하고도 단호하게 지켜나가는 것'으로 자녀에게 중요한 사회생활과 일상생활 기술을 가르치는 것입니다.

자녀가 자라서 여러모로 능숙해지면, 그때는 자녀에게 힘을 모아 문제를 해결하자고 하거나 행동에 제한선을 두자고 말할 수 있습니다. 이렇게 해야 아이도 자신의 사고 능력을 활용할 수 있고, 자기도 무언가를 할 수 있다고 느끼며, 자신의 힘과 자율성을 보다 유용한 방향으로 사용하는 법을 배우게 됩니다. 자신이 함께 만들었으므로 문제 해결책이나 행동의 제한선을 기꺼이 따르는 것은 말할 것도 없겠지요.

훈육과 학대의 차이를 구별하기 위해서는 '내 아이에 대한 제대로 된 이해'와 '부모로서 내 자신의 상태와 태도'를 점검하는 것이 반드시 필요합니다. 긍정의 훈육은 '아이는 기분이 좋아지면 행동도 좋아진다.'는 전제에서 출발합니다. 긍정의 훈육은 가르치고, 이해하고, 격려하고, 소통하는 것이지 벌주는 것이 아닙니다.

가정 내 아동학대 예방을 위한 TIP★

첫째, 부모의 기분이 태도가 되지 않도록 조절해주세요.

부모의 기분은 아이의 행동과 그에 대한 부모의 반응에 영향을 미치는 중요한 요인입니다. 피곤하고 스트레스를 받은 상태라면 아이에게도 화를 내기 쉽습니다. 어떤 경우에는 아이에게 화를 풀기도 합니다. 그러한 부모의 예측 불가능한 기분 변화는 아이에게 불안감을 줄 수 있습니다.

같은 행동에 대해 부모가 하루는 가만히 있다가 다른 날은 화를 낸다면 아이는 혼란스러워 하게 됩니다. 부모가 다른 걱정 때문에 아이에게 화를 내면 아이는 불공평한 대우를 받은 것에 대해 분노를 느끼게 될 것입니다. 이렇듯 부모의 기분은 아이의 행동에 영향을 미칩니다.

부모는 자기 기분을 잘 파악해서 아이에게 자신의 기분을 풀지 않도록 해야 합니다. 부모는 생활 속에서 겪는 스트레스를 잘 다스릴 수 있도록 해야 합니다. 자주 화나고 슬프고 근심이 많다면, 의사 혹은 상담전문가와 상의하는 것이 좋습니다.

둘째, 가족 내 갈등의 불씨를 살피주세요

다수의 부모님들은 가족 내 불화를 언급하면서 “이 아이가 문제예요! 이 집에서 이 아이만 달라지면 모든 게 평화로울 겁니다. 저희 부부는 전혀 문제가 없습니다.”라고 합니다. 과연, 그 아이가 문제였을까요?

부부갈등은 아동학대와 관련하여 가장 빈번히 언급되는 요인 중의 하나입니다. 부부갈등과 아동학대의 관계에 대한 다수의 연구들에서, 불화와 갈등이 많은 가정의 부모들은 부정적인 감정을 자녀에게 직접적으로 표출하기 쉽기 때문에 아동학대로 이어질 가능성이 크다고 합니다. 즉, 부부간에 불화가 많은 가정은 부부간의 갈등과 스트레스를 아동에게 전이시키기 쉬워 아동이 신체·정서적인 공격을 많이 받을 수 있습니다. 부부간에 갈등 해결방법으로 폭력을 사용하는 가정일수록 양육과정에서 자녀 구타가 병행되는 것으로 나타나기도 합니다. 따라서 부부갈등은 아동학대에 직·간접적으로 영향을 미치는 주요한 요인 중의 하나라고 볼 수 있습니다.

셋째, 자녀 관계 회복에 필요한 긍정적인 소통을 해주세요

상황	부정적인 소통	긍정적인 소통	★TIP
뽀로통하게 빠져있거나 반항기 가득한 아이	“ 태도가 그게 뭐니?!” “뭐가 불만인데!”	“네가 불만인 것은 알겠어. 원 하는 것은 뭐니?”	아이의 기분을 <u>수용</u> 하기!
자신의 어려움을 호소하는 아이	“너만 힘들어? 다 힘들어. 나도 힘들어”	“많이 힘들었구나. 이걸 힘들긴 하지만 난 네가 잘 해낼 수 있을 거라 생각해”	어려움에 대한 해결책이 아닌 <u>위로와 격려</u> 하기!
공부를 안하던 아이가 친구와 갑자기 공부한다고 할 때	“공부는 무슨...친구랑 놀려고 그러지!...벼락치기해서 뭐가 되겠어?”	“시험이라 준비하려는 네가 기특하구나.”	아이의 변화에 대해 <u>인정</u> 하고 <u>칭찬</u> 하기!
	“네가 좀 더 자주 그러면 좋은데...거봐....공부하니까 점수가 잘 나오잖아.”	“네가 정말 열심히 했구나!”	

격려가 필요한 순간, 부모님은 자신의 불안 때문에 아이에게 잔소리를 하는 것은 역효과를 냅니다. 자녀의 개선된 행동, 긍정적인 변화를 잘 살피서 이를 격려의 과정으로 연결한다면 자녀와의 대화가 늘어납니다. 격려는 자녀의 회복탄력성을 키워주고, 자기를 존중하며 건강하게 성장할 수 있도록 돕는 기술입니다. 긍정적인 부분에 반응하게 되면 자녀의 행동 경향성이 높아지고 자신에 대해 자기존중감이 생깁니다.

[정보제공] 서울동남권아동보호전문기관 석효정
[시설정보]
·주소: 서울특별시 송파구 동남로 103