아동들의 행동과 부적절한 행동 이해*

박 혜 옥 역

다음 장면을 생각해 보라.

부인 A : B_n, 참 잘 왔어. 우린 오랫동안 이야기할 기회를 갖지 못했었어.
부인 B : 그래 A. 뭔가 계속 마음에 쌓이고 있는 것같이 보이네.
A의 딸 : 엄마, 나 영희네 집에 가도 돼요?
부인 A : 안돼. 넌 네가 아프다는 사실을 알고도 그러니. 의사 선생님이 침대에 누워 쉬라고 말씀하셨잖니.
딸 : 아이 엄마, 난 좀 나은 것 같아요. 그리고 침대에 누워 있기가 지겨워요. 잠깐 동안만 갔다올 수 없을까요?
부인 A : 안돼, 침대로 돌아가!
딸 : (울면서) 난 침대에 가고 싶지 않아요. 영희네 집에 가고 싶어요!
부인 A : (화가 나서) 수정아! 내 말 들었지. 지금 당장 침대로 가!
딸 : (발을 구르고, 울면서) 엄마는 나에게 아무것도 못하게 하는군요.

* 이 글은 STEP(Systematic Training for Effective Parenting, 유능한 부모가 되기위한 체계적인 훈련)의 제1장을 번역 소개한다. 곧 완역되어 간행될 예정이다.

부인 A : (당황해서) 미안해 B!
부인 B : (웃으며) 미안해할 필요없어. 똑같은 일이 우리집에서도 일어나는 걸.
부인 A : 요즈음 아이들은 달라. 내가 어릴적 만해도 결코 어머니한테 달려들지 못했는데.
부인 B : 나도 마찬가지였어. 이유를 모르겠어. 그렇지만 요즈음은 어른에 대한 공경심이 없는 것처럼 보여.

이 어머니들은 오늘날의 많은 다른 부모들과 같다. 그들은 그들 자녀들의 태도가 예전 그들이 어렸을 때 지녔던 태도와 자주 다르게 보인다고 생각한다. 부모들은 이것에 대해 자주 혼돈에 빠진다.

STEP은 부모들이 그들의 아이들과 좀더 효과적으로 관계 맺는 것을 도와주도록 고안되어 있다. 이것은 좀더 유능한 부모가 되기 원하는 사람들을 위한 훈련을 제공한다.

왜 부모들은 훈련이 필요할까?

오랫동안, 우리 사회는 아이들을 다루는 모든 종류의 직업인들—교사들, 심리학자들, 사회사업가들, 아동 정신병 의사들—을 위해서 특별한 훈련을 요구해 왔다. 그러나 아동 생활에 중요한 사람들—부모들—은 특별한 훈련 없이 보통 아동—양육의 일을 취해 왔다.

오늘날 부모들을 훈련시켜야 할 필요성은 수많은 이유들, 모든 사회 변동과 관련되어 있는 이유들 때문에 잘 인식되어져 가고 있다. 전제적인 태도에서 민주적인 태도, 그리고 사회 평등으로의 우리 사회의 일반적인 변화는 대부분의 사람들, 특별히 부모들이 맞아들일 준비가 잘 되어 있지 않은 도전들을 주었다.

오늘날의 대부분의 부모들이 키워졌던, 보다 엄격하고 전제적인 사회에선 사람들 간의 관계가 사회적 순위의 의미로 이해되어졌다. 가정에서 아버지는 최고의 권위자로 여겨졌다. 어머니는 그에게 추종하는 것으로 간주되어졌고, 아이들은 그들 모두에게 추종하는 것으로 간주되어졌다. 사회는 잘 조직되어 있었다. 즉 사람들은 "그들의 위치를 알았다." 만약 우리 사회가 그 엄격한 구조를 계속 지니고 있다

면, 오늘날 많은 사회적 문제들은 발생되지 않았을 것이다. 그러나 사회는 정적이지가 않다. 그리고 거대한 변화들은 사회 질서의 적합한 근거에 대한 기본적인 질문들을 하게 된다.

전에 열등으로 생각되어졌던 어떤 그룹은 그들의 위치들을 심중내게 되었다. 소수파들은 좋은 위치에 있는 사람들과 동등한 취급을 요구했다. 부인들은 남성 우위의 원칙에 도전을 했다. 기본적인 전제들에 대한 이같은 도전들은 과거의 전제적인 사회와 근본적으로 다른 사회를 만들어 내었다. 우리 사회는 모든 사람들이 동등하게 취급되기를 주장하는 사회 체제가 되고 있다.

물론, 아이들은 사회적 관계의 이같은 변화에 의해 영향을 받아왔다. 아마도 성인과 아이들 간의 관계에 가장 뚜렷한 영향은 남자와 여자 간의 관계의 변화이다. 최근 몇 년간 널리 대중화되어진 여성해방 운동은 짧은 시간 동안 발전되어졌다. 제1차 세계 대전 전에는 여성들은 그들의 투표권에 대한 승인을 요구했었다. 제2차 세계 대전 중에는 여성들의 거대한 수가 작업 소원으로 들어갔다. 전쟁 후 많은 여성들이 개인적인 만족을 위해서, 그리고 가족의 풍요를 위한 추가 수입을 제공하기 위해서 직장에 남았다. 여성의 증가된 수가 대학에 갔고 전문 직업을 가졌다.

그들의 능력들과 권리들에 대한 증가하는 자각과 함께 그들의 법적인, 그리고 경제적인 지위가 개선될 것을 더욱 주장하게 되었다. 많은 남성들은 여성의 해방 운동에 방어적으로 반응해 왔다.

이같은 개개 남성들과 여성들 간의 경쟁은 사회 변혁의 구조 안에서 발전한다. 주권 혹은 개인의 권리들을 위한 투쟁이 있는 가정에 태어난 어린이들은 그들도 역시 권리들을 가지고 있다고 쉽게 판단한다. 그러나 아이들은 자신의 권리를 성취하는 민주적인 방법이 다른 사람들의 권리를 존중하는 것이라는 것을 쉽게 이해하지 못한다. 오늘날 아이들은 그들이 권리들을 가져야만 하고 부모들은 책임을

가져야만 한다고 믿는 경향이 있다. 무책임의 결과들로부터 우리의 아이들을 지나치게 과잉 보호함으로써, 우리는 이같은 권리들과 책임들에 대한 균형 잡히지 않은 이해를 배양해 왔다.

그러나 문제는 거기서 그치지 않는다. 그들의 권리들을 구하는 데 있어서 요즈음의 아이들은 어른들의 임의의 규칙에 순종하기를 꺼린다. 이같이, 아이들로부터 복종을 얻어 내는 전통적인 기술은—상과 벌을 주는—더 이상 예전같이 효과적이지가 않다. 오직 아이들이 어른들을 우수하다고 생각할 때만 어른들이 그들을 벌할 권리를 가지고 있다고 믿는다.

오늘날의 아동들은 보상이 그들의 권리라고 생각하는 경향이 있다. 보상에 의존하는 부모들은 아이가 보상이 주어질 때만 수행하고 보상이 노력할 가치가 있어 보이지 않는 한 보상에 반응하지 않을 것이라는 것을 자주 발견한다. 5세의 캔디바는 청년기엔 오토바이가 될지도 모른다.

벌도 역시 예전처럼 효과적이지가 않다. 아동들은, "당신이 나를 벌 줄 권리를 가지고 있다면 나도 당신을 벌 줄 권리를 가지고 있다"라고 생각하게 되었다. 벌을 일단 사용하면, 그것을 지속적으로 반복할 때만 효과적이다.

그런데 우리의 딜레마는 이것, 즉 '우리가 무엇을 할 것인가? 오늘날의 아동들을 기르는 데 겪는 도전들을 어떻게 대처해야 할 것인가?'이다. 우리가 만약 과거의 좀더 전제적인 사회로 돌아갈 수 있다면 아동들과의 문제들은 사라질 수도 있는데, 그러나 이것은 민주주의의 원칙들과 일치하지 않는 우위—하위 구조 양식으로 되돌아가기를 요구하는 것이다. 더우기 권리들을 획득한 이들은 기꺼이 그것들을 포기하고자 하지 않는다. 대안책은 관대함으로의 방향 전환이 될 것이다—아동들의 행동에 최소한의 제한을 가하는 그러나 관대함은 우리가 현재 겪는 것보다 더 많은 혼돈을 생산해 낼 것이

다. 어떤 사회도 그 구성원의 행동에 어느 정도의 제한을 두지 않고는 존속할 수 없다.

부모와 아동들의 사회적 평등

민주사회에서 각 사람은 책임있게 행동해야만 한다. 우리가 신뢰할 수 있는 성인들을 만들어 내야만 한다면 우리는 가정에서 신뢰할 수 있는 어린이를 만듦으로써 시작해야 한다. 상과 벌은 과거에 그랬던 것만큼 효과적이지가 않기 때문에 아이들과 어른들 간에 새로운 관계를 창조해 낼 필요가 있다. 사회적 평등은 민주적인 변혁이 추구하고 있는 이상이기 때문에, 새로운 아동－양육 방법들은 민주주의 원칙들 위에 기초되어져야만 한다.

민주적인 아동－훈련 방법들은 평등의 원칙과 상호 존중 위에 기초를 두고 있다. 우리는 동일의 의미로써 평등을 규정하지 않도록 조심해야 한다. 분명히, 어른들과 아동들은 동일하지 않다. 신체적 차이 뿐만 아니라 어른들은 보통 더 지식적이고 경험이 많으며 아동들이 갖고 있지 않는 어떤 법적, 그리고 경제적 권리, 특권, 그리고 책임들을 가지고 있다. 그러므로 '평등'은 아동들이 '인간의 가치와 존엄성'의 의미에서 어른들과 동등하다는 것을 의미한다. 민주사회에서 모든 사람은 사회가 규정한 제한 안에서 존중과 자기－결정권이 주어진다.

민주주의는 선택을 허용한다. 민주적인 부모는 아동들이 제한된 범위 안에서 결정하고 이 결정들에 대해 책임지는 기회들을 제공한다. STEP을 통하여 당신은 상과 벌을 대신하고, 선택을 허용하고, 아동들로 자신들의 결정들에 대해 책임질 수 있도록 허용하는 훈련의 기술들과 친숙하게 될 것이다. 이것은 '자기－훈련'을 만든다. 상과 벌에 대한 이 대안법은 '자연적이고 논리적인 귀결들'이라고 불린다.

민주적인 부모는 또한 격려를 사용한다. 이것은 아동을 사랑과 존중을 요구하는 독특한 개인으로 존중하는 것을 의미한다. 나중 장에서, 당신은 당신 아동들을 격려하기 위한 특수한 기술에 대해 배울 것이다.

과거의 통제나 지배와 대조된 영향과 설득의 시기에, 부모들은 자녀의 행동, 부적절한 행동, 그리고 감정들을 이해하는 것을 배우는 것이 필수적이다. 이 장의 나머지 부분과 제 2장은 아동을 이해하는 법에 할애될 것이다.

행동 이해

아동들의 행동을 설명하는 널리 알려진 방법들이 있다. 어떤 사람들은 행동이 무엇보다도 유전의 결과라고 믿는다. 다른 이들은 행동이 대체로 환경적 영향－아동들을 둘러싼 사람들과 사건들－에 의존한다고 믿는다. 또한 어떤 시기에 예정적으로 발생하는 단계들을 아동들이 지나게 된다는 공통된 믿음이 있다. 간단하게 이들 각 생각들을 검토해 보자. 일반적으로 아동들이 어떤 특색의 기질을 갖고 태어난다고 생각되고 있지만 성격 특성의 직접적인 계승 사실이 입증되어 본 적이 없다. 만약 행동이 무엇보다도 유전의 결과라면 왜 같은 가족의 아동들이 크게 다른 성격들을 가지고 있는 것인가?

행동이 그 사람의 환경에 기인한다는 이론은 다른 흥미있는 의문을 일으킨다. 즉 만약 행동이 환경적으로 기인된 것이라면 개개인들은 왜 폭넓은 다양성으로 동일한 환경들에 반응을 나타내는 것일까? 행동이 내적 힘에 의한 것, 혹은 외적 힘에 의한 것이라고 믿는 이들은 환경적 조건들에 어떻게 반응할 것인가를 결정하고 선택하는 개개인들의 창조적 능력을 인정하지 않는다.

부모들은 또한 연령과 단계들에 대한 많은 것을 듣는다. "서투른 두살이!" "모든 5살짜리 아이들은 그렇게 한다!" "걱정하지 말아요. 그는 한 단계를 지나고 있을 뿐이예요." "그녀 나이 또래의 모든 소녀들은…" "그는 그 습관을 벗어 버리게 될 것이다"기타 등등. 어른들에게 반항적인 반응을 하는 단계들을 가지고 있는 것으로 보일지라도 이것이 부적절한 행동을 받아 주는 이유로 사용되지 말아야 한다.

경험을 통해 이 소위 법칙들이라는 것에 많은 예외들이 있으며, 비협동적인 아이들이 그 태도를 항상 벗어 버리지는 않는다는 것을 본다. 대신 그들은 어떤 행동 양식을 설립하는 과정에 있는 것이다.

"소년들은 소년들같이 될 것이다." 그리고 "소녀들은 천성적으로 더 다루기 쉽다"라는 성-역할의 고정 양식은 우리로 하여금 어떤 행동들을 예견하고 강화하도록 영향을 주어 왔다. 우리는 보통 소녀들은 협조적이고 소년들은 반항적이거나 게으르다고 기대해 왔는데 이 기대에는 상당한 힘이 있다. 소녀들은 어머니를 돕는 자가 되기 위해 보상을 받아 왔고, 소년들은 돕도록 기대되어 오지 않았다. 이 같은 성-역할의 고정 양식은 '당연한' 것처럼 보여지게 되었다.

거기다가 우리는 아동들의 방해하고, 비협동적이고, 반항적인 행동을 '정상적'인 것으로 받아들이게 되었다. 우리는 그것에 대해 아무것도 할 수 없다는 생각 가운데 부정적인 행동들을 기대하고 받아들이고 있다.

문제는 인간의 행동 이해에 대한 우리의 부족과 아동들로 좀더 협동적으로 행동하도록 영향을 줄 힘이 없다는 우리의 생각에 놓여 있다. 우리는 아동들의 나쁜 행동이 연령 혹은 단계의 결과가 아니라는 것을 깨달을 필요가 있다. 그것이 전형적인 것일지는 몰라도 우리는 그것을 기대하고, 받아들이고 혹은 정상적인 것으로 생각할 필요가 없다. 아동들의 행동과 부적절한 행동을 이해하는 부모들은 자녀들

에게 영향을 줄 수 있는 훨씬 나은 위치에 있다.

STEP 접근법은 모든 행동이 사회적 목적을 위해 일어난다는 인식과 함께 시작한다. 사람들은 소속됨을 삶의 중요한 목표로 하는, 결정을 하는 사회적 존재들이다. 우리 각 사람은 의미있는 지위를 찾고 유지하기 위해 계속적으로 고투한다. 탐색 과정 중에 우리는 우리에게 의미를 줄 신념들, 느낌들, 그리고 행동을 선택한다. 행동은 그 결과들을 관찰함으로 가장 잘 이해될 수 있다.

2장에서 우리는 우리의 정서적인 성장을 논할 것이다. 지금은 우리의 자녀들이 왜 부적절한 행동을 하는지 이해하기 위한 노력을 계속해 보라. 이들 목적들을 이해하는 것은 우리로 좀더 유능한 부모가 되게 할 것이다.

부적절한 행동의 4 가지 목표

부적절한 행동을 하고 있는 아동들은 낙심되어 있다. 그들은 긍정적인 방법들로는 소속될 수 있다고 믿지 않는다. 그래서 그들은 부적절한 행동을 통하여 소속되기를 구한다.

유명한 정신병리학자인 루돌프 듀리커스는 아동들의 부적절한 행동을 크게 4가지 영역으로 분류했다. 듀리커스는 이들 영역들을 부적절한 행동이 아동에게 어떤 것을 성취케 한다는 의미에서 '목표들'이라고 불렀다.

비록 4가지 목표들이 처음엔 복잡해 보일지라도 어떤 부모도 두 가지 간단한 기술들을 사용함으로 아동의 부적절한 행동의 목적을 어떻게 발견할지를 배울 수 있다는 것을 발견해 왔다. 부적절한 행동은 목적을 제공해 주기 때문에 그것의 결과들을 다음과같이 관찰함으로 가장 잘 이해되어진다.

1 아동의 부적절한 행동에 대한 당신 자신의 반응을 관찰해 보라. 당신의 감정들이 아동의 목표들을 지적해 준다.

2 바로잡아 주고자 하는 당신의 시도에 대한 아동의 반응을 관찰하라. 당신의 행동에 대한 아동의 반응은 아동이 무엇을 구하고 있는가를 알게 해줄 것이다.

요약컨대 부적절한 행동 그 자체보다 그 행동의 결과들을 살피도록 훈련하라. 부적절한 행동의 결과들은 그것의 목적을 드러낸다.

마음에 이같은 기술들을 명심하고, 듀리커스의 부적절한 행동의 네 가지 목표들을 살펴보자.

관심

듀리커스가 밝히는 첫 번째 목표는 관심이다. 관심에 대한 욕구는 어린 아동들에게 거의 보편적이다.

아동들은 긍정적인 방법들로 관심을 끌기를 좋아한다. 그러나 만약 그같은 방법으로 관심을 끌 수 없다면 그들은 부정적인 방법들로 관심을 구한다. 관심을 받고 있을 때만 소속될 수 있다는 확신을 지니고 있는 아동들은 무관심보다도 부정적인 관심을 더 좋아한다.

우리의 두 가지 – 방법 지침에 따라 아동의 부적절한 행동 목표가 관심이었는지를 알기 위해 그 행동의 결과를 검토해야 할 것이다. 우리가 단지 화를 내고 다짐하거나 달래서 아동의 부적절한 행동을 바로잡고자 한다면, 아동은 이미 원하는 관심을 받은 것이 된다. 또한 아동의 반응이 부적절한 행동을 일시적으로 멈춘 것이었다면, 관심의 목표는 도달되어진 것이다. 후에 그 아동은 관심을 얻기 위해 그 행동을 다시 하거나 그밖의 다른 행동을 하게 될 것이다.

관심을 구하는 아동들을 돕기 위해, 그들이 관심이나 도움을 위

한 부정적인 시도보다는 긍정적인 기여를 통해 가치감(의미있는 지위)을 성취할 수 있다는 것을 그들에게 보여주기 위해서 우리의 반응들을 바꿔야만 한다. 우리는 그들의 건설적인 행동에 초점을 맞추어야만 한다. 즉 우리는 부적절한 행동을 무시하거나 그들이 기대하지 않는 방법들로 그것에 관심을 주어야만 한다.

관심은 요구에 따라 주어지지 말아야 한다. 긍정적인 행위들에조차도, 왜냐하면 이것은 주의에 대한 부적절한 욕구를 강화하기 때문이다. 아동들은 그들이 '중심 무대'에 있지 않으면 그들은 소속되어 있지 않다고 쉽게 믿게 된다.

관심을 주는 적절한 방법은 그것이 기대되지 않을 때 주는 것이다. 이것은 얻게 된다는 것보다 준다는 데 강조를 둔다. 우리는 이 시점에서 이 말들이 지나치게 단순화된, 성급한 해결책인 것처럼 들린다는 것을 안다. 그러나 지금 우리는 오직 부적절한 행동의 강화를 어떻게 멈출 것인가 하는 개괄적인 생각을 이해하도록 하는 데만 관심을 두고 있다.

앞으로 더욱 당신은 부적절한 행동의 4가지 목표들을 다루는 좀 더 구체적인 방법들을 배우게 될 것이다.

힘

힘을 구하는 아동들은 그들이 왕초가 될 때만 중요한 존재가 된다고 느낀다. 그들은 원하는 것만 하고자 한다. "아무도 나로 어떤 것을 강제로 하게 할 수는 없어" 혹은 "너는 내가 원하는 것을 하는 게 좋아." 부모들이 그를 복종시키는 데 성공한다 할지라도 승리는 일시적일 뿐이다. 부모는 논쟁을 이길지는 몰라도 자녀와의 관계는 잃게 된다.

아동이 반항적일 때, 부모는 화가 난다. 그 아동을 꾸짖어 바로잡

고자 하는 시도는 거의 성공적이질 못하다. 그 아동은 부모를 무시하고 부적절한 행동을 계속하거나 일시적으로 멈추고는 다음엔 더 심하게 계속할 것이다. 힘의 다툼을 하는 어떤 아동들은 그들에게 요구된 것을 하지만 부모가 원하는 방식으론 하지 않는다. 우리는 이것을 '반항적인 순종'이라고 부른다.

대체로 힘을 추구하는 아동들을 다룰 때 어른들은 화내는 것을 금해야만 하며 자신이 힘겨룸에 빠지지 않게 해야만 한다. 힘을 추구하는 아동들의 욕구를 반격하기 위해 힘의 전략을 사용하는 것은 그들에게 힘의 가치를 더욱 강하게 인식시켜 주며, 그것에 대한 욕구를 증가시켜 줄 뿐이다.

만약 힘에 대한 투쟁이 계속되고 아동들이 부모를 이길 수 없다고 느끼게 되면, 그들은 힘에 대한 욕구를 바꿔서 제3의 목표인 복수를 추구하게 될 것이다.

복수

복수를 추구하는 아동들은 그들이 사랑스럽지 않다고 확신하고 있다. 또한 그들은 상해를 받아 왔다고 믿는 대로 다른 이들을 상해할 수 있을 때만 중요한 존재가 된다고 확신한다. 그들은 잔인해지고 남에게 미움을 삼으로써 그의 지위를 발견한다.

복수심이 강한 아동의 부모는 깊은 상처를 느끼며 보복해 주기를 원한다. 아동은 더욱 더 복수 행위를 행함으로 그들의 반격에 반응한다. 즉 부적절한 행동의 강도를 강화하거나 다른 종류의 무기를 선택한다. 이때 부모들은 그 아동의 복수에 찬 행동이 낙심에서부터 온 것이라는 것과 그것이 반드시 부모에 의해 '기인된' 것은 아니라는 것을 깨달을 필요가 있다.

이 복수심에 찬 아동을 도와주기 위해선, 무엇보다 먼저 부모는

앙갚음하지 않도록 주의해야만 한다. 그것이 어려운 만큼, 그들은 잠잠히 있거나 좋은 뜻을 보여줌으로 아동과의 관계를 개선해야 한다.

만약 부모와 아동들 사이에 보복의 전쟁이 계속된다면, 그리고 아동들이 철저히 패배감을 느끼게 된다면, 아동들은 무기력함을 나타냄으로 그들의 행동을 포기하고, 그들의 행동에 대해 용서를 구할지도 모른다.

무기력한 모습

무기력 혹은 무능력을 나타내는 아동들은 극도로 낙심되어져 있다. 그들은 성공의 희망을 포기해 버렸기 때문에, 다른이들이 그들에 대해 어떤 것도 기대하지 않도록 하고자 한다. 포기는 전체적으로, 혹은 그들이 성공할 수 없다고 느끼는 영역들에서만 일어난다.

부모는 그들도 역시 절망감을 느끼고 포기를 원한다면, 즉 "그들이 두 손을 들고 싶다"고 느끼면 아동이 이 목표를 추구하고 있다는 것을 알 것이다. 그 아동은 수동적으로 반응하거나, 혹은 부모가 하는 무엇에든지 반응하지 못한다. 그 아동은 개선되지 않는다.

무기력을 느끼는 아동을 돕기 위해서 부모는 모든 비판을 금해야만 하며, 대신 그 아동의 재질들과 장점들에 초점을 맞추어야만 한다. 부모는 아동이 개선하고자 하는 노력을, 그것이 아무리 작게 보인다 할지라도 상관없이 격려해야만 한다.

비록 우리가 관심 얻기로부터 힘, 복수 그리고 무기력한 모습까지 하나의 진행 과정으로 부적절한 행동의 4가지 목표들을 제시했지만 '아동들은 이 과정을 따르지 않을 수도 있다.' 왜냐하면 그들은 그들의 지각에 따라 그들의 목표를 선택할 것이기 때문이다. 예를 들어, 수동적으로 관심을 추구하는 응석받이 아동은 부모가 그 아동에 대한 확신의 부족으로 그를 과잉보호하는 것을 본다면 그는 즉각 무

기력함을 나타내는 데로 진전할 것이다. 학대를 받아온 아동들처럼, 응석받이 아동들은 그들의 삶의 어려움들을 극복할 힘이 없다고 결론내릴 수 있다.

모든 부적절한 행동은—관심을 구하는 부적절한 욕구조차도—낙심에서부터 나온 것이라는 것을 기억하라. 이런 아동은 활동적이고 건설적인 방법으로 행동할 용기가 부족하다. 아동은 그가(혹은 그녀가) 지위의 실제적인 상실을 느끼지 않거나 혹은 상실의 위협을 받는다고 느끼지 않는 한 부적절한 행동을 하지 않는다. 부적절한 행동이 제공하는 목표가 무엇이든지, 그것은 오직 이 방법으로만 그가 그룹 속에 소속될 수 있다는 확신 가운데 행해지고 있는 것이다. 이따금 그가 (혹은 그녀가) 상황을 어떻게 해석하느냐에 따라서 목표들을 바꿀 수 있다. 혹은 다른 목표들을 위해서 동일한 부적절한 행동을 사용하거나, 동일한 목적을 사용할 수 있다. 반대로 동일한 목적을 위해서 다른 방법들을 사용할 수 있다. 우리는 오직 그 결과들을 관찰함으로 아동이 구하고 있는 목표를 발견할 수 있다. 일단 우리가 그 목표를 발견하면 우리는 그 아동을 돌이키기 시작할 수 있는 위치에 있게 된다.

아동들이 그들의 부적절한 행동의 결과들을 비록 자주 인식하고 있더라도, 그들의 목표를 보통은 인식하고 있지 않다.

이젠 우리를 향한 아동들의 행동과 의도들이 오직 우리가 우리의 접근법들을 바꿀 때만 변화될 것이라는 것이 명백해질 것이다. 우리가 아동들로 부적절한 행동을 하게 하지 않더라도, 우리는 그들이 기대하는 방법들로 반응함으로써 그들의 부적절한 행동과 잘못된 목표들의 선택을 격려하고 강화할 수 있다. 그러므로 우리는 아동이 그들의 행동을 변화시키길 원한다면 우리 자신의 행동을 변화시키는 데 집중해야만 한다.

아동들은 4번째 목표(목표 4, 무기력한 모습은 포기를 내포하고

있기 때문에 이 목표를 추구하는 아동은 오직 수동적으로만 행동할 수 있다)를 제외한 부적절한 행동의 목표들을 적극적으로 혹은 수동적으로 추구한다.

340 페이지에 있는 도표 1A는 부적절한 행동의 4가지 목표들, 혹은 목적들을 설명해 주고 있다.

긍정적인 관계를 형성하기 위한 4가지 기본적인 요소들

아동—훈련 기술들은 당신이 당신의 자녀들과 긍정적인 관계를 세우기 위한 노력을 하고 시간을 갖고자 하지 않는 한 아무런 효과가 없을 것이다. 아래의 4가지 요소들은 효과적인 부모—아동 관계에 필수적인 것들이다.

상호 존중

어떤 연령의 사람들 사이의 문제라도 보통은 상호 존중의 부족에서 나온다. 부모들은 그들의 자녀들이 그들을 존경하지 않는다고 자주 불평을 한다. 그들은 존중이 획득되어진다는 것, 즉 그것은 다른 이들에게 존중을 보여줌으로써 얻어진다는 것을 알고 있지 못하는 것처럼 보인다. 잔소리하고, 고함지르고, 때리고, 무시해서 말하고, 아동이 할 수 있는 것을 대신하고, 이중 기준들에 따르는—이 모든 것들이 존중의 부족을 보여준다. (당신 자신에게 물어보라. 당신 침실에 아이들이 들어 오기 전에 노크할 것을 요구하지만 당신은 그들의 침실에 난입하는 것에 자유를 느끼지는 않는가?)

상호 존중을 세우기 위해서 우리는 자녀들에게 존중을 보여줌으로써 기꺼이 시작해야만 한다. 좋은 출발점은 당신의 부정적인 발언

을 최소화하는 것이다. 분위기가 부드러울 때 자녀들과 이야기하라.

STEP에서 당신은 상호 존중의 기초 위에 아동들을 다루는 많은 다른 방법들을 배울 것이다.

즐거운 시간 갖기

현대 생활의 바쁜 흐름 중에, 긍정적인 가족 관계를 형성하기 위한 이 중요한 요소를 간과하기는 매우 쉽다. 그러나 실제적으로 그것은 우리가 생각하는 만큼 많은 시간이 걸리지 않는다. 시간과 함께 중요한 요소는 '질'이다. 긍정적인 관계의 한 시간은 갈등의 여러 시간들보다 더 가치가 있다.

즐거움을 위한 시간을 갖도록 권한다. 매일 당신의 각 자녀들과 함께 서로 즐기는 것을 하면서 일정한 시간을 보내라. 그러나 둘 중 하나라도 이 시간을 부담스럽게 느낀다면 즐거움은 깨어진다. 아버지와 어머니는 시간을 나누어서 각각의 날에 각각의 아동과만 보낸다. 그리고 다음에 날짜들을 바꾼다. 잠자는 시간은 함께 보낼 즐거운 시간으로 많은 이들에게 애호되고 있다. 중요한 것은 당신과 당신의 자녀들이 시간을 보낼 방법을 함께 계획하는 것이다. 각 아동은 그가 혹은 그녀가 당신과 함께 특별한 시간을 가질 것을 알 것이다. 만약 다른 아동이 간섭한다면 당신이 말해야만 하는 전부는 "지금은 존과 내가 함께 지내는 시간이야. 너와 나는 우리가 약속했던 시간에 함께 지내게 될거야"이다.

개별적인 시간들뿐만 아니라 적어도 일 주일에 한 번은 가족 전체가 즐거움을 가질 수 있는 시간을 보낼 필요가 있다.

격려

우리 자녀들이 그들 자신들을 신뢰하고 있다면 우리는 그들을 신뢰해야만 한다. 자신에 대한 신뢰감을 갖기 위해, 아동들은 빈번한 격려를 필요로 한다. 협조적인 관계는 아동들이 그들 자신들에 대해 어떻게 생각하는가, 그리고 당신에 대해 어떻게 생각하는가에 달려 있다.

도표 1 B(p. 341)는 부적절한 행동의 4가지 목표에 대한 긍정적인 대응 목표들을 제시하고 그 긍정적인 목표들을 어떻게 격려할지를 제안한다. 여기선 격려가 기본적으로 아동들의 자질과 장점을 인식하면서 그들의 잘못들의 중요성은 최소화한다는 점을 지적하는 것으로 족하리라 본다.

사랑을 전달하기

당신은 얼마나 자주 말과 행동들로써, 당신이 당신 자녀들을 사랑한다고 그들에게 말하고 있는가? 안정감을 느끼기 위해서, 각 아동은 적어도 하나의 의미있는, 사랑하고 사랑받는 사람을 갖고 있어야만 한다. 당신이 당신 자녀들을 사랑한다고 그들에게 말하는 것(특별히 이같은 말을 예상하고 있지 않을 때), 그리고 등두드리고, 껴안고, 키스하고, 머리를 쓰다듬는 것은 극히 중요하다.

사랑은 또한 당신이 일반적으로 당신 자녀와 관계를 갖는 방법—당신의 상호 존중의 태도를 통해서, 그리고 그들로 하여금 책임감과 독립심을 발달시키도록 허용함을 통해서—으로 전달된다는 것을 깨달을 필요가 있다.

질문들

1. 본과는 오늘날의 부모가 훈련을 필요로 한다는 것을 말하고 있

다. 이같은 훈련을 필요로 하는 사회에는 무슨 일이 발생되어 왔나?

2. 상과 벌은 훈련의 방법으로서 왜 과거만큼 더 이상 효과적이지가 않는가?

3. 본과는 상과 벌의 전제적 방법들에 대한 대안법으로 아동에게 민주적인 방법들을 사용할 것을 제안한다. '민주적 방법들'이란 무엇을 의미하는가?

4. 본과는 인간 행동에 관해 무엇을 확신하는가? 이것을 어떻게 아동들에게 적용하는가?

5. 왜 아동들은 부적절한 행동을 하는가? 부적절한 행동의 4가지 목표들은 무엇인가?

6. 당신 자녀의 부적절한 행동의 목표를 발견하기 위해 사용할 수 있는 두 가지 기술은 무엇인가? 당신의 자녀가 관심의 목표를 구하고 있다면 당신은 그것을 어떻게 아는가? 힘은? 복수는? 무기력의 모습은? 아동은 무슨 목표를 구하고 있는지 아는 것이 왜 중요한가?

7 일반적으로 우리의 자녀가 부적당하게 관심을 구하고 있을 때 우리가 해야만 하는 것이 무엇이라고 본과는 말하는가? 힘을 구하고 있을 때는? 복수를 구하고 있을 때는? 무기력한 모습을 보일 때는?

8. 우리는 왜 아동의 행동을 변화시키는 일에 집중하기보다 우리 자신의 행동을 변화시키는 데 집중할 필요가 있는가?

9. 긍정적인 관계를 세우기 위한 4가지 기본적인 요소들은 무엇인가?

문제 상황

5살 짜리 Jamie는 매우 부끄러움을 탄다. 그는 어머니와 함께 밤에 외출을 하다가 엄마 친구 한 분을 만났다. Jamie는 어머니 뒤에 숨어서 엄지 손가락을 빤다. 그의 어머니는 그를 달래어 나오게 해서 그녀의 친구에게 인사를 하게 하고자 노력한다. 그러나 Jamie는 그의 머리를 꼭 숨기고 계속해서 엄지 손가락을 빤다. 어머니는 그녀의 친구에게 미안해 하며 용서를 구한다. "Jamie가 매우 부끄러움을 타. 그런 단계를 지나고 있는 모양이야."

1. Jamie 행동의 목적은 무엇인가?

2. 그 목적에 대해 어떻게 결정을 내렸는가?

3. 부끄러움은 힘에 대한 욕구의 표현일 수 있는가?

4. 아동이 부끄러움을 힘보다는 다른 목적을 위해 어떻게 사용할 수 있었는지 설명하라.

주간 활동

본 주간 동안, 이 장에서 설명된 4가지 목표들 중의 하나를 따르는 당신 자녀들의 부적절한 행동을 분석하라. 다음의 지시문을 이용하라.

1. 당신 자녀가 무엇을 행했는지 설명하라.
2. 당신의 감정들과 구체적으로 어떻게 반응했는가 설명하라.
3. 당신의 반응에 대해 아동은 어떻게 반응했는가 설명하라.
4. 수정하고자 했던 당신의 노력에 대한 아동의 반응과 당신의 감정을 생각하면서, 그 아동 행동의 목적이 무엇이었는지 결정하라. 또한, 긍정적인 목표들의 증거를 찾고 그것들을 격려하라.

기억해야 할 요점들

행동 이해하기

[1] 유능한 부모가 되는 것은 인내를 요구한다. 한 번에 한 단계를 취하라.

[2] 민주적 관계를 통해 자유롭게 되는 것은 가족의 모든 구성원들을 보다 책임감있고 능력있게 만든다.

[3] 민주적 방법들은 평등과 상호 존중에 기초를 둔다.

[4] 민주적 방법들은 선택을 허용한다.

[5] 모든 행동은 사회적인 목적을 갖는다. 부적절한 행동의 목표들은 관심, 힘, 보복, 무기력함 나타내기이다.

[6] 아동의 부적절한 행동에 대한 당신의 반응과 느낌은 그 행동의 목적을 지적해 준다.

[7] 아동의 행동은 당신 자신의 행동을 변화시킴으로 가장 효과적으로 영향을 받을 수 있다. 책임을 다할 수 있는 아동들은 책임을 다할 수 있는 부모들에 의해 영향받은 것이다.

[8] 아동이 부적절하게 행동하고 있을 때 그가 기대하지 않는 것을 하라. 즉 당신이 전형적으로 행하던 것과 반대되는 행동을 하도록 고려해 보라.

[9] 행동들이 오직 관심을 얻기 위해서 의도되어진 것이 아닌 한, 아동의 긍정적인 행동들에 대한 인정을 보여주라.

[10] 힘의 대결은 피하라.

[11] 보복 행위는 복수심을 더욱 자극하기 때문에, 복수심이 강한 아동에게 보복 행동을 하지 말라. 관계의 질을 개선하려는 좋은 뜻을 표현하라.

[12] 잘못을 찾아 내려고 하기 보다 아동의 자질과 장점들에 초점을 두라.

[13] 아동에 대한 신뢰를 보여주는 것은 아동의 자기 확신을 발달시키도록 도울 것이다.

[14] 힘을 자주 추구하는 아동은 다른 사람들을 지배하기 좋아하는 부모를 가지고 있다.

[15] 무기력함을 나타내는 아동은 할 능력이 없는 것이 아니다. 그것보다 자기 자신에 대한 확신이 부족하다.

〈도표 1A〉

나쁜 행동의 목표들

아동의 잘못된 확신	아동의 목 표	부모의 감정과 반응	부모의 수정 시도에 대한 아동의 반응	부모를 위한 대안책들
내가 주목을 받거나 도움을 받고 있을 때만 소속된다.	주의 (관심)	느낌 : 귀찮다. 반응 : 다짐해 말하거나 달래는 경향	일시적으로 나쁜 행동을 멈춘다. 후에 같은 행동을 다시 시작하거나 다른 방법으로 방해한다.	가능할 땐 부적절한 행동을 무시하라. 아동이 관심 욕구를 나타내지 않을 때 긍정적인 행동에 관심을 주라. 부당한 도움은 피하라. 다짐하기, 벌주기, 상주기, 달래기, 그리고 도움은 부당한 관심이다.
내가 통제자 혹은 왕초이거나, 아무도 나를 지배할 수 없다는 것을 증명하고 있을 때만 소속된다.	힘	느낌 : 화냄, 분노 마치 권위가 침해된 것 같음 반응 : 겨루거나 항복하는 경향	적극적 혹은 수동적인 공격적 행동이 강화되거나, 혹은 '도전적인 굴종'으로 항복	충돌을 피하라. 아동의 도움을 청하고 협력하여 힘을 건설적으로 사용하는 방법을 알게 하라. 힘다툼이나 굴복시키는 것은 오직 아동에게 힘에 대한 욕구만 증가시킨다는 것을 깨달으라.
내가 고통당했다고 느낀 대로 다른이에게 고통줌으로써만 소속된다.	복수	느낌 : 깊이 마음 상함 반응 : 보복한다	부적절한 행동을 강화함으로 혹은 다른 무기를 택함으로 더 심한 복수를 구함.	마음 상하는 것을 피하라. 벌과 복수를 피하라. 신뢰하는 관계를 형성하라. 즉 아동에게 그가 사랑받고 있다는 것을 확신시켜 주라.
나는 다른이들이 나에게 어떤 것도 기대하지 못하게 함으로만 소속된다. 나는 할 수 없다. 나는 무력하다.	무기력함 나타내기	느낌 : 절망 '나는 포기한다' 반응 : 아동이 아무것도 할 수 없다는 데 동의하는 경향	무엇에든지 수동적으로 반응하거나 반응하는 일에 실패한다. 아무런 개선을 보이지 않는다.	모든 비판을 멈추라. 아무리 미미할지라도 긍정적인 시도는 격려하라. 즉 자질들에 초점을 두라. 무엇보다 연민에 빠지지 말고, 포기하지도 말라.

* 당신 자녀의 목표들을 결정하기 위해서, 당신은 당신의 느낌들과 그를 바로잡고자 하는 당신의 시도에 대한 아동의 반응을 체크해야만 한다. 목표 확인은 관찰로써 판단하게 된다.
  a. 아동의 부적절한 행동에 대한 당신의 느낌과 반응
  b. 수정하고자 하는 당신의 시도에 대한 아동의 반응

이 장의 기간동안 당신의 상황을 숙고함으로, 당신은 부적절한 행동의 목표를 알 수 있을 것이다.

〈도표 1B〉

긍정적인 행동의 목표들

아동의 확신	목 표	행 동	긍정적인 목표를 격려하는 법
나는 기여함으로 소속된다.	관 심 포함됨 기 여	돕고 봉사한다	아동으로 기여의 가치를 알게 하고 당신이 그것을 이해하고 있다는 것을 알게 하라.
나는 결정할 수 있고 나의 행동에 책임을 질 수 있다.	힘 자율성 자신의 행동에 대한 책임	자기 규율을 보여준다. 자신의 일을 행하고 기략이 풍부하다.	아동이 결정을 만드는 일을 격려하라. 긍정적이고 부정적인 결과를 모두 경험하게 하라. 아동에 대한 신뢰를 표현하라.
나는 협력하는 일에 흥미가 있다.	정의감 공정함	고통에 대신해서 친절함을 베풂고 충고를 하찮게 보지 않는다.	아동이 협력하는 일에 흥미를 갖고 있는 것을 당신이 기쁘게 생각하고 있다는 것을 알게 하라.
나는 충동을 피하는 일을 결정할 수 있다.	충동으로부터 피함. 싸움을 거절. 다른이들의 의견 수용.	성냄을 무시한다. 자신의 행동을 결정하기 위해 힘의 대항을 피한다.	성숙하게 행동하려는 아동의 노력을 인식하라.