

# 육아 가이드 1 - 떼쓰는 우리 아이

똥고집에 드러눕기는 기본, 떼쓰는 아이 앞에서 인내심의 한계를 느끼곤 하지요. 아이는 떼쓰기를 통해 자기중심적인 성향을 언어와 행동으로 표현합니다. 아이의 떼쓰기를 줄이려면 부모와의 안정된 애착이 바탕이 되어야 합니다. 공감과 기다림만으로는 도저히 달래지지 않는 아이의 떼쓰기. 과연 어디까지 받아 주고 얼마나 단호해야 할까요? 아이가 떼쓰는 이유와 대처방법을 알려드립니다.

## 떼쓰는 행동, 왜 나타날까요?

분노는 나의 힘  
존재감 알리기



아이의 떼쓰는 행동 뒤에는 분노라는 감정이 있습니다. 분노는 칭얼거림이나 짜증부터 격노, 격분, 강한 흥분 상태 등 단계가 다양합니다. 아이는 왜 이렇게 분노할까요? 이는 목표 달성을 위한 본능이라 할 수 있습니다. 분노는 어떤 욕구나 목표를 달성하려는 행동을 저지당했을 때 주로 나타납니다. 적당한 분노는 권리와 자존심을 보호받는 방법입니다. 물론 부모 입장에서는 속이 타들어가지만 아이 입장에서는 이러한 행동이 자신의 존재를 알리는 방법입니다.

떼쓰기와 고집은 보통 3~4세 무렵이 가장 심합니다. 그러나 아이의 "싫어"는 일종의 독립선언이라는 점을 기억하세요. 부모의 도움 없이 두 발로 걸으며 내 몸을 내 뜻대로 움직인다는 자신감은 독립심으로 이어집니다. 떼쓰는 심리 속에는 분노가 있고, 그 밑에는 좌절감이 깔려있는 셈입니다. 사실 아이가 자연스러운 발달 과정에서 고집과 떼쓰기 단계에 돌입했다면 어느 정도는 아이의 자율성을 존중할 필요가 있습니다. 위험한 일만 아니라면 아이 혼자 해보게 하세요. 실수를 경험하며 더욱 단단해지고 자존감도 키울 수 있습니다.



떼쓰기는  
자아가  
강해지는 신호

## 어떻게 훈육할까요?

### ● 아이의 행동을 너무 제한하고 있지 않나요?

먼저 아이의 행동을 너무 제한하고 있지는 않은지 돌아보세요. 부모의 양육방식과 기준은 존중받아야 하지만, 같은 상황을 다른 부모들은 어떻게 보는지 한번 살펴볼 필요가 있습니다. 유독 예민하게 제한하는 행동의 목록을 만들어보시면 융통성을 발휘해 아이와 싸울 일도 줄어들 수 있습니다.

### ● 다루기 쉬운 것부터 시도하세요

아이가 떼쓰는 상황을 꼭 나열하고 그 중 가장 다루기 쉬운 것부터 어려운 것까지 점수를 매겨보세요. 이렇게 단계별로 해결방법을 적어놓으면 좀 더 효과적으로 대응할 수 있습니다.

### ● 일관성이 무엇보다 중요해요

훈육에서 가장 중요한 것은 일관성입니다. 사실 잘 알면서도 지키기 어려운 것이 문제죠. 훈육이 실패했을 때는 처음부터 다시 시작한다는 마음으로 인내심을 갖고 단계별로 차근차근 시도하는 것이 중요합니다.