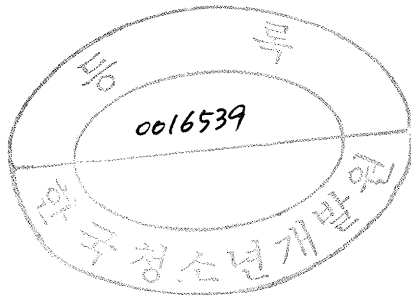


연구보고 03-R 27

# 청소년을 위한 부모 가이드



한국청소년개발원



## 목 차

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| 아동 학대 방지 .....                     | 1  |
| 1. 아동 보호 : 아동 학대 .....             | 3  |
| 2. 자녀와 대화하기 .....                  | 15 |
| 약물 남용 방지 .....                     | 17 |
| 1. 청소년 보호와 약물 남용 .....             | 19 |
| 2. 약물 남용 방지를 위해 부모가 할 수 있는 일 ..... | 23 |
| 3. 자녀들과 대화하는 법 .....               | 27 |
| 진로지도 .....                         | 31 |
| 1. 청소년들과 대화하는 법 .....              | 34 |
| 2. 고등학교 1학년이 중요하다 .....            | 38 |
| 3. 좋은 시작점 .....                    | 39 |
| 4. 기억하라 .....                      | 40 |
| 5. 여자 아이에겐 더 많은 관심이 필요하다 .....     | 41 |
| 6. 시골에서 살 경우 .....                 | 42 |
| 7. 재정적 지원 .....                    | 43 |
| 8. 야간 학교 .....                     | 44 |
| 9. 직업을 찾는 법 .....                  | 45 |
| 10. 부모가 도와 줄 수 있는 일 .....          | 46 |
| 11. 직업 유지하기 .....                  | 47 |
| 청소년 자살 예방 .....                    | 49 |
| 1. 진실과 허구 .....                    | 54 |
| 2. 위험 요소 .....                     | 56 |

|                                        |     |
|----------------------------------------|-----|
| 3. 보호 요소 .....                         | 62  |
| 4. 청소년 자살 예방 .....                     | 64  |
| <b>관계</b> .....                        | 73  |
| 1. 대화 .....                            | 77  |
| 2. 난관의 시기 .....                        | 88  |
| 3. 감정을 살리자 .....                       | 97  |
| 4. 자녀와 함께 하는 시간 .....                  | 105 |
| 5. 마지막 - 부모자신 돌보기 .....                | 112 |
| <b>청소년, 범죄, 그리고 사회</b> .....           | 115 |
| 1. 미디어에서 말하는 청소년 범죄를 모두 믿어야만 하나? ..... | 122 |
| 2. 청소년 범죄는 얼마나 심각한가? .....             | 125 |
| 3. 청소년 범죄자란 누구인가? .....                | 129 |
| 4. 청소년 범죄를 어떻게 설명할 수 있을까? .....        | 133 |
| 5. 왜 경찰과 청소년들 사이에서는 늘 문제가 일어날까? .....  | 137 |
| 6. 청소년 범죄자들을 우리는 어떻게 대해야 할까? .....     | 141 |
| 7. 청소년 범죄를 예방하는 가장 좋은 방법은? .....       | 145 |
| <b>사춘기의 건강</b> .....                   | 151 |
| 1. 사춘기의 시작 .....                       | 154 |
| 2. 흡연 .....                            | 156 |
| 3. 대마초 .....                           | 160 |
| 4. 음주 .....                            | 162 |
| 5. 직사광선 노출 .....                       | 164 |
| 6. 마약 .....                            | 165 |
| 7. 10대들의 성 .....                       | 168 |

|                                  |         |
|----------------------------------|---------|
| 적응유연성 있는 청소년으로 키우기 .....         | 173     |
| 나이가 들면서 화를 내는 부모 .....           | 195     |
| 걱정하는 부모 .....                    | 198     |
| 불안한 부모 .....                     | 201     |
| <br>청소년 위기감소 .....               | <br>203 |
| 1. 적응유연성과 낙천적인 사고방식 .....        | 209     |
| 2. 아이들과 청소년들의 적응유연성을 평가하기 .....  | 211     |
| 3. 학교와 가족의 적응유연성을 평가하기 .....     | 213     |
| 4. 우리 가족이라는 보트에 구명조끼를 준비하자 ..... | 214     |
| <br>자녀를 보호하는 법 .....             | <br>229 |
| 1. 아동학대 .....                    | 232     |
| 2. 아동 학대 방지하기 .....              | 240     |
| 3. 안전 수칙과 활동 .....               | 248     |
| 4. 아이들 다루기 .....                 | 262     |



# 아동 학대 방지

## Child Abuse Prevention

아동학대는 범죄입니다.

안 동 현



## 1. 아동 보호 : 아동 학대

호주스카우트연맹은 청소년들의 복지에 관하여 많은 관심을 가지고 있습니다. 오늘날 아이들을 위협하고 있는 많은 문제들 중에 아동 학대는 특히 심각한 이슈입니다. 아동 학대는 대다수의 부모에게 큰 불안감을 안겨 주는 것이 사실입니다. 다행히도 아동 학대는 막을 수 있으며, 부모들도 아이들이 아동 학대를 방지하는 전략을 습득할 수 있게 도와줄 수 있습니다.

### 아동 보호 전략

아동 보호 전략에는 세 가지 기본 법칙이 있습니다.

- ▲ 아이들이 위험한 상황을 인식할 수 있는 능력이 있어야 합니다.
- ▲ 아이들이 가해자들에게 저항할 수 있는 권리가 있다는 것을 그들에게 주지시켜야 합니다.
- ▲ 아이들이 학대를 당했을 때 성인에게 바로 말을 할 수 있어야 하며, 성인이 더 이상 일이 일어나지 않도록 일을 처리할 것이라는 확신을 주는 것이 중요합니다.

### 상황 파악하기

전통적으로 아이들은 모르는 사람을 조심하라고 이야기를 들어왔습니다. 그러나 연구에 따르면, 아동 학대는 아이들이 잘 알고 있는 사람이 주로 저지른다는 보고가 있으며, 불행히도 몇몇 몰지각한 보호자나 부모들에 의해서 발생하기도 하는 것이 현실입니다. 따라서 아이들에게 모르는 사람만 조심하라고 말을 한다면, 우리 아이들을 완벽하게 보호해주는 것이 아닌 것이 슬픈 현실입니다. 이 책자에 들어있는 몇 가지 과제가 여러분의 자녀들

에게 위험한 상황을 인식하고 안전하게 대처하는 방법을 기르는 것을 도와줄 것입니다.

‘방어적 행동’ 모델은 자녀들이 자신의 신체가 울리는 위험 신호를 알아챌 수 있도록 도와줄 것입니다. 예를 들어 위협을 받으면 배가 찌릿하게 아프다거나, 손바닥에서 땀이 난다거나 하는 것들을 말합니다.

#### 학대범들에게 저항을

아동 학대범들과의 인터뷰에서 나온 사실을 바탕으로 보면, 아이들이 저항을 하면 보통은 학대를 멈춘다고 합니다. 극소수의 아동 학대의 경우에만 폭력이 동반되므로, 아이들이 어떤 사람과의 (친구나 친척, 낯선 사람 등) 위험한 상황에서 소리칠 줄만 안다면 더욱 더 자신의 안전을 지킬 수 있을 것입니다.

#### 어른들에게 말하기

아이들은 부모나 선생님 또는 믿을 만한 어른들에게 다른 사람의 의심쩍은 행동을 말하도록 가르쳐야 합니다. 많은 경우 성인들은 어린이의 말에 귀를 기울이지 않으므로, 아이들이 성인들을 때까지 계속 이야기를 해야 한다는 것을 주지시키십시오.

가끔씩은 아이들이 무슨 일이 일어났는지 적극적으로 말을 하지 않을 수도 있습니다. 그러나 그런 와중에도 어떤 방식으로라도 일어났던 일을 표현하려고 하므로 주의를 요합니다. 예를 들어 아이들이 밖에 나갈 때 어떤 특정한 사람과 함께 나가려고 하지 않는 등, 잘 보면 알 수 있을 것입니다. 또한 성적으로 학대를 받는 아이들은 여분의 옷을 더 껴입는다든가 보통 사람들만져도 아무렇지도 않을 신체 부위조차 접촉을 꺼려하게 됩니다. 이런 것들이 바로 아이들이 학대를 당하고 있다는 징후가 될 수 있으므로, 부모들은 주의를 하십시오.

## 아이들이 학대의 대상임을 알아차렸을 때

만약 여러분의 자녀가 학대의 피해자임을 알아차리게 되었을 때, 여러분의 첫 반응이 아이들과 나중 결과에 있어서 아주 중요한 역할을 하게 됩니다. 다음의 가이드라인이 여러분을 도울 수 있을 것입니다.

- ▲ 아이들의 이야기에 절대로 당황해서 소리지르거나 과민 반응을 보이지 마십시오.
- ▲ 절대로 아이들에게 그것은 네가 잘못 안 것이라며 아이들을 나무라지 마십시오.
- ▲ 아이들의 프라이버시를 존중하여 여러분과 자녀, 둘만이 조용한 곳에서 이야기할 수 있도록 배려하십시오.
- ▲ 반드시 자녀들에게 그들이 잘못된 것이 없다는 것을 상기시키십시오. 또한 아이들에게 이런 사실을 말해줘서 고맙다는 것과, 여러분이 꼭 일을 올바르게 처리할 것임을 알려주십시오.
- ▲ 자녀에게 경찰이나 학교 등과 같은 기관에 신고할 수 있도록 장려하십시오. 그러나 인터뷰 등 아이들이 스트레스를 받을 수 있는 상황은 피하십시오.
- ▲ 의사나 아동 학대 전문가와 상담하여 자녀를 위해 할 것이 없는가 알아보십시오.

마지막으로 여러분의 자녀가 학대를 당하고 있다면, 자녀와 여러분 탓을 하지 마십시오. 아동 학대범들은 확인과 색출이 절대로 쉽지 않습니다. 친근한 이미지의 사람일 수도 있고, 실제로 보통 생활을 하고 있는 사람일 경우가 많습니다. 학대범들은 돈이나 선물등으로 아이들을 다루는 것에 능숙합니다. 또한 대부분의 아동 학대가 그 아이가 잘 알고 믿고 있는 성인에 의해 저질러지고 있는 실정입니다.

## 적극적인 아이로 키우십시오

여러분의 자녀가 위험한 상황에 처했을 때, 적극적으로 방어를 할 수 있도록 하는 것이 중요합니다. 아이들에게 정당 방위 기술을 가르칠 때, 아이들은 혼란을 일으킬 수도 있습니다. 그 이유는 바로 정당 방위 기술이 보통 그들이 가르침을 받은 행동이 아닌, 비정상적인 행동이기 때문이지요. 그러나 아이들에게 그 위험한 상황 자체가 정상이 아님을 주지시켜야 합니다. 자녀가 위험한 상황이라고 짐새를 차리면, 바로 이렇게 할 수 있어야 합니다:

- ▲ 자신의 감정이나 감정에 충실해야 합니다.
- ▲ 프라이버시의 보호를 받아야 합니다.
- ▲ 원치 않는 신체적 접촉을 거부해야 합니다.
- ▲ 성인의 부당한 요구에 불응해야 합니다.
- ▲ 자신의 안전을 위협할 수 있는 정보를 내어 주지 말아야 합니다.
- ▲ 선물을 거부할 권리가 있어야 합니다.
- ▲ 상황이 허락할 때, 비협조적이거나 버릇이 없게 행동할 수도 있음을 알아야 합니다.
- ▲ 그 상황에서 도망가거나 소리를 칠 권리가 있음을 알아야 합니다.
- ▲ 원치 않는 행동이나 요구에 대해 물리적으로 싸울 권리가 있음을 알아야 합니다.
- ▲ 도움을 받을 권리가 있음을 알아야 합니다.

위의 방법들이 자녀들에게 효과적인 방어 수단을 제공할 것입니다.

다음의 문제들을 자녀와 함께 풀어보면 위의 방법들을 자녀들이 더욱 잘 이해할 수 있을 것입니다.

## 연습 1 : 만약에...

이 문제에서는 부모가 아이들이 위험에 처할 만한 상황을 직접 만들어서 아이들이 그런 상황을 잘 이해하는가를 알아보는 것입니다. 먼저 부모가 상황을 설명해주고 나서 자녀들에게 이런 일이 생기면 어떻게 할 것인가에 대해 질문을 해 보십시오.

### 예문과 모범 답안

1. 집에 혼자 있는데 전화가 옵니다. 상대방이 부모님이 집에 계시냐고 묻습니다. 이에 대한 반응은?
  - a. 부모님이 너무 바빠서서 전화를 못 받으신다고 한다.
  - b. 메시지와 전화번호를 받아 적는다.
  - c. 급한 전갈이면 부모님께 연락한다.
  - d. 집에 혼자 있다고 상대방에게 이야기하지 않는다.
  
2. 학교에서 상급생이 하급생들에게 정체 모를 약을 나누어 주려 합니다. 이에 대한 반응은?
  - a. 선생님께 이야기한다.
  - b. 선생님께 이야기한 후 부모님에게도 이야기한다.
  - c. 약을 나누어주는 학생을 멀리한다.
  
3. 집에 혼자 있는데(또는 형제들과 같이 있는데) 누군가가 와서 집안에 있는 전기 계량기를 체크해야 한다고 합니다. 이 사람은 제복을 입고 있지 않습니다. 어떻게 해야 할까요? (또는 같은 사람이 제복을 입고 있습니다. 아이의 반응이 달라야 할까요? 아니겠죠)
  - a. 문을 잠가둔다.
  - b. 부모의 허락 없이는 절대로 누구에게나 문을 열어 주지 않는다.

- c. 그 사람에게 다음에 오라고 한다. 절대로 부모님이 안 계시다고 말하지 않는다.
  - d. 이웃에게 전화를 걸어 도움을 구한다.
4. 어떤 사람이 접근하여 부모님이 편찮으셔서 병원에 있다고 합니다. 그 사람을 따라서 가야할까요?
- a. 학교라면, 교장이나 선생님에게 도움을 청하여 진위 여부를 확인한다.
  - b. 집이나 다른 곳이라면, 비상 연락망을 이용하여 부모의 직장이나 이웃, 가까운 친척에게 연락하여 진위 여부를 확인한다.
  - c. 부모가 믿을 수 있는 사람이라고 추천한 사람의 허락이 없는 한 어떤 곳에도 가지 않는다.
5. 공공 화장실에서 어떤 사람이 아이를 만지려 합니다. 아이는 어떻게 해야 할까요?
- a. “그만두세요!”라고 크게 소리친다.
  - b. 빨리 화장실을 빠져 나온다.
  - c. 부모나 경찰, 보안 요원, 선생님 등에게 도움을 청한다.
6. 등교길에 비가 오기 시작합니다. 차에 타고 있던 어떤 사람이 학교까지 태워주겠다고 합니다. 이에 대한 반응은?
- a. 차에서 떨어져 서있다. 대답할 때 차에 가까이 붙어 있을 필요는 없다.
  - b. 부모에게서 그 사람의 차에 타도된다는 허락이 없는 한 정중히 거절한다. 계속 태워주겠다고 하면 단호히 거절한다.
  - c. 학교에 가서 선생님께 말하고 집에 돌아온 후 부모에게 말을 한다.

7. 놀이터에서 놀고 있는데 어떤 사람이 접근하여 잃어버린 개를 같이 찾자고 말합니다. 어떻게 해야 할까요?
  - a. 모르는 사람이라면 바로 빠져 나와 집으로 돌아간다.
  - b. 그 사람을 알더라도 도와주지 않는다. 성인은 다른 성인에게 도움을 구해야 한다. 도와주고 싶다면 부모의 허락을 먼저 받는 것이 좋다.
  - c. 부모에게 일어난 일을 이야기한다.
  
8. 길거리를 걷고 있는데 누군가가 와서 아이의 사진을 찍고 싶다고 말합니다. 이에 대한 아이의 반응은?
  - a. 그 사람에게서 떨어져서 “사진 찍기 싫어요!”라고 크게 말한다.
  - b. 다른 사람의 집에 절대로 부모의 허락 없이는 들어가지 않는다.
  - c. 부모에게 그 사람에 대해 이야기한다.
  
9. 아이가 잘 알고 있는 상급생이 집에 놀러 오라고 초청을 했습니다. 그리고 병원 놀이를 하자며 상급생이 의사가 되고 아이가 환자가 되었습니다. ‘의사’는 ‘환자’에게 진찰을 위해 옷을 벗으라고 합니다. 아이는 어떻게 해야 할까요?
  - a. 옷을 벗지 않는다.
  - b. 상급생이 계속 다그치면 소리를 지르며 뛰쳐나간다.
  - c. 부모에게 이야기한다.

#### 나이가 많은 아이들을 위한 연습

1. 버스에 탔는데 옆에 앉은 사람이 허벅지를 자꾸 건드립니다. 어떻게 해야 할까요?
  - a. 똑똑한 목소리로 단호히 “손을 치우세요”라고 말한다.
  - b. 운전기사 근처로 자리를 옮긴다.
  - c. 운전기사와 부모에게 이 사실을 이야기한다.

2. 부모의 심부름을 하러 다른 곳에 갔는데, 그곳의 사람이 음료수를 권하며 포옹을 하거나 아이의 신체에 대해 이야기를 합니다. 이에 대한 반응은?
  - a. 그 사람에게 “팔을 치우세요”라고 이야기한다.
  - b. 집에 돌아와 부모에게 이야기한다.
  
3. 사촌의 친구가 집에까지 차로 데려다 주고 있습니다. 그러나 집으로 향하지 않고 으스스한 곳으로 차를 몰고 가서 세운 후, 다리를 만지기 시작합니다. 어떻게 해야 할까요?
  - a. 단호하게 안된다고 말한다.
  - b. 차에서 내려서 가까운 전화로 가서(집에서 멀리 떨어져 있을 경우) 부모에게 전화를 한다. 전화를 할 수 있을 정도의 잔돈을 언제나 준비해서 다닌다.
  - c. 부모에게 일어났던 일을 이야기한다.
  
4. 벼룩시장의 광고로 알게 된 부부의 집에서 하루 동안 아기를 돌보기로 했습니다. 밤늦게 그 부모가 돌아와 집으로 바래다 주겠다고 합니다. 집으로 오는 길에 그 사람이 듣기 거북한 제안을 합니다. 어떻게 해야 할까요?
  - a. 제안을 묵살하고 그 사람의 말을 무시한다.
  - b. 만약 그 사람이 차를 세우고 원치 않는 행동을 하면 차에서 내려 집이나 경찰에 전화를 건다.
  - c. 그 사람의 집에서 다시는 애보기를 하지 않는다. 신문 등의 광고로 애보기 아르바이트를 구하는 것은 위험하므로 언제나 아는 사람의 애를 돌보아 준다.
  - d. 부모에게 사실을 이야기한다.

## 연습 2 : 안전 수칙 노트

이번 문제는 여러분의 자녀가 학대를 당할 수 있는 상황에서 잘 대처할 수 있게 할 것입니다. 이 안전 수칙 노트는 아이들이 쉽게 가지고 다닐 수 있는 어떤 종류의 노트라도 무방합니다.

### 만드는 법

이 노트에 비상 연락 전화번호를 중요한 순서대로 기재합니다. 가장 첫 번호들은 가족의 연락처로 사용합니다.

자전거 안전 수칙 등 아이들이 원하는 안전 수칙들도 적어 놓으면 좋습니다.

안전 수칙 노트는 아이들이 위험한 상황에서 효과적으로 대처할 수 있도록 고안된 것입니다. 따라서 아이의 취미와 자주 가는 곳 등을 잘 따져보아 자녀의 실정에 맞춘 노트를 만들어 주는 것이 좋을 것입니다.

## 연습 3 : 아동 학대와 훌륭한 스카우트 대원되기

아이들이나 청소년들이 스카우트에 가입을 하게 되면, 스카우트 기본 원칙에 충실해야 한다는 서약을 하게 됩니다.

스카우트 기본 원칙은 아이들을 위험한 상황에 방치하게 놔두지 않습니다. 반대로, 이런 상황에 잘 대처할 수 있도록 준비된 아이들을 만드는 것이 스카우트의 목적입니다.

스카우트는 부모님들이 이런 사항들을 잘 숙지하고 많은 대화를 통해 안전 수칙등과 관련된 제제 사항들을 아이들에게 이해시켜 주시기를 부탁드립니다.

스카우트 전서에는 ‘다른 사람들을 도와’라는 글귀가 포함되어 있습니다.

스카우트는 남을 도우며, 하루에 하나씩 좋은 일을 실천하도록 되어 있습니다. 지금도 많은 사람들이 도움을 필요로 하며, 스카우트는 이런 사람들을 위해 열심히 노력하고 있습니다. 그러나 때로는 몇몇 사람들이 절실한 도움을 필요로 하지 않는 데도 도움을 빙자하여 학대의 기회를 엿보고 있는 것이 현실입니다. 모든 스카우트 대원은 안전 수칙을 숙지하여 이런 위험한 상황을 구별해 내는 능력을 길러야 할 것입니다.

▲ 길을 안내할 때에는 차에서 좀 떨어져서 안내합니다. 스카우트 대원은 절대로 부모의 허락 없이 남의 차에 타지 않습니다.

▲ 스카우트 대원이 다른 사람의 집을 집까지 들고 가주는 것은 장려할 만한 일입니다. 그러나 부모의 허락 없이 그 사람의 집에는 절대로 들어가면 안됩니다.

스카우트 대원은 협조적이지만, 대원이 원치 않는 성인으로부터의 요구에 대해서는 단호히 거절할 권리가 있습니다. 이런 상황이 발생하면 반드시 부모와 상의를 해야 합니다.

#### 연습 4: 즐기며 익히고

가끔씩 아이들은 연극 대본 등을 만들면서 안전 수칙에 대한 이해를 더욱 잘 하게 됩니다. 이렇게 만든 연극 대본으로 연극을 꾸며보는 것도 재미있는 일입니다.

부모의 입장으로, 아이들이 연극을 준비하는 것을 지도해 줄 수도 있습니다. 이 연극의 목적은 아이 자신을 보호하는 것이므로, 이 주제에 걸맞게 연극이 만들어질 수 있도록 잘 지도해 주십시오.

## 연습 5: 가족 모임

부모가 자녀들을 보호할 수 있는 가장 효과적인 장치는 바로 집안에서 열린 마음으로 대화할 수 있는 분위기를 만드는 일입니다. 아이들이 어떤 민감하고 복잡한 문제도 자신감을 가지고 부모에게 말할 수 있도록 도와주어야 합니다. 연구 결과에 따르면, 반 이상의 아동 학대가 부모에게 알려지지 되지 않은 채로 방치되어 있다고 합니다. 그 이유는 아이들이 그런 경험을 너무 무섭거나 혼란스러워서 부모에게 말을 할 용기를 내지 못하는 것에 있습니다.

아이들이 친구나 좋아하는 것, 싫어하는 것, 자신의 감정 등에 대해 솔직하게 말할 수 있게 하는 것이 중요합니다. 이런 열린 대화를 할 수 있는 분위기를 만드는 한 방법이 바로 모든 가족이 모여 대화의 시간을 가지는 가족모임을 정기적으로 여는 것입니다. 모든 가족 구성원이 자신감을 가질 수 있도록 노력하십시오. 특히 이런 가족 모임에서는 아이들의 신체적, 정신적 건강에 중점을 두어야 합니다.

다른 가족 구성원에게 칭찬을 많이 하는 버릇을 들이게 합니다. 이것의 목적은 서로의 결속력을 다지고 화목한 분위기를 만드는 것에 있습니다.

## 기본적인 아동 안전 수칙

이제까지 아동 안전을 위한 기본 수칙을 펴내면서, 이제는 그저 낯선 사람을 조심하라는 이야기는 더 이상 통하지 않게 되었습니다. 아동 학대범은 대부분이 그 아이가 알고 지내던 사람이기 때문입니다. 따라서, 아동 학대를 효과적으로 수행하기 위해

서는 아이들에게 위험한 상황을 빨리 인식할 수 있는 능력을 심어주는 것이 좋다고 생각합니다. 아래의 안전 수칙을 아이와 함께 상의해 보십시오.

- ▲ 공공장소에서 부모와 헤어지게 되었을 경우, 부모를 찾으려고 돌아다니지 말라고 일러두십시오. 경찰이나 보안 요원, 미아 보호소 등에서 도움을 요청하게 하는 것이 옳은 방법입니다.
- ▲ 부모의 허락 없이 다른 사람의 차에 함부로 타면 안 됩니다.
- ▲ 누군가가 쫓아오면, 그 사람에게서 멀리 떨어지게 하십시오.
- ▲ 성인이나 다른 나이 많은 아이들은 반드시 다른 성인에게 도움을 요청해야 합니다. 어린 아이에게 도움을 요청하는 것은 옳바르지 못합니다.
- ▲ 좋은 친구를 많이 사귀게 하여 밖에 나갈 때는 함께 행동하도록 하십시오.
- ▲ 다른 곳에 갈 때, 특히 다른 사람의 집에 갈 때에는 반드시 부모의 허락을 받도록 하십시오.
- ▲ 부모의 허락 없이 다른 사람과 절대로 동승하게 하지 마십시오.
- ▲ 다른 사람이 아이에게 원치 않는 비밀을 지키라고 내버려두면 안 됩니다. 그런 일은 반드시 부모에게 이야기해야 합니다.
- ▲ 누군가가 동의 없이 사진을 찍으려고 하면 부모나 선생님에게 말을 해야 합니다.
- ▲ 의사가 진찰을 하는 동안이 아닌 이상, 신체의 비밀스런 부분을 누군가가 만지게 해서는 안 됩니다. 또한 아이도 다른 사람의 몸을 함부로 만져서는 안 됩니다.
- ▲ 누군가가 아이를 어딘가로 데려가려 하거나 만지려고 할 때 단호히 '안돼요!' 라고 말할 수 있는 권리가 있음을 알려주십시오.

위의 안전 수칙들은 흔한 아동 학대 사례에서 발췌한 것이므로 잘 숙지시키십시오.

## 2. 자녀와 대화하기

아이(여러분의 자녀든 다른 사람의 아이이든)와 대화하는 것은 쉽지 않은 일입니다. 특히, 주제가 약물 복용이나 아동 학대라면 더욱 그렇습니다. 그렇지만 완전히 불가능한 일도 아니므로 다음의 사항을 잘 알고 있다면 한결 용이해 질 것입니다.

- ▲ 좋은 관계를 유지하십시오. 좋은 관계란 정직하고 친밀하며, 직접적인 성인/아동 관계에서 오는 것입니다. 그들의 제안에 귀를 기울이고 그들이 들려주는 우스개 소리에 웃어주십시오. 잔소리를 자제하십시오. 유연하게 대처하되 단호한 모습을 보여주십시오.
- ▲ 문제가 터질 때까지 기다리지 마십시오. 같이 잘 놀아주고 숙제를 도와주며 대화하는 것을 일상 생활처럼 습관들이십시오. 그러면 문제의 소지가 있을 때 그들은 대화를 하려고 할 것입니다.
- ▲ 가능하면 아이들이 속한 그룹에 동참하십시오. 그것이 불가능하다면 최소한 그 그룹과 일을 같이 해보십시오. 스카우트의 후원자나 지도자로 참가를 하는 것이 한 예입니다. 그러면 즐거운 시간을 보낼 수도 있을 뿐 아니라, 여러분의 의견을 훨씬 쉽게 제안할 수도 있을 것입니다.
- ▲ 또래압력을 활용하십시오. 동네 건달들이나 학교 단체, 운동팀, 스카우트 등은 모두 아이들에게 좋은 쪽으로든 나쁜 쪽으로든 영향을 끼칩니다. 따라서 그들의 대다수를(또는 영향력 있는 소수) 좋은 쪽으로 끌어들이 수 있다면, 모르는 사이에 다른 아이들에게도 좋은 결과가 생길 것입니다.



# 약물 남용 방지

## Drug Abuse Prevention

약물에 정신을 빼앗기기 보다는 나 자신의 힘을 믿자.

김 성 이



## 1. 청소년 보호와 약물 남용

### 청소년과 약물

요즘 우리들은 약물이나 알코올 중독에 대한 이야기를 TV나 신문에서 매일 보지 않을 수 없습니다. 우리 사회에서 약물 남용과 알코올 중독은 아주 심각한 병폐이며, 청소년도 그 대상에서 예외일 수 없는 것이 현실입니다. 현재, 알코올이나 마약, 섹스, 흡연 등을 접하고 있는 청소년들의 수가 날로 증가하는 추세에 있습니다.

부모와 좋은 관계를 유지하고 있으며, 어려움을 스스로 극복할 수 있는 능력을 가진 청소년들은 그렇지 못한 청소년들보다 나쁜 유혹을 뿌리칠 가능성이 훨씬 높습니다.

### 약물의 사용 실태

청소년의 약물사용실태는 음주경험과 기타 약물경험으로 나누어 살펴보면 다음과 같습니다. 우리나라의 전국 중·고등학생 13,051명을 대상으로 음주경험을 조사<sup>1)</sup>한 결과, 한 번도 마신 적이 없다가 29.5%뿐이었고, 한두 번 마셔보았지만 지금은 마시지 않는다가 36.3%, 지금도 가끔 마신다가 21.7%로 나타났습니다.

지금도 마신다는 응답자 중에서도 중학생은 11.1%이었고, 인문고 28.2%, 실업고 39.8%로 고등학생의 음주비율이 매우 높은 것으로 조사되었습니다. 30~40%의 고등학생들이 술을 지금도 마신다고 하는 것은 우리나라의 청소년들의 음주실태가 심각하다

1) 청소년유해환경정착 종합실태조사(2002.10), 청소년보호위원회

는 것을 말해줍니다.

청소년의 본드, 신나, 가스 등 흡입제 등의 약물 사용 경험은 학교에 다니는 일반 청소년일 경우 한번도 흡입한 적이 없다는 응답이 전체의 97.3%로, 사용한 경험이 있는 청소년은 2.7%밖에 되지 않아 낮아 보이지만, 이를 숫자로 환산하면 20만 명 이상의 청소년들이 심한 약물을 사용한다는 것으로 나타나, 그 심각성을 알 수 있습니다. 특히 비행 등의 이유로 교정시설에 있는 특수집단청소년들은 20%정도가 흡입한 적이 있다고 응답하고 있어, 약물사용과 비행행위와는 밀접한 관계가 있음을 알 수 있습니다.

## 왜 청소년들은 약물을 접하는가?

청소년들은 여러 가지 이유로 약물이나 술을 가까이 하게 됩니다. 놀랍게도, 그 이유는 성인이 가지고 있는 이유와 흡사합니다.

- ① 남을 흥내내기 위해
- ② 시험 삼아
- ③ 권위에 대한 저항
- ④ 감정이나 개인적 문제
- ⑤ 또래 집단의 묵시적인 압력
- ⑥ 문화적 전통
- ⑦ 즐기기 위해
- ⑧ 힘(환상적 힘)을 얻기 위해
- ⑨ 보호, 감독이 소홀해서
- ⑩ 그 밖의 다른 이유

### 그 밖의 다른 이유

그 밖에 초등학생들은 드라마나 영화에서의 음주나 약물 복용 장면에 큰 영향을 받습니다. 또한 중학생들은 또래 집단의 압력

이 약물 복용의 주 원인이 되기도 합니다.

하지만 모든 아이들이 약물을 사용하는 이유는 똑같지 않습니다. 만일 여러분의 자녀가 위에서 제시된 이유 중 어떤 것에도 해당되지 않는다면 왜 음주나 약물을 하는지 물어보는 것이 좋습니다. 여기서 중요한 것은 다그치면 안된다는 것입니다.

## 약물 남용의 징후

음주나 약물을 하는 아이들의 경우 어떤 것을 접하느냐에 따라 여러 가지 증상이 있습니다. 그렇지만 모든 약물에서 나타나는 공통된 증상은 횡설 수설, 기억력 감퇴, 위생 불량 등이 있습니다.

### ① 술

술냄새, 충혈된 눈, 횡설 수설, 기억력 감퇴, 이상한 행동

### ② 담배

두통, 식욕 감퇴, 멀미

담배의 해로운 성분: 니코틴, 타르, 시안화 암모니아, 페놀, 부탄, 일산화탄소

### ③ 의약품 (아스피린, 수면제 등 과용 시)

졸음, 멀미, 오감 둔화

### ④ 흡입제 (본드, 부탄가스, 스프레이, 솔벤트 등)

멀미, 재채기, 기침, 코피, 식욕 감퇴, 행동 장애, 두통, 용변 제어 능력 상실

### ⑤ 마리화나 (대마초)

충혈된 눈, 침이 마름, 과식욕, 이해력과 단기 기억력 감퇴, 가벼운 행동 장애

### ⑥ 헤로인과 그 외 최면제

일시적인 쾌감 후에 오는 졸음, 멀미, 구토. 동공 경련, 가려움증

⑦ 암페타민(필로폰)

동공 풀림 현상, 코막힘, 오한, 심장 박동 증가, 식욕 감퇴,  
불면증, 편집증, 사지 마비

⑧ LSD

동공 풀림, 환각증세, 심장 박동 증가, 고혈압, 식욕 감퇴,  
불면증, 횡설 수설, 오감 둔화, 행동 장애

## 2. 약물 남용 방지를 위해 부모가 할 수 있는 일

### 자녀들에게 자신감을

자녀들에게 자신감을 북돋아 주기 위해서는 다음과 같은 방법이 좋습니다

- ① 잘했을 때 칭찬을 아끼지 말아야 합니다. 그리고 어려움을 만났을 때는 용기를 주어야 합니다.
- ② 자신의 행동에 책임감을 갖고 소신 있게 행동하도록 격려해야 합니다.
- ③ 자녀들을 다그치지 말아야 합니다. 자녀들이 술을 마시는 것을 보았을 때, 열린 마음으로 대화를 시도하십시오.
- ④ 자녀들의 말에 귀를 기울이십시오. 그리고 도움을 준다는 성의를 보이십시오. 자녀들의 문제와 그들의 감정을 이해한다는 것을 보여주어야 합니다.
- ⑤ 자녀들과 함께 시간을 보내십시오. 자녀가 가족의 중요한 구성원이라는 것을 일깨워 주십시오.
- ⑥ 자녀들에게 리더십을 발휘하십시오. 자녀들이 자신의 행동에 대한 정당성의 기준을 삼을 때 부모의 가이드는 큰 힘이 됩니다.
- ⑦ 건전한 활동을 장려하십시오. 명상이나 스포츠 등이 좋은 활동의 시작입니다.
- ⑧ 자녀들이 약물에 대해 거부할 수 있도록 자신감을 북돋워 주십시오.
- ⑨ 약물에 대해 정보를 가지고 있으십시오. 막연히 두려움만 가지고 있으면 안 됩니다. 정확한 정보는 필요할 때에 많은

도움이 됩니다.

- ⑩ 자녀들을 사회 활동에 참여하도록 격려하십시오. 스카우트나 학교, 교회에서는 약물에 대한 교육을 하고, 정보를 교환할 수 있습니다.

## 약물에 대해 자녀들과 충분한 대화를

### 대화

약물에 대한 끔직한 이야기는 오히려 청소년들의 궁금증만 불러일으킬 수가 있습니다. 그리고 궁금증은 곧 짜릿한 것을 좋아하는 청소년들에게 좋은 촉매로 작용합니다. 약물을 금하는 것 역시 권위에 대한 반항을 일으킬 수 있습니다.

약물에 대한 대화를 솔직하고 편안한 분위기에서 이끌어 가십시오. 이런 대화에는 이기고 지는 것이 없습니다. 다만 부모는 자녀를 사랑하고 있으며, 자녀의 행복에 대해 많은 관심을 갖고 있다는 것을 표현하십시오.

가족 중의 누군가가 약물에 대한 이야기를 꺼낼 때 언제라도 이런 대화를 할 수 있도록 준비를 해두십시오.

### 자녀들과 토의하기

자녀들은 벌써 약물에 대해 더 많은 지식을 가지고 있을 지도 모릅니다. 따라서 여러분이 허무맹랑한 이야기를 만들어 내거나 너무 과장을 하게 되면 자녀들은 여러분을 믿지 않으려 할지도 모릅니다. 토의를 하는 중에 몰랐던 사실도 알게 되는 수가 있으니 유의하여야 합니다.

만약 가능하다면, 자신의 잘못된 약물 복용 경험을 들려주는 것도 효과적입니다. 어떻게 술이나 커피를 끊게 되었는지, 어떻

게 담배를 그만 하게 되었는지 등을 나누십시오. 그럼으로써 자녀는 부모의 솔직한 모습에 더욱 진솔해 질 수 있습니다. 강의를 하려 들거나 아이들의 의사를 듣지 않고 일방적으로 잔소리를 늘어 좋게 되면 절대로 도움이 안 됩니다. 여러분의 태도에 따라 자녀들이 받아들이는 자세가 달라집니다.

## 약물 남용의 징후를 알아챘을 때

### 당황하지 마십시오

당황하지 않도록 노력하십시오. 부모가 보이는 과민반응은 자녀들에게 스트레스를 받게끔 하고 이는 오히려 자녀를 약물 남용에 더욱 빠지게 하는 결과를 초래합니다.

### 정확한 정보를 수집하십시오

주변 사람들이나 자녀에게서 정말 약물을 하는지, 하면 얼마나 자주, 또 얼마만큼 하는지 확인하십시오.

혹시나 시험 삼아 해보고 그만 두었을지도 모르는 일입니다. 어떤 아이들은 그저 부모와 주위로부터 관심을 받기위해서 단순히 약물을 소지하고 있거나 약물을 사용하는 체할 때도 있습니다.

### 문제를 파악하십시오

만약 자녀가 정기적으로 약물을 하고 있다면, 도움이 필요합니다.

약물 남용에는 대개 개인적인 문제가 도사리고 있습니다. 다음과 같은 행동이 비정상적으로 오래 나타날 때에 주의를 기울이십시오

- ① 폭력적인 자세에서 우울증 등 감정의 지나친 기복
- ② 습관적으로 밤을 지새우거나 늦게 자는 행동

- ③ 학교 성적이 떨어짐
- ④ 결석이 잦아짐
- ⑤ 친구관계에서의 이유 없는 절교 등

이런 행동들은 개인적인 문제 또는 약물 남용 문제의 소지가 있습니다. 어떤 경우든, 여러분의 도움이 필요합니다.

## 전문가의 도움을 구하는 법

약물 남용 문제를 덮어두려고만 하지 마십시오. 자녀들과 흥정을 하려고 하지 마십시오. 이번 한번만 봐 주면 다시는 하지 않겠다는 자녀의 약속을 믿지 마십시오. 약물을 사용하는 청소년들은 항상 이번만 봐 주면 다시는 하지 않겠다고 합니다. 그러나 약물은 본인이 하고 싶으면 하고, 하기 싫으면 안 할 수 있는 자율적인 통제 대상이 되지 않습니다. 오히려 약물에 한번 빠진 청소년들은 자신의 의지보다 약물중독의 정도에 따라 행동하게 되어 있습니다. 그러므로 전문가의 도움을 구해야 합니다. 전문가들은 이런 문제들을 위해 있는 것이니 오히려 빨리 찾을수록 좋을 것입니다.

의사나 전문적 서비스 단체 등에서 여러분의 문제를 논의할 수 있습니다. 창피해 할 필요가 없습니다. 전문가들은 이러한 상담을 위해서 존재하는 분들입니다. 약물사용은 간단한 일이 아닙니다. 약물사용의 문제를 밖으로 노출시켜 해결하려고 하는 것이 진정으로 자녀를 사랑하는 길입니다.

### 3. 자녀들과 대화하는 법

여러분의 자녀이든 아니든 아이들과 대화하는 것은 쉽지만은 않은 일입니다. 특히 약물이나 학대에 관한 이야기면 더욱 그렇지요. 쉽지는 않지만 그렇다고 불가능한 것도 아닙니다. 여기에 몇 가지 조언이 있습니다.

- ① 친밀한 관계를 유지하십시오. 친밀한 관계는 오랜 시간에 걸친 정직하고 우호적인 관계에서 오는 것입니다. 자녀들의 말에 귀를 기울이고 그들이 유머를 말할 때 웃어주십시오. 조언은 되도록 짧게, 그러나 알아듣게 하십시오. 유연한 자세를 취하되 중심을 가져야 한다는 것을 반드시 기억하세요.
- ② 문제가 생길 때까지 기다리지 마십시오. 일상생활에서 함께 하며 좋은 관계를 형성하십시오. 그렇게 하면 문제가 생겼을 때 대화하기가 수월해집니다.
- ③ 가능하다면, 자녀들이 속한 그룹에서 같이 활동을 하십시오. 아니면 적어도 그 그룹과 시간을 같이 보내십시오. 스카우트의 리더로 등록을 해서 활동을 하는 것도 좋은 방법입니다. 그러면 자녀와 시간을 같이 보내서 좋고, 다른 리더들과 협의를 통해 프로그램의 방향을 더 나은 방향으로 만들어 나갈 수 있기에 더욱 가치가 있습니다.
- ④ 여러분의 메시지를 전하기 위해 자녀의 또래집단을 이용하십시오. 동네 건달패, 스카우트, 학교의 클럽 등은 자녀에게 좋은 영향 또는 나쁜 영향을 끼칠 수 있습니다. 또래집단의 다수를(또는 영향력 있는 소수) 좋은 쪽으로 이끈다면, 알게 모르게 여러분의 자녀도 친구들과 함께 하면서 여러분을 따라오게 될 것입니다.

## 의사소통은 듣기와 관련 된다 - 말과 행동

### 생각보다는 감정의 전이

여러분은 말과 행동으로든 언제나 대화를 하고 있으며, 자녀들의 말을 잘 귀담아 듣는 행동은 자녀들에게 많은 영향을 주고 있습니다. 여기 자녀들의 말을 잘 들을 수 있는 길이 있습니다.

### 듣기

- ① 듣는 법을 배워야 합니다. 눈으로, 몸으로, 마음으로 들으십시오. 듣기를 잘하는 사람은 다른 사람의 입장에서 듣는 사람입니다. 자기중심적으로 해석하거나 평가를 하며 들으면 안됩니다.
- ② 듣기는 자녀들의 생각, 감정, 의견 등의 중요성을 인정하여 주는 것입니다. 따라서 듣기를 잘하는 사람은 아이들의 의견이나 감정을 존중하여 줍니다.
- ③ 듣는 것은 아이들을 이해하고 더욱 잘 알기 위한 방법입니다.
- ④ 말을 끊지 말고 끝까지 들으십시오.
- ⑤ 질문을 하여 의미를 명확히 하십시오. 그리고 자녀의 감정을 이해했는지 확인하십시오.
- ⑥ 언제, 누가, 무엇을 등으로 시작하는 열린 질문을 하십시오. 예/아니오 식의 질문이나 왜로 묻는 질문을 삼가하십시오.
- ⑦ “엄마는 이해 못해요” 이런 말을 들을 때는 아이들의 감정을 명확히 알아내야 합니다. 그럴 때는 “네가 이렇게 말했는데 그게 무슨 뜻이니”라고 질문하여 확실히 이해해야 합니다. 자녀의 감정을 넘겨 집지 마십시오.
- ⑧ 여러분의 행동과 말에 주의하십시오. 행동이나 말투 등이 여러분이 입으로 말하는 내용과 정반대의 뜻을 내비칠 수도 있습니다.

## 감정

- ① 솔직한 감정의 교류만이 자녀와의 문제를 함께 풀 수 있는 열쇠를 가져다 줍니다.
- ② 자녀의 감정에 귀를 기울이십시오. 반드시 자녀의 감정에 동의하란 말이 아닙니다. 그렇지만 그 감정을 이해하고 대화를 하는 것이 중요합니다.
- ③ 말하는 시간이 길수록 이해하는 능력도 커집니다. 여러분 혼자만 말을 늘어놓지 않는다면 아이들은 더 말하길 즐길 것입니다.
- ④ 말투에 예의를 갖추십시오. 발랄하고 이해심이 깊은 말투는 아이들의 마음을 열게 합니다.

## 태도

많은 외적 요소가 아이들의 술에 대한 태도에 영향을 끼칩니다. 물론 부모도 그 요소 중의 하나입니다.

TV같은 대중매체는 아이들에게 큰 영향을 끼칩니다. 대중매체가 미화하는 술과 약물은 문제를 일으킬 소지가 있으므로, 부모와 자녀가 이런 것들에 대해 대화를 가지는 것이 바람직합니다.

아이들은 TV 시청에 많은 시간을 할애하므로 TV는 아이들에게는 정보와 형성하는 태도의 주 공급원입니다.

부모는 따라서 아이들이 시청하는 프로그램과 시간에 대한 주의가 필요합니다. 집안의 주체는 부모이지 TV가 되어서는 안 됩니다.

## 정직

부모는 자신의 감정과 행동에 대해 솔직해야 합니다. 부모가 정직하다면 아이들도 정직하게 될 것입니다.

## 비언어적 대화

- ① 내 눈이 무엇을 말하고 있는가?
- ② 내 얼굴 표정이 무엇을 말하고 있는가?
- ③ 내 목소리가 무엇을 말하고 있는가?
- ④ 나의 반응이 빈정거리지는 않는가, 또는 부정적이지는 않은가?

말보다 행동이 더 크게 들립니다!

진로지도

Finding your Son &  
Daughter a Job

아이의 타고난 적성을 찾도록 도와주는 것,  
그것이야말로 부모의 가장 큰 보람이 아닐까?

강 지 원



직업을 선택하는 것은 청소년들이 해야 할 가장 중요한 선택 중의 하나입니다. 충분히 성인이 되지 못한 상태에서 인생의 질과 패턴에 지대한 영향을 미칠 결정을 하는 것은 쉬운 일이 아닙니다.

중학교 3학년 될 때까지, 오늘날의 학생들은 여러 가지 가능성과 관심을 시험해 보게 됩니다. 그리고 대부분의 경우 자신들의 능력에 맞는 것을 더욱 즐기기 마련입니다. 이런 것을 눈여겨보아 두는 것이 성공적인 직업 선택을 도와주는 지름길입니다. 성격 역시 장기적인 직업관을 형성하고 직업을 얻는 데에 큰 역할을 합니다. 따라서 성격도 무시할 수 없는 요소라고 할 수 있습니다.

따라서 지금까지 그냥 어린 아이로만 봐 오던 방식을 버리고 친구들이나 선생님들에게서 폭 넓은 정보를 얻는 것이 중요합니다.

지금은 친구와 가족에게서 받는 기대감으로 인한 스트레스가 아주 큰 시기입니다. 아이들은 숨기고 있을지 몰라도, 이 시기가 자녀들이 여러분을 가장 필요로 하는 시기인 것입니다.

중요한 것은 여러분의 자녀들과 스스럼없는 대화를 할 수 있는 분위기를 만드는 것이라 할 수 있습니다.

## 1. 청소년들과 대화하는 법

여러분의 자녀이든 아니든 아이들과 대화하는 것은 쉽지만은 않은 일입니다. 특히 약물이나 학대에 관한 이야기면 더욱 그렇지요. 쉽지는 않지만 그렇다고 불가능한 것도 아닙니다. 여기에 몇 가지 조언이 있습니다.

- ① 친밀한 관계를 유지하십시오. 친밀한 관계는 오랜 시간에 걸친 정직하고 우호적인 관계에서 오는 것입니다. 자녀들의 말에 귀를 기울이고 그들이 유머를 말할 때 웃어주십시오. 조언은 되도록 짧게, 그러나 알아듣게 하십시오. 유연한 자세를 취하되 중심을 가져야 한다는 것을 반드시 기억하세요.
- ② 문제가 생길 때까지 기다리지 마십시오. 일상생활에서 함께 하며 좋은 관계를 형성하십시오. 그렇게 하면 문제가 생겼을 때 대화하기가 수월해집니다.
- ③ 가능하다면, 자녀들이 속한 그룹에서 같이 활동을 하십시오. 아니면 적어도 그 그룹과 시간을 같이 보내십시오. 스카우트의 리더로 등록을 해서 활동을 하는 것도 좋은 방법입니다. 그러면 자녀와 시간을 같이 보내서 좋고, 다른 리더들과 협의를 통해 프로그램의 방향을 더 나은 방향으로 만들어 나갈 수 있기에 더욱 가치가 있습니다.
- ④ 여러분의 메시지를 전하기 위해 자녀의 또래집단을 이용하십시오. 동네 건달패, 스카우트, 학교의 클럽 등은 자녀에게 좋은 영향 또는 나쁜 영향을 끼칠 수 있습니다. 또래집단의 다수를(또는 영향력 있는 소수) 좋은 쪽으로 이끈다면, 알게 모르게 여러분의 자녀도 친구들과 함께 하면서 여러분을 따라오게 될 것입니다.

## 의사소통은 듣기와 관련 된다 - 말과 행동

생각보다는 감정의 전이

여러분은 말과 행동으로든 언제나 대화를 하고 있으며, 자녀들의 말을 잘 귀담아 듣는 행동은 자녀들에게 많은 영향을 주고 있습니다. 여기 자녀들의 말을 잘 들을 수 있는 길이 있습니다.

듣기

- ① 듣는 법을 배워야 합니다. 눈으로, 몸으로, 마음으로 들으십시오. 듣기를 잘하는 사람은 다른 사람의 입장에서 듣는 사람입니다. 자기중심적으로 해석하거나 평가를 하며 들으면 안됩니다.
- ② 듣기는 자녀들의 생각, 감정, 의견 등의 중요성을 인정하여 주는 것입니다. 따라서 듣기를 잘하는 사람은 아이들의 의견이나 감정을 존중하여 줍니다.
- ③ 듣는 것은 아이들을 이해하고 더욱 잘 알기 위한 방법입니다.
- ④ 말을 끊지 말고 끝까지 들으십시오.
- ⑤ 질문을 하여 의미를 명확히 하십시오. 그리고 자녀의 감정을 이해했는지 확인하십시오.
- ⑥ 언제, 누가, 무엇을 등으로 시작하는 열린 질문을 하십시오. 예/아니오 식의 질문이나 왜로 묻는 질문을 삼가하십시오.
- ⑦ “엄마는 이해 못해요” 이런 말을 들을 때는 아이들의 감정을 명확히 알아내야 합니다. 그럴 때는 “네가 이렇게 말했는데 그게 무슨 뜻이니”라고 질문하여 확실히 이해해야 합니다. 자녀의 감정을 넘겨 집지 마십시오.
- ⑧ 여러분의 행동과 말에 주의하십시오. 행동이나 말투 등이 여러분이 입으로 말하는 내용과 정반대의 뜻을 내비칠 수도 있습니다.

## 감정

- ① 솔직한 감정의 교류만이 자녀와의 문제를 함께 풀 수 있는 열쇠를 가져다 줍니다.
- ② 자녀의 감정에 귀를 기울이십시오. 반드시 자녀의 감정에 동의하란 말이 아닙니다. 그렇지만 그 감정을 이해하고 대화를 하는 것이 중요합니다.
- ③ 말하는 시간이 길수록 이해하는 능력도 커집니다. 여러분 혼자만 말을 늘어놓지 않는다면 아이들은 더 말하길 즐길 것입니다.
- ④ 말투에 예의를 갖추십시오. 발랄하고 이해심이 깃든 말투는 아이들의 마음을 열게 합니다.

## 태도

많은 외적 요소가 아이들의 술에 대한 태도에 영향을 끼칩니다. 물론 부모도 그 요소 중의 하나입니다.

TV같은 대중매체는 아이들에게 큰 영향을 끼칩니다. 대중매체가 미화하는 술과 약물은 문제를 일으킬 소지가 있으므로, 부모와 자녀가 이런 것들에 대해 대화를 가지는 것이 바람직합니다.

아이들은 TV 시청에 많은 시간을 할애하므로 TV는 아이들에게는 정보와 형성하는 태도의 주 공급원입니다.

부모는 따라서 아이들이 시청하는 프로그램과 시간에 대한 주의가 필요합니다. 집안의 주체는 부모이지 TV가 되어서는 안 됩니다.

## 정직

부모는 자신의 감정과 행동에 대해 솔직해야 합니다. 부모가 정직하다면 아이들도 정직하게 될 것입니다.

## 비언어적 대화

- ① 내 눈이 무엇을 말하고 있는가?
- ② 내 얼굴 표정이 무엇을 말하고 있는가?
- ③ 내 목소리가 무엇을 말하고 있는가?
- ④ 나의 반응이 빈정거리지는 않는가, 또는 부정적이지는 않은가?

말보다 행동이 더 크게 들립니다!

## 2. 고등학교 1학년이 중요하다

고등학교 1학년은 인생에서 아주 중요한 시기입니다. 따라서 부모로서 여러분은 아이들의 생각을 빨리 파악하는 것이 중요합니다. 청소년들은 다양한 직업에 대해 정보를 충분히 가지고 있을 필요가 있습니다. 또 각각의 직업에 대한 실상을 알아보는 것도 도움이 됩니다.

직업에 대한 이야기를 처음에 꺼낼 때 자녀들은 불편해 할 지 모릅니다. 아직 준비가 안 되었다고 느낄 수가 있기 때문입니다. 따라서 처음에는 관심을 가질 정도로만 가볍게 언급하고 나중에 더 깊이 생각을 하게 할 수 있는 기회를 주는 것이 좋습니다.

조심해야 할 것은 여러분이 하고 싶어하는 일이나 여러분이 좋아하는 일을 강조하지 않는 것입니다. 그것은 지극히 자연스러운 일이지만, 사람마다 특성이 다르고, 또 청소년은 아직 자아가 확립되어 있지 않기 때문에 시간이 더 필요할 것입니다.

여러분의 현재 직업이나 과거의 일에 대한 경험담을 들려주는 것도 좋은 방법입니다. 그럼으로써 일이란 무엇인가를 발견하게 되고 장단점도 파악을 하게 됩니다.

### 3. 좋은 시작점

진로 지도와 관련된 차트 등을 활용해서 아이들의 관심과 직업을 연결시켜 보십시오.

신문 등의 구인 광고에서 현실적인 직업 묘사와 갖추어야 할 요건 등을 확인할 수 있으므로 눈여겨 봐두어야 할 것입니다. 신문에 따라 직업이 편중되는 경향이 있으므로 여러 신문을 확인하십시오.

자녀들에게 학교나 스카우트에서 제공하는 아르바이트를 활용하게 도와주십시오. 경력은 자녀들의 자신감을 키우는 데에도 도움이 되며, 나중에 추천을 받을 때에도 유리할 것입니다.

자녀들이 관심이 있는 직업을 가진 사람과의 만남을 주선하는 것도 좋은 방법입니다.

여러 가지 정보를 대학에서도 얻을 수 있으므로 잘 활용하십시오. 또한 각종 직업 교육 코스 등도 자녀들과 상의하여 보십시오.

## 4. 기억하라

일찍 시작할수록 자녀들은 서두르지 않고 직업에 대해 깊이 생각할 수 있는 시간을 가질 수 있게 됩니다.

직업은 꼭 한가지만 자신에게 맞는 것이 아니므로, 자녀들의 관심과 능력에 맞추어 여러 가지를 보여 주는 것이 좋습니다.

한 가지 직업에만 몰두하는 것을 조심하십시오. 지금 관심이 있어 하는 학과목이 나중에는 너무 어려울 수도 있고, 좋아하는 직종이 사양길에 접어들 수도 있으니까요. 원하는 대학 전공이나 직장의 경쟁률이 너무 심한 경우 등 어려운 일이 많으므로 최소한 4-5가지의 선택권을 가지고 있는 것이 좋을 것 입니다.

자녀들은 자신의 능력에 대해 현실적으로 인식을 하고 있을 필요가 있습니다. 따라서 부모로서 여러분은 필요한 때에 자신감을 북돋을 수 있어야 하며, 또한 자만심이 생기지 않도록 충고를 해야 할 때도 있어야 합니다.

만약 자녀가 어떤 특정한 직업을 가지고자 하는 굳은 마음이 있다면 어려운 고비를 잘 극복하는 데에 도움이 많이 됩니다. 그러나 자신의 능력을 뛰어넘는 목표를 세우는 것은 피해야 합니다. 직장에서의 진급이나 성공, 그리고 행복은 자신이 즐기는 일을 열심히 할 때에 찾아오게 되는 것입니다.

## 5. 여자 아이에겐 더 많은 관심이 필요하다

지난 10년간 여성들의 사회 진출은 약 10배 가량 증가하였습니다. 그렇지만 딸들이 성차별 없이 동등한 고용의 기회를 갖기 위해서는 많은 관심과 격려가 필요합니다.

일단 대학 전공을 더욱 심사숙고하여 선택해야 합니다. 수학이나 과학 등이 여성에게 특히 많은 일자리를 제공합니다.

그리고 현재 높은 지위에 올라 있는 여성들은 대학 등의 고등 교육을 받은 사람들이라는 것을 알아야 합니다.

딸이 자신의 선택을 잘 생각할 수 있도록 도와주십시오.

## 6. 시골에서 살 경우

작은 시골 동네에 사는 사람들에게는 선택할 수 있는 직업의 수가 도시보다 한정되어 있습니다. 또한 학교를 졸업하는 모든 사람들을 수용할 수 없는 경우가 종종 있습니다.

따라서 자녀들에게 직업 선택의 폭을 늘려서 여러 가지 교육을 받게 하는 것이 중요합니다.

학교에서 충분한 직업 교육을 받지 못할 경우에는 가까운 구직관련 기관 등을 찾아보십시오. 또는 정부 산하 지자체에서 운영하는 '농어촌 청소년 정보 서비스'를 이용하는 것도 좋은 방법입니다.

또한 다른 부모들과 함께 학교에 직업 교육 프로그램을 제안하는 것도 좋을 것입니다. 벌써 많은 학교들이 부모들의 제안으로 비슷한 프로그램을 시행 중에 있습니다. 학부모 협의회 등에서 재정적인 지원이 있으면 더욱 힘이 될 것입니다.

지방 상공회의소나 단체 등과 함께 취업 박람회를 개최하면 자녀들의 관심을 끌 수 있습니다. 부모들도 함께 참여를 하면 더욱 좋습니다.

## 7. 재정적 지원

### 수습생 제도와 장학금 제도

몇몇 회사나 정부 산하 단체에서 이런 제도를 운영하기도 합니다. 보통 이런 제도는 연중 상시 모집이므로 신문 등을 자주 확인해야 할 것입니다.

대학생을 위한 장학금은 사립학교나 대학, 개인, 교육 단체 등에서도 지급을 하고 있습니다. 여기에 대한 구체적인 정보는 대학에서 구하실 수 있습니다.

자녀들에게 계속 학업을 권장하는 것은 어려운 일입니다만, 그들 자신을 위해 가능한 높은 수준의 교육을 받는 것이 중요한 것임을 상기시켜야 합니다.

## 8. 야간 학교

학업을 마치고 직업을 구할 때, 야간 학교를 동시에 다니는 경우가 많습니다. 이런 경우 학업을 마치기 전에 반드시 확인을 할 사항이 몇 가지 있습니다.:

- ▲ 야간 학교 입학 자격을 갖추었는가, 그리고 신청 기간이 충분한가?
- ▲ 무엇을 공부할 것인지 결정했는가?
- ▲ 집에서 멀리 떨어져 있는 경우 집과 음식은 해결이 되는가?
- ▲ 학업과 생활비를 댈 만큼 안정적인 수입을 얻는 직업을 구했는가?
- ▲ 일과 학업 두 가지를 동시에 소화해 낼 수 있는 여력이 있는가?

## 9. 직업을 찾는 법

자녀들이 곧 학교생활을 마치게 될 즈음 그들의 옵션을 생각해볼 수 있도록 시간을 주십시오.

지금까지 자녀와 함께 상의를 해 왔을 것이므로, 그들이 찾고 있는 직업의 폭을 알 수 있을 것입니다. 직업 목록을 만들어서 냉장고 문 등에 붙여 놓으면 볼 때마다 계속 상기할 수 있을 것입니다.

이제 자녀들이 해야 할 일은:

- ▲ 교장이나 선생님들에게 추천서를 요청하기
- ▲ 지난 경력을 바탕으로 추천서 받기
- ▲ 구직관련기관이나 청소년 직업 소개 사무소 등에서 취업자료 구하기
- ▲ 취업 책자 구하기
- ▲ 신문에서 계속 구인란 확인하기
- ▲ 친구나 친척들에게 취업 정보 구하기
- ▲ 일하고 싶은 직장 목록을 만들어 정기적으로 취업 정보 확인하기
- ▲ 직업 소개소를 정기적으로 방문하여 정보 구하기
- ▲ 입사 지원서를 작성할 때 문법이 정확하고 요구사항을 제대로 포함시켰는지 재차 확인하기
- ▲ 입사 지원서는 반드시 컴퓨터나 타자기로 작성하기

## 10. 부모가 도와 줄 수 있는 일

긍정적인 사고방식을 가지고 자녀가 성공할 것이라는 확신이 있으면 자녀들에게 아주 많은 도움이 될 것입니다.

또한 자녀들의 관심이 있는 분야에서 근무하는 사람들과 잦은 접촉을 가지며 정보를 수집하는 것도 좋은 방법입니다.

자녀들의 노력에 대해 관심을 보이며, 입사 지원서나 이력서 작성시 도움을 많이 주십시오.

자녀들이 도움이 필요할 때에 언제나 도와 줄 수 있도록 노력하십시오. 여러분이 처음에 일자리를 구할 때를 상기해 보십시오.

자녀들이 회사와의 인터뷰가 있을 때, 같이 연습을 하면서 자녀들이 잘 준비를 할 수 있도록 도와주십시오.

물론 인터뷰에 갈 때에는 자녀들 혼자 보내도록 하여서 회사가 여러분의 자녀가 너무 의존적으로 보이지 않도록 해야 합니다.

가까운 곳에서 취업이 어려울 경우 다른 곳에 사는 친구나 친척들의 도움을 받아 다른 지역의 일자리를 알아 보도록 하십시오.

각 지역의 구직기관에서도 도움을 받을 수 있습니다:

- ▲ 인터뷰를 보러 갈 때 무료 운송 수단 제공
- ▲ 살고 있는 지역에 일자리가 없을 때 이사 비용 제공
- ▲ 부모에게 재정적 의존을 하고 있는 16-17세 청소년을 위한 취업 정보 수집 비용 제공

## 11. 직업 유지하기

취업이 어려운 것은 사실이지만, 일단 얻은 일자리를 지키는 것 역시 쉬운 일이 아닙니다. 정부 취업부에서 발행한 직업 분석집은 청소년들이 새로운 일을 시작하는 것에 도움을 주기 위한 책입니다. 이 책은 청소년들이 일을 시작하고 유지하는 것에 많은 도움이 될 것입니다.



# 청소년 자살 예방 YOUTH SUICIDE PREVENTIO

죽을 용기로 살아가자. 인생은 살아볼 가치가 있으니...

안 동 현



이 글을 신문에서 처음 읽고 여러 가지에 많이 놀랐습니다. 예전에는 자살 소식을 뉴스에서 들었지만 이제는 너무 흔해서 뉴스에 나오지도 않는다니 말문이 막힙니다. 제 생각에는 자살 문제에 대해 더욱 많은 관심을 가져야 할 것 같습니다. 특히나 자살한 사람 중 청소년이 차지하는 비율이 그렇게나 많이 올라가고 있을 때는요.

때때로 일이 잘못 됐을 때 저는 ‘나 죽어 버릴 거야’라고 말할 때가 많은데, 물론 실제로 그러지는 않죠. 무서우니까요. 그리고 실제로 죽을 거라고 생각을 안 했으니까요. 그런데 죽어 버리겠다고 하는 말이 어떤 이에게는 사실인가 봐요.

매일매일 세상 돌아가는 것이 힘들어지고 있습니다. 그리고 일자리를 얻는 것도요. 이런 것들이 우리들한테 공부하라고 압박을 주는 것 같아요. 이런 압박감 때문에 우리는 스트레스와 우울, 긴장 속의 나날을 보내게 되죠. 어떤 사람은 결국 견디지 못해요. 물론 약물이나 성추행, 또래압력같이 다른 문제 때문이기도 하죠. 확실한 것은, 일자리를 걱정하는 것보다 사는 것이 더 중요한데 말이에요.

청소년 자살에 대한 기사를 읽은 15세 소년의 코멘트...

청소년 자살에 관한 통계가 연구마다 다르기는 하지만, 관계자들에 따르면 청소년 자살은 호주 내에서 심각한 문제이고, 또 해마다 증가하는 추세입니다. 15세에서 24세 사이의 청소년 자살률로 따지면 호주는 세계에서 가장 높은 곳 중의 하나입니다. 매년 호주에서 400명이 넘는 젊은이들이 자살을 하고 있는 실정입니다.

지난 20년 동안 성인의 자살률은 비슷했지만, 청소년, 특히 남자의 자살률은 꾸준히 증가하고 있습니다. 현재 15세에서 24세 사이 청소년의 자살률은 10만 명당 15명꼴입니다. 이 수치는 교통사고 다음으로 높은 청소년 사망 원인이 되고 있습니다.

1960년에서 1990년 사이, 자살률은 10만 명당 3.5명에서 11.2명으로 세 배 가까이 증가하였습니다. 같은 기간 자살자 중 남녀 비율은 3:1에서 6:1로 올랐습니다.

그러나, 집계된 자살률이 실제 자살률에는 못 미치고 있다는 문제가 있습니다. 왜냐하면 자살로 인한 죽음이 단순 사고 등 다른 경로로 보고될 수 있기 때문입니다. 예를 들어서 교통사고도 자살에 의한 것일 수 있고, 약물 남용으로 인한 사망 역시 사고일 수도 있지만 자살일 수도 있는 것입니다.

자살은 보통 도심보다는 인적이 뜸한 시골에서 더 자주 일어납니다.

자살 미수는 더욱 규명하기가 어렵습니다. 자살 미수에 그친 청소년들은 대다수가 그 이유를 말하지 않습니다. 또한 전문가의 도움도 거의 요구하지 않는 특징이 있습니다. 학교와 지역사회에 따르면, 청소년의 10-15%가 어떤 식으로든 자살을 범하려고 시도했다고 합니다. 그리고 훨씬 많은 숫자의 청소년들이 자살을 생각해 보았지만, 실행에 옮기지 않는 것인 바 밝혀졌습니다.

연구에 의하면 남자 청소년 한 명이 자살을 하려면, 15번 이상의 자살 시도가 있다고 합니다. 그리고 여자 청소년의 경우에는

100번이 넘는 자살 시도가 보고 되었습니다. 따라서 호주에서만 매년 4만 건 이상의 자살 시도가 있는 것으로 어림잡고 있습니다.

여자보다는 남자가 더욱 치명적이고 극단적인 방법으로 자살을 하는 경향이 있습니다. 이것은 자살률에도 잘 반영되어 있습니다.

## 1. 진실과 허구

청소년 자살은 감정적인 측면이 상당히 작용하기 때문에, 금기의 주제로 간주되어 왔습니다. 그 결과로 활발한 논의가 진행되지 않았고, 또한 그에 대한 연구가 최근까지 부족했던 것이 현실입니다. 게다가 자살을 죄나 범죄, 또는 가족의 수치로 보는 사회적 의식도 한 몫으로 작용했습니다. 또한 부모들은 수치심과 죄의식, 그리고 주위에서의 비난을 한 몸에 받게 됩니다. 아직도 자살에 관한 많은 허구와 잘못된 정보가 있습니다. 하지만, 우리가 청소년의 자살을 더 잘 이해하려 한다면 더 많은 연구를 해야 합니다. 가족과 친척, 친구들을 인터뷰하고, 과거 기록을 재검토하는 심리학적 검증기법을 사용함으로써 몇 가지 방법을 밝혀내고 몇몇 허구를 없애야 합니다.

일단 우리가 알아야 할 몇 가지 자살에 관한 사실이 있습니다.:

1. 청소년 자살률이 증가하고 있다.
2. 10세 미만의 어린이에게는 자살이 흔하지 않지만, 사춘기를 지나면서 자살이 증가하고 10대 후반의 청소년기에 가장 빈번해 진다.
3. 자살 자체 보다 자살 시도 횟수가 훨씬 많다.
4. 자살한 청소년의 60-80%가 자살 한두 달 전에 도움을 구한다.
5. 자살 시도 경험이 있을수록 위험성은 높아진다.
6. 대다수의 자살은 치밀한 계획 하에 실행된다.
7. 자살은 가족 구성원들과 친구들에게 큰 영향을 끼친다.
8. 방송매체에서 자살을 극적으로 연기할 경우 유사한 모방 자살이 일어날 수 있다.

그렇지만 또 많은 허구도 있습니다.

1. 내 아이에게는 일어나지 않을 것이다.
2. 자살에 대해 이야기하는 것이 곧 자살을 야기한다.
3. 자살 시도는 속임수이므로 무시하거나 벌을 줘야 한다.
4. 자살은 저소득층에서만 일어난다.
5. 자살은 검색 없이 갑자기 일어난다.
6. 청소년들은 그들의 '실수'로부터 '배우게' 될 것이고, 두려움 때문에 다시는 시도하지 않을 것이다.
7. 어린이나 청소년들에게는 우울증이나 다른 정신 질환이 일어나지 않는다.

## 2. 위험 요소

최근 연구에 따르면 대부분의 청소년 자살은 생물학적, 심리학 적, 사회문화적, 가족적 요인의 복합적인 결과의 산물입니다. 자살은 개인적, 가족적 요인의 배경과 현재 정서의 상태와 청소년에게 참을 수 없는 정신적 고통을 준 최근의 중요한 생활 속 사건 간의 상호작용의 결과로 볼 수 있습니다. 물론 개개인의 성향에 따라 다르기는 하지만, 이 같은 요인들 중 우리가 알고 있는 공통의 요소들은 다음과 같습니다.

### 자살 시도 경험

자살을 가장 확실하게 예견할 수 있는 것은 과거에 자살 시도가 있었는가의 여부입니다. 시도 횟수가 늘면 늘수록 자살 확률도 늘어나게 됩니다.

### 우울증

심경의 변화는 청소년기에 자주 있는 일이지만, 정서 불안 등이 계속 되는 경우에는 우울증의 신호일 수 있습니다. 우울증에 걸린 청소년들, 특히 여자는 자살의 위험이 더 높습니다. 덧붙여 가족 내에 우울증이나 자살 경험이 있으면 위험은 한층 높아집니다.

우울증의 증상은 나이에 따라 아주 다양합니다만, 나이가 많을수록 성인의 우울증과 비슷한 우울증 증상을 보입니다. 흔한 증상으로는 :

- 지나치게 가라앉은 분위기

- 일상 생활에서의 흥미 상실
- 사회로부터의 자발적인 후퇴와 고립
- 에너지와 동기의 상실
- 지겨움
- 청소년들에 대한 흥미의 결여
- 수면 장애 (잠을 못 자거나 잠을 너무 많이 자는 행위)
- 식욕 변화 (식욕 상실과 지나친 과식)
- 술이나 약물 남용 같은 일탈 행동
- 학업 부진
- 자신감 상실
- 죄의식
- 절망감과 무기력
- 자살 의지의 표현

## 음주 또는 약물 남용

약물 남용은 자살한 청소년 중 1/3정도에서 나타나고 있습니다. 문제에 대한 해답을 찾지 못한 많은 청소년들이 약물과 술에 빠지고 있습니다. 그들은 음주와 약물이 잠시나마 자신의 스트레스를 풀어 줄 수 있다고 생각하기 때문이죠. 그러나 사용량과 횟수가 증가할수록, 청소년들은 신체적으로나 정신적으로 약물에 의지하게 되고 마지막에는 헤어 나오기 힘들게 됩니다. 문제는 술과 약물이 우울하게 하고 자제력을 앗아간다는 것입니다.

만약 우울증에 걸린 청소년이 술이나 약물을 남용하게 되면, 아주 심각한 상황을 초래할 수도 있는 것입니다. 약물 남용은 정신적으로 자극을 주게 되어 자살을 하고 싶다는 환상이나 충동을 일으키는 것으로 알려져 있습니다. 또한 술이나 약물의 영향으로 판단력이 흐려지므로 위험한 행동을 하는 경우도 늘어나게

되며, 그에 따라 사고로 숨지는 경우가 발생하기도 합니다.

## 행동 장애

행동 장애가 있는 청소년들은 기분에 따라서 파괴적인 행동을 하기 때문에, 자살 확률이 높아지기 마련입니다. 특히, 그런 청소년들이 사회적으로 격리되어 있거나, 충동적이거나 또는 과격할 때, 거기에 덧붙여 술과 약물이 더해지면 굉장히 위험한 상황을 초래할 수 있습니다. 이런 청소년들의 대다수는 위험한 상황에 꾸준히 노출되어 있습니다. 극단적인 예이지만, 그들은 짐이 없을 수도 있고 비사회적인 행동 때문에 경찰과의 마찰이 자주 있을 수 있기 때문입니다. 또 사회에서 실패한 인간이라고 낙인이 찍혀 있기 때문에 같은 처지에 있는 사람들과 어울립니다. 그들은 전문가의 도움을 받아야 하지만, 자신들이 도움을 받아야 한다는 사실을 숨기며 또 인정하기 꺼려합니다.

## 지지적이지 못하고 파괴적인 가족 배경

청소년기는 신체적, 정서적, 인식적 면에서 빠른 성장을 보이는 시기입니다. 이 시기에는 청소년들에게 많은 스트레스와 혼란을 가져오지만, 청소년들의 대처 능력은 상대적으로 부족할 때가 많습니다. 이런 청소년기에는 가족의 보살핌이 무엇보다도 중요합니다. 이런 가족의 보살핌이 부족하거나 불규칙할 때, 심지어 가족이 청소년에게 해가 될 때(학대 등) 우울증이나 노여움을 일으킬 수 있습니다. 과보호 가정이나 아이에게 너무 많은 것을 바라는 가정도 같은 증상을 일으킬 수 있는데, 중요한 것은 청소년들이 필요로 하는 것과 가족들의 보살핌이 잘 맞지 않을 때 문제가 일어날 수 있다는 것입니다.

## 인간 관계 문제

이성 친구나 부모 등 중요한 사람들과의 마찰같이 인간 관계 때문에 청소년들이 자살을 시도하는 경우가 상당히 많습니다. 이러한 자살 시도는 분노의 표현이나 도움의 요청으로 볼 수 있습니다. 다행히도 이러한 행동은 일시적이고, 또 당사자간에 해결되는 경우가 대부분입니다. 그렇지만 이런 문제가 해결되지 않고 남을 경우, 청소년들은 계속 되는 스트레스로 인하여 자신이 무능력하다고 느끼기까지 합니다. 이럴 때 청소년들은 죽음만이 해결책이라는 생각을 가지기 쉽습니다.

## 대처 능력의 부족

상황에 대한 대처 능력이 부족하거나 없는 청소년들에게 자살의 위험성은 더 큽니다. 자녀들에 대한 기대감이 지나치게 높을 때, 그로 인한 지나친 스트레스로 인하여 섬세한 청소년들은 무기력을 느끼기 쉽습니다. 그런 상태가 계속되면 정신 이상이나 행동 장애의 위험이 있으며, 자신에 대한 절망으로 자해를 하게 될 수도 있습니다.

## 정신 질환

정신분열증, 신경성 식욕 감퇴, 우울증 등의 정신 질환은 자살의 위험을 언제나 내포하고 있습니다. 이런 질병들의 증상은 청소년기부터 나타나기도 합니다. 정신분열증세가 있는 사람은 죽기를 원하지 않아도 어떤 목소리가 시켜서 자살을 할 수도 있고 (환청 현상), 이와 비슷하게 심각한 우울증에 걸린 사람들은 가

죽음을 위해 차라리 죽음을 택하는 것이 낫다는 생각을 하기도 합니다.

## 자살 도구 확보의 용이성

도심보다 한적한 외곽 지역에서 청소년 자살률이 높은 것은 그 지역의 청소년들이 총포류 등의 무기를 보다 손쉽게 접하기 때문이기도 합니다. 통계에 따르면, 어떤 종류의 흉기를 손쉽게 구할 수 있는가에 따라 자살 방법이 결정된다고 합니다.

## 기타

그 외의 다른 위험 요소들은 다음과 같습니다:

- 중요한 인물과의 사별
- 만성적인 신체적 질환
- 기념일 현상(해마다 어떤 큰 사고나 일을 겪었던 날에 겪는 고통)
- 어린 시절 상실의 경험
- 학업 부진
- 장기간의 실업
- 자신에게 너무 높은 기대치를 가지고 있는 사람과 완벽주의자

위에 설명한 위험 요소들을 감안 할 때, 자살을 범할 확률이 높은 청소년상을 예상해 볼 수 있습니다. 자살확률이 높은 청소년은 심각한 우울증 증세에 시달리고 약물에 의지를 하며, 충동적으로 일을 처리하기 때문에 상황 대처 능력이 떨어집니다. 가족들은 가학적이거나 지나치게 밀착되어 있고, 자신은 도움을 구

하고 싶은 마음과 자원이 빈약합니다. 물론 이러한 청소년상이 자살한 모든 청소년들의 대표적인 유형은 아닙니다.

개중에는 눈에 띄는 증상이 없이 갑자기 자살을 범하는 청소년들도 있습니다. 그들은 만성적으로 우울증에 시달리고 대처 능력이 뛰어 나지 못한 것 같습니다만, 내성적이라 다른 사람들 눈에 잘 띄지 않기 때문에 갑자기 자살을 하는 것 같이 보일 수 있습니다.

### 3. 보호 요소

청소년 자살 예방을 위한 보호 요소들은 잘 많이 연구되지 않았지만 지금까지 확인된 요인들을 보면:

#### 자신의 삶에 있어서 중요한 인물의 유무

정신적이나 감정적으로 자신에게 좋은 영향을 끼친 인물이 있는 것이 자살을 예방하는 것에 큰 도움이 됩니다. 대부분의 청소년들은 자살에 대해 애매모호한 입장을 가지고 있는데, 그럴수록 그들은 다른 사람의 도움을 필요로 합니다. 청소년이 중요하다고 생각하는 사람들은 자신의 부모일 수도 있고, 선생님, 친구 또는 부모의 친구분들일 수도 있습니다. 그런 사람들이 도움을 줄 수 있다면 청소년들에게 큰 힘이 될 것입니다. 자신이 믿을 수 있는 사람들이 있다는 것은 가족의 보살핌이 없는 청소년들에게는 특히 중요합니다.

#### 상황 대처 능력

교육이 잘 되어있고 경험이 많을수록 힘든 상황에서의 대처 능력이 뛰어납니다. 또한 대처 능력은 그 사람의 지적 수준이 아닌 개인의 성격측면이 강합니다. 대처 능력이 뛰어나면 잘못된 상황도 도약할 수 있는 기회로 바꿀 수 있습니다.

#### 가족의 보살핌

방황하는 청소년에게 따뜻하고 정성스런 가족의 보살핌만큼

좋은 지지도 없습니다. 확실한 길잡이가 되어 주며, 대화를 많이 하고, 아이가 성장함에 따라 눈높이를 맞추어 주는 것이 잘 기능하는 가족이 되기 위한 주요 구성 요소들입니다.

## 취미 생활과 사회 활동

스카우트나 운동 팀, 또는 교회 등 그룹 활동에 속해 있는 청소년들은 소속 단체에서 제공하는 활동을 통해 그들의 에너지와 좌절을, 사회적으로 받아들여지는 방식으로 발산할 수도 있습니다. 그런 활동에서는 책임있고 봉사하는 성인의 지도 아래 다른 아이들과의 결속력을 다질 수 있는 기회도 많이 있습니다. 또한 단체 생활을 성공적으로 해냄으로써 자존감을 높여 줍니다.

## 4. 청소년 자살 예방

청소년 자살은 대부분 자신의 감정이나 가족, 사회 문제 때문에 일어나기 마련입니다. 자살을 예방하기 위해서는 다음의 요소들을 잘 숙지하고 있어야 합니다.

비록 우리 사회가 고통이나 문제가 없는 천국 같은 사회가 되기는 불가능하지만, 그렇다고 우리 자녀들을 위해서 더 나은 사회를 만들어 나가는 것을 포기할 수는 없습니다. 양질의 교육과 취업 보조, 자아 발전, 여가 활용 등에서 우리는 청소년들의 스트레스를 경감시켜 줄 기회를 찾을 수 있습니다. 이렇게 좋은 환경을 만들어 주는 것이 자살을 예방하는 가장 기본적인 요건입니다. 두 번째로 중요한 것은 문제가 발생하였을 때(예를 들어 우울증 증세를 보일 때) 신속히 해결하는 것이라 하겠습니다. 그리고 세 번째로 명심해야 할 것은 우울증으로 인한 자살 등의 복합증상을 막는 것입니다. 그리고 각 단계별로 알맞은 방법을 적절히 사용하는 것도 중요합니다.

### 부모로서 어떻게 청소년의 자살을 예방할 수 있을까요?

부모의 입장에서 할 수 있는 일이 여러 가지가 있습니다. 그 중에서는 일반적인 것도 있고 보다 특수한 상황에 맞는 방법도 있습니다.

자녀와 좋은 관계를 가지십시오.

자녀가 어릴 때에는 대개 부모와 아주 좋은 관계를 유지하며 또 부모에게 의지합니다. 그러나 차차 아이들이 성장할수록 바깥 세상에 관심을 가지게 되고 자신이 계속 자라고 살아가야 하는

곳이라는 것을 알게 됩니다. 이런 아이들의 성장은 청소년기에 최고조에 달하게 되는데, 이 시기에 그들은 급격한 신체적 발달과 부모, 친구와의 가치와 이상의 갈등, 이성과의 감정적 신체적 교제, 미래의 직업에 대한 불확실성을 경험하게 됩니다. 이런 “발달과업”들은 아주 자연스러운 것이지만, 청소년들에게 큰 부담으로 작용할 수 있습니다. 그럼에도 대다수의 청소년들은 큰 어려움 없이 청소년기를 잘 헤쳐 나가기도 합니다.

보통 사람들이 믿고 있는 것과는 달리, 청소년들은 비록 내색은 안 하지만 부모님과 좋은 관계를 유지하고 싶어 합니다. 부모와의 관계는 어렸을 때와는 성질이 많이 다르기는 하지만 본질은 똑 같은 것입니다. 부모 역시 아이의 성장에 따라 자신들의 식견을 넓히지 않으면 안 됩니다. 즉, 부모와 청소년이 동시에 자라야 한다는 뜻입니다. 일단 좋은 관계가 형성되면, 청소년들은 대부분 부모의 가치관을 이해하게 됩니다. 또 힘든 시기에 부모의 조언을 구하기도 쉬워질 것입니다.

좋은 관계는 부모와 자녀간의 대화를 여는 데에도 큰 도움이 됩니다. 이것은 특히 스트레스를 받고 있는 청소년들에게는 살아갈 수 있는 희망이 될 수 있습니다. 자녀가 자살을 선택하기 전에 지지와 초기개입을 하는 것이 효과 있음을 명심하십시오.

부모와 10대 자녀와의 관계는 다음과 같은 방법으로 개선할 수 있습니다:

#### A. 신체적으로 안전하고, 정서적으로 안정된 가정을 만드십시오.

물론 안정된 가정을 생각하지 않는 가정은 없을 것이라 여기지만, 집 없는 청소년들에게는 예외입니다. 근래에는 또 많은 가정에서 이혼으로 인한 양육권 분쟁까지 치닫는 것을 보게 되는데, 이렇게 되면 10대들이 부모들 불화의 “불모”가 되는 것입니다.

B. 자녀들과 좋은 시간을 같이 보내십시오.

“좋은 시간”이라는 말은 육아 책자에 많이 나오는 말이지만, 어떤 시간이 좋은 시간인가에 대해서는 말이 많습니다. 그러나, 부모와의 좋은 관계가 형성되기 위해서는 같이 시간을 보내는 것이 무엇보다 중요합니다. 부모와 자식이 서로 말다툼하는 것은 흔히 보이는 장면입니다. 갈등으로 보내지는 시간이 아주 많습니다. 그 시간을 쪼개서 같이 무엇을 하며 즐기는 것은 어떨까요?

C. 아이들의 말을 귀담아 들으십시오. 자녀들이 말하는 것뿐만 아니라, 그 안에 내제되어 있는 메시지를 읽으십시오.

10대들은 부모들이 참견은 많이 하면서 자신들의 의견을 듣지는 않는다고 불평을 합니다. 아이들의 말은 약간 탈선적이기도 하고, 애매하기도 하고 논리가 부족할 때도 있습니다. 부모로서는 아이들의 의중을 헤아리기 위해서는 이런 메시지를 잘 해석해야 할 필요가 있습니다. 같은 맥락에서 자녀들이 말을 할 때 바디랭귀지를 눈여겨보는 것도 좋습니다. 비언어적인 행동이 의미를 더욱 잘 전달하는 경우가 많으니까요.

D. 잘 지원해 주되, 필요 이상으로 참견하지 마십시오.

자녀를 잘 지지해주는 것과 지나친 참견은 종이 한 장 차이입니다. 부모는 아이들의 상한 감정을 이해해야 하지만, 그렇다고 아이들이 보여주길 원치 않는 내면의 고민스런 “비밀”을 다그쳐 물어 알아내려 하지 마십시오. 청소년들은 대개 마음의 준비가 되면 말을 할 것입니다. 일반적으로 청소년들은 다른 사람의 도움 없이 스스로 문제를 해결할 수 있다는 사실을 명심하십시오. 부모의 후원이나 도움은 청소년이 원할 때 찾는 것이지 절대로 부모가 억지로 하는 것이 아닙니다.

E. 감정의 적절한 표현을 장려하십시오.

많은 청소년들은 자신들의 감정이나 행동을 잘 나타내려 하지 않습니다. 그런 행동에 대해 부모가 뭐라고 하는 것을 싫어하기

때문이지요. 그렇지만 자녀들에게 기쁨, 슬픔, 노여움 등의 감정 표현을 장려해 보십시오. 그렇게 되면 자녀들과 감정의 교류가 훨씬 쉬워질 것입니다. “긍정적 감정”과 “부정적 감정”을 적절히 모두 표현하는 것이 중요합니다.

스트레스 받는 상황에 초기 개입하십시오.

인생에 있어서 중요한 상황을 앞에 두거나 겪은 사람은 심각한 정신적 고통을 받게 되기 마련입니다. 법정 앞에 서야 하거나, 가정 파탄, 중요한 시험, 성적인 학대, 퇴학 조치, 사랑하는 사람으로부터의 결별 선언 등이 청소년들이 겪는 힘든 상황의 예일 수 있습니다.

이런 상황에서의 부모나 다른 사람의 보살핌은 올바른 길로 청소년들을 이끌어 주는 큰 힘이 됩니다. 그러기 위해서는 10대들의 정신적 상태를 잘 파악하고 있어야 합니다. 아이들이 감정 표현을 잘 안 한다고 해서 그들이 힘들어 하고 있거나 절망적인 상황에 있지 않다고 단정 짓는 것은 아주 위험한 생각입니다. 그들의 감정을 느껴야 합니다. 왜냐하면 청소년들은 부모가 이해해 주기를 원하기 때문입니다. 그들의 말을 잘 들어보고 따뜻한 조언을 해주는 것이 많은 도움이 될 것입니다.

자살하겠다는 위협을 심각하게 받아들이십시오.

만약 자살하겠다고 위협을 한다면, 그 의중이 “진실”이든 아니든 간에 심각하게 받아들여야 합니다. 절대로 그 행동을 무시하거나 가볍게 여기면 안됩니다. 대부분의 경우에, 자살 위협은 도움이 필요하다는 절박한 요청입니다. 만약 이런 메시지를 잘 파악하지 못 한다면, 위협이 현실로 다가올 수도 있습니다. 이런 상황에서는 특별히 더 조심하고 관심을 가지는 것이 좋습니다.

정신 질환을 초기에 발견하고 관리하십시오.

자살과 마찬가지로 정신 질환 역시 당사자나 가족들에게 치욕적인 생각을 들게 합니다. 게다가 정신 질환에 대해 잘못된 상식을 가지고 있는 것도 현실입니다. 많은 정신 질환들이(예를 들어 정신 분열증, 신경성 무식욕증, 조울성 경향 등) 사춘기 때에 첫 증상을 나타내게 마련입니다. 특히, 이 시기에는 약물 남용에 의한 정신 착란증도 경계를 해야 합니다. 이런 병들은 병상 치료가 아주 효과적이지만, 그대로 방치하거나 초기에 대처하지 못하는 경우 자살로 이어지는 결과가 나올 수 있습니다.

개개의 정신 질환 증상을 모두 기술하지는 않겠지만, 다음의 증상들은 부모들이 알아두어야 하는 것들입니다.

- 심각하고 만성적인 우울 증상
- 심한 떨림이나 원인을 알 수 없는 폭력성
- 환각증상 - 환청이나 환시
- 과대 망상
- 심한 우쭐거림
- 일상 생활을 방해할 정도의 집착증 (청결이나 체중 등)

자녀에게서 이런 증상이 보이면 정신과 전문의의 도움이 필요할 상태일 수도 있습니다. 부모가 용기를 주고 잘 안심시킨다면, 아이들은 전문가의 도움을 받는 것에 동의할 수 있을 것입니다. 아이들을 바른 방식으로 돕기 위해서는 적절한 사정이 필요합니다.

자살 시도 후에는 적절한 개입이 필요합니다.

모든 자살 시도는 심각하게 보아야 합니다. 특히 10대들이 자살을 치밀하게 계획했다면 말입니다. 이런 시도는 자신에게 주위를 돌리려고 단순히 범하는 행동이 아닙니다. 자살 시도의 심각성은 자살 방식에 있는 것이 아니라 자살을 시도한 청소년의 의중에 있습니다. 따라서 적절한 사정이 필요하고, 그러기 위해서

는 전문가의 도움이 필요합니다.

자살을 시도한 사람은 물론, 그 부모와 나머지 가족들도 많은 지지가 필요하며, 그러한 욕구가 잊혀서는 안 되겠습니다.

부모들이 자살을 시도한 자녀들에게 할 수 있는 일은 다음과 같습니다.:

- 자녀의 신체적 안전을 확인하십시오.
- 언제나 자녀가 필요로 하면 도와 줄 수 있도록 옆에 있어 주십시오.
- 보살펴주되 과보호를 삼가 하십시오.
- 관심을 가지고 지켜보되 심한 참견을 삼가하십시오.
- 될 수 있는 한 빨리 일상생활로 돌아가십시오.
- 근처에 있는 위험한 물건들(화기나 총포류)을 제거하십시오.
- 자녀들이 원하고 먼저 말을 꺼냈을 때만 그들이 했던 일에 대해 대화를 나누십시오. 절대로 다그치거나 야단치지 마십시오.
- 도움과 조언을 구하십시오. 무턱대고 금기시하고 숨기면 안 됩니다.

급작스런 행동 변화에 대해 경계하십시오.

과거에 우울증세가 있던 아이들이 갑자기 증세가 호전되면 일단 경계해야 합니다. 이런 변화가 무조건 자녀의 회복을 의미하는 것은 아닙니다. 왜냐하면 그것이 자살을 결심한 후의 안도감에서 비롯될 수도 있기 때문입니다. 그런 경우에는 자녀들이 소중히 여기던 것을 사람들에게 나누어 주거나 부모에게 같이 바람을 쏘러 가자고 하기도 합니다.

심한 떨림 증상이 있는 청소년들도 위험하긴 마찬가지입니다. 그 증상이 약물이나 우울증, 불안감 또는 정신병에서 오는 것일 수도 있기 때문입니다. 만약 이런 경우라면, 자살은 청소년들이

마음의 평화를 얻기 위해 선택하는 것일 수도 있습니다. 뜨거운 양철 지붕 위에서 날뛰는 고양이처럼 행동하는 아이들에게 관심을 가지십시오.

의심이 들면 전문가의 도움과 조언을 구하십시오.

부모로서는 자녀가 정신적으로 문제가 있다거나 자살을 시도했다는 사실을 인정하기 어려울 것입니다. 그리고 부모들은 ‘단지 이것뿐이라면’ 또는 ‘도대체 왜’ 라고 하며 자책하기 마련입니다. 전문가의 도움은 당사자는 물론 가족 전체에게 필요합니다. 자녀에게 문제가 있다고 느낄 때에는 치료심리학자, 일반의사, 정신의학과 또는 유능한 청소년 전문가들로부터 언제나 조언을 구할 수 있습니다.

총포류나 불필요한 약을 치우십시오.

자살의 시도에 있어서 치명성은 당사자가 사용하는 자살 방법과 직접적인 연관이 있습니다. 집에 우울증 증세가 있는 청소년이 있다면, 특히나 자살에 사용할 경우 치명적이 될 수 있는 어떤 것도 집안에 들여놓지 마십시오.

## 자살이란?(SUICIDAL)

|   |                       |          |
|---|-----------------------|----------|
| S | Stress                | 스트레스     |
| U | Unsupported           | 지지적이지 않음 |
| I | Isolation             | 고독       |
| C | Calculated (intended) | 치밀한 계획   |
| I | Impulsivity           | 충동성      |
| D | Depression            | 우울       |
| A | Attempted previously  | 이전의 시도   |
| L | Low self-esteem       | 낮은 자존감   |

## 자살 예방(SUICIDE PREVENTION)

|                                                       |               |
|-------------------------------------------------------|---------------|
| Support                                               | 지지            |
| Understanding                                         | 이해            |
| Identification of plan/intent                         | 자살의도 파악       |
| Communication with teenagers                          | 자녀와의 의사소통     |
| Identification of any underlying psychiatric disorder | 정신적 문제의 유무    |
| Depression management                                 | 우울 관리         |
| Esteem improvement                                    | 자존감 향상        |
| Parental involvement                                  | 부모 연계         |
| Removal of dangerous materials                        | 위험물 제거        |
| Evaluation after an attempt                           | 자살 시도 후의 평가   |
| Ventilation of feelings                               | 기분 전환         |
| Early intervention                                    | 초기 개입         |
| Never ignore suicidal threat                          | 자살위협에 대한 주의집중 |
| Talk with teenagers                                   | 자녀와의 대화       |
| Involve professionals if required                     | 전문가의 도움       |
| Observe change of teenagers behaviour                 | 자녀들의 행동 변화 관찰 |
| Non-judgmental                                        | 개인적 비판 자제     |

관 계

Relationships

나는 청소년들을 잘 키우자고 하기 보다  
잘 지키자 라고 말하고 싶다

김 성 이



부모라는 지위는 스트레스와 절망, 그리고 헤아릴 수 없는 기쁨의 복합체라고 할 수 있습니다. 지금까지 자녀와의 관계를 발전시킬 수 있을가에 대한 주제로 무수한 논의가 있었고 또 많은 책이 출간되기도 하였지만, 우리는 아직도 해답을 찾지 못하고 있습니다. 가족이란 사회 구성의 가장 기본 단위입니다. 따라서 한 아이의 정체성과 개성은 가족 시스템에서 아주 많은 영향을 받고 있습니다.

많은 아동들은 가족이나 부모가 자신들의 생각을 무시하거나 경시하기 때문에 불만을 가지고 있습니다. 또 어떤 아동들은 가족 문제를 집에서 감히 입밖에 꺼내지 못해서 상담을 신청하기도 합니다.

친구 관계가 청소년기에서 사회적, 정신적 발달에 큰 역할을 하고 있는 것은 사실입니다만, 어렸을 때 자녀들은 부모에게 전적으로 의지를 하며 살아갑니다. 청소년기 초기와 중기를 지나면서 자녀들은 친구에게 많은 의지를 하게 되고, 청소년기 후기에 가서는 또래 집단의 압력에 대한 저항감을 가지며 자율적인 행동에 대한 능력이 크게 발달하게 됩니다.

자녀가 나이가 들면서 친구들에게 영향을 받는 것은 사실이지만, 대부분의 연구 결과에서 보면 그 영향은 상황에 따라 패턴이 있습니다. 친구들은 청소년들에게 정보를 주는 그룹이 되고 새로운 역할을 할 수 있게 하는 기회를 제공합니다. 미팅, 각종 이벤트, 입는 옷, 음주, 약물, 운동 그리고 취미 등 모든 것들을 친구들을 접하면서 알게 됩니다. 청소년기 때의 친구는 가족에서 사회 바깥으로 나가는데 중요한 역할을 하는 다리와 같습니다. 따라서 친구 관계는 10대들 사이에서 아주 중요한 관심사입니다.

반면 자녀들은 부모와 교육이나 진로 문제 등 전형적이고 다소 따분한 이슈들을 논의합니다. 가족 중심에서 친구, 사회 중심으로 바뀌어가는 대다수의 청소년들은 부모의 의견이나 가치를

무조건 반대하지 않습니다.

가족이란 단위는 그 안에서 사회적 관습이 세습되고 교육되기 때문에 사회의 가장 중심적인 요소입니다. 또한 개성과 사회성을 동시에 인간에게 가르쳐주는 곳입니다.

## 1. 대 화

다른 사람들과 친구가 되는 것은 아주 즐겁고 유익한 일이며, 또한 우리에게 사회에 대한 소속감을 느끼게 해줍니다. 그러나 이러한 대인관계가 때로는 우리에게 좌절과 실망을 안겨줄 수도 있고, 심지어는 타인과의 원만한 관계를 유지하는 것이 크나큰 시련이 될 수도 있습니다. 그 중에서도 부모와 자녀의 관계는 그들이 노력하기에 따라 가장 소중한 사이가 될 수 있는 반면, 가장 유지하기 어려운 사이가 될 수도 있습니다. 좋은 부모가 되는 것만큼 힘든 일은 없으며, 또 좋은 부모가 되기 위해 대화만큼 좋은 방법도 없습니다.

### 무엇이 효과적인 대화인가?

간단히 말해서 효과적인 대화란, 타인과 대화를 할 때 상대방을 소중히 생각하고, 그들의 말을 진심으로 들어줌으로써 서로의 관계를 더욱 돈독하게 하는 것을 말합니다. 그러나 이를 실천하는 것이 항상 가능한 것은 아닙니다. 특히나 대화를 하고 있는 사람이 감정에 치우쳐 있을 때는 더욱 더 불가능해집니다. 우리는 대화를 바탕으로 현재 우리가 자녀와의 관계에서 가지고 있는 문제점이 무엇인가를 돌아보고 해결방안을 찾을 수 있을 것입니다.

#### 듣는다는 느낌

상대방이 진심으로 내 말을 들어주고 이해해 준다는 것을 느끼는 것, 그것이 상대방과의 복잡한 문제도 간단하게 해결할 수 있는 지름길입니다. 만약 상대방에게 자신의 의견이나 감정이 제

대로 전달되지 않는다는 느낌을 받는다면, 그 대화는 오래 지속되지 못할 것입니다. 게다가 그 대화는 곧 상대방에 대한 원망과 비난만으로 가득할 것입니다. 상대방의 말을 경청하는 일은 아주 쉬운 것처럼 들리나, 실은 가장 어려운 대화 기술 중의 하나입니다. 우리는 단순히 상대방의 말을 듣는 것과, 상대를 이해하는 것은 다른 문제입니다. 우리는 자녀들의 말에 귀를 기울여야 합니다. 부모가 자녀의 말에 관심을 가지고 들어줄 때, 자녀는 자신이 부모에게 소중한 사람이라는 것을 깨닫고 정말로 부모가 자신의 문제에 관심을 가지고 있다는 것을 느끼게 됩니다.

타인과 대화할 때, 자신의 경험에 비추어 상대방이 자신의 말을 듣고 있지 않다고 느꼈을 때 어땠는지 생각해 봅시다. 화가 난다거나, 좌절감을 느낀다거나, 자신이 하찮게 여겨 질 수도 있을 것입니다. 바로 이것이 우리의 자녀가 느끼는 감정입니다. 자녀들은 대화하는 데 있어서 놀라울 정도로 어른들을 흉내 내고 따라 합니다.

상대방이 듣고 있는지 어떻게 알까?

대화를 할 때 상대방이 내 이야기를 듣고 있음을 알리는 신호에는 어떤 것들이 있는지 알아봅시다.

- 여러분의 이야기에 모든 신경을 집중한다. (다른 일은 신경 쓰지 않는다)
- 대화할 때 눈을 마주치도록 노력한다.
- 이야기에 관심을 보이는 제스처나 행동을 취한다.
- 진심으로 이야기에 흥미가 있다는 목소리로 이야기한다.
- 여러분이 이야기를 끝낼 때까지 충분히 들어주고 난 후, 그에 대한 반응을 한다.

집안일, 식사준비, 아이 돌보기, 아이의 숙제 돕기, 밖으로 뛰쳐나간 애완동물 찾아오기 등 그 밖에도 수만 가지도 더 되는 모

든 일을 하루 안에 하느라 정신을 빼앗긴 부모들에게는 위의 목록에 있는 첫 번째 사항은 매우 지키기 힘든 일입니다. 그러나 이럴 때일수록 이성적으로 생각하고 행동해야 합니다. 만일 여러분의 자녀 중의 하나가 다가와, ‘숙제를 다 끝냈으니 친구집에서 놀고 올게요’ 라고 말한다면 여러분은 아마 자신만의 시간을 가질 수 있으리라고 기대할 지 모릅니다. 그렇지만 만약에 여러분의 자녀와 여러분에게 중요한 일이 있거나 또는 뭔가 의논할 사항이 있어 여러분의 자녀가 시간을 필요로 한다면, 여러분은 자녀와 그 문제에 대해 의논하고 대화를 나눌만한 적당한 시간을 반드시 마련해야 합니다. 물론 곧바로 대화를 할 수 있으면 좋지만, 그렇지 못 할 경우에는 자녀에게 왜 지금이 적당하지 못한지 잘 설명하고 연후에 대화를 나눌 수 있는 시간을 제안해야 합니다. 단순히 ‘나중에’라고 말하는 것보다 ‘저녁식사 후’나 ‘목욕시간 후’처럼 정확한 시간을 정해주는 것이 자녀에게는 더욱 믿음을 줄 것입니다.

여러분이 말하는 목소리 톤이나 말하는 방법은 자녀와 대화할 때 매우 중요합니다. 만약 여러분에게 정말 좋은 생각이 떠오르거나, 여러분에게 정말 중요한 일이 생겨서 다른 사람에게 말을 하려고 다가갔는데, 상대방이 ‘지금 내가 바쁜 게 보이지 않니? 나중에 이야기하자’라고 딱 잘라 말한다면 기분이 썩 좋지는 않을 것입니다. 반대로 상대방이, ‘너에게 중요한 건 나에게도 중요한 일이니 나중에 시간을 따로 만들어 그것에 대해 이야기하자’구나. ‘점심식사 후가 어떨겠니?’ 하고 말한다면 여러분은 기분이 어떨까요? 차이점을 느낄 수 있겠죠? 짧은 대화지만 상대방은 여러분의 의견에 관심을 표시하고 나중에라도 여러분의 이야기를 들을 것이라는 성의를 보였습니다. 여러분의 자녀들에게 시간과 같이 사소한 것일지라도 스스로 선택할 수 있는 기회를 주는

것은 매우 중요합니다. 그들은 그것을 통해 협상하는 법을 배우고 어떠한 문제든 스스로 결정하는 법을 배우게 될 것입니다.

### 존중받는다는 감정

여러분의 자녀와 대화할 적당한 시간과 장소를 협상하는 것 이외에도 자녀가 여러분과의 관계에서 자신이 존중받고 있다는 감정을 가질 수 있는 방안들이 많이 있습니다. 여러분이 다른 사람과 이야기할 때, 어떠한 경우에 여러분이 기분이 좋았는지, 어떠한 말들을 했는지 한 번 생각해 봅시다.

- 편견을 가지고 있지 않다.
- 여러분이 자유롭게 말할 수 있도록 여러 가지 질문을 한다.
- 관심 있는 목소리로 말한다.
- 여러분에게 무엇을 어떻게 하라고 지시하지 않는다.
- 단정 지어 결론을 내리거나 여러분을 위해 일을 대신 해결 해주지 않는다.
- 비난조로 말하지 않는다.
- 여러분의 말을 변명으로 듣지 않는다.
- 소리를 지르거나 협박하지 않는다.
- 여러분이 한 말에 대해 긍정적인 대답을 해준다.

위의 사항들은 우리가 앞서 생각했던 것들보다 훨씬 더 지키기 어려운 것들입니다. 특히나 여러분의 자녀가 머리카락이 쭈뼛쭈뼛 설 만큼 충격적인 이야기를 한다면 그에 대해 편견을 갖지 않고 듣는다는 것은 매우 어려운 일입니다. 그렇지만 그들에 대한 비판이나 꾸중, 그리고 잔소리는 상황을 더 어렵게만 만들 뿐입니다. 여러분의 그러한 단순한 행동은 여러분의 자녀가 여러분에게 말한 것을 후회하게 만들 뿐입니다. 그리고 그들은 다음번에 여러분과 대화를 할 때 더욱 조심해서 말을 하게 될 것입니다. 자녀들의 말에 반사적으로 흥분하는 대신에, 솔직하게 여러

분의 생각을 아이에게 말하는 것이 좋습니다. 필요하다면 생각할 시간을 달라고 하는 것도 좋은 방법입니다.

### 자녀와의 관계 개선하기

앞서 이야기한 두 가지 외에도 여러분과 자녀와의 관계를 개선할 수 있는 방법은 여러 가지가 있습니다. 여러분은 하루에 몇 번이나 자녀들과 대화를 나누는지, 또 하루에 몇 번이나 아이들에게 뭔가를 하라고 지시하는지 생각해 보십시오. 아마도 여러분은 그 결과에 놀랄 것입니다. 여기서 가장 중요한 열쇠는 ‘함께’입니다. 누군가와 ‘함께’ 대화를 하는 것과 단순히 누군가‘에게’ 말을 하는 것에는 큰 차이가 있습니다. 대화란 한 사람이 전문가가 되어 일방적으로 지혜가 없는 다른 한 사람에게 지식을 전달하는 것이 아니라, 상대방과 자신의 생각과 의견을 나누는 상호 작용입니다. 모든 아이들은 지혜롭고, 그들만의 세상을 보는 신선하고 새로운 눈을 가지고 있습니다. 많은 부모들은 자녀의 입에서 나오는 날카로운 비판과 지적에 놀라곤 합니다. 자녀와의 대화를 통해 이러한 놀라움을 경험해 보십시오.

효과적인 대화를 할 수 있는 다른 한 가지 방법은 여러분의 감정을 잘 조절하는 것입니다. 여러분의 자녀에게, ‘지금 너 때문에 굉장히 화가 났으니까, 내 눈 앞에서 당장 사라져’ 라고 말하는 대신에, ‘나’ 라는 단어를 사용하도록 합니다. 예를 들면, ‘나 지금 화가 나 있으니까 나에게 생각할 시간을 좀 주겠니?’ 하고 말을 합니다. 자신의 감정을 다독이고 생각할 시간을 가지는 것은 좋은 방법입니다. 이를 통해 자녀의 말에 반사적으로 반응하는 대신에 자녀에게 좀 더 이성적인 대답을 줄 수 있을 것입니다. 위에서 말한 여러분의 첫 번째 반응은 아이에게 여러분보다는 그들에게 문제가 있어 여러분이 화가 났다고 말하는 것과 같습니다.

다. 여러분이 이해할 수 없는 부분이 자녀가 아니라 그들의 행동이라는 것을 그들에게 알리는 것이 중요합니다. 아이들에게는 부모의 무조건적인 사랑이 중요합니다.

여러분의 자녀에게 상처를 주고, 여러분과 자녀와의 관계 개선에 전혀 도움을 주지 못하는 몇 가지 말이 있습니다.

- 바보처럼 굴지 말아라.
- 내가 그렇게 하지 말라고 말했었지!
- 그런 쓸 데 없는 소리 하지 말아라.
- 내가 하라면 해!
- 울음을 그치지 않는다면, 내가 계속 울게 해 줄꺼야.
- 난 널 사랑하지 않아 / 난 네가 미워.
- 네가 만약 ~ 한다면, 널 더 사랑할 텐데.....

자녀들에게 거짓말을 하는 것은 아무 도움도 되지 않습니다. 만약 여러분의 자녀들이 여러분에게 솔직해 지기를 원한다면, 여러분이 먼저 그들에게 솔직해져야 할 것입니다.

### 효과적인 대화의 걸림돌

우리가 우리들의 자녀와 효과적인 대화를 하고, 행복하고 건전한 관계를 만드는 데는 몇 가지 장애물이 있습니다. 이제 그 예를 볼까요?

- 여러분의 어린시절 (가족과 대화가 단절된 어린시절)
- 병
- 피로
- 잘못된 가치관/양심
- 모든 문제에 답을 알아야 한다는 강박관념
- 모든 것이 자신의 탓이라는 죄책감
- 자신에 대한 다른 사람들의 시선과 생각

### 1) 이런…… 아빠/엄마와 똑같이 말하고 말았어!

자녀 교육에 있어서 여러분의 어린시절에 대한 기억은 매우 중요합니다. 위에 나열된 예 중에 몇 가지는, 여러분이 어린시절, 여러분의 부모에게서 들어본 적이 있을 것입니다. 혹여 여러분은 여러분의 부모가 여러분에게 했던 말을 여러분의 자녀에게 되풀이하고 있지는 않은지, 또 어린시절 여러분이 들었던 말들이 여러분의 인생이 도움이 되었는지 생각해 보십시오. 대부분의 사람들은 부모가 그들에게 했던 것처럼 아이들을 대합니다. 그 이유는 다른 사람들이 어떠한 방법으로 아이들을 대하는지 모르기 때문입니다. 자녀교육의 방법은 여러 가지가 있습니다. 다른 사람들은 어떠한 방법으로 아이들을 키우는지 살펴보는 것도 좋은 방법 중에 하나입니다. 만약에 다른 가정의 아이가 안정감 있고, 행복하고, 건전하고, 자신감에 가득 차 있다면, 그 이유가 무엇인지 알아보는 것이 좋습니다. 다른 부모들과 의견을 나누어 보십시오. 여러분이 원한다면, 여러분의 가족 말고도 주위에는 얼마든지 많은 정보와 의견을 나눌 수 있는 부

모들이 많이 있습니다.

### 2) 이런…… 애들이랑 똑같이 말하고 말았어!

때로는 여러분이 한 말이 여러분의 아이들의 입을 통해 여러분에게 되돌아오는 경우가 있을 것입니다. 그리고 그 말을 듣는 것이 달갑지 않을 때가 있을 것입니다. 여러분이 진정으로 자녀들에게 전달하고자 하는 메시지는 무엇이며, 그 메시지가 아이들에게 제대로 전달된다고 생각하십니까? 만약에 아니라면 왜 그럴까요? 우리는 모든 문제의 해결책을 가지고 있어야 하며, 다른 사람들에게 좋은 부모(그게 무슨 뜻이든지)로 보여야 한다는 강박관념 때문에 가끔씩은 말과 행동이 일치하지 않을 때가 있습니다. 이에 대한 가장 전형적인 예는, '다른 사람을 때리면 안 된

단다.’ 하고 아이를 가르치고는, 자신이 곧 아이들은 때리는 것이지요. 여기서 아이들은 때로는 사람을 때릴 수도 있다는 것을 배웁니다. 이것이 진정 여러분이 아이들에게 전달하고 싶은 메시지는 아니겠지요?

아이들은 여러분이 어떻게 말을 하는가 보다는, 여러분이 어떻게 행동하는가를 보고 배우게 됩니다. 여러분은 지금 여러분의 모습에 만족합니까? 만약에 그렇지 않다면, 아이들에게 그들의 모습에 만족하도록 권유하는 것은 쉽지 않을 것입니다. 여러분 자신에 대해 생각하고 여러분의 부족한 점을 바꾸려 시도하는 것을 두려워하지 마십시오. 여러분은 완벽한 사람이 아니라는 것을 인정하고 부족한 점을 바꾸려고 노력하는 것은 현명한 판단일 뿐 아니라 여러분의 자녀에게 좋은 모범이 될 것입니다. 여러분의 그러한 행동은 그들에게 그 어떠한 사람도 완벽하지 않으며, 모든 문제의 해답을 가지고 있는 사람은 없으며, 누구든지 실수를 저지를 수 있다는 사실을 알게 해 줄 것입니다. 또한 자신을 변화 시키는 것은 가능한 일이며, 그들에게도 원한다면 자신을 바꿀 수 있는 힘이 있다는 것을 알게 해 줄 것입니다.

### 3) 정답은 어디에도 없다

모든 부모들이 알아야 할 한 가지 진실이 있습니다. 그것은 우리들 중 누구도 문제에 대한 정답을 가지고 있지 않다는 것입니다. 아이들은 부모들이 거짓으로 가장하고 있다는 사실을 알고 있으며, 여러분 또한 스스로 알고 있습니다. 그 어디에도 정답은 없습니다. 때로 부모들은 자신이 어른이기 때문에 자신들의 생각과 행동이 모두 옳다고 믿으며, 아이들의 생각과 행동은 단지 어리다는 이유만으로 모두 틀렸다고 단정짓곤 합니다. 두 사람이 각기 다른 의견을 갖는 것은, 어느 한 사람은 옳고, 다른 한 사람은 틀린 것이 아니라, 단지 서로 문제를 바라보는 시각이 다를

뿐입니다. 아이들의 세상을 바라보는 눈이 여러분과 다르다는 것을 인정하고 이해한다면 그로 인한 갈등이 줄어들 것입니다. 여러분도 어린이였던 적이 있으므로 어린시절의 경험을 바탕으로 생각해 볼 수 있을 것입니다. 그러나 반대로 아이들은 아직 정신적으로 성숙하지 않기 때문에 여러분에 입장에서 생각한다는 것은 어려운 일입니다.

비록 여러분이 아이들의 의견에 동의하지 않는다 해도 그들의 의견을 존중해 주고, 그들이 입장에 서서 생각해 보십시오. 아이들이, ‘그건 공평하지 않아’, ‘엄마/ 아빠는 날 사랑하지 않아’ 라고 말할 때, 앞서 언급한 것처럼 성급하게 반응하지 마십시오. 대신 그들이 진심으로 그렇게 느꼈기 때문에 말한 것이라고 믿고 여러분이 만약 아이의 입장이라면 어떻게 할 것인지 생각해 보십시오. 무슨 이유로 아이들이 그렇게 생각하는지 물어보십시오. 그리고 그것을 바꾸기 위해 여러분이 할 수 있는 일이 무엇인지도 물어보십시오. 그들의 대답이 이치에 닿지 않더라도, 적어도 그들이 진정으로 원하는 것이 무엇이며, 그것들을 얻을 수 있는 방법에 대해 생각해 볼 수 있는 기회가 될 것입니다. 아이들에게 스스로 생각하는 방법을 가르치는 것은 매우 중요한 일이며, 이를 통하여 부모는 모든 문제의 해답을 가지고 있어야 한다는 강박관념에서 조금은 벗어날 수 있을 것입니다. 여러분이 아이들의 의견을 존중하고 있다는 것을 보여주는 일은, 곧 여러분이 진심으로 그들을 소중히 생각하고 있다는 것을 아이들에게 알리는 길이기도 합니다.

#### 4) 죄의식, 부끄러움, 비난 그리고 다른 쓸데없는 것들

대화의 가장 큰 장애물 중에 한 가지는 죄의식입니다. 대부분의 부모는 자신의 자녀가 잘못을 저질렀을 때 모든 것이 자신의 탓이라고 생각합니다. 때로 이러한 감정은 고립, 수치와 같은 감

정으로 발전하기도 합니다. 이러한 부모들은 자녀들의 잘못된 행동이나 말 등이 전적으로 자신의 잘못이 아님에도 불구하고 이러한 사실을 인정하려 하지 않습니다. 대신에 모든 일에 소극적으로 대처하며 곧잘 화를 내게 됩니다. 그리고 이러한 사실을 미리 대화를 통해 해결하지 못한 것을 자녀의 탓으로 돌리게 됩니다. 그들은 자녀들의 정신적, 육체적 미숙함을 핑계로 하여 자신의 행동을 정당화시키려 하며, 죄의식에서 벗어나려 합니다. 이러한 진단은 단순히 부모들의 죄의식을 경감시키려는 차원에서 내려지기도 합니다. 그러나 부모들은 이러한 문제가 대화의 단절이나 잘못된 대화의 방법에서 오는 문제임을 인정해야 합니다. 불행히도 대부분의 부모와 자녀들은 모든 문제의 책임을 서로에서 돌리려 하며, 서로를 비난하기에 바쁩니다.

벌써 일어난 일에 대하여 서로에게 책임을 묻는 것보다 대화로서 문제를 해결하도록 노력하십시오. 대화란 어떠한 공간 안에서 두 사람 사이에서 생겨나는 것이며 그 공간에는 두 사람이 힘을 합쳐 넘어 가야 할 장애물이 있습니다. 대화를 풀어나가는데 있어서 서로를 비난하는 일은 아무 도움도 되지 않을 뿐더러 서로의 생각을 흐트릴 뿐입니다. 상대방과 대화를 하고 대화의 장애물을 뛰어 넘는 데 있어서 자신에게 주어진 책임을 인식하고 유연성 있게 대처 하십시오. 자신의 행동의 문제점을 발견하고 이를 고치려고 노력하는 것은 자신이 나쁜 사람이라고 인정하는 것과는 다른 것입니다. 이것은 여러분이 성숙한 인격체임을 인정하는 것입니다. 그러므로 여러분이 먼저 변화를 시도해보십시오.

##### 5) 장애물 뛰어넘기

대화의 장애물을 뛰어넘는 가장 좋은 방법은 먼저 상대방에게 원하는 것이 무엇인지 묻는 것입니다. 대부분의 사람들, 특히 어

린이들은 자신들이 원하는 것을 말로 표현하는데 서투릅니다. 그러나 어린이들의 행동은 그들의 말과 다름없으므로 주의 깊게 본다면 자녀들이 원하는 것을 알아챌 수 있을 것입니다. 여러분과의 대화에서 아이들이 여러분으로부터 원하는 것은 무엇입니까? 사랑과 관심? 독립과 자유? 혹은 권력이나 고통으로부터의 안식처일까요? 여러분의 자녀가 진정으로 무엇을 원하는지 알게 되면, 그들의 행동이나 말에 더욱 효과적으로 대처할 수 있습니다. 또한 자녀들과의 관계에서 여러분이 진정으로 원하는 것이 무엇인지도 알아야 합니다. 사랑과 관심을 원합니까? 권력이나 주도권을 원합니까? 아니면 인격존중이나 사생활의 보호를 원합니까? 이처럼 자녀와의 대화에 있어서 여러분이 원하는 게 무엇인지 알게 되면 자녀와의 대화를 재평가할 수 있게 될 것입니다.

## 2. 난관의 시기

### 협상

협상의 기술은 가정 안에서의 법칙이나 규율과 관련하여 유용하게 쓰이기도 합니다. 자녀가 여러분이 정해 놓은 가정 안의 규율과 규칙에 동의하지 않을 때가 많이 있을 것입니다. 또한 여러분이 만약에 직업을 가진 사람이라면 여러분이 하고 있는 일임에도 불구하고 어떻게 하는지 설명할 수 없을 때를 경험한 적이 있을 것입니다. 이러한 경험은 여러분의 힘을 빠지게 만듭니다. 그리고 여러분이 운이 좋다면 누군가에게 일에 대한 조언을 해주거나, 일과 관련하여 협상을 해 본 경험도 있을 것입니다. 일과 관련한 협상이 여러분의 가정 안에서의 협상과 어떻게 다른지 한번 생각해 보십시오. 아마도 여러분은 여기서 자녀들에게도 가족의 구성원으로서 가정 안에서의 규율과 법칙을 부모와 협상하여 바꿀 권리가 있다는 것을 느끼게 될 것입니다.

여러분의 자녀가 몇 살이든 여러분은 그들에게 협상하는 방법을 가르칠 수 있습니다. 이것은 자녀들에게 더 많은 권리를 줌으로써 여러분이 약해지는 것과는 다릅니다. 이것은 여러분의 자녀들이 스스로 올바른 판단을 내릴 수 있는 능력이 있음을 믿고 있다는 증거입니다. 대부분의 부모들은 자녀들을 자기만족의 수단으로 보고 있습니다. 협상은 자립과 지도가 동시에 필요한 청소년과 성인의 과도기에 있는 사람에게 매우 중요한 기술 중의 하나입니다. 이것은 지금의 규율과 법칙을 모두 없애고 자녀들이 원하는 것에 무조건적으로 동의해 주는 것이 아니라, 가정 안에서의 지켜야 할 규율을 자녀와의 협상을 통해서 만들어 나감으

로써, 그들이 자발적으로 이를 지켜나갈 수 있도록 하는 것입니다. 이러한 방법은 자녀들에게 그들의 존재 가치와 능력을 일깨워 주는 좋은 계기가 될 것입니다. 또한 자녀들에게 자존심과 존엄성에 대해 배울 수 있는 기회도 제공될 수 있습니다.

협상은 책임, 시간, 그리고 참을성을 요구하는 기술입니다. 부모로서 독재적인 방법으로 자녀와 협상을 시도한다면 조금은 더 쉽고 편리할 수도 있으나, 장기적인 시각에서 본다면 지금은 조금 어렵고 많은 노력과 시간이 요구되더라도 자녀와 대등한 위치에 서서 협상을 하는 것이 좋습니다.

## 대립

### 다른 사람과의 대립

위급한 상황이거나 여러분의 자녀가 직접적으로 그렇게 해달라고 부탁하지 않는 한, 자녀들의 일에 여러분이 대신하여 전투적인 자세로 나올 필요는 없습니다. 이것은 자녀들에게서 자신의 전투에서 직접 전략을 짜고 실행에 옮길 수 있는 기회를 빼앗는 것과 다름이 없습니다. 동원할 수 있는 모든 방법을 통하여 자녀와 대화를 하고, 문제를 해결할 수 있는 방법을 함께 모색해 보는 것이 좋습니다. 또한 자녀들의 생각이 상식에서 벗어날 지라도 진지하게 듣고 대답해줘야 합니다. 그리고 해결방안에 대한 차후 문제에 대하여도 함께 생각해 보아야 합니다. 만약에 네가 철수의 머리를 변기에 넣어 버린다면 철수의 어머니가 기분이 어떻겠니? 이러한 경우 여러분의 경험이나 다른 가족의 경험을 자녀와 함께 나누는 것도 좋은 방법 중의 하나입니다. 한 가지 주의할 점은 여러분의 자녀에게 이야기할 때 여러분이 모든 문

제의 해답을 가지고 있는 것처럼 말을 해서는 안 된다는 것입니다. 만약 아이의 눈동자가 다른 곳을 향하고 있다면 여러분은 하던 말을 멈추는 것이 좋습니다. 그리고 여러분이 기억해야 할 가장 중요한 점은, 여러분에게는 통했던 방법이 여러분의 자녀에게는 통하지 않을 수도 있다는 것입니다. 자녀가 결정한 것은 스스로 실천해 옮길 수 있도록 도와주십시오. 만약에 여러분과 자녀가 생각했던 방법이 실패한다면, 자녀가 실망하는 데 그치지 않고 이를 극복하고 이를 배움의 기회로 삼을 수 있도록 옆에 서서 도와주십시오. 왜 생각했던 방법이 실패하였는지, 실행해 옮기는 데 있어서 문제가 무엇이었는지, 그리고 기대했던 결과가 적당했었는지 반성하는 시간을 자녀와 함께 자제 보십시오. 그리고 이러한 경험을 바탕으로 다시 함께 문제 해결의 방안을 생각해 보고 해로운 방법을 자녀가 스스로 풀어 볼 수 있도록 용기를 불러 넣어 줍니다.

### 자신과의 대립

대립이라고 해서 모두 다 나쁜 것은 아닙니다. 그러나 여러분의 자녀와 다투는 일을 반복하며, 아이를 학대하며, 소리치고, 아이가 2살 때 있었던 일들을 끄집어 내어 꾸짖고, 얼마나 힘들게 아이를 낳았는지를 끊임없이 이야기하는 일은 여러분과 자녀 모두를 지치게 하는 일입니다. 이런 일은 모두를 피곤하게 할 뿐 아무런 변화도 가져오지 못합니다. 그들과 다투는 것을 멈추고 자신을 그들로부터 방어하려는 것도 멈추십시오. 상대방의 이야기를 진심으로 들어주고 나서 여러분의 입장을 설명하고 협상을 하도록 하십시오. 단 한 가지 주의할 점은 여러분이 성인이므로 항상 긍정적이 사고를 이끌어 내어 문제를 해결할 수 있도록 먼저 행동을 취하는 것입니다.

## 결과

적절치 못한 행동에 대한 결과는 대립이며, 이에 유용한 두 가지 종류의 결과가 있습니다.

첫째는 논리적인 결과입니다.

논리적인 결과를 이끌어 내기 위해서 협상을 사용할 수도 있습니다. 이것은 여러분이 자녀에게 문제 해결의 방법을 알려주는 게 아니라, 자녀가 문제를 해결하기 위한 방법을 스스로 생각하고 이를 여러분에게 알려주는 것입니다. 그것의 결과는 가혹하지 않은 논리적인 것이어야 합니다. 예를 들어, 자녀가 좋아하는 물건을 사기 위해서는 자신의 용돈으로 구입해야 하는 경우가 있는데, 용돈으로는 충분하지 않다면, 돈을 스스로 벌도록 해야 합니다. 이러한 방법은 정당한 방법으로 돈을 벌어 물건을 가지게 함으로써 그들의 행동에 대한 논리적인 결과를 이끌어 냈고 동시에 장기적인 교육적 효과도 기대할 수 있습니다. 반면에 정당한 방법을 사용하지 않는다면 올바른지 못한 행동에 대한 처벌을 피할 수 없을 것입니다. 여러분의 자녀를 위해 논리적인 방법을 대신 생각해 주지 마십시오. 대신에 그들이 스스로 생각해 낼 수 있도록 도와 주십시오.

둘째는 자연스러운 결과입니다.

적절하지 못한 행동에 대한 당연한 결과가 있습니다. 예를 들면 숙제 같은 것입니다. 모든 아이들은 대부분 한 번쯤은 숙제를 하지 않아 학교에서 문제를 일으킵니다. 이것은 의심할 여지가 없는 사실입니다. 만약에 여러분의 자녀가 학교에서 문제를 일으켰다면, 이를 자녀와 대화할 수 있는 기회로 이용하십시오. 자녀가 그 문제에 대하여 어떻게 생각하는지, 그리고 다음 번에 그러한 문제를 일으키지 않기 위해서는 어떻게 할 것인지에 대하여

이야기를 나누어 보십시오. 그리고 그들이 숙제를 제대로 할 수 있도록 여러분이 도울 수 있는 방법은 없는지도 이야기해 보십시오. 대화를 통하여 그들이 스스로 생각할 수 있는 능력을 길러 주고, 동시에 그들이 스스로 문제를 해결할 수 있다는 자신감을 심어줍니다. 그리고 아이들은 여러분이 단순한 ‘숙제 감시관’이 아닌, 어려울 때 그들은 도와주고 응원해 줄 수 있는 부모라는 것을 깨닫게 될 것입니다.

모든 대립에는 그에 대한 당연한 결과가 있습니다. 만약에 여러분이 자녀들에게, ‘내가 더러운 옷은 빨래바구니에 집어 넣으라고 수 없이 더 말하지 않았니?’ 하고 말한다면 그것은 단순한 잔소리일 뿐입니다. 이러한 경우 아이들에게 반복하여 말하는 것보다 다음과 같이, ‘지금부터 빨래바구니에 있는 옷만 세탁을 할 거야.’ 하고 말을 함으로써 여러분이 의도한 결과를 이끌어 낼 수 있을 것입니다. 여러분이 말한 것을 아이들 앞에서 실천해 옮기는 것은 매우 중요합니다. 그러므로 무엇인가를 실행해 옮기기 전에는 항상 준비를 철저히 해야 함을 기억하십시오. 이에 대한 자연스러운 결과는 아이들이 세탁을 하지 못하여 입고 싶은 옷을 입지 못하거나, 또는 더러운 옷을 계속 입게 되거나, 아니면 직접 세탁을 하여 입게 될 것입니다. 이것은 아이들의 결정에 따른 것이므로 여러분은 이에 대해 더 이상 참견할 필요가 없습니다. 아이들이 이에 대해 불평을 한다면, 그것을 대화의 기회로 이용하십시오. 지금의 상황을 바꾸고 싶으면 어떻게 해야 하는지에 대하여 함께 생각해 봅시다. 조르기, 불평하기, 어리광 부리기 등 아이들이 여러분에 무언가를 얻어낼 때 쓰는 방법이 반대로 그들에게 통할 수 있습니다. 마침에 그들은 그들의 행동을 바꾸게 될 것입니다. 여러분이 먼저 문제를 해결하기 위해 어떠한 조치를 취한다면 아이들은 스스로 그 문제의 해결 방안을 찾아내

게 될 것입니다.

## 자녀를 있는 그대로 받아들이기

아이들은 아직 논리적인 사고를 바탕으로 하여 자신의 행동에 대한 책임을 질만한 나이가 아님에도 불구하고, 가끔씩 대부분의 부모나 어른들은 그들의 책임감의 결여에 대하여 한탄하곤 합니다. 아이들에게 여러분이 당시의 행동과 선택에 대한 책임을 기쁘게 받아들이는 모범을 보임으로써, 그들에게 그들의 행동과 선택에 따른 책임을 자연스럽게 가르칠 수 있습니다. 그들을 꾸짖거나 때리는 일은 오히려 그들을 화나게 할 뿐입니다.

확실히. 이것은 모두 이론상으로는 훌륭해

지금까지 말한 이론들은 아주 간단하고 쉽게 들리지만, 여러분의 자녀가 자라고 나이가 들게 됨에 따라 이것들을 실천에 옮기는 것이 별안간 아주 어려운 일이 되어 버립니다. 그러므로 아이들이 어렸을 때부터 하나씩 실천해 옮기는 것이 좋습니다. 여러분의 자녀가 벌써 다 자랐다고 해서 절망하거나 포기하지 마십시오. 왜냐하면 아이들이 나이가 들었어도 대화를 통한 관계의 개선을 시도해 볼 수 있기 때문입니다. 다만 여러분의 노력이 조금 더 필요할 뿐입니다. 부모가 갑자기 무언가를 바꾸게 되면 아이들은 놀라움, 혼돈, 불신, 심지어는 공포를 느끼게 됩니다. 여러분의 의지를 꺾기 위해 아이들은 얼마 동안 일부러 여러분이 싫어하는 일을 하기도 합니다. 그렇다고 여러분의 새로운 방법이 실패했다는 뜻은 아닙니다. 이것은 다른 보통의 사람들처럼 여러분의 자녀가 변화를 달가워하지 않는다는 뜻일 뿐입니다. 특히나 여러분이 아이에게 자주 소리를 지르고 협박을 한 적이 있다면,

그들은 이번의 변화는 얼마나 지속될까 하고 의구심을 가지게 될 것입니다. 이러한 경우에는 여러분의 지속적인 노력이 필요합니다.

좋아. 나는 인간일 뿐이야

어떠한 일을 하는데 있어서 일관성을 가지고 실천하는 일은 정말 중요합니다. 그렇지만 우리들은 인간이기 때문에 실수를 저지를 수도 있습니다. 변화는 예고 없이 불규칙적으로 우리들에게 찾아옵니다. 가끔은 앞뒤 순서가 뒤바뀔 때도 있습니다. 아이들 역시 실수를 하며, 쉽게 변화를 받아들이지 못합니다. 변화를 시도할 때 매번 여러분이 원하는 결과를 얻을 수 있다고 생각하지 마십시오. 아이들과 좋은 관계를 유지하는 것은 장기적인 안목을 필요로 하는 일이며, 장차 여러분의 자녀가 어떠한 사람이 되길 원하는지에 초점을 맞추고 노력해야 할 것입니다. 장기적인 목표는 여러분의 자녀가 진정으로 원하는 것에 맞추어야 합니다. 모든 부모들은 그들의 자녀가 건강하고, 행복하고, 자신감 있으며, 사회의 구성원으로써 꼭 필요한 사람으로 성장해 주기를 바랍니다. 지금까지 이야기한 대화의 기술은 모두 건강과 사랑, 그리고 장기적인 관계 유지에 초점을 맞추었습니다. 다른 방법들은 단시간에 좋은 효과를 얻을 수 있을지는 모르나, 장기적인 관계 개선에는 적합하지 않을 수도 있습니다.

### 사춘기('no'라는 말을 더 많이 한다)

청소년기는 특히나 중요한 시기입니다. 청소년들은 새로운 가치관을 쉽게 받아들이는 시기이기도 합니다. 여러분은 청소년들의 이러한 변화를 받아들이고 존중합니까? 아니면 그것은 단지

또 다른 갈등의 원인일 뿐입니까? 그러나 여러분의 염려와는 달리, 대부분의 청소년들은 나이가 들면서 점차 그들 가족들의 가치관을 인정하고 따르게 됩니다. 만약에 여러분 생각에 지금의 청소년들이 여러분 세대의 청소년들 보다 훨씬 다루기가 어렵다고 생각한다면 이 글귀를 한번 생각해 보십시오. ‘지금의 청소년의 안락함을 추구합니다. 예의가 바르지 못하며 권위를 경멸합니다. 어른을 공경하지 않으면서 아무데서나 재잘거립니다.’ 여러분의 청소년기를 보는 것 같지 않나요? 글귀는 기원전 500년 전에 소크라테스가 말한 것입니다. 일반적으로 말하자면, 청소년들의 행동이 예전에 비해 크게 변한 것이 없는 것처럼, 어른들의 청소년에 대한 인식도 크게 변하지 않았습니다. 때로는 청소년이 다른 별에서 온 외계인처럼 느껴질 것입니다. 어른들이 볼 때 청소년들은 다른 언어를 사용하며, 어른들이 이해하지 못할 습관과 사상을 가지고 있습니다. 이상한 머리를 하고 이상한 옷을 입고, 이해하기 어려운 음악을 귀가 멍멍할 정도로 크게 틀어 놓고 듣습니다. 여러분 자신도 한 때는 청소년 별에서 살았다는 것을 기억하십시오.

여러분도 외모나, 친구, 또는 여러분이 듣는 음악으로 평가되기 보다, 여러분의 진정한 가치로 평가 받고 인정 받고 싶어 하던 때가 있었음을 기억하십시오. 청소년은 관심이 없는 척 하지만, 특히나 그들의 대한 평가와 비난에 대해 예민한 법입니다. 여러분이 청소년기의 자녀들에게 내린 평가가 비판적이었다면, 그러한 평가가 그들과의 관계 개선에 도움이 되었는지 한번 생각해 보십시오. 청소년들에게 그들이 보고 느끼는 세상은 어떤지 물어 보십시오. 물론 그들이 모든 것을 여러분에게 말할 것이라는 기대는 하지 마십시오. 개인의 사생활은 청소년들에게 매우 중요하므로 이를 존중해야 합니다. 그리고 그들이 어려운 난관에 부딪혔을 때 여러분에게 도움을 청할 수 있도록 언제나 대화의 문이

열려 있음을 알려야 합니다.

### 실천의 어려움

이제부터는 아이들의 행동을 비판하고 꾸짖고, 또 그들과 말다툼을 하는 대신, 여러분의 자녀들의 내면의 좋은 점을 찾아내어 칭찬해주고 사랑해 줘야 할 때입니다. 물론 이것은 어려운 일이지만, 어떠한 상황에서도 자녀의 좋은 점만을 찾아내어 칭찬해주는 것이 필요합니다. 예를 들어, 여러분의 자녀가 수업시간에 공부를 하는 대신에 친구에게 그림 쪽지를 보냈다고 가정해 봅시다. 수업에 집중을 하지 않았다는 나쁜 점만을 보지 말고, 쪽지에 쓰인 문장의 문법과 철자의 사용이 올바르다거나, 그림을 너무나도 잘 그렸다거나 하는 좋은 점을 찾을 수 있도록 노력하십시오. 여러분 자녀의 재능과 능력에 대하여 생각해보고, 아이가 계속하여 그 재능을 키워 나갈 수 있도록 도와줘야 합니다. 그들 스스로 그들의 재능과 능력에 대하여 생각할 수 있는 시간을 가질 수 있도록 도와주십시오. 이 세상의 모든 아이들은 그들만의 개성을 가지고 있으며, 여러분은 여러분 자녀가 그들의 개성을 살릴 수 있도록 도와줘야 합니다. 그러기 위해서는 자녀와 많은 시간을 함께 보내고 그들이 진정으로 원하는 것이 무엇인지 찾아낼 수 있도록 도와줘야 합니다.

여러분이 평소에 자녀들과 많은 대화를 나누고, 그들의 개성을 인정하고 키워준다면, 자녀와의 문제도 어렵지 않게 느껴질 것이며, 갈등과 대립도 쉽게 풀어 나갈 수 있을 것입니다. 그렇게 함으로써 여러분은 자녀와 더욱 더 효과적으로 대화하고, 협상하고, 함께 문제를 풀어나갈 수 있을 것입니다. 자녀를 사랑과 관심으로 대하고, 그들의 개성을 존중하고 이해하려는 노력만이 자녀와의 갈등과 대립과 같은 문제를 해결하고 관계의 균형을 유지할 수 있는 길입니다.

### 3. 감정을 살리자

#### 감정이란 무엇일까?

기쁨이나 슬픔과 같은 감정도 자신의 일부이므로, 이를 받아들이고 이해하는 것은 아주 중요한 일입니다. 사람은 종교적, 정신적, 육체적, 감정적인 측면 등 여러 가지 다양한 모습을 가지고 있습니다. 감정은 감정일 뿐, 좋다 혹은 나쁘다 라고 단정 지어 말할 수 없습니다. 감정은 인간의 삶의 한 부분입니다. 사람의 감정은 마땅히 모두에게 존중받아야 합니다. 자신이 느끼고 있는 감정이나 생각을 상대방에게 정확하게 전달하고, 또 상대방은 이를 편견을 가지고 받아들이지 않도록 노력해야 합니다. 여러분의 자녀가 그들의 감정에 대하여 이야기 하고 싶어 한다면, 편안하고 솔직하게 그 이야기를 들어주십시오. 만약에 여러분의 아이가 기르던 강아지의 죽음으로 슬퍼하고 있다면, ‘이젠 그 강아지는 잊어버리고 기운을 내야지’ 하고 말을 해주는 것보다 함께 슬퍼하고 고민을 같이 해 줌으로써 아이가 정신적으로 더욱 성숙해지고 강해질 수 있도록 도와주는 것이 좋습니다. 이를 통해 우리는 감정이 소중하고 가치 있는 것이라는 것을 배울 수 있을 것입니다.

감정은 인간 내면세계의 계시판과도 같은 것입니다.

사람의 외적인 모습은 눈에 쉽게 보입니다. 만약에 손을 벤다면 어느 곳에 얼마만큼의 상처가 생겼는지 쉽게 찾을 수 있습니다. 또 눈앞에 벽돌로 된 벽이 있다면, 멈추지 않으면 곧 부딪히게 될 거라는 것을 알 것입니다. 연기를 보고 어딘가에 위험이 있다는 것을 감지 할 수 있으며, 햇볕이 너무 뜨거우면 자연스레 그늘을 찾아 움직이게 됩니다. 여러 가지 방법을 통해 우리는 우

리 자신을 외부의 위협으로부터 안전하게 지키기 위해 하루에도 수많은 선택을 합니다.

감정과 같은 인간의 내면세계는 눈에 잘 보이지 않고 판단하기도 쉽지 않습니다. 그렇다고 해서 내적인 모습이 외적인 모습보다 중요하지 않다고는 말할 수 없습니다. 그렇기 때문에 우리는 감정과 같은 내면의 세계를 보여주고, 우리의 정신적 건강을 위한 올바른 선택을 할 수 있도록 감정의 게시판이 필요한 것입니다.

## 자녀의 감정에 대해 다가가기

### 무작정 다가가지 않기

아이들이 그들의 감정에 대하여 생각해 볼 수 있는 시간을 주십시오.

아이들이 기뻐하고 있다면, 부모들은 그것에 대하여 걱정할 필요가 없이 아이들이 그 기쁨을 만끽할 수 있도록 도와주면 됩니다. 그렇지만 아이들이 슬픔이나 불안함과 같은 감정에 빠져있다면, 이에 대해 충분히 생각하고 스스로 이겨낼 수 있도록 도와주는 것이 중요합니다.

자녀를 위협이나 슬픔으로부터 보호하기 위한 부모의 본능 때문에, 많은 부모들은 아이의 기분을 나아지게 하려고 무작정 달려들곤 합니다. 그러나 아이들은 우리가 생각하는 것과 달리 누군가가 자신의 기분을 바꾸어 주기를 바라지 않습니다. 대신에 그들은 슬픔이나, 분노, 또는 불안과 같은 감정 때문에 자신이 힘들어 하는 것을 외부에 알리고, 누군가가 그들과 함께 느끼고 고민해 주기를 바라고 있습니다. 만약에 여러분이 이러한 경우에 무엇을 어떻게 할지 모른다면, 선불리 행동하는 것보다 상대방의 기분에 대해 조심스럽게 묻고 그들의 고민과 생각을 관심을 가지고 들어주는 것이 좋습니다.

만약에 여러분의 아이가 슬픔이나 불안과 같은 감정으로 힘들어하고 있을 때, 여러분이 나서서 모든 문제를 대신 해결해 버린다면, 여러분과 아이는 좋은 배움의 기회를 놓치는 것입니다. 여러분이 또는 누군가가 아이의 문제를 대신 해결해 준다면, 아이는 세상을 살기 쉬운 곳이라고 생각하게 될 것입니다. 사람은 세상을 살아가면서 다양한 경험을 하게 되고, 이러한 경험으로부터 각기 다른 감정을 느끼게 됩니다. 인생은 복잡하고도 역동적으로 움직이며 쉴 새 없이 바뀝니다. 감정도 이와 마찬가지로입니다.

사람은 동시에 여러 가지 감정을 한꺼번에 느낄 수도 있습니다. 이러한 현상은 지극히 정상이며, 인간의 복잡하고도 다양한 감정의 단면을 보여주는 것입니다. 인간은 새로운 도전과 모험을 즐기기도 하지만, 때로는 가보지 못한 길에 대한 아쉬움을 늘 지니고 있습니다. 이것은 인간이 감정적으로 불안정하다는 증거가 아니라, 동시에 내면에서 일어나는 여러 가지 감정의 충돌을 잘 다스릴 수 있다는 증거입니다.

### 감정에 대한 편견 버리기

감정은 남녀를 가리지 않습니다. 남녀가 느끼는 감정이 각각 따로 있는 것은 아닙니다. 때로는 남자 아이도 슬퍼서 울고 싶을 때가 있을 것입니다. 반대로 여자 아이도 화가 나서 소리를 지르고 싶을 때가 있습니다. 남자 아이가 더 유순하고 다른 사람의 고통에 대해 관심을 가질 수도 있으며, 여자 아이가 더 활동적이고 세상을 바꾸고 싶어 할 수도 있습니다. 지난 수십 년 동안, 남자는 감정에 치우치지 않으며, 여자는 감정적일 수밖에 없다고 사회는 가르쳐 왔습니다. 그렇기 때문에 지금까지 여자들은 감정의 안정을 찾기 위해 노력해 왔고, 반대로 남자는 감정과는 거리가 먼 생활을 해왔습니다. 그러나 이러한 사회의 통념은 남녀 누

구에게도 도움이 되지 않습니다. 모든 사람은 감정을 가지고 있으며, 그 감정을 다른 사람에게 알리고 인정을 받는 것을 모든 인간의 권리입니다. 동시에 모든 사람은 자신의 감정에 대한 책임을 가지고 있습니다. 부모는 자녀가 감정을 잘 조절할 수 있도록 그들의 모범이 되어야 할 것입니다.

또한 감정은 나이와 무관합니다.

감정에는 나이 제한이 없습니다. 그러나 자신의 감정을 표현하는 능력은 아이의 정신적 발달 정도에 따라 다를 수도 있습니다. 사람의 감정의 깊이와 폭은 그 사람의 감정을 표현하는 능력과는 별개임을 기억하십시오.

감정을 자유롭게 표현하기 위해서 자신이 느끼는 감정을 외부에 알리는 일은 안전한 일이며, 상대방이 이를 수락하고 받아들이는 것이라는 믿음이 있어야 합니다. 아이들과의 감정에 대한 토론을 할 때, 부모들은 그들의 대답과 반응에 관심을 기울여야 하며, 그것이 아이들의 감정 발달에 영향을 끼친다는 것을 기억해야 합니다.

## 실천사항

아이들이 그들의 감정 때문에 고민하고 의논을 하기를 원할 때, 부모가 옆에서 지켜낼 수 있도록 도와주어야 합니다. 그렇게 함으로써 아이들은 감정에 대해 배우고 나아가서는 그것을 조절할 수 있게 됩니다.

새로운 감정을 경험하고, 그 감정에 따라 행동하는 것은 두 가지의 다른 문제입니다.

만약 아이들이 새로운 감정을 경험하고 배우는데 그들의 부모가

옆에서 조언을 해주지 못한다면, 그것은 표지판도 없이 낯선 세계를 여행하는 것과 같습니다. 자신이 느끼는 감정에 대해 아무런 지식이 없다면, 어떻게 그것을 판단하고 대처할 수 있겠습니까?

잠들기 전에 무서운 내용의 동화책을 읽는 아이들은, 때때로 어둠 속에서 책 속의 환상을 보고 두려워하거나 울기도 합니다. 이런 경우, 부모는 인내와 시간을 가지고 아이가 공포를 느끼는 원인을 함께 찾아내어 이를 제거하여 안정을 되찾을 수 있도록 도와줘야 합니다.

아이가 12세 정도가 되면 자신의 미래에 대해 걱정하고 불안해 하기 시작합니다. 아이가 자신이 느끼는 감정에 대해 잘 알지 못하고, 또 불안이라는 감정에 대처하는 방법을 모른다면 더 많은 스트레스와 압력에 시달리게 될 것입니다.

부모는 자녀가 느끼는 감정을 다른 것들과 구분하여 대처하는 방법을 가르쳐야 합니다. 부모는 자녀에게 있어서 삶의 모델입니다. 그렇기 때문에 자신의 감정을 솔직히 표현하고 이에 적절히 대처하는 방법을 관심과 이해, 사랑을 통해서 일생 동안 자녀에게 가르치는 것은 매우 중요한 일입니다. 만약에 자신이 느끼는 감정에 대해 잘 알고 있다면, 자신을 위한 최선의 선택이 어떤 것인지도 쉽게 찾을 수 있을 것입니다. 감정을 표현하지 않고 자신 안에 가둬 두기만 한다면 그로 인한 스트레스가 증가하여, 결국 누군가가 자신의 이야기를 들어달라고 외치게 될 것입니다. 심지어는 자신과는 상관없는 일에도 무조건적으로 화를 내게 되기도 합니다. 이러한 사이에 주변의 사람들은 여러분을 멀리 하게 될 것이며, 여러분은 감정적으로 더 많은 혼란을 겪게 될 것입니다.

감정을 효과적으로 표현하면 다음과 같은 좋은 점들이 있습니다.

- 감정의 폭발로 인한 스트레스를 줄일 수 있습니다.

- 누구나 감정을 가지고 있다는 것을 알게 됩니다.
- 자신의 감정의 변화에 보다 적극적으로 대처할 수 있게 됩니다.
- 상대방의 이해와 지지를 얻을 수 있습니다.
- 자신의 감정과 그에 따른 행동에 책임감을 가지게 됩니다.
- 정신적인 건강과 안정에 도움이 됩니다.

## 분노란 무엇일까?

지금까지 여러 가지의 감정에 대해서 이야기 하면서 왜 분노에 관한 이야기는 하지 않았는지, 그리고 왜 분노를 다른 감정들과 분리하여 따로 이야기 하는지 궁금해 할 수도 있습니다.

이것은 분노가 다른 감정들보다 더욱 중요하기 때문일까요? 또는 분노가 다른 감정들보다 더욱 강력하기 때문일까요? 분노라는 감정이 특별한 대우를 받는 것은 분노라는 감정 그 자체 때문일까요? 아니면 그 분노라는 감정을 접한 사람들의 반응과 행동이 다른 감정과 현저히 다르기 때문일까요?

분노란 무엇인가가 잘못 되었을 때 느끼는 감정입니다. 분노에는 외적인 파괴나 변화로부터 비롯되는 것이 있는가 하면, 자신의 내적인 가치관과 속해 있는 그룹의 가치관의 차이점에서 비롯되는 분노가 있습니다. 그리고 대인관계에서 비롯되는 분노, 또는 자신의 허약함에 대한 분노 등 여러 가지가 있습니다.

## 분노에 대한 다른 의견

여러 가지 이유를 들어 사회는 우리에게 화나 분노와 같은 감정은 표현하지 않은 것이 좋다고 교육시켜 왔습니다. 사람은 화가 나면 이성을 잃고 싸움을 하거나, 다른 사람들을 헐박하거나, 위험한 행동을 하기도 하기 때문입니다.

화를 내다보면 예전에 자신이 화를 냄으로써 겪었던 불편하고 불안했던 기억이 나기도 합니다. 대부분의 부모들은 자신의 아이들이 공공 장소에서 분노를 터트릴 경우 자신의 체면에 손상이 간다고 생각합니다.

얼마만큼 화내는 것이 도움이 되는가?

화를 냄으로써 해서 사람은 진정으로 자신이 원하는 것이 무엇인지 알게 될 뿐만 아니라, 동시에 자신이 원하는 것을 얻기 위해 변화를 시도할 수도 있습니다. 그러므로 자신의 내적인 갈등이나 대립에 대하여 생각해 보고 분석해 보는 것은 가치 있는 일이며, 문제의 본질에 더욱 쉽게 다가설 수 있는 방법이기도 합니다.

자기 자신에게 분노라는 감정에 대하여 생각할 수 있는 시간과 여유를 주는 것은, 진정한 자아를 발견할 수 있는 지름길이기도 합니다. 화나 분노는 우리가 진정으로 무엇을 원하는 것인지 발견할 수 있도록 도와줍니다. 화는 우리가 위험한 상황에 처해 있음을 알려주는 알람과 같습니다. 화는 사람의 감정에서 촉매 역할을 하며, 곤경에 처했을 때 앞으로 나아갈 수 있는 힘을 주기도 합니다. 화를 적절히 표현하고 이용한다면 정신적인 건강에 도움이 될 것입니다.

부모는 자녀가 분노라는 감정을 잘 조절하고 이용하여 그들에 삶에 긍정적인 힘으로 작용할 수 있도록 도와줘야 합니다. 부모는 자녀가 스스로 화라는 감정에 대하여 생각해 보고 느낄 수 있도록 시간을 주어야 합니다. 이러한 과정을 통하여 스트레스를 줄이고 감정을 조절할 수 있게 될 것입니다. 또한 화에 적절히 대처하고, 자신의 행동에 대한 책임을 짐으로써 올바른 선택을 할 수 있게 될 것입니다.

언제 화내는 것이 도움 되지 않는가?

다른 사람에게 화풀이를 해서 문제를 풀려고 하는 것은 도움이 되지 않습니다. 화라는 감정을 언어적, 또는 육체적 폭력을 통해 표출하는 것은 옳지 못한 일입니다. 자신의 감정을 다스리지 못하고 화라는 감정에 자신을 맡기는 것은 옳지 못한 일입니다. 폭력, 비난, 수치, 포기와 같은 방법을 통해 화해와 타협하려 하는 것 또한 옳지 못한 일입니다.

분노를 건강하게 표출하도록 돕기

자신의 화를 표현하는 방법이 서툴면 싸움과 같은 행동으로 이어질 수 있으며, 상대방의 분노를 무심히 지나쳐 버린다면 심각한 마음의 상처를 남길 수가 있습니다.

참고 쌓아 두었던 화는 여러 가지 형태로 표출될 수 있습니다. 서서히 쌓아 두었던 화는 긴장과 스트레스로 표출될 수 있습니다. 화를 밖으로 표현하지 않고 마음에만 쌓아두는 일은 굉장히 많은 에너지를 필요로 합니다. 왜냐하면 이러한 감정은 정신적인 스트레스가 위험수위에 있다고 알리는 알람과 같기 때문입니다. 화의 본질을 알아내면 거기에서 오는 고통을 줄일 수 있습니다. 때로는 묻혀 있던 화가 서서히 밖으로 표출되면서 폭력적이거나 기이한 행동과 같은 결과를 낼 수 있습니다. 이러한 행동을 기준으로 그 사람을 선불리 판단하고 비판하기 보다는, 모든 사람들이 편안하고 정상적인 방법으로 그들의 화를 표현할 수 있는 환경을 만들어 주는 것이 중요합니다.

부모와 자녀 모두 그들의 감정을 자유롭게 표현하고 존중받을 권리가 있습니다. 모두의 감정을 소중하게 생각하고 존중함으로써 정신적으로 균형과 심리적인 안정을 찾을 수 있습니다.

## 4. 자녀와 함께 하는 시간

우리는 어른이 되는 대가로 ‘노는 법’을 잊어버리게 됩니다.

가끔씩 어린이 만화를 보면, 아이들이 무엇에도 구애 받지 않고 즐겁게 노는 방법을 어디에서 배웠는지 짐작할 수 있을 것입니다. 아이들은 끊임없이 대화하고, 문제를 해결하고, 관계를 개선하기 위해 또 끊임없이 재잘거립니다.

이러한 모든 일들은 그들이 즐겁게 노는 사이에 아무도 모르게 이루어집니다. 성장기를 벗어나 어른이 되어가면서, 우리는 즐겁게 놀고 즐기는 것보다 책임을 선택하게 됩니다.

우리는 이번 장에서 놀이가 부모와 자녀에게 줄 수 있는 여러 가지 장점에 대해서 이야기 할 것입니다.

### 자녀의 눈높이로 되돌아가기

여러분이 어렸을 때는 어떤 놀이를 좋아했습니까? 여러분의 부모님이 저녁시간이라고 수도 없이 소리쳐도 멈출 수 없을 만큼 여러분이 좋아했던 놀이를 기억해 보십시오. 아이들이 좋아하는 놀이는 시대에 따라 변하기도 합니다. 여러분이 어렸을 적에는 줄넘기가 유명했다면, 지금 여러분의 자녀들 사이에서는 롤러블레이드나 컴퓨터 게임 같은 것이 유명할지도 모릅니다. 그러나 어떠한 게임이든지 간에, 거기에서 아이들이 얻는 즐거움은 시대를 막론하고 같을 것입니다. 여러분은 여러분의 아이가 하는 게임을 시도해 본 적이 있습니까?

여러분의 아이에게 게임 하는 방법을 배우려고 시도해 본 적이 있습니까? 아이들은 여러분에 인정받고 싶어합니다. 아이들과 함께 게임을 하고 시간을 보내는 것은 아이들에게 자신감을 심

어 주는 좋은 기회가 될 뿐만 아니라, 여러분에게도 좋은 부모가 될 수 있는 기회가 될 것입니다.

여러분의 어린 시절을 생각하면 떠오르는 것들에는 무엇이 있습니까? 여러분의 어린 시절은 항상 부모와 함께였습니까? 무엇을 하고 있었습니까? 여러분은 여러분의 자녀가 그들의 어린 시절을 회상할 때 어떠한 모습으로 그들의 기억에 남고 싶습니까? 위와 같은 질문을 여러분 자신에게 물어 보십시오. 여러분과 여러분의 자녀와의 관계를 발전시키는 데 큰 도움이 될 것입니다.

하루 종일 힘든 일과에 시달린 여러분에게 여러분의 자녀는 때때로 귀찮고 피곤한 존재일 수도 있습니다. 그래서 가끔씩은 아이들을 사랑과 관심으로 대할 준비를 하지 못한 채 집으로 향하기도 합니다. 집에 돌아오는 차 안에서 아이들 생각을 해 보십시오. 그들의 사랑스러운 모습과 집으로 돌아가 함께 할 즐거운 시간들을 생각하며 집으로 향하십시오. 가족이 모두 한자리에 모인 저녁시간이야 말로 아이들과 함께 대화를 나누고 놀이를 할 수 있는 좋은 시간일 것입니다. 아이들은 여러분과 함께 할 수 있는 이 시간을 기다리게 될 것입니다. 만약에 여러분이 너무 피곤하다면, 단순히 아이들에게 피곤하다고 말하는 대신에 아이와 대화를 통해 이를 해결하도록 하십시오. 자녀와 함께 숨쉬고, 느끼고, 행동함으로써 그들과의 관계를 발전시킬 수 있을 것입니다.

아이들에게 이야기를 들려줄 때, 아름답고 즐거운 이야기만을 들려주려고 노력하지 마십시오. 이러한 이야기는 아이들에게 삶에 대한 헛된 환상만을 심어줄 뿐입니다. 아이들은 '우리 아빠, 엄마도 이렇게 즐겁게만 살았는데 나라고 안 될 건 뭐야?' 하고 간단하게 생각해 버릴 것입니다. 아이들은 텔레비전에서 보는 과장된 선전을 사실이라고 믿고 있기 때문에 여러분에게는 부모로서 그들에게 사실을 전달해줄 의무가 있습니다.

아이들에게 여러분의 지난 경험, 특히 여러분이 저지른 실수에 대하여 솔직하게 이야기 해 주십시오. 그리고 나서 만약에 그러한 상황이 그들에게 닥친다면 어떻게 반응하고 행동할 것인지 질문해 보십시오. 청소년기에 있는 여러분의 자녀와 이러한 대화를 나눌 시간을 마련하는 것은 매우 중요한 일입니다. 가족으로부터 독립을 시도하는 때이기도 하지만, 동시에 많은 혼란과 변화를 경험하는 시기이므로 여러분의 관심과 사랑이 어느 때 보다도 필요한 때입니다. 여러분의 청소년기 이야기를 들려주며, 아이들이 여러분이었다면 어떻게 행동했을지 물어보고 그들의 이야기를 들어보는 것도 좋은 방법 중 하나입니다. 단순히 여러분의 자녀와 이야기하고 같이 시간을 보내면 놀아주는 것만으로도 문제 해결 방법 터득, 분석적인 사고 능력의 향상과 같은 많은 교육적인 효과를 얻을 수 있을 것입니다.

여러분의 자녀가 청소년기에 있다면 아동기에 있는 자녀보다 더 많은 시간과 노력이 필요합니다. 청소년기의 자녀를 둔 부모라면 학교나 학원을 데려다 주고 데려 오느라 많은 시간을 차 안에서 같이 보낼 것입니다. 그러한 시간을 잘 활용하여 청소년기에 있는 여러분의 자녀가 어떠한 고민을 가지고 있는지 들어보고, 또 여러분이 그들에게 어떠한 도움을 줄 수 있는 지 알아보십시오. 여러분의 자녀가 몇 살이든, 그들은 언제나 여러분의 사랑과 관심을 필요로 한다는 사실을 잊지 마십시오.

## 자녀를 감동시키는 활동

깜짝 파티를 준비하십시오. 여러분의 자녀와 즐거운 시간을 보낼 수 있는 방법 중의 한 가지는, 그들을 위하여 그들이 생각하

지 못했던 깜짝 이벤트를 열어주는 것입니다. 만약에 여러분이 전날 저녁 아이들에게 짜증을 냈다면, 다음날 아침 식사 때는 여러분이 먼저 자녀에게 즐겁게 인사하십시오. 그렇게 함으로써 여러분과 자녀 사이에 생겨났던 긴장과 오해를 풀고, 즐거운 마음으로 하루를 시작할 수 있을 것입니다.

여러분의 자녀가 심심하고 시큰둥해 보인다면 물총이나 배게 싸움을 한 번 해 보십시오. 얼굴에 군인처럼 물감을 칠하고 밖으로 달려 나가 놀이를 계속 하십시오. 빗속을 함께 달려 보기도 하고, 뒤뜰에서 색깔이 있는 젤리를 서로의 얼굴과 몸에 던지기도 하고, 또는 옷을 뒤집어 입고 저녁식사를 해 보십시오. 철부지 아이처럼 자녀와 함께 행동하고 생각하는 것을 시도해 보는 것이 좋습니다. (다만 여러분의 자녀가 부끄럼이나 수치를 쉽게 느끼는 성격이라면, 공공장소에서 이러한 행동을 하는 것은 삼가하십시오.)

만약에 자녀가 해야 할 일이 있다면, 단순히 그들에게 지시하는 대신에 여러분이 직접 만든 그림 카드나 시를 통해서 전달해 보십시오.

다른 사람에게 피해를 주지 않는 한도 내에서, 여러분의 자녀와 최대한 즐기고 웃으십시오. 이것만큼 그들과의 관계를 발전시킬 수 있는 좋은 방법은 없습니다.

## 자녀와 시간을 보내는 법

우리는 ‘자녀를 위해서 시간을 내라’는 말을 습관처럼 합니다. 부모가 되면 자녀를 위해서 ‘이것을 이렇게 해라’ 또는 ‘저것은

저렇게 해라'하는 이야기를 많이 듣습니다. 그러나 그러한 모든 것들을 직접 실천해 옮기는 부모들은 많지 않습니다. 특히나 바깥에서 일 때문에 스트레스와 압력에 시달리는 부모들에게는 더욱 더 힘든 일입니다. 그렇다면 일에 우선순위를 정해서 차근차근 실천해 보는 건 어떨까요? 집 밖에 있든지, 안에 있든지 어른들은 항상 일과 그에 따른 책임감에 시달립니다. 대부분의 시간을 일을 하는데 보내며, 그로 인해 몸은 항상 지쳐 있습니다. 사정이 이렇다 보니 자녀들과 함께 할 시간을 내는 것이 그리 쉽지는 않습니다. 그렇다면 여러분은 언제 자녀와 함께 시간을 보내겠습니까? 한 가지 제안을 한다면, 작은 것부터 시작하십시오. 지금까지 여러분이 해 오던 생활 방식과 행동의 양식을 하루아침에 바꿀 수는 없습니다. 그러므로 자녀와 작은 것부터 함께 실천해 옮기도록 노력해 보십시오.

여러분은 아침에 주로 활동을 합니까? 아니면 올빼미와 같은 야행성입니까? 걷기와 조깅과 같은 운동을 규칙적으로 하고 있습니까? 여러분의 가족과 함께 운동을 해 보는 것은 어떻습니까? 함께 운동하는 시간을 이용하여 대화를 나눈다면 서로를 더 잘 알게 될 것입니다.

여러분이 아침에 일찍 일어나는 사람이라면, 하루에 30분 정도를 여러분의 자녀와 함께 보내는 게 어떻습니까? 아침을 함께 만들어 보는 것은 어떨까요?

부엌은 가족 모두에게 정겹고 편안한 공간입니다. - 이를 잘 활용하십시오. 함께 아침을 준비하면서 아이들의 학교 생활에 대해 물어보고, 또 여러분의 생활에 대해 들려주십시오. 이것을 통해 아이들은 여러분을 좀 더 이해하게 될 것이며, 여러분이 그들을 사랑하고 관심을 가지고 있다는 것을 알게 될 것입니다.

만약에 여러분이 야행성이라면, 저녁식사 후 아이와 함께 산책을 하는 건 어떨까요? 정원에 함께 앉아 별을 구경하는 것은? 저녁식사를 하는 동안 서로의 하루에 대해 이야기 해보는 것은? 저녁식사를 함께 준비한다거나, 설거지를 함께 하는 건 어떨까요? 위에서 말한 방법들을 잘 활용한다면 자녀와의 관계를 발전시킬 수 있는 좋은 기회가 될 것입니다.

만약에 자녀가 2명 이상이라면, 각각의 아이들과 시간을 내어 이야기할 기회를 만들어 보십시오. 청소년기의 자녀라면, 방학을 이용해 특별한 장소로 점심식사 초대를 해보십시오. 점심 식사 후에는 여러분이 일하는 곳을 구경시켜 주는 것도 좋은 방법입니다.

만약에 여러분의 자녀가 학교에서 스포츠 팀으로 활동하고 있다면, 자녀가 선수로 뛰는 경기에 참석하는 것은 중요한 일입니다. 이를 통해 여러분이 그들이 하는 일을 자랑스러워하고 있으며, 사랑과 관심으로 대하고 있다는 것을 알릴 수 있습니다.

자녀들과 함께 그들이 원하는 것, 또는 여러분이 원하는 것에 대해 이야기 해보십시오. 이에 따른 문제점에 대해 의논해 보고, 모두가 행복할 수 있는 방법은 없는지 함께 생각해 봅니다. 아이들은 복잡한 문제를 창조적인 방법을 통해 해결하는 뛰어난 능력을 가지고 있습니다. 아이들의 이러한 능력은 여러분의 아이들에 대한 믿음으로부터 비롯된다는 것을 기억하십시오.

여러분의 생활 방식에 대해 꼼꼼히 분석해 보고, 개선할 점은 없는지 한번 살펴보십시오. 지금 당장 세차를 하지 않는다고, 마룻바닥을 닦지 않는다고, 잔디를 깎지 않는다고, 또는 장을 깨끗

이 걸레질하지 않는다고 해서 지구가 멸망하는 것은 아닙니다. 만약에 이러한 일들을 곧바로 해결해야 한다면, 여러분의 자녀와 협의해 보십시오. ‘함께 해변가로 놀러 가기 전에 잔디 깎는 일을 마쳐야 하는데, 네가 좀 도와줄 수 있겠니? 그러면 더 빨리 일을 마칠 수 있을 것 같구나.’ 모든 문제를 가족과 함께 힘을 합하여 해결할 수 있도록 하십시오.

## 5. 마지막 - 부모자신 돌보기

지금까지 이야기 해왔던 방법들이 여러분에게는 어렵고 복잡하게 들릴 수도 있습니다. 처음으로 자녀와 앞서 말한 방법들은 시도하는 것이라면, 매우 어려울 것입니다. 자신의 행동을 바꾸는 것은 매우 많은 노력과, 인내, 그리고 연습을 필요로 합니다. 그러나 여러분과 자녀를 위해 매우 가치있는 일이 될 것입니다. 한 가지 기억할 점은, 부모도 자신을 돌볼 시간이 필요하다는 것입니다. 여러분이 여러분의 가족을 생각하고 돌보는 것처럼 여러분 자신을 돌보십시오. 정신적, 육체적으로 건강하지 못한 부모는, 다른 어떠한 누구도 돌보아 줄 수 없게 됩니다.

여러분이 가족들과 어떤 문제를 협의하는 것처럼, 여러분 자신과도 자신만의 문제에 대해 협의가 필요합니다. 자신만의 시간을 가지기 위해 누군가에게 허락을 받을 필요는 없지만, 가족들이 이해할 수 있도록 사전에 충분히 설명을 해주는 것이 좋습니다. 그리고 나서 여러분이 필요한 것이 무엇인지에 대해 생각할 시간을 가지십시오.

일주일 내내 일 때문에 고단한 여러분은, 하루 종일 아무것도 하지 않고 침대 안에서 뒹굴고 싶을지도 모릅니다. 물론 아이가 있는 부모에게는 불가능한 일이 될 것입니다. 그렇지만 여러분이 자녀와 지속적인 대화를 통해 문제를 해결하는 방법을 익혀 왔다면, 아이들에게 사정을 설명하고 그들의 이해를 구하십시오. 여러분이 얼마나 힘든 한 주를 보냈는지 설명하고, 지금 여러분에게 필요한 것은 편안한 휴식이라고 설명을 한다면, 아이들은 여러분이 쉴 수 있도록 도와줄 것입니다. 여러분 자신을 돌보는 모습을 보고, 아이들 또한 자신을 사랑하고 돌보는 것을 배울 수

있을 것입니다. 아이들은 중학교로 진학하게 되면서 학업으로부터 많은 스트레스와 압박에 시달리게 됩니다. 만약에 아이들이 학교에서의 힘든 한 주를 보내고 지쳐있다면, 그들이 자신을 돌볼 수 있는 시간을 허락해 주십시오.

지치고 힘들 때, 다음과 같은 방법을 이용해 보십시오.

- 아로마를 이용해서 목욕하기
- 커피 한 잔의 여유
- 산책하기
- 영화보기
- 마사지하기
- 도서관에 가기
- 근처 공원이나 집 앞의 뜰 거닐기
- 전화로 친구와 수다 떨기
- 좋아하는 음악 듣기
- 좋아하는 비디오 빌려보기
- 하루 종일 침대에서 뒹굴기
- 침대에서 아침식사 하기
- 교외로 드라이브하기
- 아침식사로 초콜릿 먹기
- 창작에 몰두하기 (글쓰기, 그림, 작곡)
- 꽃 심고, 정원 가꾸기

이 밖에도 여러분이 좋아하는 것을 더 시도해 볼 수도 있습니다. 리스트를 만들어 냉장고에 붙여놓고 가족 모두가 시도해 보고 또 새로운 것을 적어 넣을 수 있도록 해 봅시다.

부모는 모든 사람을 돌보고, 모든 일을 해결하는 슈퍼맨이 아니라는 것을 기억하십시오. 그러므로 자녀들은 더욱 잘 돌보기 위해서는, 여러분 자신을 돌볼 시간도 필요합니다.



# 청소년, 범죄, 그리고 사회

## Young People, Crime & Society

나쁜 아이는 없다.  
잠시 실수한 아이가 있을 뿐이다.

강 지 원



청소년 범죄는 언제나 큰 기사 거리입니다. 요즘은 하루도 빠짐없이 신문과 텔레비전에서 청소년 범죄 기사가 오르내립니다. 이제는 토크쇼나 라디오, 심지어는 잡담에도 청소년 범죄는 빠지지 않는 이야깃거리가 되어 버렸습니다.

우리 아이들에게 무슨 일이 일어나고 있는 것일까요? 왜 우리 아이들은 법을 준수하려고 들지 않는 것일까요? 길거리에서, 쇼핑센터에서 왜 그들은 참을성을 잃어버리는 것일까요? 왜 언제나 경찰과 청소년들은 서로에 대해 나쁜 감정을 가지고 있는 것일까요? 왜 이렇게 많은 청소년들이 나쁜 길로 접어드는 것일까요? 왜 청소년들은 자신의 미래를 위해 좀더 건설적이고 유익한 일을 하려고 하지 않을까요? 이런 종류의 질문은 청소년 범죄를 대할 때 언제나 나오는 질문들입니다.

그러나, 우리는 이런 질문들이 정말 옳은 질문들인가 생각을 해보아야 합니다. 우리는 청소년들이 무엇을 하는지에 대해 얼마나 잘 알고 있죠? 지금 있는 범죄 단속 체계가 우리 청소년들을 어떻게 다루고 있는지 아십니까? 그리고 부모와 청소년이 함께 위험한 행동을 최소화하고 건설적인 대안을 생각해 내도록 하려면 어떻게 해야 하는 것일까요?

본 책자의 목적은 이런 문제에 대해 얼마간의 해답을 제공하려는 것입니다. 호주에서 일어나는 청소년 범죄의 동향과 이슈를 제시하고 가장 관심이 집중되는 몇 가지 문제에 대한 논의를 하고자 합니다.

보통 이상한, 태만한, 말릴 수 없는, 반사회적이란 수식어가 청소년들에게 붙는 것은 새로운 현상은 아닙니다. 사실 고대 그리스에서부터 1950년대 바지스 앤 위지스 그룹의 극성 팬들까지, 청소년의 행동은 그 자체로 사회적 그리고 도덕적 이슈가 되어 왔습니다. 물론 젊은이들은 점차 나이가 들어감에 따라 성인으로 성장하며, 그렇게 사회적으로 문제만 일으키던 아이들이 법을 준수하는 책임 있는 성인으로 변신하는 것이 놀랄만한 일은 아닐 것입니다. 따라서 청소년들은 우리 사회의 위협 요소가 아닌, 본질적인 필수 요소라는 것을 이해해야만 합니다. 결국 청소년들은 우리의 아들이고 딸이며 형제자매이니깐요.

청소년 청소년이란 단어는 두터운 연령층을 포괄하는 단어로, 저자와 정부 기관의 의도에 따라 그 대상이 달라집니다. 보통은 12-25세 사이의 남녀를 지칭하고 있습니다. 어떤 사람들은 투표권 행사가 시작되는 18세가 청소년의 마지막이라고 보는 사람도 있습니다. 정부가 정하는 각종 서비스와 혜택이 제공될 수 있는 나이는 21세 부터이므로, 어떤 이들은 21세까지를 청소년으로 보는 시각도 있습니다. 청소년 연구를 하는 사람들의 대부분은 청소년이라는 단어를 12-17세의 사람들로 한정합니다. 이 연령층은 10대의 주축이 되는 연령층입니다.

계도(Diversion) 계도란 단어의 뜻에는 크게 두 가지가 있습니다. 하나는 단순히 청소년을 범죄 단속 시스템으로부터 격리시키는 것입니다 - 올바른 행동만을 하게 하여 시스템과 접촉할 일을 없애는 것이라 할 수 있습니다. 다른 하나는 청소년을 어떤 한 범죄 단속 시스템으로부터(예를 들어 형사 법원) 좀더 덜 징벌적인 다른 범죄 단속 시스템으로(예를 들어 미성년 법원) 옮기려는 시도를 말합니다. 어떤 경우에서든, 법질서 체계와 청소년의 접촉을 최소화 하는 것으로 청소년의 가치와 이해를 보장하려는 시도라고 할 수 있겠습니다.

범죄 청소년이 개입되는 범죄의 종류는 아주 심각한 살인이나 폭력에서부터 덜 심각한 고성방가나 욕설 등 다양합니다. 이런 범죄에 더하여(10세 이상 청소년의 경우 최고 징역형도 받을 수 있습니다.) 청소년은 또한 비범죄적 위반(Non-criminal offence)에 따른 제재도 받을 수 있습니다. 미성년 상태에서 음주나 흡연을 한다거나, 무단 결석 등이 그 예가 되겠습니다. 이런 예들은 일반적으로 신분적 위반이라고 알려져 있습니다. 그 이유는 청소년의 나이 때문에 위반을 한 것일 뿐, 사회적으로 금지된 행위는 아니기 때문입니다.

청소년 범죄자 청소년 범죄자라는 단어는 형사 시스템에서 특별한 의미를 담고 있습니다. 일반적인 법 해석으로는 10세 이상(범죄 책임을 묻는 나이) 17세 이하의 범죄자를 가리킵니다. 때로는 특별 조항을 두기도 하는데, 이것은 법원과 교도소에서 21세 이하의 청소년들을 효과적으로 다루기 위함입니다.

## 청소년을 위한 사법 시스템

미성년자 사법 시스템은 주마다 (그리고 지역구마다) 차이가 납니다. 그 이유는 형사 사법 시스템은 주 소관이고, 법 체계와 범죄 통계, 법원의 구성, 계도 수칙, 미성년 범죄자의 동향 등이 다르기 때문입니다. 따라서 지금부터 제시되는 미성년자 사법 시스템의 논의는 하나의 큰 틀로써 이해를 해야 할 것입니다. 따라서 여러분이 지금 살고 있는 곳에서 벌어지는 일들과는 조금 상이할 수도 있지만, 그럼에도 불구하고 이 책에서 묘사되는 일반적인 동향과 그 대처 방법은 대체로 비슷할 것입니다.

이 책에서는 대중매체에서 청소년 범죄가 어떻게 묘사되는지와 청소년 범죄의 성격, 그에 대한 원인, 경찰과 청소년과의 관계, 그리고 범죄 예방 방안 등을 다각적으로 들여다 볼 것입니다. 이 책에서 제공하는 정보와 아이디어들이 부모와 그 자녀들이 청소년 범죄와 미성년 사법 시스템을 잘 이해할 수 있도록 도와주었으면 하는 바램입니다.

비행 비록 호주에서는 법적이거나 사회적 개념으로서 널리 쓰이고 있지는 않지만, 많은 사람들이 비행이라는 단어에 익숙한 것이 사실입니다. 간단히 말하면, 비행은 청소년 행위의 한 측면입니다. 좀더 정확히 말하면, 범죄 행위(소매치기 같은)는 아니지만, 사회적으로 적절치 못하다고 생각되는 행위(예를 들어 자정까지 거리를 배회하는 행위)를 비행이라고 합니다.

구속 구속은 유치장 등의 시설에 청소년을 가두어 그들의 자유를 제한하는 것을 말합니다. 요즘은 구속을 극단적인 경우에 제한적으로 사용하며, 대신 통행금지나 사회 봉사 등으로 대신하는 경향이 있습니다.

**미성년 사법 시스템** 미성년 사법 시스템은 청소년 범죄자와 관련된 일반적인 법 집행 시스템을 가리킵니다. 이 시스템에는 미성년 법원, 청소년 구류소, 그리고 미성년 범죄자 전용 계도 프로그램 등을 포함합니다. 미성년은 그 나이 때문에, 저지른 행동에 대해 성인보다 책임을 적게 묻는 경향이 있으며, 그 나이에 맞게 대우를 받아야 할 권리가 있습니다. 이런 요소가 청소년을 위한 법과 제도에 모두 반영이 되어 있습니다.

## 1. 미디어에서 말하는 청소년 범죄를 모두 믿어야만 하나?

주위에서 청소년 범죄가 위험 수위에 이르렀고 청소년들은 아주 나쁜 존재라는 말이 여기 저기서 들릴 때, 혼자서 청소년을 옹호하는 것은 굉장히 어려운 일일 것입니다. 지금 미디어에서는 미성년 살인자, 소수 민족 깡패들, 마약왕, 학교 폭력등 청소년과 관련된 나쁜 이미지가 매일 소개되고 있습니다. 이런 미디어의 홍수는 사회를 불안하게 하고 우리로 하여금 청소년을 의심하지 않을 수 없게 만들고 있습니다. 매일 같은 말만 들으면 그에 현혹 되지 않을 수는 없는 노릇이니까요.

그러나 우리는 청소년 범죄에 대해, 보고 듣는 모든 것을 무조건 믿어야 하는 것일까요? 간단히 말해 대답은 '아니다'입니다. 심심치 않게 미디어는 본질을 파헤치기 보다는 어떤 상황을 극단적으로 나쁜 쪽으로 몰아가거나 선정적으로 표현하는 경우가 많습니다. 생각해 보면, 편집장이나 저널리스트가 고민하는 것은 신문 발행부수와 광고 수주이기 때문에 그것은 어쩌면 당연한 것일지도 모릅니다. 따라서 우리는 범죄와 같이 흥미진진한 일을 미디어의 색안경을 끼고 보고 있는 경우가 많습니다.

### 범죄의 물결

청소년 범죄에 대한 미디어의 시각은 청소년 범죄의 유행성에 기반을 두고 있습니다. 그 시각에는 마약 유통이나 강도 등 특정 범죄가 증가하고 있다는 것을 내포합니다. 게다가 그것은 많은 청소년이 그 특정한 범죄 행위를 저지른다는 것을 보여주고 있습니다. 미디어는 심각한 범죄를 더욱 부각시키는 경우가 있는데,

이것은 청소년 범죄가 정말로 증가하고 있다는 인상을 보여줍니다.

그러나 대부분의 청소년 범죄의 유행은 실제로 일어나고 있는 범죄와는 상관이 없는 것이 사실입니다. 청소년 범죄에 관한 인상은 실제 경찰이나 법원의 기록보다 미디어의 강조에 따라 더욱 부각되기 때문입니다. 특정한 행위가(나이트클럽에서의 엑스터시 복용, 거리의 깡패 등) 미디어의 스포트라이트를 받으면 사람들은 그런 행위가 벌써 만연되어 있으며, 청소년들이 더욱 나쁜 길로 빠진다고 느끼기 마련입니다. 대부분의 경우, 실제로 증가한 것은 청소년 관련 범죄가 아니라 미디어의 방송 횟수일 뿐입니다.

따라서 범죄의 유행은 어떤 특정한 범죄의 사회적 인식이라고 할 수 있겠습니다. 그리고 그런 인식은 실제 범죄 발생율과 상관이 있을 수도, 없을 수도 있는 것입니다.

## 미디어의 목적

우리는 미디어의 청소년 범죄에 대한 시각을 상당히 비판적으로 바라볼 필요가 있습니다. 같은 이유로, 미디어가 특정한 청소년층을 다른 청소년들보다 더욱 나쁜 쪽으로 몰고 가는 경향 역시 경계해야 할 것입니다.

한 예로, 웨스턴 호주 신문에서 만드는 청소년의 이미지에 대한 연구에 따르면, 호주 원주민 청소년들이 청소년 범죄의 주역이라고 묘사된다고 합니다. 반면 원주민 청소년들에 대한 좋은 이미지의 기사는 거의 없었던 것으로 나타났습니다. 대부분의 경우 그들은 나쁜 일에 대한 기사가 나올 때에만 신문에 나오는 것이었습니다. 그 결과로 일반적으로 다른 청소년들보다 원주민 청소년들이 더 반사회적이고, 정상이 아니며 범죄를 더 많이 저지른다는 인상을 가지게 되었습니다. 이런 나쁜 이미지는 시민

들, 특히 경찰이 그들을 바라보는 시각에 지대한 영향을 끼칠 수 밖에 없습니다. 또한 다른 청소년들이 원주민 청소년을 바라보는 시각도 좋을 수 없을 것입니다.

미디어의 또다른 흔한 희생양은 소수민족 청소년들입니다. 특히 이런 경향은 멜버른이나 시드니, 브리스베인 지역에서 특히 심한 것으로 나타나고 있습니다. 보통 이들을 지칭할 때 나오는 단어들은 소수민족 청소년 깡패, 무장 청소년들, 또는 헤로인 복용자들의 상당히 과격한 표현들입니다. 어떤 사회에서든 소수 그룹의 행동은 그 사회 전체의 행동으로 변화하게 되는 법입니다. 그 결과 모든 베트남 청소년은 깡패이며, 모든 이태리 청소년 집단 (예를 들어 축구팀)은 갱단이라는 인식이 심어지는 것입니다. 이런 현상은 당연히 불공평한 것이며 우리 사회와 청소년들에 대한 명백한 차별 행위입니다.

청소년 범죄에 대한 미디어의 자세에 대한 가장 큰 문제점은 범죄에 대한 공포를 조장하는 것입니다. 뉴스 기사는 우리들을 불안하게 하고 자연히 범죄의 위험에서 벗어나기 위해 청소년들을 멀리하게 됩니다. 그렇게 되면 필연적으로 청소년들의 권리가 침해될 수 밖에 없습니다.

다시 말해서 청소년 범죄 문제의 상당한 부분은 그 범죄의 실제 동향이 아니라 미디어에 의해 만들어지고 과장되는 것입니다. 또한 우리가 범죄에 대해 반응하는 방법 역시 미디어가 말하는 청소년 문제에 의해 형상화될 수 밖에 없습니다. 이렇게 되면 범죄를 저지를 염려가 있는 청소년들과의 교류가 한정될 수 밖에 없습니다. 그러나 우리가 알아야 할 것은 미디어가 실제 청소년 범죄를 잘못 인식하기 때문에 생기는 것이라는 사실입니다. 번듯한 기사거리와 단순화된 합리화는 신문을 많이 팔리게 할 수는 있지만, 우리가 겪고 있는 이 복잡한 사회문제에는 도움이 별로 안되고 있는 실정입니다.

## 2. 청소년 범죄는 얼마나 심각한가?

대부분의 미디어에서 하는 말과는 달리, 그 본질상 크게 심각한 문제는 아닙니다. 대부분의 청소년들이 아주 심각한 범죄를 저지르는 일은 매우 드문 일입니다. 또한 중범죄나 지속적으로 죄를 짓는 청소년들은 거의 없는 실정입니다.

실제로 기록된 많은 청소년 범죄들은 사실 극히 소수의 청소년들에 의해 범해지고 있습니다. 이제 우리는 전체적인 청소년 범죄 통계에 대한 일반적인 분석과 소수의 청소년들이 대다수의 청소년 범죄를 저지른다는 것을 보여주는 특정한 분석을 구별해야 합니다.

### 범죄의 유형

청소년 범죄의 가장 흔한 유형은 소유권 관련 범죄(액수가 상대적으로 적은)와 공공질서 위반(공공장소에서의 욕설이나 무임승차 등)입니다. 심지어는 중급 범죄조차도 절도 등 소유권 관련 범죄정도에 지나지 않습니다.

폭력이나 재산권 침해 등 심각한 범죄는 상대적으로 흔치 않은 일입니다. 그런 범죄는 청소년 범죄의 아주 작은 부분에 지나지 않습니다. 사실 미디어에서 다루는 청소년 범죄와(사회적으로 반향을 일으키는 중범죄가 청소년 범죄의 실체라는) 실제 범죄 패턴(청소년 범죄는 약한 범죄가 대부분이라는)은 대립관계에 있습니다.

일반적으로 얘기해서 청소년 범죄는 본질적으로 일시적이고 사소한 것입니다. 가장 흔한 범죄는 소유권 관련 범죄이고 심각한 범죄는 사실 거의 일어나지 않습니다.

## 피해자로서의 청소년

청소년은 범죄의 꼭두각시라는 사실뿐 아니라 동시에 그들은 범죄의 피해자라는 것을 알아야 합니다.

최근에 실시된 전국적인 조사에 따르면, 청소년들은 다른 연령층보다 성범죄, 폭행, 강도 등 범죄의 피해자가 될 확률이 훨씬 높다고 합니다. 특히 여자 청소년보다 남자 청소년이 그런 범죄의 피해자가 되며, 실업자가 직업이 있는 사람들보다 범죄의 피해를 더욱 많이 겪는다고 조사되었습니다.

## 청소년 범죄의 경향

사실 청소년 범죄에 관한 정확한 통계를 산출한다는 데에는 난관이 많습니다. 큰 이유 중의 하나는 바로 각 주와 지역구마다 사법권이 다르고, 기록을 공유하지 않으며, 정보 수집과 범죄의 정의에 큰 차이를 보이기 때문입니다.

범죄 통계를 오랜 시간을 두고 집계를 하려면 정보 수집 방법과 보관, 그리고 죄목의 정의 등이 일원화 되어 있어야 가능한 것입니다.

이런 문제와 더불어 다른 기술적인 문제 역시 생각해 보아야 합니다. 범죄 발생 시간에 따른 청소년 인구의 분포나 청소년을 직접 관리하는 경찰의 수 또는 다른 연령층이 범하는 범죄의 증감에 따른 청소년 범죄의 변화 등 다양한 변수가 문제를 더욱 어렵게 만들고 있습니다.

또 다른 난관은 바로 이런 정식으로 집계된 기록들은 단지 경찰에 보고 되는 사례만을 나타낸다는 것입니다. 범죄의 숨은 통계라고 불리는 전혀 보고 되지 않은 범죄들은 사실 전체 범죄에서 무시하지 못할 비율을 차지하고 있습니다. 이 문제를 조금이

나마 줄여보기 위해 피해자와 가해자를 따로 설문한 결과를 이용해서 이런 범죄에 대한 중요한 부가 정보를 얻고 있습니다.

정확한 범죄 통계를 산출하는 것에 대한 여러 가지 문제점들이 있지만, 우리가 가지고 있는 정보를 이용하면 현재 청소년 범죄의 경향을 알 수는 있습니다. 예를 들어, 합리적인 정보 수집 방법을 이용한 최근의 빅토리아 지역의 청소년 범죄율에 대한 기사에 따르면, 범죄 동향은 현재 널리 퍼진 사회적 인식과 상당히 부합한다고 결론지을 수 있었습니다. 폭행, 약탈, 강간, 절도, 강도, 자동차 강도 등 여섯 가지 중요 범죄로 나누어 처리된 청소년에 관한 정보에 따르면, 이런 류의 범죄들은 인구에 비례해서 감소 추세이거나 안정적이라는 결과가 도출되었습니다. 그리고 극소수의 청소년이 폭행, 폭력 등에 가담하였고, 사실상 그 비율은 10년 동안 변화가 없었습니다.

## 더욱 정확한 통계를 얻으려면

청소년 범죄율 통계에 대한 제약과 문제들을 해결하려면 더욱 많은 점이 개선되어야 합니다. 청소년 범죄는 그 본질상 검거율이 높을 수밖에 없습니다.

다음의 요소들이 청소년 범죄 통계(범법자의 수나 죄목 등)에 어떤 영향을 미치는지 생각해 보아야 할 것입니다.

- 청소년들은 집단으로 몰려다니기를 좋아하며 청소년 범죄는 집단성을 띄고 있습니다.
- 공공장소에서의 청소년 집단행동(좋은 나쁜든)은 사람들의 이목을 쉽게 끌게 됩니다. 따라서 청소년 범죄는 다른 범죄보다 더욱 쉽게 발견되는 경향이 있습니다.
- 청소년 범죄는 대부분 자신들이 살고 있는 이웃에서 발생하므로, 신분이 노출되기 용이합니다.

- 청소년들은 경험 부족으로 인하여 발각율과 검거율이 높습니다.
- 청소년들은 충동적으로 행동하는 경향이 있으므로 청소년 범죄는 우발적이고 계획되지 않은 경우가 많습니다.

이렇듯 많은 요인들 때문에 남자 청소년들이 저지른 범죄는 통계에서 과장되어 있는 것이 옳은 표현일 것입니다. 또한 그들이 저지르는 대부분의 범죄는 공공질서 위반이나 가게에서 작은 물건을 훔치는 정도입니다. 다시 말하면, 남자 청소년들이 통계에 과잉 노출되어 있는 것은 그들은 함께 몰려다니는 경향이 있고, 그렇게 몰려다니면 장패들로 오인되는 수가 많으며, 그들의 남성적인 행동이 종종 과격한 행동을 불러오기 때문입니다. (청소년들은 남자다움을 힘으로 표현하려는 경향이 있습니다.)

그 결과로 검거율을 따져보면 언제나 젊은 남자들이 모든 범죄에서 두각을 나타내고 있습니다. 또한 젊은이들 검거율이 20대 중반을 넘어서면서 대폭 감소한다는 것을 알 수 있습니다. 흥미로운 것은 20대 중반의 나이에 대부분의 청소년들은 직업을 가지며 결혼을 하고 때로는 부모가 되기도 하는, 독립적인 라이프 스타일을 가지게 됩니다. 그렇다면 청소년 범법자의 실체는 우리가 보통 생각하고 있는 것일까요?

#### 〈법원에서 본 청소년 범죄의 빈도〉

| - 가장 빈번함 (또한 가장 덜 심각함) | - 가장 덜 빈번함 (또한 가장 심각함) |
|------------------------|------------------------|
| 불법 침입                  | 살인                     |
| 자동차 절도                 | 교통 과실치사                |
| 가게 물건 훔치기              | 폭행                     |
| 불법 소지                  | 강도, 강탈                 |
|                        | 성범죄                    |

### 3. 청소년 범죄자란 누구인가?

대부분의 청소년들은 언젠가는 위법 행위를 저지르기 마련입니다. 그 말은 대부분의 사람들이 가끔은 법을 위반한다는 뜻과 일맥상통합니다. 청소년들이 저지르는 일은 미성년 신분일 때의 음주나 무단 횡단, 무임승차, 흡연, 대마초, 고성방가 등이 있을 수 있습니다. 대부분의 이런 행위들은 무해하며 사소한 일들입니다.

청소년들은 죄인이 아니며 위법행위를 청소년기를 넘어서 계속 하지도 않습니다. 그러면 무엇이 청소년 범죄자를 만드는 것일까요?

기본적으로 청소년 범죄자는 사법 시스템에 의해 공식으로 범법자라고 지정된 사람입니다. 실제로는 그 사람이 어떤 일을 했는가 안했는가와는 상관없이, 경찰이나 미성년 법원과 어떤 접촉을 가졌는가에 의해 결정되게 됩니다. 따라서 범죄나 위법 행위를 범한 청소년들을 그 시스템이 어떻게 처리하는가에 따라 청소년 범죄자라는 딱지가 붙을 것인가가 결정된다고 보면 되겠습니다.

#### 시스템의 결정 과정

청소년 범죄자를 만드는 과정은 여러 가지 단계로 나뉘어 있습니다. 미성년 사법 시스템과 청소년과의 관계는 다음과 같습니다.

- 누군가가 청소년이 그들이 생각하기에 합당하지 못한 행동을 하고 있다고 경찰이나 관계 기관에 신고합니다.
- 경찰이 출동하여 그 청소년을 훈방 조치할 수도 있습니다.
- 청소년이 범한 위법 행동에 따라, 그리고 그 청소년의 협조 정도와 반응에 따라 경찰은 정식 경고를 할 수도 있습니다. (정식 경고는 청소년을 경찰서로 연행해서 기록을 남기고

부모를 불러 경위를 조사하는 것이 포함될 수 있습니다).

- 사건이 좀더 심각하면 경찰은 정식 조사를 위해 그 청소년을 고발할 수도 있습니다.
- 만약 청소년이 고발되면, 보통의 경우 영장을 신청하게 됩니다. (영장은 그들이 법정에 서야 하는 이유와 날짜를 명시하고 있습니다.)
- 만약 그 사건이 심각하다면, 법정에 출석하는 것을 증명하기 위한 보석금을 내야 할 수도 있습니다.
- 아주 심각한 몇몇 경우에는 보석신청이 기각될 수도 있고, 그런 경우 청소년은 법정에 출석하는 날까지 구치되어 있어야 합니다.
- 법정에 출석을 하지 않는 대신, 청소년에게는 두 가지 선택이 주어지는 경우도 있습니다. 한 가지는 경찰이 지정한 사회 봉사를 하는 것이고 (남 호주에서 가능합니다.), 다른 하나는 (일반적인 방법입니다.) 그들의 잘못으로 일어난 일에 대한 손해 배상 합의를 하는 것입니다.
- 만약 그들이 법정에 서기를 원한다면 (대개의 경우 청소년들의 특수 상황을 고려한 미성년 법원) 그 청소년은 죄가 있고 없음이 법적으로 처리됩니다.
- 법정에서 죄가 있다고 판결이 나면 판사에 의해 여러 가지 제재조치가 가해지는데, 그 조치는 경고장에서 벌금, 행동 제약 명령(금주, 학교 같은 특수 교육을 받아야 하거나 그들의 활동을 제한하는 조치), 미성년 교도소 수감 등 다양합니다.

청소년이 이러한 사법 시스템 체계에 어떻게 대처하는가에 따라 최종적으로 청소년 범죄자가 되는가가 결정됩니다. 따라서 청소년 범죄자는 그 청소년이 한 행동이 결정하는 것이 아니라, 그 시스템과 청소년의 교섭에 의해 결정되는 것이라 하겠습니다.

## 범죄자의 프로파일

공식적으로 범죄자가 된 사람들은 특징 있는 사회적 패턴을 따라가게 되기 마련입니다. 청소년들이 어떤 위법 행동을 했는가와는 상관없이, 많은 청소년들이 사법 시스템에 과하게 노출되어 있는 상태입니다.

예를 들어서 원주민 청소년들은 다른 청소년들 보다 경고장을 받는 일이 드물며, 대부분의 경우 바로 미성년 법원으로 사건이 넘어가게 됩니다. 또한 그들은 미성년 교도소에서 많은 비율을 차지하고 있는 실정입니다. 이것에 대한 이유는 현재 각계에서 논의가 한창입니다만, 민족주의와 편견, 차별, 그리고 빈한 생활에 따른 행동의 변화 등이 원주민 청소년들에게 지워진 짐이라는 것은 말할 나위가 없는 것입니다.

형사 법원 시스템은 청소년들을 위법 행동의 종류와(심각/경미, 초범/재범) 사회적 특징(가족 관계, 수입, 직업 유무, 교육 정도)에 따라 심사를 하고 있습니다. 따라서 교도소에 수감되는 청소년들이 비슷한 처지의 아이들이라는 것은 놀랄 일이 아닙니다.

## 청소년 범죄자의 프로파일

15-18세의 남자

낮은 수입

낮은 교육 정도

미혼

주거지 불분명/작은 이사

도시에서 생활

무직

부모와의 관계 소원

원주민 남자, 여자 청소년들이 과잉 대표됨

경찰에서 교도관까지 모든 형사 시스템의 주목을 받는 청소년들은 우리 사회에서 가장 불리하고 약한 사람들인 것입니다. 이런 경향은 현재 사법 시스템의 불합리성을 말해주고 있는 것이기도 합니다. 또한 이것은 몇몇 청소년들이 다른 사람들보다 특정한 범죄를 더 빈번하게 저지르는가를 설명하고 있습니다.

## 4. 청소년 범죄를 어떻게 설명할 수 있을까?

이제 청소년 범죄를 예방하고 합당하게 처리하려면 무엇이 청소년으로 하여금 범죄를 저지르게 만드는데 대해 알아보아야 할 것입니다. 그러나 청소년이 범죄를 저지르는 이유에 대해서는 논란이 많기 때문에 다수의 이론과 의견이 결론을 내리지 못하고 있습니다.

### 이론적인 측면

대부분의 범죄 이론에서는 자유 의지와 결단의 문제가 중요한 부분을 차지합니다. 따라서 대부분의 이론가들은 범죄를 개인적인 선택과(따라서 행위에 따른 청소년의 책임을 문제삼는) 청소년의 의식을 규제하는 외부의 어떤 힘을(따라서 그 행위에 대한 사회적 치료를 요구하는) 부각하고 있습니다.

일반적으로 얘기해서 이론가들은 청소년 범죄와 관련된 어느 특정한 하나의 요소만을 고집하는 경향이 있습니다. 어떤 이는 범죄의 원인을 개인의 성격이나 내력에서 찾기도 하고 다른 이는 그 사람이 놓여진 상황과 다른 사람과의 관계를 조사하여 범죄 행동에 어떤 영향을 끼쳤는지를 규명하기도 합니다. 또 다른 사람들은 범죄의 논리를 사회의 본질로써 설명하기도 합니다. 예를 들어 보수적인 관점에서 보면, 범죄란 결국 사회적 책임인 교육과 도덕적 가치의 부재에서 찾기도 하는 것입니다. 자유주의나 좀더 급진적인 관점에서는 사회 분화와 불평등에서 문제의 본성을 들여다보고 있습니다.

그렇지만 실제 생활에서는 청소년이 범죄를 저지르는 이유는 그들의 개인적인 내력과 생활환경, 그리고 사회적 지위를 모두

따져서 규명해야 할 것입니다. 예를 들어서 반달리즘(남의 차를 못으로 긁는 등 고의로 남의 물건에 손상을 가하는 행위)은 어린 시절에 학대를 받은 경험과 학업 부진, 무직, 그리고 경찰과의 불편한 관계 등이 이유일 수 있는 것입니다.

## 특정한 범죄의 유형

물론 범죄의 이유를 일반적인 관점에서 이해하는 것도 중요하지만, 개개인의 특별한 상황과 이런 상황이 어떻게 일반 이론에 연관되는가를 살펴보는 것 역시 중요합니다. 소유권 관련 범죄를 예를 들어 설명하겠습니다.

뉴 사우스 웨일즈의 최근 연구에서는 미성년 교도소에 수감 중인 청소년 절도 혐의자들을 대상으로 옷이나 먹을 것, 돈을 훔치는 주 목적을 파악하려고 하였습니다. 대부분의 청소년 혐의자들은 돈을 위해 물건이나 돈을 훔친다고 대답하였고, 또 그들의 반 정도는 그 돈으로 술이나 마약을 사려고 했다고 했습니다. 또한 자동차 절도범의 반 정도는 운송 수단이 필요하여 범죄를 저질렀다고 보고되었습니다.

빅토리아주에 사는 빈민층 청소년을 대상으로 한 설문도 비슷한 결론이 도출되었습니다. 그들의 80%는 위법 행위가 생활을 하는 데에 필수적이라는 견해를 가지고 있었습니다. 마약 거래나 가게털이 등은 돈을 버는 기본적인 방법일 뿐이라는 것이 그들의 생각입니다. 이 두 연구 결과를 보면, 이런 행동의 주목적은 재정적인 것에 있습니다.

이 두 연구에서 알 수 있듯이, 특정 범죄는(소유권 관련 범죄나 대마초 유통) 아주 특정한 청소년 집단(무직, 빈민층)과 아주 특정한 목적(돈, 운송 수단)과 연관이 있습니다. 따라서 이 사실들은 범죄의 사회적 원인이 청소년 범죄를 규명하는 데에 필수

적이라는 점을 보여주는 측면에서 중요하다고 할 수 있겠습니다.

## 청소년의 지위

호주에서는 어린이와 청소년들이 가난하고 직업이 없으며, 사망 교통사고를 유발하고 자살을 범하는 집단이라고 잘못 대표되고 있습니다. 그러나 많은 청소년들이 겪는 문제들이 - 목표를 이루기 위해, 좋은 직장을 얻기 위해, 교육 경쟁 과열로 인한 스트레스 해소를 위해, 의미 있는 사회적 주체성을 가지기 위해 - 청소년 자체를 문제 덩어리로 해석하는 오류를 범하게 하고 있습니다.

청소년의 권리를 무시하고 곤경에 빠진 청소년들을 보살피지 못하는 성인의 행동이 기성 사회에 환멸을 느끼는 청소년을 양산하고 있는 것입니다. 많은 청소년들이 지금 학교, 사회 단체, 경찰, 의료원 등으로부터 격리되어 있는 실정입니다. 적지 않은 수는 지금 의식주의 해결이 사회적 진출의 기회보다(학교 교육, 직업 등) 훨씬 중요할 정도로 도움이 필요합니다.

이런 사회적 문제를 염두에 두면 몇몇 청소년들이 의지하고 있는 약물과 술의 역할에 대해 조금이나마 잘 이해할 수 있을 것입니다. 교도소 등에 수감되어 있는 청소년들이 다른 청소년 집단보다 술이나 향정신성 약물을 더 많이 접하려 한다는 연구 결과도 있습니다. 흡연, 음주, 대마초 등도 학교를 나와 직업 없이 떠도는 청소년들에게 더욱 널리 퍼져 있는 것이 사실입니다. 약물의 사용과 남용은 직업과 교육의 부재, 무료함, 그리고 염세적인 시각을 달래기 위해 사용되어 왔습니다.

청소년들이 인식하고 있는 주위 환경과 자신을 보는 시각, 그리고 남이 자신을 평가하는 시각 등, 모든 사회적인 요소들은 어떤 식으로든 청소년 범죄와 사회적 문제들에 반영되는 것입니다.

청소년의 사회적 지위상 그들이 경찰이나 사법 시스템과 잦은 접촉이 있는 것 역시 같은 맥락에서 생각을 해보아야 합니다.

### 〈청소년 범죄의 이론〉

#### - 개인적인 요소에 중점

청소년 자신이 범죄를 선택

생물학적 관점 - 남종독, 염색체 이상

사회심리학적 관점 - 아동 시절의 학대, 사랑의 부족

병리학적 관점 - 정신병

#### - 상황적인 요소에 중점

사회적 낙인의 결과 - 낙오자라는 불명예

학업 부진

부모의 잘못 - 보살핌의 부재

가정 파탄이나 무가정 - 안정적인 가정생활의 부재

청소년 하위문화의 영향 - 청소년 갯단

#### - 사회구조적 요소에 중점

부적합한 사회화 - 잘잘못을 따지지 못하는 교육

식민지 기질과 사회적 무력감 - 문화의 거부

인종 차별과 성 차별 - 사회 내의 부정적인 편견

가난, 불평등, 사회적 무관심 - 목표를 이루려는 수단 of 부재

실업 - 취업의 기회 희박

## 5. 왜 경찰과 청소년들 사이에서는 늘 문제가 일어날까?

경찰은 형사 사법 시스템의 수문장입니다. 그리고 청소년이 사회와 대립할 때 개입하는 중요한 사람입니다. 불행하게도 경찰과 청소년의 관계는 좋게 말하면 껄끄럽고 나쁘게 말하면 투쟁관계에 있습니다.

경찰과 청소년들의 태도는 그들이 상대방에 대한 인식이 반영되기 때문입니다. 따라서 그런 인식의 차이가 실제 상황에서 문제를 불러일으키고 있습니다.

### 공공장소에서의 행동

경찰 - 청소년 관계의 대부분은 거리나 쇼핑센터, 해변 등 공공장소에서 발생합니다. 여기에서 야기되는 문제는 바로 많은 청소년들이 모이는 장소가 상업용이라는 것입니다. 상업 장소라는 뜻은 그 특정한 장소의 용도가 소비와 구매 활동이라는 뜻입니다.

이런 장소에서 청소년이 종종 경찰이나 경비원의 목표가 되는 것을 볼 수 있습니다. 그 이유는 청소년들이 집단적으로 움직이는 경향이 다른 사람의 눈에는 남을 불편하게 한다는 인식이 깔려있기 때문입니다. 또는 청소년들은 구매력이 부족하기 때문에 ‘이런 소비 시장에서 서성거리는 것은 뭔가 이상한 것이다’라는 편견이 작용하기도 합니다. ‘이런 청소년의 경향과 재정적인 힘이 없다’는 편견 등이 복합적으로 작용해 그들의 의지나 실제 행위에 관계없이 청소년 자체를 별로 반기지 않는 분위기를 만들 때가 많은 것이 사실입니다.

슬픈 현실은, 청소년들이 이렇게 아무도 반기지 않는 공공장소에 나올 수밖에 없는 이유가 청소년만을 위한 장소나 청소년들을 반기는 장소가 없다는 것에 기인합니다. 이렇듯 청소년이 자신들의 장소를 위한 투쟁이 경찰에게 분노로써 표현이 되는 것으로 (특히 그들이 아무런 잘못도 안 했을 때) 보아야 할 것입니다.

반면에 경찰은 공공장소를 안전하게 만들어야 하는 무거운 압박감에 시달리고 있는 것이 사실입니다. 소매업자와 고객 등 다양한 종류의 사람들이 상업 지구에서 청소년들을 내몰아 내려고 경찰에 연락을 합니다. 공공장소를 지켜야 하는 경찰의 입장으로서는 이런 요청을 무시하기는 쉬운 일이 아닐 것입니다.

따라서 청소년들이 직면하고 있는 큰 문제는 바로 아웃사이드라는 감정을 언제나 받고 있다는 것입니다. 주위를 둘러보면 청소년을 제재하려는 목적의 건물 보안 수칙이나 다른 조항들을 언제나 볼 수 있습니다. 청소년들로서는 당연히 불공평하다고 생각을 할 것이고, (마땅히 달리 갈 곳이 없으므로) 그들로서는 용납이 되지 않을 것입니다.(잘못한 것이 없기 때문에) 게다가 만약 그들이 그런 조치에 저항을 하거나 경찰과 충돌이 일어나면, 어쩔 때는 곧바로 공무 집행 방해나 위법 행위로 고발 등의 가혹한 조치를 당할 때도 있습니다.

## 문제를 다른 각도에서 살펴보자

이런 문제를 효과적으로 다루기 위해 현재 경찰과 법원에서는 공공질서 유지 방법을 다른 각도에서 살펴보고 있습니다. 예를 들어서 쇼핑센터에서 이런 문제가 발생하면, 중재자로서 경찰이 개입하여 당사자간의(상점 주인과 청소년) 어떤 합의를 끌어내는 것입니다. 또는 쇼핑센터 등지에서 청소년들의 아르바이트 자리 등을 마련하여 청소년을 위한 활동을 제공하는 것도 좋을 것입니다.

일반적으로 대부분의 경찰들이 지금은 의식적으로 청소년들과의 관계를 개선하기 위해 노력하고 있습니다. 뉴 사우스 웨일즈와 빅토리아 지역의 경찰들은 새로운 청소년 정책을 발표하였습니다. 이런 정책의 목적은, 첫째는 청소년들이 존중 받으며 공정하게 취급 받을 수 있는 여건을 마련하는 것이고, 둘째는 경찰이 청소년 범죄를 줄이는 것에 더 많은 노력을 하는 것이며, 셋째는 법원은 어쩔 수 없는 마지막 선택으로 남기고, 넷째는 경찰이 청소년 피해자를 적극적으로 보호하며 마지막으로 역시 경찰이 긍정적인 사회 변화를 위해 노력하는 것입니다.

그러나 경찰-청소년의 관계가 더욱 개선되려면, 각종 경찰 활동이 새로운 청소년 정책에 부합하려고 노력하는 성의를 보여주어야 할 것입니다. 이것을 성사시키려면 경찰관들을 새로운 정책에 맞추어 교육시키고, 청소년 전담팀을 구성하며 제재가 아닌 사회 봉사를 목적으로 경찰을 운영해야 할 것입니다.

그와 동시에 청소년들에게도(특히 서민층) 각종 서비스와 친구들이 어울릴 수 있는 장소 등을 제공하여 그들이 마음 놓고 안전하게 활동을 할 수 있도록 조치를 해야 할 것입니다.

#### 경찰에 대한 청소년의 시각

- 불필요한 경찰의 간섭과 접촉
- 신체적, 언어적 위협
- 경찰과의 접촉시 의례 있는 신체적 폭행
- 직, 간접적 인종 차별
- 청소년이 피해를 당했을 때 조치의 부족

#### 청소년에 대한 경찰의 시각

- 법과 법 집행관에 대한 존경심 부족
- 공공장소에서 청소년들끼리의 잦은 다툼

- 일부 청소년들의 협조의 부재
- 일부 청소년들의 품행 불량
- 경찰에 대한 신체적, 언어적 위협
- 청소년에 대한 이해와 법 집행의 필요성 사이에서의 딜레마

## 6. 청소년 범죄자들을 우리는 어떻게 대해야 할까?

우리 사회가 청소년 범죄자들에게 반응 하는 방식은 전형적인 청소년 범죄자의 이미지와 미디어에서 현재 다루고 있는 중요한 범죄, 그리고 우리가 인식하고 있는 범죄의 동기에 의해 형성됩니다.

우리가 그들에게 어떻게 반응하는가는 또한 국제 인권 단체에서도 많은 영향을 받고 있습니다. UN의 아동 권리 협정에 따르면, (호주는 가입국의 하나입니다.) 우리는 다음과 같은 사항을 준수해야 합니다:

형사법 위반으로 고발이나 입건된 모든 어린이들은 그들의 권위와 가치를 존중 받아야 하며, 어린이들에게 인권과 다른 사람의 자유를 존중해야함을 인식시켜야 하고, 어린이의 나이와 사회에서 건설적인 역할을 할 수 있는 희망을 참작하여 취급 받아야 할 권리가 있다.

UN은 또한 미성년 법원이 가져야 할 최소한의 기준을 제정하는 것에 개입하고 있습니다. 모든 UN 회원국은 청소년 범죄자를 다룰 때에 이 기준에 의거하여 조치를 하게 됩니다.

실제로 청소년이 형사법에 의해 조사를 받게 되면, 그들의 행위에 따라 여러 가지 방법을 요구하게 됩니다. 보통 처벌법과 복지법 - 두 가지 방법이 있었는데 요즘은 회복법도 소개가 되었습니다.

### 여러 가지 접근법

일반적으로 얘기해서 첫 번째 방법은 청소년의 행위와 처벌에

청소년의 책임과 그가 실제로 무엇을 잘못 했는가를 강조하는 접근법입니다. 때때로 이 방법은 교도소 수감이나 가혹한 처벌을 수반합니다. 사법 처리의 목적은 따라서 범죄자에게 무엇을 하는가가 되겠습니다. 이 방법은 아주 청소년에 대해 아주 엄하며 그들이 잘못된 것에 따라 처벌하는 것이 원칙입니다.

두 번째 방법 역시 청소년 자체를 강조하지만, 사회적 처벌과 봉사, 재활 교육이나 범죄의 동기가 된 청소년의 개인적 문제점 등을 교정하는 방법에 무게를 두고 있습니다. 이 접근법에서 사법 처리의 목적은 범죄자를 위해 무엇을 하는가를 강조합니다. 이런 처분은 청소년의 사회적 약자로서의 특성을 염두에 두고 있는 것으로 봐야 합니다. 호주 대부분의 지역 사법 기관에서는 이복지법에 근거한 조항을 많이 참고하고 있습니다.

세 번째 접근법은 최근에 지지를 얻어가고 있는 것으로써, 회복법(restorative justice)을 강조하고 있습니다. 이 방법은 청소년 범죄자를 존중하는 자세를 취함과 동시에 그들이 입힌 손해를 복원해 나가는 것입니다. 위법 행위 각각의 특정한 항목들에 가중치를 두어 a. 청소년의 책임과 b. 개인적 능력, 그리고 c. 사회에서의 격리 필요 등을 따져보아 청소년 범죄에 대응하는 방법이라 할 수 있습니다. 여기에서는 사법 처리의 목적이 범죄자가 무엇을 하는가에 있습니다.

이 세 번째 방법의 가장 흔한 예가 가족회의 제도(피해자 가족과 가해자 가족간의 손해 배상 합의제도) 입니다. 이 제도는 청소년 범죄자와 피해자, 그리고 그들의 가족과 친구들이 한자리에 경찰이나 집행관, 청소년 자원 봉사자 등 의장의 주재 하에 모여서 논의를 하는 것입니다. 대개의 경우, 이 모임에서 범죄의 동기를 가리고, 피해가 무엇인지 알아보며, 이 문제를 적절히 해결할 수 있는 방법을 연구합니다. 보통의 경우 가해자의 사과와 응분의 보상으로(사회봉사나 피해자의 집 잔디 깎기 1개월 등) 마

무리가 됩니다.

## 긍정적인 변화

이 회복법은 청소년의 행동과 태도를 긍정적으로 바꾸어 놓을 수 있는 아주 지대한 가능성을 내포하고 있습니다. 그 이유는 청소년을 사회에서 격리 시키지 않고,(또는 반대로 교도소 등에서 나쁜 영향도 받지 않고) 그들을 나쁜 쪽으로 변이 시키지도 않습니다.(그들의 약점과 단점을 보완하는 것에 중점을 두므로)

이 방법은 청소년 범죄자도 존엄성을 존중 받아야 하고, 동시에 그들의 능력을 개발해야 한다는 사상에 기반을 두고 있습니다. 따라서 여기서 강조되는 것은 청소년들이 무엇을 해야 하는 가보다, 무엇을 할 수 있는가가 되겠습니다. 중요한 것은, 피해자에게 끼친 손해를 보상하면서 그들은 무언가를 확실히 배우는 것에 있을 것입니다.

마지막으로, 청소년 범죄자를 다루는 방법은 그들이 무엇을 잘못 했는가를 확실히 인식시키고, 가능하면 완벽하게 그 피해를 복원시키며, 그들을 사회로 다시 융화시킬 수 있는 문을 열어 놓는 것입니다. 그리고 범죄의 재발을 막는 길은, 처음부터 발생하지 않게 방지하는 것이 무엇보다 중요합니다.

## 미성년 사법 시스템의 최소한의 기본 법칙

- 청소년의 복지를 위한 사회적 정책이 필요하다.
- 청소년 범죄자를 대할 때에는 청소년과 범죄 두 가지의 상황을 개별적으로 참작하여야 한다.
- 청소년을 자주 대하는 경찰은 특별 교육을 받아야 한다.
- 재판은 피치 못할 마지막 선택이어야 한다.

- 수감 역시 마지막 선택이어야 하며, 동시에 최소한의 기간이어야 한다.
- 청소년의 사회 복귀를 위해 집이나 직업 교육, 취업 알선 등 적절한 지원이 필요하다.

### <청소년 범죄자를 다루는 세 가지 방법>

#### 처벌적 접근법

- 통제
- 책임
- 징벌

예) 가혹한 처벌, 교육대, 무거운 벌금, 수감

#### 복지적 접근법

- 재활
- 사회 복귀
- 교정 교육

예) 치료, 교정 교육, 야영 캠프, 개인적 상담, 사회봉사

#### 회복적 접근법

- 중재
- 보상
- 재융합

예) 가족회의 제도, 피해자 보상 프로그램, 청소년 개발 프로그램, 사회봉사

## 7. 청소년 범죄를 예방하는 가장 좋은 방법은?

현재 사용되고 있는 많은 청소년 범죄 예방 대책을 살펴보면, 대부분이 청소년들을 제재하기 위해 억압하고 위협하는 방법을 이용하고 있습니다. 이렇게 억압 정책이 많이 사용되고 있는 이유는 미디어의 과장과 법과 질서라는 미사여구에 사람들이 현혹되기 때문입니다. 이런 인식은 사회의 건설보다 범죄의 조절에 더 기준을 두고 있으며, 청소년들도 다른 사람들과 똑같은 권리가 있다는 생각을 부정하고 있습니다.

### 통제 정책에 대한 부정적인 측면

억압 정책을 강조하다 보면, 행동의 저지(처벌이 두려워 위법 행위를 하기에 앞서 두 번 생각하게 하는)와 범죄 기회의 감소(가로등의 수를 늘림등), 사회로부터 특정 범죄의 가능성이 있는 사람들의 격리(거리 소제)에 중점을 두게 마련입니다.

이런 방법은 경찰 등과 같은 사회의 법 집행관들에게 의지를 하게 되며, 많은 제재 조치를 수반하게 됩니다. 한 예로 청소년 귀가 시간 제한 등의 조치가 많이 사용되어 왔습니다. 실제로 퍼스 지방에서는 소제 작전이란 이름으로 경찰이 특정 시간이 지난 이후에는 청소년들이 프리맨틀과 노스브리지 지역에서 배회하지 못하도록 하였습니다. 비슷한 방법으로 뉴 사우스 웨일즈 지역에서는 아동 조례라는 법을 만들어 자녀들의 행동에 대해 부모가 전적으로 책임을 지게 하고, 경찰에게 공공 장소에서 청소년들의 생활에 개입할 수 있는 방대한 힘을 부여하고 있습니다.

이런 전략의 문제는 바로 청소년의 의견이 완전히 무시된 정책이라는 점입니다. 이런 정책에 대해 특히 아무 잘못도 하지 않은 청소년들은 반감을 가지기 쉽고, 또 실제로 그런 감정을 가지고 있습니다. 따라서 이런 방식은 공정하지도, 효과적이지도 않은 법입니다. 그리고 청소년 범죄를 줄이는 데에 도움이 되지 않습니다.

### 긍정적인 참여 정책

그러나 청소년 범죄를 예방하고 범죄율을 낮출 수 있는 방법이 있습니다. 특히 발전적 정책(developmental measures)이라고 불리는 방법은 청소년들의 생활에 좀더 온화한 방법으로 접근을 하고 있습니다. 이런 방법이 추구하는 목적은 청소년들에게 레저나 취업, 교육 기회 등을 제공하여 부정적이고 반사회적인 행위로부터 벗어나게 하는 것에 있습니다. 이런 생각의 이면에는 청소년을 사회적으로 환영하고 적극적인 참여자로 여기는 의식이 있다고 하겠습니다.

이런 방법을 통한 범죄 예방 정책은 사회 발전의 노력으로부터 시작하게 됩니다. 청소년들이 사회에서 무력감을 느끼거나 어디에도 지낼 곳이 없다고 생각하게 되면, 그것은 사회 자체의 문제점으로 인식이 되는 것입니다. 학교의 수업 방식을 좀더 흥미롭게 바꾸는 식으로 문제점을 해결하려 할 수도 있고, 학교 단위로 건물 벽 미화 등의 활동을 통해 아이들의 열정을 발산하게 할 수도 있을 것입니다. 그리고 아이들의 통행 등을 제한하기보다는, 여가 활용의 기회를 더 많이 제공해야 합니다.(스케이트장, 스케이트 보드용 광장 등)

중요한 점은, 이런 종류의 범죄 예방 정책은 경찰만이 아니라 사회 전체의 협력과 노력이 필요합니다. 학교, 지자체, 부모, 청

소년들 모두가 합의하여 우리 사회에 가장 필요하고 효과적인 정책을 결정하는 것이 필요합니다.

발전적 정책과 더불어 순응 정책(accommodating approach) 역시 범죄 예방에 일익을 담당할 수 있을 것입니다. 이 접근법은 쇼핑센터 등 상업용 지구가 청소년들이 사용할 만한 장소를 제공하는 것을 골자로 하고 있습니다. 물론 당사자간의 협상이 가장 중요하겠지만 말입니다.

최근까지 청소년들을 반기지 않던 많은 곳들이 현재는 이런 정책을 많이 도입하고 있습니다. 퍼스 지역에서는 한 쇼핑센터가 경비원을 더 고용하는 대신, 청소년들에게 아르바이트 자리를 제공하고 있습니다. 이 방법은 청소년들에게도 많은 호응을 받고 있는데, 중요한 것은 청소년들이 이제는 쇼핑센터에서 마음 놓고 합법적으로 돌아 다닐 수 있게 된 후, 위법 행동이나 반달리즘(남의 차를 못으로 긁는 등 고의로 남의 물건에 손상을 가하는 행위) 눈에 띄게 감소한 것이라 할 수 있습니다.

다른 예로, 멜버른에서는 스케이트 보드를 타는 청소년들과 시의회 사이에서 스케이트 보드를 타는 권리와 장소, 그리고 적절한 수칙 등에 대해 많은 논의가 있었습니다. 브리스베인 도시 위원회 역시 공공장소에서 청소년을 위한 장소 제공을 의무화하는 조례 제정에 적극적인 입장을 취하고 있습니다. 시드니에서도 부동산 개발업자들 사이에서 상업지구 재개발 사업의 일환으로 청소년을 위한 서비스 제공을 재정적으로 지원하기로 합의를 이루었습니다.

지금까지, 청소년 범죄에 대해서는 그들을 관계 기관들이 제재하는 방법만을 떠올린 것이 사실입니다. 또한 미디어의 청소년에 대한 억압적인 시각 역시 청소년들을 사회에서 격리시키려는 인식에 일조를 하였습니다. 그러나, 우리가 지금까지 알아본 것과 같이 다른 두 방법이 청소년들의 긍정적인 관계 개발과 그들이

필요로 하는 것을 더욱 잘 이해하고 제공할 수 있는 능력을 가지고 있습니다.

### 〈청소년 범죄 예방을 위한 모델〉

#### - 처벌적 정책

범죄 조절에 중점

주요 개념: 통제, 기회의 제약, 격리

주요 참여자: 경찰, 경비원, 집행관

문제아로서의 청소년

주요 대처 방식: 거리 순찰 강화, 청소년 통금

#### - 발전적 정책

사회 문제의 해결을 강조

주요 개념: 청소년의 참여, 기회의 제공, 모든 청소년의 포용

주요 참여자: 학교, 지자체, 부모, 청소년

사회 참여자, 해결의 주체로서의 청소년

주요 대처 방식: 학교와 직업, 여가등에서 자기 개발적인 선택의 기회 제공

#### - 순응적 정책

당면한 대립의 해결을 강조

주요 개념: 협상, 다자간의 협력과 교류

주요 참여자: 상점 주인, 지자체, 경찰, 청소년

공공 장소의 사용자와 이슈 당사자로서의 청소년

주요 대처 방법: 자유로운 대화, 청소년 서비스의 확대, 청소년 옹호론자의 협력

청소년 범죄에 관한 통계를 살펴보면, 대부분의 청소년 범죄는 사실 우발적인 특성이 있는 것을 발견하게 됩니다. 많은 경우가 재산이나 정돈되어 있는 것에 대한 범죄이며, 극소수만이 다른 사람에 대한 폭력 등 심각한 범죄입니다. 또한 처벌의 대상이 되는 대부분의 청소년이 약하고 힘없는 배경을 가지고 있는 것도 통계에서 알 수 있습니다.

청소년 범죄의 특징과 전형적인 청소년 범죄자의 특성상, 청소년 범죄는 사회 전체적인 입장으로 대처를 하는 것이 중요합니다. 일반적으로, 청소년 범죄에 대처를 하려면 세 가지 중요한 개념을 알아야 합니다:

안정적인 수입 (정기적이고 적절한 수준의 수입)

의미 있는 유급 직업 (사회적 선을 위한 직업)

공동체 사회 참여 (가족과 친구와 함께 하는 의사 결정 구조에의 참여)

청소년이라는 시기는 중요한 인물들과 사회 단체와의 교류의 연속입니다. 청소년이 직면한 도전은 따라서 그들에게 힘을 실어 주는 것이라 할 수 있습니다. 그럼으로써 그들이 사회에서 큰 역할을 하고 있는 것을 느낄 수 있어야 합니다.

실제로 이것을 적용하려면, 청소년을 가능한 형사 시스템으로부터 멀리 하게 해야 합니다.(이것은 기본적으로 억압 정책입니다.) 또한 범죄자라는 굴레를 쓴 청소년들을 긍정적으로 대하고 적극적으로 지원을 해야 하는 것이 선결 과제일 것입니다.(발전적 정책과 회복적 접근을 강조합니다.)

우리가 필요악이라는 것을 알면서도 잘 정비된 청소년 사법 시스템을 구축하기 위해서는, 청소년의 권리를 해치지 않으면서 청소년을 적극적으로 지원할 수 있는 환경을 제공하려는 철학을 가지고 임해야 합니다. 그런 면에서 보면 우리 모두가 사명을 가

지고 함께 일을 해야 할 것입니다.

### 부모와 청소년 사법 시스템

- 부모는 범죄 예방에 아주 중요한 역할을 가지고 있습니다. 부모는 언제나 자녀들이 원하는 것이 무엇인지, 문제가 무엇인지 그들의 말에 귀를 기울이고 대화를 해야 합니다.
- 청소년이 범죄자로서 경찰이나 법원에게 시달림을 당하면, 부모는 자녀들에 대한 지원을 아끼지 말아야 합니다.
- 자녀들이 범죄의 피해자가 되면, 부모의 지원과 관심이 그들이 역경을 헤쳐나가는 데 큰 도움이 됩니다.
- 범죄를 범한 청소년을 다시 사회로 재융합시키려면 부모의 역할이 무엇보다 중요합니다.

# 사춘기의 건강

## Issues in Adolescent Health

자녀의 건강이 중요하다는 것, 다시 말할 필요가 있을까요?

한 동 수



현명한 부모는 자녀의 건강과 복지에 가장 많은 투자를 하기 마련입니다. 어떤 측면에서 보면, 자녀는 부모의 분신입니다. 자신의 자녀가 행복해 할 때 부모는 웃고, 부모가 저지른 실수를 아이들이 하지 않을 때 부모는 더욱 좋아합니다. 자녀들이 다치면 부모도 아프고, 자녀가 슬프면 부모도 슬퍼합니다.

호주 청소년들의 건강과 복지 상태는 세계 최고라고 감히 말쑤드릴 수 있습니다. 호주에서는 한 해에 50명의 아이나 청소년들이 총기 사고로 귀한 목숨을 잃습니다. 그러나 미국에서는 같은 기간 동안 3,000명의 생명이 우리 곁을 떠나고 있습니다.

호주에서는 말라리아로 죽는 아이들이 없지만, 지구 반대쪽에서는 한 해에 100만 명의 아이들이 죽어 가고 있습니다. 고등학교를 졸업한 호주 젊은이들의 10-15%가 실업의 고통을 겪고 있지만, 우리와 가장 가까운 이웃인 파푸아 뉴기니에서는 약 80%의 젊은이들이 직업을 찾고 있습니다.

이런 수치들이 아마 해당되지 않는 가정에서는 중요하지 않을 것입니다. 만약 자신의 아이가 대마초를 피우고 있다면 ‘우리나라가 이 정도로 좋다’는 선전은 아무런 의미가 없습니다. 어떤 아이가 17살에 아빠가 된대거나, 교회에 갔다고 철썩 같이 믿었던 15살의 자녀가 금요일 밤에 술에 취한 채로 경찰에게 붙들려 왔다면 여러분은 어떻게 하겠습니까? 우리 주위에는 청소년 건강에 관련된 많은 문제가 아직도 많이 있습니다.

부모로서 우리는 변화의 시기를 살아가고 있습니다. 그 중 상당수의 변화는 우리 10대 자녀들의 신체 건강에 큰 영향을 끼치고 있습니다.

## 1. 사춘기의 시작

사춘기는 대개 남자가 12세 중반에 시작되고, 여자 아이는 18개월 일찍 시작됩니다. 여자 아이들은 초경으로 청소년기의 시작을 알 수 있지만, 남자 아이의 경우는 알기가 어렵습니다. 따라서 남자 아이들은 자신도 모르게 사춘기를 지나게 됩니다. 초경 시기로 따져본 사춘기 시작 연령은 점점 빨라졌습니다. 지난 200년간 여자 아이들의 경우, 매10년마다 3개월씩 사춘기를 일찍 경험해온 것으로 나타났습니다. 남자 아이들에게도 비슷한 현상이 나타나고 있습니다. 이런 추세는 계속 될 것으로 보이며, 100년 후에는 여자 아이들은 8살, 남자 아이들은 10살에 성적으로 성숙해질 것으로 예상됩니다. 이런 사춘기 시작 시기의 변화는 아직 무엇에 의한 것인지 밝혀지지 않았습니다.

전에 저는 남자 아이들의 청소년기 시작이 평균 12세~13세 사이라고 말씀드렸습니다. 바로 이 평균이란 개념이 자녀를 다루는데 큰 걸림돌이 됩니다. 10대 여자 아이들에게 적용하는 것도 문제가 있지만, 남자 아이들조차 고등학교에서의 성적 성숙도가 많은 차이가 나기 때문입니다. 중학교 3학년 아이들 중에는 벌써 수영이 많이 나서 매일 면도를 하는 아이도 있고, 학교 끝나기가 무섭게 옆의 여자 고등학교로 달려가서 여자 아이들을 훑쳐보는 것을 낙으로 삼는 아이들도 많습니다. 반대로, 반에서 아주 착하고 양전하며, 늘 조심하게 행동하는 아이들도 있습니다. 신체적으로 아무런 문제가 없는 남자 아이들의 약 10%는 16살 이후에나 청소년기에 접어들게 됩니다. 이런 아이들은 다른 아이들과의 괴리감, 따돌림, 괴롭힘 등을 당할 확률이 많으므로, 많은 인내와 대처 능력이 필요합니다. 우리들은 보통 학교에서 받은 친구들에 대한 감정을 간직한 채 학교를 떠납니다. 축구도 못하고 학교 운

동장에서 운동할 때 가장 못하던 친구가 동창생 중에서 가장 키가 큰 친구가 되어 있거나 다른 동기에 비해 일찍 성공한 옛친구들을 다시 만나면 놀랄 수밖에 없습니다.

아무런 문제가 없지만 단지 청소년기를 늦게 경험하는 남자 아이들을 대하려면 어떻게 해야 할까요? 가장 중요한 것은 부모로서 이것이 아주 정상적이라는 것을 인정하는 것입니다. 이 시기에는 아이에게 자신감을 계속 불려 넣어주는 일이 부모로서 또는 선생님으로서 자신도 모르게 그런 아이들을 폄하하는 경우가 많습니다. 이 시기에 특히 운동 능력이 다른 아이들보다 떨어진다고 지적하는 것은 큰 잘못입니다. 중요한 것은 성장이 늦은 아이들이 자신이 낙오자라고 잘못 느끼지 않도록 기회를 많이 주는 것입니다.

사춘기가 빨라지는 것처럼 지난 수십 년간 10대들의 키도 자라고 있는 추세입니다. 신장은 약 10년에 3밀리미터(또는 한 세대에 1 센티미터씩), 늘어나고 있습니다. 역시 사춘기 나이가 낮아지는 추세와 마찬가지로, 신장 증가율은 멈출 기미를 보이지 않고 있습니다. 인류의 신체적, 성적 성숙이 계속 가속화 되고 있으며, 또 일찍 시작되고 있습니다. 아이들이 부모님의 그 나이 때보다 더 크다는 것을 못 느끼고 있는 사람은 아마 없을 것입니다.

이제 청소년 보건 문제를 분석하기 위해서는 사회적 가치의 변화와 이런 생물학적 변화를 같이 염두에 두어야 합니다.

## 2. 흡연

청소년 건강관리에 관한 것은 대부분은 좋은 소식들입니다. 한 예로, 청소년 남자 흡연율이 계속 떨어지고 있습니다. 그러나 불행히도 여자 아이들의 경우는 그렇지 않습니다. 호주의 12세 여자 아이 15명 중 1명은 매주 흡연을 합니다. 12세 이상은 약 30%가 흡연을 합니다. 브리스베인 의과대학의 암방지 센터의 조사에 의하면, 호주 10대들의 주당 흡연율은 다음과 같습니다.

|           | 학년 |    |    |    |    |    |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
|           | 중1 | 중2 | 중3 | 고1 | 고2 | 고3 |
| 남자 아이 (%) | 6  | 16 | 17 | 17 | 23 | 28 |
| 여자 아이 (%) | 6  | 12 | 19 | 27 | 27 | 24 |

### 어떤 아이들이 흡연을 할 가능성이 많을까?

- ▲ 저소득 가정
- ▲ 9-10세에 흡연을 시작할 때
- ▲ 부모 한쪽이 흡연하는 경우 - 특히 흡연을 안 하는 배우자가 흡연하는 것에 대해 긍정적이거나 중립적일 때
- ▲ 부모 양쪽이 흡연하는 경우 (흡연하는 10대의 10%는 부모가 담배를 사준다는 보고가 있습니다)
- ▲ 반사회적인 행동을 하는 친구가 있을 때
- ▲ 12-13세 때 흡연에 대해 호감을 갖게 될 때

위의 사항에 해당하는 모든 아이들이 다 흡연이나 약물, 소매치기나 반사회적이나 위험한 행동을 하는 것은 아닙니다. 아이들이 위 사항의 해당 유무와 관계없이 이런 행동을 시작하는 것에

는 어떤 계기가 있습니다. 따라서 그 계기가 되는 ‘어떤 것’을 잘 파악할 필요가 있습니다. 여기에 흡연의 직접적인 계기가 되는 세 가지를 소개합니다.

1. 연령층이 다양하고, 지도하는 사람이 없는 친구 그룹
2. 아르바이트
3. 학교 생활이나 가족, 친구들과로부터의 소외

흡연하는 부모조차도 아마 자녀들은 담배를 피우지 않기를 원할 것입니다. 흡연 하는 청소년에게 예상되는 결과는 어떤 것일까요?

1. 만성 흡연
2. 대마초 사용
3. 자신감의 상실 - 피부 조로증, 치아의 변색, 입냄새 등
4. 기관지염
5. 폐, 인후, 구강암 - 흡연이 암을 유발하는 데는 약 40년이 걸리는 것으로 예상 됩니다.

## 흡연을 막으려면 무엇을 해야 할까요?

청소년기 아이들의 옳지 못한 행동을 지도하는 일은 부모가 해야 할 일 중 가장 힘든 일입니다. 대다수의 부모가 이 일을 잘 처리하지 못합니다. 나의 경우는, 그저 할아버지로서 손자와 함께 새출발을 해보려고 합니다!

아래의 지침은 오래전부터 전수되어 온 것으로, 아마 가장 확실한 방법일 것입니다.

### 1. 기본 원칙을 정하십시오.

가족과 다른 단체(학교 등)에 맞는 기본적인 몇 가지 원칙을 만드십시오. 이 원칙은 가장 기본으로, 절대적인 가치를 지닌 것

이어야 합니다.

2. 부모의 자세가 한결 같아야 합니다.

흡연, 약물, 잘못된 성적 행동 등에 대한 아빠와 엄마, 양쪽 부모의 자세가 같아야 합니다. 그렇지 않으면 아이들은 혼란에 빠지게 됩니다.

3. 처벌의 일관성이 있어야 합니다.

처벌의 강도보다 처벌의 일관성과 단호함이 효과가 있습니다.

4. 아이의 행동에 맞는 벌을 주어야 합니다.

특히 청소년기 때, 아이의 잘못된 행동보다 너무 지나치거나 맞지 않는 처벌은 오히려 역효과를 불러옵니다. 부모나 선생님, 스카우트의 지도 교사들은 비행을 막는 목적의 원칙을 적용함으로써 아이들의 행동을 교정하려 합니다. 그러나 아이들이 원칙을 따르게 하려면, 이 원칙은 논리적이어야 합니다. 이 적용원칙이 논리적이지 못하면, 처벌은 의도를 벗어날 수 밖에 없습니다. 예전에 개인적으로 겪은 일인데, 중학교 3학년 아이들 네 명이 학교에서 대마초를 피우다가 적발이 되어 일주일간 정학을 당한 적이 있었습니다. 친구들은 이것을 벌이 아닌 포상으로 받아들였습니다!

5. 문제가 일어날 것을 예상하십시오.

따라서 문제가 일어날 수 있는 상황을 미연에 방지해야 합니다.

6. 바른 행동에 상을 주십시오.

사춘기 때에 자신감을 심어주고 유지 시키는 것은 어려운 일

입니다. 그러나 자녀를 양육하는 데에 가장 보람 있는 일이기도 합니다.

7. 본받을 만한 사람(역할 모델 : Role models)이 필요합니다.

부모와 선생님, 그리고 청소년 지도자들은 아이들에게 있어서 장기적으로 가장 중요한 사람들이지만, 단기적으로 청소년의 행동에는 큰 영향을 미치지 않습니다. 대부분의 역할 모델들은 인공적으로 만들어집니다. 이것을 이용해서 부모나 선생님, 청소년 지도자들은 여러 가지 역할 모델을 만들어 아이들에게 제공할 수도 있을 것입니다. 그럼으로써 단지 스포츠나 음악에서만이 아닌, 학업, 공예, 무역, 직업, 창의성 등, 다양한 종류의 역할 모델을 아이들이 만나볼 수 있을 것입니다.

### 3. 대마초

현재 호주 청소년의 40%가 대마초를 경험합니다. 이제 대마초는 우리 10대들에게 있어서 하나의 하위문화가 되어가는 감정입니다. 5명 중의 1명은 매주 대마초를 피우며, 대부분의 고등학생들이 대마초를 피우고 대마초 유통에 관여를 하고 있습니다.

자극제인 담배와는 달리, 대마초는 환각 증상을 유발하며 약한 진정작용이 있습니다. 대마초의 위험성은 다음과 같습니다.

1. 음주와 같이 신체 기능을 마비시키고 소량 사용시 약한 환각 증세를 일으킵니다.
2. 습관성이지만 중독성은 없습니다.
3. 대마초를 자주 사용하면, 자신이 반문화(counterculture: 기성사회의 가치관을 무너뜨린 젊은이의 문화)의 한 축이라고 믿습니다.
4. 환각제나 약물복용으로의 첩경입니다. - 이런 약물의 사용은 범죄입니다.
5. 대마초는 전 세계적으로 가장 널리 쓰이는 자백제입니다.

#### 대마초로부터 아이를 보호하려면?

1. 사실을 과장하지 마십시오 - 대마초는 중독도 없고, 염색체 손상이나 암을 유발하지도, 신생아에게 선천적인 질병을 유발시키지 않습니다.
2. 그렇다고 절대로 대마초에 대한 규제를 느슨하게 하지 마십시오.
3. 대마초 유통 등에 대한 정보를 빠짐없이 경찰에게 알려십시오.

4. 부정적인 역할 모델의 중요성을 상기하십시오. 부모가 대마초를 피우면서, 아이들은 대마초를 피우지 못하게 하는 것은 논리가 맞지 않습니다.

## 4. 음주

음주는 우리의 엄연한 문화의 하나이고 즐기는 수단입니다. 또한 국가 경제의 일익도 담당합니다. 10대 중반 청소년의 30%가 매주 술을 먹습니다. 심각한 것은 고등학교 졸업할 때 3명 중의 1명이 알코올 중독이라는 것입니다. 호주의 인사보건부가 펴낸 1994 호주 약물 남용 통계에 따르면, 10대들의 40%가 정기적으로 음주를 하고 있고, 1/3은 19세 생일날 폭주를 경험하였다고 합니다. 게다가 그 아이들의 2/3는 폭주를 즐기는 것으로 나타났습니다. 이 조사 결과는 약간 수치가 실제보다 낮은 것 같지만, 이 조사결과가 현재 세태를 보여주는 데에는 무리가 없을 것입니다. 이제 우리 부모들이 해야 할 것은 음주의 단점을 줄이고 어떻게 음주의 장점과 기쁨을 부각시키는 것입니다. 일단 음주의 위험성을 알아보면,

1. 자신감의 상실과 그 후에 오는 지나친 탐닉
2. 개인적인 충격 또는 외상의 가능성
3. 반사회적 행동과 위법 행위를 할 가능성
4. 교통 사고나 익사의 위험
5. 여성에 대한 성적 탐닉

현재는 우리 사회는 청소년에 의한 음주 문제를 잘 해결하고 있는 것 같습니다. 록가수나 헤비메탈 연주가와 같이 수많은 10대들의 역할 모델이 환각제나 약물에 중독 되어 아이들이 따라하는 것과는 다르게, 아직 이 역할 모델들에 의해 음주 문화가 조장되고 있지는 않습니다. 그러나 '학교의 날' 축제는 예외입니다. 아이들이 잘못된 폭음 습관을 그 축제에서 배우는 경향이 있습니다.

## 음주 문제를 예방, 해결하려면?

1. 위험을 과장하지 마십시오.
2. 집에서 바른 음주에 관한 교육을 실시하고 절제하는 것을 가르치십시오.
3. 부모나 책임감 있는 성인이 역할모델이 되어야 합니다.
4. 운전 중이나 수영 중에는 금주를 한다는 절대적인 규칙이 필요합니다. 또한 민감한 시기에 있는 여자 아이들도 금주의 대상입니다.

## 5. 직사광선 노출

### 피부암 방지

청소년의 생활습관 특성상, 청소년들은 피부암의 위험에 상당히 노출되어 있습니다. 따라서 이 위험을 최소화 하는 것이 중요합니다. 퀴즈랜드에서만 매 주 1,000여 건의 피부암이 진단되고 있습니다. 피부암의 발병은 40대 후반이 지나야 많아집니다. '흑색세포종'이라는 피부암이 폭발적으로 증가하고 있는데, 이로 인해 퀴즈랜드는 '전세계 흑색세포종의 메카'라는 별명을 얻었습니다. 피부암이 많은 이유는 바로 옷 입는 스타일과 무리한 피부 태우기 때문입니다.

피부암을 유발하는데 중요한 일광광선 노출의 50~70%가 20세 이전에 일어납니다.

현재 피부암가능성이 높은 호주 여자 아이들의 반수만이 자외선 차단 로션을 사용합니다. 그리고 남자들 사이에서 모자를 쓰는 비율은 40% 정도 밖에 되지 않습니다. 그나마 모자도 효과가 별로 없는 야구모자가 대부분입니다. 직사광선의 위험을 알리는 길은 그저 교육과 샘플, 두 가지밖에 없습니다.

## 6. 마약

마약은 청소년을 상대하는 부모나 선생님, 청소년 지도자들 사이에서 심각한 문제 중의 하나입니다. 환각제 중독이나 암페타민계의 약물을 습관적으로 복용하는 아이가 있다면 가정에게는 가장 비극적인 경험일 것입니다. 특히 지난 10년간 공짜로 얻을 수 있는 마약류는 우리 사회를 잠먹어 왔으며, 이 사실이 우리들을 충격으로 몰아넣었습니다. 현재 3종류의 위험한 환각제가 알려져 있는데, 처방전 없이 경솔하게 아이들이 사용한다면 그것은 신체적 뿐만 아니라 정신적인 상처를 남기게 됩니다. 만약 청소년들이 이런 마약을 사용하게 된다면 이는 건강뿐 아니라 인생까지 위협에 처할 수 있습니다. 이 세가지 마약류는 다음과 같습니다.

1. 암페타민계 약물 - ‘엑스터시’, ‘스피드’, ‘트립’
2. 환각제 - 헤로인, 페티딘계 또는 코데인계 물질
3. 유기 화학 용제 - 본드, 솔벤트, 라이터 기름, 휘발유

1994 호주 마약류 통계에서 다음과 같은 수치를 확인할 수 있습니다.

14-19세 아이들 중 누가 마약류를 권했을 때 받아들일 것인가 하는 질문에 대해 (%)

|          | 남자 | 여자 |
|----------|----|----|
| 대마초      | 54 | 50 |
| 암페타민     | 12 | 12 |
| 기타 환각제   | 16 | 18 |
| 코카인, 헤로인 | 2  | 3  |

14-19세 아이들 중 실제로 마약류를 경험 해보았느냐는 질문에 대해 (%)

|          | 남자 | 여자 |
|----------|----|----|
| 대마초      | 40 | 32 |
| 암페타민     | 5  | 8  |
| 기타 환각제   | 4  | 4  |
| 코카인, 헤로인 | 1  | 2  |

이 수치는 심각한 상황을 말해 줍니다. 그러나 더 무서운 사실은, 10대 호주 여자 아이들 50명 중의 1명은 청소년기 때에 코카인이나 헤로인을 접한다는 사실과, 50% 이상의 10대 남자 아이들이 가족과 함께 살면서 술이 아닌 다른 환각제를 경험하는 것입니다. 또한 호주 10명 중 1명은 청소년기가 끝나기 전 본드를 흡입한 적이 있다는 것입니다.

본드나 가스를 흡입하는 것은 우리 사회의 빈민층에게 더 보편화 되어있습니다. 이것은 용제가 체내로 빠르게 흡수되어 순환하기 때문에 아주 위험합니다. 본드나 가스를 흡입하면 뇌의 호흡중추에 악영향을 미치고, 심장이 나쁜 영향을 줍니다. 본드, 가스 흡입은 매우 위험한 것으로, 특히 초보자에게 아주 심각한 위험을 초래합니다. 또한 대개 흡입할 때 '효과'를 극대화시키기 위해서 비닐 등을 사용하는데, 이렇게 하면 산소가 부족하여 질식의 위험까지 있습니다. 다행히 본드나 가스 흡입은 약물 상용에 주도적인 아이들 사이에서 그다지 많은 유행을 보이지 않습니다. 그럼에도 불구하고 이것에 탐닉하는 아이들에게는 영구적인 정신적 상처를 초래합니다.

호주 대다수의 나이트클럽에서는 엑스터시, 스피드, 트립 등의 암페타민계 약물을 쉽게 구할 수 있습니다. 따라서 대다수의 청

소년들이 이런 약물에 노출되어 있다고 할 수 있습니다. 더 심각한 것은 생일과 같이 특별한 날에 이런 약물 복용을 하는 것이 요즘 젊은이들 사이에서는 통과의례가 되고 있다는 것입니다. 역시 이런 약물의 위험은 초보자들에게 더욱 큼니다. 또한 이런 약물과 술을 같이 복용하면 ‘효과’가 극대화된다고 믿고 있지만, 뇌와 심장에 치명적인 손상을 줄 수도 있는 무서운 행위입니다. 요즘 부모들은 사회적 분위기 때문에 아이들의 약물을 복용하는 것을 얼마간 인정하고 있습니다. 그리고 실제로 아이들의 이런 행위를 사회에서 상당히 묵인하고 있는 것도 사실입니다. 이렇게 사회악을 묵인한 결과 이런 약물의 유통망이 증가하고 있는 추세에 있습니다.

암페타민계 약물과는 달리, 코카인이나 헤로인 같은 마약류들은 중독성이 있으며, 거의 언제나 즐길 목적으로 사용됩니다. 많은 청소년들이 약물을 복용해 보고 있지만, 이런 마약류의 중독성이 없으면 언젠가는 평상시대로 돌아오게 됩니다. 그러나 마약에 중독되면 몸이 계속 그런 약물을 요구하기 때문에 계속 약물 사용량이 증가합니다. 불행히도 마약에 중독된 대다수 청소년들은 재활의 가능성이 없으며, 대부분 중독과 관련된 질병으로 사망합니다.

그렇다면 부모가 느낄 수 있는 낯새는 어떤 것들이 있을까요?

1. 성격의 변화입니다. 감정변화나 기복, 이상한 습관이 해당됩니다.
2. 갑작스런 학업 부진
3. 약물과 관련된 증거 - 약을 사기 위해 돈을 훔치거나 약물 유통으로 마련한 것으로 보이는 출처 불명의 돈

약물을 사용하는 청소년들과 그 가족들은 전문가의 도움이 필요합니다. 그리고 가족이 언제나 치료의 중심에 서 있다는 것을 명심하십시오.

## 7. 10대들의 성

청소년기는 성에 대한 호기심이 왕성한 시기입니다. 모든 청소년들은 성적인 발달을 경험하며, 많은 아이들이 성에 눈을 뜹니다. 대다수는 친구들과 성에 대해 이야기를 나눕니다. 이 시기에 성과 건강에 관한 문제를 함께 다루어 주면, 성에 대한 바른 이미지를 함양 시킬 수도 있고, 또한 섹스는 즐거운 것이지만 다양한 책임 즉 성관계나 성생활과 관련있는 질병의 예방이나, 원치 않는 임신의 방지 등에 대한 의무가 있다는 것을 알고 있어야 합니다. 많은 청소년들이 성적인 문제에 관해서는 동료로부터 영향을 많이 받습니다. 대부분의 청소년들이 자신이 무분별한 성행위로 전염되는 질병에 노출되어 있다는 사실을 잘 모르고 있습니다.

호주에서 이성과 성관계를 가지는 평균 연령은 17.5세입니다.

### 14세 (호주 청소년)

남자 아이의 24%, 여자 아이의 16%가 첫 성경험을 합니다.

### 16세

남자 아이의 42%, 여자 아이의 28%가 첫 성경험을 합니다.

### 18세

남자 아이의 62%, 여자 아이의 64%가 첫 성경험이 있습니다.

따라서 18세 이상의 고등학교 졸업생들 중에는 성경험을 하지 않는 청소년들의 숫자가 더 적다는 결론입니다.

고2, 고3 학생들에 의하면 남녀 모두 75% 정도는 성경험을 한다고 믿고 자신의 친구들은 보통 16세 때 처음 경험을 한다고

알고 있습니다.

바꾸어 말하면, 10대들의 믿음과 통계상의 수치가 일치하지 않는다는 것입니다. 바꾸어 말하면 중요한 14~17세 동안 아이들이 생각하고, 실제 체험하는 것은 많은 차이가 납니다. 아이들은 다른 아이들이 성생활을 하고, 일찍 경험한다고 알고 있지만, 실상은 그렇지 않습니다. 또한 생리적으로도 남녀모두 조숙해져서 이전보다 좀더 일찍 성적 호기심을 느끼지만 실상은 그렇지 않습니다.

지난 10년간, 두 가지 큰 사건이 우리 사회를 바꾸어 놓았습니다.

1. 법적, 사회적으로 남성간의 동성애가 성적 행동의 정상적인 변화로 인식되어졌습니다.
2. 후천적 면역 결핍증의 위험이 사회 곳곳에 도사리고 있습니다.

이 상황에서 다음의 네 가지가 적절한 대처 요령일 것입니다.

1. 청소년기 때에 성을 긍정적으로, 즐길 수 있는 것으로 교육시키는 것이 중요합니다.
2. 가족, 청소년 단체, 교회 등에서 적절한 기본적인 규칙을 만드는 것이 좋습니다.
3. 학교에서 사실에 입각한 정보의 제공이 필요합니다.
4. 10대들이 자유로이 의료 행위를 제공받을 수 있는 장치가 필요합니다. 현재 법적으로 청소년들은 18세가 되면, 또는 여자 아이들의 경우 정황을 파악하여 16세부터 독립으로 간주합니다. 그러나, 사회의 관습이 바뀌고 청소년들의 독립심이 커지고 있는 이 상황에서 부모 모르게 의료 상담을 받고 싶어 하는 청소년들이 늘고 있습니다. 현재는 가족 계획 등 예외적인 경우에 한해서 독립적인 상담을 받을 수 있는 권리가 법적으로 보장 되어 있는 상태입니다. 의학계에서는 이

런 현상을 따라 가고 있습니다. 10대들이 의료 행위를 받을 때에, 의사들은 부모와 대동하기를 권하고 있지만, '길릭'의 판례에서 보여 주었듯이 이유가 있는 경우에는 10대들의 프라이버시를 존중하여 주고 있습니다.

우리 사회는 아직까지 남성, 특히 청소년기 남자 아이들이 이성간의 성관계에서 책임을 별로 지지 않는 경향이 있습니다. 특히 호주는 성적으로 차별이 심하였기 때문에, 성적 책임의 무거운 굴레는 나이에 상관없이 모두 여자가 지고 있는 형편입니다. 사춘기 남자 아이들에게 성행위의 즐거움에는 동등한 책임감이 따른다는 것을 수용하게 하는 것은 단기적으로 매우 중요합니다. 이것은 부모, 선생님, 전문가들이 모두 책임감을 가지고 바로잡아야 합니다. 현재 호주의 청소년 여자 아이들에 대한 자료는 다음과 같습니다.

43%가 여자들이 먼저 안전한 성관계에 책임이 있다고 생각합니다.

2%가 남자들에게 책임이 있다고 생각합니다.

남자 청소년들 역시 비슷한 생각을 가지고 있습니다.

사춘기 교육의 중요한 특징은 지금 가르치고 있는 성에 관한 자세가 그들에게 향후 60년 동안의 행동기준이 된다는 사실입니다. 아이들이 살고 있는 세상은 언제나 변화하고 있습니다. 현재 태국 매춘부의 39%가 HIV바이러스에 감염되어 있습니다. 우간다 군대의 40% 역시 마찬가지입니다. 케냐 나이로비의 매춘부 95%도 HIV 양성 반응 환자입니다. 우리 자녀들은 이렇게 후천 성면역결핍증의 위험 속에서 살아가게 될 것입니다. 이런 위험에서 자녀들을 보호하려면 아래의 사항을 잘 지켜야 할 것입니다.

1. 한 명의 배우자와의 충실한 관계
2. 안전한 섹스에 관한 교육

호주에서는 성적 전염병, 특히 AIDS의 방지를 위해 콘돔의 사용을 적극 권장 하고 있습니다. 그러나 더 앞으로 해결해야 할 문제가 더 많이 남아있습니다. 최근 연구 결과에 따르면, 성적 활동이 왕성한 중3 학생들의 콘돔 사용 비율을 보면 항상 사용하는 경우가 42%이고, 36%는 가끔 사용한다고 합니다.

16-24세의 자녀를 둔 가정의 설문조사에 따르면, 지난 6개월간 39%의 아이들만이 콘돔을 사용했다고 합니다. 더욱 심각한 것은 여러 사람과 성행위를 즐기는 청소년들의 24%만이 콘돔을 사용한다는 사실입니다.

최근 호주 자료에 의하면 사춘기 여자 아이들의 대부분은 순진하게도 자신과의 성관계를 가지고 있거나 자신과 사귀고 있는 사람이 자신하고만 사귄다고 생각합니다. 16-18세 남자 청소년들은 반대로 대부분 마지막으로 관계를 가진 파트너는 그냥 만난 사이라고 대답하고 있습니다. 고2-3 학생들을 대상으로 한 설문에서, 남학생 8명 중 1명, 그리고 여학생들이 가장 최근의 성관계에서 죄책감을 느끼고 있다고 합니다. 이런 아이들을 헌신적이고 충실한 관계로 이끌기 위해 노력하는 것이 부모와 선생님이 가지고 있는 큰 도전일 것입니다.



# 적응유연성 있는 청소년으로 키우기

## Raising Resilient Young People

시련 없이 클 수는 없다.  
하지만 시련에 굴복하지 않고 극복하는 아이로  
키울 수는 있다.

이 상 균



미국 코미디언 로빈 윌리엄스는 ‘갓난아기의 부모가 되는 것은 마약 중독자가 되는 것과 아주 비슷하다’라는 말을 했습니다. - 잘 수도 없고, 아주 심한 편집증이 생기며, 지저분해 지기 때문이지요. 제 생각에 청소년기 자녀를 둔 부모란 치열한 전쟁터에서 적진을 오가는 종군기자에 가까운 것 같습니다. 자신의 것을 지키며, 자신의 이익을 챙겨야 하고, 또한 도망가서나 숨을 때를 알아야 합니다. 어쨌든, 부모로서 행복과 자아실현을 추구하는 것은 아주 힘든 일입니다. 본 책자는 자녀들에게 자아확립과 활기를 불어 넣을 수 있는 양육법을 소개하고 있습니다.

적응유연성을 가지는 것은 인생의 굴곡을 번지 점프를 하듯이 넘어가게 할 수 있는 한 요령입니다. 비록 사람이 사는데 있어서 역경을 경험하지 않는 것이 좋겠지만, 모든 역경을 다 없앨 수 없는 것은 사실입니다. 따라서 아이들에게 적응유연성을 가르치는 것이 아주 중요하다고 할 수 있습니다.

단순히 사람들에게 건전한 사고방식을 가지는 방법을 말로 설명할 수는 없습니다. 마찬가지로 책을 읽음으로써 습득할 수도 없는 노릇입니다. 나는 예전에 그런 실수를 저질렀습니다. 당시 한 여자 아이를 알고 있었는데, 나는 그 여자 아이가 좀더 적극적이고 긍정적인 사고방식을 가지길 원했습니다. 그 아이와 상담 중에 나는 마틴 셀리만의 “긍정적인 사고 기르기”를 꺼내서 그 아이에게 읽어보기를 권했습니다. 그 여자 아이는 나와 책을 한번씩 보더니 “저는 절대로 이 책을 이해하지 못할 거예요”라고 말했습니다. 그 아이의 눈에서는 실망의 빛이 역력했습니다. 나는 한숨이 나왔습니다. 속으로 “맞는 말이야”라는 생각이 절로 났습니다. 그 아이는 옳았습니다. 책은 단지 아이디어를 제공하는 역할을 하는 것입니다. 그러나, 자신이 정말로 건전한 사고방식을 가지고 싶으면 그러한 사고방식을 가진 사람들과 어울려야만 하는 법입니다.

청소년들에게 인생과 성공에 대해 열정적으로 이야기를 하는 것의 어려움은 사회의 의식과 의미가 사라진 것과 관련이 있습니다. '무슨 상관이야'라는 사고방식을 가진 세대는 인생이란 연약하고, 굴곡이 없으며 의미가 없다고 생각하고 있습니다. 젊은 이들은 직업에 대한 뚜렷한 관점이 없이 그냥 학교에서 머물고 있으며, '그냥 아무 일자리나 하나 얻자'라는 생각이 팽배해 있습니다.

아마도 많은 청소년들이 무모한 짓이나 태만, 학업 부진, 시비 걸기 등으로 자신의 성숙함을 표현하는 것은 놀랄만한 일이 아닐 것입니다. 알프레드 아들러가 지적했듯이, 사람들이 바람직한 방법으로 성공하지 못한다는 것을 알게 되기 전에는 바람직하지 못한 방법으로 성공하는 법을 배우지 않습니다.

10대들은 언론매체에서 묘사하는 폭력적이고 범죄를 범하는 청소년들을 실패의 모습으로 실망을 하기 마련입니다. 따라서 10대들이 선택하는 다른 언론매체의 청소년상은 수퍼 히어로가 될 수밖에 없습니다. 수퍼 히어로는 어떤 문제도 30분 만에 풀어내고 협상의 귀재이며, 물질적으로 최고의 것(좋은 집, 멋진 여자 또는 남자친구, 그리고 최고의 직업)을 누립니다. 또한 월경이나 침대에 오줌 싸는 등의 하찮은 일에 대한 불안감이 전혀 없습니다. 또 그러한 청소년상은 경제적으로 아주 부유하게 묘사되므로, 많은 청소년들에게는 요원한 일일 수밖에 없습니다.

이렇게 성공의 정의가 좁아지고 청소년의 신체적 성숙과 사회적 책임감의 괴리현상이 심해지고 있는 이 상황에서, 대부분의 청소년이 위험한 행동으로 자신을 나타내려고 하는 현상은 전혀 놀랍지 않습니다.

학자들은 현대 사회에서의 의미의 상실과 의식의 부재로 청소년들의 위험을 감수하는 행동을 설명하고 있습니다. (때로는 무모하게) 위험을 감수하는 행동은 청소년들이 가족으로부터 독립

을 하여 사회의 성인 구성원으로 가려는 행동의 하나로 볼 수 있습니다. 이러한 사고방식에는 과거에 대한 동경이 내포되어 있습니다. 과거에는 삶이 단순했고, 남자는 남자, 여자는 여자였으며, 나중에 의식이 싹트고 직업을 가지기 전의 10대들은 아무런 걱정이 없는 시대였습니다. 이런 과거의 향수는 미국의 유명한 시에도 잘 나타나 있습니다. 여자 아이들도 성인이 되기까지 난관이 있기는 마찬가지입니다. 한 여성은 “성인 여자가 되려면 어떻게 해야 하지요? 내 생각에는 절대로 그렇게 되지 못할 것 같아요... 사람들이 말하는 여성이 되려면 아마도 할머니가 되고 나서야 될 수 있을 것 같아요”라고 말했습니다.

통과의례는 가족중심에서 친구중심으로 가는, 그리고 성인 세계를 탐험하고 이상을 형성하는 청소년기의 발달을 반영하고 있습니다. 이상주의와 위험 감수는 종종 청소년기에서 서로 맞물리게 되고, 이런 현상은 청소년기에서 성인으로 가는 자연스러운 길로 볼 수 있습니다.

청소년들의 복지를 염려의 눈길로 보는 것은 아주 자연스러운 현상입니다. 연구 결과에 따르면, 청소년기의 정서적, 행동적 문제의 발생 비율이 지난 10년간 증가하고 있습니다. 청소년기의 초, 중기는 침울한 분위기, 무질서와 혼돈으로 정의될 수 있습니다(Rutter, 1986). 우리 청소년들의 1/4이 18세 이전에 우울증 증세를 보이며, 15-17세 청소년들이 특히 심각한 것으로 보고되고 있습니다(NH&MRC, 1996). 15-16세 아이들 중 5%는 정기적으로 자해를 하고 있다고 보고 되고 있는 실정입니다 (청소년 보건 센터, 1996).

앤드류 폴러

15-24세 호주 청소년의 자살률은 지난 20년간 3배 이상 증가하였습니다. 호주 고등학생의 61%에 달하는 숫자가 자살에 대한 생각을 한 적이 있다는 보고가 있습니다. 또한 고등학생의 자살

시도를 역시 11%에 달하는 것으로 나타났습니다(Pearce & Martin, 1993). 지역에 따라 자살률은 다르지만, 대개 도심지에서는 남성 자살률이 여성 자살률의 3배에 달하며, 변두리 지역에서는 젊은이의 자살률이 7배에 달합니다.

호주의 청소년들 사이에서 암페타민과 같은 마약을 투여하는 심각한 약물남용 또한 큰 문제입니다(상급 약물 자문 위원회, 1996). 음주 역시 요즘 청소년들 사이에서 유행입니다. 15세 학생 중의 30% 정도가 주말에 정기적인 음주를 즐기는 것으로 집계되었습니다. 15-16세 학생들 사이에서 흡연 역시 보편적이며, 특히 여학생들 사이에서 퍼지고 있는 실정입니다. 이 연령대에서 약 12% 정도가 대마초를 하는 것으로 보고 되고 있습니다. 심한 흡연은 종종 청소년들의 우울증에 일조를 하는 것으로 나타나고 있습니다.

다이어트는 전국적인 문제입니다. 여자 청소년의 60%가 건강을 해치는 다이어트를 하고 있는 것으로 나타났습니다. 또한 다이어트를 시작하는 여자들의 나이가 점점 어려져, 이제는 평균 9.7세에 다이어트를 시작한다고 합니다(Phillips & Piran, 1992).

전체적으로 보면, 남자 아이들이 식사와 문맹률, 약물 남용, 자살, 공격, 괴롭힘, 주의 부족, 충동, 자퇴 등에서 문제에 더욱 노출되어 있습니다. 여자 아이들은 반면 섭식장애, 우울증, 성추행, 자살 시도, 자해 등의 문제에 더 많이 희생됩니다. 또한 남자들은 성숙기 후기에, 여자들은 성숙기 전기에 위험에 많이 노출되는 것으로 나타났습니다(Nottlemann, Susman & Inoff-Germain, et al., 1987).

이런 증거들로 말미암아 청소년기는 이제 일찍 시작하고, 오래 지속되며 훨씬 문제가 심각하다는 의견이 힘을 얻고 있습니다. 지금까지 제가 보여 준 사실들이 아마도 여러분을 우울하게 만들었을 것 같은데, 힘을 내고 아이들을 활발하게 키울 수 있는 방법을 찾아봅시다.

## 유아기 초기

적응유연성은 계속되는 어른들의 관심과 안정된 환경에서 초기에 형성되는 법입니다. 특히, 첫 생후 12개월 사이의 끊임없는 관심과 사랑이 특히 중요합니다. 비록 아이들의 뇌는 8세까지 성장한다고 알고 있지만, 기본적인 기능들은 첫 해에 완성이 됩니다. 이 기본적인 기능들은 미래의 사회 적응 패턴을 결정하는 데 지대한 역할을 하게 됩니다. 출산 휴가나 유아 보건 시스템 등으로 신참 부모들과 가족들을 지원하는 것도 활발하고 유연한 아이들을 키우는 좋은 방법입니다.

## 유치원과 초등학교 초기

유치원은 아이들을 위한 좋은 요소입니다. 유치원에서 아이들은 성인과 다른 아이들을 접하면서 다른 사람들과 지내는 법을 배우게 됩니다.

유아 시절에 공격적인 성향을 띄는 아이들이 있습니다. 이런 아이들은 장기적인 행동적, 정신적 문제에 노출될 수 있으므로 조심해야 합니다. 또한 3, 4세 때에 청소년기 약물 남용의 징후가 나타날 때가 있으므로 주의가 필요합니다(Belcher & Shinitzky, 1998).

## 유치원과 초등학교 초기의 유의 사항

염려 되는 상황

- ▲ 집과 학교에서의 반항
- ▲ 아무런 활동에도 흥미를 찾지 못함

### ▲ 동물 학대

### ▲ 위협적인 행동

반항적이나 위협적인 행동은 사전에 방지하지 못하면 버릇이 되기도 합니다.

반항적인 여자 아이들은 남자 아이들보다 증세가 심각해질 경우가 많습니다.

아이가 학교나 집 한군데에서만 반항적인지, 아니면 두 곳 모두에서 반항적인지 알아낼 필요가 있습니다.

### 방지하는 방법

#### ▲ 충동 억제와 조절 교육 (특히 남자 아이들)

#### ▲ 불리한 상황의 대처 능력 (특히 여자 아이들)

#### ▲ 사회 적응 능력 함양, 심리 치료, 부모의 관심과 격려

#### ▲ 되도록 일관성 있는 생활, 적대감을 최소화시킬 것

#### ▲ 아동 학대 방지

#### ▲ 갈등을 현명하게 대처하는 부모의 마음가짐 (일단 멈추고, 생각하고, 행한다)

#### ▲ 주위의 도움과 협력

### 실행하기

#### ▲ 사회적응 능력과 감정 조절능력을 기르기 위해 놀이를 적극 활용

#### ▲ 적절한 행동을 배우게 하기 위해 선생님들과 협력

## 초등학교 중기

초등학교에서 급우에 의한 괴롭힘은 4학년 정도에 최고조에

다릅니다. 괴롭힘을 방지하기 위해서는 적절한 괴롭힘에 대한 방지 수칙을 만들고, 아이들이 주저 없이 어른들에게 말할 수 있는 환경을 만들어 주는 것이 중요합니다. 또한 여러 종류의 친구들을 두루 사귀게 하는 것도 좋은 방법입니다.

### 초등학교 중기의 유의 사항

#### 염려 되는 상황

- ▲ 대부분의 다툼은 동성 사이에서 발생합니다.
- ▲ 격렬한 싸움과 괴롭힘은 4학년 때에 가장 빈번히 발생합니다.
- ▲ 왕따 역시 큰 문제입니다.

#### 방지하는 방법

- ▲ 사회 적응 교육과 문제 처리 능력 향상 교육이 필요합니다.
- ▲ 괴롭힘 방지책을 세워야 합니다. 아이들을 지켜볼 필요가 있으며, 건전한 관계 수칙 등을 제정하는 것이 좋습니다.
- ▲ 건전한 학교 문화를 만들어야 합니다.

괴롭힘은 호주 학교에서 중요한 사회 문제로 대두되고 있습니다. 지금도 학생 다섯 명 중 한 명이 괴롭힘의 희생자가 되고 있습니다. 대부분의 경우 괴롭힘은 폭언으로 행하여지지만, 가끔 신체적인 폭행과 위협, 따돌림 등이 수반되기도 합니다.

괴롭힘의 피해는 괴롭히는 아이나 괴롭힘을 당하는 아이 모두에게 영향을 미치기 마련입니다. 괴롭힘을 당하는 아이는 물론 학교생활을 기피하며, 그 결과 잦은 결석과 심지어는 신체적 질병으로 이어지기도 합니다.

만약 여러분의 자녀가 괴롭힘에 어떤 식으로든 연관이 있다고 생각이 되면, 그것이 사실인지 먼저 조사해볼 필요가 있습니다. 괴롭힘을 당하는 아이들은 일이 더욱 잘못될까봐 보통 그것을

성인에게 말하기를 꺼려합니다. 그들은 단지 기분 나쁜 표정으로 집으로 돌아와 가족들에게 짜증만 낼 뿐입니다.

괴롭힘을 극복하기 위해서는 천천히 일을 해 나가는 것이 중요합니다. 어른들이 급하게 일을 처리하려고 하면 더욱 상황만 안 좋아질 뿐입니다. 처음에는 한 학기에 걸쳐서 일을 해결한다는 마음가짐을 가져야 합니다. 한 학기 동안에도 해결하지 못할 경우, 문제는 아주 심각한 것이므로 전학을 보내는 것을 마음에 두고 있어야 합니다.

처음에는 일단 학교와 연락을 취하여 선생님이나 어른들이 주위를 살펴보는 것이 중요합니다. 어쩌면 “자기 아이만 피해자고 남의 아이는 모두 나쁜 애들로 보느냐”는 식의 편견을 불러올 수도 있지만, 그런 편견을 극복하려는 자세가 중요합니다. 좋은 학교는 괴롭힘에 대해 아주 심각하게 대처하고 있으며, 부모의 염려를 잘 알고 있습니다.

동시에 괴롭힘을 당하는 아이에게 학교에서 일어난 일에 대해 일기를 쓰게 해야 합니다.

학교는 괴롭힘을 가하는 아이들의 교육에 대한 책임을 지고 있습니다.

괴롭힘을 당하는 아이에게 정보를 얻어 학교 어느 곳에서 괴롭힘이 벌어지는지 지도에 표시를 해놓아 그 곳을 중점적으로 시찰을 합니다. 또한 괴롭힘을 당한 아이들에게는 괴롭힘의 책임이 없다는 것을 잘 인식시켜야 합니다.

괴롭힘을 당하는 아이와 그 가족은 괴롭힘을 극복할 수 있는 전략을 짜야 합니다. 학교는 지속적으로 괴롭힘을 가하는 아이들을 지도해야 하지만, 당하는 아이들 역시 그 괴롭힘에 상처 받지 않게 강하게 키워야 합니다.

아이들은 괴롭힘에 대해 여러 가지로 반응을 합니다. 어떤 학생들은 괴롭히는 아이들에게 반격을 하기도 하지만, 많은 경우

다른 약한 아이에게 분풀이를 하기도 합니다. 다른 아이들은 그저 묵묵하게 당하기만 하기도 하고, 또 어떤 아이들은 무시하기도 합니다.

괴롭힘에 대처하는 방법 중의 하나는 되받아치기입니다. 되받아치는 것은 괴롭힘을 가하는 아이들을 모욕하는 것이 아니라 언어적인 괴롭힘을 무력화 시키는 것이라 할 수 있습니다.

대다수의 아이들은 앞에서 나온 되받아치는 말들이 모두 쓸데없다고 말하지만, 그것들을 알고 있는 것만으로도 아이들은 괴롭힘을 무력화시킬 수 있다는 자신감을 얻게 됩니다.

초등학교 중후반부 역시 자아확립에 있어서 중요한 시기입니다. 자아확립은 두 가지로 나눌 수 있는데, 하나는 ‘전체적 자아존중감’이고 다른 하나는 ‘개별적 자아존중감’입니다. 전체적 자아확립은 우리가 자신에 대해 일반적으로 느끼는 것을 의미합니다. 또한 이것은 우울증에 대한 방어력을 높이는데 도움이 됩니다. 개별적 자아확립은 우리가 여러 가지 활동(영어, 수학, 운전 등)에 대해 얼마나 능력이 있는지 자신감을 가지는 것과 관련이 있습니다. 우리는 지금까지 사람들이 자신에게 긍정정인 사고방식을 가지게 도와주면 그의 능력 역시 상승한다고 믿고 있었습니다. 하지만 이제는 아이가 자신의 능력에 맞는 활동을 찾도록 도와준다면 아이의 자아존중감 형성에 기여를 한다고 알고 있습니다. 이런 이유로, 자녀에게 그들에게 맞는 능력과 특기, 그리고 활동을 찾아 주는 것이 중요하다고 하겠습니다. 그리고 칭찬과 조언으로 그들의 성공을 돋보이게 하는 것도 아주 필요한 일입니다.

## 청소년기 초기

청소년기는 신체적인 발달로 시작이 됩니다 : 사춘기는 보통 여자 아이들이 남자 아이들보다 1년 반에서 2년 일찍 시작합니다. 사춘기 때에는 유아기를 제외하고 가장 빨리 신체가 자라는 시기입니다.

청소년기 초기에는 신체의 급격한 발달과 이상, 성, 외모 등에서 오는 불안감이 아이를 사로잡게 됩니다. 이 시기에는 성숙이 시작되는 여자 아이와 성숙이 거의 끝나가는 남자 아이에게 특히 주의가 필요합니다. 신체적으로 발달이 가장 늦는 남자 아이는 괴롭힘과 조롱의 대상이 되기 마련입니다. 그리고 가슴이 먼저 자라고 생리를 일찍 시작하는 여자 아이는 불안감과 외모에 대한 콤플렉스에 사로잡히기 쉽습니다.

어떨 때에는 부모들이 자녀들의 외모에 대해 우스개 소리를 던질 때가 있습니다. ‘우리 딸 좀 통통한데?’, ‘귀엽게 살찐 강아지 같군’, ‘아마 지금 같이 빨리 자라면 우리 딸 아주 큰 여자가 되겠는 걸?’, ‘우리 아들은 다른 아이보다 좀 어리구나’ 등의 말을 할 수 있을 것입니다. 여러분은 아마 그것을 듣는 아이들의 눈을 보기 전까지는 그냥 우스운 말이라고 생각할지 모릅니다. 그러나, 아이들에게 그런 우스개 소리는 통하지 않습니다!

초등학교에서 중학교로 넘어가는 시기에는 특히 여자 아이들과 성적이 부진한 학생들에게는 자신감이 많이 줄어드는 경우가 많습니다. 아이들이 여러 종류의 친구를 사귀고 자아확립을 확실하게 할 수 있도록 준비시키는 것이 좋을 것입니다. 가족 외에 믿을 만한 성인이 자녀들을 잘 돌보아 줄 수 있다면 더욱 도움이 됩니다.

이 시기에는 학교의 선택이 아주 중요합니다. 6학년과 7학년 사이의 진급에 따른 환경 변화의 최소화와 교과목의 유연한 이

동이 눈여겨보아야 할 요소입니다(주: 초, 중, 고등학교가 합쳐진 12학년제를 기준으로 한 것입니다). 이런 초중 교과와 자연스러운 이동이 나중에 있을 수도 있는 각종 문제들을 미연에 방지할 수 있습니다.

10대들이 가족중심의 사고방식에서 서서히 벗어나는 것은 놀라운 일이 아닙니다. 그리고 주말에 친척들과 바베큐 파티를 더 이상 즐기지 않는 것도 마찬가지이지요. 그렇지만 청소년기를 잘 헤쳐 나가게 도와주려면, 부모와 자식간에 언제나 믿을만한 성인 한 명이 있어 주어야 하는 것을 명심하십시오.

다른 사람이 관여를 하면 부모 - 자식 관계를 잘 보완해 줄 수 있고, 또 아이들이 사회에서 성인들과 어떻게 교류를 하는가에 대해 보기를 보여줄 수 있습니다. 그리고 가끔씩은 친구들이 없는 조금 떨어진 곳으로 아이를 데리고 가서 더 넓은 세상에서 사람들이 어떻게 살아가고 있는지를 보여주는 것도 도움이 됩니다. 물론 아이들은 처음에 지겹다고 할 것이지만 그냥 무시해 버리십시오!

자녀들이 좋아하는 일만 생각하지 말고, 한 번씩 여러분이 좋아하는 것을 같이 하는 것은 어떨까요? 아이들이 별로 내켜 할지 모르지만, 최소한 여러분은 즐거운 시간을 보내니 그것도 좋은 일이지요. 그런 와중에서도 성인들도 자신의 삶을 즐기고 있다 라는 것을 자녀에게 보여 줄 수 있습니다. 여러분이 즐기는 것을 보여줌으로써 자녀 자신이 무엇을 하며 즐길 것인지를 생각해 보는 기회를 가지게 하는 것입니다.

## 청소년기 초기의 유의사항

### 염려되는 상황

#### ▲ 신체적 발달과 변화

- ▲ 성
- ▲ 외모에 대한 조롱
- ▲ 발달기 초기의 여자 아이와 발달기 후기의 남자 아이들에  
주의와 관심 요함

#### 방지하는 방법

- ▲ 신체 발달에 따른 적절한 교육
- ▲ 아빠들의 관심
- ▲ 초등학교에서 중학교로의 자연스러운 이동
- ▲ 학교에서의 괴롭힘 예방

#### 실행하기

- ▲ 기본적인 감정과 정서의 함양
- ▲ 문제 해결 능력과 자신감 회복, 일상 생활 등에 대한 대화
- ▲ 성과 신체적 발달, 가족에 대한 정보교환
- ▲ 독서 장려 (특히 아버지의 관심이 중요)
- ▲ 자신의 경쟁력 함양
- ▲ 목표 설정

### 청소년기 중기

10대 초기를 격변의 시기라고 한다면, 청소년 중기는 혼란의 시기라고 말할 수 있습니다. 이 때에 청소년들은 가족 중심에서 친구 중심으로 이동하게 됩니다. 아이들이 학교에서 좀 떨어진 곳에서 내려 달라고 할 때 부모들은 이런 낯새를 느낄 수 있습니다.

이 시기에는 또 아이들이 불만과 의기소침으로 가득할 수도 있습니다. 2-3년 전 까지만 해도 언제나 밝았던 아이들이 이젠 하루 종일 화내고 시무룩하게 되는 것도 정상입니다.

청소년기 중기는 모험의 연속입니다. 언제나 숨을 구멍을 찾고, 또한 자신의 욕구(성 이나 약물, 음악 등)를 채울 수 있는 방법을 찾습니다.

이 시기에는 공통의 관심을 갖는 다른 아이들과 결속력을 다지게 됩니다.

그렇지 못하게 되면 친구 집단을 찾아 해매게 되거나 극단적인 경우에는 갯패들과 어울리게 되기도 합니다. 음악 등에 빠져들게 되거나 아이들을 숭배하기도 하는 것도 청소년 중기 때에 나타나며, 또 그들이 하고 싶은 것을 다 해보고 싶어 하는 시기가 지금입니다. 어떤 아이들은 랩퍼(가수)가 되기도 하고, 신부나 연기자 등이 되기도 합니다.

이런 정신적인 혼란이 청소년기 중기의 시작에 찾아오는 것은 놀랄 일이 아닙니다. 섭식 장애, 행동 장애(거짓말, 도둑질, 도주, 컨닝 등) 그리고 자해 등이 대개 이 때에 시작됩니다.

심지어는 어른들이 제재를 가해야 할 만큼 절제되지 못한 행동을 보이기도 합니다. 그러나 그들의 장래를 위해서라면, 청소년기 중기가 그 어느 때보다도 성인들의 도움과 지도가 필요한 시기라는 것을 잊지 말아야 합니다.

지도를 해주는 성인은 청소년들의 특별함과 개성을 받아들이고 존중할 줄 아는 사람이어야 합니다. 동시에 청소년이 어느 한 집단에 속하고 싶어하거나 어떤 개성을 선불리 가지려 하는 마음을 경계하는 것 또한 중요합니다. 청소년기는 원래 어떤 한 영역에 딱 들어맞지 않으므로, 그들을 너무 급하게 틀에 끼워 맞추려 하면 아이들의 개성을 잃게 만드는 결과를 초래합니다.

자녀들에게 청소년기의 주의점에 대한 정보를 잘 인식시켜주고 성과 약물, 불량 씨클 등에 대해 이야기를 많이 나누는 것이 도움이 될 것입니다. 사회적으로 격리된 청소년들을 가능한 많은 종류의 사람들과 만날 수 있게 자리를 만드는 것도 필수적 요소

입니다. 이런 청소년들은 그렇게 하지 않으면 사회적인 관심을 자신에게 쏠리게 하기 위해 갇혀집단에 들어가거나 다른 사회적인 문제를 일으킬 소지가 있으니깐요. 만약에 그런 안 좋은 쪽으로 사회적 관심을 얻기 시작하게 되면 정작 그들에게 필요한 관심을 받을 기회는 점점 줄어들기 마련입니다.

어떤 아이들은 학교가 너무 그들을 구속한다고 생각하고 있습니다. 따라서 그들의 억압된 욕구를 풀어주기 위해 다른 방법을 찾아야 합니다. 아르바이트나 학교의 서클 활동, 스카우트 캠프 등으로 그런 욕구를 풀어주십시오. 또 어떤 종류의 아이들은 우수한 성적을 받기를 원하지만 '공부 벌레'로 보이고 싶지 않으려 합니다. 이런 청소년들에게는 아이들에게 손가락질 당하는 것보다 학업이 좀 부진한 것이 훨씬 정신 건강에 도움이 되므로 많이 다그치지 마십시오. 학교와 상의해서 방과 후 학습 등을 마련하면 좋을 것입니다.

많은 사람들이 청소년기를 돌아보면서 아르바이트나 직장 경력의 중요함과 그 경력들이 얼마나 자신들에게 도움이 되었는지를 이야기하곤 합니다. 아이들의 적성과 취미에 맞는 작은 일 자리를 찾아보도록 노력하세요.

### 청소년기 종기의 유의 사항

#### 염려되는 상황

- ▲ 개인주의화
- ▲ 가족간의 다툼
- ▲ 사회적 성공
- ▲ '멋있게 보이기
- ▲ 자신만의 공간 찾기
- ▲ 성, 약물, 갇혀집단

### 방지하는 방법

- ▲ 먹기, 다이어트, 몸 가꾸기
- ▲ 대부나 대모, 학교 선생님의 개입
- ▲ 부모와의 함께 하는 시간
- ▲ (가족이 아닌)성인의 관심
- ▲ 마약 등에 대한 가족과 학교의 단호한 분위기와 대처 방법
- ▲ 청소년기의 약점을 보완하기 위한 프로그램

### 실행하기

- ▲ 직업이나 아르바이트 가지기, 운동이나 취미활동 즐기기
- ▲ 개인 능력에 따른 목표 설정

## 청소년기 후기

청소년기 후기는 성인이 되어가는 시간입니다. 이 시기는 고등학교 2-3학년에 보통 시작을 하며, 어떨 때에는 청소년기 후기가 퇴직을 하는 날까지 계속된다는 감정을 받을 때도 있을 것입니다. 고3 학생이 받는 취업 문제, 높아만 가는 경쟁률, 생활비, 대학교 진학 문제등의 압박감은 심지어는 자살을 선택할 정도로 심한 것이 사실입니다. 청소년기 후기는 아직 목표가 뚜렷하지 않은 젊은이들에게는 굉장히 혼란스러운 시기입니다. 그러면 성인으로서 부모가 가지고 있는 목표는 무엇일까요?

우리는 몇 가지 중요한 작은 목표들을 가지고 살아왔습니다. 가족으로부터의 독립, 술을 마시기 시작하는 것(성인이 되었다는)등이 그것이지요. 옛날에는 '독립 증명서'라는 것이 있었습니다. 말 그대로 '독립'을 했다는 증서입니다. 요즘 패스트푸드 점에서 아르바이트를 하는 고3학생을 보면서 그들에게 있어서 '독립 증명서'와 같은 것은 무엇인지 궁금해집니다.

고등학교를 마치는 것 하나만으로는 인생의 작은 목표가 되지 못합니다. 그 이유는 많은 청소년들에게는 고등학교 졸업이 미래의 일을 결정 지어주지 못하기 때문입니다. 물론 우리는 학업을 마치는 것을 축하해주는 하지만, 성적이 아주 좋지 않는 한 그들이 인고의 시간을 보냈다는 것을 기리는 어떤 의식을 행하지는 않습니다. 이렇듯이 고3이 끝났다는 것을 확실히 매듭짓는 무언가가 없기 때문에 대다수의 청소년들은 자신들이 축하받지만 방랑의 깊은 늪으로 빠져드는 감정을 받기 쉽습니다. 고등학교의 경험을 마무리 짓는 어떤 의식이 없이는 깨달음도 있을 수 없습니다. 단지 자신의 미래를 걱정하는 숨죽인 탄식만이 있을 뿐입니다.

고등학교 3학년 자녀를 둔 부모들은 성적표만을 기다리지만 말고 학년 말에 아이들과 같이 한 학년이 끝남을 축하하는 자리를 마련하십시오. 옛날에는 졸업증서만으로도 직업을 얻기에 충분했으니까요.

### 청소년기 후기의 유의 사항

#### 염려되는 상황

- ▲ 학업 실패
- ▲ 자유
- ▲ 금전 문제
- ▲ 성
- ▲ 우울증

#### 방지하는 방법

- ▲ 어른들의 도움
- ▲ 책임감 기르기/성인 교육

- ▲ 자신만을 탓하는 성격 고치기
- ▲ 친구들의 도움
- ▲ (자녀들이 원하지 않더라도) 지속적인 부모의 개입

#### 실행하기

- ▲ 학업중전
- ▲ 스트레스 대처하기
- ▲ 귀감이 되는 사람 찾기
- ▲ 시간 조절
- ▲ 인간 관계
- ▲ 고3이 마지막이 아니라는 믿음
- ▲ 극단적인 사고 방식 자제

### 계속 늦어지는 청소년기

한 세대 전에 사람들은 21살이 되어 ‘인생의 문을 여는 열쇠’를 가질 때에 자신이 다 자랐다는 생각을 가졌습니다. 그러나 지금은 성인이 되는 시기가 7년 정도가 늦어졌다고 합니다. 많은 청소년들이 지금 부모와 함께 살면서 학업을 계속하거나, 아르바이트를 하거나 또는 무직의 상태로 20대 후반을 보내고 있습니다.

한 어머니가 이렇게 말했습니다: “저는 ‘미운 두 살들’에 대해 익히 들어 알고 있었지요. 동정을 하는 사람도 많았고, 조언하는 사람들도 많았어요. 그런데 ‘때려 주고 싶은 스무 살들’에 대해서는 아무도 얘기를 해준 적이 없어요.”

젊은이들이 집을 떠나 독립된 생활을 하게 될 것이라는 기대감을 가지는 것도 점점 힘들어 지고 있습니다. 젊은이들이 집에 계속 머물면서 학업을 계속하거나 직업을 찾으면서, 그들은 재정적으로 가족에게 더 오래 의존하게 되는 것이 현실입니다. 또한

수십 년간 힘들게 일하여 집을 사고 생활을 꾸려온 부모들로서는 집에 돌아와서 보는 것이 빈둥거리는 다 큰 자식들이라는 것은 그리 보기 좋은 것만은 아닐 것입니다.

이런 자식들을 보면서 어떤 부모라도 그들에게 자신들의 노후를 안심하고 맡길 수는 없을 것입니다. 이런 문제들이 가족간의 불화를 불러올 소지가 있습니다. 현실적으로 자녀를 기르는 일은 시간이 오래 걸리고 어려운 프로젝트입니다. 지금 같은 상황에서는 진실된 행동만이 난관을 헤쳐 갈 수 있을 것입니다.

사전에 방지하는 것이 중간에 개입하는 것보다 좋은 방법입니다.

청소년의 정신 건강을 위한 연구에서 도출되는 공통의 메시지는 바로 유연함과 소속감, 그리고 일체감을 청소년들에게 심어주는 것은 뭔가를 많이 요구하는 일은 아니라는 것입니다. 다만, 그러기 위해서는 심사숙고한 후의 결단을 필요로 합니다. 그리고 간단하게 생각할수록 모든 일은 수월해 질 것입니다. 결국 중요한 것은 자녀들에게 소속감을 심어주는 일일 테니까요.

어딘가에 소속되어 있다는 생각은 누군가에 의해 점유 당하고 있다는 뜻이 아닙니다. 반대로, 자신이 누구인지 정의할 수 있는 어떤 곳, 자신을 한번쯤 돌아볼 수 있는 곳, 자신이 의지할 수 있는 곳, 자신이 물어보면 모든 답이 있을 것이라 믿는 그곳의 한 부분을 담당하고 있다는 감정일 것입니다.

당연히 여러분이 자녀들에게 일찍 소속감을 심어줄수록 결과가 더 좋은 것은 말할 나위 없습니다. 더 정확히 말하면 청소년 비행, 청소년 임신, 약물 남용 등을 줄일 수 있을 것입니다.

가족과 친구, 학교, 그리고 가족 밖에 있는 성인들에게 보이는 일체감은 우리가 알고 있는 한 자살, 폭력, 약물 남용 등에 대한 가장 강력한 대응 방법입니다.

미켈란젤로는 자신의 직업을 내면의 미를 위해 곁에 붙어 있

는 대리석을 제거하는 조각가라고 표현하였습니다. 그의 일은 창조보다는 발견이었던 것입니다. 부모의 일도 미켈란젤로의 그것과 동일합니다.

유연한 청소년들로 기르기 위해서는 부모는 아이들의 말을 귀담아 들을 줄 알아야하며, 따뜻한 가슴과 강인한 정신력을 요구합니다. 아이들의 말에 귀 기울이기 위해 자신의 내면에서 나오는 잡음을 없앨 수 있어야 하며, 그들의 말에서 진위와 가치, 그리고 희망을 알아 낼 수 있어야 합니다. 물론 이런 일이 쉬운 일은 아닙니다. 사실 많은 사람들은 두 가지 방법 밖에 모릅니다. 바로 말하기와 말하기를 기다리는 일이지요.

‘귀를 청소하라’라는 말은 즉 매일매일 편견과 가정, 그리고 건성으로 듣기와 힘든 싸움을 해야 한다는 뜻입니다. 역시 듣기보다는 선입견을 가지고 ‘그렇다고 생각’하는 것이 쉬운 법입니다. ‘잘 듣는다’라는 것은 말의 내용, 말을 하는 과정, 변화를 위해 들은 말을 활용하는 것을 뜻합니다.

따뜻한 가슴은 사람들을 열정적으로 대하고, 사람들의 행동을 긍정적으로 평가하는 것을 말합니다. 사람들의 행동 내면을 볼 수 있도록 노력하십시오. 따뜻한 가슴은 우리가 다른 사람들과 잘 지낼 수 있게 해 줍니다.

강인한 정신이라는 것은 자생력을 기르기 위한 시간을 가지는 것을 뜻합니다. 유연하고 탄력적인 자녀로 키우는 일은 여러분이 자녀들의 귀감이 될 수 있도록 모든 생활에 최선을 다 해야 할 것입니다. 그럼으로써 자녀들에게 인생이란 가치있는 것이고 성공을 위해 노력해 볼 만하다는 것을 보여줄 수 있습니다. 그렇게 되면 아이들은 당연히 성인이라는 존재가 단지 투쟁의 대상이 아니라는 것을 알게 되겠지요.

독서를 많이 하는 것도 중요합니다. 넓은 지식과 아이디어를 습득하여 여러분과 자녀들을 위해 인생을 멋지게 설계하여 보십

시오. ‘늑대와 함께 뛰는 여자들’의 저자 클라리사 핀콜라 에스티스가 ‘여러분을 위해 설계된 인생’이라는 개념을 처음 선 보였습니다. 모든 개인은 인생을 자신만의 방법으로 만들어갑니다. 물론 다른 사람이나 외부의 힘에 의해 자신의 인생이 영향을 받기란 아주 쉬운 일임과 동시에 피하기 어려운 일이기도 합니다. 그렇지만, 그런 상황에서도 여러분은 자신의 개성을 지켜야 할 책임이 있습니다. 특히 자신의 개성을 희생해서라도 어떤 집단에 속하려고 하는 청소년들에게는 개인의 개성을 잘 존중하여 주는 조언자가 있는 것이 많은 도움이 될 것입니다.

인생을 자신만의 것으로 만들기 위해서는 약간은 파괴적이고도 반 혁명적인 마음가짐이 필요합니다. 오늘날 같이 메마르고 빠른 스피드 시대에는 우리 삶에 가치를 심어주는 사람들과의 교감을 상기시켜 볼 필요가 있는 것입니다.

내 자신에게 적응유연성과 탄력성을 길러주게 하기 위해 사용했던 4가지 질문을 다시 던져볼까 합니다. 이 질문들은 정신 치료에 자주 사용되어 오던 것들입니다.

- ▲ 언제부터 노래를 부르지 않았는가?
- ▲ 언제부터 춤을 추지 않았는가?
- ▲ 언제부터 이야기를 들려주거나 듣지 않았는가?
- ▲ 언제부터 명상을 그만 두었는가?

## 나이가 들면서 화를 내는 부모

부모들은 많이 변하지 않지만 10대들은 많은 변화를 겪습니다.

과거와 비교해서 지금의 10대들은 사춘기를 더 일찍, 그리고 훨씬 오래 겪고 있습니다. 또한 언론매체의 영향력도 그 어느 때보다도 지대합니다.

부모가 청소년들과 논쟁을 벌이는 방식은 거의 변하지 않았습니다. 호주 대부분의 아버지들은 “엄마가 어떻게 생각할지 생각해 보았느냐”라고 말하며 그저 심각한 표정을 지을 뿐입니다. 어머니들은 대개 “아빠가 올 때까지 기다려라”라고 하지는 않는 것 같습니다. 그 이유는 아버지가 집에 돌아왔을 때 일어날 일들이 무서운 것도 있고, 아버지들이 집에 오지 않는 경우도 가끔 있기 때문입니다.

오늘날의 부모들은 시간이 별로 없고, 할 일은 많으며, 아이들의 문제에 관해 이야기할 수 있는 기회는 별로 가지지 못합니다.

그럼에도 불구하고 아이들을 키우면서 부모들은 대개 예상되는 상황을 겪게 됩니다.

### 10대들을 키우는 3대 황금 법칙

몇몇 저명한 전문가들에 의하면 청소년을 성공적으로 기르는 황금의 3대 법칙이 있습니다.

1. 자녀들을 될 수 있는 한 바쁘게 만드십시오.
2. 자녀들의 친구들을 심사숙고해서 고르십시오.
3. 말다툼을 벌일 때 자녀들이 하는 말을 믿지 마십시오.

대부분의 부모가 겪는 8가지 단계

#### 1단계: 편집증적인 부모

아기를 가지게 되면 보통의 부모들은 잠을 설치는 불안한 부모가 되게 됩니다. 이런 편집증은 아기가 기어다닐 수 있게 될 때까지 아기에게 쏟아지지만, 그 뒤로는 책장, 커튼, 계단으로 옮겨가게 됩니다.

#### 2단계: 아이와 떨어져 있는 부모

아이들이 유치원에 간 사이에 무엇을 할까 고민할 것 같죠? 그러나 실상은, 아이가 돌아오기 전까지 불안함을 떨치지 못하다가 아이를 만나게 되면 놀아주고, 책을 읽어주고, 그림을 그려주고... 걱정 마십시오. 언젠가 잠을 좀 잘 수 있을 테니까요.

#### 3단계: 안도감을 갖는 부모

초등학교의 시작은 대부분의 부모들에게 잠시나마 쉴 수 있는 시간을 주게 됩니다. “나는 이제 아빠(엄마)의 친구가 아니에요”라는 말을 참을 수 있는 한, 아마 여러분은 팬츠를 겁니다.

#### 4단계: 불안한 부모

초등학교 말기와 중학교 초기에는 아이들이 친구를 많이 만나는 시기입니다. 자연히 불안감과 염려를 감출 수 없습니다. 이 시기에는 딱 두 가지 밖에 안보입니다. 남자 아이와 여자 아이가 그것입니다. 이제 아마 여러분은 그 둘을 다른 아이들과 비교하게 될 것입니다.

#### 5단계: 싸우는 부모

청소년기가 시작함과 동시에 무수한 다툼이 벌어집니다. 잘 참아야 하는 시기입니다.

#### 6단계: 진이 빠진 부모

10대 중기와 후기에는 짜증내는 부모와 반항하는 아이들이 만나는 모습을 종종 볼 것입니다. 결과는 언제나 좋지만은 않지요.

#### 7단계: 버려진 부모

마침내 해방입니다!

8단계: 아이들에 관심이 많은 할아버지 할머니

아마 여러분만 그렇게 생각하는 것이겠지요! 예전에는 8단계는 선택사양이었지만, 요즈음은 맞벌이 부모와 편부모(이혼이나 사별 등)등이 많아졌으므로 조부모들의 역할은 크게 증대되었습니다.

조부모들이 10대들과 점점 많은 일에 관여하게 됨에 따라 예전의 포근하고, 현명한 조언자의 입장에서 부모와 같이 다툼이 벌어지는 관계가 되는 문제점도 있습니다.

## 걱정하는 부모

### 괴롭힘 - 우리가 아는 사실들

- ▲ 호주 학생 중 다섯 명의 한 명꼴로 괴롭힘을 당하고 있습니다.
- ▲ 괴롭힘의 종류에는 장난치기, 신체적 특징에 대한 놀림, 의도적인 따돌림, 이상한 별명 부르기 등이 있습니다.
- ▲ 괴롭힘을 그냥 놔두기에는 아이가 받는 상처가 너무 큽니다.
- ▲ 괴롭힘의 피해 학생은 우울해지고, 외롭다고 느끼며 자아에 대한 확신을 못 가지게 됩니다. 결석을 자주하는 것도 한 증상입니다.
- ▲ 괴롭힘을 가하는 아이는 보통 자신이 힘이 세다는 것을 보여주려는 것입니다. 따라서 그 아이들의 행동은 가정 문제와 직접적인 연관이 있지는 않습니다.
- ▲ 괴롭힘을 가하는 아이는 행동의 변화를 주기 위한 교육과 도움이 필요합니다.
- ▲ 괴롭힘을 효과적으로 차단하기 위해서는 부모와 학교 모두의 협력이 필요합니다.
- ▲ 아이에게 그냥 무시하라고 일러주는 것은 거의 효과가 없습니다.
- ▲ 아이에게 맞서 싸우라고 말하는 것은 문제를 더 크게 만듭니다.
- ▲ 부모는 괴롭힘을 가하는 아이나 그의 부모에게 직접 간섭을 해서는 안 됩니다. 그것은 학교의 의무입니다.

아이가 학교에서 괴롭힘을 당하면 어떻게 해야 할까요?

학교에서 믿을 만한 선생님에게 도움을 청하십시오. 그리고 그 간의 사건들을 잘 기록해 놓는 것이 급선무입니다. 학교 역시 그 같은 일지를 작성해야 합니다.

한 주에 한 번씩 선생님과 만나서 기록을 비교해 봅니다.

부모와 선생님이 함께 일을 추진하는 것이 가장 효과가 좋은 방법입니다.

비록 많은 학생들이 부모들에게 상관하지 말라고 말하지만, 괴롭힘은 은밀하게 이루어지는 것입니다. 따라서 아이들의 말과는 상관없이 학교와 잘 상의를 해야 합니다.

자녀에게 그간의 사건, 사고들을 잘 정리하게 하고 학교 지도에 어느 곳이 안전하고 위험한지 기록하게 합니다.

집단 괴롭힘의 상황에서는, 몇몇은 직접 괴롭히고, 몇 명은 중립적이며, 또 나머지는 괴롭히는 것을 원하지 않습니다. 따라서 일단 괴롭히는 것을 원하지 않는 아이들과 친구를 만들어야 합니다. 그 다음에는 중립적인 아이들을 친구로 만드는 것이 다음 단계가 되겠습니다.

만약 문제가 한 학기이상 계속될 경우에는 전학을 고려해 보는 것이 좋습니다.

#### 괴롭힘으로부터 자녀를 보호하는 방법

아이를 괴롭힘의 가능성으로부터 완전하게 해방시키는 방법은 없습니다. 그러나 부모가 어떻게 행동하느냐에 따라 그 가능성을 낮출 수는 있습니다.

반드시 여러분의 자녀가 학교와는 관계없는 친구들을 사귄 수 있도록 해 주십시오. 이것은 특히 4학년부터 중학교 2학년까지의 아이들에게 아주 중요합니다.

중학교를 선택할 때 신입생들을 재학생들과 잘 융화시키는 학

교를 고르십시오.

자녀들에게 다른 아이들의 모욕을 너무 개인적으로 받아들이지 않도록 가르쳐주십시오. 대부분의 모욕은 사실이 아니니까요. 되받아치기에 관한 페이지를 참고하십시오.

괴롭힘을 그냥 잘 넘어가라는 말은 물론 그 행동을 이유 없이 용서하라는 뜻은 절대로 아닙니다. 또한 우리의 감정을 이유 없이 상하게 놔두어서도 안 됩니다.

만약 여러분의 자녀가 학교에 가기 싫어하거나, 보통보다 더 집에서 행동이 거칠어지거나, 특별한 이유 없이 어떤 특정한 장소에 가기 싫어한다든가 하는 행동이 보이면, 학교의 선생님과 상의하여 괴롭힘의 징후가 없는지 확인하십시오.

#### 괴롭힘의 징후

아이들이 학교에서 괴롭힘을 당하는 징후는 다음과 같습니다. 학교에 가기 싫어하거나, 집에서의 행동이 거칠어지거나 화를 자주 낼 때, 몸이 안 좋아서 자주 결석을 할 때, 다른 아이들과 자주 전화로 말다툼을 하거나 의기소침하여 전화를 끊을 때 등입니다.

## 불안한 부모

### 보호의 시대에서 불안의 시대로

자, 지금까지 여러분이 자녀에 대해 걱정을 하며 한 시간을 보냈다고 합시다. 여러분만 그럴 것 같죠? 알게 모르게 여러분은 벌써 ‘불안한 부모 클럽’의 회원이 된 것입니다.

처음에는 집에서 가까워서 좋다고 생각한 학교로 아침마다 아이를 차로 태워주면서, 여러분은 언제나 걱정을 하고 있습니다. 납치에 대한 공포나 등하교길에 횡방을 놓는 아이들은 없는지 그런 걱정들로 말입니다.

111개 지역을 대상으로 설문 조사를 벌인 결과, 부모의 걱정은 낮은 사람에서부터 부모가 집을 비웠을 때의 안전 문제까지 다양하게 보고되었습니다. 좀더 나이가 든 아이에 대해서는 교통사고의 위험이나 또래 압력 같은 이슈에 부모들이 민감했습니다.

### 자녀들이 부모가 걱정하는 것에 대해 어떻게 생각을 할까요?

아이들에게 부모가 자신들의 어떤 문제에 걱정하고 있다고 생각하는가에 대해 설문 조사를 실시하였습니다.

아이들의 대답은 다음과 같았습니다 :

약물, 교육, 음주, 친구들의 영향, 안전, 성관계를 갖는 아이들, 범죄, 임신, 폭력, 잘못된 결정 내리기, 비도덕적인 인성, 성, 다이어트 등이었습니다. 흥미롭게도 자신들의 행복에 대해서 부모가 걱정하고 있다고 생각하는 아이들은 없었습니다.

## 자녀들이 뚝고 지나가야 할 난관도 있는 법입니다.

최소한 청소년의 1/3은 근심을 가지고 있다고 합니다. 근심 걱정을 하는 것이 최악의 상황에 대비를 하게 한다는 잇점도 있을 수 있습니다만, 너무 걱정이 많으면 아이들은 새로운 것을 접하기를 꺼려하게 되는 문제가 있습니다. 따라서 부모들은 아이들에게 근심과 불안을 어떻게 안전하게 극복하는가를 보여줄 필요가 있습니다.

아이들이 자라날수록, 그들의 근심은 점점 복잡해지고 구체화되는 특성이 있습니다. 학교 갈 나이가 되기 전에는 아이들은 보통 피상적인 위협(괴물이나 부모와 헤어지는 일 등)에 두려움을 가지기 마련입니다. 초등학교 초기에는 아이들은 자신의 신체적인 안녕에 대해 염려하게 됩니다. 그러나 중학교를 들어서면서, 자녀들은 사회에서의 갈등과 자신의 능력 정도 등에 대해 걱정을 하게 됩니다.

아이가 자라나서 부모가 될 때까지 이 문제는 그냥 내버려 두십시오. 자녀들도 그때 가면 진짜 근심이 무엇인지 알게 될 테니까요.

중학교 말기가 되면 그들의 걱정거리는 또 바뀌게 됩니다. 아이들이 말하는 근심이란, 학업(51.3%), 학교(44%), 가족(39%), 장래(32%), 친구(29%), 이성(18%), 외모와 자신의 이미지(12%), 직업(12%), 운동(7%), 그리고 자아확립(6%)의 순으로 나타났습니다.

# 청소년 위기감소

## Reducing The Risk

맹목적인 부모는 자식에게 닥친 위기를 없애려 하지만,  
현명한 부모는 위기를 극복할 수 있는 지혜를 가르쳐 준다.

이 상 균



우리 아이들이 마약을 하지 않도록 하는 확실한 방법이 있을까요?

내 아이가 우울증에서 벗어나려면 어떻게 해야 할까요?

우리 아이가 학교에서 왕따를 당하는데 무엇을 해야 하나요?

요즈음 우리는 부모들 사이에서 이런 문제를 호소하는 것을 어렵지 않게 볼 수 있습니다. 물론 이런 문제의 원인에도 부모들이 관심 있어 하겠지만, 부모들이 주로 궁금해 하는 것은 이런 행동을 방지하고 줄일 수 있는 방법에 관한 것입니다.

자녀들이 그런 위험에 많이 노출되어 있는가 아닌가를 알려주는 몇 가지 단서가 있습니다. 그리고 위험에 노출된 자녀들이 그런 행동을 하는 것을 방지해 주도록 아이들에게 힘을 북돋워주는 간단한 전략들이 많이 있으므로 알아두는 것이 도움이 많이 됩니다.

본 책자는 바로 그런 전략을 소개하고 부모들이 아이들과 같이 난관을 이겨 낼 수 있는 방법을 알려주는 것에 목적이 있습니다. 부모로서 제가 요청하는 바입니다만, 이 같은 전략들을 일상 생활화하십시오. 이런 전략들을 보다 많이 일상생활에서 활용할수록, 자녀들이 역경을 헤쳐 나가는 능력을 함양할 수 있는 기술은 더욱 많이 얻게 될 것입니다.

물론 부모가 다른 아이들이 집단으로 괴롭히는 행동을 직접 제재할 수는 없습니다. 하지만 우리 아이들에게 그런 일을 겪었을 때 대처할 수 있는 능력과 기술을 깨워줄 수 있습니다. 또한 우리가 마약 유통을 직접 막을 수는 없지만, 우리 자녀들이 마약의 함정에 빠지지 않도록 도와줄 수는 있습니다. 아이들은 위험하고 스틸 넘치는 행동을 좋아하는 것을 막을 수 없지만, 그러한 행동이 가져올 결과에 대해 올바른 판단을 할 수 있는 능력을 키워 줄 수 있습니다. 같은 방법으로, 우리는 아이들이 우울증 등을 퇴치할 수 있는 태도와 능력을 가르쳐 줄 수도 있습니다.

낙천적으로 살아가는 아이들과 그렇지 못한 아이들을 비교하는 여러 연구가 현재까지 상당히 진행이 되었습니다. 그 결과 마약이나 우울증, 자살 등을 시도하는 아이들 사이에서 몇 가지 일반적인 행동 패턴을 확인할 수 있었습니다. 낙천적인 아이들 역시 그들이 대처하는 방식을 결정짓는 특정한 행동 양식이 있었습니다. 이런 행동을 찾아내고 이해함으로써 우리는 그에 맞는 대처 전략을 찾아내고 아이들에게 자신을 평가하는 기술 등을 가르쳐 줄 수 있습니다. 그것이 바로 우리가 자녀들을 도와주는 방법일 것입니다.

다음은 낙천적인 아이들에게서 공통적으로 보이는 특징입니다. 이런 요소는 아이들을 위험에서 벗어나게 해준다고 생각이 됩니다.

- 사회적 기술 : 대화, 공감, 융통성, 다른 사람에 대한 긍정적 반응
- 대처 기술 : 문제 해결, 팀 워크, 계획성, 타협의 기술, 갈등 해결 능력, 창조적이고 비판적인 사고방식
- 주체성 : 자아 지각력, 자율성, 책임감, 자아 가치 인정, 자신에 맞는 기준과 규범, 부정적인 메시지와 상황에서의 피신 능력
- 낙관성 : 목표와 배움을 지향, 긍정적인 열정, 미래에 대한 목적의식과 믿음

단순히 아이들에게서 이런 특징이 안보인다고 희망이 없을 것이라는 단정을 하는 것은 아주 잘못된 생각입니다. 이런 능력을 가지려면, 따뜻한 조언과 격려가 필요하며, 이런 요소에 대한 필요성과 좋은 점 등에 대한 깊은 대화 역시 중요합니다. 물론, 아이들이 보다 어릴 때 시작할수록 효과가 큰 것은 당연합니다.

1960년대 말에 소년의 집에서 상담을 하면서, 잘못을 저질러

재판에 회부되었던 아이들을 위해 야영 캠프를 운영했습니다. 야영을 하면서 아이들에게 기본적인 생존 기법을 가르쳤습니다. 그 내용에는 지푸라기로 밧줄을 만들거나 성냥이 없을 때 불을 피우는 법, 짚을 이어 움막을 짓는 법과 일반적인 자급자족 기술이 포함되었습니다. 또한 그들은 인생을 살아가는 지혜를 얻을 수 있었습니다. 장애물을 극복하거나 문제를 풀기 위해 협동이 필요하다는 것, 난관에 봉착했을 때 힘에 부친다고 그저 뒤에 서서 방관할 수는 없다는 것 등을 말입니다. 크고 작은 난관의 극복을 통해서 아이들의 자신감은 점점 커져 갔습니다. 여러 해를 거치면서 저는 이렇게 문제가 많던 아이들이 낙관적인 사고방식을 가진 젊은이로 다시 태어나는 것을 볼 수 있었습니다.

한 소년의 집에서, 스카우트 대장으로 활동했던 사람이 원장으로 일하게 되었습니다. 이 사람은 스카우트의 나이 또래인 12-16세의 남자 아이들 30명이 있는 집을 운영하고 있었는데, 아주 운영을 잘 하였습니다. 아이들을 반(patrol)별로 나누어 각각의 반에서 반장을 선출하도록 하였습니다. 그리고 각 반장들은 정기적으로 모여 생활에 관한 여러 안건들을 토의하였습니다. 이 회의는 아이들이 주도하였고, 원장은 아이들의 결정이 위험하거나 지나칠 때만 가끔씩 질문을 던져 지도를 주었습니다. 따라서 반장들이 모든 의사결정을 내리고, 다른 아이들의 문제를(수용소 생활에 따른 지루함 등) 해결했습니다. 그 결과 3년의 기간 동안 많은 아이들이 긍정적인 사고방식을 가진 아이들로 바뀌어가는 놀라운 성과가 있었습니다.

다른 사람이 임기를 마친 그 스카우트 대장을 대신했는데, 불행하게도 그 사람의 방법은 아이들로부터 배움의 경험을 앗아가 버리는 것이었습니다. 새로 부임한 원장은 개략적인 가이드를 제시하기보다는 끊임없는 지침과 조언을 제공하여 결과적으로는 아이들이 실수에서 교훈을 얻을 수 있는 기회를 빼앗아 버렸습

니다. 이 경우를 보면, 책임감 있고 실용적인 청소년을 형성하는 데는 첫 번째 방법이 보다 효과적인 것이라 할 수 있습니다.

스카우트 대장이 사용한 방법은 청소년의 내면에 있는 본능을 발굴해 내는 것이었습니다. 바로 집단을 형성하려는 본능, 반대 의견이 생겼을 때 받는 또래 압력의 영향, 그리고 그가 속한 집단의 규율에 헌신하는 경향 등이 그것입니다.

청소년들에게는 기본적인 생활의 기본과 규율을 형성하는 집단에 속하는 것이 도움이 많이 되는 법입니다. 따라서 어떤 집단이 무엇을 제공하고 그들의 프로그램이 어떻게 실행되는가를 잘 이해하고 있는 것이 자녀들이 각종 경험을 쌓는 것에 도움을 줄 것입니다. 부모로서 자녀들이 속한 집단에 참여도 할 수 있을 것입니다. 그러나 참여는 하되, 자녀들이 하는 일에 너무 사사건건 간섭하는 것은 자제하십시오. 아이들은 실수를 통해 배우고 부모는 질문만을 던져 그들을 안내할 수 있어야 합니다.

여러 해 동안 저는 많은 청소년들이 여러 집단에 참여하는 것을 보아 왔습니다. 그리고 이 책에 소개된 전략들을 적용해서 청소년 가족과 그들이 속한 집단이 성공하는 것을 직접 목격했습니다.

이런 전략들을 더 많이 배우고 싶으신 분들을 위해 저는 다음의 두 책을 권합니다 「낙관적인 아이」, 마틴 셀리맨 저. 랜덤 하우스 출판. 이 책에 소개된 전략 중의 몇 가지를 집중적으로 다루고 있습니다.

「생존에서 성장으로」, 앤드류 폴러 저. ACER 출판. 앤드류 폴러는 또한 부모를 위한 지침서 시리즈의 하나인 '적응유연성 있는 청소년으로 아이들을 키우기'의 저자이기도 합니다.

## 1. 적응유연성과 낙천적인 사고방식

여러분의 아이들을 어떻게 하면 적응유연적인 아이로 키울 수가 있을까

적응유연성(Resilience)은 좌절과 도전에서 오는 압박에 잘 대처하는 능력입니다. 적응유연성은 사람을 좌절에서 빨리 회복시키며, 시련의 시기에 잘 견딜 수 있게 합니다.

우리 사회는 점점 복잡하게 변해가고 있습니다. 이런 상황에서 삶에 대해 낙관적인 생각을 가지는 것은 축복받은 것과 마찬가지로 지일 것입니다. 따라서 부모들은 아이들이 이런 생각을 보일 때 칭찬해 주는 것을 잊지 말아야 하며, 필요할 때 낙관적인 사고방식을 가르쳐 주는 것이 필수입니다. 그러나 무엇보다도 가장 중요한 것은 부모 자신이 낙천적인 사고 방식을 가지고 생활하며 아이들에게 몸소 보여주는 것입니다.

대부분의 어린이들은 낙천가들입니다. 특히 7-8세 때에는 모든 것이 가능하다고 믿습니다. 이런 생각은 아이들이 청소년기를 겪으면서 점점 현실적으로 바뀌어 갑니다. 그리하여 청소년기 때에는 염세주의적 생각을 가지게 되며, 아이 때의 적응유연성을 어느 정도 잃게 됩니다. 따라서 이 시기에 부모가 아이들을 잘 지도해 그들의 적응유연성과 낙천적인 생각을 잃어버리지 않도록 해야 합니다.

대부분의 부모는 자녀들의 적응유연성이 어느 정도인지 알아 내기는 쉽지 않습니다. 그렇지만 확실한 것은 적응유연성과 낙천성은 상당히 가까운 관계에 있는 것입니다. 자녀들의 행동을 지켜보면서, (그들의 생각을 귀담아 듣고 그들의 행동을 보면서) 그들이 대략 낙천적인지 비관적인지 판단해 보십시오. 그러면 그들의 적응유연성이 어느 정도인지 판단할 수 있을 것입니다. 청소년기 이전의 아이들은 다른 사회적 집단(가족이나 학교, 그리

고 친구들과)과 연계시켜서, 또 따로 떨어뜨려서 각각 확인을 해보십시오. 사춘기의 아이들의 적응유연성을 알아보려면, 그들의 비관적인 생각과 낙관적인 생각의 정도를 비교하는 것이 효과적입니다.

청소년을 가족, 학교, 친구라는 맥락에서 바라보듯이, 그들이 자신의 상황에 대해 보여주는 반응을 관찰할 수 있습니다. 이것은 청소년이 필요할 때 도움을 청할 것인지(사교성이 높은지, 생각과 감정을 열어 놓는지) 판단하는 척도가 될 수도 있으니 중요합니다.

사춘기 청소년들의 낙관적인 사고방식과 적응유연성을 보존하고 또 증가시키려면, 다음과 같은 사항이 중요합니다.

- 사회나 친구들이 가치가 있다고 여기는 일 중 최소한 한 가지 이상을 잘 할 수 있다고 자신이 느낄 수 있어야 합니다.
- 청소년 자신이 부적절한 상황을 멀리 할 수 있는 능력이 있어야 합니다.
- 사회적으로 가치 있고 긍정적인 존재와 유대 관계가 있어야 합니다. 그 존재는 가족, 학교, 스카우트나 봉사 집단 등 여러 가지가 될 수 있습니다.
- 청소년 자신이 기본적인 생활 기술을 가지고 있어야 합니다.

## 2. 아이들과 청소년들의 적응유연성을 평가하기

호주 외 여러 나라에서 사용하고 있는 다음의 지침은 아동과 청소년들에게 적응유연성을 심어 줄 수 있는 몇 가지 특성을 알 수 있게 합니다.

다음의 사항에 모두 예라고 답하는 것은 어려운 일이지만, 그렇다면 여러분의 가족은 유연한 자녀를 기르고 있는 것입니다. 모든 사항이 여러분의 가족에게 해당되는 날까지 노력합시다.

- 여러분의 자녀를 누군가가 조건 없이 사랑하고 있습니다. ‘엄마는 네가 좋은 일 할 때만 이뻐요. 또는 성적이 좋으면 예쁘지.’ 이런 것은 해당되지 않습니다.
- 여러분의 자녀는 가족 외에 마음 놓고 자신의 감정과 생각을 털어놓을 수 있는 성인이 있습니다. 그 사람은 여러분의 자녀를 믿고 진정으로 도움을 줄 수 있는 사람입니다.
- 여러분의 자녀는 가족에 대해 소속감을 가지고 있고 결속력을 가지고 있습니다.
- 여러분의 자녀는 학교에 대해 소속감을 가지고 있고 결속력을 가지고 있습니다.
- 여러분은 자녀가 자신의 힘으로 일을 해낼 때 진심으로 칭찬을 합니다.
- 여러분의 자녀는 필요할 때 가족이 언제나 자신에게 도움을 줄 수 있다고 확신합니다.
- 여러분의 자녀는 같은 또래의 영향을 주고받을 수 있는 친구가 있습니다.
- 여러분의 자녀는 부모로부터 대인 관계 문제를 해결할 수

있는 능력을 배웁니다.

- 여러분의 자녀는 되고 싶어 하는 누군가가 있습니다.
- 여러분의 자녀는 모든 일이 마지막에는 잘 될 것이라 믿습니다.
- 여러분의 자녀는 다른 사람이 자신을 좋아할 만한 일을 많이 합니다.
- 여러분의 자녀는 새로운 것을 시도하기를 좋아하고 삶의 재미를 느끼고 있습니다.
- 여러분의 자녀는 무엇을 성취하길 좋아하고 자신의 능력을 알아내는 것을 즐깁니다.
- 여러분의 자녀는 자신이 하는 일이 도움을 줄 수 있다고 느낍니다.
- 여러분의 자녀는 자신을 좋아합니다.
- 여러분의 자녀는 한 가지 일에 몰두할 수 있습니다. (주의력은 나이가 들면서 자라나기 마련입니다.)
- 사춘기의 자녀에게 아르바이트가 있습니다. 그러나 일주일에 20시간 이상은 아닙니다.
- 여러분의 자녀는 유머 감각이 있습니다.
- 여러분의 자녀는 (특히 다른 사람들과) 일을 시작하기 전에 계획을 합니다.

### 3. 학교와 가족의 적응유연성을 평가하기

#### 부모

- 삶에 대해 언제나 일관적인 방식을 고수합니다.
- 가족과의 결속감이 있습니다. 그리고 정기적으로 중요한 가족행사(생일 등)를 챙겨줍니다.
- 문제 해결 능력이 뛰어납니다.
- 다른 사람과 사이가 좋습니다.
- 삶에 대해 상당히 긍정적입니다.
- 난관을 배움과 성장의 기회로 여깁니다.
- 갈등이 적고 과거에 얽매이지 않습니다.
- 자녀들이 같은 나이 또래의 아이들과 사귄 기회를 제공합니다.
- 자녀들의 능력과 재주에 대해 정직한 평가를 내립니다.
- 아파나 엄마 한 쪽만 있는 가정일 경우, 그와 관련된 문제를 대비하고 있습니다.

#### 학교

- 학생들이 성장할 기회를 제공합니다.
- 소속감과 결속감을 제공합니다.
- 학생들의 자긍심을 길러줍니다.
- 선생님과 학생들의 관계에 신경을 씁니다.

## 4. 우리 가족이라는 보트에 구명조끼를 준비하자

가족 말고 여러분의 자녀가 그들의 문제나 감정을 함께 나눌 수 있는 다른 사람이 있습니까?

사람이 어떤 필요한 것을 만족시켜 줄 수 있는 다른 사람에게 끌리는 것은 자연스러운 현상입니다. 저만 해도 몸에 이상이 있으면 의사를 찾고, 치아를 돌보려면 치과 의사에게 가며 일이 있을 때는 친구를 찾아가서 조언을 구합니다. 사람이 모든 것을 혼자 완벽하게 할 수는 없는 법입니다. 그리고 여러 사람과 집단에게서 지원과 도움을 받는 것이 더욱 효율적인 것입니다. 삶의 부담을 덜어 낼 수도 있고, 좋은 일은 같이 웃으며 다른 사람이 해 준 일에 대해 고마움을 표시합니다.

여러분이 자녀들에게 얼마나 열정과 힘을 쏟건 간에, 가끔씩은 여러분이 자녀들의 일을 돌보아 주지 못할 때도 있습니다. 여행을 떠난다든가, 여러분의 문제 때문에 고민을 하고 있다든가 하는 등의 경우가 그 예입니다. 이런 상황에서는 제삼자가 구명조끼의 역할을 해줄 수 있습니다. 그 사람은 여러분의 자녀가 필요할 때에 안심하고 만날 수 있는 그런 사람입니다. 이런 관계를 만들고 유지하는 것이 자녀들의 안전과 건강에 많은 도움이 될 것입니다.

자녀와 함께 이런 역할을 할 수 있는 사람을 꾸준히 찾아보십시오. 아이가 너무 어리면, 여러분이 다른 사람을 소개시켜 주는 것이 좋습니다만, 반드시 아이의 판단에 귀를 기울이십시오. 청소년들은 자신이 직접 그런 사람을 찾아내는 것이 좋습니다. 만약 믿을 만한 사람을 찾게 된다면, 여러분 자녀와 그 사람 간에 오고간 이야기에 대한 권리를 존중해야 합니다.

## 전략 A - 위험의 최소화

## 배움과 일(목표)을 중요시하는 사람들

우리는 모두 우리 아이들이 성공하기를 원합니다. 생활의 난관으로부터 성공하기를 바라고 삶의 의미를 찾는 데에 성공하기를 바랍니다. 그렇지만 무엇이 진정으로 큰 성공을 이루게 하는 것일까요? 무엇이 최고의 스포츠 스타를 지금의 그로 만든 것일까요?

일반적으로 말해서, 자녀들의 성공을 결정짓는 두 가지 마음가짐이 있습니다. 한 가지는 일을 중시하는 마음가짐(Task oriented)이고 다른 하나는 배움을 중요시하는 마음가짐(Learning oriented)입니다. 적응유연성과 인내는 이런 마음가짐을 다른 반동적인 마음가짐과 구별하는 중요한 요소입니다.

배움을 중요시하는 사람들은 무수한 장애물과 난관에도 굴복하지 않는 적응유연성을 갖추고 있습니다. 또한 그들은 맞닥뜨린 상황에 대한 현실적인 시각을 유지하고 있는 것이 보통입니다. 그리고 만약 크게 실망하는 상황(예를 들어 1/100초 차이로 금메달을 놓쳤다면, 2mm차이로 홀인원을 놓친 경우)에서도 상황을 빨리 판단하여 교훈으로 삼습니다.

배움을 중요시하는 사람들의 예

- 올림픽이나 장애인 올림픽 참가자들. 특히 메달을 따는 선수들
- 타이거 우즈나 그렉 노먼 같은 스포츠 선수들
- 호주 기업가 100인 중의 많은 사람들 (딕 스미스 등)

일(목표) 자체를 중시하는 사람들은 반면에 장애물이나 난관에 좌절할 때가 많고, 적응유연성이 배움을 중시하는 사람들에 비해 부족합니다. 이런 경향이 그들을 우울증이나 마약의 유혹에 빠지

기 쉽게 만듭니다. 이렇듯 아이들이나 청소년들이 목표 자체를 중시하는 마음가짐을 가지고 있으면, 현실적인 목표 설정이나 현실적인 자아 평가 등을 통하여 위험한 상황으로부터 자신을 보호하는 법을 배워야 하겠습니다.

## 목표를 설정하고 평가하기

지금 한 일로부터 무언가를 배우려고 생각해 본 적이 있습니까?

다음 번에는 무엇을 다르게 해보려 하십니까?

배움이나 목표 중심의 사람들 모두 목표를 정하는 것은 똑같습니다. 그러나 그들이 그 목표를 이루는 방법이나 그것을 평가하는 방법은 각각 다릅니다. 물론 단기, 장기 목표의 설정은 중요한 일이지만, 그 목표에 대한 끊임없는 평가 역시 필수입니다. 위의 두 질문은 자아 평가의 한 예로, 목표를 향해 나아가거나 목표를 이루었을 때 던질 수 있는 질문들입니다.

부모는 자녀들이 목표를 설정하고 평가하는 능력을 기르도록 도와줄 수 있습니다. 가족들과 그 목표를 공유하거나, 여러분의 목표를 보여주고 또 여러분의 적응유연성을 보여 주는 것 등이 그것입니다. 아이들이 이런 경험(목표와 그 진척도에 대한 평가 등)이 많을수록 그들은 책임감 있는 행동을 당연하게 여길 것입니다.

자녀들과 열린 대화를 통해서 여러분은 아이들이 겪는 좌절이나 목표에 대한 깊은 대화를 나눌 수 있을 것입니다. 그리고 자녀들이 처한 상황에 대해 다른 시각을 제공하거나 대안을 제시할 수도 있습니다. 이런 이야기를 하기에 좋은 때가 언제인지 여러 번 해보아 좋은 시간을 선택하십시오. 감정이 격하지 않을 때나 아이들이 받아들일 만한 자세가 되어 있을 때가 좋을 것입니다.

다. 이런 대화에 학교 선생님이나 청소년 클럽 리더, 운동 코치 등이 같이 참여할 수 있으면 더욱 건설적인 대화의 장이 될 수 있습니다.

끝에서 최고로 부상한 팀의 코치가 말했습니다. 나의 역할은 지도하는 것이지 비평이나 비난을 하는 것이 아닙니다. 나는 비평이란 선수 자신이 하는 것이라 생각합니다. 승패에 상관 없이 경기가 끝날 때마다 이 코치는 각 선수들에게 이 게임을 더욱 잘 풀어 갈 수 있게 자신이 무엇을 했었어야 했는지에 대해 간단한 소견서를 작성하게 했습니다. 물론 다음 경기에서 계획하는 것은 무엇인지도 포함시켰습니다. 그리고는 코치는 그 소견서들을 모두 모아서 코치 자신은 물론 아무에게도 읽게 하지 않고 불에 태워 버렸습니다.

코치는 효과적으로 선수들에게 배움을 중시하는 태도를 가르쳤습니다. 그는 선수들이 자신을 어떻게 하면 향상시킬 수 있는지, 그리고 그렇게 한 후에는 다음 단계로 넘어갈 수 있는 용기를 북돋워준 것입니다. 그 결과로 선수들은 바닥에서 상위권으로 급성장을 할 수 있었습니다. 특히 청소년들에게 이 코치의 방법을 적용하면 큰 효과를 볼 수 있을 것입니다.」

전략 B - 위험의 최소화

## 낙관적이고 긍정적인 사고 방식

동전의 양면을 모두 볼 수 있는 능력

아마 여러분은 이런 옛말을 아실 것입니다: 인간은 생각하기 때문에 인간이다. 그런데 몇 번이나 이 말을 자세히 곱씹어 보았

나요? 이 옛말을 실제 생활에 적용해 본적이 있습니까?

우리의 사고방식이 우리의 감정을 지배한다는 것은 잘 알려진 사실입니다. 그렇다면 우리가 삶에 대해 긍정적인 생각과 탄력성을 가지고 있으면, 우리는 언제나 행복하고 즐거울 것입니다. 반대로 언제나 부정적인 사고방식을 가진 사람은 그런 감정 때문에 고통 받는 것도 마찬가지일 것입니다.

또한 매사에 부정적인 사람들은 회색 빛깔의 미학을 모르는 법입니다. 그런 사람들은 언제나 상황을 검은색 아니면 흰색으로 보며, 한 가지만의 단순한 해결책을 좇는 경향이 있습니다. 따라서 부모는 긍정적인 사고방식을 아이들에게 키워주어야 합니다. 그러기 위해서는 긍정적인 생각의 예를 잘 이용하거나 삶을 사는 데에 좋은 방법 등을 이야기해보는 것이 효과적일 것입니다.

보통 사람들은 바로 결론을 내버리는 경향이 있습니다. 만약 친구 한 명이 여러분만 빼고 다른 두 친구들만 축구 경기에 초대했다면, 여러분은 물론 아래의 결론 중 하나에 바로 도달할 것입니다.

‘그 친구가 날 좋아하는 줄 알았는데, 다른 친구들이 더 좋은가 보군.’

‘내 친구는 다른 친구들이 많아, 아마 그 친구는 다른 애들이 축구를 더 보고 싶어 한다고 생각했겠지.’

‘그 친구는 내가 축구를 그리 좋아하지 않는다는 것을 알고 있으니까.’

부정적인 생각은 언제나 복잡한 상황을 쉽게 결론내리게 합니다. 반면, 긍정적인 생각은 동전의 양면처럼 다양한 의견을 제공합니다. 간단한 결론이나 부정적인 생각은 감정을 상하게 만들며, 원래 일그러져 있던 자신의 이미지를 더욱 망치게 합니다. 아까의 세 가지 반응 중에 나중 두 가지 반응처럼, 현실적이고 긍정적인 견해는 우리를 섭섭한 감정이나 나쁜 생각으로부터 보

호하기 마련입니다.

부정적인 사고방식이 우리의 감정을 상하게 하는 것처럼, 비행(우울증이나 마약 중독, 자살 등) 역시 부정적인 사고의 결과입니다. 여러분의 자녀들을 이런 결과로부터 보호되기 위해서는, 대안을 생각하는 능력을 길러주고 선불리 결론에 도달하지 않도록 하게 하는 것이 무엇보다 중요합니다. 여러분의 아이가 부정적인 사고방식을 가지고 있다면 부모가 계속 의식적으로 다르게 생각할 수 있도록 옆에서 여러 가지 대안을 제시해 주어야 합니다. 중요한 것은 상황 자체가 아니라 그 상황에 대처하는 능력이니깐요. 따라서 여러분이 생각하기에 가망이 없어 보이는 상황일지라도 여러분의 행동과 반응이 마지막에는 여러분의 감정을 결정지을 것입니다.

호주나 외국에서 행해지는 재판은 청소년들이 상황 판단을 제대로 할 수 있도록 도와주는 쪽으로 판결을 내리고 있습니다. 학교에서도 자동적으로 부정적인 생각을 하는 습관을 긍정적인 사고방식을 심어줌으로써 교정시켜 나가고 있습니다. 학생들에게 몇 가지 시나리오를 주고서 그에 대한 반응에 대해 토의를 해보고, 긍정적인 결과와 감정이 주어지는 반응에 대해 이야기를 해보는 것이 좋은 방법일 것입니다.

전략 C - 위험의 최소화

## 자녀를 진심으로 칭찬하기

말에는 뼈가 있는 법입니다. 따라서 자녀를 대할 때 단어의 선택을 잘 하는 것이 아이들의 자아 확립에 도움이 되는 것은 두 말할 나위가 없습니다. 아이들을 칭찬하는 것은 필수입니다. 그러나 더욱 중요한 것은 그 칭찬이 진심이고 현실적이어야 한다

는 것입니다.

부적절한 단어 선택의 결과는 즉각적이고 다양한 반응을 초래합니다. 어떤 사람이 여러분에게 ‘너는 언제나’, ‘너는 절대로’ 라는 말로 대화를 시작한다면 어떤 식으로든 여러분은 감정적으로 대처할 것입니다. 다른 사람과 대화나 논의를 하고 싶다면, 적절한 단어를 선택하는 것이 가장 중요하다고 하겠습니다.

칭찬하는 말은 밖으로 드러나야 하며, 당사자가 믿을 수 있고 그 사람의 진정한 평가가 배어있어야 하는 것입니다. 축구 실력이 형편 없는 여러분의 자녀에게 홍명보 같이 아주 잘한다고 칭찬을 한다면 아이에게 잘못된 자신감을 심어주는 것과 다를 바가 없습니다. 그리고 아마 여러분의 자녀는 ‘놀리지 말아요. 나는 재능도 없어요. 공도 제대로 못 차는 걸.’ 이라고 하며 여러분 말의 진위를 의심하게 될 것입니다. 어떻게 하면 효과적으로 칭찬을 할 수 있을까요?

몇몇 연구 결과에 따르면, 위의 경우와 같이 거짓 칭찬을 계속 받는 사람은 자신이 다른 일에도 열등하다고 여긴다고 합니다. 따라서 칭찬할 때 ‘잘 한다’를 ‘쉽게 배운다’로, ‘잘 못하는데’ 또는 ‘안 좋아’ 등의 말을 ‘조금 더 노력하면’ 또는 ‘조금 더 열심히’로 바꾸어주면 장기적으로 좋은 효과를 볼 수 있을 것입니다. 왜냐하면 아이들은 잘 못하니까 그 일을 안 하기보다는 조금 더 열심히 하면 잘할 수 있다는 생각을 가지게 되니까요.

‘엄마가 보기에 네가 수영을 더 쉽게 배우는 것 같구나. 그런데 축구는 조금 더 노력해야 될 것 같은데?’

‘역사와 영어는 너에게 쉬운 것 같은데, 수학은 조금 더 열심히 해야 겠구나.’

‘이 세상 최고의 화가’같은 말들보다 ‘이 엄마는 네 그림이 정말 마음에 든 단다’ 또는 ‘할머니께 이 그림을 보여주렴. 할머니께서 아주 좋아하실 거야.’ 같은 말이 더욱 의미가 있는 법입니

다. 이런 칭찬들이 아이들이 잘하는 분야를 더욱 발전시킬 수 있는 용기를 줍니다. 보통의 경우, 여러분이 하기 쉬워 하는 것을 잘 하게 되고, 성취감이 높은 일이 미래에 성공할 수 있는 분야가 될 가능성이 높습니다. 예술과 작문을 잘하지만 수학에 약한 사람들이 있습니다. 이런 사람이 자신이 강한 분야와 약한 분야를 잘 인식하고 현실적인 자신의 이미지를 가지고 있다면, 수학을 잘 하는 사람에게 열등감을 가지지 않습니다. 이런 사람들은 자신이 잘하는 분야에서 뛰어난 성과를 이루어 내며, 동시에 자신이 취약한 부분에서도 잘 건널 수 있습니다.

아이들이 잘하는 것이 무엇인지, 그리고 그 아이의 강점이 무엇인지 어렸을 때 판별하는 것이 중요합니다. 그리고 그들의 강점을 부각시키고 약점을 격려할 수 있는 칭찬을 해야 합니다.

다음의 표현들 중, 어느 것이 아이들에게 긍정적인 이미지를 주겠습니까?

‘개는 너무 수줍음이 많아. 그래 가지고는 남들과 어울릴 수 없지.’ 또는 ‘개는 다른 사람들과 어울리려면 조금 더 노력해야 해.’

‘너는 달리기 소질이 없어.’ 또는 ‘너는 장거리와 단거리 달리기 중 어느 것에 더 잘 맞는지 일단 알아야 할 것 같다. 그리고 연습을 조금 더 해야 해.’

‘그는 유별나. 맨 날 장난과 사고만 치는 걸.’ 또는 ‘그는 유별나. 너를 웃게 만들지. 그런데 어느 정도의 장난이 적당한지 그 아이는 좀 알아야 해.’

전략 D - 위험의 최소화

## 금메달이란 최선을 다하는 것

최근에 들어서 운동 팀들은 오직 승리나 금메달을 따는 것을

목표로 정하는 연습에서 벗어나고 있습니다. 대신에 이제 강조되는 것은 자신의 최고기록(Personal Best: PB)을 갱신하는 것으로 바뀌고 있습니다. 이런 경향은 스포츠뿐만 아니라 교육 등의 분야에도 적용되어 큰 성공을 거두고 있으며, 사람들에게 긍정적인 반응을 얻고 있습니다.

1898년, 우승을 목표로 하는 사람과 자신의 최고 기록을 갱신하려는 사람간의 비교 연구가 처음으로 영국에서 행해졌습니다. 자전거 경주를 기초로 시작되었는데, 자신의 기록을 위해 경주를 하는 선수가 단지 남을 이기려는 선수보다 결과가 좋았습니다. 그 뒤로 이 이론은 여러 검증을 거치면서 사실로 입증되었습니다. 지금은 운동선수들 사이에서 '나의 최고 기록을 갱신하기 위하여'라는 말이 유명해졌음은 말할 나위가 없습니다.

운동선수에게 있어서 기록의 향상률은 언제나 남과의 경쟁보다 자신과의 싸움에서 훨씬 높게 나타납니다. 그리고 경기에서 지더라도 만약 자신의 기록이 예상보다 좋으면, 경기에서 졌다는 실망감이 많이 줄어드는 것도 사실입니다. 이렇게 결과를 현실적으로 평가하는 자세가 다음에 더 잘할 수 있으리라는 긍정적인 사고방식을 낳게 마련입니다.

교육에서도 이 방법은 효과가 크다는 결론이 나왔습니다. 모든 학생에게 단지 학교의 등수보다 자신의 목표를 위해 공부를 하라고 격려를 해야 합니다. 단, 효과적인 목표 설정을 위해서는 그들이 더욱 노력해야 하는 분야를 계속 평가해야 하겠습니다.

다른 사람과의 경쟁보다 자신과의 싸움을 하는 것이 자신이 이룬 성과를 가치 있게 여기는 법입니다. 또한 다른 사람의 업적도 제대로 인정할 수 있는 자세를 가지게 됩니다. 그러면 사춘이 땅을 사면 배가 아프다라는 말은 없어지겠지요.

## 전략 E - 위험의 최소화

### 자존감과 자신감 (1부)

#### 기본적인 능력

만약에 가수가 노래와 연기 솜씨가 없는 상태에서 처음으로 청중 앞에 나와 노래를 부른다면 그 가수는 아마 마음에 큰 상처를 입을 것이 뻔합니다. 반대로 그 가수가 노래와 춤을 충분히 열심히 연습하였다면, 자신감에 큰 용기를 얻을 것이고, 또 좋은 노래와 연기에 청중들 또한 열광할 것입니다.

이렇듯 가수가 탄탄한 실력을 가지고 있어야 하듯, 여러분의 자녀 역시 긍정적이고 자신 있는 삶을 살기 위해서는 기본적인 기반이 필요합니다. 친구를 사귀는 능력, 협상하는 능력, 그리고 갈등을 해결하는 능력 등이 각박한 우리 삶에서 요구되는 기본적인 능력이라고 할 수 있습니다. 아이들이나 청소년들은 주변의 사람들을 관찰함으로써 습득하는 행동이 많으므로, 여러분 자신이 이런 능력을 보여주는 것이 중요합니다. 그리고 자녀들이 이런 능력을 함양할 수 있는 집단에서 활동 할 수 있도록 노력하십시오.

이런 생활의 기본 능력을 효과적으로 가르칠 수 있는 방법 중의 하나가 바로 이런 능력을 함양시키는 집단에서 활동하는 것입니다. 스카우트나 스포츠 팀, 교회, 취미 동호회 등이 청소년들이 유익한 행동을 배우는 데에 도움이 될 것입니다. 본 책자에서는 스카우트를 이런 상황의 기본 능력을 제공하는 모델로 삼을 것입니다. 이런 집단에 대한 부모들의 지속적인 지원 역시 자녀들의 능력을 기르는 데에 많은 도움이 되는 것은 두말 할 나위가 없습니다. 집단에 속해 있는 것은 소속감과 결속력을 키워주는데, 이것은 청소년의 정신 건강에 필수 요소입니다.

## 집단의 유익한 점

### 교류

스카우트 대원들은 스카우트 활동을 통하여 단순히 이합집산하는 패거리에서 교류하고 나누는 집단으로 발전해 갑니다.

스카우트는 여러 가지 팀별 활동을 통해 청소년들이 하나의 그룹으로써 일을 처리해 나가는 것을 배울 수 있게 합니다. 팀의 구조와 요건 등은 각 청소년 연령층에 따라 달라지게 됩니다.

### 지도력과 갈등 해결

스카우트에서 청소년들이 신체적, 정신적으로 발달을 하는 동안, 지도자의 역할과 지도력은 성인에서 청소년들에게로 점차 이양됩니다. 그러기 위해 대원들은 책임의식과 문제 해결 능력, 결단력 등 여러 필수 요건들을 두루 갖추어야 하는 사명을 가지게 됩니다.

### 목표 설정

대원들은 성실한 아동에서 책임감 있는 성인이 되는 동안 각종 기능장과 상장 등이 길잡이 역할을 하게 됩니다. 이런 상의 기준은 여러 대원이 함께 정하고, 마지막으로 외부 단체에 의해 결정되게 됩니다. 이렇게 여러 기능장과 상을 받으며 성장하는 동안, 대원들은 자신의 향상 정도를 측정하고 계획을 세우며, 새로운 능력을 배워나가게 됩니다.

### 자신감

스카우트 대원은 여러 가지 어려운 일과 많은 시험을 거치면서 자신의 개인적인 능력을 측정할 수 있습니다. 또한 여러 가지 간단하고 또는 복잡한 임무를 완수하고 더 큰 규모의 활동에 참

여함으로써 대원들은 자신감을 키워나갑니다.

전략 F - 위험의 최소화

## 자존감과 자신감 (2부)

단계에 따른 적절한 전략의 적용

### 1. 희망이 없는 단계

10대 초반까지 아이들은 종종 자신감의 상실을 경험하게 됩니다. 그 결과 아이들은 새로운 것을 시도하려고 하지 않는 경향을 가지게 됩니다. 이 시기에는 특히 말로써 표현해 주는 부모들의 꾸준한 격려가 필요합니다. 아이들이 할 수 있는 작은 일들을 계속 시도하게 하여 자신감을 키워주십시오.

### 2. 매우 까다로운 단계

사춘기 때에는 남자 아이들은 매우 감정적이 되며 여자 아이들은 아무도 나를 좋아하지 않는다는 생각에 사로잡히게 됩니다. 이 단계는 아이들의 성장에 피할 수 없는 시기이며, 아이들 자신이 이겨내야 합니다. 부모들은 이 단계를 아이들이 잘 견뎌나갈 수 있도록 격려를 아끼지 말아야 합니다.

### 3. 성취의 단계

우리는 우리가 만든 실수와 실패에 너무 얽매어 사는 경향이 있습니다. 여러분의 자녀들이 이런 늪에 빠지지 않도록 각별히 주의를 기울이십시오. 아이들이 해낸 것과 그들에게 일어난 좋은 일에 대해 이야기를 나누십시오. 그런 이야기는 곧 그들의 사고방식이 될 것입니다.

#### 4. 여러분이 배운 것

만약 여러분의 자녀에게 어떤 안 좋은 일이 생긴다면, 아이들에게 핑계를 대고 벗어나지 말고 그 상황을 받아들이라고 충고하십시오. 그리고 그들이 상황을 평가하고 그 일로 인해 배울 점을 찾도록 도와주십시오. ‘일을 그런 식으로 했으니 이제 뭘 배웠겠지!’와 같이 냉소적인 반응보다, ‘다음 번에는 어떻게 하겠니?’ 또는 ‘이제는 어떻게 할 생각이니?’ 등 긍정적이고 열린 반응을 보이십시오. 이런 섬세하고 유연한 질문이 아이들로 하여금 자신을 평가하고 다시 앞으로 나아가게 하는 밑거름이 됩니다. 그리고 여러분의 경험이나 생각을 자녀에게 들려주어 도움을 줄 수도 있을 것입니다.

#### 5. 좋은 점

자신감이 없는 아이들은 자신의 나쁜 점은 잘 알고 있지만 좋은 점을 찾아내지 못하는 경향이 있습니다. 그런 아이들에게 좋은 점(꼭 특출한, 탁월한 점이 아닌, 그저 좋은 점)을 찾아낼 수 있게 격려하여 주십시오. 그럼으로써 그들은 자부심과 자신감을 키워가게 될 것입니다. 모든 사람들은 자신의 좋은 점을 생각해 볼 시간을 가져야 합니다. 단순하고 어떻게 보면 별 것 아닌 것 같지만, 이는 큰 효과를 가져옵니다.

전략 G - 위험의 최소화

### 빨리 빨리 중후군

오늘날 사람들은 일시적인 만족을 쫓아가고 좌절에 늪에 더욱 깊이 빠지는 것 같습니다. 참을성과 인내의 함양이 현재의 혼란스러운 삶을 사는 데에 중요한 요소가 아닐 수 없습니다. 참을성

과 인내, 그리고 기대는 자녀들에게 만족감과 성취감을 얻을 수 있는 기회를 제공해 줄 것입니다.

정신 건강은 개인이 겪는 좌절과 그 좌절에 대처하는 능력에 영향을 받습니다. 자녀들의 정신 건강을 위해 또 참을성의 함양을 위해서는, 일시적인 만족보다는 늦게 찾아오지만 더 오래 지속되는 만족의 좋은 점과 중요성을 이해시켜야 하겠습니다.

예전에 크리스마스가 어땠었는지 기억하나요? 선물이 어디에 있을지 온 집안을 샅샅이 뒤지고 다녔던 적이 있을 것입니다. 우리는 그때면 ‘언제나 선물이 어디에 있을까?’하는 기대감에 젖어 있었습니다. 이런 기다림의 시간은 아이들에게 참을성을 요구합니다. 그리고 참을성의 끝에는 더 큰 만족이 기다리고 있는 것입니다. 그리고 크리스마스는 부모들에게도 똑같은 긴장의 연속입니다. 왜냐하면 부모들은 선물을 찾았을 때 아이들의 기뻐하는 모습을 기다리고 있으니까요.

요즘의 크리스마스나 생일 선물을 바로바로 사주는 경향은 사람들의 기대감과 참을성을 없애고 있습니다. 그리고 기대감과 함께 선물의 가치도 많이 퇴색되어 가고 있습니다.

## 부록 1

## 목표 정하기

목표는 인생의 모든 면을 담고 있습니다. 우리는 모두 특정한 목표를 가지고 있습니다; 가족, 직업, 건강, 사회적 그리고 재정적 지위. 이것들은 단지 몇 가지 예에 지나지 않습니다.

사람들은 목표를 필요로 합니다. 성장하기 위해서, 만족감과 성취감을 위해서 목표가 필요합니다.

목표란 - 명확해야 하고 측정할 수 있어야 하며, 현실적이어야 합니다. 또한 이를 수 있어야 하고, 시간이 정해져 있어야 합니다.

공부를 열심히 한다는 것은 목표가 될 수 없습니다. 왜냐하면 공부의 양을 측정할 수 없기 때문입니다. '공부하는 시간을 한 주일에 2시간씩 늘린다'는 측정할 수 있고, 목표가 달성되었을 때에 인식할 수가 있기 때문에 목표가 됩니다. 청소년들에게는 큰 목표를 짧은 시간에 이를 수 있는 여러 작은 목표들로 쪼개는 것이 도움이 됩니다. 기말고사에서 100점을 받는다는 달성하는 데에 일 년이 걸리지만, 매주 쪽지 시험에서 5%의 성적 향상은 일관성 있게 성취감을 느낄 수 있는 목표가 될 수 있습니다.

같은 이치로, 운동 선수는 몇 분의 몇 초 차이로 자신의 시간을 단축시키며 계속 뭔가를 달성했다는 성취감을 얻습니다. 그리고 일 년이 지나면 큰 성과가 보이기 마련입니다.

자신의 발달 상황을 작은 부분으로 나누어 성취도를 알아보는 것은, 자신을 평가하고 필요한 때에 결단을 내릴 수 있게 합니다. 계속되는 평가는 자신이 지금 잘 하고 있는 것인지, 또는 더욱 노력이 필요한지를(또는 다음 단계로의 준비가 되었는지), 그리고 잘못되기 전에 큰 목표를 수정해야 하는지를 알 수 있게 합니다.

# 자녀를 보호하는 법

## Protecting Your Children

부모의 역할, 자녀를 위험에서 지키지 못한다면  
무슨 소용일까요?

안 동 현



아이들은 종종 자신들의 안전과 발전에 직결되는 문제들을 선택해야 할 때가 있습니다.

부모의 입장에서, 우리는 반드시 아이들이 바른 선택을 할 수 있게 하기 위해 교육과 지도를 해야 하는 의무가 있습니다. 자녀와의 대화는 아주 좋은 출발점이지요. 운동이나 성적, 친구들 또는 일상 생활의 일등은 아주 좋은 대화 주제가 되고 또 대화를 하기도 쉽습니다. 그렇지만 아동학대, 더 나아가 성학대에 대해 대화하기란 상당히 어려운 것이 사실입니다.

아동 학대에 대해 자녀들과 대화를 나누는 것은 쉽지 않은 일이지만 동시에 아주 중요한 일이기도 합니다. 자녀들을 학대로부터 보호하기 위해서는, 가정 내에서의 자유로운 대화가 무엇보다 가장 중요한 단계입니다. 연구결과에 따르면, 부모와 자주 학대에 대해서 대화를 나누는 아이들이 아동 학대를 효과적으로 피해 나갈 수 있다고 합니다. 부모로서 여러분의 역할이 아주 중요한 셈이지요.

2001년에 호주의 한 주에서만 14만 명이 넘는 사람들이 그 주에서 설립한 아동 학대 상담 전화를 이용했다고 합니다. 호주의 9세 미만 아동 170명 중 1명이 학대와 방임의 희생양이라는 결과가 확인이 되었습니다. 우리 자녀들은 도움이 필요합니다. 자아 학립과 자아실현은 아이들이 능동적으로 학대를 대처 할 수 있는 능력을 키우는 데에 필수입니다.

청소년교육에 일익을 담당하는 단체로서 스카우트연맹은 아이들을 보호할 수 있는 기회가 있습니다. 이 책은 여러분이 아이들에게 자신들을 어떻게 보호하는가에 대해 가르쳐주는 것에 도움이 될 것입니다. 또 여러분과 자녀들이 이런 문제에 대해 어떻게 대화를 하는 가에 대해서도 도움을 줄 수 있습니다. 이 책은 네 종류의 아동학대를 다루고 있으며, 그 중에서 신체적 학대와 성학대에 대해 심도 있게 다루고 있습니다. 저희는 여러분의 자녀가 아동학대의 대상이 되는 것을 원하는 것이 아닙니다. 그렇지만 만약 그런 일이 생겼을 때, 여러분의 자녀들이 부모라면 도와줄 수 있다라는 것을 믿고 있는 것이 아주 중요합니다.

## 1. 아동학대

### 아동학대란?

학대를 당하는 아동의 정의는 정신적이나 육체적으로 위협이나 실제 폭행을 당하거나, 또는 삶의 기본적 조건들을 담보로 폭행을 당하는 아이를 뜻합니다. 학대에는 여러 종류가 있는데, 신체적 학대, 정신적 학대, 성학대, 그리고 방임이 있습니다. 이 모든 종류의 학대는 아이를 억누르려는 힘과 제제하려는 것에서 시작됩니다.

아동 학대와 무관심은 우리 사회에 아주 중대한 문제입니다. 호주 내에서, 경찰에 보고되는 성추행 중의 대다수가 18세 미만의 청소년들에게 범해지는 것입니다. 청소년에 대한 신체적 폭행 역시 무시 못할 정도의 수준인 것은 마찬가지이지요.

다음은 각 학대에 대한 간략한 설명입니다.

#### 방임

아이를 돌보는 책임을 지고 있는 사람이 그 아이에게 음식, 옷, 잠자리, 의료, 교육, 보육을 제공하지 않으면 그 아이는 무관심 상태에 놓여있다 라고 정의합니다. 부모나 보육을 담당하고 있는 사람은 아이에 대해서 적절한 관심과 보육을 제공해야 할 의무가 있습니다. 언제나 관심 속에 있는 아이들은 학대를 당할 확률이 줄어들게 됩니다.

#### 신체적 학대

신체적 학대는 사고 외에 당한 부상을 포함해 광범위하게 쓰이는데, 종종 다른 사람이 못살게 굴거나 아이에게 너무 가혹한

체벌이 원인인 경우가 많습니다. 신체적 학대로 인한 상처에는 타박상, 골절상, 화상, 찰과상 등이 있습니다. 아이들은 어렸을 때에 무릎이나 팔꿈치 등에 자주 상처를 입기도 합니다만, 배나 등에 있는 피부에 상처를 입는다면 그것은 신체적 학대를 의심해볼 만 할 것입니다. 그리고 꼭 눈에 보이는 곳에 있는 상처만이 학대가 되지는 않습니다.

법적으로 아이들은 권리가 있으며 또 반드시 보호받아야만 합니다. 또한 문화의 상대성을 편협적으로 교육시키거나 아이들을 다치게 방치하는 것조차도 필히 방지해야 합니다. 아이를 키우는 사람들(부모나 유모 등)의 음주나 약물 복용 등에 의한 신체적 학대가 요즈음 부쩍 늘고 있으며, 스트레스도 학대의 원인이 되기도 합니다.

### 정신적 학대

정신적 학대는 눈에 보이지 않기 때문에 알아 보기가 힘들지만, 다른 학대와 마찬가지로 아이에게 아주 안 좋은 영향을 끼칩니다. 정신적 학대는 아이의 자아 확립에 나쁜 영향을 끼치며, 심한 경우에는 언어 장애나 성장 장애를 불러올 수도 있습니다. 왕따, 위협, 구박, 조롱, 잦은 요구에 대한 거절, 비난, 또는 형제와의 불평등한 비교 등이 정신적 학대에 포함됩니다.

정신적 학대에 시달리는 아이들은 불안감과 우울증, 자퇴, 자기 파괴적 또는 폭력적인 행동을 보일 수 있습니다.

아이에 대해서 무리가 있을 정도로 큰 기대를 가지고 있는 경우에 아이는 부담감 때문에 정신적 학대에 이르는 경우가 있습니다. 특히 학업이나 운동 등에서 많이 나타나는 경우이지요. 그런 측면에서 부모는 아이에 대해서 적절한 기대감을 가져야 합니다.

## 성학대

성학대란 성인이나 나이가 더 많은 아이들이 자신의 지위를 이용해서 다른 아이를 성행위를 강요하는 것을 말합니다. 성학대 범들은 아이들을 속이거나 위협을 할 수도 있고, 금품을 주거나 또는 강제적으로 행하기도 합니다. 성학대는 범하는 사람들의 성적인 만족을 위한 모든 행위를 가리킵니다. 성기를 보여주거나 또는 보이게 하거나, 애무 또는 직접 성추행을 하는 것이 포함됩니다.

### 성학대에 대해 반드시 알아두어야 할 것들:

- 성학대를 당하는 아이들이 자발적으로는 거의 말을 하지 않습니다. 대개의 경우 성학대자들이 아이들에게 말을 해서는 안된다고 위협을 하는 경우가 많습니다. 다행히도 자발적으로 말을 하는 아이들이 늘어나고 있는 추세입니다.
- 아이 자신이 성학대에 책임이 있다고 생각하고, 또 부모님들이 화를 낼까 두려워합니다.
- 아이들은 자신을 잘 아는 사람들에게서 성학대를 받기 쉽습니다. 성학대범의 1/3이 가족이나 친척들입니다.

호주에서는 미성년을 상대로한 성추행범에 대한 무기명 설문 연구를 행하였는데, 다른 해외의 비슷한 연구에서와 같은 결과를 얻을 수 있었습니다.

- 추행범의 52.6%가 이혼 경력이나 별거 경험이 있으며 7.7%는 미혼이다.
- 가족이나 친척이 아닌 추행범의 44.4%는 아이의 부모와 친구이며 자주 보는 사이이다. 이럴 경우에 부모나 친구들은 추행범을 믿으므로 아이의 말을 믿지 않게 되는 경우가 많다.
- 비공식 집계에 따르면 피해자의 74%가 남자 아이이다. 그러

나 법정에서의 집계에 따르면 52%이다.

- 피해자의 75.6%가 9세 이상 16세 이하이며, 22.8%는 5세 이상 8세 이하이다.
- 부모의 71%는 추행범이 혼자 아이들과 같이 시간을 많이 보낸다는 것을 알고 있다.
- 가족이나 친척이 추행범인 경우, 83%가 아이의 집에서 범행을 저지르며, 대다수의 피해자는 여자 아이이다.
- 추행범이 가족이나 친척이 아닌 경우, 45.8%가 아이의 집에서 범행을 저지른다.
- 추행범이 아이의 신뢰를 얻기 위한 방법으로는:

86.7%가 성적이 아닌 다른 방식으로 관심을 끌었다.

80.0%는 아이들을 아주 자상하게 대해 주었으며, 부모에게 아이 칭찬을 많이 하였다.

73.3%는 안아주기나 레슬링같이 성적이 아닌 방법으로 아이를 많이 만졌다.

73.2%는 아이들에게 도움이 되는 얘기를 많이 하였다.

10대와 10대 미만의 아이들이 특히 성학대의 위험에 노출되어 있습니다. 사춘기와 호르몬의 변화에 따른 신체적 변화와, 아이들 특유의 호기심이 아이들 자신을 성학대의 대상에 놓이게 할 수 있습니다. 자신이 독립적이라는 것을 보여주려는 아이들의 생각(아주 정상적입니다)도 아이들을 위험에 처하게 할 수 있습니다. 이런 것들이 학대를 당하는 아이들로 하여금 부모에게 도움을 요청하기 어렵게 만듭니다.

## 친구들로부터의 성학대

미국에서의 연구에 따르면 1/3가량의 성학대가 다른 아이들에 의해서 범해진다고 합니다. 만약 아이들이 성적인 행동에 대해서

이야기하거나, 다른 아이들에게서 성적인 행동에 대한 압력이나 적절치 못한 행동을 받고 있다고 말한다면, 즉시 그런 행동을 못하게 조치를 취해야 합니다. 이런 종류의 성학대는 아주 심각한 것으로, 간과해서는 절대로 안됩니다. 다른 아이들을 학대하는 아이들은 전문적인 상담이 필요합니다. 그리고 어렸을 때 조치를 취하는 것이 치료 결과가 좋습니다.

부모나 아이들을 대하는 사람들은 아이들의 자연스런 성적인 행동과 성학대적인 행동을 구별해야만 합니다. 성장하는 중에 모든 아이들은 성적인 행동에 대해 자연스럽게 호기심을 가지게 됩니다. 그렇지만, 이런 성적인 행동이 강제로 행해지거나, 다른 사람이 의도적으로 유도를 하거나, 동의 없이 성행위를 하는 등의 행위는 부적절한 것입니다. 부모가 자녀들의 성적인 행동에 신경이 쓰이면, 반드시 아이들과 이야기를 해 봐야 합니다.

## 어른들에 의한 성학대

아이들을 성학대의 희생자로 삼는 어른들은 종종 아이의 믿음이나 어른의 지위를 이용합니다. 따라서 아이들에게 성학대범이 보통 어떻게 하는가를 알게 하는 것이 최선의 방법이 됩니다. 이렇게 하는 것이 더욱 심각한 상황을 방지하는 것이 되지요. 다른 방법으로는:

- 아이들에게 과한 관심을 갖는 어른을 주의한다.
- 자녀들이 학교나 보육원 등에 있지 않을 때 무엇을 하는지 자주 물어본다.
- 아이들의 말을 잘 듣는 습관을 기르고, 선불리 결론을 내리지 않는다.
- 아이들이 비밀을 지키라고 협박을 당할 때 어떻게 할 것인지에 대해 대화한다.

- 아이들이 시간을 같이 보내는 사람들이 누군지 알아놓는다.
- 아이를 보육원이나 캠프 등에 맡겨야 할 때는 선생이나 강사 선발 기준을 알아 놓는다.
- 아이를 책임지는 사람에게 자신을 소개 시켜 놓는다.

## 성학대의 징후

성학대의 가장 명백한 징후는 아이들이 직접 말하는 것일 것 이나, 대부분의 아이들은 그렇게 하지 못하므로 부모님들이 다른 징후들을 포착하는 것이 중요합니다.

예를 들어 이런 징후를 느낄 수 있습니다.

- 아이들의 힌트나 다른 간접적인 메시지 - 별다른 이유 없이 친구나 친척집에 가기 싫어할 때. ‘나, 그냥 그 사람이 싫어.’
- 유혹적이거나 도발적인 행동 - 성인의 성행위를 흉내 내거나 보통 아이들이 알기 어려운 성적인 말을 할 때
- 신체적 증상 - 성기나 근처 부위의 가려움증 등

다음의 보기는 아이들이 화가 났을 때 보이는 보통의 증상입니다. 만약 이런 경우가 여러 날 동안 계속 된다면, 이런 보통 증상도 무언가가 잘못 되었다는 징후를 보이는 것입니다. 이런 경우 부모의 도움이 필요합니다. 성학대로 피해를 보는 경우 이런 증상이 나타나기도 합니다.

- 자기 파괴적인 행동 - 술이나 마약을 하거나, 심한 자해를 하는 경우. 자살 기도 또는 문란한 성행위
- 우울증 - 이유 없는 불안감이나 울음, 수면 장애, 식욕 부진
- 퇴행 - 어린 아이처럼 굴기, 엄지손가락 빨기, 잠자면서 오줌 싸기
- 학교 생활 부적응 - 갑작스런 성적 저하, 무단 결석, 일탈 행위

이런 징후들이 꼭 성학대에 의한 것이라고는 할 수 없지만, 이런 징후가 계속 보일 때에는 이유가 무엇이든 간에 부모의 도움이 꼭 필요하니 주의를 기울여야 합니다.

## 아이들이 학대를 당했다고 말할 때에 대처하기

만약 자녀들이 피학대자인 것을 알았을 때, 부모로서의 어떻게 반응하는가가 아주 중요할 수 있습니다. 다음의 가이드 라인이 좋은 도움이 될 것입니다.

- 아이가 말하는 것에 대해 당황하거나 과민 반응하지 말아야 한다.
- 아이들을 나무라거나 아이들이 잘못 생각하고 있다고 말하면 절대 안 된다.
- 아이의 사생활을 존중하여야 하며, 가급적 차분하게 대화할 수 있는 조용한 곳을 찾는다.
- 아이 자신들이 잘못 한 것이 없다는 사실을 꼭 아이에게 말하도록 하자. 아이들에게 사실을 말해서 다행이다 라고 하고 다시는 이런 일이 일어나지 않도록 도와주겠다는 확신을 심어준다.
- 아이에게 적절한 기관 (학교나 경찰서 등)에 신고할 수 있도록 용기를 준다. 그러나 아이가 스트레스를 받을 수 있으므로 가능하면 반복되는 인터뷰는 피하도록 한다.
- 필요하다면 의사나 아동 학대 전문가의 자문을 구한다.

부모로서 관심을 가지고 있다는 것을 보여줄 필요가 있습니다. 그러나 과민 반응이나 화를 내거나 아이들에게 성학대를 당하지는 않았느냐는 식으로 다그치면 안됩니다.

마지막으로, 만일 자녀가 성학대를 당했다면, 자신이나 아이를 원망하면 절대로 안됩니다. 아이를 상대로 범행을 저지르는 사람

들은 잡아내기가 쉽지 않습니다. 왜냐하면 보통 사람들일 가능성이 많기 때문이지요. 그 사람들도 종교가 있고, 직업이 있으며, 사회의 구성원이기 때문입니다. 게다가 아동 학대범들은 선물이나 돈으로써 아이들의 환심을 사는 것에 능숙합니다. 아동 학대범은 또한 아이들의 부모나 다른 성인들을 기만하는 것에도 능숙하기 때문에 더욱 가려내기가 힘든 범입니다.

## 2. 아동 학대 방지하기

### 가족 내에서 학대 방지하기

부모로서 아이를 학대하려는 사람은 없습니다. 자녀를 대할 때에 충분한 시간을 가지면, 모두에게 좋을 것입니다.

그렇지만 종종 (정신적으로) 문제가 있는 아이들이 치료를 받아야 할 경우가 있습니다. 부모님들은 자주 그런 증세를 감지 못하거나, 아이가 치료를 받아야 한다는 사실을 부정할 때가 있습니다. 아이들이 정신적으로 정상이 아닐 때 전문가의 도움을 안 받는다는 것은 무관심에 해당할 수가 있습니다. 가족간의 불화 같은 가족 문제 역시 부모가 주의해야 할 문제들입니다.

이제 제공해드릴 작은 정보들은 대부분의 부모들에게 충분할 것입니다. 이 팁은 아이들과 아동 학대에 관해 대화하는 방법에 관한 전반적인 설명입니다. 더 많은 정보를 원하시면 사회 단체나 의사, 또는 해당 공공기관에서 도움을 얻으실 수 있을 것입니다.

### 아이들과 대화하기

아이들과 대화하는 것은 쉽지만은 않습니다. 특히 아동 학대 같은 것에 관해서 대화하기란 어렵습니다. 아이들과의 대화는 서로간의 믿음을 증진시키고 또 서로간에 있을 수 있는 스트레스를 줄일 수도 있습니다. 물론 어렵기는 하지만 지금 드리는 팁을 염두에 둔다면 불가능한 것은 아닙니다.:

- 아이들과 신뢰감을 쌓아야 합니다. 신뢰는 친밀하고 꾸밈없는 어른과 아이의 관계에서 나온다는 것을 명심하십시오. 아이들의 건의를 받아들이고 아이들이 들려주는 우스개 소리

에 웃어 주십시오. 잔소리를 자제하십시오.

- 의사 결정을 해주지 말고 하는 것을 도와주십시오. 아이들이 자신의 생활에 관해 결정을 내리는 게 하세요. 아이들이 단순한 결정을 내리는 것에 확신이 들면 더 복잡하고 어려운 결정을 하게 될 때 도움이 될 것입니다. 의사 결정과 그에 대한 결과의 책임을 가르치세요. 아이들이 왜 이런 결정을 내렸는가 설명을 부탁해보세요. 그리고 그들이 추구하는 가치에 대한 이해를 더 잘할 수 있도록 도와주세요. 어려운 의사 결정을 할 때에 몇 가지 선택을 주는 것이 부모가 명령을 내리는 것보다 좋은 방법입니다.
- 가능하다면, 아이들이 어울리는 단체나 그룹에 같이 어울려 보십시오. 아니면 최소한 그들을 도와줄 수 있는 방법을 찾아보세요. 자녀들이 가는 스카우트 캠프에 지도자로 등록을 하는 것도 좋은 방법입니다. 그러면 같이 어울려 좋은 시간을 보낼 수도 있지요. 또 그렇게 하면 부모가 다른 지도자들을 선출하는 데에도 도움이 되고, 프로그램을 효과적으로 운영할 수 있게 건의를 할 수도 있습니다.
- 또래 압력을 이용하십시오. 아이들이 속한 그룹으로 하여금 다른 아이들이 부모의 메시지를 전달하게 하세요. 동네 건달들이나 학교 또래들, 또는 스카우트대가 아이들을 좋은 쪽으로나 혹은 나쁜 쪽으로 변화시킬 수 있습니다. 대다수의 아이들을 (또는 소수의 지배적인 아이들) 바른 쪽으로 인도하십시오. 그러면 그 아이들이 나머지 아이들을 그 쪽으로 이끌 것입니다.
- 결과를 설명해 주십시오. 아이들의 행동이(예를 들어 가족의 룰을 어긴다든지) 주위의 사람들에게 어떤 영향을 끼치는지 설명해 주십시오. 네가 약속 시간까지 집에 안 들어오면 아빠는 너를 아주 걱정하게 된단다.

- 아이들이 말하기 꺼려하는 감정이나 원하는 것을 느끼도록 노력하십시오. 다그치지 말고 요즈음 행동이 왜 변했는지, 또는 왜 사람들을 피하는지 우회적으로 질문해 보십시오.
- 열린 마음을 키워주십시오. 좋은 비밀과 (깜짝 파티 같은 것) 마음을 상하게 하는 나쁜 비밀의 차이를 알려주십시오.
- 성인답게 행동하십시오. 아이들은 부모의 결정이 언제나 옳고 일관성이 있다고 기대합니다. 합리적인 기준을 만들고 언제나 그 기준에 부합하는 행동을 해야 합니다. 또 아이들의 능력과 수준을 간과해서는 안 됩니다. 어떤 사람이든 완벽할 수 없으므로 실수했을 때 부모 자신의 실수를 인정할 줄도 알아야 합니다.
- 가능하면 같이 시간을 지내도록 해보세요. 아이들에게 여러 분이 해주는 것보다 더 많은 것을 바라면 안 됩니다.
- 아이들이 자신의 문제는 스스로 풀도록 도와 주십시오. 아이들이 문제를 이해하고 대안을 찾을 수 있도록 질문을 해보십시오.
- 여러분의 삶의 지혜를 가르쳐 주십시오. 아이들은 종종 부모가 대면하는 것과 같은 어려움을 대면할 때가 많습니다. 좌절이나 실패, 두려움, 스트레스 또는 성공 등 여러 가지가 있습니다. 부모가 그것을 어떻게 극복했는지에 대해 얘기해 주세요.
- 멀리 바라보세요. 어떤 상황이 발생했을 때, 장래에 미칠 영향을 생각해 보세요. 아이들에게 투자 했던 모든 것을 지금 걸 수 있는지, 또는 세상을 살면서 다시 이런 일이 일어날 것인지 생각해 보세요.
- 그리고 싶지 않더라도 웃으세요. 바디 랭귀지는 여러분이 어떤 식으로 말을 해도 그것보다 감정을 더 잘 전달합니다. 웃음이 상황을 바꿀 수도 있습니다.
- 호기심을 가지세요. 아이들에 대해 언제나 관심을 가지십시오.

아이들의 관점, 기쁨, 슬픔, 성공과 실패에 대한 감정을 언제나 관심 있게 바라보십시오. 아이들이 가치관을 형성하면서 성장하는 것을 기쁘게 지켜보십시오.

- 아이들이 잘하고 있는 것을 칭찬해 주십시오. 아이들은 자신들이 잘못하고 있는 만을 지적 당하는 경우가 많습니다. 아주 작더라도 향상된 점이 보이면 칭찬해 주세요. 그것이 아이들에게 기운을 북돋워 주게 됩니다.
- 충분히 방향을 잡아주세요. 부모가 방을 깨끗하게 해라라고 말하면 아이들은 깨끗한 방이 뭔지 알까요? 충분히 못한 요청은 아이들을 혼란하게 만듭니다. 그러나 작은 일에 너무 간섭을 많이 하면 그것은 또 잘못 된 것이지요. 상황에 따라 밸런스를 잘 맞추는 것이 중요합니다. 아이들이 혼란하다고 느끼면 이해를 잘 했는가 확인을 하십시오.

## 부모들을 위한 조언 - 당황하지 말 것

다음 번에 일상 생활의 짐들이 여러분을 옴아 땄 때, 그래서 화가 치밀 때 잠깐 모든 것을 잊어보는 것이 어떨까요! 바로 이런 것들을 시도해 보십시오. 기분이 한결 나아질 것입니다. 아이들도 마찬가지죠.

- 숨을 깊게 들이 마시십시오. 한번 더. 그리고 여러분이 성인이라는 것을 상기 하세요.
- 눈을 감고 아이들이 들을 것을 듣는다고 상상해보세요.
- 입을 다물고 10까지 세어 보세요. 20까지 세면 더욱 좋습니다.
- 아이들에게 잠시 ‘생각하는 의자(Timeout Chair)’에 앉아 있도록 하세요. (나이 한 살에 1분이라는 것 명심하세요)

- 여러분도 잠시 ‘생각하는 의자’에 앉으세요. 왜 자신이 화가 났는가를 생각해 보세요. 아이들 때문인가, 아니면 단순히 아이들이 화풀이 대상인가.
- 친구에게 전화를 하세요.
- 만약 다른 사람이 아이들을 돌볼 수 있다면, 잠깐 산책을 하세요.
- 찬물로 세수를 하세요.
- 기분이 풀릴 때까지 웃으세요.
- 베개를 껴안아 보세요.
- 음악을 들어 보세요. 노래도 부르면 좋죠.
- 연필을 들고 생각나는 것을 적어 보세요. 그리고 적은 것을 보관하세요.

부모나 다른 아이들을 보살 피는 사람들은 반드시 미국 아동 학대 센터의 초대 원장인 더글라스 베샤로프가 지은 훈육 방법을 생각해 보아야 합니다.

- 이 벌칙이 아이들의 교육에 합당한가 아니면 부모의 화풀이 용인가?
- 아이들이 자신의 행동과 이 벌칙의 관계를 이해할 능력이 되는가?
- 이 벌칙이 교육에 적합한가?
- 덜 가혹하지만 이만큼 효과적인 다른 벌칙이 있는가?
- 이 벌칙이 아이들이 감당하지 못할 정도로 가혹하지는 않은가?
- 물리적인 힘이 가해질 경우 부상의 염려는 없는가?

주의: 대부분의 아동 보호 단체에서는 물리적 벌칙을 부당하다고 정의합니다.

이런 질문들이 아동 학대와 적합한 훈육의 정의를 명확하게 하는데 도움이 될 것입니다. 가족 내에서의 다른 종류의 아동 학대는 더 복잡하므로 전문가의 도움이 필요합니다.

## 유괴나 모르는 사람으로부터의 학대 방지하기

아동 학대범 중 20%가 채 안 되는 수가 아이들이 모르는 타인이지만, 자주 타인이 아동 학대의 초점이 됩니다. 여기 몇 가지 아이들을 보호할 수 있는 방법을 제시합니다:

- 아이들을 쇼핑센터나 백화점에 혼자 두지 마십시오.
- 공공 화장실에 보낼 때에는 동행하십시오.
- 아이들의 최근 사진을(어깨와 얼굴이 나오는) 항상 지갑에 휴대하십시오.
- 아이의 겉옷에 아이들의 이름을 적어놓지 마십시오.
- 아이들이 어디에 있는지 항상 알도록 하고, 또 부모가 어디에 있는지 언제나 알려 주십시오.
- 모금 운동같이 집집마다 방문하는 행사를 할 때에는 같은 또래의 스카우트 아이들을 유심히 지켜보십시오.
- 스카우트들은 언제나 짹짹 행동하여야 하며, 절대로 집안으로 들어가서는 안 된 다고 가르치십시오.
- 아동 보호의 3대 원칙(3장 참조)를 가르치십시오.
- 아이들이 처할 수 있는 위험에 대해 이야기해 보십시오. (3장 참조)

## 성학대에 관하여 자녀들과 대화하기

부모로서는 아이들과 성학대에 관하여 이야기한다는 것은 아주 어려운 일입니다.

그렇지만 보기의 예들이 도움이 될 것입니다.:

- 성학대에 관해 대화하기가 쑥스럽다면 자녀들에게 그렇다는 것을 알리십시오. 그렇게 하지 않으면, 아이들은 부모가 왜

불안한지 이해 못할 뿐 아니라 도움이 필요할 때에 부모에게 말을 하지 않을 수 있습니다. 이렇게 말해 보면 어떨까요. 이런 이야기를 하고 싶지는 않다. 왜냐하면 너에게 이런 일이 일어나는 것을 원하지 않기 때문이야. 그렇지만 이것은 아주 중요한 일이니 물어보고 싶거나 다른 사람이 못살게 굴면 꼭 엄마에게 이야기를 해야 한다.

- 아이들이 이해할 수 있는 단어를 선택하십시오. 부모로서 어려운 일 중의 하나가 바로 성학대를 설명할 적절한 단어를 찾는 것입니다. 대부분의 아동 학대 방지 전문가들은 아이들이 성기의 정확한 명칭을 알고 있어야 한다고 말합니다. 그렇지만 만약 신체 부위의 명칭을 지칭하고 싶지 않다면, 아이들이 이해할 수 있는 단어로 말 하십시오. 아이들이 자신의 신체에 친숙해질 수 있도록 도와주십시오. 프라이버시에 대해 너무 과하게 강조하는 것은 안 좋을 수가 있습니다.
- 아이들에게 학대를 방지하는 방법을 익힐 수 있는 기회를 제공하세요. 아이들은 가르칠 때 연습을 같이 하면 더 잘 배우게 마련입니다. 부모와 같이 아이들의 권리를 행사하는 연습을 같이 하면 아이들에게 자신감을 불어줄 것입니다. (3장 참조)
- 아이들의 직감을 믿으십시오. 만약 가족이라도 아이들이 입맞춤하고 싶지 않은 사람에게 입맞춤하라고 강요하지 마세요. 자기 직감에 확신을 가지고 있는 것이 가장 좋은 방법입니다. 아이들이 말하는 것을 간과하지 마세요. 아이가 '나, 무서워'라고 말할 때, '바보 같이 굴지마'라는 식으로 대답하면 절대로 안 됩니다. 왜 무서운지 물어보고 얼마나 무서운지 알아야 합니다. 아이들이 직감을 제대로 이해할 수 있도록 도와주십시오.

많은 부모들이 성학대에 관한 것을 아이들에게 가르쳐 줄 때 아이들의 순결을 뺏는 것같은 감정을 받는다고 합니다. 그러나 실상은 많은 아이들이 성학대에 노출되어 있습니다. 왜냐하면 아이들은 왜 그런 일이 일어나는지 이해할 만큼 성숙하지 않았기 때문입니다. 이것은 성학대를 당하는 아이들이 나이가 조금 들기 전까지 학대를 당했는지조차도 이해하지 못하는 것으로도 잘 알 수 있습니다. 또 부모나 다른 어른들이 성학대를 당한 아이들에게 과민 반응을 보이는 것도 마찬가지로 이유에서입니다.

### 3. 안전 수칙과 활동

#### 스카우트의 목적

스카우트의 목적은 청소년들에게 삶에 있어서 추구하고 싶은 가치를 창조하는 것을 도와주기 위해 기본적인 가치와 원칙을 제공하는 것입니다. 아이들이나 청소년들이 스카우트에 가입하면, 스카우트의 원칙을 지키는 것을 받아들입니다. 스카우트의 원칙은 각각의 선서와 규율, 그리고 표어에 잘 나타나 있습니다.

스카우트의 원칙은 아이들이 위험한 상황에 처하는 것을 목적으로 하지 않습니다. 반대로, 아이들이 위험한 상황을 피하고 대처하는 것에 목적을 두고 있습니다.

자녀들과 스카우트의 원칙에 관해 잘 상의해 보시기를 바라겠습니다. 아이들이 안전 수칙의 요구 사항에 관해 있을 수 있는 제제를 잘 이해시키십시오.

#### 아동 보호 헌장

아동 보호 헌장은 아이들이 자신을 보호할 수 있는 몇 가지 기본 원칙을 그리고 있습니다. 이 보호 헌장을 자녀들과 논의하고, 기본적인 안전 수칙을 가르치십시오. 헌장은 실제 상황에서 아이들이 잘 대처하기 위한 정보를 담고 있습니다.

위험을 받았을 때, 아동은 다음의 권리가 있습니다.

1. 자신의 감정이나 직감을 믿을 권리
2. 프라이버시의 권리
3. 원하지 않는 신체 접촉에 대해 거부할 수 있는 권리
4. 성인의 비합리적인 요구나 요청을 거절할 수 있는 권리

5. 자신의 안전을 위협할 수 있는 정보를 제공하지 않을 권리
6. 선물을 거부할 권리
7. 상황이 허락할 때 비협조적이거나 무례할 수 있는 권리
8. 위험한 상황에서 소리치거나 달아날 수 있는 권리
9. 원하지 않는 행동을 뿌리칠 수 있는 권리
10. 도움을 구할 권리

## 아이들의 안전을 위한 기본적인 규칙

조이 스카우트와 컵 스카우트 연령대의 아이들에게는 명확한 안전 수칙이 필요합니다. 그렇지만 이러한 안전 수칙도 아이들을 완전히 보호해 주지는 못합니다. 아이들은 성인과 낯선 사람이라는 의미를 다르게 해석합니다. 게다가 아이를 학대하는 사람은 보통 그 아이가 아는 사람입니다. 따라서 아이들에게 위험을 내포한 상황이나 행동을 잘 알아차리도록 교육시키는 것이 중요합니다.

- 공공장소에서 부모나 동행하는 성인과 떨어지게 된다면, 아이들에게 부모를 찾으려고 돌아다니지 말게 해야 합니다. 바로 경찰이나, 계산대, 미아 보호소등으로 가서 부모를 잃어버렸다고 말하는 것이 가장 좋은 방법입니다.
- 다른 사람의 차를 얻어 타거나 다른 곳에 갈 때에는 부모의 허락을 반드시 받도록 합니다.
- 낯선 사람을 포함해 다른 이에게 선물을 받을 때에는 부모에게 물어보도록 합니다.
- 가족 구성원이 아닌 다른 성인들은 도움이 필요할 때 (길을 묻거나 잃어버린 애완견을 찾을 때) 아이들에게 도움을 청해서는 안됩니다. 반드시 다른 성인에게 도움을 청해야 합니다.

- 친구가 많으면 좋습니다. 어디에 갈 때에는 꼭 누군가가 동행하면 좋습니다.
- 다른 사람의 집에 놀러 갈 때에는 반드시 부모의 허락을 받게 합니다.
- 아이들에게 비밀을 지키라고 강요하면 안됩니다. 이런 일이 있을 경우 반드시 교사나 부모에게 이야기를 하게 해야 합니다.
- 누군가가 아이의 허락 없이 비디오테이프나 사진을 찍게 내버려 두면 안 된다고 알려두어야 합니다.
- 누군가가 기분 나쁘게 신체 접촉을 하게 하면 안 되는 것을 숙지시켜야 합니다.

아이들 역시 다른 사람이 기분이 상할 정도로 신체 접촉하는 것을 피해야 합니다. 부당한 신체 접촉에 관해서 부모나 믿을 만한 사람에게 질문을 하거나 도움을 청하도록 알려 두십시오.

- 가고 싶지 않은 곳에 데리고 가려한다거나, 만진다거나 기분을 상하게 만드는 어떠한 사람에게라도 아이들은 거부할 권리가 있습니다.
- 모르는 성인에게서 안전한 거리를 유지하도록 하십시오. (최소한 3 걸음정도)
- 모르는 사람을 집안에 들이지 말라고 충고하십시오. 만약 그 사람이 수리공이라거나 부모가 보내서 왔다고 해도 마찬가지로 지입니다.
- 공공장소에서 주의를 게을리하지 말라고 교육시키십시오.
- 만약에 누군가가 잡으면 도와 달라고 소리치고 뿌리치고 달아나는 법을 가르쳐 주십시오.
- 매일 부모에게 새로 만난 사람에 대해 알려주도록 하십시오. 이상이 기본적인 안전 수칙이었습니다. 불장난이 위험하다는

것을 알려두는 것과 같이 이 수칙들도 아이들이 잘 알고 있어야 합니다. 이 수칙들은 대다수의 아동 학대범 사건 조사의 결과를 토대로 한 것입니다.

## 아이들이 알아야 할 것들

- 아이들 자신의 이름과 부모님의 이름
- 전화번호와 주소
- 일이 생겼을 때 부모가 연락이 안될 경우, 처리를 해줄 수 있는 사람의 이름과 연락처
- 수신자 부담전화를 거는 요령과 경찰을 부르는 요령
- 도움을 받을 수 있는 곳. 예를 들어 경찰서나 경비원, 믿을 수 있는 사람등.
- 신체 각 부분의 이름. 중요한 곳을 포함 (수영복으로 가려지는 부분)
- 아동 학대범이 즐겨 쓰는 수법
- 좋은 비밀과 나쁜 비밀의 차이

## 인터넷을 하는 어린이들을 위한 안전 수칙

아이들이 인터넷에 접속하고 있으면, 그 아이는 공공장소에 있는 것과 마찬가지입니다. 다음의 수칙들을 지키면 안전하게 인터넷을 사용할 수 있을 것입니다.

- 낯선 사람과는 이 메일을 주고받지 말고, 공공 채팅 장소에서 온라인 채팅을 해야 합니다.
- 부모의 동의 없이 아무에게도 자신의 이름이나 주소, 전화번호, 학교, 부모님의 직장 등을 알려 주지 말아야 합니다. 부모나 가족에게만 자신의 비밀번호를 알려주도록 합니다.

- 거부감이 드는 이메일을 받으면 직감적으로 이상하다고 느낄 수 있습니다. 이 때는 주의하고, 절대로 답장을 보내지 말고 부모에게 말하게 해야 합니다.
- 낯선 이가 온라인 메시지를 비밀로 하자고 하면 부모에게 말해야 합니다.
- 온라인 대화를 하는 상대방을 주의해야 합니다. 거부감이 드는 주제로 이야기가 전개되면 채팅 상대는 아이를 가장한 성인일 가능성이 큽니다.
- 채팅 상대가 앞뒤 말이 맞지 않을 때는 주의해야 합니다. 상대가 12살이라고 했다가 다음날 14살이라고 하면 그 채팅 상대는 아이를 가장한 성인일 가능성이 있습니다.
- 부모에게 말하기 전에는, 온라인상에서만 알던 이와 절대로 전화 통화를 해선 안 됩니다.
- 만약 누가 전화를 하라고 한다면, 거의 틀림없이 안 좋은 상황입니다.
- 절대로 온라인으로만 알던 상대를 바깥에서 만나지 마십시오.
- 해킹이나 컴퓨터 바이러스 등을 이야기하는 상대를 조심하여야 합니다.
- 인터넷을 하는 시간과 서핑을 하는 곳 등을 부모님과 잘 상의하여 컴퓨터를 사용하십시오.

## 아이와 청소년

오늘날 아이들과 청소년들은 다른 사람을 도우며 살아가라고 가르침을 받습니다. 따라서 낯선 사람이라도 도움이 필요하면 도와주는 것이 미덕이지만, 그 전에 반드시 부모님에게 허락은 받고 도와야 하는 사람이 누군가를 아는 것이 중요합니다.

아동들을 책임지고 있는 지도자들은 안전 수칙을 준수해야 하며,

아이들을 곤란에 처하게 할 수 있는 일을 요구하면 안 됩니다. 아이들에게 지도자가 (선생을 포함해서) 거부감이 드는 일을 시켰을 때 거부할 수 있는 권리가 있다는 것을 인지시켜 주어야 합니다. 그리고 이런 일들을 부모와 잘 상의를 하게 해야 합니다.

종종 학대범은 괜히 아이들에게 도움이 필요하다고 접근합니다. 나이에 상관없이 아이나 청소년은 안전 수칙을 잘 이해하여 위험한 상황을 빨리 인식하여야 합니다.

예를 들어:

차에서 어떤 이가 길을 물어보면 한 발자국 물러서서 길을 가르쳐 주는 것과 차에 타서 가르쳐 주는 것은 큰 차이가 있습니다. 절대로 부모의 동의 없이 차에 타지 마십시오.

무거운 짐을 다른 사람 집까지 들어다 주는 것은 좋은 일입니다. 그렇지만 절대로 부모의 허락 없이 집에 들어가면 안 됩니다.

## 본보기 연습

### 만약 이런 일이 생기면...?

다음에 나올 연습에서는 먼저 부모가 위험한 상황을 설명해 주고 아이들의 반응을 관찰해봅니다. 일단 상황을 설명해 준 후, 이런 일이 생기면 어떻게 하겠느냐고 아이들에게 물어보세요. 각각의 상황 설정에는 예상 반응이 같이 수록되어 있습니다.

각 상황에 대해서 여러분은 벌써 생각해둔 수칙이 있을 수도 있습니다. 그 수칙이 이 책에 나온 것과 다르다고 무조건 책을 따르지는 마세요. 그렇지만 새로운 지식을 얻었을 때는 약간의 수정을 하는 것도 좋은 생각입니다. 아이들이 상황을 잘 이해하면 칭찬해 주는 것도 잊지 마세요.

## 아이들에게 물어보아야 할 것들

1. 집에 혼자 있을 때 전화가 왔다. 상대방에 부모님이 집에 있는지 묻는다. 어떻게 해야 할까?
  - a. 상대방에게 부모님이 바빠서 전화를 못 받으신다고 한다.
  - b. 메시지와 상대방의 전화번호를 받아 적는다.
  - c. 메시지가 급한 것이면 부모에게 연락한다.
  - d. 집에 혼자 있다고 절대로 이야기하지 않는다.
  - e. 자동 응답기가 전화를 받도록 하고 상대방이 누군지 알게 될 때까지 전화를 받지 않는다.
  
2. 성인이 캠핑을 같이 가자고 하는데 옷을 안 입은 사진을 줄 수 있느냐고 묻는다. 어떻게 해야 할까?
  - a. 상대방에게 싫다고 한다.
  - b. 가능하면 그 사람에게서 빨리 떨어진다.
  - c. 집에 돌아와서 부모에게 이야기를 한다.
  - d. 그 사람을 조심하고 의심이 가는 일이 생기면 부모에게 이야기 한다.
  
3. 이웃이 와서 부모가 아프다며 같이 가야 한다고 한다. 따라가야 할까? 이 이웃은 부모가 같이 가도 좋다고 말한 사람들이 아니다 (그렇다고 안 좋은 사람이라고 하지는 않았다). 어떻게 해야 할까?
  - a. 학교에 있다면, 선생님에게 도움을 받아 정말 부모가 보낸 사람들인지 확인한다.
  - b. 집이나 다른 곳에 있다면, 부모가 준 비상 연락망을 이용해서 (예를 들어 부모의 직장 전화나 가까운 친척) 부모가 보냈는지 확인한다.

4. 공공 화장실에서 어떤 이가 불편한 부위를 만지려고 한다. 어떻게 해야 할까?
  - a. ‘큰소리로 그만 해요!’라고 외친다.
  - b. 가능한 빨리 화장실을 뛰쳐 나온다.
  - c. 부모나 경찰, 경비 또는 선생에게 무슨 일이 일어났는지 이야기 한다.
  - d. 그 사람이 어디로 데려가려 한다면, ‘우리 부모님이 아니에요! 라고 하겠어요’ 라고 소리치고 도망간다.
  
5. 비오는 날 학교 가는 길에 낯선 이가 차를 태워 주겠다고 한다. 어떻게 해야 할까?
  - a. 차에 가까이 가지 않는다. 대답할 때에 차에 붙어 있을 필요는 없다.
  - b. 부모가 허락한 사람이 아닌 한, ‘고맙지만 괜찮습니다’라고 정중히 거절한다. 그 사람이 자꾸 물으면, ‘싫어요!’라고 말하고 자리를 떠나야 한다.
  - c. 학교에 와서 선생님에게 이야기를 하고 집에 와서 부모에게 이야기를 한다.
  - d. 색상과 가능하면 차 이름 등, 차가 어떻게 생겼는지를 잘 생각해본다. 그리고 부모와 선생님에게 이야기한다.
  
6. 놀이터에서 놀고 있는데 성인이 와서 잃어버린 개를 찾는데 도와달라고 한다. 어떻게 해야 할까?
  - a. 그 사람을 모르면, 그 곳을 벗어나 믿을 수 있는 사람에게 이야기 한다.
  - b. 성인은 아이가 아닌 다른 성인에게 도움을 청해야 한다. 그 사람을 도와주기 전에, 반드시 부모의 허락을 받는다.
  - c. 부모에게 무슨 일이 일어났는지 이야기한다.

7. 길을 걷고 있는데 나이가 든 이웃이 짐을 드는 것을 도와주면 사례를 하겠다고 한다. 또 집으로 들어오라고 한다. 어떻게 해야 할까?
  - a. 일단 허락을 받는다.
  - b. 부모의 허락 없이 절대로 다른 사람의 집에 들어가지 않는다.
  - c. 부모에게 이 사람에 대해 이야기한다.
  
8. 나이가 더 많은 아이(그를 전부터 알고 있다)가 와서 같이 게임을 하며 놀자고 한다. 그 게임에서 그 아이는 의사고 나는 환자라고 한다. 그리고 진찰을 할 수 있게 옷을 다 벗으라고 한다. 어떻게 해야 할까?
  - a. 옷을 벗지 않는다.
  - b. 자꾸 시키면 싫다고 말하고 도망친다.
  - c. 부모에게 이야기 한다.

## 기타 아동 학대 방지 활동

### 안전 수칙 노트

이번 실습은 자녀들이 학대를 당할 수 있는 상황을 피하는 능력을 기르는데 도움을 줄 것입니다. 안전 수칙 노트는 집에서 노트 종이로 쉽게 만들 수 있습니다. 여기에 자녀가 부모의 직장 전화번호나 가까운 친지의 연락처 등 비상 연락망을 적어 놓을 수 있을 것입니다. 이 노트에 자녀들과 상의한 안전 수칙들을 적어 놓으면 더욱 좋겠지요. 흥미를 위해 아이들이 직접 예쁜 장식도 달고 그림도 그려놓으면 더욱 좋을 것입니다. 자전거 안전 수칙 등 다른 읽을거리도 적어 놓으면 더욱 쓸모가 있겠지요?

## 연극 거리

어떨 때에는 아이들은 자신들이 알고 있는 안전 수칙들을 극화하여 연극이나 짧은 단막극의 대본을 만드는 것을 좋아합니다. 작은 놀이로써 다른 아이들에게 보여 줄 수도 있고 해서 더욱 교육적입니다. 그런 아이들의 놀거리를 이용해서 아이들의 이해를 돕게 한다면 아주 좋은 안전 교육이 될 것입니다. 아이들은 자신들이 보호받고 있다는 것을 인식하는 것이 중요한데, 이런 것들이 아이들이 상황을 이해하고 배운 것을 적용하는 데에 큰 도움이 될 것입니다.

## 가족 모임

아이들은 안 좋았던 경험이나 상황에 대해서 부모들에게 말하는 것에 대해 거부감이 없어야 합니다. 연구 결과에 따르면, 아이들은 너무 두렵거나 정신이 없어서 50% 정도의 아동 학대 경험을 부모 등에게 말하지 못한다고 합니다. 아이들이 자유로이 자신들의 생각이나 만나는 사람들에 대해 말할 수 있는 분위기가 만들어져야 합니다. 이런 분위기는 가족 전체가 모여 자유로이 대화하는 시간을 많이 가지면서 만들어 갈 수 있습니다. 그리고 앞서 언급한 본보기 활동을 가족들이 같이 해 볼 수 있는 시간도 가족 모임에서 가질 수 있습니다.

## 아동 보호의 삼대 원칙

- 어떤 사람들이든 아동 학대범이 될 수 있다 라는 것을 명심하고 위험한 경우가 될 수 있는 상황을 경계한다.
- 원치 않는 행동에 대해 확실히 거부한다. 그러면 대부분의 학대 시도는 방지할 수 있다
- 부모나 믿을 수 있는 성인에게 학대 기도나 학대를 반드시 보고한다.

## 삼대 원칙 실천하기

다음의 이야기들은 자녀들이 삼대 원칙을 어떻게 실행할 것인가를 생각하는 데에 도움을 줄 것입니다. 이야기에 나온 상황들이 다소 거부감이 들 수는 있지만, 아이들이 성학대에 대해서 잘 이해하고 있으면 올바른 판단을 내리실 수 있을 것입니다.

### 제인의 이야기

저는 12살이고 중학교 1학년입니다. 일주일에 세 번씩, 수영 연습을 하러 친구들과 수영장에 갑니다. 저는 학교에서 수영팀에 가입해 있어서 수영 코치를 받고 있어서 코치받는 것에 조금 민감한 편입니다. 수영장에서 일하는 직원 하나가 요즈음 우리들과 시간을 많이 보냈습니다. 그는 참 친절했고, 예전에 수영 선수였다고 합니다. 수영에 대해 참 많이 안다는 감정을 받았었지요. 그는 내가 가능성이 많아 보인다고 했고, 원한다면 가르쳐 주겠다고 했습니다. 그렇지만 뭔가가 찝찝했습니다. 이 남자는 나에게 폐장 시간 이후 수영장에 혼자 오라고 했습니다. 그래야만 연습에 신경을 쓸 수가 있다고요. 그리고 학교에서 태워주고 또 끝나면 집까지 바래다 준다고 했습니다. 참 끌리는 소리였지만, 나와 친구들이 수영장 안에 있을 때 같이 들어와서 짓궂게 구는 것을 눈치했습니다. 우리를 가르쳐 줄 때, 자주 나한테 자주 부딪혔고, 또 가끔 팔 동작을 고쳐준다면서 가슴을 만지기도 하였습니다. 그 사람은 아무 것도 아닌 듯이 행동했지만, 저는 잘 모르겠습니다.

이 상황에서 무엇이 위험할까요?

- 민감한 신체 부위에 대한 원하지 않는 접촉
- 그대로 허락한다면 접촉은 심해질 것입니다.
- 조용한 시간에 개인 교습을 하는 것과 차를 태워 준다는 것은

학대범일 수 있는 사람과 제인을 같이 두는 것입니다.

어떻게 하면 안전할까요?

- 그 사람에게 그만 잡으라고 하고 더 이상 시간을 같이 보내지 않습니다.
- 그 사람이 근처에 있을 때 다른 사람과 같이 있어야 합니다.
- 그 사람이 잡거나 만지면 다른 사람이 들을 수 있도록 그만 두라고 크게 소리를 쳐야합니다.

이 상황을 어떻게 보고하면 될까요?

- 믿을 수 있는 성인 (수영장의 지배인, 선생님, 부모님)
- 부모에게 경찰에 신고를 하라고 말하세요. 그 사람이 하는 행동은 불법이고 학대입니다.

#### 마리아의 이야기

저는 13살인데 걱정이 있습니다. 17살 먹은 사촌 언니 게일 때문이지요. 게일은 우리 부모님이 여행을 가시면 우리집에 옵니다. 저번에는 이상한 행동을 했습니다. 저에게서 눈을 떼지 않았어요. 샤워를 하는데도 화장실 문을 열어 놓아야 한다고 막 무가네였습니다. 내가 돌아서면 등뒤에서 샤워하는 모습을 찍기도 했습니다. 게일은 필름이 안 들어있고 그냥 장난이었다고 했지만 저는 불쾌했습니다. 지난 번에 사촌이 왔을 때는 침대로 와서 같이 텔레비전을 보자고 했습니다. 그런데 알고보니 야한 비디오를 같이 보자는 것이었습니다. 세일은 나한테 아무에게도 말하지 말라고 했습니다. 말을 하면 자기는 물론 나까지 혼이 날거라고 하면서 말이지요.

게일이 17살 밖에 안됐고 마리아의 친척이라고 해서 그녀가 아동학대를 하지 않는다고 할 수 있을까요?

- 아동학대범은 아무나 될 수 있다는 것을 알아야 합니다. 그런 사람들의 대부분이 가족이거나 아이를 잘 알고 있는 사람들입니다.
- 많은 학대범들은 자신이 10대일 때부터 학대를 시작합니다.

게일이 마리아를 만지지 않은 것 때문에 성학대를 안했다는 것이 성립 될까요?

- 게일은 마리아가 원치 않는 사진을 찍은 것으로 마리아의 사생활을 침해했습니다. 이것은 학대의 한 방법입니다.
- 마리아에게 포르노 비디오를 보여주는 것은 성학대의 하나이고 또 성추행으로 이어지는 지름길입니다.

마리아가 이 사실을 말하면 문제가 생길까요?

- 마리아는 아무 잘못이 없습니다.
- 성학대에 대해서는 전적으로 가한 사람에게 책임이 있습니다.

#### 스티븐의 이야기

제 이름은 스티븐입니다. 저는 10살이구요 학교 성적이 좋습니다. 바보가 아니라구요. 그런데 요전 날 참 바보 같은 기분이 들었습니다. 한 무리의 애들이 비밀 조직을 만들기 시작했습니다. 재미있어 보였는데 원래 회원이 들어오라고 하기 전까지는 들어갈 수 없는 서클이었습니다. 내 친구중의 하나가 그 서클 회원 이었는데, 저한테 들어오지 않겠느냐고 물어보았습니다. 저는 기쁜 마음에 그러겠다고 했지요. 그랬더니 그는 학교 뒷쪽 창고에서 오늘 재미있는 모임이 있으니 저에게 오라고 했지요. 그리고 '오늘 한번 망가지며 놀아 보자, 재미있을 거야' 그러면 서 저의 가랑이를 잡더니 막 웃는 것이었습니다.

스티븐의 친구가 ‘오늘 망가지며 놀아보자 재미있을 거야’라고 한 것은 무슨 뜻이었을까요? 그리고 스티븐의 가랑이를 잡은 것은 무슨 뜻이었을까요?

- 아동 학대범은 순진한 아이들을 꼬이기 위해 자주 서클을 이용합니다.
- 술이나 약물 등으로 저항하려는 의지를 꺾는 일은 자주 일어납니다.

스티븐이 서클 모임에 나갔다고 가정을 합시다. 그곳에서 성추행을 당했다면 그는 무엇을 느낄까요?

- 많은 남자 아이들은 속았다는 것을 알았을 때 굉장히 수치스러워하기 마련입니다. 특히, 다른 남자에게 성적으로 학대를 당하면 사람들이 자신을 동성연애자로 볼까봐 두려워합니다.
- 수치심 때문에 스티븐이나 이런 일을 겪은 남자 아이들을 말하기를 꺼려합니다.

## 4. 아이들 다루기

### 다른 사람의 자녀를 다룰 때 자신을 보호하는 법

과거에는 아이들이 어른이라면 너무 믿는 경향이 있었기 때문에 불행히도 학대의 표적이 되는 경우가 많았습니다. 심지어는 자신들이 믿고 있던 성인에게도 말이지요.

최근에는 아이들에게 다른 사람의 수상쩍은 행동을 더욱 경계하라고 가르치고 있습니다. 그 결과로 다른 사람의 호의도 미심쩍은 눈으로 바라보는 시각이 생겼습니다.

따라서, 선생님이나 경찰 또는 아이들을 다루는 사람들은 행동 지침을 잘 지켜서 아이들의 의심을 불식시켜야 합니다. 또 그렇게 함으로써 아이들에게 더욱 안전하다는 안도감을 주어야 합니다. 호주스카우트연맹은 이렇게 어른들의 행동 지침을 제정하고 안전한 사회를 만드는데 노력하고 있습니다.

다음의 조언은 아이들을 더욱 보호할 뿐 아니라 어른들에게도 실수로 학대범으로 몰리지 않도록 도움을 줄 것입니다. 또한 아이와 어른에게 안전에 대한 의식도 고취시켜 줄 것입니다.

### 아동들을 다루는 어른과 청소년을 위한 조언

- 편애하지 마십시오. 여러분이 책임지고 있는 모든 아이들에게 애정을 골고루 쏟으십시오. 이것을 확인하려면 이렇게 해 보세요. 다른 사람들이 여러분이 아이들과 어울리는 것을 보는 것에 거리감이 없다면, 여러분은 괜찮을 것입니다.
- 아이들을 만질 때에 주의하십시오. 절대로 아이들이 거부감이 드는 것에 손을 대지 마십시오. 뒷통수나 어깨 등은 괜찮

습니다. 가슴이나 사타구니, 엉덩이, 성기 등은 절대로 안 됩니다. 과격한 레슬링이나 간지럽힘은 부적절한 행위입니다. 여러분의 팔로 어깨를 감싸주면서 옆에서 가볍게 안아주는 것은 우울한 아이들을 달래기에 좋습니다. 아이들이 간혹 여러분의 호의적인 행동에 놀라 거부감이 들 때가 있는데, 잘 이해해주십시오.

- 검사를 위해 아이의 옷을 강제로 벗기거나 벗으라고 하지 마십시오.
- 다른 사람이 보고 있다는 것을 적절히 활용하십시오. 아이들과 조용한 대화가 필요하면, 조용한 곳을 찾되, 다른 아이들이 볼 수 있는 곳을 택하십시오. 아이들의 프라이버시도 중요합니다. 아이들이 옷을 갈아입을 때나 샤워를 할 때, 화장실을 갈 때, 잘 때 등은 아이들을 존중해 주십시오.
- 행동을 조심하십시오. 나체로 수영을 하거나 성행위를 하는 것을 보이지 마십시오.
- 성적인 행동을 자제하십시오. 아이들에게 성적인 농담이나 음란물을 보게 하지 마십시오.
- 책임있게 감독을 하십시오. 심한 장난이나 행동을 허락하지 마십시오. (술을 먹이는 등 무리한 입회식이나 조롱, 괴롭힘 등은 스카우트연맹에서 금기입니다.)
- 아이들에게 필요한 것들을 잘 알고 계십시오. 부모에게 이 아이가 신체적 정신적 질병 등 특별한 주의가 필요한지 물으십시오. 집이나 학교에서의 스트레스는 아이의 행동에 영향을 줄 수 있습니다.
- 적절한 감독이 필요합니다. 아이들의 숫자에 맞게 알맞은 수의 보호자가 필요합니다.
- 보호자들에게 아이들을 다루는 기술이 있는지 확인하십시오. 체벌을 할 때에는 적합한 방법을 찾으십시오. 아이들의 잘못에

대해 공정하고, 언제나 기준이 같으며, 합리적이고 확실한 처벌 방법을 찾으십시오.

아이들이 잘못 할 수 있는 소지가 있을 수 있는 상황을 방지하는 데에 주력하십시오. 그러기 위해서는 준비를 철저히 해야 하며, 적절한 관찰과 아이들과의 대화가 있어야 합니다. 만약 잘못된 행동을 발견했을 때에는 지체하지 다십시오.

신체에 대한 체벌은 적절치 못하면 아동 학대나 더 나아가 폭력 등의 죄가 될 수 있습니다. 아이들이 받아들일 수 있는 것과 없는 것을 잘 알아 두십시오. 그리고 보호자로서 여러분은 학대가 될만한 상황을 보고해야 할 의무가 있습니다.

## 2003년 한국청소년개발원 간행물 안내

- 03-R01 청소년 생활문화와 소비에 관한 연구 I  
-청소년 의복문화와 소비-(맹영임 · 구정화)
- 03-R02 청소년 생활문화와 소비에 관한 연구 II  
-청소년 음식문화와 소비-(조혜영 · 김선아)
- 03-R03 청소년 생활문화와 소비에 관한 연구 III  
-청소년 소비생활 문제와 대책-(윤철경 · 조아미 ·  
백지숙 · 유혜림)
- 03-R04 청소년 생활문화와 소비 -정책제안 요약집-(임지연)
- 03-R05 청소년의 온라인 게임 이용 실태연구(이종원 · 유승호)
- 03-R06 지역사회에서 청소년 동아리활동 실태와 지원방안 연구  
(김정주 · 김용대 · 성기원)
- 03-R07 청소년의 사이버커뮤니티 참여 및 이용실태 연구  
(황진구 · 권태희)
- 03-R08 청소년의 시민권 증진 방안 연구(최원기 · 전명기 · 이주연)
- 03-R09 중퇴 청소년의 아르바이트 실태와 보호대책 연구  
(전경숙 · 노재봉)
- 03-R10 지역사회 네트워크를 통한 청소년 폭력 대책 연구  
(이민희 · 임영식 · 이진숙)
- 03-R11 북한이탈 청소년의 남한사회 적응실태 및 지원방안  
연구(길은배 · 문성호)
- 03-R12 청소년 리더십 함양을 위한 자원봉사 교육프로그램  
모델 개발(우정자 · 김은경 · 김형주)
- 03-R13 청소년인권센터 운영실태 및 활성화 방안 연구  
(김영지 · 이용교 · 김세진)

- 03-R14 청소년 정보소외 실태 조사 연구(김경준 · 최선희)
- 03-R15 한국 청소년 패널조사(KYPS)-조사개요보고서  
(이경상 · 김진호 · 오해섭 · 김희진)
- 03-R16 청소년의 세계시민 자질과 함양방안 연구(김선미 ·  
남경희)
- 03-R17 가족복지 가출청소년들의 귀가요인 분석 및 가출청소년지도 방안 모색(방은령)
- 03-R18 청소년의 노동시장 참여와 비행: 정책적 함의(문성호)
- 03-R19 지방정부의 청소년예산결정 영향 요인에 관한 실증적 연구(김영호)
- 03-R20 청소년의 방과 후 활동유형과 문제행동간의 관계:  
청소년의 자아통제 및 부모감독의 중재효과(김희화)
- 03-R21 청소년 진로개발을 위한 방향성 탐구(최동선)
- 03-R22 청소년의 사이버일탈의 원인에 관한 경험연구(이성식)
- 03-R23 빈곤계층 청소년의 자립능력개발을 위한 복지지원  
방안(노혁)
- 03-R24 거주지역환경이 청소년에 미치는 영향력에 관한 연구(전신현)
- 03-R25 폭주청소년의 위험행동과 예방에 관한 연구(김문섭)
- 03-R26 자살 사이트의 생성 및 이용, 그리고 운영:  
심리적 측면을 중심으로 한 사례분석(문성원)
- 03-R27 부모를 위한 청소년지도 가이드(신인순 외)
- 03-R28 한 · 중 · 일 청소년 정책비교 연구(이종원)
- 03-R29 한국과 미국 청소년의 컴퓨터 활용과 진로선택 경향  
연구(김선미)
- 03-R30 2003전국청소년 자원봉사 주관사업 우수활동사례집  
(한국청소년자원봉사센터)

- 03-R31 2003 대한민국 청소년봉사상 우수활동사례집  
(한국청소년자원봉사센터)
- 03-R32 자원봉사 선진지 연수보고서(한국청소년자원봉사센터)
- 03-R33 청소년 자원봉사 지도매뉴얼(한국청소년자원봉사센터)
- 03-R34 일본자원봉사 지원센터 활동사례집(한국청소년개발원)
- 03-R35 한중정책세미나 자료집(한국청소년개발원)
- 03-R36 청소년육성5개년계획수립 공청회 자료집(한국청소년개발원)
- 03-R37 청소년 삶의 질 향상 세미나 자료집(한국청소년개발원)
- 03-R38 청소년 문제행동 예방과 종합대책 연구(김영한·서정아)
- 03-R39 학교청소년 문제행동 예방과 대책 연구(이재분·박효정·현주)
- 03-R40 일탈·범죄청소년 문제행동 예방과 대책 연구(김은경·이동원)
- 03-R41 근로청소년 문제행동 예방과 대책 연구(손유미·김상호·조정아)
- 03-R42 귀국 및 탈북청소년 문제행동 예방과 대책 연구(조한범·이금순·이우영·전효관)
- 03-R43 여자청소년 문제행동 예방과 대책 연구(이춘화·윤옥경)
- 03-R44 서현청소년문화센터 위탁운영 비용산정에 관한 연구  
(김영한·김진호·김갑성)
- 03-R45 통일교육의 실태조사 및 성과분석 연구(길은배·한만길·최영표·강영혜·오해섭·김학성)
- 03-R46 학업중단청소년의 진로준비 실태분석 및 취업지원 방안  
(이경상·조혜영·박창남)
- 03-R47 서울특별시 학생교육원교육시설 특성화방안  
(김정주·김진호·소병조)
- 03-R48 월드컵현상을 통해 본 신세대의 사회 문화적 정체성과  
청소년정책의 과제(이종원·이경상·김종길)

- 03-R49 청소년 책읽기사업의 효율적 추진방안(이춘화·서정아·김상헌)
- 03-R50 선진국형 청소년 수련프로그램 개발 기초연구  
(김영지·전경숙·김민)
- 03-R51 청소년정책 우리는 이렇게 생각해요!  
-제9회 청소년정책 아이디어 공모 수상집 모음집-  
(황진구·강명숙·임지수)
- 03-R52 2003특성화 수련거리개발 [3]-청소년마을체험  
(윤철경·이은경)
- 03-R53 2003특성화 수련거리 개발 [6]-국제언어캠프  
(김선미·김호숙)
- 03-R54 2003특성화 수련거리 개발 [7]-환경음식만들기  
(서정아·최경학)
- 03-R55 청소년 단체운영실태 및 발전방안 연구(맹영임·  
이광호·김민·임연희)
- 03-R56 연령대별 외국청소년 정책비교 및 정책 대안(윤철경·이상오·  
황성하·서수경)
- 03-R57 청소년 개발 지표개발 및 활용방안(김진호·송병국·  
임영식·김진화·오해섭·윤명희·정효진)
- 03-R58 선진 각 국의 청소년 보호체계 사례조사(우정자·  
김문섭·최종혁)
- 03-R59 경기도 청소년수련시설 장기발전계획 수립연구  
(함병수·임지연·김중두)
- 03-R60 청소년 국제교류 정보네트워크 구축방안 모색을 위한  
연구(조혜영·최원기·임지연)
- 03-R61 청소년수련시설 실태조사 및 제도개선 방안마련  
(황진구·김경준·이춘화·최창욱)
- 03-R62 인천시 청소년수련관 운영방식 연구(김경준·함병수·  
김영한·최창욱)