

(Active Parenting)

AP NOW!

적극적 부모교육 Q&A

양육하면서 한 번쯤 고민해보셨던 이야기들,
AP 부모교육에서 함께 배우고 알아가요!

Q1) "아이가 잘못을 했을 때 단호하게 말하려다가 나도 모르게 버럭 소리를 지르게 돼요. 매번 후회하면서도 왜 반복될까요?"



A1) 부모님의 사랑이 부족해서가 아닙니다. 우리는 자녀가 한계에 이를 때까지 참아주다가 결국 폭발해 버리는 '반응적인 훈육'에 익숙하기 때문입니다. 감정적으로 소리 지르지 않고도 자녀의 인격을 존중하며 단호하게 규칙을 시행하는 '적극적인 부모역할의 기술'을 배우면 훈육이 쉬워집니다.

Q2) "사소한 일로도 아이와 기싸움을 하느라 진이 빠져요. 제가 너무 예민한 걸까요?"



A2) 아닙니다! 가정 안에서 반복되는 피 말리는 대결은 "이 문제가 누구의 것인가(문제 소유권)"를 명확히 나누지 못해 발생합니다. 부모가 통제해야 할 일과 자녀 스스로 책임지도록 지시해야 할 일을 현명하게 분별하는 법만 알아도 기싸움은 마법처럼 사라집니다.

* AP 부모교육을 통해 아이와 싸우지 않고 부모로서 건강한 권위를 갖는 리더십을 배울 수 있습니다.

Q3) 자녀의 그릇된 행동에 소리 지르거나 방임하지 않는 제3의 훈육법이 있나요?



A3) 훈육은 기술입니다. 참다가 폭발하는 '반응적 훈육'이나 무조건 허용하는 '방임'이 아닌, 자녀의 인격을 존중하면서도 행동에 따른 논리적 결과를 시행하는 '적극적 훈육 기술'을 사용해야 합니다. AP 부모교육에서 훈육에 대한 기술을 배워보세요!

Q4) 가족 내에서 발생하는 사소한 갈등과 대결을 예방하는 구조적인 방법이 있나요?



A4) 갈등 발생 시 "누가 문제를 소유하고 있는가?"라는 객관적인 모형을 적용해야 합니다. 부모의 책임 영역과 자녀의 독립성 영역을 분별함으로써 불필요한 기싸움을 차단할 수 있습니다. AP 부모교육에서는 갈등을 예방하고 해결하는 구체적인 기술을 알려드립니다!