칭찬과 격려가 성공을 부른다

박홍묵/PSA 자녀성공 어머니스쿨 부원장

여섯 살난 민우는 요즘 그림을 그리는 데 재미를 붙여 틈만 나면 그림을 그립니다.

밖에서 집으로 돌아온 이선아씨는 아들 민우가 그림 그리는 것을 보고는 "우리 민우가 그림을 잘 그리는구나. 앞으로 크면 훌륭한 화가가 될거야"라고 말합니다. 민우는 "엄마, 내가 그림 잘 그려?" 하고 묻자 엄마는 "그럼, 우리 민우가 정말 잘 그리고말고, 그렇게 열심히 그리다보면 이 다음에는 더 잘 그릴거야."

자기의 그림에 대해 엄마가 어떻게 생각하는지 궁금하게 생각하던 민우는 엄마의 칭찬과 격려의 말을 듣고는 '우리 엄마는 내가 그림을 잘 그린다고 생각하시는구나. 그리고 내가 열심히 그린다고 생각하시는구나' 라는 느낌을 갖게 됩니다.

이러한 칭찬과 격려를 생활화하게 되면, 자녀는 엄마로부터 인정받고 있으며, 또 자신이 부모에게 필요한 가치있는 존재라는 생각을 가지게 됩니다.

우리의 문화에서는 가족관계에서도 칭찬과 격려가 생활화되어 있지 않습니다.

아마도 겸손이 미덕이라는 교육이 영향을 미쳤을 것입니다.

자녀에게 긍정적 자아상과 자존심을 심어주고, 자기동기화된 인간으로 성장하도록 돕기 위해서는 부모들이 자녀에게 칭찬과 격려를 좀 더 많이 해야 합니다.

그런데, 우리 부모들은 이러한 칭찬과 격려가 생활화되어 있지 않아 어떻게 자녀들을 칭찬해야 할 지를 모르고 있습니다.

다음의 다섯 가지 항목에 대하여 평상시 자녀를 잘 관찰하여 칭찬과 격려할 말을 적어 놓고, 틈 나는 대로 읽어보고 칭찬하는 연습을 해봅니다.

1. 자녀의 외모나 신체적 조건
"너는 어쩜 그렇게 예쁘니"
"너는 정말 눈이 초롱초롱하구나"
2. 자녀의 행동, 습관, 태도
"책을 열심히 읽는구나"
"동생을 잘 데리고 노는구나"
3. 자녀의 감정, 생각
"정말 마음씨가 곱구나"
"좋은 생각을 했구나"
4. 자녀의 성취와 결과
"이게 네가 만든거구나. 이다음에 커서 훌륭한 과학자가 되겠구나" "정말 열심히 그렸구나. 다음에는 더 잘 그릴 수 있어"
5. 자녀의 사용 방법
"어떻게 그런 생각을 했니"
"정말 좋은 방법을 발견했구나"

칭찬과 격려를 받고 자라는 아이는 높은 자존심과 자신감을 갖게 되고, 또 다른 사람을 칭찬하고 격려할 줄 압니다.

이러한 아이는 친구들에게 인기가 있고, 또 좋은 관계를 유지하여 성공하는 어른으로 쑥쑥 자라게 됩니다.

PSA 자녀성공 어머니스쿨 02)3486-0643, 4