

(사)한국예절문화원

---

# 배려심 있고, 예의 바르고, 도덕적인 아이 키우기

---

교육자료
------

2021-12-10
------------



인성 발달에 관한 연구 결과에 따르면 이해심과 배려심, 동정심의 씨앗은 어릴 때부터 존재하지만, 이 씨앗이 완전히 자라 남을 배려하는 도덕적인 사람이 되기 위해서는 유년기의 모든 단계에서 어른의 도움이 필요하다.

부모는 아이가 타인에 대한 관심을 키울 수 있도록 노력해야 한다. 이는 근본적으로 옳은 일이며, 아이가 타인을 이해하고 책임질 수 있을 때 더 행복하고 성공한 삶을 누릴 가능성이 크기 때문이기도 하다. 남을 배려하는 아이는 전 생애에 걸쳐서 더 좋은 관계, 즉 행복의 핵심 요소인 친밀한 관계를 맺을 수 있다. 또한 오늘날 직장에서 성공은 종종 타인과의 효과적인 협업에 달려있으며, 이해심과 사회성이 뛰어난 아이가 더 좋은 협력자가 된다.

배려심 있고 예의 바르며 도덕적인 아이로 키울 수 있는 지침 및 실행법은 다음과 같다.

이 내용은 다양한 단체들이 미국 전역의 가정을 대상으로 수십 년간 진행한 수많은 연구와 작업을 바탕으로 하고 있다.

## 1. 아이와 사랑하고 배려하는 관계를 발전시키도록 노력하기

**왜?** 아이들은 배려와 존중을 받으면서 이를 학습한다. 아이가 사랑받는다고 느끼면 부모에게 애착을 갖게 되며, 애착을 지닌 아이는 부모의 가치관과 가르침을 더 잘 받아들인다.

**어떻게?** 아이를 사랑하는 일은 여러 가지 형태를 띤다. 신체적·정서적 요구 들어주기, 안정된 가정환경 제공하기, 애정 표현하기, 아이의 개성 존중하기, 아이의 생활에 진심으로 관심 기울이기, 중요한 일에 대해 같이 논의하기, 아이의 노력과 성취감을 인정해주기 등이 모두 이에 해당한다.

## [권장사항]

1. 정기적으로 함께 하는 시간 보내기. 아이와 정서적으로 친밀한 시간을 규칙적으로 보내는 계획을 세운다. 어떤 부모와 양육자는 밤마다 잠자리에서 책을 읽어주거나 다른 공유 활동을 통해 이를 실천한다. 아이와 일대일로 함께하는 시간을 어쩌다 우연히 보내는 게 아니라 주간 행사로 계획하는 부모도 있다. 예를 들어, 매월 토요일 오후 하루를 정해 아이와 함께 둘이 좋아하는 것을 하면서 보낼 수도 있다.

2. 의미 있는 대화 나누기. 아이와 함께 있을 때마다 서로 자신의 생각과 감정, 경험을 털어놓는 질문을 돌아가면서 한다. 예를 들면, 다음과 같이 물어본다.

“오늘 가장 좋았던 것은 무엇이니? 가장 힘들었던 건?”

“오늘 기분 좋게 해낸 일은 무엇이니?”

“오늘 다른 사람이 네게 어떤 좋은 일을 해주었니? 네가 한 좋은 일은 무엇이니?”

“오늘은 학교 안팎에서 무엇을 배웠니?”

## 2. 확실한 도덕적 모범을 보이는 멘토 되기

**왜?** 아이들은 부모의 행동과 존경하는 어른의 행동을 보고 도덕적 가치관과 행동을 배운다. 부모의 언행이 일치할 때 아이는 부모의 가르침을 귀담아듣는다.

**어떻게?** 부모는 스스로 정직함과 공정함을 실천하고 있는지, 자기 관리를 잘하고 있는지, 갈등을 원만히 해결하고 분노와 기타 힘든 감정을 효과적으로 조절하고 있는지 등을 각별히 신경 쓴다. 하지만 언제나 완벽한 사람은 없다. 그렇기에 부모는 실수와 결점을 인정하고 고치려고 노력하면서 겸손함과 자의식, 정직함의 모범을 아이에게 보여주는 것이 중요하다. 부모는 자녀 양육에 방해가 될 수 있는 상황도 인정해야 한다. 예를 들면 부모가 너무 피곤하거나 스트레스를 받은 상태는 아닌지, 혹은 아이가 간혹 양육을 힘들게 하는 특정 방식으로 부모를 화나게 만들지는 않는지 등을 생각해본다.

무엇보다도 아이들이 부모를 믿고 존경하는 경우에만 그들처럼 되고 싶어한다는 점을 명심한다. 아이가 부모를 존경하는지 아닌지를 알아차릴 수 있으므로, 부모가 생각할 때 아이가 자신을 존경하지 않는다면 왜 그런지, 또 어떻게 하면 관계를 개선할 수 있을지 생각해본다.

## [권장사항]

1. **봉사하기.** 정기적으로 사회 봉사에 참여하거나 다른 방식으로 사회에 기여하는 모습을 보여준다. 아이와 함께 하면 훨씬 더 좋다.
2. **정직함과 겸손함 보이기.** 부모가 아이에게 영향을 미치는 실수를 했다면, 왜 그랬는지 아이에게 얘기하고 사과하며 다음에는 어떻게 실수를 피할 계획인지 설명해준다.
3. **타인과 상의하기.** 부모가 아이를 보살피거나 공정함 같은 중요한 도덕적 자질을 보여주기 힘들다고 생각하면 믿을 수 있는 사람과 상의한다.
4. **자기 관리하기.** 친구와 시간 보내기, 산책 또는 기도나 명상하기 등 무엇이든지 간에 시간을 내어 스트레스를 해소하도록 노력한다. 이는 부모 자신에게 중요하며, 그래야 타인에게 더 신경 쓸 수 있기 때문이다.

## 3. 타인 배려를 강조하며 아이에 대한 도덕적 기대 수준을 높게 잡기

**왜?** 부모와 양육자에게서 타인 배려가 최우선이며 자신의 행복만큼 중요하다는 말을 듣는 것은 아이들에게 매우 중요하다. 부모와 양육자 대다수가 배려의 중요성을 아이에게 얘기하지만, 대개 아이들은 그 말을 귀담아 듣지 않는다.

**어떻게?** 아이에 대한 도덕적 기대 수준을 높이는 일은 배려심을 함양하는 데 큰 역할을 한다. 예를 들면, 아이가 약속을 지키고, 힘들어도 옳은 일을 하고, 공정성과 정의라는 중요한 원칙을 견지하게 하는 것 등이다. 이 때문에 불만스럽더라도, 그리고 동급생이나 다른 이들이 똑같이 행동하지 않더라도 예의를 지키도록 한다.

## [권장사항]

- 1. 분명한 메시지 보내기.** 아이에게 배려의 중요성을 담은 일상적인 메시지를 보낸다. 예를 들어, 아이에게 “제일 중요한 건 네가 행복한 거야.”라고 말하는 대신 “제일 중요한 건 네가 *친절하고* 행복한 거야.”라고 말해준다.
- 2. 다른 어른들과 자녀의 생활에 대한 얘기를 나눌 때 아이의 배려심을 중시하기.** 예를 들면, 교사와 코치에게 아이의 학력이나 성적, 수행 평가만 물어보는 것이 아니라 학우들과 잘 지내는지도 물어본다.
- 3. 아이가 “문제를 해결”하도록 독려하기.** 아이가 스포츠 팀, 밴드, 우정을 포기하기 전에, 그 집단이나 친구에 대한 의무를 곰곰이 생각해보게 하고 문제를 잘 풀어보라고 독려한다.

## 4. 배려와 감사를 실제로 해볼 기회를 아이에게 주기

왜? 아이들은 타인에 대한 배려와 감사를 연습해볼 필요가 있다. 아이의 삶에 기여하는 수많은 사람들에 대해 감사를 표현하는 것이 중요하다. 연구 결과에 따르면, 고마움을 자주 표현하는 사람이 다른 이를 잘 도와주며 넉넉하고, 온정적이고, 너그러울 가능성이 더 크다. 더불어 행복하고 건강할 가능성도 더 크다.

어떻게? 감사하고 배려하는 태도를 익히는 것은 어떤 면에서 운동이나 악기를 배우는 것과 비슷하다. 친구의 숙제 도와 주기, 집안일 거들기, 교실에서 허드렛일 맡기, 타인에게 감사한 것을 일상적으로 되새겨 보기 등이 매일 반복하는 것이 중요하다. 이와 더불어 도전 과제를 늘려 나가면 배려와 감사가 제2의 천성이 되어 아이의 배려 능력이 발달하게 된다. 가족회의를 통해 형제간 말다툼이나 학교에서 시작된 싸움과 같은 문제를 해결하는 것을 돕고, 식사를 더 즐겁게 만드는 일을 아이에게 맡긴다. 부모와 양육자는 항상 배려와 공정함 같은 핵심 가치를 곳곳이 지켜야 하지만, 중요한 측면에서 가정을 민주적으로 만들어야 한다. 아이는 부모의 말을 귀담아 들으면서도 자신의 의견을 표현할 수 있어야 한다. 가정생활을 개선하려는 계획을 세울 때 아이가 참여하게 하면, 균형감과 문제 해결 능력을 배우고 진정한 책임감을 갖게 된다. 즉, 아이는 행복한 가정의 공동 창조자가 된다.

## [권장사항]

**1. 진정한 책임감 심어 주기.** 아이가 집안일과 형제자매를 일상적으로 도와주도록 기대하고, 흔치 않은 친절만 칭찬해준다. 별다른 보상 없이 일상적인 배려를 기대 받은 아이는 이러한 행동이 습관처럼 몸에 밸 가능성이 크다.

**2. 배려와 정의 역설하기.** 일상 생활이나 텔레비전을 통해 본 배려와 비정한 행위에 대해 아이와 함께 얘기를 나눈다. 뉴스에 나온 정의와 불의에 대해서도 토론한다. 예를 들어, 중요한 대의를 지녔거나 성차별 또는 인종차별 사건 해결을 위해 노력하는 사람에 대한 대화를 시작한다. 이런 행동을 어떻게 생각하는지 아이에게 물어보고, 왜 이런 행동이 다정하거나 비정한지, 정당하거나 부당한지 설명해준다.

**3. 감사 표현하기.** 식사 시간이나 취침 시간, 자동차나 지하철 안에서 감사를 표현하는 것을 일상적인 의례로 만들어본다. 가족이나 교사, 자신의 삶에 기여하는 이들에게 아이가 고마움을 표현하도록 독려한다.

## 5. 아이의 관심을 확장하기

**왜?** 거의 모든 아이들은 가족과 친구라는 협소한 관계에 공감하고 신경을 쓴다. 부모의 과제는 아이가 그 범위를 벗어난 사람, 즉 새로 온 급우나 외국인, 학교 관리인, 이방인 등을 이해하고 배려하는 법을 배우도록 도와주는 것이다.

**어떻게?** 가까운 관계에 있는 사람들에게 *집중하여* 귀를 기울이며 신경을 쓰고, 다시 *시야를 넓혀* 거시적인 안목으로 매일 교류하는 사람들의 범위를 생각하도록 하는 것이 중요하다. 아이들은 자신의 결정이 공동체에 어떤 영향을 미치는지도 생각해봐야 한다. 예를 들어, 학교 규칙을 어기면 다른 학생도 규칙을 위반하기 더 쉬워질 수 있다. 더 세계화되는 세상에서, 아이들이 다른 문화와 공동체에서 사는 이들에 대한 관심을 키우는 것도 중요하다.

## [권장사항]

- 1. 도전에 직면한 아이들.** 아이들이 새로 전학 온 학생이나 어떤 가정 문제를 겪는 아이처럼 상처받기 쉬운 사람의 시각과 심정을 생각해보도록 독려한다. 놀림당하는 급우를 위로해주거나 새로 온 학생에게 관심을 보이는 것과 같은 행동을 하기 위한 간단한 아이디어를 아이에게 준다.
- 2. 시야 확장.** 신문이나 TV의 일화를 활용하여 다른 사람들의 시련과 도전, 혹은 다른 국가나 사회에 사는 어린이의 색다른 경험에 대해 아이와 대화를 나눈다.
- 3. 경청.** 타인, 특히 낯설어 보이고 금방 이해하기 힘든 사람들에게 귀를 기울이는 것이 중요함을 아이에게 강조한다.

## 6. 도덕적으로 생각하여 공동체를 긍정적으로 변화시킬 수 있는 능력을 아이에게 심어주기

**왜?** 아이들은 자연스럽게 도덕적 문제에 관심을 가진다. 이런 도덕적 문제를 고민할 때 공정함이 어떤 건지, 다른 사람에게 어떤 도움을 받았는지, 의리가 충돌하면 어떻게 해야 하는지 등을 알 수 있다. 또한 아이들은 대개 공동체를 개선하기 위해 주도적 역할을 맡는 데도 관심이 있다.

아이들은 정의의 사도가 되고 싶어한다. 배려와 존중을 배우고 폭력과 학대를 방지하는 훌륭한 프로그램을 어린이와 청소년들이 만든 경우도 있다.

**어떻게?** 부모는 아이의 말을 귀담아 듣고 “단짝이 새로 온 이웃 아이를 좋아하지 않는데, 그 아이를 네 생일잔치에 초대해야 될까?”와 같은 질문을 던져 아이가 도덕적 딜레마를 충분히 생각하도록 도와주면서, 아이가 도덕적인 리더로 자라는 데 일조할 수 있다. 이와 동시에, 부모는 아이가 불의와 싸우고 다른 방식으로 공동체를 강화할 수 있는 기회를 줄 수도 있다.

## [권장사항]

1. **행동하기.** 사이버 폭력이나 동네의 위험한 길목처럼 아이에게 영향을 미치는 문제에 맞서 행동을 시작할 수 있도록 아이를 격려한다.
2. **동참하기.** 노숙자 줄이기, 개발도상국 아이들의 교육 후원, 동물 학대 방지 운동 등 아이가 관심 있는 분야에서 대의에 동참할 수 있는 기회를 준다.
3. **“함께” 하기.** 아이가 그저 타인을 “위하는 것”이 아니라 타인과 “함께하여”, 다양한 학생 단체와 협력하며 공동체 문제에 대응하도록 독려한다.
4. **아이와 함께 생각 말하기.** 식사 시간이나 다른 시간에 텔레비전에 나온 도덕적 딜레마를 다룬 대화를 시작하거나, 고민해볼 도덕적 딜레마를 아이에게 준다. 학교 친구가 다른 아이에 대해 험담을 하면 어떻게 해야 할까? 누군가 시험에서 부정행위를 하거나 도둑질을 하는 것을 봤다면? 아이가 나쁜 짓을 하고 부모나 양육자에게 말하는 것을 두려워한다면?

## 7. 아이가 자제력을 기르고 감정을 효과적으로 처리하게 도와 주기

**왜?** 타인을 배려하는 능력이 분노나 수치심, 시샘과 같은 부정적 감정에 압도당할 때가 종종 있다.

**어떻게?** 모든 감정이 자연스러운 것이지만, 그 감정을 어떤 방식으로 처리하게 되면 이롭지 않을 수 있다고 아이에게 가르쳐준다. 아이가 감정을 생산적인 방식으로 처리하는 법을 배우려면 부모의 도움이 필요하다.

## [권장사항]

- 1. 감정 파악하기.** 아이가 느끼는 답답함과 슬픔, 분노 같은 힘든 감정을 거론하고, 왜 그렇게 느끼는지 들어본다.
- 2. 3단계로 자제하기.** 다음과 같은 3단계를 함께 연습하면 아이가 감정을 누그러뜨리는 데 도움이 된다. 잠시 멈춰, 코로 숨을 깊이 들이쉬고, 입으로 내쉬고, 다섯까지 센다. 아이가 차분한 상태일 때 시도해본다. 그 후, 아이가 화난 게 보이면 3단계를 상기시키고 함께 한다.
- 3. 갈등 해결하기.** 갈등을 푸는 법을 아이와 함께 연습한다. 부모나 아이가 목격하거나 겪은 갈등을 떠올리고, 다양한 대처 방법을 역할극으로 연습해본다. 서로 완전히 이해하도록 노력한다. 양쪽 모두 이해받았다고 느낄 때까지 서로의 감정을 귀담아듣고 다른 말로 바꿔 표현해본다. 부모가 힘든 감정을 겪고 있음을 아이가 눈치채고 걱정하는 경우, 부모가 그걸 어떻게 처리하고 있는지 아이에게 얘기해준다.
- 4. 명확한 한계 정하기.** 권위를 현명하게 사용하여 명확한 경계선을 정한다. 그 한계가 아이의 행복을 위한 합리적인 사랑의 관심에서 나왔음을 설명해준다. 배려심 있고 예의 바르며 도덕적인 아이를 키우는 것은 결코 쉽지 않은 일이다. 하지만 모든 부모가 할 수 있는 일이며, 부모에게 이보다 더 중요하거나 보람 있는 일은 없을 것이다.