

2 코로나(COVID-19) 육아 팁 긍정적으로 생각하기

하루 종일 아이들과 있으면 긍정적으로만 아이들을 대하기는 어렵다. 그리고 "그만해" "하지 마"라고 소리 쳐버리기가 일상이다. 하지만 자녀들은 긍정적인 단어를 이용한 지시와 옳은 일을 했을 때 무한한 칭찬을 해주면 부모의 말을 잘 들을 확률이 더 높아진다.

구체적인 행동지시하기

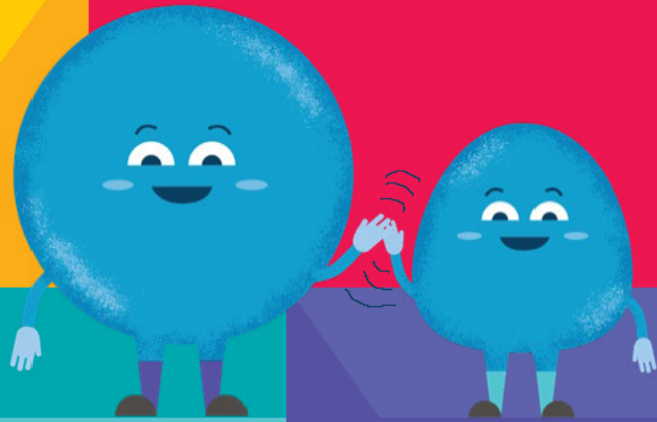
☞ **긍정적인 단어**들로 아이들에게 구체적인 행동 지시를 한다. 이를테면 "방 좀 치워!"가 아닌 "장난감 정리해 줄 수 있을까?"라고 물어본다.

대화방식이 중요하다

☞ 자녀에게 소리 지르는 것은 아이와 부모 둘 다 스트레스 받고 화나게 한다. 자녀의 이름을 불러 집중시키고, **차분한 목소리로 대화**해보자.

잘 할 때는 칭찬해주기

☞ 자녀가 잘한 행동에는 칭찬을 해주려고 노력하면 자녀는 은연중에 그 행동을 다시 하게 된다. 또한 칭찬은 부모가 자녀를 아끼고 자녀에게 관심을 가지고 있다고 느끼게 해준다.

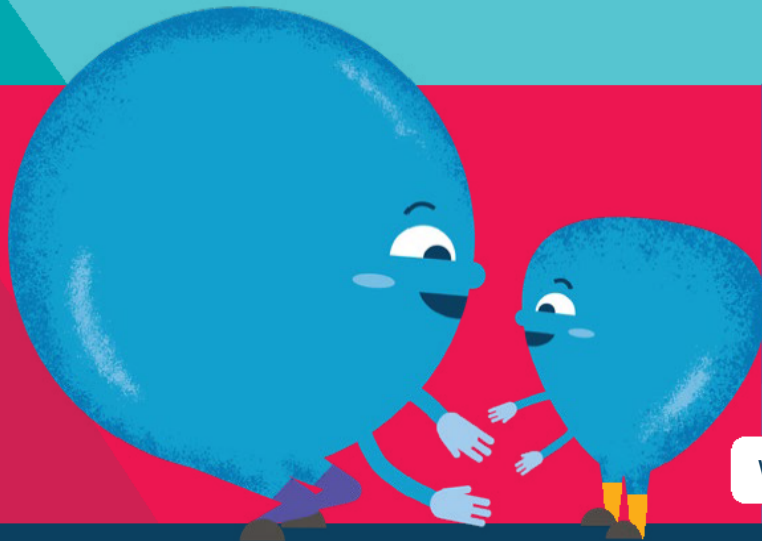


현실적인 지시하기

☞ 자녀에게 현실적인 지시를 내리고 있는지 돌아보자. 15분 동안 조용히 할 수 있지만 하루 종일 조용히 집안에 있는 것은 아이들에게 무리한 지시일 수 있다.

청소년 자녀라면 소통을 도와주자

☑ 청소년 자녀에게 **친구들과의 소통은 매우 중요하다**. 사회적 거리두기가 중요한 지금 SNS와 온라인상으로 자녀가 안전하고 올바르게 소통할 수 있게 도와주자.



더 많은 육아팁 바로가기:

WHO 육아팁

유니세프 육아팁

다른 언어로 보기

참조자료



The mark "CDC" is owned by the US Dept. of Health and Human Services and is used with permission. Use of this mark is not an endorsement by WHO or CDC of any particular product, service, or enterprise.