

실패에도 곳곳한 아이로 키우는 방법

① 작은 목표부터 차근차근! 긍정적인 자기암시로 자기 효능감을 심어줘요.

‘자기효능감’이란 주어진 상황에서 얼마나 유능할 수 있는지에 대한 개인의 신념이자 판단입니다. 이 때 높지 않은 목표를 두고 성공의 경험을 자주 하게 해 주는 것이 중요합니다.

② 자신 없는 것을 잘할 수 있게 되기까지 적당한 도움과 구체적인 지시어가 필요해요.

아이가 자신 없는 것을 잘 해낼 수 있게 도와주려면 구체적인 방법을 이야기해 주어야 합니다. 예를 들어 그림을 그리는 아이에게 “이렇게 크게 그려봐”라고 하기보다는 작은 도움을 주거나 실제 사물의 크기를 보여주어 아이가 느끼고 이해할 수 있게 도와주세요.

③ 자신의 한계를 크게 설정하고 자존감을 키워주세요.

자존감이 높을수록 자신의 능력을 믿고 노력할 수 있는 자기 확신도 큼니다. 아이는 부모가 자신을 대하는 말과 태도를 통해 부모가 자신을 어떻게 생각하고 있는지 본능적으로 느끼게 되고 잘 반응해준 부모를 보면서 자존감과 세상에 대한 신뢰를 쌓아나갈 수 있습니다.

④ 노력을 칭찬한 이후, 부모의 말과 태도를 일관되게 해주세요.

아이에게 “결과가 중요한 게 아니야, 과정이 중요한 거야”라며 격려를 할 때 한숨을 쉰다면 아이는 혼란스럽습니다. 결과보다 과정과 노력을 칭찬한 이후도 중요하며 부모의 말과 일관된 표정, 행동을 보여주세요.

출처 : 윤교육생태연구소(<https://blog.naver.com/iamasmartmom>)



TIP

놀이를 통한 성공과 실패의 경험 반복하기

놀이를 통해, 지는 것보다 더 중요한 게 있다는 것을 가르쳐 주세요.
“이번에는 엄마가 졌네? ○○랑 놀이하니까 너무 재미있어서 좋아.”