

부모를 위한 자녀와의 의사소통 안내문의 예시

부모를 위한 자녀와의 의사소통 안내문

청소년 시기인 귀댁의 자녀들은 부모님이 어떤 문제 상황에 대하여 질문을 하거나 조언을 할 때 귀 기울여 듣지 않으려는 경향이 있습니다. 그리하여 부모님이 자녀의 자살위험 징후를 발견하였다고 하더라도, 그에 대해서 자녀와 함께 이야기를 하는 작업은 결코 쉽지 않습니다. 자녀와의 대화에서 벽에 부딪힐 때, 자녀의 고민을 들어주고 싶은 마음은 간절하지만 잘 되지 않을 때, 다음에 제시되는 방법을 참고해 보세요. 부모로서 '경청'하려는 여러분의 마음이 자녀에게 점차 전달될 것이며, 마침내 자녀는 신뢰할 수 있는 마음으로 여러분에게 자신의 마음을 보이기 시작할 것입니다.

1. 잠시 하던 일을 멈추고 자녀의 이야기에 집중해 주세요.

자녀가 무언가 이야기하려고 할 때, 하던 일을 잠시 멈추고 자녀의 이야기에 집중해 주세요. 부모에게 자신의 힘든 이야기를 하려고 하는 것은 자녀에게도 쉽지 않은 일입니다. 그러므로 책을 읽거나, 텔레비전을 보거나, 밀린 일 처리를 잠시 놓아두고 자녀에게 집중해 주세요. 이것이 자녀에게 여러분이 경청할 준비가 되었다고 메시지를 전달해 줄 수 있습니다.

2. 자녀와의 대화 시 상냥한 어조로 대화해 보세요.

존중은 존중을 낳는 법입니다. 이는 의사소통 시에도 예외가 아닙니다. 상냥한 어조로 자녀와 이야기해 보세요. 거칠거나 통명스러운 어조는 자녀의 적대심을 불러일으킬 수 있습니다. 반대로 부모님이 부드러운 어조로 자녀에게 집중하여 이야기를 들어준다면 자녀와 여러분의 관계는 한층 친밀해질 것이며, 더 나아가 자녀들은 부모인 여러분을 비밀을 이야기할 수 있는 친밀한 사람으로 생각할 것입니다.

3. 판단하는 것을 피하세요.

우리는 타인에 대해 비판적인 행동을 하거나 비판적인 언어를 사용하는 사람을 신뢰하지 않습니다. 이는 성인인 부모도, 청소년인 자녀도 같은 마음입니다. 오늘날의 청소년들은 부모 세대에서 경험 혹은 존재하지 않았던 여러 가지 문제에 직면해 있습니다. 이에 유연하게 대처하는 것은 때로 부모에게는 도전이 되기로 합니다. 하지만 현재 자녀를 판단하기보다 자녀의 입장에서 유연하게 생각해 보고자 하는 시도는 자녀로 하여금 판단 받고 있는 것이 아닌 이해받고 있다는 느낌을 가져다줄 것입니다.

4. 어떠한 이야기도 털어놓을 수 있는 존재가 되어 주세요.

여러분의 자녀들은 자신의 도덕성, 결혼관, 직업관, 공부, 시간, 그 밖에도 삶에서 중요한 부분들에 대해 자신의 생각 및 느낌을 가지고 있어요. 물론 자녀들이 세상을 바라보는 시가 및 느낌들이 부모인 여러분과 다를 수 있습니다. 여러분의 자녀는 여러분과의 대화를 시도할 수 것입니다. 자녀와 의사소통을 하기 위해서 부모님은 가장 먼저 '경청'을 해 주셔야 합니다. 그리고 때로는 자녀의 의견이 부모의 시각과 다를 수도 있지만, 대화의 시작은 잘 들어주는 것에서 시작된다는 점을 기억하세요. 자녀가 자신의 이야기를 솔직하게 풀어 낸 후 부모님의 의견 및 솔직한 생각을 전달해 주세요. 이와 같은 과정은 비록 여러분이 다른 관점을 가지고 있다고 하더라도 서로를 이해하고 존중한다는 것을 전달해 주는 의사소통의 방법입니다.