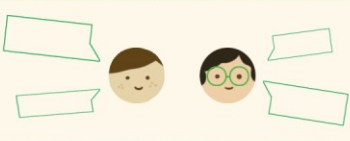
우리 아이
친구 문제

어떻게 대화하면 좋을까?



가정에서 파악하기 어려운
우리 아이의 **'친구 관계'**
그래서 이런저런 걱정을 하게 되지요.

- ✔ 우리 아이가 친구가 많을까?
- ✔ 혹시 소외당하는 건 아닐까?
- ✔ 친구들 사이에서 리더쉽을 보일까?
- ✔ 아이와 어울리는 친구가 좋은 아이일까?

아이가 자칫 민감해할 수 있는
친구 관계에 대해
어떻게 대화하면 좋을까요?

아이를 돕는 대화법

사례를 통해 알아보도록 할게요.

은우 엄마의 고민

은우 엄마는 요새 고민이 많습니다.
은우는 착하고 성실하고
엄마가 보기엔 아들로서는 최고인데
친구들하고 자주 다투네요.

은우는 직접 이야기하려고 하지도 않고
친구와의 문제도 선생님이나 다른 친구
엄마를 통해 들으니 마음이 심란해집니다.

은우 엄마가 어떻게 은우와 이야기를 나누는지 한번 들어볼까요?


은우 엄마

은우야, 엄마가 은우한테 할 말이 있는데 엄마랑 잠깐 이야기 좀 할까?


은우

…. 왜 엄마?

(평소와 다른 침울한 표정에, 마음이 아프고 초조하기도 하지만 꾹 참고 은우에게 물어봅니다.)

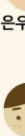

은우 엄마

요새 은우가 기운도 없어 보이고 짜증도 는 거 같아서. 요새 무슨 고민 있니?


은우

아니, 엄마 괜찮아. 별일 없어.

(아무 일 없다고 하지만 분위기는 그렇지 않네요.
많은 친구가 **친구 문제에 대해 솔직하게 이야기하려고 하지 않습니다.**
창피하기도 하고 부모님께 이야기해서 나아질 게 없다고 생각하기도 하고요. 직접 도움을 주지 못하더라도 은우에게 늘 힘이 되고 싶기에 엄마는 어렵게 말을 꺼냅니다.)


은우 엄마

응. 엄마가 보기에 은우가 친구들 문제로 고민이 많아 보여서. 선생님도 은우가 속상한 일이 많다고 하시는데?'

은우

….

은우 엄마

엄마라면… 되게 속상하고 외롭고 그럴 것 같아. 그래서 엄마가 은우를 직접 도와주진 못해도 은우 응원해주고 싶고 위로도 해주고 싶어서 은우가 솔직히 말해주면 좋겠어.

(화내고 싸우는 경우라도 그 이면에는 은우 마음이 서운하고 속상하기 때문일 경우가 많습니다.
그리고 친구 관계가 좋지 않을 경우 엄마라면 마음이 어떨지 **공감하면서 말해주면 더 마음을 열기 쉽습니다.**)

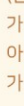

은우

…나는 별생각 없이 말했는데 보검이가 나한테 짜증을 내잖아. 그러고 나니까 딴 애들도 다 나를 피하는 거 같고…. 급식도 먹기 싫고 그래.


은우 엄마

아 그랬구나, 엄마는 보검이랑 너랑 잘 지내는 줄 알았는데 속상했겠다. 그런데 보검이가 왜 그랬을지 생각해봤어?

(은우 마음이 풀리니 문제에 대해 질문 해봅니다. 은우가 생각하는 문제의 이유가 뭐라고 생각하는지 말이죠. 아이의 마음이 충분히 풀릴 때까지 위로하며 기다렸다가 질문해야 상황을 객관적으로 바라볼 수 있습니다.)


은우

아…. 내가 보검이 별명 부르는 거 보검이가 싫어하긴 해.

은우 엄마

은우가 솔직히 이야기해줘서 고맙네. 엄마 생각도 은우랑 비슷한데?

은우 엄마

그러면 은우는 어떻게 할 거야?


은우

몰라. 애들이 다 나를 싫어하는 거 같아. 어떻게 하지 엄마?


은우 엄마

엄마 생각엔… 은우가 보검이한테 사과하면 어떨까?


은우

…. 안 받아주면 어떻게 해?


은우 엄마

보검이도 은우처럼 좋은 친구를 잃으면 속상할 거 아니야? 그래도 안 받아주면 그다음은 보검이 마음 풀어질 때까지 기다려야지.

(아이들은 문제의 해답을 알지만 여러 이유로 시도를 못하는 경우가 많습니다. 은우 엄마는 은우가 문제를 어떻게 생각하고 해결하려고 하는지 **먼저 들어보고 용기를 주면서, 다양한 대안들도 제안합니다.**)


은우

…그럴까?


은우 엄마

응 그래도 엄마는 은우가 먼저 사과해보는 게 나을 것 같아. 엄마도 은우랑 비슷한 경우 있었거든. 엄마가 사과하고 같이 맛난 거 먹고 풀었지~.


은우

알았어, 엄마. 한번 해볼게.


은우 엄마

그래, 그리고 나중에 어떻게 되었나 엄마한테 꼭 말해줘.
우리 아들 참 대견하네!

(은우 엄마는 자신의 경험을 이야기하면서 은우만 이런 고민을 하는 게 아니라고 위로하고 조언도 함께 해주었습니다. 또한 엄마에게 친구 문제로 **비난받지도 않는다는 경험**을 하게 해주었죠.
앞으로 은우가 편하게 친구 문제를 털어놓을 수 있도록 말이에요.)

은우 엄마의 경우를 잘 살펴보셨나요?

- 만일 은우가 자신의 행동 중 어떤 부분이 보검이의 기분을 상하게 했는지 몰랐다면
  '엄마라면 누군가가 나를 내가 싫어하는 별명으로 부르면 기분이 나쁠 것 같아'라고 보검이 기분을 대신 전달했을 것입니다.

- 만일 은우가 사과하지 않겠다고 고집을 피운다면
  '사과하는 행동이 책임지는 멋진 모습이야'라고 격려하며 본인의 행동에 책임을 지도록 했을 것입니다.

- 만일 은우가 반복해서 친구를 놀린다면
  '지난번에도 네가 보검이랑 싸워서 속상해 했었는데… 혹시 반복되는 이유가 뭘까?'라고 반복되는 이유에 대해 점검해보도록 할 것입니다.

- 만일 은우가 싸울 때 보검이를 밀치거나 때렸다면
  '기분이 나쁘더라도 해서는 안 되는 행동이다'라고 단호하게 제한을 설정할 것입니다.

친구 관계로 고민하는 아이들에게
충분한 공감과 이해를 해주시고

조언과 제안을 통해
아이가 성장하도록 도와주세요.

* 본 뉴스레터는 교육부가 대한소아청소년정신의학회에 의뢰하여 제작했습니다.