

# THE PARENT LETTER



About Our Kids:  
A Letter for Parents by the  
NYU Child Study Center

제 1 권, 2 호

2003 년 3 월

## 테러리즘과 이라크 전쟁에 관하여 아이들에게 이야기해줄 때

오렌지 경보를 발령한 최근의 국토 안보부(DHS: Department of Homeland Security) 결정과 잠재적인 이라크 전쟁은 부모들이 자녀들과 이야기하기에는 어려운 화제입니다. 이와 관련하여 자녀들의 반응은 아래의 사항들에 의하여 영향을 받을 수 있다는 점을 부모 입장에서 유념하시기 바랍니다.

- **자녀의 나이.** 미취학 어린이들은 상상 및 위험으로 인한 두려움을 사실과 잘 구별하지 못합니다. 이러한 연령의 어린이들은 전체적인 시야에서 사건을 바르게 보는 능력을 아직 가지고 있지 않으며 불안한 생각을 차단하는 것도 어렵습니다. 그들은 하나의 동일한 사건이 반복적으로 방송되고 있다는 것을 깨닫지 못할 수 있으며, 따라서 그러한 사건이 반복적으로 발생하고 있다고 생각할 수도 있습니다. 또한 실제보다 훨씬 더 많은 사람들이 관여되어 있다고 생각할 수도 있습니다. 취학 연령의 어린이들은 상상과 현실의 차이점을 이해할 수 있으나 스트레스를 받거나 불안감을 느끼게 될 때에는 그러한 것들을 구별하는데 곤란을 겪을 수가 있습니다. 그들은 또한 소문에 민감해지기도 합니다. 그들은 무서운 영화의 한 장면과 뉴스 보도 내용을 동일시할 수 있으며 실제로 일어나고 있는 사건보다 뉴스 보도 내용을 훨씬 더 심각하게 받아들일 수도 있습니다. 또한 뉴스의 생생하고도 즉각적인 성향으로 인하여, 보도되는 갈등이나 위험이 가정과 매우 가까운 곳에서 일어나고 있는 것처럼 느끼게 됩니다. 중고등 학교 연령의 아이들은 정치적인 정세에 호기심과 흥미를 느낄 수 있으며 자기의 견해를 정리하거나 어떠한 행동을 취할 필요성을 느낄 수도 있습니다. 그들은 이러한 폭력적인 행위와 관련하여 정치적이거나 혹은 이타적인 행동에 동참하고자 하는 욕망을 나타낼 수도 있습니다.
- **자녀의 개성과 기질.** 어떤 어린이들은 선천적으로 보다 쉽게 두려움을 느낍니다. 그리고 위험한 상황을 다루는 뉴스 보도는 그들의 두려움을 증폭시킬 수 있습니다. 이와는 반대로, 어떤 어린이들은 뉴스에서 보도되는 폭력과 곤경에 매우 둔감해지거나 무시해버리기도 합니다. 개성과 기질에 따라서 어린이들은 뉴스 보도의 반복적인 성향으로 인하여 부담감을 주체하지 못하게 될 수도 있고 무감각하게 될 수도 있습니다.
- **어린이들의 발달 단계.** 어린이들은 뉴스 내용을 자신들의 삶에서 발생한 사건과 연관시킵니다. 어린 아이들은 대개 부모와의 이별, 선과 악 그리고 처벌의 두려움에 관하여 고민합니다. 그들은 뉴스에서 본 혼자 버려진 아이들에 관하여 질문을 할 것이며, 그리고 그들 자신의 좋은 행동과 나쁜 행동에 관한 얘기를 할 것입니다. 중학교 어린이들의 경우에는 또래 집단에서 발생하는 문제들을 가지고 있고 또한 보다 성숙한 시야를 개발하는 단계에 놓여있으므로 그들은 정당함과 처벌 등에 관심을 가질 것입니다. 십대 청소년들은 윤리나 정치 혹은 잠재적인 반응에 대한 자신들의 관여 등과 같은 보다 큰 논점들을 고려합니다. 십대 청소년들은 어른들과 마찬가지로 삶에 대해서 깊이 생각하게 될 수도 있고 또한 그들 자신의 우선적인 사안과 이익을 재검토할 수도 있습니다.

모든 중요한 논의 사항에서와 같이, 첫째 목표는 대화의 장을 열어두는 것입니다. 아래의 지침을 유념하면서 부모들은 반드시 정직함과 안도감을 주는 언행 사이에서 균형을 이루어야 합니다.

- 진실을 얘기해주십시오. 폭력에 관하여 얘기하더라도 어린이들의 두려움이 증폭되지는 않습니다. 두려운 감정을 혼자만 가지고 있도록 하는 것이 더욱 위험한 일입니다. 학부모나 선생님들은 현실의 좋지 않은 일들에 관하여 어린이들에게 알려주고 싶지 않은 마음이 들겠지만 거짓 정보를 제공하거나 논의 자체를 피하는 것은 도움이 되지 않습니다.

- 자녀의 나이와 관심 사항에 적합한 언어를 사용하여 적합한 개념을 논의하십시오. 예를 들자면, 어린 자녀들에게는 화난 기분이나 법률 위반 등에 관한 간단하면서도 구체적인 개념을 사용하십시오. 보다 나이가 든 자녀들에게는 역사나 정치 문제 등이 토론의 유용한 소재가 될 것입니다. .
- 자녀가 특정 사안에 관하여 얘기하기를 원하지 않을 때는 얘기할 준비가 될 때까지 기다리십시오. 어떤 어린이들은 자신들의 걱정에 관하여 얘기하는 방법을 알지 못할 수 있으므로 간혹 부모가 먼저 대화의 물꼬를 트는 것이 도움이 되기도 합니다.
- 기회가 생길 때마다 놓치지 말고 대화를 하십시오. 예를 들면, 함께 뉴스를 시청하는 때는 좋은 기회가 될 것입니다.
- 대화를 시작할 때는 자녀가 무엇을 들었고 무엇을 생각하는지 물어보십시오. 자녀에게 중요하거나 혼돈스럽거나 혹은 고민되는 것이 무엇인지를 알게 되기 이전에는 대화의 주제에 관하여 강의하듯이 가르치려고 하지 마십시오.
- 얼굴 표정과 태도 및 놀이 행동 등과 같은 비언어적인 반응에 주목하십시오.
- 자녀의 두려움을 쓸데 없는 걱정이라고 하지 마십시오. 자기가 느끼는 두려움이 사소한 것으로 받아들여질 경우 어린이들은 당혹감을 느끼거나 비난을 받고 있다고 느낄 수 있습니다. 그들의 두려움이 정상적인 것이라고 안심시켜 주십시오.
- 문제가 되는 사안에 관하여 탐구하고 긍정적인 대처 방안을 찾도록 함으로써 어린이들이 두려움을 이겨낼 수 있도록 도와주십시오.
- 사람들이 보호를 받는 실제적인 방법을 설명하여 자녀를 안심시키십시오. 예를 들자면, 지역 사회에서 경찰들이 제공하는 일상적인 조치와 특별한 조치를 설명해 주십시오. 대통령이 국제 사회의 지도자들과 만나서 회의를 하는 것에 관하여 얘기하는 것도 좋은 예가 될 것입니다. 개인 안전 조치를 강화하십시오. 예를 들면, 부모의 전화번호를 기억하는 것과 두려움을 느낄 때 어른들에게 얘기하는 것이 중요하다고 알려주십시오.
- “이렇게 되어버리면 어떻게 하지” 하는 식의 두려움을 예방해주고 믿을 수 있는 정직한 정보를 전달해줌으로써 소문에 휩싸이지 않도록 하십시오. 폭력적인 사건들이 다시 일어나지 않도록 많은 사람들이 함께 노력하고 있다는 것을 알려주십시오.
- 일상적인 생활방식을 유지하십시오. 사건을 정상적으로 보고 안도감을 회복하는데 도움이 됩니다.
- 자녀의 관심이나 근심에 지속적으로 관심을 기울이십시오. 질문에 대한 충분한 대답과 두려움에 대한 대처 방안은 일과성의 대화나 강의로 가능한 것이 아닙니다. 시간이 지나면 새로운 문제들이 발생하게 됩니다. 그러므로 테러리즘이나 전쟁에 대한 대화의 시간은 지속적으로 그리고 필요성이 제기될 때마다 가지는 것이 중요합니다.

**Robin Goodman 박사과 Anita Gurian 박사 및 NYU 아동 연구소에 의하여 작성되고 개발되었습니다.**

### **NYU 아동 연구소**

NYU 아동 연구소는 어린이 및 청소년들의 정신 건강 문제들을 이해하고 예방하며 치료하는데 헌신하고 있습니다. 이 연구소는 불안, 우울증, 학습 혹은 주의력 장애 및 정신적 쇼크와 스트레스 관련 증상 등의 정신 건강 문제를 가진 어린이들과 십대 청소년들에게 평가와 치료를 제공하고 있습니다.

여러분 혹은 여러분의 자녀가 도움을 필요로 할 경우, LIFENET(1-800-543-3638)을 통하여 언제라도 (주 7일 24 시간) 상담 전문가의 도움을 받으실 수 있습니다. 몇몇 외국어로도 상담을 받으실 수 있습니다 (스페인어: 1-877-298-3373, 중국어: 1-877-990-8585, 기타 외국어의 경우에는 통역가를 요청하시기 바랍니다).

보다 상세한 정보를 원하시거나 자녀의 정신 건강 및 자녀 지도 문제에 관한 지침과 실질적인 조언을 필요로 하시는 경우, NYU 아동 연구소의 홈페이지(AboutOurKids.org)를 방문하시기 바랍니다.



**Changing the Face of Child Mental Health  
NYU Child Study Center**

**577 First Avenue  
New York, NY 10016**

**1981 Marcus Avenue, Suite C102  
Lake Success, NY 11042**