



CHILDREN'S  
HOME  
SOCIETY OF  
CALIFORNIA  
www.chs-ca.org

추가적인 CHS 가족 교육 프로그램 자료는  
(714) 712-7888 번으로 연락해 주시기 바랍니  
다. CHS 조기 학습 및 교육 프로그램에 대한  
자세한 내용은 (888) CHS-4KIDS 번으로 연락  
해 주시기 바랍니다.

CHS 프로그램에 대한 가족 교육 프로그램 자  
료, 팟캐스트 및 정보는 저희 웹사이트  
www.chs-ca.org 에서도 찾아보실 수 있습니다.



### Corporate Headquarters

1300 West Fourth Street  
Los Angeles, CA 90017  
(213) 240-5900  
(213) 240-5945 Fax

# 긍정적 훈육

귀하의 자녀에게 적합한 지침

C H I L D R E N ' S H O M E S O C I E T Y O F C A L I F O R N I A



모든 부모와 돌보미들은 한번에 아이들의 행동을 제어하는데 노력을 다하고 있습니다. 긍정적 훈육의 목표는 아이들이 안전하고, 사회적으로 책임감있는 행동을 발달시키도록 해주며 자아존중을 증진시켜주고 다른 이들에 대한 감정과 자산을 존중해줍니다.

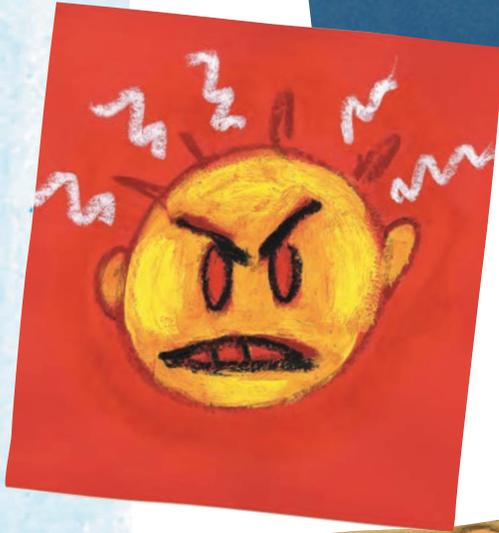


규율과 처벌이 동일하지 않은 것을 기억하십시오. 훈련은 긍정적인 행동을 촉진 지침과 가르침입니다. 처벌은 받아 들일 수 없는 행동에 대한 반응에 대한 처벌입니다. 긍정적인 처벌은 일반적인 처벌보다 더 효과적입니다, 외부적인 힘에 의해 아이를 처벌하는 것보다 원하는 행동이 오랫동안 지속될 수 있기 때문입니다.



### ★ 제한 설정에 대한 가이드 라인

- 어린이를 훈육할 때, 항상 그들은 수용받고 사랑 받아야 한다는 것을 항상 확신시켜야 합니다. 아이에게 모욕감을 주는 것, 다른 이들 앞에서 아이에게 소리를 지르는 것, 또는 아이에게 "나쁘다"라고 말하는 것은 아이가 스스로에 대해 기분 나쁘게 만들며, 좋은 행동을 증진시키는데 기여하지 못합니다. 수용할 수 없는 행동에 초점을 맞추고, 아이들이 문제를 해결할 수 있도록 해주세요. 예를 들어, "나를 치는 행동을 한 너는 나쁜 여자아이야."라고 말하는 것 대신에 "때리는 행동은 나쁜거야, 말로해"라고 알려주세요.
- 간단하고 구체적인 규칙. 규칙을 어긴 경우, 규칙에 대해 아이에게 직접적으로 말하고 실수를 고쳐주세요. 예를 들어, "흙은 던지라고 있는 게 아니야: 샌드박스 넣어드림."
- 2-4살 아이에게 특히 힘으로 상대하지마세요.
- 선택권이 당신에게 있을 때 선택권을 제공하는 것은 아이에게 큰 혼돈을 줄 수 있습니다. 예를 들어, "잠 잘래?"라고 하는 대신에 "잠 잘 시간이다"라고 말하는 것은 아이에게 큰 혼돈을 줄 수 있습니다.
- "안돼"라는 말을 너무 많이 사용하지 마세요. 필요한 상황을 위해 아껴주세요. 예를 들어 아이가 점심시간에 쿠키를 너무 많이 먹는다면 "점심 먹은 다음에 쿠키 먹으렴"이라고 말해주세요.
- 처음에 경고를 사용하세요, 그리고 나서 "다음 번에 모래를 던지면, 모래 상자에 다 치워야해." 아이에게 수용할 수 있는 활동에 대해 다시 지시하세요.



### ★ 문제-해결

문제를 언급하고 아이에게 솔루션을 브레인스토밍을 하게 하세요. 다른 솔루션의 효과를 지적하는 것은, 아이가 행동 방침을 결정하는데 도움이 됩니다. 커가는 아이가 문제해결하는 것은 가족이나 그룹 규칙을 설정하는데 사용할 수 있습니다. 아이들은 규칙을 만드는 것을 도울 때, 그들은 때를 가능성이 높습니다.



문제 해결 능력을 가르켜주고, 결과가 오랫동안 지속되게 하기.

## 자연적인 결과

아이들이 자신의 행동에 따라 결과가 선택된다는 것을 가르쳐 주세요. 자연적인 결과-행동에서 유래되는 자연적인 결과-는 힘있는 교육 도구가 됩니다. 예를 들어, 비에 서 있으면, 너는 비에 젖을 거고 다음번에는 우산을 가져와야 된다고 생각할거야라고 알려주세요. 안전할 때, 아이들이 자신의 행동을 제한할 수 있는 자연적인 결과가 나타납니다. 무슨일이 일어났고 왜 일어났는지에 대해 부드럽게 설명해주세요. 예를 들어, 너가 장난감을 망가트리면, 더이상 장난감이 없을 거라는 걸 알려주세요.

## ★ 성공을위한 단계를 설정하기

아이들은 오히려 부정적인 관심 보다 긍정적인 관심을 선호하고, 다음과 같은 긍정적인 기술을 통해 아이들의 바람직한 행동을 장려할 수 있습니다:

- 당신의 아이를위한 기대가 나이에 맞는 적절한 발달인지를 확인합니다.
- 바람직한 행동 모델. 당신의 아이는 예시를 통해 배울 것입니다.
- 일관성을 가지세요. 아이들은 규칙이 무엇인지 알게되고, 변하지 않는 규칙을 신뢰할 수 있게 해야합니다.
- 아이에게 적절한 환경을 제공하면 행동 문제를 감소시킬 수 있습니다.
- 연령에 적합한 물건과 아이들이 물건을 사용할 수있는 안전한 장소를 제공합니다.
- 조용하고 활동적인 놀이의 균형을 유지한다.
- 선택과 의사 결정의 기회를 가능한 아이들에게 제공하기.
- 아이들에 대한 존중과 마음을 유지 할 수 있도록 규칙을 정합니다.
- 항상 행동을 제한하도록 설정해야 합니다 특히, 자녀의 감정을 인정해야 합니다. 아이들의 기분은 중요합니다!
- 식사 준비와 같은 바쁜 시간에도 규칙적인 규율을 만드세요, 아침식사 준비와 잠자기. 아이들은 구조화될 필요가 있습니다.

## 논리적인 결과

자연적인 결과가 적절하거나 안전하지 않은 경우, 논리적인 결과를 설정합니다-행동과 관련된 것. 아이가 마당에서 놀지 않는 경우, 자연적인 결과는 그가 다 쳐서 그런 것일 때문일 수 있습니다. 그러나 부모와 보호자는 결과가 발생하는 것을 받아들일 수 없습니다! 그래서 집 안에서 노는것 대신에 논리적인 결과로 마당을 떠날 것 입니다. 당신은 말할 수 있습니다: "너가 마당에 갈 때 다칠까봐 나는 걱정된다, 그래서 난 너가 울타리 안에 머물러야 된다고 생각해. 너가 또 마당에 나가면 집안에서 놀아야 할거야."그럼, 항상 당신의 행동을 끝까지 따르세요. 아이의 결과를 존중하고 그를 합리적이게 따라야 합니다. 예를 들면: "우리는 벽에 마커 펜을 사용하면 안돼. 비누랑 물로 어떻게 지우는지 알려줄게. 그런 다음 책상에 종이를 놓고 그리자."



## 더 배우기

### 책

#### BECOMING THE PARENT YOU WANT TO BE

Laura Davis & Janis Keyser

#### HOW TO TALK SO KIDS WILL LISTEN AND LISTEN SO KIDS WILL TALK

Adele Faber & Elaine Mazlish

#### WITHOUT SPANKING OR SPOILING

Elizabeth Crary

#### POSITIVE DISCIPLINE FOR PRESCHOOLERS

Jane Nelsen, Ed.D., Cheryl Erwin, M.A., & Roslyn Duffy