

건강 칼럼

부모 된 MZ세대, 아이 행복하게 키우는 방법

우리나라의 소아청소년 양육 문화는 비교적 짧은 기간 동안 많은 면에서 빠르게 변화하고 있다. 맞벌이 가정이 늘어남에 따라 출산휴가 기간이 짧아져 자녀들은 어릴 수 없이 빠르면 첫 돌이 지나자마자 어린이집에 잠시 맡겨지고, 학교에 입학하기 전까지는 조부모가 대신 양육하는 것이 관례처럼 된지가 오래다. 불과 20년 전만 해도 한 반에 한 두 명 정도로 드물었던 외동 자녀도 현재 초등학교 연령에서는 매우 흔한 상황이 되었다.

이 글에서는 유아기(화령전기)를 '영아기(신생아기, 출산 후 18개월까지)가 지나고 취학하기 전까지'로, 아동기(화령기)를 '초등학교 1~6학년'에 해당하는 시기로 하고, 소아기는 영아기, 유아기, 아동기를 합한 기간으로 편의상 정의한다.

요즘의 유아들은 형제, 자매가 각기 다른 보육시설의 반이나 학원에 있는 시간이 길기 때문에 서로 만나서 상호 교류할 시간 자체도 부족한 데다, 심지어 자녀가 외동인 경우가 낯설지 않을 정도로 많아졌다. 자녀 수가 줄어들어 따라 부모의 자녀에 대한 관심과 보호하려는 마음은 이전에 비해서는 과하게 보일 정도로 높아졌으나, 역설적으로 부모 모두 유아기의 자녀가 함께 지내고 교감하는 시간은 최근 후배나 잠시 있을 정도로 짧아졌다.

어린이집과 유치원, 학원에서 하루 중 대부분의 시간을 보내며, 또래와의 갈등 상황이 발생했을 때, 규칙을 지키거나 지키지 않았을 때, 지적되는 현상에 대한 이해나 개념의 확립 등을 익히나갈 때 부모로부터 충분한 피드백을 받지 못하고, 충분한 부모와의 교감과 애착 관계 형성, 훈육, 보상 등을 통해서 얻어야 하는 유아기의 정서적 발달 과제를 달성하지 못하고 결핍된 상태가 되기 쉽다.

대다수의 요즘 부모들은 이러한 부분을 어느 정도 인지하고는 있지만,



윤지한

삼성공감정신건강의학과 센터장 원장

현실적으로 유아기의 자녀와 곁에 있는 시간이 부족한 수밖에 없는 경제, 사회적 상황에 불가피하게 놓여 있다. 이러한 부모들은 부모의 역할이 중요한 유아기의 어린 자녀를 직접 돌보지 못하고 있다는 무의식적 죄책감이 들기 마련이다.

게다가 다른 부모만큼 해주지 못하는 불안감 때문에 다른 부모가 하는 대로 따라하거나, 부모 자신이 부족했던 부분을 채워주고 싶다는 마음이 크거나, 부모 스스로 되고 싶었지만 될 수 없었던 모습을 자녀에게 투사하여 요구하고 심지어 집착하고 욕심을 내는 경우도 있다. 이들은 부모와의 애착형성 등과 같은 상호작용을 통해 유아기에 반드시 형성되어야 할 정서적 발달 단계의 중요성이나 필요성에 대해서는 간과하거나 모르고 있고, 정작 아이의 잠재적 지적 능력을 미처 파악하지도 못한 상태인 경우가 꽤 존재한다. 그러면서도 지적 성숙이 이루어지기에 너무 이른 시기의 유아에게까지 오직 학습에 초점을 맞춘 교육만을 받게 하는 것이다.

소아는 부모로부터 받는 애착의 연속성을 원하고 애착의 연속성이 존재한다는 개념을 형성은 무엇보다도 중요하다. 이 부분에서 결핍이 되면 퇴행적인 모습을 보이기 쉽고, 청소년기, 성인기를 거쳐 성격 장애로 발전하여 사회와 가정에서 적응을 어렵게 하는 요소로 자리 잡게 만들 가능성을 높인다. 자신의 잠재 능력을 뛰어넘는 수준까지의 기대치를 만족시키지 못하는 한계가 있으므로 결

국 불안감이 가중되고 심지어 어린 나이에 정신적 에너지 소모가 과도하게 되어, 소아기 불안장애에서 나타날 수 있는 각종 신체화 증상이 나타나거나 등원, 숙제 거부 등의 모습을 보이고, 소아기 우울증 증상을 보이기도 하며, 이로 인해 자신이 원래 가지고 있던 능력조차 제대로 발휘하기 힘들게 되는 악순환을 겪게 된다.

현 시대의 아동들은 초등학교 생활을 잘 시작했을 무렵에 부적응과 불안, 우울 등 정서적 문제를 겪기 쉽다. 학교에 진학해서부터는 어린이집, 유치원에서 겪어보지 못했던 수준의 새로운 발달 과제에 맞서게 되나, 그 이전 시기인 유아기에 형성되어야 하는 정서적 발달 단계에서 부모의 도움으로 형성되어야 하는 부분들이 충족되지 못했기 때문에, 다음 단계의 새로운 발달 과제를 완성하는 데 어려움을 겪게 된다. 이로 인해서 아동기에 정서적 문제들이 발생할 뿐 아니라, 이후의 발달 단계들도 연쇄적으로 성취해 나가기 힘든 상태가 될 수 있다. 아동은 언어적으로 자신의 불편한 감정을 표현하는데 능숙하지 않으므로, 이는 퇴행적 거부, 나이 대에 맞지 않는 행적 모습, 같은 학급 친구들과의 잦은 다툼, 규율을 지키지 않으려는 모습, 대인관계의 불안, 공포와 이로 인해 단체 생활을 괴한, 학습 효율과 의욕의 저하, 흔히 배가 아프고 구역, 구토를 하며 식사를 하지 못하는 등의 무의식적 신체화 증상이 나타나게 된다.

세대가 변하고 사회적, 문화적, 경제적 상황으로 인하여 자녀 양육의 형태가 달라졌지만, 사람이 태어나고 성장하여 온전한 성인으로 발달하는 데에 필요한 것은 변하지 않는다. 이 글에서 정서 발달 단계라고 부르는 표현한 개념은 인간의 성격, 인격을 형성하는데 지대한 영향을 주는 각각의 단계로, 정신과학과 심리학, 교육발달학에서 모두 중요하게 다루고 있으며, 프로이트는 정신 성격 발달단계, 에릭슨은 정신사회 발달단계로 정리하고 명명했다. 소아기는 자녀의 성격 중 많은 부분이 형성되는 시기이며, 한 명의 성인으로서, 독립된 인격체로서 성장하는 과정에서 필요한 많은 정서 발달 단계를 이루어야 하는 시기이다.

아무리 학습능력이 좋아지고 지능 발달이 잘 되었더라도, 그 기능을 발휘할 수 있는 상태를 유지하는 것은 안정적인 정서와 성격이 없이는 불가능하다. 지능은 높으나 어떤 분야에서도 쉽게 이루지 못하고, 우울과 불안을 겪으며 힘든 인생을 살게 되는 것은 성격 형성이 불안정하기 때문으로, 정서 발달 단계의 결핍에서 비롯된다. 만약 지능이 매우 뛰어나서 성격과 같이 눈에 보이는 부분들에서는 성취하는 능력이 있다 하더라도, 자기 자신이 행복하고 부모를 비롯한 가족에게도 행복을 주는 성숙한 인격체가 되지는 못할 것이다.

그러면 어떻게 자녀 스스로도 행복하고, 부모도 자녀를 만족스러워할 만큼 올바르게 성장시킬 수 있을까? 자녀가 성인이 될 때까지 아래 내용을 꼭 한번 기억하고 변함없이 보여 주면 된다. '네가 어떤 모습을 보이더라도, 부모는 너를 사랑한다.' 이 마음을 버리지 않고 가지면서, 일관된 모습으로 꾸준히 보여준다면, 자녀를 성공적으로 키울 수 있다. 모든 정서 발달 단계에서 공통적으로 요하는 핵심은 '형용하고 변하지 않는' 무조건적인 사랑, 애정을 보여줄 수 있는 부모라는 대상의 존재가 있다는 것을 보여주는 것이기 때문이다.

사설

전주 리사이클링타운 논란

전주리사이클링타운의 주관 운영사 변경 과정에서 사측이 노조원 전원을 고용 승계하지 않겠다고 밝혀 논란이다. 공공운수노조 전주리사이클링타운 분회 등은 지난 12월 기자회견을 열었다.

에코비트위터로부터 운영권을 넘겨받은 성우건설이 신규 채용 과정에서 노조원 15명 전원을 고용 승계하지 않겠다고 해 거러에 내몰리게 됐다고 규탄했다.

이중 3명은 채용을 통보해 놓고 갑자기 채용을 취소하겠다는 통보를 했다며 이는 노동자들의 생존권을 헌신적 취급하는 불법적인 노조 파괴 공작이라고 했다.

성우건설 측은 고용 승계 거부 사유는 신규 입사 서류를 이들이 늦게 제출했다는 것이다.

그러나 노조는 이에 앞서 입사 지원 기간을 연장하기로 사측과 상호 합의한 바 있다고 주장했다.

일각에서는 운영권을 넘겨받

은 성우건설이 폐기물 시설 운영 경험이 전문한 업체로, 주관 운영사 변경 과정 절차를 거치고 출속으로 진행됐다고 지적했다. 노조는 리사이클링타운 운영사가 타 지역 읍폐수수단 톤을 들여와 수익 사업을 벌이고 있다는 사실 등 운영사의 여러 문제점을 지적해온 바 있다.

한편 리사이클링(recycling)이란 의미는 재활용, 재생이용, 재순환 등을 의미한다. 주로 재활용이란 의미로 많이 사용한다. 전혀 다른 모습으로 활용하는 것은 업사이클링(upcycling) 즉 '재활용'이라고 한다.

리사이클링(recycling)과 업사이클링(upcycling)은 일상에서 늘 접하는 재활용품을 바탕으로 새로운 가치의 제품을 창출하는 중요한 일이다. 고용 승계 문제를 신속하게 종식시키고 그린제조 창업 생태계에 기여할 때이다. 우리 사회의 친환경 기조를 가다듬는 계기가 되기를 바란다.

베이비붐 세대 은퇴 이후

베이비붐 세대가 폭발적으로 늘고 있다. 베이비붐 세대는 1955년에서 1963년에 태어난 사람들이 해당된다.

베이비붐 세대가 공식적으로 노인이 되면, 경제에도 영향이 예상된다.

2023년 현재 베이비붐 세대는 약 700만 명이다. 1970년에는 65세 노인들이 평균적으로 더 살 기간이 13년에도 못 미쳤다. 그러나 오늘날 65세 노인은 21년 이상 더 살 가능성이 높다.

1969년 서울지역 중학교를 대상으로 무시험 입학 제도를 도입했다. 이후 1970년 부산, 대구 등 10대 도시로, 1971년에는 전국으로 확대했다. 전국에 370개가 넘는 중학교를 설립했다.

1971년 중학교 진학률은 71.5%까지 높아졌다. 베이비붐 세대의 대학 진학률은 29.1%가 상승했다. 해방세대(1946~1954년생)의 거의 2배에 이른다. 특히 1958년생들이 대학

문을 나선 80년대는 가장 강력한 성장의 시대였다. 1984년부터 시작된 저금리 환경, 그리고 엔화 강세로 한국 수출은 1980년 150억 달러에서 1988년 600억 달러로 늘어났다.

단 8년 만에 4배로 늘어난 셈이다. 1990년대에는 정보통신 혁명을 적극적으로 이루어 냈다.

이는 잘 교육받은 풍부한 노동력이 존재했기 때문에 가능한 일이었다. 한국은 1980년대를 기점으로 섬유·의복·신발 등 경공업 중심에서 조선·철강·전기전자·화학 등 고부가가치 산업으로 전환하는 데 성공했다.

고등교육을 이수한 사람일수록 기술 변화에 잘 적응한다. 잘 교육받은 젊은 노동력은 경제 성장에 큰 기여를 했다.

따라서 앞으로도 베이비붐 세대의 은퇴 연령 진입은 한국 경제에 여러 변화를 촉발할 것이다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

독자제언

우리나라가 선진국 대열에 진입하는 데 있어 가장 부끄러운 통계가 아무도 교통사고 발생률이 아닐까 싶다.

그중에서도 농촌지역 교통사고의 경우 인명피해를 동반하는 경우가 대부분이어서 더욱 심각하다.

농촌의 도로는 인도가 미설치된 곳이 많고 도로 또한 어두운 곳이 많다.

농촌지역 교통사고는 운전자 주의가 더욱 필요

게다가 도심과는 달리 차량정체요인이 적어 운전자의 의식적인 과속 및 중앙선 침범 등으로 돌발 상황에 대처할 수 없어 대형사고가 발생할 우려가 있어 운전자들의 주의가 꼭 필요하다.

농촌지역 거주자 대부분이 교통약자인 노인들이 많이 거주하고 있어 경찰에서는 사고예방을 위해 지속적으로 주민대상 홍보와 함께 교통시설물 수시점검 및 보완 노력을 기울이

고 야간 사고예방을 위하여 야광모자, 동계계 후면에 반사지 부착 등 다각적인 홍보활동을 강화하고 있다.

또한, 보행자들도 야간에는 밝은색 옷을 입는 습관과 함께 도로 횡단 시 좌우를 충분히 살피는 등 각별한 주의가 필요하다.

김남규 김제경찰서 교통관리계 경위

용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지. 더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문. 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다. 진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다. 당신의 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다. 전주매일