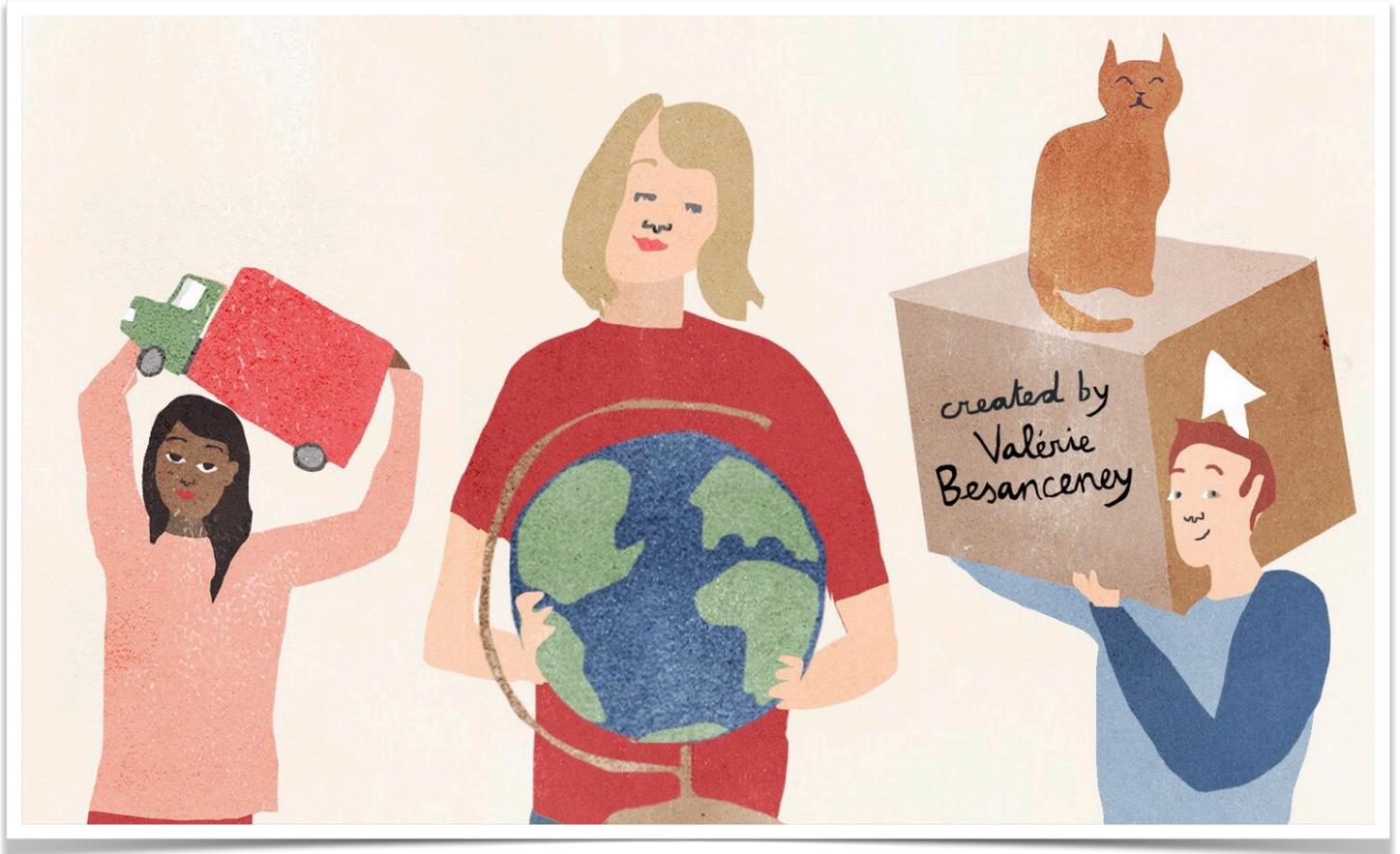


## 환경변화(이사, 이민, 전학 등) 속에 자녀와 함께하는 부모의 서포트 12가지 팁



당신이 이사(이민, 전학 등)를 해야한다는 것을 알게 되었습니다. 이러한 시기에 당신은 아이를 도와야 할 필요가 있다는 것을 알게 됩니다. 여기서 다루는 몇 가지 실용적인 팁은 이러한 변화와 과도기를 통해 여러분의 자녀들을 안내하는 데 도움이 될 것입니다.

1. **격려보다는 위로-** (상황의 변화로 인한) 상한 마음을 격려를 통해 달래고 싶다는 유혹이 생길지도 모릅니다. 하지만 격려는 실제로 진정한 위로보다는 수치심과 좌절, 분노같은 감정을 유발할 수 있습니다. 아이에게 괜찮을 것이라고 말하는 대신에 그들이 정말로 어떻게 느끼는지를 묻고, 그들에게 진심으로 귀를 기울여 들으십시오. 이사와 전학과 같은 과도기로부터 겪을 수 있는 어떤 어려움들로부터 우리 아이들을 보호하기 위해서는, 아이들이 사물의 밝은 면을 보도록 함으로써 먼저 도움을 줄 수 있습니다. 아이들이 자신의 어떠한 감정이든지간에 그것을 나타내고 받아들이는 것을 통해서, 우리는 실제로 나중에 분명하게 드러날 수도 있는 미해결된 슬픔을 피할 수 있습니다. 이러한 변화 속에 우리 아이들이 부모의 격려를 반드시 필요로 하는 것은 아니지만, 부모가 그들에게 귀 기울이고 있다는 것을 느끼게 하는 것은 꼭 필요합니다.

2. **시간을 주세요-** 아이들은 적응할 시간이 필요합니다. 이사를 해야 한다는 사실을 아이에게 말하기 전에 당신은 여러가지 상황과 요소들을 고려할 것입니다. 그러나 당신이 자녀에게 이사에 대해 이야기하는 것은 너무나도 중요한 일입니다. 최소 2,3개월 전에 미리 알려주시는 것이 이상적입니다. 그러면 아이들은 그들의 인생에서 새로운 장의 시작을 준비하면서 의미있는 작별 인사를 할 수 있을 것입니다. 그리고 당신이 아이들과 함께 한다는 것을 알 수 있도록 신중하게 대화할 수 있는 시간을 가지세요.
3. **의미 있는 작별 인사-** 이사를 한다는 것은 작별인사를 해야 한다는 것이고, 작별인사를 해야 한다는 것은 슬프기 마련입니다. 슬픔을 인정하고 아이가 지금껏 만들어 온 의미있는 관계에 대해서 토론할 수 있는 기회로 사용하십시오. 가족과의 관계와 친구들과의 우정에 대해서 돌아볼 수 있도록 격려해 주십시오. 아마도 나중에는 슬픔으로 인한 어려운 감정들을 해결해야 할 필요가 있을 것입니다. 아이들은 누구에게 어떻게 다가가서 그들의 우정과 사랑을 표현해야 할 지 생각해야 합니다. 친구들과의 마지막 놀이, 조금 멀리 떠나는 여행, 특별한 외출 등을 계획하고 '마지막 시간'을 가질 수 있도록 해 주십시오.
4. **어디에서든 아이들과 공유할 수 있는 '전통'을 만드세요-** 당신은 어떤 (특정한 장소)로부터 아이를 데려갈 수는 있지만, 아이로부터 아이가 마음에 가지고 있는 어떤(특정한 장소)를 가져갈 수는 없습니다. (아이를 이 곳, 저 곳으로 데려갈 수는 있지만 아이가 마음에 담은 이 곳, 저 곳을 아이로부터 빼앗아 오지는 못합니다.) 어떤 문화적 전통은 어디를 가더라도 축하하며 기념할 수 있지만, 가족이 공유해 온 작은 전통이나 일상은 가져가셔서 지속하는 것도 좋습니다. 아이의 모든 주변 환경이 바뀔 때, 어느 정도 익숙하고 친숙한 일상을 마주한다면 아이는 기뻐하며 안심하게 될 것입니다. 만약 여러분이 잠자리에 들기 전에 아이에게 매일 노래를 들려 주었다면 그것을 계속 하십시오. 만약 금요일 저녁 메뉴가 항상 피자였다면, 이사한 후에도 계속 그렇게 하십시오. 또한 이러한 가족전통은 새로운 곳에서 친구들을 사귄다 할 수 있는 완벽한 기회가 될 수도 있습니다.
5. **언어의 준비-** 그 나라의 가장 기본적인 수준의 의사소통을 할 수 있도록 도와주세요. (안녕하세요, 잘 지내시나요? 감사합니다, 화장실은 어딘가요? 등) 한편으로는 학문으로서의 언어 수준까지도 모국어를 유지하도록 노력하십시오. 자녀가 두 가지 언어 중에서 더 익숙하고 강렬하게 느끼는 한 가지 언어로 충분히 느끼고 생각하며, 스스로 하나의 마음의 언어를 소유하고 있다고 생각하게 하는 것은 아주 중요합니다.

“변화는 갑작스럽다”. 변화는 과정입니다. 변화를 통해 아이를 이끌어 주는 것은 단순한 일회성 대화가 아닙니다. 아이는 변화가 가져오는 도전들을 헤쳐 나갈 때 지속적인 지도를 필요로 합니다. 아이는 아마도 거대한 변화 속에서 자신이 통제할 수 있는 것은 아주 작다고 느낄지도 모릅니다. 하지만 당신은 아이가 이러한 변화를 잘 다루는 법을 배우도록 용기를 줄 수 있습니다. In the Roots with Boots [Toolkit for Parents](#)(부모를 위한 신발 도구 상자)에서 더 많은 팁을 찾아볼 수 있습니다.”



6. **국제적 감각의 제공(교차 문화 언어)**- 장소를 옮겨 가며 다양한 문화와 접촉하고, 언어를 경험하며 자라나는 아이들이 이 세상에 많이 있음을 설명해 주세요. 여러분의 아이들은 자신이 다양한 문화 속에서 다른 언어를 말하고 특정 장소에 그다지 소속감을 느끼지 않는 다른 많은 아이들과 동일시하게 될 것입니다. 교차 문화 언어를 알고 이해하면 국제적 감각을 탐색하는 평생의 기술을 습득하게 될 것입니다.
7. **결정권(소유권)**- 아이들이 어떤 결정에 대해 스스로 결정지을 수 있도록 허용해 주세요. (아이들의 결정에 대한 소유권을 인정해 주세요.) 아이들의 나이에 따라서, 그들이 어디에 살지, 어느 학교를 다니게 될 지, 따라야 할 학업 커리큘럼이 무엇인지 등과 같은 '큰' 결정은 할 수 없을지도 모릅니다. 그러나 자신의 방을 꾸민다거나, 어떤 활동을 하고 싶어한다거나 친구들과 어떤 방법으로 연락하며 그들과의 관계를 지속할지에 대해 함께 얘기하고 나누는 것 또한 당신과 함께 의논하며 스스로 결정하도록 도와주십시오.
8. **이야기들을 기록하세요**- 스토리텔링이나 사진 앨범 등은 아이들이 과거의 경험들을 기억하며 자신의 정체성을 정립해 나가는 것을 도와주는 창의적이고 의미있는 방법입니다. 아이들의 감정 어휘를 늘려가고 회복력을 키우는 것을 돕기 위해 느낌이 담긴 가족의 이야기를 개인 독백 형식과 같이 만들어 보세요. 자신이 누구인지 알도록 성장하기 위해서 아이는 자신이 어디에서 왔는지 아는 것이 중요합니다.
9. **스토리들을 자신의 이야기로 동일시 하기(이야기의 캐릭터들에게 감정을 이입하여 자신과 동일시 함)**- 아이가 자신의 감정을 표현할 때 가끔씩 그들 자신과 연관된 이야기 속의 등장 인물을 자신과 동일시할 때가 있는데, 그것은 아이가 이야기 속의 등장 인물을 통해 자신의 감정을 더 쉽게 표현할 수 있음을 알기 때문입니다. 우리가 다른 사람의 이야기를 읽거나 듣거나 보게 될 때에도 이야기 속의 인물의 경험을 통해 종종 우리의 느낌이 드러나고 우리 자신의 감정도 깨닫게 됩니다. 자녀와 함께 독서하는 것(혹은 자녀가 읽고 있는 책에 대해 토론하는 것)은, 아이가 직접적인 표현의 어려움을 느끼는 것에 대해 당신이 통찰력을 가질 수 있는 유용한 한 방법이기도 합니다.
10. **추억의 물건(기념품, 애착인형, 혹은 어떤 장소, 이벤트 등을 기억할만한 물건)**- 우리가 이사를 할 때 모든 것을 항상 우리와 함께 가져가지는 못합니다. 그러나 아이가 어디를 가든지 항상 그들의 '보물 상자'와 함께 하도록 하는 것은 정말 도움이 될 수 있습니다. 그리고 옮겨갔던 장소에서의 기념품들을 하나씩 모으는 것도 머물렀던 장소와의 끈끈한 관계를 느끼게 해 줄 수 있습니다. 이런 추억을 담은 기념품들은 아이의 정체성을 다듬어 가는 데 있어 경험과, 추억의 장소, 여러 사람들을 떠올리게 할 것입니다.
11. **지속적인 연락**- 이사를 한다는 것은 가족 및 친구들과의 강한 유대 관계를 유지할 수 없게 된다는 의미가 아닙니다. 연락을 지속할 수 있는 실제적이고 창의적인 방법을 한 번 생각해 보세요. 가족전통을 예로 들면, 조부모님과 매주 일요일 화상통화를 하는 것이 될 수도 있겠습니다. 가능하다면 매년 한 장소로(당신이 소유한 집, 가족이나 친구가 소유한 장소, 혹은 모두가 모이기를

좋아하는 장소 등) 모이는 것을 고려해 보세요. 그러면 아이는 매년마다 한 곳에서 어린시절의 '집'에 대한 추억을 만들게 될 것입니다.

12. **긍정적으로 의도하세요**- 만약 당신이 부모로서 긍정적인 모습으로 이 변화의 과도기를 지나지 않는다면 당신의 자녀도 긍정적으로 이것을 대할 것이라고 기대할 수 없습니다. 개방적이고 긍정적인 마음으로 이 변화에 대해 소통함으로써 자녀들도 더 긍정적이며 개방적인 마음을 가지게 될 것입니다. 이것은 다가오는 변화와 함께 오는 도전을 부정한다는 말이 아닙니다. 그러나 도전을 잘 다루고 그렇게 하도록 아이를 도와 줌으로서 당신은 발돋움하여 훨씬 의미있는 방법으로 새로운 경험의 유익을 얻게 될 것입니다.

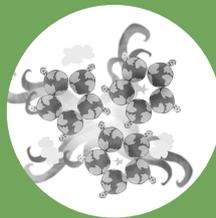
With many thanks to Amy Shuflin and Vicky Hayashi from  
Oasis International School in Kuala Lumpur for the translation.

©Roots with Boots 2022



### Consulting for Families

For a more personalized consultation, contact Valérie [here](#) for a 20 minute no obligation conversation.



### Workshops for Schools and Companies

For more information on presentations or workshops, contact Valérie [here](#).



### Books

Valérie Besanceney is the author of two [B at Home: Emma Moves Again](#) and [My Moving Booklet](#).