

## 부모-자녀간 진로 갈등을 해소하는 대화법



### 진로 돋보기

#### 자녀와의 대화를 방해하는 5가지 요소

가까운 사이일수록 솔직한 마음을 제대로 표현해야 갈등을 완화할 수 있습니다. 그러나 마음을 표현할 때 대화하는 방식에 따라 자녀가 받아들이는 것은 크게 달라집니다. 솔직한 마음 전달을 방해하는 5가지 대화 방식에 대해 알아봅시다.



### 진로 레시피

#### 자녀와의 진로 갈등, 자녀를 인정하는 대화로 풀기!

자녀의 모습 그대로를 바라보고, 자녀가 스스로 선택할 수 있도록 도와줄 때 비로소 진로갈등을 해결하는 첫 단계로 나아갑니다. 진로 갈등을 해결하는 방법은 자녀를 인정하는 대화에서부터 시작됩니다. 자녀를 존중하며 30분 이상 대화를 이어나가는 방법에 대해 알아봅시다.

유투브(youtube.com) > 학부모를 위한 진로레시피 > [진로레시피 2019-46] 진실한 진로를 대화하는 방법 - 이유남 2부



### 진로 한 걸음 더

#### 자녀와의 진로 갈등을 해결하는 대화법 4단계



대화란 솔직하게 말하고, 공감으로 듣는 일을 무한 반복하는 것입니다. 솔직하게 말하고 공감으로 듣는 과정에 이러한 대화법을 활용한다면 학부모와 자녀 모두의 감정을 다치게 하지 않고 원만한 대화를 이끌어낼 수 있습니다.

| 솔직하게 말하기               |    | 공감으로 듣기                                      |
|------------------------|----|--|
| 내가 ____를 보았을 때         | 관찰 | 너는 ____를 보았을 때<br>ex) 네가 그것을 보았을 때           |
| 나는 ____라고 느껴           | 느낌 | 너는 ____라고 느껴<br>ex) 이걸 느꼈구나.                 |
| 왜냐하면 나는 ____가 중요하기 때문에 | 육  | 왜냐하면 너는 ____가 중요하기 때문에<br>ex) 너는 그 부분이 중요하구나 |
| ____해 줄 수 있겠니?         | 부탁 | 너는 내가 ____하기를 원해?<br>ex) 그래서 내가 이렇게 하길 바라니?  |

유투브(youtube.com) > 전국학부모지원센터 > [이윤정 대표] 부모의 큰 사랑을 비폭력대화로 전해주세요\_학부모10분특강(2021)





## 자녀와의 진로 대화에 적용하기

적절한 대화방법을 활용하면 학부모와 자녀의 진로 갈등을 해결할 수 있습니다. 자녀와 진로 갈등을 겪는 구체적인 사례를 살펴보고, 대화법을 어떻게 자녀와의 대화에서 사용할 수 있을지 활동지를 작성하며 생각해보고 적용해봅시다.

### 상담 사례

“미술학과에 진학해 그림을 그리고 싶다는 자녀, 공학이나 IT계열로 직업을 가졌으면 좋겠어요.”

### 자녀의 꿈을 반대하는 이유

미래에 인기 있는 유망직종으로 진로를 정해야 취업 걱정이 없을 것 같아요.

### 대화를 위한 조언

미술분야의 진로는 다양하다는 걸 알려주세요. 순수 미술뿐 아니라 IT계열에도 미술 직종이 있다는 걸 알려주는 게 어떨까요? 원하는 그림을 그리면서도 여러 가지 진로를 생각해볼 수 있음을 대화를 통해 알려주세요.

### 대화법

#### 솔직하게 말하기

내가 너의 진로 희망을 들었을 때 나는 걱정이 되었어. 왜냐하면 나는 미래 유망 있는 직업이 좋다고 생각하기 때문이야. 미술학과에 진학해 그림을 그리기보다는 그림을 그릴 수 있는 다른 진로를 생각해보면 어떨겠니?

#### 공감으로 듣기

00이가 화가를 직업으로 생각했다는 걸 알았을 때 나는 00이가 그림을 많이 좋아하는구나 생각했어. 우리 00이는 하고 싶은 일을 직업으로 삼는 것이 중요하구나? 그래서 내가 화가라는 직업에 대한 걱정 대신 00이의 생각과 꿈을 지지해주길 바라니?

### 자녀와의 진로 갈등

### 자녀의 꿈을 반대하는 이유

### 대화를 위한 조언 찾기

※ 커리어넷-진로상담 또는 전국 시도교육청 진로진학정보센터 등을 통해 상담을 신청하여 조언을 받고 기록할 수 있습니다.

#### 솔직하게 말하기

내가 \_\_\_\_를 보았을 때  
나는 \_\_\_\_라고 느껴  
왜냐하면 나는 \_\_\_\_가 중요하기 때문에  
\_\_\_\_해 줄 수 있겠니?

### 대화법

#### 공감으로 듣기

네가 그것을 보았을 때 \_\_\_\_ 느꼈구나.  
너는 \_\_\_\_이 중요하구나  
내가 \_\_\_\_하길 바라니?

