

발달에 어려움이 있는 영유아의 부모를 위한 안내자료

# 아이의 발달속도에 맞춘 러닝메이트



러닝



메이트

Korea Institute of  
Child Care and Education



육아정책연구소  
Korea Institute of Child Care and Education



한국육아지원학회  
The Korean Society for Early Childhood Education & Care

발달에 어려움이 있는 영유아의 부모를 위한 안내자료

## 아이의 발달속도에 맞춘 러닝메이트

# 러닝 메이트

「러닝메이트」는 자녀의 발달 속도에 맞추어 부모-자녀가  
함께 배우고(learning) 달리는(running) 짝(mate)이  
되자는 의미를 담은, 육아정책연구소의 발달 위험 영유아  
지원 자료집입니다.



육아정책연구소  
Korea Institute of Child Care and Education



한국육아지원학회  
The Korean Society for Early Childhood Education & Care

# 목차

발달에 어려움이 있는 영유아의 부모를 위한 안내자료  
**아이의 발달속도에 맞춘  
 러닝메이트**

## PART I.

### 자녀의 발달 이해 및 지원하기

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 1. 영유아 발달 이해 및 지원             | 9  |
| • 우리 아이의 발달 수준을 체크해 보세요!      | 9  |
| • 우리 아이의 기질은 어떻게요?            | 34 |
| 2. 위험군 영유아의 이해                | 36 |
| • 위험군 영유아의 조기발견과 지원이 왜 중요할까요? | 36 |
| • 발달위험의 요인은 무엇인가요?            | 36 |
| • 위험군 영유아는 어떻게 알 수 있나요?       | 37 |
| • 발달위험으로 의심되면 어떻게 해야 하나요?     | 40 |

## PART II.

### 부모 효능감 키우기

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 1. 부모의 자기 이해                | 47 |
| • 나의 애착유형을 알아볼까요?           | 47 |
| • 나의 양육태도는 어떤가요?            | 50 |
| • 나의 양육태도는 개선될 수 있어요        | 51 |
| • 나의 양육 스트레스는 어느 정도일까요?     | 52 |
| • 양육 스트레스, 줄일 수 있어요         | 55 |
| 2. 부모 역할                    | 61 |
| • 나와 기질이 다른 아이, 어떻게 도와줄까요?  | 61 |
| • 발달위험이 의심되는 아이와 어떻게 놀아줄까요? | 63 |
| • 발달위험이 의심되는 아이, 어떻게 지원할까요? | 65 |





## PART III.

### 전문가 Q&A 보기



|                                                |           |
|------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. 발달 상담</b>                                | <b>81</b> |
| • 우리 아이만 아직 걷지 못해요                             | 81        |
| • 국민건강보험공단 영유아 건강검진에서 추적검사요망으로 나왔어요            | 82        |
| • 아이가 또래보다 말이 늦어요                              | 83        |
| • 우리 아이, 자폐가 의심돼요                              | 84        |
| <b>2. 기관 상담</b>                                | <b>85</b> |
| • 아이가 영아인데 장애진단을 받지는 않았지만, 발달지원을 위한 교육을 받고 싶어요 | 85        |
| • 영아인데 장애진단을 받았어요                              | 86        |
| • 내년엔 만 3세가 되면 특수학급이 있는 유치원에 보내고 싶어요           | 87        |
| • 만 3세 우리 아이, 어린이집에서 특수교육서비스를 받을 수 있나요?        | 88        |
| • 아이를 유치원 특수학급에 다니게 하고 싶어요                     | 88        |
| • 지금 다니는 일반 유치원에서 특수교육서비스를 받고 싶어요              | 89        |
| • 어느 정도의 수준이면 언어치료가 필요한 건가요?                   | 89        |
| • 언어치료센터에서는 어떤 도움을 받을 수 있나요?                   | 90        |
| • 초등학교 취학유예는 어떻게 해야 하나요?                       | 91        |
| <b>3. 부모 역할 상담</b>                             | <b>92</b> |
| • 또래에 비해 발음이 정확하지 않은 우리 아이, 무엇을 해야 할까요?        | 92        |
| • 아이가 말을 더듬는데 집에서 어떻게 하면 될까요?                  | 93        |
| • 우리 아이 언어발달을 도와주고 싶어요                         | 94        |
| • 우리 아이가 스마트폰만 가지고 놀려고 해요                      | 95        |
| • 마음에 안 들면 물건을 던지는 우리 아이, 어떻게 해야 하나요?          | 96        |

## PART IV.

### 기관정보 제대로 알기



|                                                         |            |
|---------------------------------------------------------|------------|
| <b>1. 발달검사와 교육</b>                                      | <b>101</b> |
| • 우리 아이 발달위험이 의심된다는데 어디에서 도움을 받을 수 있을까요?                | 101        |
| • 우리 아이 발달검사 비용을 지원받을 수 있을까요?                           | 103        |
| • 또래보다 발달이 느린 우리 아이, 어린이집에서 발달지원을 받을 수 있나요?             | 104        |
| • 발달에 어려움이 있는 우리 아이, 어느 기관에서 교육받을 수 있나요?                | 105        |
| <b>2. 지원·정책 서비스</b>                                     | <b>107</b> |
| • 집으로 찾아와서 발달검사를 해주는 서비스가 있을까요?                         | 107        |
| • 발달이 느린 아이를 위한 사회복지서비스가 있나요?                           | 108        |
| • 우리 아이 치료서비스 비용(언어치료, 감각치료, 행동치료 등)을 어디에서 지원받을 수 있을까요? | 109        |
| • 우리 아이 상담 지원, 어디에서 받을 수 있나요?                           | 110        |
| • 부모를 위한 양육비 지원은 어떻게 받나요?                               | 111        |
| • 부모를 위한 돌봄 지원, 심리 지원은 어떻게 받나요?                         | 112        |
| <b>3. 지역사회 협력기관</b>                                     | <b>114</b> |
| • 우리 아이 발달은 어디에 문의해야 하나요?                               | 114        |
| • 한부모, 다문화, 조부모 가정을 지원해주는 기관이 있나요?                      | 115        |
| • 발달에 어려움이 있는 아이와 가족들을 지원해주는 기관은 어디인가요?                 | 116        |

### 참고문헌

118

발달에 어려움이 있는 영유아의 부모를 위한 안내자료

**아이의 발달속도에 맞춘  
러닝메이트**

# **PART I.**

## **자녀의 발달 이해 및 지원하기**





- 
1. 영유아 발달 이해 및 지원
  2. 위험 영유아의 이해
-

발달은 신체, 인지, 언어, 사회·정서 등 전 영역에 걸쳐 이루어지지만,

시기별 발달 영역이 다르고 개인차가 있습니다.

발달은 각 영역이 독립적으로 이루어지는 것이 아니라

상호작용하면서 이루어지는 복잡한 과정입니다.

부모가 자녀의 연령에 따른 발달 수준을 이해하고,

이를 기초로 자녀의 발달상 위험을 조기에 발견하는 것이 중요합니다.



## 1

## 영유아 발달 이해 및 지원

## ●● 우리 아이의 발달 수준을 체크해 보세요!

우리 아이들이 건강하게 잘 자라고 있는지 어떻게 알 수 있을까요? 일상생활에서 아이들이 놀고, 말하고, 행동하는 모습은 자녀의 발달 상태를 체크해 볼 수 있는 중요한 실마리가 됩니다. 발달지표는 이 시기 영유아의 75% 이상이 보일 수 있는 일반적인 행동을 제시한 것입니다. 자녀의 연령에 맞는 발달지표를 보고 우리 아이의 발달 수준이 어느 정도 수준 인지를 확인해보세요. 일반적으로 발달은 연속해서 이루어지기 때문에 다른 연령에서 중복되어 나타날 수 있습니다. 하나 이상의 발달지표 행동을 하지 못하거나, 예전에 했던 행동을 더는 하지 못하는 경우라면 조기 대응이 중요합니다. 영유아가 발달위험에 처하지 않도록 놀이와 일상생활에서 부모의 적극적인 지원이 필요합니다. 부모가 잘 지원해준다면 영유아 전인적인 발달(신체, 인지, 언어, 사회·정서)은 물론 독립적으로 일상생활을 수행할 수 있는 자조기술을 향상시키는데 도움이 됩니다. 자, 그럼 자녀의 발달을 이해하고 지원 하는 방법을 알아볼까요?

## 12개월 영아 발달 이해 및 지원

12개월 영아는 대부분 다음과 같은 행동을 할 수 있어요.<sup>1) 2)</sup>

## 신체발달

- ☐ 도움 없이 앉아 있다.
- ☐ 팔로 잡아당기고 발로 밀면서 배를 바닥에 대고 기어간다.
- ☐ 손과 무릎을 바닥에 대고 기어간다.
- ☐ 앉아 있다가 기어가거나 바닥에 배를 대고 눕는다.
- ☐ 혼자서 일어선다.
- ☐ 가구를 잡고 걷는다.
- ☐ 도움 없이 잠깐 서 있다.
- ☐ 잡아주면 한두 걸음 걷는다.
- ☐ 엄지와 검지를 사용해서 물건을 잡는다.
- ☐ 블록 두 개를 양손에 잡고 서로 부딪친다.
- ☐ 물건을 통에 넣는다.
- ☐ 물건을 통에서 꺼 낸다.

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 신체발달    | <input type="checkbox"/> 물건을 스스로 바닥에 놓는다.<br><input type="checkbox"/> 검지로 콧 찌른다.<br><input type="checkbox"/> 끼적이는 흉내를 낸다.                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 인지발달    | <input type="checkbox"/> 다양한 방법으로 사물을 탐색한다(흔들기, 던지기, 떨어뜨리기, 치기 등).<br><input type="checkbox"/> 숨긴 물건을 쉽게 찾는다.<br><input type="checkbox"/> 말하는 사물에 맞는 그림을 찾는다.<br><input type="checkbox"/> 몸짓을 흉내 낸다.<br><input type="checkbox"/> 사물을 용도에 맞게 사용한다(컵으로 물 마시기, 빗으로 머리 빗기, 전화 걸기 등).                                                                                                                        |
| 언어발달    | <input type="checkbox"/> 말에 대한 관심이 늘어난다.<br><input type="checkbox"/> 간단한 지시에 반응한다.<br><input type="checkbox"/> '안 돼'라는 말에 반응한다.<br><input type="checkbox"/> 간단한 몸짓으로 의사를 전달한다('네'라는 뜻으로 고개 끄덕이기, '아니오'라는 뜻으로 손 흔들기).<br><input type="checkbox"/> 웅얼이를 한다.<br><input type="checkbox"/> 마마, 다다, 바바 같은 소리를 낸다.<br><input type="checkbox"/> 아-, 오- 같은 감탄사를 사용한다.<br><input type="checkbox"/> 단어를 흉내 내려고 한다. |
| 사회·정서발달 | <input type="checkbox"/> 낯선 사람과 있을 때 무서워하거나 부끄러워한다.<br><input type="checkbox"/> 양육자가 사라지면 운다.<br><input type="checkbox"/> 사람을 흉내 내는 놀이를 즐긴다(도리도리나 짹짹 흉내내기, 토닥토닥하기 등).<br><input type="checkbox"/> 특정 사람이나 사물을 특히 좋아한다.<br><input type="checkbox"/> 어떤 상황에서 두려움을 느끼기도 한다.<br><input type="checkbox"/> 다른 사람보다 어머니나 정기적으로 돌봐주는 사람을 선호한다.<br><input type="checkbox"/> 관심을 끌기 위해 소리나 몸짓을 반복한다.              |



이 시기의 영아가 배우고 성장할 수 있도록 다음과 같이 지원해 주세요.<sup>1)2)</sup>

| 구분   |             | 12개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 놀이   | 실내 놀이       | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 걸어 다닐 수 있게 해주세요.<br/>[신체] 의자, 상자, 걸음마 장난감, 밀차 등을 잡거나 밀면서 걸어보기, 한쪽 손을 잡고 걷기 연습을 해보세요.</li> <li>◦ 손과 손가락을 많이 이용할 수 있는 다양한 놀이를 할 수 있게 해주세요.<br/>[신체] 냄비, 팬, 드럼이나 심벌즈 등 작은 악기를 두드려 소리 내보게 해주세요.<br/>작은 블록 쌓기, 크레파스로 끼적이기 등을 하게 해주세요.</li> <li>◦ 손가락 근육 발달뿐 아니라 인지발달도 자극하는 놀이를 해보세요.<br/>[인지] 컵이나 바구니에 작은 장난감을 넣었다 뺐다 하는 놀이를 해보세요.<br/>‘코코코 입’이나 ‘눈 어디 있지?’ 등 신체 부위를 가리키는 놀이를 해보세요.</li> </ul> |
|      | 실외 놀이       | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 아이가 무슨 말을 하거나 시도하면 말을 덧붙여서 단어나 문장으로 완성해 주세요.<br/>[언어] 아이가 “타”라고 하면 “응, 트럭”이라고 대답해 주고, 아이가 “트럭”이라고 말하면, “응, 그건 파란색 큰 트럭이야”라고 대답해 주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                           |
| 일상생활 | 책과 미디어      | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 아이와 함께 책을 보세요.<br/>[언어] 아이와 책을 넘기면서 단순히 그림에 대해 이야기 나누는 것도 좋습니다. 이 시기 아이들은 다양한 촉감을 느끼거나 열어볼 수 있는 책을 좋아합니다.</li> <li>◦ 전자기기(TV, 태블릿, 전화 등) 사용은 가능한 한 최소한으로 사용해주세요.<br/>[사회·정서] 이 시기 아이는 전자기기보다는 다른 사람과 이야기하고, 놀고, 상호작용 하면서 배웁니다.</li> </ul>                                                                                                                                                 |
|      | 식사 및 간식     | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 음식에 관심 가지게 해주세요.<br/>[자조] “접시에 무슨 음식이 있는지 볼까?”라고 말해 주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|      | 수면과 휴식      | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 아이가 충분히 잘 수 있게 해주세요.<br/>[자조] 4개월에서 12개월 사이의 영아들은 하루에 낮잠시간을 포함해 12~16시간 수면을 취해야 합니다.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|      | 위생<br>(화장실) | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 목욕이나 배변 시 부모가 무엇을 하는지 아이에게 말해주거나 노래를 불러주세요.<br/>[언어] 배변(기저귀, 화장실 등)이나 목욕(비누, 보글보글 등)과 관련된 단어를 사용해 “이제 목욕할 거야. 비누로 네 손을 씻어주고 있어”나 “자, 이제 기저귀 갈아줄 거야”라고 말해주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                   |

| 구분   | 12개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 상호작용 | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 일관성 있고 긍정적인 방법으로 훈육해 주세요.<br/> <b>[자조]</b> 대부분의 행동은 단순히 다른 쪽으로 주의를 돌려주기만 해도 됩니다. 그러나 위험한 상황에서는 단호하게 “안 돼”라고 명확하게 이야기해 주세요.<br/> 때리거나 소리를 지르거나 오랫동안 설명하면 역효과가 납니다.</li> <li>● 일상생활(식사, 씻기, 잠자기 등)은 가능한 한 비슷한 시간에 규칙적으로 하도록 해주세요.<br/> <b>[자조]</b> 아이가 어린이집에 다닌다면 가기 전(씻기, 옷 입기, 가방 챙기기 등)과 집에 돌아와서 해야 하는 일(손 씻기, 간식 먹기 등)을 하도록 습관을 만들어주세요.</li> <li>● 아이의 요구나 행동에 일관되고 애정적인 반응을 보여주세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 안정된 애착 형성은 이후 인간관계의 기초가 됩니다.<br/> 아이는 안정감을 주고 일관되게 애정을 표현해주는 편안한 양육자로부터 스스로 감정을 진정하는 법을 배울 수 있어요.<br/> 아이가 울거나 짜증을 부릴 때 조용히 말하기, 안고 흔들어주기, 노래 불러주기 등으로 진정시켜 주세요. 때로는 손가락이나 고무젖꼭지를 빨게 하는 것도 좋아요.</li> <li>● 아이가하기를 바라는 행동을 알려주세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 무엇을 해야 하는지 보여주고 아이가 해낼 때 긍정적인 단어를 사용하거나 포옹과 보보를 해주세요.<br/> 아이가 반려동물을 괴롭히면 반려동물을 부드럽게 어루만지는 방법을 가르쳐주고, 아이가 알려준 대로 행동하면 꼭 안아주세요.</li> </ul> |



### 15개월 영아 발달 이해 및 지원

15개월 영아는 대부분 다음과 같은 행동을 할 수 있어요.<sup>1) 2)</sup>

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 신체발달    | <input type="checkbox"/> 혼자서 몇 걸음 걷는다.<br><input type="checkbox"/> 계단을 기어오른다.<br><input type="checkbox"/> 장난감을 끌고 걷는다.<br><input type="checkbox"/> 잼잼/곤지곤지를 한다.<br><input type="checkbox"/> 2-3개의 블록을 차례로 쌓아 올린다.<br><input type="checkbox"/> 그릇을 거꾸로 들어 물건을 쏟는다.<br><input type="checkbox"/> 손가락을 사용하여 스스로 음식을 먹는다.<br><input type="checkbox"/> 빨대로 액체(물/우유 등)를 빨아서 마신다.<br><input type="checkbox"/> 양말과 모자를 벗는다.<br><input type="checkbox"/> 컵의 물을 흘리지 않고 마신다.  |
| 인지발달    | <input type="checkbox"/> 장난감, 음식 등이 있는 곳을 가리킨다.<br><input type="checkbox"/> 친숙한 사람이 어디 있는지를 가리킨다.<br><input type="checkbox"/> 그림책을 똑바로 놓고 본다.<br><input type="checkbox"/> 전화, 컵, 책 등의 물건을 올바른 방식으로 사용하려고 한다.<br><input type="checkbox"/> 블록처럼 작은 물체를 최소 두 개씩 쌓는다.                                                                                                                                                                                                 |
| 언어발달    | <input type="checkbox"/> 눈, 코, 입 등을 가리키라면 가리킨다.<br><input type="checkbox"/> ‘물건을 집어 줘’ 등의 요구를 따른다.<br><input type="checkbox"/> 몸짓과 단어로 지시해 주면 따른다(“네”라고 말하기도 하고, 손을 내밀면서 “장난감 줘”라고 말하면 장난감을 준다).<br><input type="checkbox"/> “먹어”, “앉아”, “주세요” 같은 동사를 이해한다.<br><input type="checkbox"/> 엄마(마마), 아빠(빠빠) 외에 한두 단어 말하기를 시도한다(‘공’의 고, ‘멍멍이’의 멍).<br><input type="checkbox"/> 익숙한 사물의 이름을 말하면 그 사물을 본다.<br><input type="checkbox"/> 무엇인가를 달라고 요청하거나 도움을 구하려고 손으로 가리킨다. |
| 사회·정서발달 | <input type="checkbox"/> 새로운 상황에서 부모의 눈치를 살핀다.<br><input type="checkbox"/> 부모를 끌어안거나 보보를 하는 등 애정표현을 한다.<br><input type="checkbox"/> 신날 때 손뼉을 친다.<br><input type="checkbox"/> 다른 아이가 노는 것을 보고 따라 한다.<br><input type="checkbox"/> 자신이 좋아하는 물건을 보여준다.<br><input type="checkbox"/> 인형이나 장난감을 끌어안는다.                                                                                                                                                                   |

이 시기의 영아가 배우고 성장할 수 있도록 다음과 같이 지원해 주세요.<sup>1) 2)</sup>

| 구분   |         | 15개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 놀이   | 실내 놀이   | <ul style="list-style-type: none"> <li>간단한 정리 노래를 함께 불러주세요.<br/> <b>[자조]</b> 아이가 놀이 후에 스스로 장난감을 정리하도록 아이가 좋아하는 노래를 정리 노래로 정해서 불러도 좋아요.</li> <li>주변 물건을 스스로 만져볼 기회를 주세요.<br/> <b>[인지]</b> 손으로 조작할 수 있는 다양한 놀잇감을 마련해주세요.</li> <li>친숙한 사진이나 사물을 가지고 언어놀이를 해주세요.<br/> <b>[언어]</b> 아이, 가족, 친인척의 사진을 보면서 이름을 함께 이야기해 보세요.<br/>                     아이에게 사물을 보여 주면서 사물의 용도가 무엇인지 알려 주고 아이가 따라서 해볼 수 있게 해주세요. 예를 들면 모자를 보여주고 '모자는 머리에 쓰는 거야' 하면서 머리에 쓴 모습을 보여주고 아이도 따라서 모자를 쓸 수 있게 해주세요.<br/>                     인형을 이용해서 아이에게 말을 걸어 보세요. 상상놀이는 아이들의 인지를 발달시키는 중요한 놀이입니다.</li> <li>블록을 가지고 함께 쌓기놀이를 해주세요.<br/> <b>[신체]</b> 아이가 블록을 쌓는 것이 어렵다면 부모가 쌓고 아이가 쓰러뜨리는 놀이를 해보세요.</li> <li>같은 책, 노래, 놀이를 반복적으로 해주다가 조금씩 새로운 것도 경험하게 해주세요.<br/> <b>[인지]</b> 익숙한 것을 먼저 한 후에 새로운 것을 소개해 주세요. 아이에게 친숙한 인형을 사용해 새로운 노래나 장난감을 소개할 수도 있어요.</li> </ul> |
|      | 실외 놀이   | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이가 무슨 말을 하거나 시도하면 말을 덧붙여서 단어나 문장으로 완성해 주세요.<br/> <b>[언어]</b> 아이가 "타"라고 하면 "응, 트럭"이라고 대답해 주고, 아이가 "트럭"이라고 하면, "응, 그건 파란색 큰 트럭이야"라고 대답해 주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 일상생활 | 책과 미디어  | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이와 함께 책을 보세요<br/> <b>[언어]</b> 아이와 책을 넘기면서 단순히 그림에 대한 이야기만 나누는 것도 좋아요. 이 시기 아이들은 다양한 촉감을 느끼거나 열어볼 수 있는 책을 좋아합니다</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|      | 식사 및 간식 | <ul style="list-style-type: none"> <li>스스로 음식을 먹도록 시도하게 해보세요.<br/> <b>[자조]</b> 아이가 뚜껑 없는 컵을 사용해 적은 양의 물을 마시게 해주세요.<br/> <b>[신체]</b> 손가락으로 음식을 먹는 연습을 하게 해주세요.<br/>                     양손으로 빨대컵을 잡고 물을 마실 수 있게 해주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| 구분   |             | 15개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 일상생활 | 수면과 휴식      | <ul style="list-style-type: none"> <li>규칙적인 수면 패턴을 가지도록 해주세요.</li> <li><b>[언어]</b> 차분하고 조용한 취침시간이 되도록 자리에 누워 책을 읽어 주세요.</li> <li><b>[신체]</b> 1~2세 아이는 하루에 11~14시간의 수면(낮잠 포함)이 필요합니다.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|      | 위생<br>(화장실) | <ul style="list-style-type: none"> <li>목욕이나 배변 시 부모가 무엇을 하는지 아이에게 말해 주거나 노래를 불러 주세요.</li> <li><b>[언어]</b> 배변(기저귀, 화장실 등)이나 목욕(비누, 보글보글 등)과 관련된 단어를 사용해 “이제 목욕할 거야. 비누로 네 손을 씻어주고 있어”나 “자, 이제 기저귀 갈아줄 거야”라고 말해 주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 상호작용 |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>스스로 해 볼 수 있는 기회를 많이 주세요.</li> <li><b>[자조]</b> 아이의 안전을 위해서 아이에게서 눈을 떼지 마세요.</li> <li><b>[신체]</b> 아이가 무언가를 혼자 하려고 할 때 인내심을 가지고 기다려 주세요. 걸음마를 할 수 있게 도와주세요. 튼튼하고 넘어지지 않는 영아용 의자를 준비하세요.</li> <li><b>[사회·정서]</b> 아이에게 선택의 기회를 주세요.</li> <li>아이에게 감정을 표현하는 방법을 알려 주세요.</li> <li><b>[사회·정서]</b> 말과 행동을 일관성 있게 보여주어 신뢰감을 가지게 해주세요. 같이 동요를 부르고 동요에 맞춰 춤추면서 정서적으로 교감해 주세요.</li> <li>떼를 쓰는 것은 이 나이에서는 정상적인 행동입니다. 아이의 감정에 공감하고 위로해주며 아이가 진정할 수 있도록 시간을 주세요.</li> <li>아이가 해야 하는 행동을 가르쳐주고 그 행동을 하면 칭찬해 주세요. 예를 들어, 아이가 반려동물을 괴롭히면 부드럽게 만지는 방법을 가르쳐주고, 아이가 실제로 그렇게 하면 칭찬해 주세요.</li> <li><b>[언어]</b> “장난감을 못 사서 짜증이 나지?”처럼 아이가 느끼는 감정을 말로 표현해 주세요.</li> </ul> |

### 18개월 영아 발달 이해 및 지원

18개월 영아는 대부분 다음과 같은 행동을 할 수 있어요.<sup>1) 2)</sup>

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 신체발달    | <input type="checkbox"/> 다른 사람이나 물건을 잡지 않고 혼자 걷는다.<br><input type="checkbox"/> 도움 없이 소파나 의자에 오르내린다.<br><input type="checkbox"/> 낙서를 한다.<br><input type="checkbox"/> 뚜껑이 없는 컵으로 물을 마신다(가끔 쏟거나 흘리기도 함).<br><input type="checkbox"/> 손가락을 사용해 스스로 먹는다.<br><input type="checkbox"/> 손가락을 사용하려고 시도 해본다. |
| 인지발달    | <input type="checkbox"/> 성인이 하는 집안일(예: 빗자루질, 걸레질)을 따라 해 본다.<br><input type="checkbox"/> 장난감 차 밀기와 같은 간단한 방식으로 장난감을 가지고 논다.                                                                                                                                                                         |
| 언어발달    | <input type="checkbox"/> '엄마' 또는 '아빠' 외에 3개 이상의 단어를 말하려고 시도한다.<br><input type="checkbox"/> 몸짓 없이 말로 하는 단순 지시를 따른다("이리 줘"라고 말하면 장난감 주기 등).                                                                                                                                                          |
| 사회·정서발달 | <input type="checkbox"/> 부모로부터 멀어지면 부모가 가까이 있는지 돌아보고 확인한다.<br><input type="checkbox"/> 성인에게 흥미로운 것을 보여주기 위해 가리킨다.<br><input type="checkbox"/> 성인이 씻어줄 수 있도록 손을 내민다.<br><input type="checkbox"/> 책을 몇 쪽 정도 성인과 함께 본다.<br><input type="checkbox"/> 부모가 옷을 입히기 쉽도록 팔을 소매 안으로 밀어 넣거나 발을 들어 올린다.        |

이 시기의 영아가 배우고 성장할 수 있도록 다음과 같이 지원해 주세요.<sup>1) 2)</sup>

| 구분 |       | 18개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 놀이 | 실내 놀이 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이가 안전하게 밀거나 넣고 빼는 놀잇감을 마련해 주세요.<br/> <b>[신체]</b> 자동차를 밀거나 블록을 통에 넣거나 빼는 놀이는 소근육을 발달시킵니다.</li> <li>• 상상놀이를 유도하세요.<br/> <b>[인지]</b> 아이에게 놀이용 손가락이나 컵을 주고 인형에게 먹이는 시늉을 하게 해주세요. 부모가 먼저 먹이는 시늉을 보여주세요.</li> <li>• 놀이하면서 다양한 사물의 이름을 알려주세요.<br/> <b>[언어]</b> '코코코', '머리어깨무름' 등 신체 부위를 가리키는 노래나 찾는 놀이를 하면서 신체 부위의 이름을 아이에게 가르쳐 주세요.<br/>           책을 같이 보면서 그림에 나오는 사물에 대해 이야기 해주세요.         </li> </ul> |

| 구분   |             | 18개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 놀이   | 실외 놀이       | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이와 함께 상호작용하는 놀이를 해주세요.<br/> <b>[신체]</b> 아이와 공을 주고받으면서 놀아 주세요.<br/> <b>[언어]</b> 아이가 주변에 무엇이 있는지 생각해 보도록 간단한 질문(저게 뭘까?)을 해보세요.<br/> <b>[인지]</b> 아이가 한 말에 단어를 더해서 말해 주세요. 아이가 “강아지”라고 말하면 “응, 강아지가 멍멍하고 짹네”라고 이야기해 주세요.<br/>           아이와 간단한 게임을 하되 성인과 아이 모두 역할이 있는 술래잡기, 무궁화 꽃이 피었습니다와 같은 놀이를 해보세요.         </li> <li>실외 놀이터에서 놀이기구를 탐색하고 반복해서 놀이하게 해주세요.<br/> <b>[언어]</b> 친숙한 놀이기구(미끄럼틀, 그네 등)의 이름을 말하면서 놀아 주세요.<br/>           “미끄럼틀이 뜨거워”, “공이 더러워.”, “모래가 젖어 있어”와 같이 갖고 노는 기구나 주변 대상이 어떤 상태인지를 말해 주세요.<br/> <b>[인지]</b> 새로운 놀이기구로도 놀아보도록 유도해 주세요.         </li> </ul> |
|      | 책과 미디어      | <ul style="list-style-type: none"> <li>책이나 TV를 볼 때 동물, 사물, 캐릭터 이름을 같이 말해 보세요.<br/> <b>[언어]</b> 동물 이름을 듣고 해당 동물 그림이나 사진을 찾아 보세요.<br/>           그림책을 보면서 친숙한 사물의 이름을 말해 보세요.         </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 일상생활 | 식사 및 간식     | <ul style="list-style-type: none"> <li>식기류(손가락, 포크) 사용에 대해 알려 주세요.<br/> <b>[자조]</b> “식사할 때 밥은 손가락, 반찬은 포크로 먹는 거야”라고 말해 주세요.<br/> <b>[신체]</b> 손가락을 바르게 들어서 입에 가져가게 도와주세요.         </li> <li>음식과 관련해 말로 의사를 표현할 수 있게 도와주세요.<br/> <b>[언어]</b> 더 먹고 싶을 때는 “더”, “또”라고, 그만 먹고 싶을 때는 “아냐”, “싫어”라고 표현할 수 있게 해주세요.         </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|      | 수면과 휴식      | <ul style="list-style-type: none"> <li>일정한 수면 및 식사 패턴을 가지게 해주세요.<br/> <b>[자조]</b> 아이가 밥이나 간식을 먹을 때 같이 앉아서 바른 식습관을 익히도록 도와주세요.         </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|      | 위생<br>(화장실) | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이가 배변 훈련을 받을 준비가 되었는지 소아과 의사에게 물어보세요.<br/> <b>[자조]</b> 준비가 되었다면 천천히 시작하세요. 준비가 되어있지 않을 때 강요하면 스트레스와 좌절감으로 배변훈련이 오히려 더 힘들어질 수 있어요.         </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

| 구분   | 18개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 상호작용 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 긍정적인 말을 사용하고 적절한 행동에 더 관심을 기울여 주세요.<br/> <b>[자조]</b> 장난감을 정리하지 않는다면 혼내기보다는 정리를 잘했을 때 “장난감을 열심히 잘 정리했구나”라고 칭찬하여 바른 행동을 하도록 관심을 보여 주세요.</li> <li>• 아이가 선택할 수 있도록 기회를 주세요.<br/> <b>[자조]</b> 옷을 입을 때 두 개 중에 고르게 해주세요.<br/> 간식을 먹을 때 2종류(우유, 물)의 음료 중에 고르게 해주세요.</li> <li>• 아이의 행동에 일관되게 긍정적으로 반응해 주세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 따뜻하고 일관된 반응은 아이와의 긍정적 관계를 형성하는 가장 중요한 방법입니다.</li> <li>• 아이가 다른 사람의 감정을 알고 긍정적으로 반응하는 방법을 배우도록 도와주세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 울고 있는 친구를 보게 되면 아이에게 “슬픈가보다, 가서 위로해 줄까?”라고 말해 보세요.</li> <li>• 화나 때 같은 부정적인 감정을 조절할 수 있게 해주세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 때를 쓰거나 짜증을 내는 것은 이 연령대 아이들에게는 정상적인 행동입니다. 자라면서 짜증내는 시간은 짧아지고 횟수는 줄어들거예요.<br/><br/> 때를 쓸 때는 아이의 감정을 읽고 공감을 해주되, 잘못된 행동으로 뭔가를 얻어내려고 한다면 그러지 못하게 하는 것이 좋습니다. 가끔은 때를 써도 모르는 척해도 괜찮습니다. 너무 빨리 아이의 감정을 풀어주려 하지 말고, 아이가 진정될 때까지 말없이 시간을 줄 필요도 있습니다.<br/><br/> 아이가 화가 났을 때 진정시킬 공간을 집에 마련해 보세요. 작은 텐트나 큰 종이박스를 사용할 수도 있어요. 안에는 포근한 담요나 인형 등 아이가 좋아할 만한 장난감을 두는 것도 좋습니다. 근처에 머물면서 아이가 진정하기 위해 성인이 필요할 경우 바로 도움을 주세요.</li> </ul> |

## 24개월 영아 발달 이해 및 지원

24개월 영아는 대부분 다음과 같은 행동을 할 수 있어요.<sup>1) 2)</sup>

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 신체발달    | <input type="checkbox"/> 공을 찬다.<br><input type="checkbox"/> 달린다.<br><input type="checkbox"/> 도움을 받지 않고 몇 개의 계단을 올라간다(가지 않고 걸어서 올라간다).<br><input type="checkbox"/> 손가락으로 먹는다.                                                                                           |
| 인지발달    | <input type="checkbox"/> 한 손을 사용하면서 다른 손으로 무언가를 잡는다(예: 용기를 잡고 뚜껑을 벗긴다).<br><input type="checkbox"/> 놀잇감의 스위치, 손잡이, 버튼 등을 사용하려고 시도한다.<br><input type="checkbox"/> 소꿉놀이 접시에 음식 모형을 올려놓는 것처럼 동시에 두 개 이상의 놀잇감을 가지고 놀이한다.                                                   |
| 언어발달    | <input type="checkbox"/> “곰 어디 있어?”라고 물으면 책에 있는 그림을 가리킨다.<br><input type="checkbox"/> “우유 더”와 같이 적어도 두 단어를 함께 말한다.<br><input type="checkbox"/> 신체부위 이름을 말하면 두 개 이상은 가리킨다.<br><input type="checkbox"/> 손 보보를 하거나 기분 좋은 의미로 고개를 끄덕이는 등 단순히 손을 흔들거나 가리키는 것 이상의 제스처를 사용한다. |
| 사회·정서발달 | <input type="checkbox"/> 다른 사람이 울고 있을 때 잠시 멈추거나 슬프게 바라보는 등 다른 사람이 상처받거나 화가 나면 알아차린다.<br><input type="checkbox"/> 새로운 상황에 맞닥뜨렸을 때 어떻게 반응하는지 보려고 부모의 얼굴을 바라본다.                                                                                                           |

이 시기의 영아가 배우고 성장할 수 있도록 다음과 같이 지원해 주세요.<sup>1) 2)</sup>

| 구분 |       | 24개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 놀이 | 실내 놀이 | <ul style="list-style-type: none"> <li>조작하면 움직이거나 문제해결이 가능한 놀잇감을 주세요.<br/> <b>[인지]</b> 버튼을 누르면 무언가 작동하는 놀잇감을 주세요.<br/>           아이가 모양, 색상, 동물 맞추기 등의 간단한 퍼즐을 하도록 도와주세요. 아이가 퍼즐 조각을 제자리에 놓을 때 각 조각의 이름(모양, 색상, 동물 명칭)을 말해 주세요.         </li> <li>아이가 또래와 함께 놀이하는 동안 아이를 주의 깊게 관찰하세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 이 연령대 아이들은 서로 옆에서 놀아도 물건을 나누거나 문제를 해결하는 방법을 아직 모릅니다. 아이가 가능한 한 의견을 나누고 순서를 정하고 말을 하도록 도와 갈등에 대처하는 방법을 알려주세요.         </li> </ul> |

| 구분   |         | 24개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 놀이   | 실내 놀이   | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이와 함께 간단한 미술 놀이를 하세요.<br/> <b>[신체]</b> 아이의 손가락에 물감을 묻혀서 종이에 펴서 바르거나 점을 찍어 탐색하게 해주세요. 또한, 아이가 볼 수 있도록 그림을 벽이나 냉장고에 걸어두세요.</li> <li>아이가 블록을 가지고 놀이하도록 격려 해주세요.<br/> <b>[신체]</b> 탑을 쌓고 무너뜨리기를 번갈아 해보세요.<br/> <b>[인지]</b> 블록을 귀에 대고 전화하는 것처럼 상상놀이를 하도록 도와주세요.</li> <li>아이가 신발, 모자, 셔츠 등 어른 옷을 입고 놀이하게 해주세요.<br/> <b>[인지]</b> 아이가 역할놀이(상상놀이)를 시작하는 데 도움이 됩니다.</li> </ul>                                 |
|      | 실외 놀이   | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이의 호기심을 격려하고 새로운 것을 배우고 탐색하도록 도와주세요.<br/> <b>[신체]</b> 아이가 공을 차고 굴리고 던지게 해주세요.<br/> <b>[인지]</b> 아이를 공원에 데려가거나 같이 산책하거나 버스를 타 보세요.</li> <li>계단을 오르내리도록 도와주세요.<br/> <b>[신체]</b> 계단을 오를 때 두 발을 번갈아 딛고 올라갈 수 있도록 도와주세요.</li> <li>친숙한 어른이나 친구를 만나면 인사말을 하도록 도와주세요.<br/> <b>[언어]</b> 아이가 어른과 친구에게 “안녕하세요”나 “안녕”이라는 말 등을 사용해서 인사하게 해주세요. 발음은 정확하지 않을 수도 있습니다.</li> </ul>                                    |
| 일상생활 | 책과 미디어  | <ul style="list-style-type: none"> <li>책이나 TV에서 본 그림 또는 사물에 관심을 갖게 해주세요.<br/> <b>[인지]</b> 그림으로 본 사물을 실제로 볼 수 있게 해주세요.<br/> <b>[언어]</b> 책이나 TV를 보면서 친숙한 사물의 이름을 2개 이상 같이 말해보세요. 말하기 어려우면 따라서 말하게 해주세요.</li> <li>부모와 함께 어린이 프로그램 시청하는 시간(TV, 태블릿, 휴대폰 등)을 하루 1시간 이내로 제한해 주세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 아이들은 말하고 놀이하고 다른 사람들과 상호작용하면서 배웁니다.</li> </ul>                                                                                              |
|      | 식사 및 간식 | <ul style="list-style-type: none"> <li>식사 준비를 돕게 하세요.<br/> <b>[자조]</b> 아이가 플라스틱 컵이나 수저 등을 식탁에 옮기게 해주세요. 아이의 도움에 고마움을 표현하세요.</li> <li>식사때 아이가 원하는 만큼 먹게 하세요.<br/> <b>[자조]</b> 아이는 매일 같은 양이나 같은 종류의 음식을 먹지 않습니다. 부모의 역할은 아이에게 건강에 좋은 음식을 제공하는 것이며, 얼마나 먹어야 하는지는 아이가 결정할 수 있게 해주셔도 됩니다.</li> <li>아이가 음식에 대한 의사를 말로 표현할 수 있게 도와주세요.<br/> <b>[언어]</b> 더 먹고 싶을 때는 “더 줘”, “또 먹을래”와 같이 말하고, 먹기 싫을 때는 “이거 아니야”, “아니, 싫어”라고 표현할 수 있게 해주세요.</li> </ul> |

| 구분   |             | 24개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 일상생활 | 수면과 휴식      | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이의 수면을 규칙적인 일과로 만들어 주세요.</li> <li><b>[언어]</b> 아이에게 차분하고 조용한 취침시간을 만들어 주세요. 잠옷을 입히고 이불을 덮아주고 책 한두 권을 읽어 주세요.</li> <li><b>[신체]</b> 하루 11~14시간의 수면(낮잠 포함)이 필요합니다. 일정한 수면 시간을 지키면 아이가 더 쉽게 잠듭니다.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|      | 위생<br>(화장실) | <ul style="list-style-type: none"> <li>배변 훈련을 시작할 수는 있으나 무리하게 하지는 마세요.</li> <li><b>[사회·정서]</b> 배변 훈련을 너무 일찍 시작하면 아이가 스트레스를 받고 좌절을 느껴 교육 시간이 더 오래 걸릴 수 있어요.</li> <li><b>[언어]</b> “쉬”, “응가” 등 배변 의사를 표현하게 도와주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 상호작용 |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이에게 도움을 부탁해 보세요.</li> <li><b>[자조]</b> 놀잇감이나 세탁물을 바구니에 넣기 같은 간단한 집안일을 아이가 돕게 해주세요.</li> <li><b>[신체]</b> 옷을 넣으려고 셔랍을 열거나 밖에 나갈 때 문 여는 것을 도와달라고 아이에게 부탁하세요.</li> <li><b>[언어]</b> 아이가 도와주면 “고마워, 도와주니까 너무 좋다”와 같이 긍정적인 말을 해주세요.</li> <li>아이가 아직 명확하게 말할 수 없더라도 정확하게 말하도록 도와주세요.</li> <li><b>[언어]</b> 아이가 “나나 드”라고 말하면 “바나나 더 주세요”라고 말해 주세요. 아이의 눈높이에서 부모의 입 모양을 보여주세요.</li> <li>노래를 부르면서 신체나 사물의 명칭을 알려 주세요.</li> <li><b>[언어]</b> “머리, 어깨, 무릎, 발” 등의 노래를 몇 번 불러본 후에 신체 부위를 만지면서 아이가 단어를 말할 때까지 조금 기다려 주세요. 가능하면 6개 정도 말할 수 있게 도와주세요.</li> </ul> |

### 30개월 영아 발달 이해 및 지원

30개월 영아는 대부분 다음과 같은 행동을 할 수 있어요.<sup>1) 2)</sup>

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 신체발달    | <input type="checkbox"/> 문고리를 돌리거나 병뚜껑을 여는 등 물건을 비트는 손동작을 한다.<br><input type="checkbox"/> 헐렁한 바지나 지퍼/단추 열린 재킷과 같은 옷을 혼자서 벗는다.<br><input type="checkbox"/> 뛰어다닌다.<br><input type="checkbox"/> 책을 읽을 때 한 번에 한 장씩 책장을 넘긴다.                                                                                  |
| 인지발달    | <input type="checkbox"/> 인형에게 블록을 음식처럼 먹이는 등 사물을 이용해 가상놀이를 한다.<br><input type="checkbox"/> 무언가를 잡기 위해 손을 뺀고 의자 위에 올라서는 것 같은 간단한 문제해결 기술을 보여준다.<br><input type="checkbox"/> “놀잇감 내려놓고 문 닫아”와 같은 2단계 지시를 따른다.<br><input type="checkbox"/> “어떤 게 빨간색이야?”라고 물었을 때 빨간 크레용을 가리키는 등 적어도 한 가지 이상 색을 알고 있음을 보여준다. |
| 언어발달    | <input type="checkbox"/> 말할 수 있는 단어가 50개 정도이다.<br><input type="checkbox"/> “강아지가 달린다”와 같이 하나의 동사와 함께 두 개 이상의 단어로 말한다.<br><input type="checkbox"/> 책 속의 사물을 가리키며 “이게 뭐야?”라고 물으면 이름을 말한다.<br><input type="checkbox"/> “내가”, “나”, “우리” 같은 단어를 말한다.                                                          |
| 사회·정서발달 | <input type="checkbox"/> 다른 아이들 옆에서 놀고 때로는 함께 놀기도 한다.<br><input type="checkbox"/> “봐봐!”라고 말하며 자신이 무언가를 할 수 있음을 보여준다.<br><input type="checkbox"/> “정리 시간이야”라고 말하면 놀잇감을 집어 드는 등 간단한 일과를 지시하면 잘 따른다.                                                                                                        |

이 시기의 영아가 배우고 성장할 수 있도록 다음과 같이 지원해 주세요.<sup>1)2)</sup>

| 구분 | 30개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 놀이 | <p>실내 놀이</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 다양한 소재로 그림을 그리게 해주세요.<br/> <b>[신체]</b> 종이에 크레파스로 또는 쟁반에 휘핑크림 등으로 그림을 그리게 해주세요. 이때 부모가 직선을 그리면 아이가 따라 그리는지 확인하세요. 아이가 선을 잘 그리면 원을 그리는 방법을 보여 주세요.</li> <li>◦ 6조각 이상의 간단한 모양, 색상, 동물을 맞추는 퍼즐을 아이가 맞추도록 도와주세요.<br/> <b>[인지]</b> 아이가 퍼즐 조각을 제자리에 놓으면 각 조각의 이름을 알려 주세요.</li> <li>◦ 아이가 다른 아이들과 함께 놀이하는 방법을 배우도록 도와주세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 아이에게 친구와 물건을 나누어 쓰는 방법, 차례대로 사용하는 방법, 친구에게 ‘말’하는 방법을 시범으로 보여주세요.</li> <li>◦ 자유롭게 놀이할 수 있게 해주세요.<br/> <b>[인지]</b> 아이가 자신의 관심사를 따르고, 새로운 것을 시도하고, 새로운 방식으로 물건을 사용할 수 있는 ‘자유 놀이’를 권해 주세요.</li> <li>◦ <b>[신체]</b> 아이가 큰 상자를 가지고 놀게 해주세요. 상자를 자동차, 버스, 기차 또는 집으로 삼아 놀이할 수 있습니다. 또한, 색칠하고 스티커를 붙이게 해주세요.</li> <li>◦ 상상놀이(역할놀이)를 권해 주세요.<br/> <b>[인지]</b> 아이가 안전한 도구를 사용하여 요리하는 흉내를 내게 해주세요.</li> </ul> |
|    | <p>실외 놀이</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 아이와 함께 실외에서 놀아주세요.<br/> <b>[신체]</b> 함께 공원에 가서 아이가 놀이기구에 올라가거나 안전한 구역에서 뛰어놀게 해주세요.<br/>           아이와 함께 공을 차서 주고받아보세요. 아이가 공을 잘 차면 뛰면서 공을 차는 방법을 보여주세요.<br/>           아이와 함께 ‘따라 하기’ 놀이를 해보세요. 일직선으로 걷기, 방글 돌기, 뒤로 걷기, 뒤꿈치 들고 걷기 등을 해보세요. 부모가 방법을 알려준 후 아이가 주도하게 해주세요.<br/>           세발자전거를 타보게 해주세요.</li> <li>◦ <b>[언어]</b> 아이를 그네에 태워서 뒤로 당깁니다. “자리 잡고, 준비…”라고 말한 후, 기다렸다가 그네를 밀면서 “출발”이라고 말해 주세요.</li> <li>◦ 우리 동네 시설에서 다른 아이들과 함께 놀이하게 해주세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 공원이나 도서관 같은 곳에서 다른 아이들과 함께 놀이하면서 나눔과 우정의 가치를 배우게 됩니다.</li> <li>◦ 규칙을 지키도록 해주세요.<br/> <b>[언어]</b> “계단으로 올라가서 차례차례 내려오자”와 같이 놀이기구 사용규칙을 말로 알려주세요.<br/>           “손 들고 횡단보도 건너자”처럼 안전규칙을 지키도록 말해 주세요.</li> </ul>                                                  |

| 구분   | 30개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 일상생활 | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이에게 책과 이야기에 대해 간단한 질문을 해보세요.<br/> <b>[인지]</b> “누가?”, “무엇을?”, “어디에?”와 같은 질문을 해보세요.<br/> <b>[언어]</b> 그림책을 보면서 그림에서 일어나는 상황이나 행동을 말해보세요.<br/> (예: 아이에게 “멍멍이가 뭘 하고 있지?”라고 묻고 “잔다”, “먹는다”처럼 답하기).<br/> 책에 나오는 색상, 신체 부위, 그림의 이름을 말하도록 자녀를 격려해 주세요.</li> <li>아이에게 책을 읽어주고 지역 도서관을 방문하세요.<br/> <b>[언어]</b> 아이가 독서를 즐기고 성장하면서 읽을 준비를 하는데 도움이 됩니다.<br/> 책이나 잡지 책장 넘기는 방법을 아이에게 보여 주세요.</li> <li>미디어(TV, 태블릿, 휴대폰 등) 시청 시간은 하루 1시간 이하로 제한하세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 미디어는 부모가 함께 시청하세요.<br/> 아이는 다른 사람과 대화하고 놀이하면서 배웁니다.<br/> <b>[신체]</b> 영상에 나오는 간단한 동작이나 춤을 함께 따라 해보세요.</li> </ul> |
|      | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이에게 음식을 선택하게 하세요.<br/> <b>[자조]</b> 간식으로 무엇을 먹을지 아이가 선택하게 하세요. 두세 가지 선택지를 주세요.</li> <li>스스로 음식을 먹을 수 있게 해주세요.<br/> <b>[신체]</b> 크기가 작은 음식을 포크로 찍어 먹도록 격려해 주세요.<br/> 음료수 뚜껑을 돌려서 열고 닫을 수 있도록 도와주세요.</li> <li>가능한 한 자주 가족이 함께 식사하세요.<br/> <b>[자조]</b> 모두가 같은 음식을 먹습니다. 식사 중에는 미디어(TV, 태블릿, 휴대폰 등) 시청은 자제하고 대화를 즐기게 하세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                          |
|      | <ul style="list-style-type: none"> <li>자신이 원하는 것을 말로 표현하게 해주세요.<br/> <b>[언어]</b> 자신이 원하는 것을 동작단어를 포함하여 2단어로 요청하게 해주세요(예: “이불 덮어줘.” 등).</li> <li>잠을 잘 때 안전감을 느끼게 해주세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 양육자와 신체적인 스킨십(손 만지기, 토닥이기 등)을 해주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|      | <ul style="list-style-type: none"> <li>배변 의사를 표현하게 도와주세요.<br/> <b>[언어]</b> “‘쉬’나 ‘응가’를 하고 싶으면 엄마한테 얘기해”라고 말해 주는 등 배변 의사를 표현하게 도와주세요.</li> <li><b>[자조]</b> 배변 시, 혼자 유아용 변기에 앉도록 도와주세요.</li> <li>혼자서 세수할 수 있게 도와주세요.<br/> <b>[자조]</b> 칫솔질을 한 후 양치컵에 물을 담아 입을 행구게 해주세요.<br/> 혼자서 수건으로 몸을 닦을 수 있도록 유도해 주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

| 구분   | 30개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 상호작용 | <ul style="list-style-type: none"> <li>다양한 단어를 사용해 아이에게 사물을 설명해 주세요.<br/> <b>[인지]</b> 큰/작은, 빠른/느린, 커진/꺼진, 안/밖과 같은 단어를 사용해 주세요.</li> <li>아이에게 긍정적인 단어를 사용하고, 기대하는 행동에 주의를 기울이세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 보고 싶지 않은 행동보다 보고 싶은 행동에 더 많은 주의를 기울이세요. 예를 들어, “동생한테 장난감을 주다니, 착하구나”라고 말해 주세요.</li> <li><b>[언어]</b> “~해주세요”, “고맙습니다”와 같은 도움을 요청하거나 감사를 표하는 말을 사용하도록 도와주세요.</li> </ul> |

### 36개월 유아 발달 이해 및 지원

36개월 유아는 대부분 다음과 같은 행동을 할 수 있어요.<sup>1) 2)</sup>

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 신체발달    | <input type="checkbox"/> 큰 구슬이나 마카로니 같은 물건을 모아서 줄줄이 엮는다.<br><input type="checkbox"/> 헐렁한 바지나 재킷과 같은 옷은 혼자서 입는다.<br><input type="checkbox"/> 포크를 사용한다.                                                                                                                                                                                          |
| 인지발달    | <input type="checkbox"/> 원을 그리는 모습을 보여주면 아이가 따라서 그린다.<br><input type="checkbox"/> 아이에게 주의를 주면, 난로와 같은 뜨거운 물체를 만지지 않는다.                                                                                                                                                                                                                         |
| 언어발달    | <input type="checkbox"/> 부모와 최소 두 번 이상 주고받으면서 대화한다.<br><input type="checkbox"/> “엄마/아빠 어디 있어?”와 같이 ‘누구’, ‘무엇’, ‘어디’, ‘왜’가 들어간 질문을 한다.<br><input type="checkbox"/> 그림이나 책에서 어떤 행동이 일어나고 있는지 물어보면 “뛰어”, “먹어”, “놀아”와 같이 말한다.<br><input type="checkbox"/> “이름이 뭐야?”라고 물어보면 자기 이름을 말한다.<br><input type="checkbox"/> 다른 사람 대부분이 이해할 수 있을 정도로 말을 잘한다. |
| 사회·정서발달 | <input type="checkbox"/> 어린이집이나 유치원에 등원할 때에도 부모가 떠난 후 10분 이내에 진정한다.<br><input type="checkbox"/> 다른 아이들을 알아보고 함께 놀이한다.                                                                                                                                                                                                                          |

이 시기의 유아가 배우고 성장할 수 있도록 가정에서 다음과 같이 지원해 주세요. <sup>1) 2)</sup>

| 구분 |       | 36개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 놀이 | 실내 놀이 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 손이나 손가락을 사용하는 활동을 하세요.<br/> <b>[신체]</b> 종이, 크레파스, 컬러링북(색칠공부 그림책), 안전가위가 담긴 미술상자를 준비해서 자녀와 함께 색칠하고 선과 도형 등을 그려 보세요.<br/> 9조각 이상의 퍼즐을 맞추도록 도와주세요.</li> <li>○ 일상생활에서 다양한 수 세기 경험을 하게 해주세요.<br/> <b>[인지]</b> 우리가 매일 사용하거나 눈으로 보는 신체 부위, 계단, 다른 사물들을 세어보는 숫자(5 이상) 세기 게임을 해보세요.</li> <li>○ 반대되는 개념을 알려주는 게임을 해보세요.<br/> <b>[인지]</b> 낮은 자세를 취하고서 “나는 작아요”라고 말합니다. 그런 다음 일어서서 “나는 커요”라고 말합니다. 빠름/느림, 조용함/시끄러움에 대해서도 똑같이 해보세요.<br/> 친숙한 단어의 반대말 찾기 게임(위-아래, 낮-밤, 좋다-싫다, 기쁨-슬픔 등)을 해보세요.</li> <li>○ 짝맞추기 게임을 해보세요.<br/> <b>[인지]</b> 자녀가 책이나 집 주변에서 같은 물건을 찾아 맞춰 보게 해주세요.</li> <li>○ 간단한 노래와 율동을 가르쳐주세요.<br/> <b>[언어]</b> ‘산토끼 토끼야’, ‘반짝반짝 작은 별’과 같은 간단한 노래와 운율을 자녀에게 가르쳐주세요.<br/> 위치(안, 밖, 위, 아래 등)가 포함된 간단한 노래를 가르쳐 주세요.</li> <li>○ 역할놀이를 하게 해주세요.<br/> <b>[인지]</b> 다른 아이들과 상상놀이(역할놀이, 병원놀이 등)를 하게 해주세요.</li> </ul> |
|    | 실외 놀이 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 자녀와 함께 실외에서 놀이를 해주세요.<br/> <b>[신체]</b> 공원이나 산책로에 가서 자녀가 하고 싶은 놀이를 선택할 수 있도록 충분한 시간을 주세요. 함께 놀이할 때 자녀가 주도적으로 할 수 있도록 격려하고 따라 해주세요.</li> <li>○ 놀이할 때는 자녀가 지킬 수 있는 간단하고 명확한 규칙을 몇 가지 정하세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 반려동물은 상냥하게 손으로 만지기와 같이 규칙을 정하고, 자녀가 규칙을 어기면 어떻게 행동해야 하는지 보여 주세요. 그런 다음, 자녀가 규칙을 잘 지키면 이를 축하해주세요.<br/> <b>[인지]</b> 함께 정한 놀이(술래잡기, 숨바꼭질 등) 규칙을 기억하고 지키도록 해주세요.</li> <li>○ 자녀가 새로운 장소와 새로운 사람들을 만날 수 있도록 준비를 도와주세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 새로운 장소나 물건에 대한 이야기를 읽어주거나 역할놀이(가상놀이)를 통해 자녀가 더 편안하게 느끼도록 도와주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

| 구분   | 36개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 일상생활 | <ul style="list-style-type: none"> <li>미디어(TV, 태블릿, 휴대폰 등) 시청 시간은 하루 1시간 이하로 제한해 주세요.</li> <li><b>[건강]</b> 자녀의 방에 전자기기를 가능한 두지 마세요.</li> <li><b>[사회·정서]</b> 이 시기의 유아는 다른 사람과 대화하고, 놀이하고, 상호작용하면서 배웁니다.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|      | <ul style="list-style-type: none"> <li>자녀가 식사 준비를 돕게 하세요.</li> <li><b>[자조]</b> 과일과 채소를 씻거나 요리를 뒤섞는 등 간단한 일을 하게 해주세요.</li> <li>아이에게 음식을 선택할 기회를 주세요.</li> <li><b>[자조]</b> 간식을 줄 때 “딸기 먹을래, 사과 먹을래?”와 같이 물어보세요.</li> <li><b>[언어]</b> “딸기가 달아”, “사과는 빨간색이야”와 같이 음식의 특징(맛, 색깔 등)에 대해 같이 말해 주세요.</li> <li>컵과 수저 등 식기류를 구분해서 사용하게 해주세요.</li> <li><b>[신체]</b> 밥은 숟가락, 반찬은 포크로 구분해서 먹도록 해주세요.<br/>숟가락과 포크를 바르게 들어서 입에 가져가게 도와주세요.</li> <li>자녀가 말한 것보다 더 길게, 실제 단어와 표현으로 다시 말해 주어 자녀의 언어 능력이 발달하도록 도와주세요.</li> <li><b>[언어]</b> 자녀가 “나나 줘”라고 말하면 이를 반복한 다음에 “바나나 먹고 싶어”라고 말해서 유아어(까까 등)를 사용하지 않게 해주세요.<br/>“밥 먹었어요”와 같이 과거형으로 말할 수 있게 도와주세요.</li> </ul> |
|      | <ul style="list-style-type: none"> <li>자신이 원하는 것을 말로 표현하게 해주세요.</li> <li><b>[언어]</b> “책 읽어줘”, “불 꺼줘”, “배개 줘” 등, 동작단어를 포함하여 2단어 이상의 말로 표현할 수 있도록 알려 주세요.</li> <li>몸이 아프거나 휴식이 필요할 때 도움 요청하는 방법을 알려 주세요.</li> <li><b>[언어]</b> “배 아파”, “졸려”라는 말을 같이 사용해 보세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|      | <ul style="list-style-type: none"> <li>배변 습관을 기르도록 도와주세요.</li> <li><b>[언어]</b> 말로 배변 의사를 정확히 표현하도록 알려 주세요(예: “쉬 마려워”, “응가할 거야” 등).</li> <li><b>[자조]</b> 낮 동안 소변을 가리도록 도와주세요.</li> <li>혼자서 할 수 있게 해주세요.</li> <li><b>[자조]</b> 혼자서 세수할 수 있게 해주세요.</li> <li><b>[신체]</b> 옷의 지퍼를 올리고 내리는 연습을 하게 해주세요(지퍼 끼우기는 부모가 도와주세요).</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

| 구분   | 36개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 상호작용 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 자녀가 자신에 대해 이야기할 수 있게 해주세요.<br/>[언어] 자녀가 자신의 이름과 나이를 말하도록 격려하세요.</li> <li>• 자녀의 감정을 조절하고 표현하도록 도와주세요.<br/>[사회·정서] 자녀가 화가 났을 때 심호흡을 하거나 좋아하는 놀잇감을 꼭 안거나 조용하고 안전한 장소로 가도록 가르치고 스트레스를 관리하도록 도와주세요.<br/>[언어] 자신의 감정을 이야기하고 어떻게 느끼는지 설명하는 데 도움이 되는 단어를 알려 주세요.</li> </ul> |

#### 48개월 유아 발달 이해 및 지원

48개월 유아는 대부분 다음과 같은 행동을 할 수 있어요.<sup>1) 2)</sup>

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 신체발달 | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 10초 이상 한 발로 선다.</li> <li><input type="checkbox"/> 손잡이를 잡지 않고 발을 번갈아 가며 계단을 오른다.</li> <li><input type="checkbox"/> 그네타기와 미끄럼틀, 계단 오르기를 한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 한 발로 뛸 수 있다.</li> <li><input type="checkbox"/> 삼각형 및 기타 기하학적 모양을 따라 그린다.</li> <li><input type="checkbox"/> 사람을 그릴 때 3개 이상의 신체부위를 그린다.</li> <li><input type="checkbox"/> 도움 없이 옷을 입고 벗는다.</li> <li><input type="checkbox"/> 단추를 풀고 중간 크기의 단추를 끼울 수 있다.</li> <li><input type="checkbox"/> 포크와 손가락을 사용한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 대부분은 혼자서도 화장실에 갈 수 있다.</li> <li><input type="checkbox"/> 대부분은 큰 공을 잡을 수 있다.</li> <li><input type="checkbox"/> 성인이 함께 있을 때 음식을 스스로 갖다 먹거나 물을 따른다.</li> <li><input type="checkbox"/> 단추를 반만 푼다.</li> <li><input type="checkbox"/> 크레파스 또는 연필을 주먹이 아니라 손가락으로 잡는다.</li> </ul> |
| 인지발달 | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 10개 이상의 물건을 셀 수 있다.</li> <li><input type="checkbox"/> 최소 4개 이상의 색깔 이름을 올바르게 말한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 시간의 변화(낮과 밤, 사계절 등)를 안다.</li> <li><input type="checkbox"/> 집에서 매일 사용하는 물건(돈, 음식, 가전제품 등)을 알고 있다.</li> <li><input type="checkbox"/> 물건의 색깔을 몇 개 바르게 말한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 이미 알고 있는 책이나 이야기에서 다음에 일어날 일을 미리 알고 말한다.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 언어발달    | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 이야기의 일부를 회상한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 낯선 사람도 이해할 수 있는 단어를 사용하여 말한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 미래형 단어를 사용한다(밤에 퍼줄할 거예요).</li> <li><input type="checkbox"/> 이전보다 이야기를 길게 말한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 이름과 주소를 말한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 4개 이상의 단어로 문장을 말한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 노래, 이야기 또는 전래동요에 나오는 몇 가지 단어를 말한다.</li> <li><input type="checkbox"/> “축구했어요”와 같이 하루 동안 일어난 일 중 한 가지 이상을 이야기한다.</li> <li><input type="checkbox"/> “코트는 왜 필요하지?”나 “크레용은 왜 필요하지?”와 같은 간단한 질문에 대답한다.</li> </ul>                                                                           |
| 사회·정서발달 | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 친구를 기쁘게 하고 싶어 한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 친구처럼 되고 싶어 한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 규칙을 따를 가능성이 크다.</li> <li><input type="checkbox"/> 이야기가 있는 상상놀이를 한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 놀이 중에 다른 대상(선생님, 슈퍼히어로, 개 등)의 흉내를 낸다.</li> <li><input type="checkbox"/> 주변에 놀 사람이 없으면 “민수랑 놀아도 돼요?”와 같이 다른 아이들과 함께 놀아도 되는지 묻는다.</li> <li><input type="checkbox"/> 울고 있는 친구를 안아주는 등 아프거나 슬픈 사람을 위로한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 놀이터 기구 같은 높은 곳에서 뛰어내리는 등의 위험한 행동을 하지 않는다.</li> <li><input type="checkbox"/> ‘도우미’가 되는 것을 좋아한다.</li> <li><input type="checkbox"/> 장소(도서관, 놀이터, 박물관 등)에 맞게 행동한다.</li> </ul> |

이 시기의 유아가 배우고 성장할 수 있도록 다음과 같이 지원해 주세요.<sup>1) 2)</sup>

| 구분       |        | 48개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 놀이<br>놀이 | 실내 놀이  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 놀잇감을 제자리에 정리하도록 하세요.<br/>[자조] 놀잇감을 정리할 수 있도록 바구니나 정리할 자리를 정해 주세요.</li> <li>• 아이에게 소유의 개념을 가르쳐 주세요.<br/>[자조] 자기 물건과 다른 사람의 물건을 구분하게 해주세요.</li> <li>• 눈과 손의 협응력을 길러 주세요.<br/>[신체] 구슬 꿰기, 퍼즐 맞추기, 가위 사용하기 등을 스스로 하도록 해주세요.</li> </ul> <hr/> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 미술 놀이를 하게 해주세요.<br/>[인지] 손으로 만지거나 직접 체험하게 하면서 사고력 발달을 돕습니다. 이때 색깔, 모양, 크기에 대해 배우도록 도와주세요.<br/>다양한 재료로 그림을 그리도록 하세요.</li> <li>• 상상놀이를 같이 해주세요.<br/>[인지] 아이에게 소꿉놀이와 같이 상상력을 자극하는 놀잇감(역할 의상, 장난감 요리도구 등)을 주시면서 함께 상상놀이를 해주세요.</li> </ul> |
|          | 실외 놀이  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 대소근육을 활용할 수 있도록 도와주세요.<br/>[신체] 안전하게 세발자전거를 타게 해보세요.<br/>한 발로 뛰어보게 해주세요.</li> <li>• [인지] 물놀이, 모래놀이를 마음껏 하게 해주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 일상생활     | 책과 미디어 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이와 함께 책을 많이 읽고 대화를 나누세요.<br/>[언어] 글자 모양(자기 이름, 동물 이름 등)을 인식하고 읽기에 흥미를 가지게 해주세요.<br/>이야기에서 어떤 일이 일어나고 있는지, 다음에 무슨 일이 일어날 거라고 생각하는지 물어보세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|          | 간식과 식사 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 가능한 한 아이와 함께 식사해 주세요.<br/>[자조] 식사 예절에 관심을 가지고 지키도록 도와주세요(예: 식당에서 “뛰지 말고 앉아 있어”라고 하면 지킨다).</li> <li>• [인지] 간식을 먹을 때 수(10개 이상)를 세면서 먹을 수 있게 도와주세요.</li> <li>• 젓가락을 사용하는 경험을 하게 해주세요.<br/>[신체] 유아용 젓가락을 조금씩 사용해보게 해주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

| 구분   |             | 48개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 일상생활 | 잠과 휴식       | <ul style="list-style-type: none"> <li>차분하고 조용한 취침 습관을 만들어 주세요.</li> <li><b>[건강]</b> 잠자기 1~2시간 전에는 전자기기 사용을 피하고 아이의 침실에 전자기기를 놓지 마세요. 이 연령의 아이는 하루에 10~13시간(낮잠 포함) 수면이 필요합니다.</li> <li>자신의 생각을 말로 표현하게 해주세요.</li> <li><b>[언어]</b> “잠이 안 와요”, “책 읽고 싶어요”처럼 낮잠이나 휴식을 취하기 싫을 때 그 이유를 표현하게 해주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|      | 위생<br>(화장실) | <ul style="list-style-type: none"> <li>혼자서도 위생적으로 행동하도록 도와주세요.</li> <li><b>[자조]</b> 양치 후 칫솔을 씻어서 정리할 수 있게 해주세요.<br/>도움이 필요할 수 있으나 배변 후 뒤처리를 직접 하도록 도와주세요.<br/>혼자서 티셔츠를 입게 해주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 상호작용 |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이의 말을 귀담아들으면서 대화하세요.</li> <li><b>[인지]</b> 아이가 “왜?”라고 물으면 충분한 시간을 들여서 대답해 주세요. 답을 모르면 모르겠다고 말하고 책이나 인터넷에서 같이 찾아보세요.</li> <li><b>[언어]</b> 말하고 싶어 하는 욕구를 인정해 주세요.<br/>듣는 것이 즐거운 경험이 되도록 도와주세요.</li> <li>아이의 부정적인 감정을 인정하고 적절한 표현 방법을 알려 주세요.</li> <li><b>[사회·정서]</b> 짜증을 부리면 다그치기 전에 아이의 감정을 수용해 주세요.</li> <li><b>[언어]</b> 아이가 문제를 대화로 해결하도록 장려하되 어떻게 말해야 하는지를 보여 주세요.</li> <li>아이에게 일관된 행동을 보여 주세요.</li> <li><b>[사회·정서]</b> 아이에게 좋은 사회적 롤모델이 되어 주세요.<br/>아이가 올바른 행동을 하면 칭찬해 주세요(예: “사이 좋게 장난감을 같이 가지고 놀고 있구나”). 만약 아이가 올바르게 않은 행동을 했다면 그런 행동을 해서는 안 되는 이유를 간단하게 말해 주세요. 이때, 대체할 수 있는 다른 선택을 하도록 도와주세요(예: “침대 위에서 뛰면 위험해. 밖에 나가서 뛸까?”).</li> <li>아이가 다른 사람의 감정을 배우고 긍정적으로 반응하도록 도와주세요.</li> <li><b>[사회·정서]</b> 아이가 슬픈 아이를 보면 “슬퍼? 곰 인형 줄까?”라고 말하도록 알려주는 것도 좋은 방법입니다.</li> </ul> |

### 60개월 유아 발달 이해 및 지원

60개월 유아는 대부분 다음과 같은 행동을 할 수 있어요.<sup>1) 2)</sup>

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 신체발달    | <input type="checkbox"/> 단추를 스스로 채우고 푼다.<br><input type="checkbox"/> 한 발로 강충강충 뛴다.                                                                                                                                                                                                           |
| 인지발달    | <input type="checkbox"/> 1에서 5 사이의 숫자를 가리키면 숫자를 말한다.<br><input type="checkbox"/> ‘어제’, ‘내일’, ‘아침’ 또는 ‘밤’과 같이 시간에 관한 단어를 사용한다.<br><input type="checkbox"/> 이야기 시간이나 미술 시간 등의 활동 중 5~10분 정도 집중한다.<br><input type="checkbox"/> 자신의 이름에서 몇 글자를 쓴다.<br><input type="checkbox"/> 글자를 가리키면 글자를 읽는다. |
| 언어발달    | <input type="checkbox"/> 자신이 듣거나 만들어낸 적어도 두 가지 사건이 포함된 이야기를 한다(예: 고양이가 나무에 걸려 소방관이 고양이를 구했다).<br><input type="checkbox"/> 책을 읽어주거나 이야기를 해준 후 그에 대해 간단한 질문을 하면 답한다.<br><input type="checkbox"/> 최소한 3번 이상 주고받는 대화를 이어간다.                                                                      |
| 사회·정서발달 | <input type="checkbox"/> 다른 아이들과 게임을 할 때 규칙을 따르거나 차례대로 번갈아가며 한다.<br><input type="checkbox"/> 다른 사람에게 노래를 하거나, 춤을 추거나, 연기를 한다.<br><input type="checkbox"/> 양말 짝 찾기, 식사 후 식탁 치우기 등 간단한 집안일을 한다.                                                                                                |

이 시기의 유아가 배우고 성장할 수 있도록 다음과 같이 지원해 주세요.<sup>1) 3)</sup>

| 구분 |       | 60개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 놀이 | 실내 놀이 | <ul style="list-style-type: none"> <li>퍼즐이나 블록 등 쌓기놀이를 하세요.</li> <li><b>[신체]</b> 아이와 함께 물건을 끼워 맞추는 장난감을 가지고 놀이하세요.</li> <li>기억력과 주의력 향상을 돕는 게임을 하세요.</li> <li><b>[인지]</b> 짝맞추기 카드 게임, 숨은그림찾기 등을 합니다.</li> <li>아이가 놀이할 때 관심을 가져 주세요.</li> <li><b>[사회·정서]</b> 아이가 하는 놀이가 무엇인지 물어보세요. “왜?”나 “어떻게?”라고 물어 아이가 대답을 늘려갈 수 있도록 도와주세요. 예를 들어, “멋진 다리를 만들고 있구나. 이걸 왜 여기 놓았어?”라고 관심을 보이며 물어보세요.</li> </ul> |

| 구분     | 60개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 실외 놀이  | <ul style="list-style-type: none"> <li>놀이규칙이나 새로운 놀이방법을 제안해 주세요.<br/> <b>[인지]</b> “열을 세고 나서 나를 잡으러 와” 같은 술래잡기, 가위바위보로 역할 정하기 등을 하세요.<br/> <b>[신체]</b> 공 위로 던지기/아래로 튕기기 등 다양한 방법으로 놀게 해주세요.</li> <li>다양한 놀이도구를 경험하게 해주세요.<br/> <b>[신체]</b> 보조바퀴가 달린 두발자전거를 타보도록 해주세요.<br/> <b>[인지]</b> 자연물로 복잡한 구성물을 만들어 보세요.<br/> 놀이할 때 필요한 도구를 알아보세요. “모래놀이 하려면 무엇이 필요할까?”.</li> </ul> |
| 책과 미디어 | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이의 전자기기(TV, 태블릿, 전화 등) 사용 시간 한도를 하루 1시간 이하로 해주세요.<br/> <b>[자조]</b> 가족을 위한 미디어 사용 계획을 세우세요.</li> <li>아이가 그림을 보면서 읽거나 이야기하도록 해주세요.<br/> <b>[언어]</b> 책에서 간단한 단어 2~3개를 읽게 해보세요.<br/> 그림책의 이야기를 순서대로 다시 말해볼 수 있도록 해주세요.</li> </ul>                                                                                                   |
| 일상생활   | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이와 식사를 하고 가족들과 대화하는 시간을 즐기세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 식사시간 동안 전자기기(TV, 태블릿, 전화 등) 사용을 피하세요.<br/> <b>[자조]</b> 건강한 음식을 준비하는 과정을 아이가 돕고 즐길 수 있도록 함께 하세요.</li> <li>원하는 음식의 양을 물어보세요.<br/> <b>[언어]</b> 아이가 “조금만 주세요”, “우유 더 주세요”와 같은 말을 쓰게 도와주세요.</li> <li>컵이나 그릇 같은 식기류를 스스로 사용할 기회를 주세요.</li> </ul>                                    |
|        | <ul style="list-style-type: none"> <li>잠잘 준비를 스스로 할 수 있게 해주세요.<br/> <b>[신체]</b> 자기 전에 스스로 양치하고 소변을 보도록 해주세요.<br/> <b>[언어]</b> 낮잠이나 휴식을 취하기 싫은 이유를 말로 표현하게 해주세요(예: “잠이 안 와요”, “책 읽고 싶어요” 등).</li> </ul>                                                                                                                                                                  |
|        | <ul style="list-style-type: none"> <li>스스로 깨끗하게 할 수 있게 해주세요.<br/> <b>[자조]</b> 혼자서 세수할 수 있게 해주세요.<br/> 양치 후 칫솔을 직접 씻어서 정리하게 해주세요.<br/> 옷이 뒤집혀 있을 때 똑바로 입을 수 있게 해주세요.<br/> 옷의 단추를 스스로 풀고 끼울 수 있게 해주세요.</li> </ul>                                                                                                                                                         |

| 구분   | 60개월 발달지원                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 상호작용 | <ul style="list-style-type: none"> <li>완벽하지 않더라도 아이 혼자서 하도록 해주세요.<br/> <b>[자조]</b> 침대를 정리하거나, 셔츠 단추를 채우거나, 컵에 물을 따르도록 합니다. 아이가 이러한 행동을 하면 칭찬하고 꼭 필요한 경우가 아니라면 잘못을 '교정'하지 않도록 주의하세요.</li> <li>아이가 시간을 이해할 수 있도록 시간과 연관된 단어를 사용해 주세요.<br/> <b>[인지]</b> 아이에게 오늘이 무슨 요일인지 알려줍니다. 오늘, 내일, 어제와 같이 시간과 관련한 단어를 사용합니다.</li> </ul>                                                                                                                                                |
| 상호작용 | <ul style="list-style-type: none"> <li>부정적인 단어에 너무 민감하게 신경 쓰지 마세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 아이가 독립심이 생겨 어떤 일이 일어나는지 알아보기 위해 '말대답'을 시작할 수 있습니다. 아이가 주도하고 독립적으로 할 수 있는 대안 활동을 찾습니다. 바람직한 행동을 하면 반드시 구체적으로 피드백을 해주세요(예: "엄마가 잘 시간이라고 했더니 떼쓰지 않고 암전히 자네?").</li> <li>아이와 부모의 감정을 이야기하고 이름을 붙여 보세요.<br/> <b>[사회·정서]</b> 책을 읽고 등장인물이 느끼는 감정과 그들이 그렇게 느끼는 이유에 대해 이야기합니다. 아이가 화가 날 때 갈 수 있는 공간을 집안에 만들어 주세요. 아이가 현재 안전하며, 진정하고 싶을 때는 부모에게 와도 된다는 것을 알 수 있도록 아이 가까이 있어 주세요.</li> </ul> |

## ● 우리 아이의 기질은 어떨까요?

아이 각각의 개별적인 특징 중 대표적인 것이 기질입니다. 기질은 자극이나 상황에 따라 나타나는 정서적인 행동 패턴으로, 기질에는 좋고 나쁨이 없습니다. 기질은 본능적으로 타고나는 특성으로, 쉽게 변하지 않기 때문에 아이 스스로 잘 다루게 도와주는 것이 중요합니다. 기질에는 일반적으로 40%의 영유아가 해당하는 순한 기질, 10%의 영유아가 해당하는 까다로운 기질, 15%의 영유아가 해당하는 느린 기질이 있고, 35%의 영유아는 하나의 기질로 분류할 수 없습니다. 부모는 아이의 기질을 받아들이고 "우리 아이에게 이런 면도 있네?"라며, 아이에게 나타나는 기질을 긍정적으로 인정해주는 것이 중요합니다. 기질별 특성과 양육방식을 소개하면 다음과 같습니다.<sup>3) 4)</sup>

〈표 1-1〉 기질유형별 특징과 양육방식

| 유형         | 특징                                                                                                                                                                                                        | 양육방식                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 순한<br>기질   | <ul style="list-style-type: none"> <li>새로운 음식, 사람, 환경에 잘 적응함</li> <li>생리적인 신체 리듬이 규칙적임</li> <li>먹고 자는 일과가 순조로움</li> <li>대체로 긍정적인 정서표현을 보임</li> <li>욕구가 좌절되어도 크게 실망하지 않고 쉽게 진정이 됨</li> </ul>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>아이의 의견이나 요구를 존중하고, 스스로 결정할 수 있도록 도와주세요.</li> <li>아이의 호기심을 충족시켜주고 감정에 공감해 주세요.</li> <li>아이의 감정 상태를 물어보고, 솔직하게 표현하는 연습을 하게 해주세요.</li> </ul>                                                                                                              |
| 까다로운<br>기질 | <ul style="list-style-type: none"> <li>낮선 음식, 사람, 환경 등 새로운 변화에 적응하기 어려워함</li> <li>생리적인 신체 기능이 불규칙하고, 규칙적인 수면 및 수유 주기가 늦게 발달함</li> <li>부정적인 정서표현 많음</li> <li>욕구가 좌절되면 심하게 울거나 떼를 쓰며, 쉽게 진정되지 않음</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>부모의 인내심과 침착함이 필요해요</li> <li>아이의 요구와 기대를 인정해주고, 선택 가능한 대안을 제공하여 아이가 선택하게 해주세요.</li> <li>부모의 방식을 지나치게 강요하지 마세요.</li> <li>아이의 감정을 인정해주고, 긍정적인 감정표현을 하면 격려해 주세요.</li> <li>산만한 환경은 정리하고, 변화를 최소화해 주세요.</li> <li>아이가 앞으로의 일에 대비할 수 있도록 미리 알려 주세요.</li> </ul> |
| 느린<br>기질   | <ul style="list-style-type: none"> <li>새로운 사람, 환경 등에 적응하는 속도가 느림</li> <li>수면과 음식 섭취 등 일상생활의 규칙성은 순한 기질과 까다로운 기질의 중간 정도임</li> <li>활동이 많이 없고, 수줍음을 많이 타며, 기분은 부정적이나 새로운 것에 대한 태도는 비교적 긍정적임</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>변화를 겪을 때 서서히, 반복적으로 그 상황을 탐색하여 극복하도록 도와주세요.</li> <li>아이를 다른 아이와 비교하지 마시고, 여유를 가지고 속도를 맞추어 주세요.</li> <li>새로운 것이나 변화가 있을 때 충분한 시간을 가지고 기다려 주세요.</li> <li>아이의 행동에 공감해 주세요.</li> <li>느리다고 다그치지 말고, 조급해하지 마세요.</li> </ul>                                   |

## 2

## 위험군 영유아의 이해

### ● 위험군 영유아의 조기발견과 지원이 왜 중요할까요?

위험군 영유아(children at-risk)라는 용어가 부모에게는 생소할지 모릅니다. 일반적으로 위험군 영유아는 장애영유아로 등록되거나 진단받지는 않았지만 발달을 저해하는 위험 요소들이 있는 영유아로, 적절한 교육적 서비스를 조기부터 지속적으로 제공하지 않고 방치하면 발달과 생활 적응 문제가 심각해져 장애로 발전할 가능성이 있는 영유아를 의미합니다<sup>5)</sup>. 위험군 영유아의 조기발견과 지원은 다음과 같은 이유에서 중요합니다.<sup>5)</sup>

- 영유아의 발달에 문제를 일으키는 위험 요소는 영유아에게 부정적인 영향을 미치며, 이후의 학습과 성장에도 심각한 문제를 일으킬 수 있어요.
- 발달 지연 현상은 시간이 지날수록 더욱 심해져서 전형적인 발달과의 차이를 유발하기 때문에 조기에 개입해야 전인적 발달을 도모하고 추후 장애 발생을 예방할 수 있어요.
- 조기발견과 개입으로 위험군 영유아와 그들의 가족이 필요로 하는 의료, 복지, 심리·사회, 교육, 치료 등 다양한 측면에서의 총체적인 서비스를 제공할 수 있으며, 영유아의 발달을 촉진할 뿐 아니라 부모와 그 가족이 경험하는 문제들을 줄일 수 있어요.

### ● 발달위험의 요인은 무엇인가요?

그렇다면 영유아의 발달에 위험을 초래할 수 있는 요인으로서는 어떤 것들이 있을까요? 영유아의 발달에 영향을 미치는 요인은 매우 다양합니다. 대표적인 영향요인 중 영유아의 개인적 특성으로는 발달적 문제, 기질, 애착 등이 있습니다. 특히 기질은 주위 환경에 반응하는 형태, 문제행동을 초래하는 주요 요인으로 작용합니다. 가정환경적 요인으로 가족구성 및 부부갈등, 부모의 양육태도 및 양육 스트레스 또한 유발요인으로 보고 있습니다. 이외에도 유전적인 요인이나 질병 등의 생의학적 요인 등이 있습니다.

### ● 위험군 영유아는 어떻게 알 수 있나요?

연령별로 다음과 같은 징후가 나타나면 전문기관의 상담을 받는 것을 추천합니다.

<표 1-2> 연령별 발달위험 징후<sup>6)</sup>

| 연령                | 징후                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 신생아~<br>생후 6개월 미만 | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 우는 힘이 약하거나 젖을 잘 빨지 못하고 몸무게가 잘 늘지 않는 경우</li> <li>◦ 사지가 너무 뻣뻣하거나 반대로 너무 힘이 없고 늘어지는 경우</li> <li>◦ 눈맞춤이나 가리키는 곳을 따라 보기가 잘 안 되는 경우</li> <li>◦ 목 가누기나 뒤집기가 잘 안 되는 경우</li> <li>◦ 시각 또는 청각 자극에 반응이 없거나 적은 경우</li> </ul> |
| 생후<br>6개월~12개월    | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 뒤집기가 안 되는 경우</li> <li>◦ 다리에 힘을 주지 못해 주저앉거나 기지 못하는 경우</li> <li>◦ 자세에 이상이 있거나 양측의 비대칭이 있는 경우</li> <li>◦ 혼자 서거나 걷지 못하는 경우</li> </ul>                                                                               |
| 만 1~3세            | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 혼자 걷기 또는 뛰기가 안 되거나 힘든 경우</li> <li>◦ 말이 늦고 의사소통이 안 되는 경우</li> <li>◦ 눈을 잘 맞추지 못하고 이상한 행동을 하는 경우</li> </ul>                                                                                                        |
| 만 4~6세            | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 또래와 잘 어울리지 못하거나 주위에 관심이 없고 반응이 둔한 경우</li> <li>◦ 언어 지연 또는 언어 퇴화를 보이는 경우</li> <li>◦ 같은 행동을 반복하거나 자해 등 이상행동을 보이는 경우</li> </ul>                                                                                     |

위험군 영유아는 조기에 발견하는 것이 중요합니다. 다음은 연령별 발달의 적신호 체크리스트입니다. 단 하나라도 해당한다면 전문적인 정밀검사를 받아야 합니다.

<표 I-3> 연령별 발달의 적신호<sup>\*)</sup>

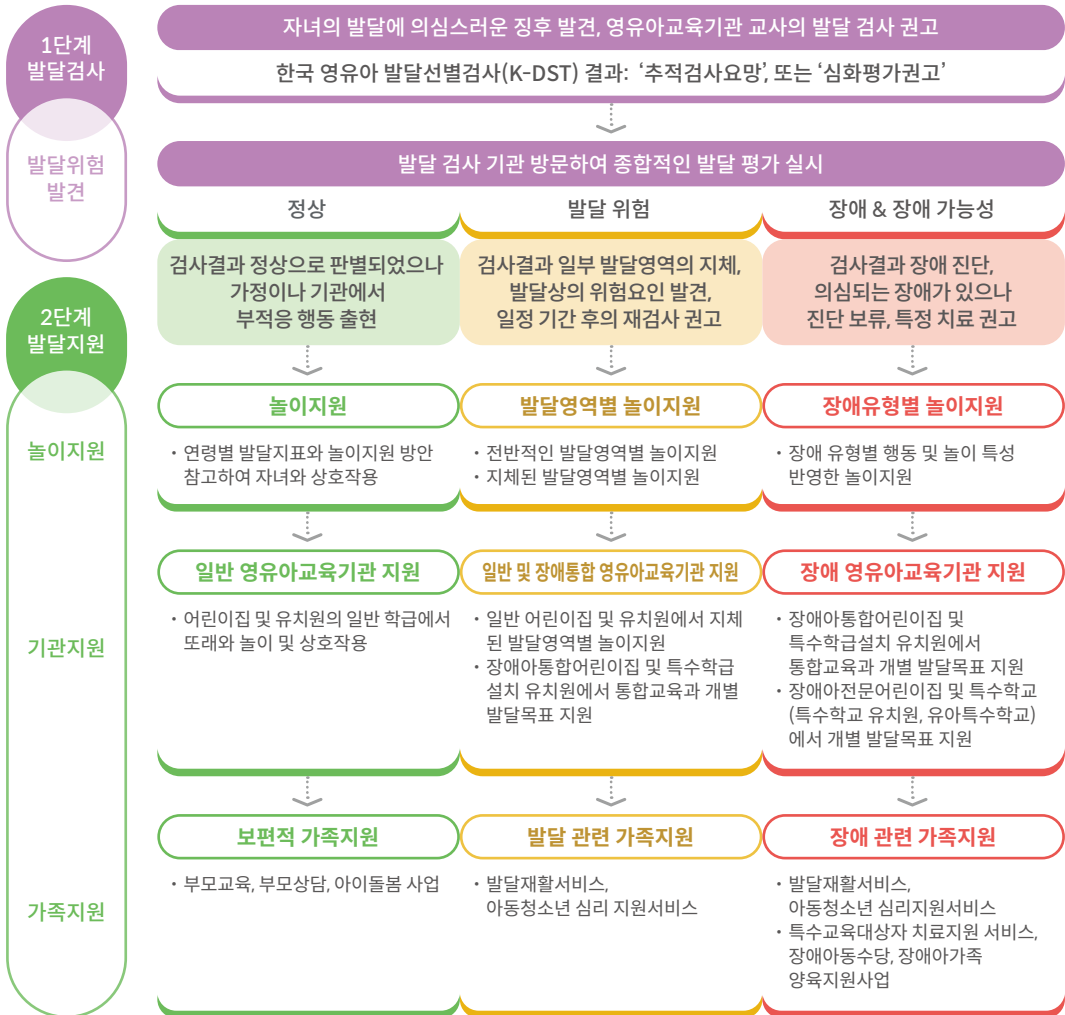
영유아의 해당되는 월령 혹은 연령에 발달의 적신호가 있다면 ☒ 표시 해주세요.

| 구분              | 연령       | 발달의 적신호                                                                  |
|-----------------|----------|--------------------------------------------------------------------------|
| 대근육<br>운동<br>발달 | 100일     | <input type="checkbox"/> 목을 가누지 못해요.                                     |
|                 | 4개월      | <input type="checkbox"/> 앉을 수 없어요.                                       |
|                 | 5개월      | <input type="checkbox"/> 뒤집기를 못하거나 몸을 굴리지 못해요.                           |
|                 | 7~8개월    | <input type="checkbox"/> 스스로 앉지 못해요.                                     |
|                 | 9~10개월   | <input type="checkbox"/> 붙잡고 서지를 못하거나 잡아줘도 설 수 없어요.                      |
|                 | 12개월     | <input type="checkbox"/> 걸음이 뻘뻘하고 불안정하여 자주 넘어져요.                         |
|                 | 15개월     | <input type="checkbox"/> 걸을 수 없어요.                                       |
|                 | 만 2세     | <input type="checkbox"/> 계단을 올라가거나 내려가지 못해요.                             |
|                 | 만 2세 6개월 | <input type="checkbox"/> 두 발로 점프를 못해요.                                   |
|                 | 만 3세     | <input type="checkbox"/> 한 발로 잠깐도 서 있을 수 없어요.                            |
|                 | 만 4세     | <input type="checkbox"/> 한 발로 폴짝 뛰기를 하지 못해요.                             |
|                 | 만 5세     | <input type="checkbox"/> 직선을 따라 앞뒤로 걷지 못하거나 5~10초 동안 한 발로 균형을 유지할 수 없어요. |
| 소근육<br>운동<br>발달 | 3~4개월    | <input type="checkbox"/> 주먹을 꼭 쥔 뒤 펴지 못해요.                               |
|                 | 4~5개월    | <input type="checkbox"/> 딸랑이나 장난감을 움켜쥐지 못해요.                             |
|                 | 7개월      | <input type="checkbox"/> 물건들을 양손에 쥐지 못해요.                                |
|                 | 10~11개월  | <input type="checkbox"/> 엄지와 검지를 이용해서 작은 물건을 잡지 못해요.                     |
|                 | 15개월     | <input type="checkbox"/> 넣고 빼는 것을 할 수 없어요.                               |
|                 | 18~20개월  | <input type="checkbox"/> 양말이나 장갑을 혼자 벗지 못해요.                             |
|                 | 만 2세     | <input type="checkbox"/> 5개 이상의 블록을 쌓지 못하거나 낙서를 하지 못해요.                  |
|                 | 만 2세 6개월 | <input type="checkbox"/> 책장을 한 장씩 넘길 수 없어요.                              |
|                 | 만 3세     | <input type="checkbox"/> 8개 블록을 쌓지 못하거나 직선을 긋지 못해요.                      |
|                 | 만 4세     | <input type="checkbox"/> 10개 블록을 쌓지 못하거나 동그라미를 보고 따라 그리지 못해요.            |
|                 | 만 5세     | <input type="checkbox"/> 블록으로 계단을 쌓지 못하거나 대각선을 따라서 그리지 못해요.              |

| 구분       | 연령                                                                                                                                                                                                                                          | 발달의 적신호                                                                                                                |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 언어 발달    | 5~6개월                                                                                                                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> 웅얼이가 없어요.                                                                                     |
|          | 8~9개월                                                                                                                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> ‘다’, ‘바’ 소리를 낼 수 없어요.                                                                         |
|          | 10~12개월                                                                                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> 단어가 전혀 나오지 않고 웅얼이 수준인 데다가 발성도 낮아요.<br><input type="checkbox"/> ‘다다’, ‘바바’ 하고 소리를 낼 수 없어요.     |
|          | 18개월                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 의미 있는 단어를 3개 미만으로만 말할 수 있어요.                                                                  |
|          | 만 2세                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 간단한 두 단어 문장을 만들지 못하고 구절을 반복해서 말하지 못해요.                                                        |
|          | 만 2세 6개월                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/> 1인칭 대명사(나, 우리)를 사용하지 못해요.                                                                     |
|          | 만 3세                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 주어+목적어+서술어 등 3개의 구문 구조를 전혀 사용하지 못해요.                                                          |
|          | 만 3세 6개월                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/> 절반 정도만 알아들을 수 있어요.                                                                            |
|          | 만 5세                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 짧은 문장에서도 문법을 적절하게 사용하지 못해요.                                                                   |
|          | <b>※ Tip 안내</b> 일반적으로 18개월이 되어도 말보다는 몸짓으로 의사표현을 하거나, 만 2세에도 간단한 두 단어 문장을 만들지 못하거나, 만 3세가 되어도 의사표시를 위한 문장을 말하지 못하면 언어를 이해(수용언어) 하지만 표현(표현언어)이 늦는 경우일 수도 있어요. 그러니 먼저 영유아의 언어발달 촉진을 위해 영유아가 스스로 요구할 수 있도록 기다리고, 상대방과 말을 주고받을 기회를 제공하는 것이 좋습니다. |                                                                                                                        |
| 인지 발달    | 2~3개월                                                                                                                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> 엄마를 인식하지 못해요.                                                                                 |
|          | 6~7개월                                                                                                                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> 떨어진 물체를 찾지 않아요.                                                                               |
|          | 8~9개월                                                                                                                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> 까꿍놀이에 흥미를 보이지 않아요.                                                                            |
|          | 12개월                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 숨겨진 물체를 찾지 않아요.                                                                               |
|          | 15~16개월                                                                                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> 인과관계 게임에 흥미가 없어요.                                                                             |
|          | 만 2세                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 비슷한 것끼리 모을 수 없어요(예, 동물, 탈것 등).                                                                |
|          | 만 3세                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 자신의 이름(성을 포함)을 몰라요.                                                                           |
|          | 만 4세                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 두 개의 선 중에 더 짧은 것과 더 긴 것을 구분하지 못해요.                                                            |
|          | 만 5세                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 색깔을 모르거나 문자를 하나도 몰라요.                                                                         |
|          | 만 5세 6개월                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/> 자기 생일이나 주소를 몰라요.                                                                              |
| 사회·정서 발달 | 3개월                                                                                                                                                                                                                                         | <input type="checkbox"/> 주위의 자극에 반응하여 미소를 짓지 않아요.                                                                      |
|          | 6~8개월                                                                                                                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> 노는 상황에서도 웃지 않아요.                                                                              |
|          | 12개월                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 달래기가 어렵고 가까이 가면 긴장해요.                                                                         |
|          | 만 2세                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> 화낼 이유가 없는데도 차고, 물고, 소리를 잘 질러요.<br><input type="checkbox"/> 의미 있는 눈맞춤이 안 되거나 또래 또는 성인과 놀지 않아요. |
|          | 만 3~5세                                                                                                                                                                                                                                      | <input type="checkbox"/> 계속해서 움직여요.<br><input type="checkbox"/> 훈육에 저항해요.<br><input type="checkbox"/> 다른 아이들과 놀지 않아요.  |

● 발달위험으로 의심되면 어떻게 해야 하나요?

자녀의 발달위험이 의심되면 먼저 발달검사를 받고 결과에 따라 적절한 발달지원을 하면 됩니다. 구체적인 절차는 [그림 I-1]과 같습니다.



[그림 I-1] 위험군 영유아 발견 및 지원 절차

자녀의 발달위험을 병원이나 전문기관에서 진단받기 전에 직접 위험군 영유아를 조기에 판별해볼 수 있는 발달선별검사가 있습니다. 부모가 직접 활용 가능한 선별검사도구는 다음과 같습니다.

#### 한국 영유아 발달선별검사(K-DST)

한국 영유아 발달선별검사(K-DST)는 취학 전 연령인 만 6세 미만 영유아(4개월~71개월)를 대상으로 대근육운동, 소근육운동, 인지, 언어, 사회성, 자조, 총 6개의 발달영역을 평가하며, 영역당 8문항의 표준화된 발달선별검사도구입니다. 검사결과는 양호, 주의, 정밀검사필요로 구분되며, 정밀검사필요에 해당하는 '심화평가권고' 대상자는 일정 요건 충족 시 발달장애 정밀검사비를 지원받을 수 있습니다. 구체적인 결과 내용과 이용방법은 <표 1-4>와 같습니다.

<표 1-4> 한국 영유아 발달선별검사(K-DST)

\* 영유아 발달선별검사 결과

| 양호                             |                                    | 주의                                                                                            | 정밀검사필요                                                                        |
|--------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 빠른 수준                          | 도래 수준                              | 추적검사요망                                                                                        | 심화평가권고                                                                        |
| 발달 영역별 발달 수준이 빠른 편일 가능성이 큰 영유아 | 도래 수준에 해당하며, 정상 발달하고 있을 가능성이 큰 영유아 | 해당 영역의 발달 기술을 충분히 습득하지 못하고 있을 가능성이 있는 영유아<br>※ 다음 검진 시기 이전에 해당 영역의 발달과정을 촉진하고 면밀히 관찰 후 재검사 실시 | 영유아의 발달에 반드시 이상이 있다는 의미는 아니지만, 발달선별검사 결과 발달지연이 의심되므로 정밀한 평가를 위해 발달 전문의의 진단 필요 |

접속안내



#### 국민건강보험

<https://www.nhis.or.kr/건강iN>

- > 나의건강관리 > 건강검진정보
- > 건강검진 실시안내 > 영유아건강검진
- > 발달선별 > 검사지 사용기간조회/검사지서식

- 개인정보보호를 위해 공단 홈페이지에서 본인확인(인증)필요
- 개월 수별로 있으니 개월 범위 추가



K-DST  
생후 36개월~41개월  
예시

부모용 한국영유아발달선별검사(KSIED-P:Korean Screening Index of Early Development-Parent)

부모용 한국영유아발달선별검사(KSIED-P)는 가정 내·외 환경에서 보이는 영유아의 장애 위험을 조기선별하여 해당 영유아에게 적절한 중재 및 개입이 이루어질 수 있도록 육아정책연구소와 한국아동학회가 함께 제작한 선별검사도구입니다. 연령별로 발달영역 및 일과중심으로 구성된 검사도구로 12개월에서 만 5세까지의 영유아가 대상입니다. 총 375문항이며, 12~17개월 46문항, 18~23개월 53문항, 24~29개월 53문항, 30~35개월 51문항, 3세 53문항, 4세 59문항, 5세 60문항으로 구성되어 있습니다.



부모용  
한국영유아발달선별검사  
(KSIED-P)

<표I-5> 부모용 한국영유아발달선별검사(KSIED-P) 구성요인

| 발달영역 구분                                                                                                                 | 일과 구분                                                                                                                                         | 연령 구분                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>인지</li> <li>언어(수용/표현)</li> <li>운동(소근육/대근육)</li> <li>사회·정서</li> <li>자조</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>실내놀이</li> <li>실외놀이</li> <li>책과 미디어</li> <li>수면과 휴식</li> <li>위생</li> <li>식사 및 간식</li> <li>전이</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>영아기(5개월 단위 구분)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>12~17개월</li> <li>18~23개월</li> <li>24~29개월</li> <li>30~35개월</li> </ul> </li> <li>유아기(1년 단위 구분)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>3세</li> <li>4세</li> <li>5세</li> </ul> </li> </ul> |
| 총 5개 발달영역                                                                                                               | 총 7개 일과 구분                                                                                                                                    | 총 7개 연령 구분                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |



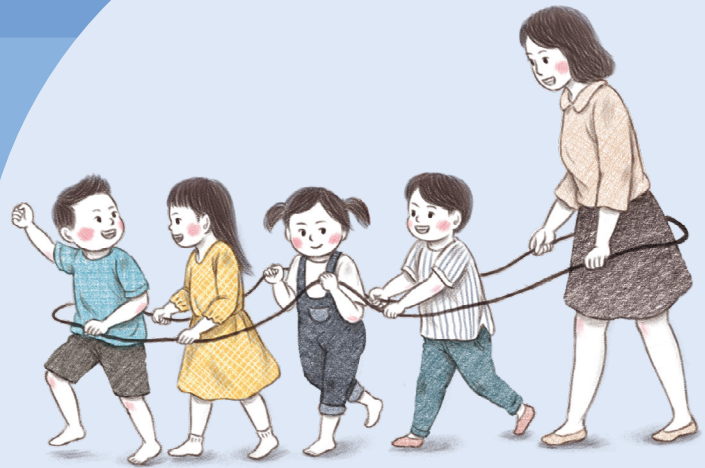
발달에 어려움이 있는 영유아의 부모를 위한 안내자료

**아이의 발달속도에 맞춘  
러닝메이트**

# **PART II.**

## **부모 효능감 키우기**





- 
- 1. 부모의 자기 이해
- 2. 부모 역할
-

자녀를 사랑하고 격려하는 부모는 아이를 성장시키는 큰 원동력이 됩니다.

당신은 아이에게 어떤 부모인가요? 잘하고 있는지 궁금하거나 아이와 어떻게 지내야 할지 모르겠다고 느끼신다면  
부모 효능감(자녀를 잘 양육하기 위한 자신의 능력에 대한 지각<sup>8)</sup>)을 키울 방법을 함께 알아볼까요?



## 1

## 부모의 자기 이해

## ● 나의 애착유형을 알아볼까요?

생후 1~2년 사이에 아기와 주 양육자 사이에 맺게 되는 정서적 유대감(Bowlby, 1982)인 애착은 자녀의 인지, 정서 발달과 행동, 나아가 평생토록 타인과의 관계에 영향을 미칩니다. 또한, 부모의 애착유형은 자녀와의 관계에도 영향을 미치므로 자신의 애착유형을 아는 것은 도움이 됩니다. 성인애착검사를 통해 자신의 애착유형을 알아보세요.

<표 II-1> 성인애착검사<sup>9)</sup>

| 내용                                           | 매우<br>그렇다 | 그렇다 | 그저<br>그렇다 | 아니다 | 전혀<br>아니다 |
|----------------------------------------------|-----------|-----|-----------|-----|-----------|
| 1 다른 사람들에게 의존하는 자신을 용납하기 어렵다.                | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 2 내가 필요로 할 때 주변에 사람들이 없을 것이다.                | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 3 나는 다른 사람들에게 의존하는 것이 편하지 않다.                | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 4 내가 필요할 때 나를 도와줄 사람들이 없을 것이라고 생각한다.         | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 5 다른 사람을 전적으로 신뢰하기가 어렵다.                     | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 6 주변 지인에게 아무 때나 편하게 의지할 수 있을지 잘 모르겠다.        | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 7 버림받을까봐 걱정하는 일은 자주 있다.                      | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 8 나는 자주 배우자가 나를 진심으로 사랑하지 않는 것 같아 걱정된다.      | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 9 내가 원하는 만큼 다른 사람들이 나와 가까워지려고 하지 않는 거 같다.    | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 10 나는 자주 배우자(친구)가 나와 함께하기를 원하지 않을 것 같아 걱정된다. | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 11 나는 다른 사람들과 완벽하게 하나가 되고 싶다.                | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |

| 내용                                                    | 매우<br>그렇다 | 그렇다 | 그저<br>그렇다 | 아니다 | 전혀<br>아니다 |
|-------------------------------------------------------|-----------|-----|-----------|-----|-----------|
| 12 다른 사람들과 하나가 되고 싶은 나의 바람이 때때로 다른 사람들을 불편하게 만드는거 같다. | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 13 다른 사람들과 가까워지기가 쉽다.                                 | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 14 다른 사람들이 나에게 매우 친근하게 대하는 것을 이상하게 생각하지 않는다.          | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 15 다른 사람들과 가까워지는 것이 불편하지 않다.                          | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 16 누군가와 너무 가까워져도 불안하지 않다.                             | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 17 다른 사람들이 나에게 의지하는 것이 편하다.                           | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |
| 18 배우자(친구)에게 더 친밀하게 행동했으면 좋겠다는 요구를 들은 적이 없다.          | 5         | 4   | 3         | 2   | 1         |

다음 <표 II-2>에 응답한 점수의 합을 적어보세요. 점수가 가장 높은 것이 본인의 애착유형일 가능성이 높으며, 한 가지 이상의 애착유형에 해당될 수도 있습니다.

<표 II-2> 애착검사 분석표

| 문항(애착유형)  | 1~6번(불안정-회피) | 7~12번(불안정-불안) | 13~18번(안정) |
|-----------|--------------|---------------|------------|
| 응답한 점수의 합 |              |               |            |

성인 애착유형엔 안정형과 불안정형(회피형, 불안형)이 있는데, 애착유형별 특징이 자신의 성격이나 양육방식과 비슷한지 살펴보세요.

&lt;표 II-3&gt; 애착유형별 성격 및 양육특징

| 유형      | 특징                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 불안정-회피형 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ‘애는 혼자서 크는 거지, 부모가 일일이 이래라저래라 간섭해야 하나?’라는 생각을 할 가능성이 큼니다.</li> <li>• 아이가 아무리 떼를 써도 해달라는 것을 해주지 않고 자기 일을 합니다. 짜증이나 화를 내지는 않지만, 무덤덤하고 무표정한 반응을 자주 보입니다.</li> <li>• 부모가 자기 생각이나 일에 빠져 있어서 아이의 요구에는 관심을 두기 어려운 경우도 있습니다. 또한 아이가 다가와도 부모가 반응을 보이지 않습니다.</li> </ul> |
| 불안정-불안형 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이의 요구에 반응해주고 만족시켜주는 하는데, 일관되거나 지속되지 않는 경우가 더 많습니다. 따뜻하게 대하다가 차갑게 대하기도 합니다.</li> <li>• 부모가 ‘이랬다가 저랬다가’를 반복하니 아이는 필요한 것을 얻기 위해 떼를 쓰기도 합니다.</li> <li>• 아이에게 관심을 보이지만 일관성이 없어서 아이는 불안감을 느끼고, 부모에게 더 매달리는 경향을 보입니다.</li> </ul>                                    |
| 안정형     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 다른 사람에게 편안하게 도움을 요청할 수 있고, 자신도 다른 사람의 도움에 편안하게 응하여 도와주려고 노력합니다.</li> <li>• 아이를 잘 보살피고 욕구를 민감하게 잘 충족시켜줌으로써 아이의 마음속에 항상 잘 응해주는 부모라는 믿음을 심어줍니다.</li> <li>• 대체로 아이에게 몰입하며, 아이에게서 기쁨을 찾고, 아이가 건강한 방법으로 불만과 공격성을 분출할 수 있도록 도와줍니다.</li> </ul>                        |

어떤 애착유형으로 나오셨나요? 불안정한 애착이 형성되는 이유는 다양하고 복합적입니다. 부모의 양육태도가 영향을 미치기도 하지만, 본인의 기질이 원인이 될 수도 있습니다. 불안정한 애착은 성인이 된 후에 가까운 사람과의 친밀함과 신뢰를 경험하면서 안정형으로 변화할 수도 있습니다. 불안정한 애착유형인 부모들은 자녀들과의 상호작용을 위해 다음과 같은 노력을 해보세요.<sup>10)</sup>

- ✓ 자신의 애착유형을 객관적으로 받아들이고 개선하려는 의지 갖기
- ✓ 나의 감정, 생각, 행동을 지배하는 핵심감정\*이 무엇인지 알아내고 핵심감정에 좌우되지 않으려는 연습하기
- ✓ 부정적 감정이 들면 곧바로 반응하기보다는 진짜 감정이 무엇인지 생각해보기
- ✓ 자신과 배우자, 자녀를 신뢰하는 마음 갖기
- ✓ 필요한 경우 가까운 사람들에게 도움 요청하기
- ✓ 자신과 배우자, 자녀의 강점을 찾고 칭찬하는 연습하기

\* 어린 시절 가족 관계에서 형성된 부정적 감정(경쟁심, 인정욕구, 억울함, 분노, 그리움, 수치심, 외로움, 공포 등)으로 해소되지 않고 남아서 타인의 말이나 행동을 왜곡해 받아들이게 하고 관계에 문제를 일으킵니다.

## ● 나의 양육태도는 어떤가요?

양육태도는 부모가 아이를 양육할 때 보이는 태도나 행동을 말합니다. 부모의 양육태도에 따라 아이는 세상을 바라보는 시각을 갖게 되고, 사람들과 관계를 맺는 방법을 배웁니다. 아이의 성장에 많은 영향을 끼치는 양육태도에 한 가지의 정답이 있는 것은 아닙니다. 부모의 양육태도는 아이의 성장을 돕기도 하지만 그렇지 못하는 경우도 있습니다. 다음 [그림 II-1]에서 자신의 모습과 가장 가까운 양육태도를 찾아보세요.

### 나는 어떤 유형의 부모일까요?

바움린드(BAUMRIND)의 4가지 양육방식에 따른 부모 유형을 확인해보세요.

| 허용적 유형                                                                                                                                                      | 방임적 유형                                                                                                                                                 | 독재적 유형                                                                                                                                                              | 권위적 유형                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>아이가 원하는 건 무엇이든 들어줍니다. 뭐든지 다해주고 싶은 게 부모 마음 아니겠어요?</p>                   | <p>일이 너무 바쁘다 보니 아이들한테 신경도 많이 못 쓰고, 그래서 그런지 어떻게 놀아줘야 할지 잘 모르겠어요.</p>  | <p>아이가 말을 안 듣거나 떼를 쓸 때는 사랑의 매를 드는 게 맞지 않을까요?</p>                                  | <p>아이에게 약속을 지키도록 설명하면서 규칙을 따르도록 하고, 애정표현과 칭찬을 함께 해요.</p>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• 부모는 애정이 있고 반응도 잘해주지만, 훈육에 통제가 없음</li> <li>• 아이는 자신감이 높을 수 있음</li> <li>• 아이가 규율을 무시하고 제멋대로인 성격으로 자랄 수 있음</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 부모는 애정이 없고 무관심하며 엄격하지 않음</li> <li>• 아이는 독립심이 없고 의존적 성향이 있음</li> <li>• 아이는 자기통제력이 부족할 수 있음</li> </ul>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 부모는 엄격한 통제와 규율이 있고, 설명 없이 체벌함</li> <li>• 아이는 사회성이 부족하거나 의존적 또는 반항적 성격일 수 있음</li> <li>• 인간관계에 어려움을 겪는 아이가 될 수 있음</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 부모는 애정이 있고 반응도 잘해주며, 일관성있고 논리적인 훈육을 함</li> <li>• 아이는 책임감, 사회성, 자신감이 높을 수 있음</li> </ul>              |

[그림 II-1] 양육태도 유형 및 특징<sup>12)</sup>

양육태도는 자신도 모르는 사이에 형성될 수 있습니다. 나도 모르게 부모님의 잘못된 양육태도를 따라할 수도 있습니다. 혹시 지금의 양육태도가 자녀의 성장을 방해하고 있진 않을까요? 자신의 양육태도를 알고 잘못된 점을 고쳐 나가면 자녀의 미래가 달라질 수 있습니다.



양육유형별 특징 및 영향  
(여성가족부, 영유아기 부모교육-양육방식)<sup>13)</sup>

### ● 나의 양육태도는 개선될 수 있어요

자신의 양육태도가 어떤 유형에 가까운지 알게 되었다면, 아이의 발달에 도움이 될 수 있도록 양육태도 개선방법을 알아보겠습니다. 할 수 있다고 생각되는 것부터 하나씩 실천해보세요.

<표 II-4> 양육태도 개선방법

| 양육태도   | 개선방법        | 이렇게 해보세요                                                                                                                                                  |
|--------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 허용적 태도 | 행동한계 설정하기   | <b>✓ 행동기준 제시</b><br>해서는 안 되는 행동에 일관되게 반응해줘야 아이가 부모의 권위에 도전하는 행동을 하지 않아요. 해도 되는 행동과 안 되는 행동을 명확히 구분하여 아이에게 지속적으로 이야기해 주세요.                                 |
|        | 우리 집 규칙 만들기 | <b>✓ 규칙 적용</b><br>규칙은 아이의 독립심을 키워주고 해야 할 행동을 명확하게 알려주는 효과가 있어요. 매사에 아이의 행동을 허용하다 보면 학교생활에 적응하기 어려울 수 있으므로 규칙(식사, 씻기, 정리, 잠자리 등)을 정하여 아이의 독립심과 통제력을 키워주세요. |

| 양육태도      | 개선방법         | 이렇게 해보세요                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 방임적<br>태도 | 대화하기         | <p>✓ <b>자녀와 대화</b></p> <p>아이는 부모와의 대화를 통해 말을 배울 뿐 아니라 타인과 지내는 방법, 감정 표현 및 조절 방법 등을 배웁니다. 하루에도 수시로 아이와 간단한 대화를 하거나 동화책을 보면서 이야기를 나눠보세요.</p>                                                                                                                                     |
|           | 놀이하기         | <p>✓ <b>자녀와 놀이</b></p> <p>아이는 놀면서 스트레스를 해소하고 많은 것을 배우기 때문에 놀이는 매우 중요한 학습 기회예요. 아이와 하루에 한 번 이상은 놀아주세요. 그림책 보기, 블록 쌓기, 소꿉놀이, 놀이터에서 놀기 등 어떤 놀이든 좋습니다.</p>                                                                                                                         |
| 독재적<br>태도 | 긍정적인<br>훈육하기 | <p>✓ <b>올바른 행동 칭찬</b></p> <p>아이는 부모에게 칭찬받은 행동을 더 많이 하려고 해요. 문제행동을 지적하는 것보다 올바른 행동을 칭찬하면 문제행동이 줄어들어요.</p> <p>✓ <b>체벌 금지</b></p> <p>체벌은 문제행동을 없애는 데 효과적이지 않아요. 오히려 자녀의 정서발달에 부정적 영향을 미치고, 부모와 자녀 관계를 나쁘게 만들어 문제행동이 더 심각해질 수 있어요.</p>                                             |
|           | 자녀권리<br>인정하기 | <p>✓ <b>선택의 기회 제공</b></p> <p>스스로 선택하는 과정을 통해 책임감을 배우고 긍정적 자아개념을 가질 수 있어요. 간식, 신을 양말, 식탁에 앉는 자리 등 아주 작은 것부터 아이에게 선택할 기회를 주세요.</p> <p>✓ <b>일정 안내</b></p> <p>새로운 일이 있는 날은 어떤 변화가 있는지 아침에 아이에게 이야기해서 아이가 마음의 준비를 할 수 있게 해주세요. 하루가 예측 가능할 때 아이들은 편안함을 느끼고 자신의 행동을 미리 조절할 수 있어요.</p> |

### ● 나의 양육 스트레스는 어느 정도일까요?<sup>14)</sup>

아이를 양육하다 보면 경제적, 심리적, 신체적 스트레스를 느낄 수 밖에 없습니다. 스트레스가 심해지면 양육에 대한 자신감이 떨어지고 아이와의 관계에도 좋지 못한 영향을 끼칠 수 있습니다. 바람직하지 않다는 것을 알면서도 강압적인 양육태도를 취하기가 쉽고, 이러한 태도가 아이의 발달에 나쁜 영향을 미칩니다.

나의 양육 스트레스가 어느 정도인지를 다음의 점검지표로 알아볼까요? 이 점검지표는 어떤 부분에 스트레스가 많은지 알아보고 필요한 지원을 찾아보기 위한 것으로, 양육 스트레스에 대한 의학적인 진단은 아닙니다.

&lt;표 II-5&gt; 양육 스트레스 검사\*

| 문항                 |                                            | 예<br>(1점) | 아니오<br>(0점) |
|--------------------|--------------------------------------------|-----------|-------------|
| 전반적인<br>양육<br>스트레스 | 1. 아이로 인해 화가 날 때가 많다.                      |           |             |
|                    | 2. 지금 내 자리에서 그냥 사라지고 싶을 때가 자주 있다.          |           |             |
|                    | 3. 내 아이는 너무 힘든 아이라서 내 능력으로는 버겁다.           |           |             |
|                    | 4. 종종 아이가 없는 순간을 떠올린다.                     |           |             |
|                    | 5. 아이 때문에 생기는 감정에 죄책감을 느낀다.                |           |             |
|                    | 6. 나는 부모로서 문제가 많은 나쁜 부모라는 생각을 종종 한다.       |           |             |
|                    | 7. 우리 아이는 자주 잘못을 저지르는데, 모두 내 책임이다.         |           |             |
|                    | 8. 지금 내가 하는 것보다는 더 아이에게 잘해야 한다.            |           |             |
|                    | 9. 아이가 주변을 소란스럽게 하면 모두 내 잘못이라고 생각한다.       |           |             |
|                    | 10. 나 때문에 아이가 잘못된 길로 가고 있고, 내가 아이를 망치고 있다. |           |             |
|                    | 11. 타인에 대한 관심이 전보다 많이 줄어들었다.               |           |             |
|                    | 12. 예전과 달리 일을 즐기지 않는다.                     |           |             |
|                    | 13. 나는 친구가 없이 혼자다.                         |           |             |
|                    | 14. 아이 키우는 문제를 상의하거나 도움받을 사람이 없다.          |           |             |
|                    | 15. 사람들은 나를 좋아하지 않는다.                      |           |             |
|                    | 16. 출산 이후 자주 아팠다.                          |           |             |
|                    | 17. 지난 6개월 동안 나는 아픈 곳이 많았다.                |           |             |
|                    | 18. 작은 일만 해도 쉽게 피곤해진다.                     |           |             |
|                    | 19. 아이를 돌보는 것이 내 몸에 무리가 많이 된다.             |           |             |
|                    | 20. 먹는 것을 조절하기 어려울 때가 많다(또는 식욕이 거의 없다).    |           |             |
| 정체성<br>스트레스        | 21. 출산 순간 또는 출산 후 한 달 동안의 시간을 떠올리는 것이 괴롭다. |           |             |
|                    | 22. 아이를 돌보기 위해 나의 삶에서 너무 많은 것을 포기했다.       |           |             |
|                    | 23. 아이를 키우면서 나의 미래를 생각할 수 없어 슬프다.          |           |             |
|                    | 24. 아이가 내 삶을 온통 좌우하고 있다는 느낌에 괴롭다.          |           |             |
|                    | 25. 아이를 낳은 후 내 삶에는 즐거운 일, 새로운 일이 없다.       |           |             |

점수:

점수:

| 문항                           |                                        | 예<br>(1점) | 아니오<br>(0점) |
|------------------------------|----------------------------------------|-----------|-------------|
| 완벽한<br>부모<br>스트레스<br><br>점수: | 26. 아이의 미래를 생각하면 자주 불안해진다.             |           |             |
|                              | 27. 아이의 부족한 점이 눈에 띄어 종종 기분이 좋지 않다.     |           |             |
|                              | 28. 아이가 노력하지 않는다는 생각에 속상할 때가 많다.       |           |             |
|                              | 29. 육아 정보를 찾느라 잠을 설친 적이 종종 있다.         |           |             |
|                              | 30. 그러지 말아야지 하면서도 다른 집 아이와 자주 비교하게 된다. |           |             |
| 현실육아<br>스트레스<br><br>점수:      | 31. 우리 아이는 지나치게 고집이 세다.                |           |             |
|                              | 32. 아이의 행동을 도저히 이해할 수 없어 자주 답답하다.      |           |             |
|                              | 33. 우리 아이는 내게 자주 매달리고 보챈다.             |           |             |
|                              | 34. 감정 폭발이 잦은 아이 때문에 늘 조마조마하다.         |           |             |
|                              | 35. 아이와 나의 사이가 멀게 느껴질 때가 많다.           |           |             |
| 관계갈등<br>스트레스<br><br>점수:      | 36. 아이를 키우면서 남편에게 미운 감정이 든다.           |           |             |
|                              | 37. 아이 문제에 대해서 남편과 대화하기가 힘들다.          |           |             |
|                              | 38. 육아 관련하여 요즘 주변 사람과 갈등을 겪는다.         |           |             |
|                              | 39. 나는 다른 사람에게 나의 주장을 펼치는 데 어려움이 많다.   |           |             |
|                              | 40. 육아는 나의 일이고 누가 도와줄 수 없는 일이다.        |           |             |
| 총점                           |                                        |           |             |

- 자신의 생각을 솔직히 답하여 ‘예’는 1점, ‘아니오’는 0점으로 계산합니다.
- 1~20번까지의 합산 점수가 8점 이상이거나 1~40번까지의 합산 점수가 20점 이상이면 양육 스트레스 위험 군에 속합니다.
- 21년부터는 영역당 5개 문항 중 ‘예’가 3개 이상인 경우, 해당 영역의 스트레스가 높다는 의미입니다.
- 31~35번 문항(현실육아 스트레스)에서는 2개 이상의 문항에서 ‘예’가 나왔다면 해당 분야의 양육 스트레스가 높다는 의미입니다.
- 1~20번 합산 점수가 8점 미만이고 전체 점수가 20점 미만인데 21번 이후의 특정 영역 스트레스 점수가 3점 이상으로 나온다면, 전반적인 양육 스트레스는 심하지는 않지만 특정 영역에서 어려움을 겪는 것으로 볼 수 있습니다.

\* 본 검사도구는 서천석, 배승민, 김도희, 김여경, 허지은(2020)이 개발한 ‘양육스트레스 관리 부모교육 강사진 매뉴얼 Module 1’ pp.42~44에서 발췌한 것임.

### ● 양육 스트레스, 줄일 수 있어요<sup>14)</sup>

양육 스트레스 유형에 따른 스트레스 줄이는 방법을 알아볼까요?

<표 II-6> 양육 스트레스 유형별 감소방법\*\*

| 유형             | 감소방법                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 정체성<br>스트레스    | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>내가 되고 싶은 부모를 위한 더하기/빼기</b><br/>내가 되고 싶은 부모를 생각해보고, 할 수 있는 것과 없는 것을 구분하여 부모 역할에 대해 보다 현실적인 기대를 가져보세요.<br/>✓ 어떤 부모가 되고 싶은지 적어보기<br/>✓ 내가 할 수 있는 것과 할 수 없는 것 구분해보기<br/>✓ 내가 잘할 수 있는 것, 지금보다 조금 더하면 좋겠다고 생각하는 것, 도움이 필요한 것 더하기<br/>✓ 내가 잘할 수 없는 것, 조금은 멀해도 된다고 생각하는 것, 다른 사람의 도움으로 줄일 수 있는 것 빼기</li> <li>○ <b>부모 시간표 작성하기</b><br/>일과를 순서대로 적어보면서 나의 일상을 점검하고, 하지 말아야 할 것, 도움받아야 할 것, 나를 위해 하면 좋을 것을 찾아 일상의 변화를 만들어보세요.<br/>✓ 일과를 시간표에 적어보기<br/>✓ 나를 더 힘들게 하는 일과를 빼기<br/>✓ 나를 위해 해보고 싶은 것 더해보기<br/>✓ 새로운 일과를 위해 필요한 도움 적어보기</li> </ul>    |
| 완벽한 부모<br>스트레스 | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>자녀 및 자기 수용의 걸림돌 찾기</b><br/>부모로서의 자신과 자녀를 있는 그대로 받아들이는 연습을 해보세요.<br/>✓ 나와 내 자녀에게 바라는 모습 생각해 보기<br/>✓ 현재 모습에서 부족한 부분, 걱정되고 불안한 부분 적어보기<br/>✓ 아이뿐 아니라 자신이 좋아하는 분야를 스스로 성취해나갈 수 있도록 허용하고 기다려주는 데 방해되는 것 적어보기</li> <li>○ <b>마음챙김 명상하기</b><br/>완벽하고 싶은 욕심과 자신에 대한 지나친 기대를 내려놓아 보세요.<br/>✓ 편안한 자세를 취하되 가능한 한 허리를 꼿꼿하게 세우고 눈 감기<br/>✓ 자신에게 가장 편안한 속도로 천천히 숨을 들이마시고 내쉬기<br/>✓ 들이마시고 내쉬는 감각에 집중해 보기<br/>✓ 마음속에 떠오르는 생각이나 영상들을 억지로 멈추려 하기보다 그런 마음에 관찰한다고 말해 주면서 감각에 집중해 보기<br/>✓ 명상 중에 잠들거나 집중하지 못해도 자연스러운 과정일 뿐이니 자신을 비하하거나 평가하지 않기</li> </ul> |

| 유형            | 감소방법                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 현실 육아<br>스트레스 | <p>○ 머무르기</p> <p>감정이 올라올 때 억지로 참으면 오히려 역효과가 나므로 떠오르는 여러 생각 대신 지금 이 순간에 집중해 보세요.</p>                                                                                                                                                                  |
|               | <p> 시각 머무르기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 보이는 것 5가지를 천천히 속으로 생각해 본다.</li> <li>• 고개를 들어 360도 전체를 돌아보며 5가지 사물의 이름, 모양, 색깔, 무늬, 느낌 등을 말해 본다.</li> </ul> |
|               | <p> 청각 머무르기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 들리는 것 3가지를 천천히 생각해 본다.</li> <li>• 차분히 시간을 가지고 필요하다면 눈을 감고 소리에 집중하면서 3가지를 말해 본다.</li> </ul>                 |
|               | <p> 생각 머무르기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 지금 있는 곳의 주소, 건물 이름, 층수를 말해 본다.</li> <li>• 오늘이 몇 월 며칠인지 핸드폰에서 오늘의 날씨나 뉴스를 찾아서 읽어 본다.</li> </ul>            |
|               | <p> 신체감각 머무르기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 몸에서 느껴지는 감각이나 느낌을 구체적으로 느껴보고 말해 본다.</li> <li>• 앉아 있는 의자나 바닥의 느낌, 신체에 느껴지는 감각에 집중해 본다.</li> </ul>       |
|               | <p> 운동감각 머무르기</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 단순한 반복동작을 해 본다.</li> <li>• 일어났다 앉는 등의 행동을 하면서 몸의 감각에 집중한다.</li> </ul>                                  |

| 유형         | 감소방법                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 현실 육아 스트레스 | <p>◦ 점진적 근육 이완하기</p> <p>잔잔한 음악을 틀고 편한 의자에 앉아서 눈을 감고 차분하게 호흡하세요. 발부터 시작해 머리까지 근육을 이완시키는 동작입니다. 모든 동작을 2~3번 반복하세요.</p> <hr/> <div data-bbox="482 496 501 535">1</div> <div data-bbox="561 504 636 666">  </div> <div data-bbox="688 538 1246 629"> <p>발바닥에 닿는 바닥의 느낌을 느끼면서 발가락을 최대한 구부려 말아보고 그대로 5초 멈춰줍니다. 이제 탁하고 힘을 푸세요. 근육의 힘이 풀리면서 긴장이 풀어집니다.</p> </div> <hr/> <div data-bbox="475 707 504 746">2</div> <div data-bbox="556 715 636 877">  </div> <div data-bbox="688 735 1236 853"> <p>두 다리 근육에 단단히 힘을 주어보세요. 바닥을 밀어내는 것처럼 힘을 주어 3~5초 버티다가 탁 힘을 풀면서 크게 숨을 내쉬어 보세요. 다리 근육이 편안해지는 걸 느껴 보세요.</p> </div> <hr/> <div data-bbox="475 919 504 957">3</div> <div data-bbox="561 926 636 1088">  </div> <div data-bbox="688 962 1255 1051"> <p>배를 최대한 단단하고 훌쩍하게 안으로 당겨 봅니다. 그대로 몇 초간 배에 힘을 주었다가 크게 숨을 내쉬면서 배 근육을 풀며 볼록하게 이완시켜 주세요.</p> </div> <hr/> <div data-bbox="475 1130 504 1168">4</div> <div data-bbox="561 1137 636 1299">  </div> <div data-bbox="688 1144 1243 1292"> <p>두 팔을 감싸서 스스로 꼭 안아주듯 힘을 주어보세요. 팔의 앞뒤 근육이 모두 단단하고 딱딱해지도록 스스로를 안고 5초간 버티 봅니다. 팔을 자연스럽게 아래로 풀어내세요. 양팔을 늘어뜨리고 좌우로 흔들흔들 흔들어서 힘이 풀린 것을 확인하세요.</p> </div> |

| 유형            | 감소방법                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 현실 육아<br>스트레스 | <p>5</p>  <p>양손의 주먹을 꼭 쥐고 5초간 버텼다가 숨을 내쉬면서 주먹을 풀고 편안한 상태를 느껴보세요.</p>                                                                                      |
|               | <p>6</p>  <p>어깨가 귀에 닿도록 으쓱하면서 힘을 주고 턱은 최대한 가슴 방향으로 끌어당기며 힘을 줍니다. 몇 초간 힘을 주었다가 툭 힘을 풀면서 고개를 천천히 좌우로 가웃거리면서 근육을 풀어줍니다.</p>                                  |
|               | <p>7</p>  <p>입술을 오므리고 코와 눈썹을 찡그리면서 눈을 꼭 감은 채 얼굴에 힘을 주세요. 몇 초간 버티다가 숨을 내쉬면서 얼굴의 힘을 푸세요.</p>                                                                |
|               | <p>8</p>  <p>지금까지 했던 동작을 한꺼번에 다 같이 합니다. 온몸에 힘을 주고 몇 초간 버티다가 크게 숨을 내쉬면서 전신의 힘을 빼세요. 팔과 다리를 흔들흔들하고 고개도 양쪽으로 가웃거리며 보고 손가락과 발가락도 꼼지락대면서 편안한 상태를 느껴 보세요.</p> |

| 유형            | 감소방법                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |         |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------|----|--------|-----|----|----|---------|---------|--|---------|--|------|----|----|---------|---------|--|---------|--|-----------|------------|--|---------|-------|----|--|--|---------|----|----|--|------------|---------|---------|--|---------|--|--|---------|-----------|----|-----------|--|--------|--|-----------|--|
| 관계 갈등<br>스트레스 | <p>● 육아 역할 분담하기</p> <p>육아를 나 혼자서 다 하고 있다고 생각된다면 스스로 할 수 있는 일, 도움이 필요한 일, 돌아가면서 하면 좋은 일 등으로 나눠 보세요.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 역할을 맡을 사람들과 의논하여 역할분담표 만들기</li> <li>② 실제로 실천한 역할 적어보기(예: 역할분담표나 달력에 색칠)</li> <li>③ 서로의 역할 수행을 격려하고 칭찬하기</li> <li>④ 역할분담표 사용이 관계개선에 얼마나 도움이 되었는지 이야기 나눠보기</li> <li>⑤ 필요시 역할분담표 수정하기</li> </ol> <p>〈역할분담표 예시〉</p> <table> <tr> <th>해야할 일</th><th>아내</th><th>남편</th><th>도와주실 분</th></tr> <tr> <td>설거지</td><td>아침</td><td>저녁</td><td>화, 목 점심</td></tr> <tr> <td>쓰레기 버리기</td><td></td><td>출근 시 매일</td><td></td></tr> <tr> <td>젓병소독</td><td>아침</td><td>저녁</td><td>화, 목 점심</td></tr> <tr> <td>청소기 돌리기</td><td></td><td>수, 일 아침</td><td></td></tr> <tr> <td>이불 털고 말리기</td><td>화, 목 제외 오전</td><td></td><td>화, 목 점심</td></tr> <tr> <td>빨래 분류</td><td>점심</td><td></td><td></td></tr> <tr> <td>세탁기 돌리기</td><td>점심</td><td>저녁</td><td></td></tr> <tr> <td>빨래 개고 정리하기</td><td>월, 화, 목</td><td>토, 일, 수</td><td></td></tr> <tr> <td>밀반찬 만들기</td><td></td><td></td><td>화, 목 점심</td></tr> <tr> <td>아이 책 읽어주기</td><td>점심</td><td>저녁 8-8:30</td><td></td></tr> <tr> <td>가습기 청소</td><td></td><td>잠들기 직전 매일</td><td></td></tr> </table> | 해야할 일     | 아내      | 남편 | 도와주실 분 | 설거지 | 아침 | 저녁 | 화, 목 점심 | 쓰레기 버리기 |  | 출근 시 매일 |  | 젓병소독 | 아침 | 저녁 | 화, 목 점심 | 청소기 돌리기 |  | 수, 일 아침 |  | 이불 털고 말리기 | 화, 목 제외 오전 |  | 화, 목 점심 | 빨래 분류 | 점심 |  |  | 세탁기 돌리기 | 점심 | 저녁 |  | 빨래 개고 정리하기 | 월, 화, 목 | 토, 일, 수 |  | 밀반찬 만들기 |  |  | 화, 목 점심 | 아이 책 읽어주기 | 점심 | 저녁 8-8:30 |  | 가습기 청소 |  | 잠들기 직전 매일 |  |
| 해야할 일         | 아내                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 남편        | 도와주실 분  |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 설거지           | 아침                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 저녁        | 화, 목 점심 |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 쓰레기 버리기       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 출근 시 매일   |         |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 젓병소독          | 아침                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 저녁        | 화, 목 점심 |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 청소기 돌리기       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 수, 일 아침   |         |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 이불 털고 말리기     | 화, 목 제외 오전                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |           | 화, 목 점심 |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 빨래 분류         | 점심                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |           |         |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 세탁기 돌리기       | 점심                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 저녁        |         |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 빨래 개고 정리하기    | 월, 화, 목                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 토, 일, 수   |         |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 밀반찬 만들기       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |           | 화, 목 점심 |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 아이 책 읽어주기     | 점심                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 저녁 8-8:30 |         |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |
| 가습기 청소        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 잠들기 직전 매일 |         |    |        |     |    |    |         |         |  |         |  |      |    |    |         |         |  |         |  |           |            |  |         |       |    |  |  |         |    |    |  |            |         |         |  |         |  |  |         |           |    |           |  |        |  |           |  |

| 유형            | 감소방법                                                                                                                                                                             |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 관계 갈등<br>스트레스 | <p>● 부정적인 사고 속에 들어있는 왜곡된 생각 없애기</p> <p>상황을 정확히 인식하고 적절한 해결책을 생각해내는 데 방해가 되는 부정적 사고를 버리려고 노력해 보세요.</p>                                                                            |
|               | <p><b>흑백논리</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 흑 아니면 백으로만 생각함<br/>예) 100% 완벽하지 않으면 나는 나쁜 부모야</li> </ul>                                                             |
|               | <p><b>지나친 일반화</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 하나의 부정적인 사건을 일반적인 사건이라고 확대 해석함</li> <li>• 우연히 일어난 일을 앞으로도 일어날 것으로 단정함<br/>예) 난 늘 이래, 아무도 나를 좋아하지 않을 거야</li> </ul> |
|               | <p><b>속단하기</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 명백한 증거 없이 부정적인 결론 내림<br/>예) 나를 무시하니까 나를 피하는 거야</li> </ul>                                                            |
|               | <p><b>강박적 부담</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 스스로를 압박함<br/>예) 육아는 완벽하게 해야 해. 다른 사람 도움을 받으면 안 돼</li> </ul>                                                        |
|               | <p><b>나와 관련짓기</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 자기 책임이 없음에도 부정적인 사건을 자기 탓으로 돌림<br/>예) 친정엄마가 우울한 것은 내가 뭔가 잘못했기 때문이야</li> </ul>                                     |

\* 본 내용은 서천석, 배승민, 김도희, 김여경, 허지은(2020)이 개발한 '양육스트레스 관리 부모교육 강사진 매뉴얼 Module 1~4'의 내용을 일부 발췌하여 재구성한 것임.

## 2

## 부모 역할

● 나와 기질이 다른 아이, 어떻게 도와줄까요?<sup>15)</sup>

부모와 아이는 기질에 따라 세상을 보고 경험하는 것이 다를 수 있습니다. 나와 아이의 기질이 다를 경우 어떻게 해야 하는지 알아볼까요? 우선 <표 II-7>의 특성을 보고 자신과 아이가 어떤 기질에 해당하는지 체크해 보세요.

<표 II-7> 기질의 특성과 각 특성을 대표하는 일반적인 행동

| 특성    | 설명                                 | 행동지표     | 부모는 대체로                                     | ✓ | 아이는 대체로                                          | ✓ |
|-------|------------------------------------|----------|---------------------------------------------|---|--------------------------------------------------|---|
| 활동성   | 깨어있거나 잠들어있을 때 대근육, 소근육 활동의 일반적인 수준 | 높은 활동성   | 가만히 앉아있는 것이 힘들다.                            |   | 꿈지락거리고 활동적이다.                                    |   |
|       |                                    | 낮은 활동성   | 조용히 앉아서 하는 활동을 선호한다.                        |   | 덜 소란스럽고 움직임이 적은 활동을 선호한다.                        |   |
| 주의산만성 | 집중하는 수준                            | 높은 주의산만성 | 활동 시 집중하기가 어렵고, 소리나 시각적인 것에 쉽게 집중이 깨진다.     |   | 조금이라도 불편하면 주의가 산만해지고 약간의 졸음, 배고픔에도 크게 불편함을 표시한다. |   |
|       |                                    | 낮은 주의산만성 | 활동 시 집중력이 높고, 소리나 시각적인 것에 쉽게 주의가 흐트러지지 않는다. |   | 불편함을 참을 수 있고 별로 개의치 않는다.                         |   |
| 강도    | 긍정적이나 부정적으로 반응하는 감정의 정도            | 높은 강도    | 강한 부정적·긍정적 반응을 한다.                          |   | 강한 부정적·긍정적 반응을 한다.                               |   |
|       |                                    | 낮은 강도    | 감정적 반응이 크지 않다.                              |   | 감정적 반응이 크지 않다.                                   |   |
| 일관성   | 식사나 수면과 같은 생리적인 기능의 예측가능 정도        | 높은 일관성   | 식욕, 수면, 용변 패턴이 예측가능하다.                      |   | 식욕, 수면, 용변 패턴이 예측가능하다.                           |   |
|       |                                    | 비일관성     | 식욕, 수면, 용변 패턴이 예측불가능하다.                     |   | 식욕, 수면, 용변 패턴이 예측불가능하다.                          |   |

| 특성    | 설명                                 | 행동지표     | 부모는 대체로                                                         | ✓ | 아이는 대체로                                                         | ✓ |
|-------|------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------|---|
| 민감성   | 빛, 소리, 질감과 같은 물리적 자극에 민감한 정도       | 높은 민감성   | 소리, 맛, 촉감, 온도변화 같은 물리적 자극에 민감하다. 편식이 있고, 잠자리가 바뀌면 잠들기 힘들다.      |   | 소리, 맛, 촉감, 온도변화 같은 물리적 자극에 민감하다. 편식이 있고, 잠자리가 바뀌면 잠들기 힘들다.      |   |
|       |                                    | 낮은 민감성   | 소리, 맛, 촉감, 온도변화 같은 물리적 자극에 민감하지 않다. 새로운 음식을 곧잘 시도하고, 어디서나 잘 잔다. |   | 소리, 맛, 촉감, 온도변화 같은 물리적 자극에 민감하지 않다. 새로운 음식을 곧잘 시도하고, 어디서나 잘 잔다. |   |
| 접근가능성 | 새로운 장소, 상황, 사물에 대한 초기 반응           | 높은 접근가능성 | 새로운 상황이나 사람을 만나는 것을 좋아한다.                                       |   | 새로운 상황이나 사람을 만나는 것을 좋아한다.                                       |   |
|       |                                    | 낮은 접근가능성 | 새로운 상황, 사람, 일을 대면하기를 주저하거나 거부한다.                                |   | 새로운 상황, 사람, 일을 대면하기를 주저하거나 거부한다.                                |   |
| 적응성   | 변화나 전이에 얼마나 잘 적응하는지 정도             | 높은 적응성   | 새로운 활동이나 상황에 쉽게 적응한다.                                           |   | 새로운 상황에서도 금방 기분이 괜찮아진다.                                         |   |
|       |                                    | 낮은 적응성   | 새로운 활동이나 상황에 적응하는 데 시간이 걸린다.                                    |   | 새로운 상황에서는 울거나 양육자에게만 붙어 있다.                                     |   |
| 지속성   | 장애물을 대면할 때 하고있는 것을 지속하는 시간의 길이     | 높은 지속성   | 방해물이 나타나도 일이나 과제를 계속하고, 쉽게 당황하지 않는다.                            |   | 방해물이 나타나도 일이나 과제를 계속하고, 쉽게 당황하지 않는다.                            |   |
|       |                                    | 낮은 지속성   | 방해물이 나타나면 새로운 과제나 활동으로 바꾸고, 쉽게 당황한다.                            |   | 방해물이 나타나면 새로운 과제나 활동으로 바꾸고, 쉽게 당황한다.                            |   |
| 반응성   | 긍정적 또는 부정적인 방법으로 세상에 대체적으로 대응하는 정도 | 긍정적 반응성  | 세상에 긍정적인 방법으로 반응하며, 대체로 밝다.                                     |   | 세상에 긍정적인 방법으로 반응하며, 대체로 밝다.                                     |   |
|       |                                    | 심각한 반응성  | 상황을 예의주시하거나 대체로 더 심각한 방법으로 반응한다. 새로운 상황에서는 신중해지는 경향이 있다.        |   | 상황을 예의주시하거나 대체로 더 심각한 방법으로 반응한다. 새로운 상황에서는 신중해지는 경향이 있다.        |   |

나와 기질이 같거나 다른 아이에게 어떻게 해야 할까요? QR코드에서 당신과 아이의 기질에 따른 다양한 지원방법을 확인하실 수 있습니다.



### 활동성 수준(깨어 있거나 잠들어 있을 때 대근육, 소근육 활동의 일반적인 수준)

#### 부모는 높은 활동수준

- 가까운 곳에 빈백이나 담요를 두어 아이가 휴식을 취하거나 앉아 있을 조용한 장소를 만들어주세요.
- 아이가 준비되기 전에는 움직임이 많은 활동에 참여시키지 않도록 하세요.
- 아이가 피곤해 하면 쉬어도 된다는 것을 알려주세요.
- 아이가 책, 퍼즐, 블록, 인형 등 자신이 좋아하는 것을 가지고 놀이할 때 같이 해주세요.
- 아이가 자신이 원할 때 깨어나고 활동에 참여할 수 있도록 해주세요.

#### 아이는 낮은 활동수준

#### 부모는 낮은 활동수준

- 실외활동 시간을 충분히 주어 아이가 에너지를 발산할 수 있게 해주세요.
- 실내에서 아이가 대근육을 사용할 수 있는 놀이기회를 많이 주세요(음악에 맞춰 춤추기, 쿠션으로 장애물 만들고 피해서 기어가기 등)
- 아이가 놀이를 끝내고 쉬는 것을 싫어할 수 있으니 낮잠시간 전에 미리 알려주세요. 저녁 취침시간이나 낮잠시간 30-60분 전부터 활동량을 줄여 주세요.

#### 아이는 높은 활동수준

[그림 II-2] 부모와 아이의 기질에 따른 지원방법 예시

### ● 발달위험이 의심되는 아이와 어떻게 놀아줄까요?<sup>16)</sup>

아이들의 건강한 발달에는 질 높은 놀이경험이 중요합니다. 영유아의 놀이는 자신이 경험한 세계를 표현하고 의사소통하는 행위입니다. 자녀의 놀이를 관찰하고 자녀의 행동에 반응하며 놀이해 주세요. 다음은 자녀의 놀이경험 질을 높여 주는 부모의 태도입니다.

<표 II-8> 부모의 바람직한 놀이 태도

| 태도           | 이렇게 하세요                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 이렇게 하면 안 돼요                                                                                                                                                                                                      |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 민감한<br>놀이 태도 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이가 지금 그 놀이를 왜 하는지, 무엇 때문에 재미있어 하는지 관심 가지기</li> <li>• 아이의 행동에서 지금 느끼고 있는 감정을 알리고 노력하기(아이의 행동이나 표정에서의 변화 찾아보기, 내가 아이라면 어떨 것 같은지 상상하기)</li> <li>• 아이의 언어 이면에 있는 마음 이해하기(놀이 전후에 무슨 일이 있었는지 생각해보기)</li> <li>• 아이의 반응이나 놀이 태도, 좋아하는 놀잇감 등을 기억하기</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 부모 중심의 생각이나 태도로 자녀의 놀이 방해하기</li> <li>• 아이의 욕구나 바람을 알아차리지 못하고 무시하기</li> <li>• 놀이하면서 무언가를 가르치려고 하기(숫자, 글자, 색깔 등)</li> <li>• 아이에게 자주 질문하기(뭐 만드는 거야? 어떻게 그럴 거야?)</li> </ul> |
| 반응적<br>놀이 태도 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이의 관심에 같이 집중하기</li> <li>• 아이의 느낌이나 생각을 말로 표현해주기</li> <li>• 아이의 놀이에 필요한 놀이 상대 되어주기</li> <li>• 결과보다 과정을 격려하기</li> </ul>                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이의 의도나 욕구에 반응하지 않고 부모의 생각에 초점 맞추기</li> <li>• 다른 아이들과 비교하거나 아이의 행동을 비난하고 놀이시간에 훈육하기</li> <li>• 결과물에 집착하여 아이가 요구하지도 않은 도움 주기</li> </ul>                                  |
| 정서적<br>놀이 태도 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이와 놀이하는 것을 즐거워하기</li> <li>• 놀이에만 집중하기. 집중하기 어려울 때는 기다려달라고 말하고 준비되면 놀이하기</li> <li>• 창의적으로 놀이하도록 허용하기</li> <li>• 자신이 어린 시절에 했던 놀이를 떠올리며 아이와 함께 해보기</li> <li>• 매일 짧게라도 아이와 놀이에 집중할 수 있는 시간 계획하기</li> </ul>                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 게임이나 놀이규칙을 지키도록 엄격하게 강요하기</li> <li>• 아이가 놀이할 때 관심 기울이지 않고 옆에만 있기</li> <li>• 놀이하면서 다른 일하기(핸드폰 보기 등)</li> <li>• 놀이를 학습과 지나치게 연결하기</li> </ul>                              |

다음은 놀이하면서 부모가 하는 적절한 행동과 부적절한 행동입니다.

<표 II-9> 놀이에서의 부모 행동

| 적절한 행동                                    | 부적절한 행동                                              |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 아이들이 갈등상황을 스스로 해결할 수 있도록 기다리기             | 아이의 개별적 특성을 인정하지 않기                                  |
| 아이를 독립된 인격체로 인식하기                         | 아이를 보호와 보살핌이 필요한 존재로만 인식하기                           |
| 경험을 통해 스스로 학습한다고 믿기                       | 올바른 인성을 길러주기 위해 무섭게 훈육하기                             |
| 아이가 놀이를 통해 경험하고 학습한다고 생각하기                | 아이의 놀이를 단순한 오락으로 인식하기                                |
| 아이의 주도성을 존중하기                             | 아이의 일과를 통제하기                                         |
| 아이가 놀이를 주도하도록 하기                          | 놀이를 주도하고 많은 질문으로 놀이 방해하기                             |
| 민감하게 아이의 놀이를 이해하기                         | 아이의 놀이를 자신의 관점에서 해석하기                                |
| 심미성과 창의성을 놀이를 통해 배우도록 지원하기                | 아이가 놀이를 통해 심미성과 창의성을 배우는 것을 저해하기                     |
| 일상의 즐거움을 공유하기                             | 일상의 즐거움을 공유하지 않기                                     |
| 즐거운 신체놀이, 경쟁 없이 협동하는 놀이, 계속 확장되는 놀이를 지원하기 | 신체놀이는 거친 놀이라고 오해하거나 경쟁을 유발하는 놀이 또는 학습놀이(가짜 놀이)를 강조하기 |

### ● 발달위험이 의심되는 아이, 어떻게 지원할까요?

아이의 말이나 친구와 놀이하는 모습에서 발달이 느리다고 느낀 적이 있나요? 발달이 약간 느린 것일 수도 있지만, 어쩌면 발달위험 초기일 수도 있습니다. 부모가 지원해줄 수 있는 행동을 알아보겠습니다.

#### 언어발달이 느린 아이 지원하기

언어가 늦은 우리 아이에게 전문적인 치료가 필요할지 궁금하신가요? 다음 정신건강의학과 전문의가 소개한 기준을 참고하시거나 건강보험공단에서 실시하는 한국 영유아 발달선별검사(K-DST)를 통해 아이에게 필요한 지원을 알아보세요.<sup>17)</sup>

<표 II -10> 느린 언어발달의 기준

| 언어발달이 느린 아이                                                                                                                                                                       | 전문적 치료가 필요한 아이                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 걱정스럽긴 하지만 의사소통은 자연스럽고 적절하다.</li> <li>◦ 말은 늦지만 놀이수준이 또래와 비슷하다.</li> <li>◦ 이해하는 어휘가 또래와 비슷하다.</li> <li>◦ 시간이 지나면서 언어적인 발전이 보인다.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 말이 늦고, 의사소통에 적극적이지 않으며 관심도 없다.</li> <li>◦ 웅얼이나 첫 낱말에서도 자음보다 모음 위주로 만들어내고 웅얼이 패턴이 단순한 편이다.</li> <li>◦ 놀이수준이 또래에 비해 확실히 낮고 단순하다.</li> <li>◦ 수용언어와 표현언어 모두 또래 보다 현저히 낮다.</li> <li>◦ 오랫동안 언어적 변화가 거의 없다.</li> </ul> |

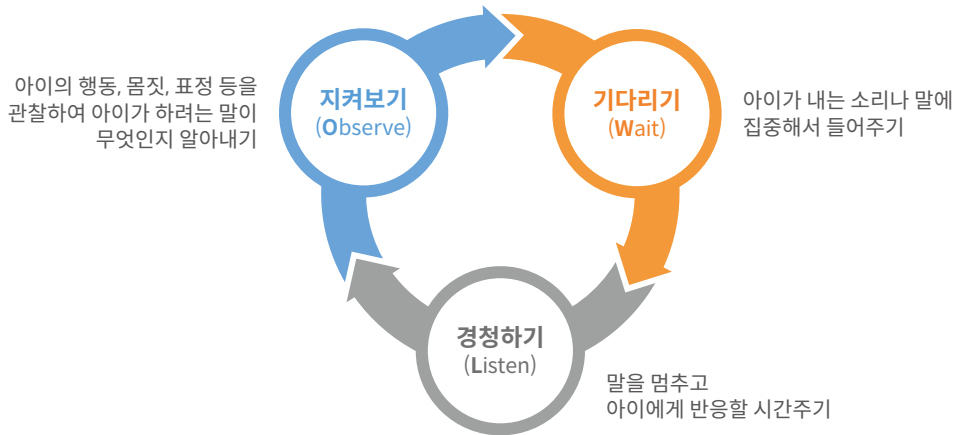
만약 발달선별검사(예: 한국 영유아 발달선별검사 K-DST) 결과 언어영역에서 추적검사요망이 나왔다면 다음과 같은 놀이가 도움이 될 수 있습니다.

- 놀이할 때 다양한 어휘(명사, 동사, 형용사, 부사 등) 사용해서 말해 주기
- 아이가 좋아하는 책 위주로 한 권이라도 매일 꾸준히 읽어 주기: 그림책을 같이 볼 때는 질문(사자 어디 있지?) 보다는 이야기를 읽어주면서 해당하는 그림을 손가락으로 가리켜 주기(사자를 손가락으로 가리키며 “사자가 말했어요”)
- 동요를 듣거나 따라 부르기, 틀린 발음이 있어도 교정하려 하기보다는 같이 부르면서 부모의 정확한 발음을 들을 수 있게 하기
- 새로운 자극이나 체험(장소, 친구, 음식 등)을 하면서 새로운 단어를 듣거나 사용하게 해보기
- 아이의 행동을 말로 해주기: 안아달라고 팔을 벌리면 “안아달라는 말이지?”라고 말하면서 안아 주기
- 실물을 보여 주거나 가리키면서 단어 말해 주기: 기저귀 갈 때 기저귀를 보여주면서 “이 새 기저귀로 갈아줄 거야. 새로 갈면 보송해서 기분이 좋아질 거야.”
- 아이의 작은 몸짓이나 손짓, 표정을 알아채고 말로 반응 해주기: 고갯짓을 하면 “자고 싶지 않고 더 놀고 싶다고?”라고 말하기
- 가르치고 싶은 단어를 놀이나 상황 속에서 사용하기: ‘옆’이라는 단어를 알려 주고 싶으면 자동차 놀이를 하면서 아이 옆에 자동차를 살짝 갖다 두고 “OO아, 네 옆에 있는 자동차 아빠한테 줄래?”라고 말하기

**아이가 말하고 싶도록 만들어 주세요.**

아이가 의사소통에 적극적이지 않다면 말을 해야 할 필요성이 없거나 말을 할 기회가 많지 않았기 때문일 수도 있습니다. 도움이 필요해 보여도 먼저 해주지 말고 아이가 요청할 때까지 기다려주세요. 예를 들어, 좋아하는 장난

감을 아이 손이 닿지 않는 곳에 두고 아이가 내려달라고 하거나 좋아하는 간식을 조금만 주고 더 달라고 할 때까지 기다리기 등 아이가 스스로 말하는 상황을 늘려 가세요.



[그림 II -3] 부모와 자녀 간에 의미 있는 상호작용을 하는 부영이(OWL) 원칙<sup>18)</sup>

**아이의 의사소통 유형에 따라 지원해 주세요.<sup>19)</sup>**

아이의 의사소통 유형은 한 가지일 수도 있고 여러 가지일 수도 있습니다. 아이의 의사소통이 사교적 유형이 아니라면 아이가 편안해지는 소통 방식이나 타이밍을 찾아보세요.

<표 II -11> 아이의 의사소통 유형에 따른 특성과 지원방법

| 유형         | 특성                                                                                                         | 바람직한 지원방법                                                                                                                                                                                       |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 사교적<br>유형  | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 쉽게 상호작용을 시도하고 다른 사람의 상호작용에도 잘 반응함</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 아이가 놀이를 주도하도록 하면서 자연스럽게 새로운 놀잇감이나 이야기를 추가하는 의견 내보기</li> </ul>                                                                                          |
| 주저하는<br>유형 | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 마음의 준비를 위한 워밍업 시간 필요함</li> <li>◦ 부모의 지적이나 개입에 위축될 수 있음</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>◦ 편안한 분위기 조성 해주기</li> <li>◦ 아이의 잘못된 말과 행동을 지적하거나 교정하지 않고 올바른 문장으로 말해 주기</li> <li>◦ 아이가 놀이나 소통의 의사를 표현할 때 과장되게 호응해서 아이가 성취감이나 만족감을 느낄 수 있도록 하기</li> </ul> |

| 유형           | 특성                                                                                                                                                                                                     | 바람직한 지원방법                                                                                                                                                          |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 수동적<br>유형    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 사람이나 사물에 대한 관심도가 낮은 편임</li> <li>• 부모는 답답한 마음에 놀이를 주도하려 하는 경향이 있음</li> </ul>                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이의 행동이나 표정, 소리를 그대로 따라 하여 교감하기</li> <li>• 아이의 비언어적인 메시지(표정, 몸짓)를 언어로 해석해서 말해 주기</li> </ul>                               |
| 나만의<br>방식 유형 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 다른 사람들을 크게 신경 쓰지 않고 혼자만의 놀이에 빠져 있는 경우가 많음</li> <li>• 소통의 기회가 적어 의사소통에 어려움을 겪기도 함</li> <li>• 혼자서 잘 논다고 생각하거나 어떻게 소통해야 할지 몰라 부모는 옆에서 지켜보기만 하는 경우가 있음</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이의 놀이방식을 바꾸려 하거나 지시하지 말고 아이가 하는 놀이에 맞는 놀잇감을 가지고 놀이에 끼어들기</li> <li>• 옆에서 비슷한 놀이를 하면서 아이가 하는 놀이와 자연스럽게 연결되도록 하기</li> </ul> |

언어발달을 방해하는 행동이 될 수 있으니 조심하세요.<sup>20)</sup>

아이의 언어발달을 방해하는 상호작용 유형도 있습니다. 혹시 내가 해당하는 유형이 있는지 살펴보고 아이를 위한 바람직한 지원방법을 실천해보세요.

<표 II-12> 부모의 의사소통 유형에 따른 특성과 지원방법

| 유형          | 특성                                                                                                                              | 바람직한 지원방법                                                                                                                              |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 관리자<br>유형   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이와 관련된 모든 것을 정해주려고 함</li> </ul>                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이 스스로 선택할 기회 주기(예: 간식, 양말, 앉는 자리 등)</li> </ul>                                               |
| 시험관<br>유형   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이의 능력을 점검하고 테스트하는 질문이 많음</li> <li>• 아이는 정답을 말해야 한다는 심리적 압박감과 스트레스를 받을 수 있음</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 부모와의 상호작용이 부담스럽게 느껴져 오히려 말을 안 하려 할 수 있으니 질문 줄이기</li> <li>• 아이의 말에 적극적으로 언어적 반응해 주기</li> </ul> |
| 엔터테이너<br>유형 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이를 즐겁게 해줘야 한다고 생각함</li> <li>• 아이가 주도해서 말하거나 놀이할 기회가 적어질 수 있음</li> </ul>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이가 주도해서 상호작용해 나가는 분위기 만들어 주기</li> <li>• 아이가 놀이하는 것을 먼저 관찰한 후에 참여하기</li> </ul>                |

| 유형         | 특성                                                                                                                             | 바람직한 지원방법                                                                                                                                                           |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 도우미<br>유형  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이가 힘들어하거나 불편해하는 것을 보기가 힘든 유형</li> <li>• 아이 대신 문제를 해결해주려 함</li> </ul>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이는 도움을 청하는 과정에서 언어 및 자조 기능이 발달할 수 있으므로 아이가 문제를 스스로 해결할 수 있도록 기다려 주기</li> <li>• 아이의 해결방법이 서툴더라도 위험하지 않다면 지켜봐 주기</li> </ul> |
| 재촉하는<br>유형 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 일과가 바쁘고 일정이 많아 아이와의 상호작용 시간이 부족한 유형</li> <li>• 아이의 질문을 무시하거나 빨리 대화를 끝내려고 함</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이의 관심사에 충분히 주의를 기울이거나 경청하는 시간을 매일 조금씩이라도 갖기</li> <li>• 바빠서 당장 시간을 내기 어렵다면 아이가 이해할 수 있도록 이유를 설명해 주기</li> </ul>             |
| 구경꾼<br>유형  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이와 어떻게 상호작용하고 놀아줘야 하는지 모르는 유형</li> <li>• 아이의 놀이를 옆에서 지켜보기만 함</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 아이가 흥미를 보이는 놀이에 참여하여 아이와 대화하기</li> <li>• 아이와의 놀이도 연습이 필요하므로 처음엔 어색해도 계속 시도해 보기</li> </ul>                                  |

### 사회성 발달이 느린 아이 지원하기

사회성 발달이 느린 아이는 또래와의 관계에서 갈등이 발생하고 기관의 규칙을 잘 따르지 않는 부적응 행동을 보일 수 있습니다. 아이의 행동을 지적하거나 잔소리를 하는 것은 자녀와의 관계를 나쁘게 만들 뿐이고 행동 개선 효과는 적습니다. 일상생활에서 행동을 가르치는 방법을 알아보겠습니다.

만약 발달선별검사(예: 한국 영유아 발달선별검사: K-DST) 결과 사회성 영역에서 추적검사요망이 나왔다면 다음과 같이 해주세요.

- **부모와의 애착:** 아이의 사회성 발달에 매우 중요해요. 아이의 말이나 행동에 따뜻하고 일관성 있게 반응해 주셔야 안정적 애착이 형성될 수 있어요.
- **긍정적 자아 개념:** 대인관계의 기본이에요. 아이의 연령과 발달에 적절한 기대를 가지는 것이 우선이고, 결과보다는 과정을 격려해주세요. 과한 칭찬이나 무조건적인 허용은 오히려 자존감에 부정적 영향을 끼쳐요.
- **정서를 조절해서 표현하고 타인의 정서에 공감하는 능력:** 사회성 기술을 발휘하는 데 꼭 필요해요. 정서 능력은 성인의 행동을 모방하면서 배우니까 바람직한 행동을 보여주세요.
- **친구 관계:** 친사회적 행동을 배우는 기회가 되고 긍정적 자아 개념에도 중요해요. 친구와 놀이할 때 필요한 양보, 공유, 차례 지키기를 연습할 수 있게 아이와 놀이시간을 자주 가져주세요. 본 자료집의 '2) 발달위험이 의심되는 아이와 어떻게 놀아줄까요?(p.63)'와 '반응적 상호작용하기(p.72)'를 참고하세요.
- **규칙:** 사회 구성원에게 필요한 행동이에요. 가장 작은 사회인 가정에서부터 규칙을 만들어 지키는 연습을 해주세요. 본 자료집의 '규칙 가르치기(p.74)'를 참고하세요.

**바람직한 행동을 가르쳐주세요.**

동화책을 활용하여 바람직한 행동을 가르치는 방법을 알아보겠습니다.

- ✓ 아이에게 가르칠 행동과 관련된 동화책을 여러 권 준비해주세요. 동화책 고를 때 아이의 연령이나 흥미도 고려해주세요. 여러 권 중 아이가 선택하게 하셔도 좋습니다.
- ✓ 하루 중 편한 시간에 아이와 동화책을 같이 읽어보세요. 처음부터 가르치려는 목적으로 읽어주지 마시고, 그냥 그림만 보거나 이야기를 읽어주기만 하는 것으로 시작할 수 있어요.
- ✓ 다시 동화책을 읽을 때는 주인공이 경험하는 일에 대해 아이는 어떻게 생각 하는지 이야기 나눠보세요.
- ✓ 등장인물들이 느끼는 감정에 대해서도 이야기해 보세요.
- ✓ 아이의 실제 경험과 연결해 그 상황에서 아이가 느꼈을 감정을 공감해 주고, 그렇게 행동했던 이유에 대해서도 경청해 주세요.
- ✓ 다음에는 어떻게 행동해야 할지에 대해 아이와 함께 이야기 나눠 보세요. 왜 그렇게 행동해야 하는지도 알려 주세요.



**친구와의 갈등을 해결하도록 도와주세요.**

사회적 기술이 부족한 경우 형제자매나 또래와의 갈등이 많이 발생합니다. 이러한 갈등상황을 언어 및 사회적 기술을 연습하는 좋은 기회로 만드는 방법을 살펴보겠습니다.

- ✓ 신체적 충돌이 있다면 즉각적으로 아이들을 분리해 주세요.
- ✓ 모든 아이의 감정을 말로 표현해 주세요(예: “화가 났구나”, “슬퍼 보인다” 등).
- ✓ 아이들의 감정을 공감해 주면서 함께 감정을 가라앉혀 보세요(예: 심호흡).
- ✓ 어떤 갈등이 있었는지 한 명씩 차례대로 이야기를 들어보세요. 신체적 충돌이 있었다면 때린 아이부터 시작해 봐도 좋고, 한 명씩 번갈아 가면서 이야기를 들어주세요.
- ✓ 아이들의 이야기를 경청하면서 그때 어떤 감정을 느꼈는지도 물어봐 주세요. 감정이 행동 유발의 원인일 수도 있습니다.
- ✓ 상황 파악이 끝나면 감정을 공감해 주되 행동에는 문제가 있음을 알려주고 앞으로 같은 상황에서는 어떻게 말하고 행동하면 좋을지 이야기 나눠보세요. 올바른 방법으로 서로에게 직접 말해보는 연습을 해주세요.
- ✓ 부정적 감정이 계속 남아있는 아이가 있다면 충분히 공감해 주세요. 잘못된 행동에는 즉시 사과하게 하되 용서는 필요하다면 시간을 두고 하게 해주셔도 됩니다.

### 사회성을 키워주려면 이렇게 해주세요.

바람직한 행동은 습관처럼 한번 형성되면 쉽게 없어지지 않습니다. 부모가 어떻게 해주는지에 따라 아이의 사회성을 키워줄 수 있습니다.

- 아이가 스스로 해결할 수 있도록 기다려 주세요.
  - ✓ 문제에 직면했을 때 아이가 어떻게 해결하는지 지켜봐 주세요.
  - ✓ 아이가 도움을 청해오면 해결책을 말해주기 보다는 아이가 스스로 생각해낼 수 있도록 도와주세요. 해결책을 생각해낼 수 있도록 도와주는 질문을 해도 좋습니다.
  - ✓ 더 나은 해결책이 있다면 말해 주고, 아이는 어떻게 생각하는지 물어보세요.
  - ✓ 아이가 스스로 원하는 해결책을 시도해 보게 해주세요. 그 방법이 최선이 아닐지라도 아이가 경험을 통해 깨달을 수 있게 해주세요.
- 바람직한 행동에 긍정적으로 반응해 주세요.
  - ✓ 잘못된 행동을 지적하는 것보다 바람직한 행동을 칭찬하는 것이 행동을 가르치는 데 더 효과적입니다.
  - ✓ 아이의 행동을 구체적으로 칭찬해 주세요(예: “하기 싫어했지만 잘 참고 양치질을 해서 이가 깨끗해졌네”).
  - ✓ 아이가 지키지 않았던 규칙을 지키면 아이의 노력을 더욱 칭찬해 주세요.
- 바람직한 행동을 보여주세요.
  - ✓ 아이가 모방할 수 있도록 가족 간에 친사회적 행동(배려, 존중, 양보, 예의 등)을 보여 주세요.
  - ✓ 가족이 정한 규칙은 장소나 상황이 바뀌어도 일관되게 지키는 모습을 보여 주세요. 예외 상황이 생길수록 규칙 지키기는 어려워져요.
  - ✓ 아이와 한 약속은 반드시 지키도록 노력해 주세요. 지킬 수 없는 말로 아이의 행동을 통제하려고 하지 마세요 (예: “말 안 들으면 다시 집으로 갈 거야”)

### 자녀의 문제행동 지원하기

아이들이 때때로 문제행동을 보이는 것은 영유아기 발달과정에서 자연스러운 일입니다. 하지만 문제행동이 너무 오래 또는 자주 나타나 가족의 삶에 부정적 영향이 크다면 지도가 필요합니다. 모든 행동이 그렇듯 문제행동도 나타나기 전에 예방하는 것이 중요합니다. 문제행동 예방 및 지도방법을 알아볼까요?

### 긍정적 부모-자녀 관계 형성

문제행동 예방의 가장 기본은 부모와 자녀의 관계입니다. 부모-자녀의 긍정적 관계를 형성하기 위하여 아이와 잘 지내는 방법과 아이의 문제행동이 시작됐을 때 부모가 자신의 감정을 조절하여 적절히 표현하는 방법을 알아보겠습니다.

#### ① 반응적 상호작용하기<sup>21)</sup>

반응적 부모는 활동에 적극적으로 참여하고, 아이의 행동을 수용하며, 행동에 대한 기대가 융통성이 있고, 지시하지 않고 아이의 주도적인 행동을 지지합니다. 또한, 상위 수준의 행동을 배우게 하는 학습보다는 즐거움과 기쁨을 주는 놀이에 중점을 둡니다. 다음은 반응적 상호작용의 예시입니다.

##### ● 놀이 속에서 상호작용하기

- ✓ 놀이나 상호작용할 때 눈맞춤 하기
- ✓ 마주 보면서 놀이하기
- ✓ 아이의 흥미 알아내기
- ✓ 아이의 행동 따라 하기
- ✓ 아이의 언어적, 비언어적 요구에 반응하기
- ✓ 유아가 반복적으로 보이는 놀이 같이 하기



##### ● 차례로 주고받기

- ✓ 주고받기의 균형 맞추기
- ✓ 한 번 반응 주고 기다리기
- ✓ 아이의 행동과 의사소통 따라 하기
- ✓ 아이의 상호작용 기다리기
- ✓ 아이의 상호작용 속도에 맞추기



##### ● 아이가 주도하도록 해주기

- ✓ 아이가 처음 시작한 활동 따르기
- ✓ 아이의 흥미와 관심 따르기
- ✓ 요구(지시)하는 말 줄이기
- ✓ 아이가 결정하도록 기회 주기
- ✓ 아이가 주도하게 두면서 놀이나 대화 늘려가기



## ② 감정 인식하고 조절하기

아이가 문제행동을 하면 부모라도 화가 날 수 있습니다. 부정적 정서는 논리적이고 이성적인 사고를 방해하기 때문에 화가 나면 아이의 문제행동에 적절히 반응하기가 어렵습니다. 먼저 감정을 조절한 후에 아이의 행동을 지도해야 합니다. 양육 스트레스 줄이기 방법에서 살펴본 '머무르기' 방법(p.56)을 활용하여 아이의 문제행동 때문에 떠오른 많은 생각(과거 경험, 미래 걱정 등)을 멈추고 현재의 감정을 느껴 보세요.

- ✓ 천천히 심호흡에 집중하면서 복잡한 생각 멈추기
- ✓ 내가 느낀 감정이 무엇인지 살펴보기  
(걱정, 속상함이 화로 표현되기도 함)
- ✓ 무엇이 그런 감정을 일으켰는지 생각해 보기
- ✓ 자신이 느끼는 감정에 스스로 공감해 주기  
(어떤 감정이라도 평가하지 말고 수용하기)
- ✓ 감정이 가라앉으면 어떤 방법이 적절할지 생각하기



## 지원적 가정환경 만들기

아이가 자연스럽게 올바른 행동을 할 수 있는 환경을 만드는 것이 중요합니다. 가정에서 자녀에게 행동을 가르치기 위해 일과와 규칙을 만들어서 행동의 한계를 설정하는 방법을 알아보겠습니다. 잘 설정된 한계 안에서 아이는 스스로 자신의 행동을 통제하는 성취감을 느낄 수 있습니다.

## ① 일과표 만들기

일과가 예측 가능할 때 아이들은 자신의 행동에 스스로 통제력을 발휘하기 쉽습니다. 아이가 자신이 하던 것을 계속하려고 짜증을 부리는 것을 경험한 적이 있을 겁니다. 아이는 갑작스런 변화를 쉽게 받아들이고 행동으로 옮기기가 어려울 수 있습니다. 특히 한창 놀이를 하고 있을 때 그만하고 가자는 어른의 요구에 어떤 아이는 매우 화가 날 수도 있습니다. 이러한 아이들의 기질을 고려하여 오늘 하루 어떤 일들이 있을지, 지금 하는 행동을 언제 끝내야 하는지, 다음에 어떤 일을 해야 하는지 미리 알 수 있게 하여 아이들이 자신의 행동을 조절하도록 도와주세요.

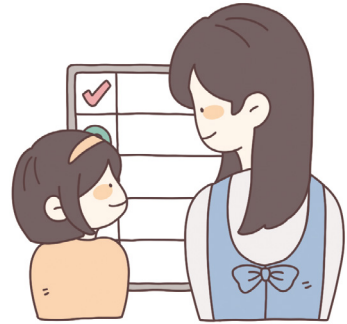
- 놀이나 어떤 상황을 끝내기 5~10분 전에 미리 아이에게 앞으로 시간이 얼마나 남았는지 알려 주세요. 타이머나 모래시계를 사용하여 아이들이 남겨진 시간을 시각적으로 알 수 있도록 하면 더 좋아요.



- 다른 일과로 전환이 어려운 아이에게는 넉넉한 시간을 두고 안내를 시작하고 더 자주 끝내는 시간이 다가옴을 알려주는 것이 도움이 됩니다. 예를 들어 “15분 후에 장난감 정리하고 저녁 먹을 거야”라고 말하고, 5분 후 “이제 10분 남았어”라고 알려주면 좋아요.
- 현재 상황이 끝난 다음엔 어떤 행동을 해야 하는지 구체적으로 알려 주세요. 예를 들면, “5분 있으면 놀이시간 끝날 거야. 놀잇감 정리 끝나면 화장실 가서 양치질하자”라고 말해 주세요.

## ② 규칙 가르치기

- 아이와 규칙을 함께 만들어 보세요.
  - ✓ 일과 중 아이가 해야 하는 행동을 적어 보기
  - ✓ 현재 잘하고 있지 않지만 해야 하는 행동을 규칙으로 만들기
  - ✓ 규칙은 긍정적으로 만들기(‘뛰지 않기’ 대신 ‘걸기’)
- 일과 중 자연스럽게 규칙을 가르쳐 주세요.
  - ✓ 일과가 시작되기 직전에 해야 하는 행동이 무엇인지 미리 알려 주기
  - ✓ 아이가 규칙을 지키면 노력을 알아주고 격려 해주기
  - ✓ 규칙을 안 지키면 단호한 목소리로 규칙을 짧고 명확하게 말해 주기  
(예: “엄마가 뭐 하라고 했어?” 보다는 “놀이시간 끝났어. 장난감 정리해”)
- 규칙을 나타내는 시각적 자료를 활용하세요.
  - ✓ 아이가 규칙을 지키는 행동을 하는 사진을 찍어서 벽이나 문에 붙여 두기(예: 앉아서 밥 먹는 사진을 냉장고 문에 붙여 두기)
  - ✓ 규칙판을 자주 보며 규칙이 기억에 남도록 하기
  - ✓ 규칙을 지키지 않으면 사진을 보면서 어떤 행동을 해야 할지 이야기하기



### <돌아다니면서 먹는 아이를 위한 규칙 지도 예시>

1. 아이에게 필요한 행동을 긍정적인 말로 적어 보세요(예: 자리에 앉아서 먹기).
2. 아이가 자리에 앉아서 먹는 모습을 사진으로 찍어 인화한 후, 글자를 쓸 수 있다면 아이가 규칙을 사진 속 여백에 적어서 규칙판을 만듭니다.
3. 규칙판을 식사하는 장소 근처에 붙여 두고 식사 직전에 규칙을 읽어 봅니다.
4. 아이가 앉아서 먹으면 행동을 구체적으로 칭찬해 주고, 돌아다니면 규칙판을 보여주면서 규칙을 상기시켜 줍니다.
5. 앉아서 먹게 하기 어려운 아이는 타이머나 모래시계를 활용하여 ‘2분 먹고 30초 돌아다니기’와 같은 식으로 돌아다닐 수 있도록 허용하다가 점점 앉아서 먹는 시간을 늘리는 연습을 할 수 있습니다.

### 행동의 원인에 따라 대처하기

아이들이 문제행동을 하는 것은 상대방을 괴롭히기보다는 어떻게 행동해야 하는지 모르거나 알고 있더라도 자신의 행동이나 감정을 통제하기가 어렵기 때문인 경우가 많습니다. 부모님도 화가 날 때 행동을 조절하기가 쉽지 않지요? 아이들은 언어와 사회·정서 기술을 배우는 과정이기 때문에 실수할 수 있고, 이것이 부모들에게는 문제행동으로 보일 수도 있습니다.

#### ① 아이 행동의 이유 알아차리기

- ✓ 아이가 보여주는 행동에는 자신이 말하고 싶은 것(“~을 원해요” 또는 “~이 싫어요”)을 대신해주는 의사소통의 기능이 있어요.
- ✓ 문제행동으로 자신이 원하는 대로 되면 아이는 그 행동을 계속하려고 하여 결국 습관이 됩니다. 아이가 문제행동으로 무엇을 얻거나 혹은 하지 않게 되는지 알아차리는 것이 필요해요.
- ✓ 아이의 행동을 여러 번 살펴보고 적어 보세요. 아이가 행동 뒤에 무언가를 얻게 되는지 또는 하지 않게 되는지 찾아 보세요.

#### ② 아이의 행동에 따라 적절한 반응하기

- ✓ 벌을 주거나 혼낸다고 해서 문제행동이 없어지지는 않습니다. 일시적으로는 사라질 수 있으나 다시 나타납니다.
- ✓ 문제행동으로 자신이 원하는 결과를 얻는 것을 허용해주면 안됩니다.
- ✓ 문제행동 대신 적절한 행동으로 자신이 원하는 결과를 얻는 경험을 하면 문제행동이 점차 사라집니다.

#### ③ 아이가 올바른 행동을 하도록 도와주기

- ✓ 문제행동의 이유를 알았다면 문제행동 대신 올바른 행동을 가르쳐 주세요. 자신이 원하는 것을 말로 표현할 수 있도록 해주시면 좋습니다.
- ✓ 문제행동이 일어날 만한 상황이 되었을 때 미리 도와주세요(예: 목욕을 싫어한다면 목욕 시간이 덜 괴롭도록 좋아하는 노래 틀어놓고 하기, 좋아하는 놀잇감 가지고 놀면서 하기, 목욕 후에 좋아하는 놀이하기 등).
- ✓ 올바른 행동을 하면 원하는 결과가 반드시 생기도록 도와주세요.

---

### <발달위험이 있는 아이의 떼 쓰기 지도 예시>

아이들이 떼를 쓸 때가 있습니다. 특히, 발달위험이 있는 아이들은 언어나 사회·정서 기술이 부족하여 그런 행동을 더 많이 보이기도 합니다. 그렇다고 아이의 뜻대로 해주기 시작하면 떼쓰기가 습관이 되어 고치기가 더 어려워 집니다. 어떻게 하면 아이들의 떼쓰기를 줄일 수 있을까요?

아이가 자주 떼를 쓴다면 부모는 일과 중 다음과 같이 도와줄 수 있어요.

- 일과 전에 준비하기
  - ✓ 필요한 행동을 규칙으로 만들어서 가르치기(p.74 규칙 가르치기 참고)
  - ✓ 일과에 흥미와 기대감을 가질 수 있도록 하기
- 일과 중에 도와주기
  - ✓ 아이의 작은 변화와 노력 칭찬하기
  - ✓ 싫어하는 것을 줄이고 좋아하는 것을 더하여 아이가 해낼 수 있게 도와주기
- 일과 후에 격려하기
  - ✓ 긍정적인 변화 격려하기
  - ✓ 다음에 어떻게 할지 약속 정하기

### <장 보러가면 때 쓰는 아이를 위한 지도 예시>

#### ① 장 보러 갈 준비할 때

- ✓ 예측 가능할때 안정감을 느끼므로 언제 갈거고 무엇을 할 것인지 말해주어 아이가 마음의 준비를 할 수 있게 도와주기
- ✓ 구매할 목록을 아이와 함께 글이나 그림으로 작성하기
- ✓ 목록은 입구부터 출구까지 이동하는 동선에 맞춰 작성하기
- ✓ 가능한 연령이면 아이에게 필요한 것이 있는지 물어보기
- ✓ 장 볼때 지킬 약속은 무엇이며 왜 지켜야하는지 이야기하기

#### ② 장보기 시작할 때

- ✓ 들어가기 전 입구에서 미리 정한 약속 확인하기
- ✓ 사려고 하는 물건들이 무엇인지 확인하기
- ✓ 약속을 잘 지킬 수 있도록 격려해 주기

#### ③ 장 볼 때

- ✓ 아이가 지나가기 힘들어할 만한 곳은 가능한 피하기
- ✓ 지나가야 할 때는 아이의 관심을 다른 곳으로 옮기기(예: 음악 듣기, 영상 보기)
- ✓ 부모의 지도하에 아이가 물건을 고르고 담을 수 있도록 하기
- ✓ 아이가 약속을 잘 지킬 때 꼭 칭찬해 주기(예: 약속 잘 지켜줘서 고마워. 네가 도와줘서 장 보는 것이 즐거워)
- ✓ 약속을 지키지 않으면 멈추고 약속 상기하기
- ✓ 아이가 때를 쓰면 감정을 충분히 공감해주고 약속을 왜 지켜야 하는지 알려 주기

#### ④ 장보기가 끝났을 때

- ✓ 얼마나 약속을 잘 지켰는지 이야기하고 칭찬해 주기(아이의 행동으로 부모가 어떤 감정이 들었는지 표현해 주기)
- ✓ 약속을 안 지켰다면 약속 지키기가 얼마나 힘들었는지 감정에 공감하며 위로해 주고 다음에는 더 잘할 수 있을 거라고 격려해 주기

발달에 어려움이 있는 영유아의 부모를 위한 안내자료

**아이의 발달속도에 맞춘  
러닝메이트**

# **PART III.**

**전문가 Q&A 보기**



- 
1. 발달 상담
  2. 기관 상담
  3. 부모 역할 상담
-

자녀의 건강한 성장과 발달을 위해서는 전문가들의 의견을 참조하는 것이 좋습니다.

다음은 부모가 궁금해하는 질문에 대한

영유아기 발달지원 전문가(언어치료 기관, 특수교육 기관, 발달 전문 클리닉 등)의 조언입니다.



## 1

## 발달 상담

## ●● 우리 아이만 아직 걸지 못해요

Q

또래보다 신체적 발달이 늦어요. 일어서는 것, 걷는 것 모두 같은 연령(월령) 아이들보다 늦게 나타나고 동작도 불안해 보여요. 단지 성장이 느린 건가요?

A

영유아 발달의 어려움은 신체적 요인, 정신적 요인은 물론 기타 여러 요인의 복합적인 영향으로 일어나기도 합니다.

단순히 발달이 늦은 아이일 수도 있지만, 발달클리닉의 진단 결과로 염색체 이상, 특정 신체기능 저하, 신체 기관의 선천적인 기형 등이 발견되어 치료하는 경우도 있습니다.

소아재활의학과나 소아정신과의 의료진, 언어치료사, 물리치료사 등이 협진하는 기관에서 언어 평가, 운동능력평가 등의 기본검사와 필요하다면 뇌 MRI 및 유전자검사 등 정밀검사를 실시하여 정확한 진단에 따라 치료 계획을 세워야 합니다.

특정 이상으로 판정되지 않으면 가정이나 교육기관에서 연령에 맞는 신체발달을 지원해주면 됩니다.

● 국민건강보험공단 영유아 건강검진에서 추적검사요망으로 나왔어요

Q

24개월 영유아 건강검진에서 발달평가를 했는데 결과가 추적검사요망으로 나왔어요. 어떻게 해야 할까요?

A

영유아 건강검진은 영유아의 성장과 발달특성을 고려한 단계별 건강검진 프로그램입니다. 영유아 건강검진으로 발달 민감기인 자녀의 성장과 발달 사항을 꾸준히 점검하여 건강한 성장을 지원할 수 있습니다. 그래서 부모님처럼 시기를 놓치지 않고 꾸준히 점검하는 것이 중요합니다.

추적검사요망이 나왔다면 소중한 자녀의 발달지연이 심화하는 것을 막기 위한 적절한 중재계획을 세우고, 시간 경과에 따른 발달의 변화를 모니터링할 필요가 있습니다. 일상생활 시 자녀에게 흥미롭고 상호작용적인 환경을 제공하여 두뇌 발달을 촉진하고, 놀잇감 조작하기, 퍼즐 놀이, 그림 그리기, 블록 쌓기, 역할놀이(소꿉놀이), 공놀이, 계단 오르내리기, 산책하기, 버스 타기와 같은 다양한 경험을 제공해주세요. 자녀의 발달환경을 움직이는 놀잇감, 퍼즐, 그림책, 여러 종류의 블록, 공, 소꿉놀이 소품 및 의상, 실외놀이터, 토레, 이웃 등으로 풍부하게 하고 성장을 격려하려면 부모의 역할이 매우 중요합니다. 소중한 자녀의 발달을 위해 서로 의논하고 협력할 수 있는 사람들(조부모, 교사, 발달 관련 전문가 등)과 발달상황을 공유한다면 세심하게 발달과정을 모니터링하는데 도움이 될 것입니다.

사회서비스 전자바우처란?

정부와 지자체가 지원하는 여러 사회복지서비스에 수요자 중심의 직접 지원방식인 바우처 제도를 도입하여 사회복지서비스의 신청, 이용, 비용 정산 전 과정을 투명하게 전산으로 처리하고자 구축한 시스템입니다.



영유아발달지원서비스란?

발달에 어려움이 있는 영유아에게 중재를 제공하여 정상적인 발달을 지원합니다.



## ● 아이가 또래보다 말이 늦어요

Q

아이가 말이 또래보다 늦는데 언어치료를 받으면 나아질까요?

A

소아정신과를 비롯한 여러 분야 전문가 협진이 가능한 발달클리닉에서 자녀의 발달을 종합적으로 진단하는 과정을 먼저 추천합니다.

부모가 자녀의 언어발달이 늦다고 생각되어 전문의의 진단을 받지 않은 채 언어치료를 시작하기도 합니다. 하지만 영유아 중에는 언어발달, 신체발달, 인지발달 등에서 또래보다 지체되는 경우도 있어 부모가 인지한 언어발달에서의 지체뿐 아니라 신체발달과 인지발달의 어려움도 함께 있는지 살펴봐야 합니다.

생후 12개월에서 30개월까지는 언어발달 속도의 개인차가 커서 말이 늦은 것인지 아니면 정상 범주 내 발달을 보이는 것인지 모호한 경우가 많습니다. 30개월 이후에도 또래와 비교했을 때 늦는다면 언어발달지체로 의심되어 적극적인 개입이 필요합니다. 언어치료 전문기관에서 상담과 검사를 받아보시길 추천합니다. 언어발달이 늦는 영유아는 '아동, 청소년 심리지원 서비스'라는 지역 사회서비스 투자사업에서 언어치료비를 지원받을 수 있습니다.

표현언어발달이 늦다고 가정에서 지나친 구어 모방을 시키기보다는 자녀의 의사소통 속도에 맞추어 자녀가 쉽게 이해하면서도 효과적인 의사소통이 이루어지도록 보호자도 짧은 발화를 사용하는 것이 좋습니다.

### 아동, 청소년 심리지원 서비스란?

언어발달이 늦는 영유아에게 언어치료비를 지원합니다. '사회서비스 전자바우처'에 나와 있는 '아동, 청소년 심리지원 서비스'에 대한 자세한 정보를 알아보아요.



● 우리 아이, 자폐가 의심돼요

Q

28개월 된 우리 아이는 같은 말을 계속 반복하고, 눈맞춤도 안 되고, 이름을 불러도 쳐다보지 않아요. 놀잇감을 담았다가 쏟거나 일렬로 나열하는 놀이를 반복합니다. 우리 아이, 자폐가 아닐까요?

A

아이의 성장 과정을 살펴보면서 자폐 범주성 장애일까 봐 걱정하시는군요.

28개월 자녀가 눈맞춤과 이름 부르기에 반응이 약하다는 것은 사회적 의사소통 및 상호작용에 어려움이 있을 가능성이 크다고 생각할 수 있습니다.

자폐 범주성 장애는 유전자를 비롯한 신체적인 요인과 환경과의 상호작용으로 발생하는 신경발달 장애로, 생후 12개월에도 위험 징후들이 나타나며, 주로 12-18개월 사이에 위험 징후가 드러납니다. 따라서 발달정밀평가를 위해 미리 발달정밀기관을 예약하셔서 자녀의 발달을 세심하게 들여다보고, 발달 전문가와의 상담을 통해 최선의 개입방법을 결정하시기 바랍니다.

영유아발달 정밀검사 의료기관 검색

발달정밀검사를 받을 수 있는 기관은 국민건강보험 홈페이지를 방문하여 다음 메뉴에서 찾을 수 있습니다(건강N>검진기관/병원찾기>병(의)원정보>영유아발달정밀검사 의료기관 찾기)



## 2

## 기관 상담

● 아이가 영아인데 장애진단을 받지는 않았지만, 발달지원을 위한 교육을 받고 싶어요

Q

아이가 18개월이 되어 소아·청소년과에서 영유아 발달선별검사(K-DST)를 받았습니다. 그 결과 '심화평가권고'가 나와 영유아발달 정밀검사를 한 결과 최종적으로 발달지연 의심 소견을 받았으나 명확한 장애진단이 이루어진 상태는 아닙니다. 장애진단이 없어도 [장애영아의 교육지원] 신청이 가능한가요?

A

네, 신청할 수 있습니다.

장애진단이 없어도 "신체, 인지, 의사소통, 사회·정서, 적응행동 중 하나 이상의 발달이 또래에 비하여 현저하게 지체되어 특별한 교육적 조치가 필요한 영아(「장애인 등에 대한 특수교육법 시행령 제10조 및 별표」)는 발달지체를 보이는 특수교육대상자에 해당하며, [장애영아의 교육지원] 신청이 가능합니다.

[장애영아의 교육지원]을 받기를 희망하는 보호자는 거주하는 지역의 특수교육지원센터에 문의하여 자세한 절차와 방법을 안내받으실 수 있습니다.

● 영아인데 장애진단을 받았어요

Q

아이가 20개월이 되었지만, 장애로 인해 목을 가누지 못합니다. 안전상의 이유로 어린이집에 가지 않고 대부분 집에서 저와 시간을 보내고 있습니다. 아이의 발달이 걱정되어 교육적 도움을 받고 싶습니다.

A

특수교육에서 제공하는 [장애영아의 교육지원]을 권합니다.

[장애영아의 교육지원]을 받길 희망하는 보호자는 거주하는 지역의 특수교육지원센터에 문의하여 자세한 절차와 방법 안내를 받으실 수 있습니다.

「장애인 등에 대한 특수교육법 제18조 1항」에서는 “만 3세 미만의 장애영아의 보호자는 조기교육이 필요한 경우 교육장에게 교육을 요구할 수 있다”라고 장애영아의 교육지원에 대해 명시하고 있습니다.

위 특수교육법에 따른 교육적 지원을 받으려면 먼저 [특수교육대상자 선정]이 되어야 합니다. [특수교육대상자 선정] 신청, 진단·평가, 선정, 배치 등의 절차에 관한 실무는 각 지역 [특수교육지원센터]에서 담당하고 있습니다.

특수교육지원센터의 진단·평가결과를 기초로 만 3세 미만의 장애영아를 특수학교의 유치원과 정, 영아학급 또는 특수교육지원센터에 배치할 수 있으며, 기관의 운영방법에 따라 가정으로 특수교사가 방문하는 순회교육, 보호자가 영아와 함께 기관을 방문하는 방문교육 등 다양한 형태로 교육이 이루어지게 됩니다.

### ● 내년에 만 3세가 되면 특수학급이 있는 유치원에 보내고 싶어요



아이가 내년에 만 3세가 되어 유치원 입학에 고민하고 있습니다. 하지만 현재 또래보다 발달이 느리고 말을 하지 못하여 특수학급이 있는 유치원에 보내고 싶습니다. 「처음학교로: 유치원입학관리시스템」을 통해 입학 신청을 하면 되나요?



아닙니다. 특수학급 배치는 「처음학교로」가 아닌, 특수교육지원센터 내 특수교육운영위원회의 심의를 통해 특수교육대상자 선정·배치가 결정됩니다.

보호자가 현재 고려하고 있는 유치원 [특수학급]은 특수교육대상자의 통합교육을 실시하기 위하여 일반 유치원에 설치된 학급을 말합니다. 따라서 유치원 특수학급 배치를 위해서는 우선 [특수교육대상자 선정]이 되어야 합니다.

일반적으로 각 지역 특수교육지원센터에서는 다음 연도 3월 1일 자 특수교육대상자 유치원 입학을 위한 별도의 계획을 수립하고, 「처음학교로」를 통한 유치원 입학 절차(매년 11월경)가 시작되기 전에 [특수교육대상자 선정·배치]를 시행합니다(매년 5~10월경). 「장애인 등에 대한 특수교육법 제3조」에 따라 특수교육대상자로 선정된 유아는 '의무교육 대상자'로서 추첨대상자가 아닌 특수교육운영위원회 심의 결과에 따라 배치되는 최우선 입학대상자이기 때문입니다.

따라서 다음 연도 3월 1일 자 유치원 특수학급 입학을 고려하고 있다면, 올해 거주지역의 특수교육지원센터에 내년도 입학을 위한 서류제출 방법과 절차를 문의하여 기한 안에 접수할 수 있도록 준비해야 합니다.

만 3세 우리 아이, 어린이집에서 특수교육서비스를 받을 수 있나요?

Q

36개월인 우리 아이는 아직 장애진단을 받지는 않았지만, 소아정신과에서 발달이 지연되었다는 소견을 받고 추적모니터링 중입니다. 치료실은 최근에 다니기 시작했어요. 내년에 어린이집 통합반에서 어떻게 하면 특수교육을 받을 수 있을까요?

A

많은 고민이 되시겠네요. 먼저 임신육아종합포털아이사랑([www.childcare.go.kr](http://www.childcare.go.kr))에서 주변의 장애아통합어린이집을 검색해서 신청하세요. 어린이집에 신청한 후에는 행정복지센터(구 주민센터)에 방문하셔서 장애아 보육료를 신청해야 합니다.

이때 복지카드, 특수교육대상자 선정배치결과통지서, 의사진단서 중 하나의 서류를 준비하셔야 합니다. 특수교육을 받으면 소중한 자녀의 건강한 성장에 도움이 될 것입니다. 자녀가 특수교육을 받게 된다면 발달의 현재 수준을 파악하고 개별화교육프로그램을 통해 특별한 교육적 지원을 받을 수 있습니다.

아이를 유치원 특수학급에 다니게 하고 싶어요

Q

아이가 또래보다 발달이 현저히 지연되어 유치원 생활에 어려움이 있습니다. 집 근처 유치원의 특수학급에 보내고 싶습니다. 어떻게 해야 하나요?

A

유치원 특수학급 배치를 위해서는 [특수교육대상자 선정]이 먼저 이루어져야 합니다. 특수교육대상자 선정·배치 절차는 다음과 같습니다.

- ① 특수교육대상자 진단·평가 의뢰서 제출(보호자→특수교육지원센터)
- ② 접수 및 진단·평가 회부, 진단·평가 실시, 진단·평가 결과 보고(교육지원청/특수교육지원센터)
- ③ 특수교육운영위원회 심의
  - ※ 특수교육운영위원회란? 특수교육 업무 수행의 주요 사항을 심의하는 기구
- ④ 특수교육대상자 선정·배치

제출서류, 서류 제출 방법, 특수교육운영위원회 심의 일정, 선정·배치 일정 등 구체적인 사항은 거주 지역 특수교육지원센터에 문의하시면 됩니다.

### ● 지금 다니는 일반 유치원에서 특수교육서비스를 받고 싶어요

Q

아이가 또래보다 언어발달이 지연되어 유치원 생활에 어려움을 겪고 있습니다. 현재 다니고 있는 유치원에는 특수학급이 없지만 개인적인 사정 때문에 유치원을 옮길 수 없는 상황입니다. 지금 유치원에서 특수교육서비스를 받을 방법은 없나요?

A

특수교육서비스는 특수교육대상자로 선정되어야만 받을 수 있습니다. 특수교육대상자로 선정되면 특수교육지원센터에 신청해야 합니다. 구체적인 지원 종류 및 신청방법은 유치원이 소속된 지역의 특수교육지원센터에 문의하시면 됩니다.

센터 내 특수교육운영위원회에서는 특수교육대상자의 장애 정도, 능력, 보호자 의견 등을 종합적으로 판단하여 특수학교(유아특수학교 포함), 유치원의 특수학급, 유치원의 일반학급으로 배치합니다. 특수교육운영위원회에서 종합적으로 검토하여 해당 유치원의 일반학급 배치를 허가한다면 일반학급 배치 특수교육대상자로 유치원에 다닐 수 있습니다.

각 지역 특수교육지원센터에는 특수교육대상자를 위한 다양한 지원계획을 수립하여 시행하고 있습니다. 관련 서비스로는 특수학급 미설치교 지원, 일반학급 배치 특수교육대상자를 위한 유치원 방문 순회교육, 특수교육지원인력 배치, 특수교육지원센터 치료사 치료지원, 보조공학기기 지원, 원거리 통학비 지원, 유아교육비 지원 등이 있습니다.

### ● 어느 정도의 수준이면 언어치료가 필요한 건가요?

Q

우리 아이가 또래보다 말이 늦어요. 언어치료를 받으려면 어느 정도로 말이 늦어야 하나요?

A

자녀가 동일 연령의 또래와 비교하여 언어발달이 유의미하게 늦다고 생각된다면 언어치료를 제안합니다. 다양한 언어치료접근법이 있으므로 자녀가 이해와 표현에서 언어발달이 전반적으로 늦는다면 검사를 받아보시기를 권합니다. 자녀의 발달력(발달성장과정)을 기반으로 언어에서 조음운능력, 어휘력의 의미영역, 문장구성을 위한 구문능력을 검사하고, 언어의 사용능력에 해당하는 화용능력을 평가합니다. 자녀의 초기 언어발달에는 가정에서의 의사소통이 많은 영향을 미치기 때문에 자녀의 어려움에 따른 부모 참여 의사소통 중재 프로그램 등을 이용해보시기 바랍니다.

언어치료센터에서는 어떤 도움을 받을 수 있나요?

Q

센터에 언어치료를 받으러 가면 우리 아이가 어떤 도움을 받을 수 있을까요? 언어치료로 좋아질 수 있을까요?

A

언어치료는 인간의 의사소통장애 전반을 다루는 영역으로, 영유아의 말, 언어 및 의사소통 능력을 평가하고, 의사소통장애 예방·진단·재활을 위한 다양한 치료를 제공합니다. 말, 언어 및 의사소통의 어려움은 영유아기에는 청각장애, 자폐 범주성 장애, 지적장애와 같은 장애를 동반하여 나타날 수도 있고, 학령기에는 학습장애로 이어지기도 합니다. 따라서 자녀의 언어발달을 정기적으로 확인하고, 지연이나 특정 영역에서 어려움이 발생하면 조기에 적절히 개입하는 것이 매우 중요합니다. 언어와 의사소통 발달은 또래 관계 형성과 학습에 영향을 미치기 때문에 가능한 한 조기에 확인하고 개입하는 것이 좋습니다.

언어 및 의사소통 평가는 생후 4개월부터 부모 체크리스트 형태의 간접검사, 부모와 아동의 행동 관찰을 통한 직접검사 모두 가능하니 언어 및 의사소통에 어려움이 의심된다면 전문가의 상담을 꼭 받으시길 바랍니다.

의사소통 검사도구

한국판 맥아더 베이츠 의사소통 발달 평가(Korean version of Macarthur-Bates Communicative Development Inventories): 생후 8~36개월, 어휘, 제스처, 놀이행동 평가 가능

영유아 언어발달 검사(Sequenced Language Scale for Infants): 생후 4~35개월, 수용 및 표현언어능력 평가 가능

### ● 초등학교 취학유예는 어떻게 해야 하나요?

Q

우리 아이가 초등학교에 진학하기에는 어려움이 있습니다. 어린이집에서 유예를 받아주기로 해서 초등학교 취학을 유예하려고 합니다. 무엇을 준비해야 할까요?

A

초등학교 취학유예를 선택하시기 전에, 자녀가 입학한 후에 새로운 환경에 적응하도록 지원하는 방안을 고려해보시기를 권합니다. 아이들은 학교라는 작은 사회에서 직접 부딪히고 대면하고 자신의 과제를 해나가면서 적절한 수행능력을 효과적으로 배우고 길러볼 수 있습니다.

초등학교 취학유예는 어떠한 사유로 인해서 초등학교 입학이 어려운 경우라면, 학교장의 승인을 받아 학교 다닐 의무를 다음 연령으로 미루는 것을 말합니다. 주로 질병, 발육상태, 해외 유학, 또는 또래보다 발달이 느린 유아의 경우 1년 이내로 어린이집에 유예하여 학교에 늦게 입학하기도 합니다.

입학연기는 관할 행정복지센터(구 주민센터)에서 12월 31일까지 보호자가 직접 신청해야 합니다. 별도의 심의과정을 거치지 않고 신청과 동시에 결정하므로 신중하게 결정해야 합니다. 1월 1일 이후 신청하면 학교의무교육관리위원회 심의를 거쳐야 하므로 취학통지서를 받은 입학예정 학교에 문의하여 안내에 따라 증빙자료를 갖추어 신청합니다.

#### 제출서류 예시

의무취학유예신청서, 개인정보 수집 및 이용동의서, 행정정보 공동이용 사전동의서, 주민등록등본 또는 가족 증명이 가능한 서류, 의사 진단서 등

# 3

## 부모 역할 상담

### ● 토래에 비해 발음이 정확하지 않은 우리 아이, 무엇을 해야 할까요?

Q

토래에 비해 발음이 정확하지 않은데 부모가 어떻게 해야 할까요? 또는 부모가 해서는 안 되는 것이 있을까요?

A

아이들은 성장 과정에서 말소리가 출현하고 숙달 과정을 거쳐 6세에 이르러 말소리를 매우 정확하게 발음할 수 있게 됩니다. 2세에는 /ㅍ/, /ㅌ/, /ㅎ/ 소리를 90% 이상 정확하게 낼 수 있으며, 3세에는 /ㅂ/, /ㅅ/, /ㄷ/, /ㅌ/, 4세에는 /ㄴ/, /ㄷ/, /ㄷ/, 5세에는 /ㄱ/, /ㅋ/, /ㅈ/, /ㅊ/, 6세에는 /ㅅ/소리를 90% 이상 완전히 습득하게 됩니다.

아이의 발음 오류에는 다양한 원인이 있습니다. 대표적으로 말소리를 만들어내는 조음기관의 구조나 기능 문제 등이 있습니다. 발음 오류 유형에는 생략, 대치, 왜곡이 있습니다. 필요한 음을 생략하거나(딸기를 따기로 발음), 다른 소리로 대치(사탕을 타탕으로 발음)하거나 왜곡되는 오류(사탕과 유사하게 들리나 '썩탕'처럼 왜곡해 발음)가 있습니다.

이러한 발음문제의 원인을 정확하게 파악하려면 언어치료 전문기관에서 조음기관의 구조 및 기능 검사와 함께 어떤 말소리에서 오류를 보이는지와 어떤 유형의 오류를 보이는지 확인해야 합니다. 가정에서는 자녀의 발음 오류를 지나치게 교정하려 하지 마시길 바랍니다. 지나친 교정은 자녀를 위축시켜서 발음을 수정하려는 시도에 부정적인 영향을 줄 수 있습니다. 따라서 자녀가 전달하려는 의사소통 시도에 매번 긍정적으로 반응하고, 정확한 발음 모델링만으로도 충분한 경우가 많습니다.

예를 들어, 자녀가 사탕을 '타탕'으로 발음하였을 때 엄마가 "타당 아니야. 사탕이라고 해야지. 엄마 따라 해보자. 사탕"이라는 식으로 자녀에게 모방을 요구하거나 수정하기를 요구하기보다는 "사탕 먹고 싶구나? 사탕! 사탕!"이라고 말하며, 자녀가 전달하고자 하는 의사소통 의미를 있는 그대로 수용하면서 정확한 발음으로 모델링해 주는 것이 더 좋습니다. 모델링 이후에 자녀에게 따라해볼 것을 반드시 요구할 필요는 없습니다. 모델링을 잘했다면 자녀는 자신의 말소리와 비교하여 자발적으로 수정할 기회를 가지게 됩니다.

### ● 아이가 말을 더듬는데 집에서 어떻게 하면 될까요?

Q

아이가 말 중간에 ‘어’, ‘아’, ‘음’ 등을 많이 사용하고, 말을 시작할 때 반복하는 말(예: “엄엄엄마”)이 점차 많아지고 있습니다. 말더듬인가요? 집에서는 어떻게 해야 할까요?

A

언어발달이 빨리 이루어지는 2세에서 5세 사이에 많은 아이가 ‘음’, ‘저기’, ‘어’ 같은 간투사를 사용하고 낱말을 반복하는 등 말에 유창하지 않은 특징을 보입니다. 말더듬이라고 알려진 유창성장애에는 신체적 요인뿐 아니라 언어와 환경 요인이 복합적으로 영향을 미치는 것으로 알려져 있습니다. 따라서 초기 말더듬 증상을 보인다면 좋은 언어환경을 구성하는 것만으로도 말의 유창성이 좋아집니다.

자녀가 말을 더듬을 때 부모는 빠르게 말하면서 자녀에게 “천천히 말해보렴” 또는 “다시 말해보렴” 이라고 하지 마세요. 자녀의 말더듬을 직접 지적하거나 반응하지 않는 것이 좋습니다. 자녀가 ‘어떻게’ 말하느냐보다는 ‘무엇’을 말하는지 들어주세요. 그리고 부모 자신이 천천히 말하는 시범을 보여서 자녀가 천천히 말하도록 유도할 수 있습니다. 낱말과 낱말 사이를 끊어가며 천천히 말하는 모델링을 통해 아이는 부모와 상호작용하면서 자연스럽게 천천히 말할 수 있을 것입니다.

자녀가 말더듬으로 인하여 하려던 말을 끝내지 못했을 때 대신 말해 주지 마세요. 자녀가 회피하지 않고 말하기 활동에 참여할 수 있도록 격려해 주는 것이 좋습니다. 말더듬 때문에 자녀가 말하기를 회피하게 되면 눈 깜박임, 이마 찌푸리기, 팔이나 손 움직이기 같은 부수적인 행동이 나타날 수 있습니다. 따라서 말을 더듬더라도 끝까지 마무리할 수 있도록 편안하게 기다려주는 것이 좋습니다.

만약 계속해서 첫음절 반복 횟수가 늘고 막힘이 나타난다면 언어치료 전문기관의 도움을 받으시길 바랍니다.

● 우리 아이 언어발달을 도와주고 싶어요

Q

21개월 된 우리 아이는 말을 이해하는 것 같은데 말로 표현은 전혀 못 해요. 아이가 원하는 것을 손가락으로 가리킬 때 또박또박 천천히 말을 들려주면서 입모양을 보여주기도 하는데, 관심을 보이지 않네요. 최근엔 원하는 것이 있으면 손을 잡아끌어서 표현하고 있어요. 언어발달을 어떻게 도와줘야 할까요?

A

자녀의 언어발달을 돕기 위해 다양한 자극을 줄 필요가 있습니다. 영아기는 돌을 전후로 의미 있는 단어를 말하기 시작하면서 본격적으로 언어발달이 시작됩니다. 아이마다 ‘어휘폭발 시기’에는 개인차가 조금씩 있지만, 보통 전형적인 발달을 보이는 영아는 18개월을 전후하여 표현하는 어휘가 급격하게 증가하고, 24개월 전후로 두 단어를 이어서 의사를 표현합니다.

자녀의 언어발달을 돕기 위해 다음과 같은 방법을 사용해 보세요. 언어발달은 다른 여러 영역이 균형 있게 고루 발달해야 잘 이루어집니다. 그래서 언어적 자극을 주는 것만으로는 충분하지 않습니다. 예를 들어, 소리를 만들어내는 신체 기관(호흡, 볼, 혀, 입술, 등)의 힘을 강화하기 위해 다양한 움직임을 경험할 수 있는 놀이(춧불 끄기, 비눗방울 불기, 피리 불기 등)를 함께 해보세요.

다음으로 자녀의 관심사와 흥미를 따라가면서 언어발달 수준에 맞게 대화를 나누는 것이 중요합니다. 자녀가 원하는 것을 손가락으로 가리켜 의사를 표현할 때, 부모님이 자녀의 관심사를 따라가면서 또박또박 천천히 얘기해주는 것은 자녀의 현재 발달 수준에 맞는 언어촉진 방법입니다. 그러나 너무 긴 문장은 아닌지, 자녀가 이해하기 너무 어려운 질문은 아닌지 점검해보세요. 자녀가 이해하기 쉬운 낱말로 바꾸어 들려주면 좋을 것 같습니다. 자녀의 얼굴을 마주 보고 눈을 바라보며 상호작용을 해주시면서 자녀의 의도나 행동을 묘사하고(웃어요, 마셔요, 던져요 등) 부모님의 행동도 묘사해주는 것이 현재 자녀의 언어발달에서 적절한 언어촉진 방법이라고 할 수 있습니다.

자녀의 언어발달을 꾸준히 확인해야 하고, 언어발달의 변화가 더디다고 판단되면 발달 전문가와 상담을 통해 빠른 치료적 개입을 하는 것도 중요합니다.

### ● 우리 아이가 스마트폰만 가지고 놀려고 해요



33개월 된 우리 아이는 또래보다 발달이 느린 것 같은데, 스마트폰만 찾고 너무 좋아해요. 스마트폰 사용방법을 알려주지 않아도 잘 누르고 조작하더라고요. 놀다가도 찾아서 손에 쥐여 주기는 하는데, 인지발달에 도움이 될까요?



영유아기는 몸을 통해 직접 만지고, 듣고, 맛보며 느끼는 다양한 감각을 골고루 경험해야 건강하게 발달할 수 있는 시기입니다. 다양한 감각 경험은 뇌의 영양분이 되지요. 그러나 미디어에 지나치게 많이 노출되면 아이의 뇌에 입력되는 다양한 감각자극 경험 기회가 제한되어 감각계의 불균형을 초래할 수 있습니다. 감각계의 불균형은 특정 감각자극에 예민하게 반응하거나 지나치게 찾아다니고 추구하게 되는 반응으로 나타나기도 합니다. 이는 자녀의 발달과 건강한 성장에 좋지 않은 영향을 주게 됩니다.

요즘은 다양한 미디어 기기를 경험하고 즐기는 것이 자연스러운 시대이지만, 아이들이 즐겁게 몰입되는 활동을 스스로 조절하기는 어렵습니다. 그래서 부모님이 잘 조절할 수 있도록 도와주셔야 합니다. 스마트폰은 주로 시각 위주의 감각자극만 이루어지기 때문에 부모와 상호작용하며 몸으로 함께 노는 놀이, 전신을 자극하는 놀이를 통해 다양한 감각자극을 제공해주는 것이 무엇보다 중요합니다. 몸을 움직이고 따뜻한 눈맞춤과 스킨십을 나누는 놀이는 인지발달의 기본이 되는 주의집중력 발달에 도움이 되고, 몸도 마음도 건강하게 자라는 영양분이 됩니다.

● 마음에 안 들면 물건을 던지는 우리 아이, 어떻게 해야 하나요?

Q

25개월 된 우리 아이는 본인 뜻대로 안 되면 이것저것 닥치는 대로 던집니다. 던지면 안 된다고 주의를 여러 번 줘도 변하지 않네요. 점점 떼만 늘고 자기 마음대로 하는 우리 아이, 어떻게 도와줘야 할까요?

A

25개월 연령은 새로운 것을 자유롭게 탐색하고, 자신이 원하는 대로 뭔가를 시도해보려는 시기입니다. 그러다 보니 내가 하고 싶은 대로 하겠다고 떼를 쓰는 경우가 많은 것 같아요. 그래서 이 시기에는 해도 되는 것과 안 되는 것을 서서히 가르쳐야 합니다. 우리 소중한 자녀가 탐색 욕구와 에너지가 많은 기질이라면 에너지를 충분히 해소하지 못하여 지속적으로 행동문제를 보일 수도 있습니다.

던지면서 놀이할 수 있는 신체활동은 충분한지, 규칙적인 일과를 보내며 적절한 휴식시간을 보내고 있는지 확인해 보세요. 던질 수 있는 다양한 놀잇감으로 신나게 던지는 놀이를 하면서 부모와 즐거운 상호작용을 하는 시간을 충분히 가지세요. 이를 통해 욕구가 충족된다면 아이는 던지면 안 된다는 부모의 주의를 조금은 더 쉽게 받아들일 수도 있습니다.

아이가 속상할 때, 감정 조절이 안 될 때 감정을 조절하고 이완할 수 있는 아이의 공간(매트, 빈백, 흔들의자 등)을 제공해 주세요. 이때 자녀가 안락함을 느낄 수 있는 환경(음악, 부드러운 천 등)을 만들어 주세요. “속상해!”, “싫어!” 등의 언어와 몸짓도 알려주셔서 자기를 표현하고 자신의 감정이 받아들여지는 경험을 제공해주시기 바랍니다.



발달에 어려움이 있는 영유아의 부모를 위한 안내자료

**아이의 발달속도에 맞춘  
러닝메이트**

# **PART IV.**

## **기관정보 제대로 알기**





- 
1. 발달검사와 교육
  2. 지원·정책 서비스
  3. 지역사회 협력기관
-



자녀가 잘 발달하고 있는지 궁금할 때가 있습니다.  
다음은 그런 상황을 대비한  
영유아기의 발달검사 및 상담, 교육·보육기관 정보입니다.  
자녀의 발달에 어려움이 있어 양육이 힘들다면  
소개된 지원 서비스를 활용해 보시기 바랍니다.

## 1

## 발달검사와 교육

●● 우리 아이 발달위험이 의심된다는데 어디에서 도움을 받을 수 있을까요?

Q

- 아이의 발달에 의심스러운 징후가 보여요. 어떻게 해야 할까요?
- 영유아건강검진에서 결과가 '추적검사요망' 또는 '심화평가권고'로 나왔어요. 어디서 전문가의 평가를 받을 수 있을까요?
- 우리 아이 유치원 선생님이 발달에 대한 전문적인 평가를 권했어요.

A

전문기관에서 전문가의 검사와 상담을 받아보시기를 추천합니다.

아래의 전문기관에서는 아이의 행동, 놀이, 상호작용을 관찰하고, 발달영역별 검사 및 상담을 실시하여 아이의 발달을 종합적으로 평가합니다.

## 재활의학과

- 영유아의 뇌손상, 선천적 요인(유전자 이상, 심장 기형 등)으로 인한 발달지체
- 평소에 알 수 없으나 발달을 저해하는 다양한 신체적 요인 관련 세밀한 검사 실시
- 장애인 등록 및 특수교육대상자 선정에 필요한 전문의 소견 가능

## 소아정신과

- 영유아의 전반적인 발달 상태 및 이상발달에 대한 검사 실시
- 검사 결과에 따른 상담 및 진단 실시
- 장애인 등록 및 특수교육대상자 선정에 필요한 전문의 소견 가능

## 아동발달센터

- 영유아의 발달 정도를 파악하는 검사 실시 가능
- 영유아의 발달에 대한 전반적인 상담 및 치료서비스 제공
- 장애인 등록 및 특수교육대상자 선정에 필요한 전문의 소견은 불가

발달 저해 요인에 대한 종합적인 진단이 가능한 기관은 아래 내용을 참고하세요.

|                                                                                    |                                                                                     |                           |                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 강원대학교 어린이병원                                                                        |    | 아주대학교병원 학습발달클리닉           |    |
| 가톨릭대학교 은평성모병원<br>소아재활발달지연 클리닉                                                      |    | 부산대학교 어린이병원               |    |
| 강남차병원 소아발달클리닉                                                                      |    | 오산 서울어린이병원                |    |
| 경북대학교 어린이병원                                                                        |    | 이대목동병원 발달클리닉              |    |
| 분당서울대학교병원<br>발달·자폐·사회성 클리닉                                                         |    | 인하대병원 발달지연클리닉             |    |
| 삼성서울병원 소아청소년센터<br>발달클리닉                                                            |  | 일산병원<br>발달지연클리닉           |  |
| 서울대학교어린이병원<br>발달장애클리닉                                                              |  | 전남대학교 어린이병원               |  |
| 서울대학교어린이병원<br>이른둥이 발달클리닉                                                           |  | 전북대학교 어린이병원               |  |
| 서울아산병원 어린이병원<br>발달장애 클리닉                                                           |  | 충남대학교병원 재활의학과             |  |
| 서울특별시 어린이병원 발달장애센터<br>CAN DO(Center for Autism and<br>Neurodevelopmental Disorder) |  | 충북대학교병원<br>영유아 자폐스펙트럼 클리닉 |  |

세브란스 어린이병원 발달장애클리닉

푸르메재단  
넥슨어린이재활병원순천향대학교 천안병원  
발달지연 클리닉한양대학교병원  
한양발달의학센터

### ●● 우리 아이 발달검사 비용을 지원받을 수 있을까요?

Q

아이가 또래보다 말이 늦고 행동도 서툴러서 발달 검사를 받으라고 합니다. 검사비를 지원받을 방법이 있나요?

A

발달에 어려움이 있는 영유아가 발달검사를 받으려면 비용이 듭니다. 이를 위하여 현재 보건소에서 영유아 발달장애 정밀검사비 지원사업을 시행하고 있습니다.

#### 영유아 발달장애 정밀검사비 지원사업

- 영유아 검진 결과, 발달평가에서 '심화평가권고'로 평가된 영유아 중 의료급여수급권자와 건강보험료 하위 80% 이하인 경우 지원
- 발달장애 정밀검사에 필요한 검사 및 진찰료 지원(법정 본인부담금 및 비급여 포함)
- 의료급여수급권자, 차상위계층은 최대 40만 원
- 건강보험료 부과금액 하위 80% 이하면 최대 20만 원
- 연간 1인당 1회 지원
- 시군구 보건소에서 신청

●● 또래보다 발달이 느린 우리 아이, 어린이집에서 발달지원을 받을 수 있나요?

Q

전문적인 발달검사 및 상담을 받았습니다. 우리 아이의 발달이 또래보다 늦다고 합니다. 어린이집에서 발달지원을 받을 수 있나요?

A

발달이 어려운 원인, 발달지체 정도, 자녀와 가족이 원하는 바에 따라 적합한 보육서비스를 받을 수 있습니다. 어린이집 유형별로 가능한 보육서비스와 특징은 다음과 같습니다.

어린이집

- 만 0~5세 대상 영유아 보육 실시
- 방과 후 보육 및 유예로 12세까지 보육 가능

| 기관 유형      | 특징                                                                                                                                                                    | 비고                                                                                                   |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 일반 어린이집    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 영아는 표준보육과정, 유아는 개정 누리과정으로 운영되는 학급에서 또래와 놀이 및 상호작용 가능</li> </ul>                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 별도의 발달지원, 특수교육적 지원은 어려움</li> </ul>                          |
| 장애아통합 어린이집 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 개정 누리과정이 운영되는 만 3~5세 학급의 보육프로그램 내에서 장애아 보육 실시</li> <li>• 일반보육교사와 함께 장애아 전담교사를 배치하여 장애아 3명 이내로 통합보육 및 개별화된 교육목표 지원</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 또래와 놀이 및 상호작용 가능</li> <li>• 장애아 전담교사의 보육 및 지원 가능</li> </ul> |
| 장애아전문 어린이집 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 다양한 연령의 장애영유아 보육을 전담함</li> <li>• 장애아에 대한 보육, 개별화된 교육목표 지원, 치료 지원</li> </ul>                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 장애아 전담교사의 보육 및 지원 가능</li> </ul>                             |

자녀에게 적합한 어린이집을 육아종합지원센터에 문의하거나 임신육아종합포털아이사랑에서 알아볼 수 있습니다.

#### 육아종합지원센터

- 보육교직원의 전문성 향상 교육 및 상담
- 보육과정 컨설팅
- 장애아 지원 및 영유아발달지원서비스
- 양육지원 및 부모 상담



#### 임신육아종합포털아이사랑

- 어린이집 정보 검색 및 직접 입소 신청 가능



### ● 발달에 어려움이 있는 우리 아이, 어느 기관에서 교육받을 수 있나요?



아동병원에서 정밀검사를 하였는데 우리 아이가 선천적인 문제로 발달이 잘 진행되고 있지 않다고 합니다. 어떤 교육기관을 가야 할까요?



발달에 어려움이 있는 유아인 자녀가 교육받을 기관을 알아보고 싶다면 특수교육지원센터에 먼저 문의해보세요. 유아교육기관은 아래와 같이 여러 유형이 있으니 교육기관별로 가능한 교육서비스와 특징을 고려하시기 바랍니다.

#### 유아교육기관

- 만 3~5세 유아 대상 교육 실시

| 기관(배치) 유형   | 특징                                                                                                                                                                                                    | 비고                                                                                                     |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 유치원<br>일반학급 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 개정 누리과정으로 운영되는 만 3~5세 학급에서 또래와 놀이 및 상호작용 가능</li> <li>• 일반유아교사의 교육 및 지원</li> <li>• 특수교육대상 유아의 개별화된 교육목표 지원을 일반유아교사가 책임져야 하며, 특수교육적 지원을 받기 어려울 수 있음</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 특수학급 미설치 유치원은 특수교육지원센터에 순회교육을 신청하여 유아특수교사의 순회지원 가능</li> </ul> |

| 기관(배치) 유형   | 특징                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 비고                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 유치원<br>특수학급 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 개정 누리과정으로 운영되는 만 3~5세 학급에서 또래와 놀이 및 상호작용 가능</li> <li>• 특수교육대상 유아의 개별화된 교육목표 개발의 일차적인 책임은 유아특수교사에게 있으나, 일반유아교사와 유아특수교사가 협력하여 교육 및 지원</li> <li>• 일반학급에서 통합교육을 받는 정도는 유아에 따라 다를 수 있음</li> </ul>                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ‘특수학급 배치’란 유아가 특수학급이라는 장소에서만 교육을 받는다는 의미가 아니라 유아특수교사의 지원을 받는 대상자가 되었다는 의미임</li> <li>• 기관에 따라 일반유아교사와 유아특수교사가 협력하여 통합학급을 함께 종일 운영하는 경우도 있음(예: 연령별로 특수학급이 설치된 유치원)</li> </ul> |
| 특수학교        | <p>특수학교 유치원</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 만 3~5세 특수교육대상자로 선정된 유아를 위한 교육 실시</li> <li>• 특수학교에 있는 유치원 교육과정으로 특수교육 및 여러 치료지원 가능</li> </ul> <p>유아특수학교</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 만 0~5세 특수교육대상자로 선정된 영유아를 위한 교육 실시</li> <li>• 영유아 시기의 적합한 교육과정과 특수교육 관련서비스 치료지원 제공</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 일반적으로 유아특수교사는 한 학급에서 최대 4명의 유아를 지도함</li> </ul>                                                                                                                              |

#### 특수교육지원센터

- 각 지역 교육지원청이 운영하는 기관으로, 특수교육대상자의 지원신청을 받아 진단 및 평가, 교육배치, 지원을 총체적으로 관할
- 특수교육 관련 서비스 지원, 상담 활동, 통합교육 및 순회교육, 치료 지원, 보조공학기기 대여
- 특수교육대상 영아지원(센터 방문 교육, 통신 교육, 체험 교육, 1대1 수업 및 그룹 형태의 수업)
- 초등학교 입학 관련 정보 제공(특수교육대상자 초등학교 입학 설명회 등)



## 2

## 지원·정책 서비스

## ● 집으로 찾아와서 발달검사를 해주는 서비스가 있을까요?

Q

아이가 아직 어려서 외출이 어려워요. 전문가가 집에 와서 우리 아이 발달을 검사해줄 수 있을까요?

A

가정방문서비스는 현재 서울시에서만 운영하고 있습니다. 서울시에서는 건강 격차 해소를 위해 임신, 출산, 양육 중인 부모를 자치구 보건소를 통해 생애 초기 지역사회 보건사업에서 간호사가 가정방문하여 자녀의 건강과 발달을 지원합니다.

## 서울아이 건강 첫걸음 사업

- 서울시 자치구 보건소를 통하여 진행하는 생애 초기 지역사회 보건사업
- 관할 지역 보건소에 신청
- 임신, 출산, 아이 나이 만 2세까지 간호사의 가정방문서비스 제공
- 부모의 양육역량 강화를 위한 지원



● 발달이 느린 아이를 위한 사회복지서비스가 있나요?

Q

우리 아이가 발달이 느립니다. 현행 사회복지서비스 중 우리 아이가 혜택을 받을 수 있는 사회복지서비스가 있을까요?

A

발달이 느린 아이가 혜택을 받을 수 있는 사회복지서비스는 영유아발달지원서비스입니다. 이 서비스는 사회서비스 전자바우처에서 신청하실 수 있습니다.

**영유아발달지원서비스**

- 만 0~6세 영유아 중 다음 조건 해당자에 한함
  - ✓ 영유아 건강검진의 발달평가 결과가 '추적검사요망'이나 '심화평가권고'인 영유아
  - ✓ 발달지연 영유아(유아교육기관장·보육시설장의 추천, 발달검사 결과, 의사의 소견서)
  - ✓ 보건소장이 영유아발달지원서비스가 필요하다고 추천한 영유아
- 중재서비스가 필요한 영유아를 관찰 및 평가하여 다양한 원인 분석
- 지연된 발달영역의 발달을 촉진하기 위한 중재서비스 제공
- 중재서비스 비용을 소득수준에 따라 차등 지원(2023년 중위소득 120%이하 가구의 영유아)
- 지역사회서비스 투자사업
- 관할 행정복지센터(구 주민센터)에 신청



## ● 우리 아이 치료서비스 비용(언어치료, 감각치료, 행동치료 등)을 어디에서 지원받을 수 있을까요?



아이가 말을 늦게 시작해서 아직도 또래보다 말이 늦고 어눌합니다. 어린 시기에 최대한 발달할 수 있도록 치료서비스를 꾸준히 받고 싶은데 비용을 지원받을 수 있을까요?



발달에 어려움이 있는 영유아에게는 다양한 치료서비스가 도움이 될 수 있습니다. 이를 위하여 현재 국가에서는 치료지원 정책을 시행하고 있습니다. 치료서비스 비용을 지원받는 방법은 아래 내용을 참고하세요.

### 발달재활서비스

- 지역사회 복지관과 장애인 종합복지관 및 기타 사설 치료기관에서 발달재활서비스 가능
- 만 0~5세 영유아 중 의사의 진단서와 검사 결과를 제출하여 발달재활서비스가 필요함을 증명하면 지원 가능
- 발달재활서비스 비용을 소득수준에 따라 차등 지원(2023년 전국가구 평균소득 180% 이하 가구의 영유아)
- 월 22만 원의 바우처 지원(소득수준에 따라 바우처 지원액 및 본인부담금 차등화)
- 언어, 청능, 미술, 음악, 행동, 놀이, 심리, 감각, 운동 등 발달재활서비스와 장애 조기 발견 및 발달진단 서비스, 중재를 위한 부모 상담서비스 등 지원
- 관할 행정복지센터(구 주민센터)에 신청

### 특수교육대상자 치료지원 서비스

- 특수교육대상자의 생활적응능력을 강화하고 2차 장애를 예방하기 위하여 특수교육활동 및 통합교육 지원
- 특수교육대상자 중 치료지원이 필요한 경우 가능
- 보건복지부의 발달재활서비스와 동일 영역 중복 지원 불가
- 소속학교에서 신청

### 특수교육지원센터

각 지역 교육지원청이 운영하는 기관으로, 특수교육 대상자의 지원신청을 받아 진단 및 평가, 교육배치, 지원을 총체적으로 관할

- 특수교육 관련 서비스 지원, 상담 활동, 통합교육 및 순회교육, 치료 지원, 보조공학기기 대여



●● 우리 아이 상담 지원, 어디에서 받을 수 있나요?

Q

우리 아이 담임선생님이 상담받아볼 것을 권합니다. 가정과 유치원(어린이집)에서 행동문제를 자주 보이다 보니 상담이 필요합니다.

A

심리적인 어려움이나 행동문제를 보이는 영유아는 상담서비스가 도움이 될 수 있습니다. 이를 위하여 '사회서비스 전자바우처'를 통해 상담 지원을 신청하고 있습니다.

**아동청소년 심리지원서비스**

- 지역사회 복지관과 장애인 종합복지관 및 기타 시설 상담기관에서 시행
- 만 0~18세 영유아, 아동, 청소년
- 소득수준에 따라 차등 지원. 2023년 중위소득 140% 이하
- 심리·행동 문제의 조기 발견 및 개입으로 영유아, 아동, 청소년의 건강한 성장 지원
- 위험군 영유아 및 아동 중 서비스 지원이 우선적으로 필요하다고 판단되는 경우 가능
- 장애영유아 및 아동의 경우 발달재활서비스에서 제외되는 9개 유형  
(지체, 정신, 신장, 심장, 호흡기, 간장, 안면, 장루 및 요루, 간질)만 포함
- 영유아발달지원서비스, 장애아동발달재활서비스와 중복 지원 불가
- 월4회(주1회), 1회당 50분 지원
- 지역사회서비스 투자사업
- 관할 행정복지센터(구 주민센터)에 신청

## ● 부모를 위한 양육비 지원은 어떻게 받나요?



발달이 지체되어 있다고 하는데, 발달지원을 위해 놀잇감이라도 사주려니 경제적 부담이 큼니다. 지원받을 수 있는 수당은 없나요?



발달지체와 같은 장애 영유아를 양육하는 데 비용이 추가로 발생하는 경우가 많습니다. 이를 지원하기 위한 국가의 경제적 지원사업 및 정책사업은 다음과 같습니다.

### 장애아동 수당

- 만 0~18세 장애영유아, 아동, 청소년 중 기초생활수급자, 차상위계층 가정
- 저소득 가정의 장애아 양육에 필요한 추가비용 지원
- 중증 장애는 기초생활수급 가정에는 월 20만원, 차상위계층 가정에는 월 15만원 지원(2023년 기준)
- 경증 장애는 기초생활수급과 차상위계층 가정 모두에 월 10만 원 지원(2023년 기준)
- 관할 행정복지센터(구 주민센터)에 신청

### 장애아동 양육수당

- 만 86개월 미만 장애등록 영유아
- 장애영유아를 가정에서 양육하는 경우 지원
- 보육료, 유아 학비, 종일제 아이돌봄 서비스 중복 지원 불가
- 만 0~36개월 미만 월 20만 원, 만 36~86개월 미만 월 10만 원 지원(2023년 기준)
- 관할 행정복지센터(구 주민센터)에 신청

● 부모를 위한 돌봄 지원, 심리 지원은 어떻게 받나요?

Q

아이가 발달이 늦고 문제행동을 보이니 잠시라도 맡아주는 사람이 없습니다. 내가 전담해서 양육하다 보니 힘들어서 그런지 우울할 때가 많습니다.

A

발달에 어려움이 있는 영유아에게는 다양한 가족지원서비스가 필요합니다. 이를 위해 현재 국가에서는 양육지원 등 가족지원프로그램을 시행하고 있습니다.

**아이돌봄 사업**

- 만 0~12세의 영유아 및 아동을 양육하는 가정에서 양육 공백이 발생한 경우에, 아이돌보미를 가정에 파견하여 돌봄 서비스 제공
- 등하원 및 준비물 보조, 부모 귀가까지 임시보육, 놀이 활동, 준비된 식사 및 간식 챙겨주기 등의 돌봄 서비스 제공
- 가정의 소득수준에 따라 차등 지원(2023년 중위소득 150% 기준)
- 관할 행정복지센터(구 주민센터)에 신청

**장애아가족 양육지원사업**

- 장애아동 가족의 과중한 돌봄 부담을 줄이고 부모나 보호자의 일상생활과 사회활동을 지원하는 서비스입니다. 대표적으로 돌봄서비스와 휴식지원 프로그램이 있습니다.

**① 돌봄서비스**

- 만 18세 미만 장애정도가 심한 장애등록 대상
- 장애인의 자립생활을 지원하고 가족의 부담을 줄여 장애인의 삶의 질 향상 지원
- 가정의 소득수준에 따라 차등 지원(2023년 중위소득 120% 이하인 가정과 초과인 가정 지급 상이)
- 관할 행정복지센터(구 주민센터)에 신청

**② 휴식지원 프로그램**

- 만 18세 미만의 모든 장애아 가족
- 소득과 무관하게 지원
- 교육, 문화, 상담 및 치료, 자조모임, 정보제공 등의 프로그램 제공
- 장애아동·발달장애인지원센터나 장애인가족지원센터에서 거주지 해당지역 사업시행기관 검색 및 신청

#### 장애아동·발달장애인지원센터

- 장애아가족 양육지원사업 지원
- 발달재활서비스 자격관리 담당
- 중앙장애아동·발달장애인지원센터에서 17개 지역  
장애아동·발달장애인지원센터 검색 가능



#### 장애인가족지원센터

- 장애인 가족에 대한 인식개선 사업
- 장애인 가족 돌봄 지원
- 장애인 가족 휴식 지원
- 장애인 가족 사례관리 지원
- 장애인 가족 역량강화 지원
- 장애인 가족 상담 지원



#### 장애인 활동지원 사업

- 만 6세 미만의 장애등록한 경우
- 장애인의 자립생활을 지원하고 가족의 부담을 줄여 장애인의 삶의 질 향상 도모
- 신체활동은 목욕 도움, 세면 도움, 식사 도움, 실내이동 도움 등 지원
- 가사활동은 청소 및 주변 정돈, 세탁, 취사 등 지원
- 사회활동은 등하교 및 출퇴근 보조 지원, 외출 동행 등 지원
- 방문목욕은 가정방문 목욕 제공
- 방문간호는 간호, 진료, 영양상담, 구강위생 등 지원
- 관할 행정복지센터(구 주민센터)에 신청

### 3

## 지역사회 협력기관

### ●● 우리 아이 발달은 어디에 문의해야 하나요?

Q

집에서 아이를 키우다가 발달에 대해 궁금해질 때 물어볼 곳이 있을까요?

A

영유아의 발달을 지원하는 기관에 문의하시면 발달검사, 발달 관련 정보 및 상담 등 여러 발달지원을 받을 수 있습니다. 다음은 발달 관련 정보 및 도움을 받을 수 있는 기관입니다.

#### 우리아이발달지원단(부산)

- 발달 검사 및 전문가 발달 상담
- 맞춤형 가족중심 조기중재서비스
- 발달지원 네트워크
- 부모 교육 및 코칭
- 장애 조기발견 홍보



#### 서울아이발달지원센터

- 서울시 거주 미취학 아동을 대상으로 한 서울시 최초 영유아 발달지원 센터
- 영유아 발달검사, 발달의 어려움 조기 발견
- 전문기관으로 치료 연계
- 심리전문가 방문평가 및 온라인 상담
- 발달예방프로그램 운영 및 발달지원



### 경기도 육아종합지원센터

- 영유아 발달지원 서비스
- 경기도 내(현재 동두천, 연천 시행) 거주 미취학 영유아 대상 발달선별검사 지원
- 상담심리사/임상심리사 자격을 가진 발달지원상담원의 선별 검사지원
- 상담, 종합진단 및 치료기관 연계



## ● 한부모, 다문화, 조부모 가정을 지원해주는 기관이 있나요?

Q

- 아버지 혼자서 자녀를 키우고 있습니다.
- 손자를 전담해서 양육하고 있는데 발달이 늦다고 합니다.
- 어머니(아버지)가 다른 문화권에서 온 분으로 자녀 양육에 어려움이 있습니다.

A

한부모가정, 조부모가정, 다문화가정 등은 영유아를 양육하는 데 여러 어려움을 겪을 수 있습니다. 영유아의 발달에 어려움이 있다면 전문기관에서 도움을 받기를 권합니다. 가족센터에서 도움을 받을 수 있습니다.

### 가족센터

- 한부모가정 지원
- 조부모가정 지원
- 다문화가정지원센터와 함께 운영



● 발달에 어려움이 있는 아이와 가족들을 지원하는 기관은 어디인가요?

Q

- 우리 아이에게 적합한 교육기관은 어디일까요?
- 우리 가족에게 필요한 지원은 어디서 받을 수 있을까요?

A

지역사회에 있는 기관들에서 제공하는 영유아를 위한 프로그램과 가족지원 프로그램을 적극 활용하기를 권합니다. 구체적인 지원기관은 다음과 같습니다.

| 기관명                | 지원내용                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                     |                            |                                                                                       |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 지역교육청별<br>특수교육지원센터 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 특수교육대상자의 특수교육 및 통합교육 지원</li> <li>• 특수교육대상자 치료지원 서비스</li> </ul>                                                                                                                                                |                                                                                     |                            |                                                                                       |
|                    | 서울특별시교육청<br>특수교육지원센터                                                                                                                                                                                                                                   |    | 세종특별자치시<br>교육청<br>특수교육지원센터 |    |
|                    | 부산광역시교육청<br>특수교육<br>보조공학기기 대여<br>및 자료지원시스템                                                                                                                                                                                                             |   | 대전광역시교육청<br>대전특수교육원        |   |
|                    | 울산광역시교육청<br>특수교육지원센터                                                                                                                                                                                                                                   |  | 제주시교육지원청<br>특수교육지원센터       |  |
|                    | 인천광역시교육청<br>특수교육지원센터                                                                                                                                                                                                                                   |  | 광주광역시교육청<br>특수교육지원센터       |  |
| 중앙육아<br>종합지원센터     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 전국 지역별 센터 검색 가능</li> <li>• 어린이집 지원 및 관리, 양육자의 가정양육지원을 위한 육아지원 제공</li> <li>• 부모교육, 부모상담(문제행동, 아동발달, 양육방법), 양육서비스, 어린이집 이용 정보(어린이집, 장애아통합어린이집, 장애아전문어린이집)</li> <li>• 지역 내 육아종합지원센터에서 어린이집의 장애아 지원 제공</li> </ul> |                                                                                     |                            |  |

| 기관명                      | 지원내용                                                                                                                                                                  |                                                                                       |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 중앙<br>장애아동·발달장애인<br>지원센터 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 발달재활서비스 관련 정보</li> <li>• 장애아가족 양육지원사업(돌봄서비스, 휴식지원프로그램)</li> </ul>                                                            |    |
| 보건소                      | • (전국)영유아 발달장애 정밀검사비 지원사업                                                                                                                                             |    |
|                          | • (서울)서울아이 건강 첫걸음 사업(0-2세 대상 간호사의 가정방문)                                                                                                                               |                                                                                       |
| 관할 행정복지센터<br>(구 주민센터)    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 영유아발달지원서비스, 발달재활서비스, 아동청소년 심리지원서비스</li> <li>• 아이돌봄 사업, 돌봄서비스</li> <li>• 장애아동 수당, 장애아동 양육수당</li> <li>• 장애인 활동지원 사업</li> </ul> |                                                                                       |
| 우리아이발달지원단<br>(부산)        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 발달검사 및 전문가 발달 상담</li> <li>• 맞춤형 가족중심 조기중재서비스</li> </ul>                                                                      |    |
| 서울아이<br>발달지원센터<br>(서울)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 서울시 거주 미취학 아동을 대상으로 한 발달 지원</li> <li>• 영유아 발달검사 및 발달의 어려움 조기 발견</li> </ul>                                                   |   |
| 가족센터                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 한국건강가정진흥원에서 전국 지역센터 검색 가능</li> <li>• 한부모가정, 조부모가정, 다문화가정 지원</li> <li>• 전국 지역센터 검색 가능</li> </ul>                              |  |
| 장애인가족지원센터                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 장애인 가족에게 필요한 개별적 지원</li> <li>• 장애인 가족의 지역사회 내에서의 공동체적 삶을 위한 지원</li> </ul>                                                    |  |

## 참고문헌

- 1) CDC (2023). Learn the Signs. Act Early. <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>에서 인출 재구성.
- 2) 윤치연, 전진숙, 김혜란(2018). 단단한 디딤돌 육아가이드북. 발체 후 재구성. 부산광역시육아종합지원센터.
- 3) 김영훈(2014. 4. 26). 유아교육에 있어서 성격의 역할. 한국육아지원학회 2014년 춘계학술대회 발표자료집, 현대사회의 육아 지원을 위한 다각적 접근: 영·유아의 역량강화(pp.51-86). 발체 후 재구성. 용인: 강남대학교.
- 4) 육아정책연구소·한국육아지원학회(2022). 위험군 영유아 지도를 위한 교사안내자료: 아이의 발달속도에 맞춘 러닝메이트. 육아정책연구소.
- 5) 정효정(2023. 7. 17). 장애위험영유아 선별, 조기개입 및 가족지원 토론회. 2023년 제1차 장애위험영유아 지원을 위한 연구포럼, 장애위험영유아의 조기 선별과 가족 지원 방안(pp. 27-33). 서울: 육아정책연구소.
- 6) 강남차병원(2023). 소아발달클리닉. <https://gangnam.chamc.co.kr/treatment/list/development/introduction.cha>에서 인출.
- 7) 의정부육아종합지원센터(2022). 연령별 발달의 적신호. [https://icare.or.kr:41788/bbs/board.php?bo\\_table=s3\\_7\\_2&wr\\_id=11&sst=wr\\_datetime&sod=desc&sop=and&page=1&device=pc](https://icare.or.kr:41788/bbs/board.php?bo_table=s3_7_2&wr_id=11&sst=wr_datetime&sod=desc&sop=and&page=1&device=pc)에서 인출.
- 8) 박현희, 이경화(2020). 유아부모효능감 검사도구 개발 및 타당화. 열린부모교육연구, 12(3), 97-122.
- 9) Collins, A. L. & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models and relationship quality in dating couples. Journal of Personality and Social Psychology, 58(4), 644-663.
- 10) 최강록(2023. 8. 5.). [Doctor's Mail]불안정 애착, 바뀌고 싶습니다. 정신의학신문. <https://www.psychiatricnews.net/news/articleView.html?idxno=34650> 에서 인출 재구성.
- 11) 송금순(2021). NLP 부모교육 프로그램이 원가족 경험의 부정적 핵심감정과 양육스트레스에 미치는 영향 연구. 신한대학교 석사학위논문.
- 12) 여성가족부(2020). 부모의 양육 유형. “우리 엄마는 알파맘? 타이거맘?” <https://asocialworker.tistory.com/277> 에서 인출.
- 13) 여성가족부(2016). 영유아기 부모교육영상. <https://www.youtube.com/watch?v=n0OICBEOfd8> 에서 인출.
- 14) 서천석, 배승민, 김도희, 김여경, 허지은(2020). 양육스트레스 관리 부모교육 강사진 매뉴얼 Module 1~4. 한국보육진흥원 중앙육아종합지원센터.
- 15) Center for Early Childhood Mental Health Consultation (2008). Infant Toddler Temperament Tool: IT3 <https://www.ecmhc.org/temperament/> 에서 인출.
- 16) 유재령, 위영희, 이영애, 정윤주, 이소연, 김리진, 차효정, 이은아김, 채은영(2018). 부모양육태도 점검 부모교육 자녀 놀이에 어떻게 참여하나요?. 한국보육진흥원 중앙육아종합지원센터.
- 17) 이호선(2023. 1. 9.). 언어지연 ①말이 느린 우리 아이, 언어치료 받아야 할까? 정신의학신문. <http://www.psychiatricnews.net/news/articleView.html?idxno=34003> 에서 인출.
- 18) 이호선(2023. 3. 9.). 언어지연 ④부영이 원칙(OWL)을 기억하세요. 정신의학신문. <http://www.psychiatricnews.net/news/articleView.html?idxno=34198> 에서 인출.
- 19) 이호선(2023. 4. 6.). 언어지연 ⑥내 아이의 의사소통 스타일은? 정신의학신문. <http://www.psychiatricnews.net/news/articleView.html?idxno=34284> 에서 인출.

- 20) 이호선(2023. 5. 26.). 언어지연 ⑥내 아이의 언어발달을 방해하는 것은? 정신의학신문. <http://www.psychiatricnews.net/news/articleView.html?idxno=34434> 에서 인출.
- 21) 김정미(2000). 부모-아동 반응성 상호작용 증진 프로그램 개발 및 적용효과 -발달장애 아동을 대상으로-. 중앙대학교 박사학위논문.

|     |                                       |
|-----|---------------------------------------|
| 집필진 | 최일선 한국육아지원학회 회장(경인교육대학교 유아교육과 교수)     |
|     | 김형미 한국육아지원학회 연구이사(한국성서대학교 영유아보육학과 교수) |
|     | 김영아 한국육아지원학회 이사(송의여자대학교 유아교육과 교수)     |
| 연구진 | 김은설 육아정책연구소 선임연구위원                    |
|     | 김아름 육아정책연구소 연구위원                      |
|     | 김지현 육아정책연구소 연구위원                      |
|     | 김희수 육아정책연구소 연구원                       |

- 본 책자는 육아정책연구소 「어린이집과 유치원 장애위험영유아 조기발견 및 발달지원 종합대책 방안(II): 부모용 도구개발 및 가족 지원 방안」 연구의 별책 자료집입니다.

발달에 어려움이 있는 영유아의 부모를 위한 안내자료

## 아이의 발달속도에 맞춘 러닝메이트

발 행 2023년 12월  
 발행처 육아정책연구소  
 주 소 서울시 중구 소공로 70 포스트타워 9층  
 전 화 (02) 398-7700  
 팩 스 (02) 398-7792  
 디자인 및 인쇄 유월애 (02) 859-2278

- 본 자료집의 저작권은 육아정책연구소에 있으며, 사전 승인 없이 자료집 내용의 무단전재나 무단복제를 금합니다.

발달에 어려움이 있는 영유아의 부모를 위한 안내자료

## 아이의 발달속도에 맞춘 러닝메이트



**육아정책연구소**  
Korea Institute of Child Care and Education

서울특별시 중구 소공로 709층

Tel. 02 398 7700 Fax. 02 398 7792 [www.kicce.re.kr](http://www.kicce.re.kr)



비매품/무료  
93370

9 791168 650473  
ISBN 979-11-6865-047-3