

1. 문제행동 상담사례

1. 문제행동 상담사례	배변훈련	아직 기저귀를 못 댄 아이 관창을까요? 갑자기 화장실 가기를 거부해요	12p 13p
	자위	아이가 자신의 성기를 자주 만져요	14p
	미디어 중독	온라인 게임을 조절하지 못하는 아이	15p
	공격성	아이가 심하게 꼬집어요 동생이 태어나고 아이가 거칠게 행동해요	16p 17p
	수면	아이의 밤낮이 바뀌었어요	18p
	식습관	아이가 식사할 때 씹지 않고 삼켜요 아이가 편식이 심해요	19p 21p
	소유욕	자기 것을 나누는 나이는 언제일까요?	23p
	고집	고집쟁이 아이	24p
	빨기	인형을 빨아요	26p
	분리불안	아이의 분리불안과 복직	28p



아직 기저귀를 못 떼는 아이 괜찮을까요?

상담내용

36개월 된 우리 아이는 아직 기저귀를 떼지 못했어요. 변기에는 잘 앉지만 변기에서는 응가가 나오지 않는다고 하여 아직 성공한 적은 없어요. 변기 사용이 늦어지는 것도 걱정이지만, 최근에는 더 큰 고민이 생겼어요. 그건 바로 장소를 가리지 않고 배변을 하는 것입니다. 집에서는 응가가 나오지 않는다면 배변하지 않던 아이가 어린이집 가는 엘리베이터 안에서나 어린이집 차량을 기다리면서 배변을 봅니다. 매번 대변 실수로 등원이 늦어져 담임선생님께 연락하는 것도 점차 부담스러워집니다. 우리 아이 왜 배변을 가리지 못하는 걸까요?

답변내용

아이와 부모는 출생부터 36개월까지 치열하게 성장합니다. 엄마는 부모로서, 아이는 정서적·신체적으로 급격한 성장을 하는 시기입니다. 따라서 이 시기는 부모님도 아이도 일종의 '성장통'을 경험하게 됩니다.

36개월 무렵의 아이들은 자아가 생기기 시작하면서 고집, 떼쓰기가 늘어나기 시작합니다. 이것은 보편적으로 그 시기에 이루어지는 발달의 '특성'이라고 할 수 있습니다. 그래서 엄마와의 첫 번째 힘겨루기가 시작되는 시기이기도 합니다. 이 시기에는 대소변 훈련과 함께 '되는 것'과 '안되는 것'을 배우며 자신의 욕구를 조절하는 방법을 배워나갑니다. 아이들이 자신의 욕구를 조절하는 것을 배워나갈 때 양육자의 일관된 훈육은 매우 중요합니다.

양육자분께서 걱정하신 '배변훈련'은 자연스럽게 이루어지는 것이 가장 이상적이며, 이론적으로 배변훈련을 너무 빠르게 한다거나 강압적으로 진행하는 것은 아동의 성격 형성에 부정적 영향을 미칠 수 있습니다. 배변훈련을 마치는 연령은 개인마다 차이가 있을 수 있으니, 양육자는 조급해하지 말고 아이가 자연스럽게 대소변을 볼 수 있는 분위기를 만들어 주세요. 아이가 배변을 집에서는 하지 않고, 밖에 나가서 한다는 것은 외부의 환경이 배변을 보기에 더 이완되는 상황이라고 몸이 기억하는 것일 수 있습니다.

지금은 아이가 집에서 편하게 배변을 볼 수 있도록 환경을 만들어 주는 것이 가장 중요해 보입니다. 변기에 앉아서 아이가 편하게 배변을 볼 수 있는 방법들을 생각해 보세요. 변기는 따뜻하게 해주고, 아이의 엉덩이가 빠지지 않는 적당한 크기여야 합니다. 또한, 아이의 발이 항상 바닥에 닿는 것이 중요하기 때문에 되도록 아기 변기를 사용하고, 어른 변기를 함께 사용할 경우에는 적당한 크기의 받침대를 아이 발 밑에 놓아주세요. 아이가 3~5분쯤 변기에 앉아있었는데도 대변이 나오지 않는다고 한다면 다음을 기억하며 아무 일 없던 것처럼 옷을 입혀 다시 놀게 합니다. 변기에서 내려와 다른 장소에서 변을 봤다고 해서 야단치는 일은 피해야 합니다. 만약 대변 보는 것에 성공하면 엉덩이를 깨끗이 닦아주고 잘했다고 칭찬해주세요. 양육자의 따뜻한 칭찬을 통해 아이의 성공 경험을 지지해 주시기 바랍니다.



갑자기 화장실 가기를 거부해요

상담내용

19개월 아이의 엄마입니다. 아이가 잘 걸을 때부터 변기를 친숙하게 생각했으면 해서 배변을 보면 기저귀에서 배변을 분리해 '응가 빠빠이! 응가의 나라로 간다~' 하면서 기저귀를 갈고 매번 배변을 씻어 주었어요. 그리고 아이도 놀이처럼 스스로 변기도 내리고 배변에게 손도 흔들어줬는데 한 2~3주 전부터 배변을 보았을 때 기저귀를 갈러 가자해도 잘 가지를 않고 화장실 가기를 싫어하고 가지 않으려고 해요. 아이의 행동이 달라진 이유가 무엇인지 궁금합니다.

답변내용

기저귀 갈기도 잘하고 스스로 변기도 내리던 아이가 갑자기 화장실 가기를 싫어하면 당황스럽고 무슨 일이지 하고 걱정도 크실 것 같아요. 원래 잘하던 행동을 갑자기 하지 않을 때는 아이들에게도 나름의 이유나 상황이 있는 경우가 많아요. 화장실 가는 것을 2~3주 전부터 싫어했다면 그 상황 전에 아이의 주변에 변화나 스트레스 요인이 있었는지 먼저 체크해주세요. 그리고 그러한 상황을 조정할 수 있다면 조정을 해주세요. 또는 환경의 변화나 스트레스 요인을 주는 상황으로 아이들은 특히 기질적으로 까다롭거나 예민한 아이들은 더 쉽게 영향을 받을 수 있으며, 위축되거나 퇴행적인 행동으로 나타날 수 있습니다. 이때 너무 강압적으로 수행하기 보다 아이의 불편한 마음을 알아주시고 다시 처음부터 아이가 화장실과 친해질 수 있도록 도와주시기를 권합니다. 계속 강압적이고 억지로 하게 되면 화장실 자체를 싫어하고 추후 대소변훈련에 영향을 미칠 수 있으니까요.

우선 화장실이 재미있는 공간으로 경험되게 해주세요. 즐겁게 엄마와 함께 거품목욕을 하며 물놀이를 하거나, 물풍선 던지기 등을 하는 것도 방법입니다. 물로 씻는 것을 거부한다면 우선은 물티슈로 닦아주시고 아이가 편안할 때 씻겨주세요. 우선은 물과 친해지는 활동을 해주시면 좋아요.

아이가 변을 보면 반갑게 알아주고, 버리는 건 엄마가 즐겁게 해주세요. 아이와 함께 했던 행동을 엄마가 혼자서 즐겁게 해 보세요. 아이가 관심을 가지고 엄마의 행동을 보다가 모방할 수 있게요.

아이가 예민한 것인지, 엄마가 불안이 높은 것인지, 계획대로 진행이 안되면 불편한지도 함께 살펴보는 기회로 삼는 것도 좋을 것 같아요. 예민한 아이라면 이후에도 작은 스트레스 상황이나 변화에 민감하게 반응할 테니 그때도 퇴행하는 마음을 수용해주며 다시 심리적으로 회복되기를 기다려주시면 도움이 됩니다. 엄마의 불안이 아이의 불안을 가중하는 경우도 있으니까요.



자위

아이가 자신의 성기를 자주 만져요

상담내용

18개월 여자아이를 키우고 있는 양육자입니다. 간지러운 것인지, 기저귀 때문인지, 아니면 만졌을 때 느낌이 신체의 다른 부위와 달라 그런 것인지 모르겠지만, 성기를 자주 만지는 아이 때문에 고민입니다. 기저귀 안으로 손을 넣어서 만지기도 하고, 샤워할 때 옷을 벗겨 놓으면 계속 성기를 만지려고 합니다. 비누칠을 해주거나 샤워할 때 샤워기를 성기에 가져다 대는 행동을 하기도 합니다. 이런 경우 말려야 하는지, 아니면 발달에 따른 자연스러운 행동으로 받아들여야 하는지 궁금합니다.

답변내용

만 2세까지는 감각운동기 시기로서 자신의 신체에 대한 호기심이 왕성할 때입니다. 따라서 아이가 성기를 만지는 행동은 자신의 신체를 탐색하는 과정 중 하나일 수 있습니다.

또한, 아이에게 발생한 내적 긴장이나 불안, 심심함을 해소하기 위함일 수도 있습니다. 연령상 18개월 무렵에는 느껴지는 정서들이 다양해질 시기지만, 자신의 내부에서 발생한 감정이나 느낌들을 적절히 해소하는 정서적 처리방법은 아직 잘 알지 못하는 시기입니다. 이런 시기에 우연히 알게 된 감각적 느낌을 통해 긴장이나 불안, 심심함과 같은 정서들을 해소해 본 경험을 했다면, 아이가 그 행동을 지속하게 될 수도 있습니다. 따라서 아이가 긴장이나 불안이 높은 성향인지, 혹은 아이를 불안하게 하거나 긴장하게 하는 외부 자극은 없는지 살펴볼 필요가 있겠습니다.

아직 아이가 18개월이기 때문에 어떠한 행동에 대해 "하지 마"라고 알려주거나 아이의 행동을 말리더라도 이해하기 어려운 시기입니다. 만약 아이가 이해하지 못하는 상태에서 아이의 행동을 말리거나 제지할 경우, 아이는 어른으로부터 수용 받지 못한 경험이 누적되어 불만족감이 더 커질 수 있습니다. 어머님께서 아이의 행동에 대한 걱정과 고민이 지속되신다면, 집 근처 가까운 상담센터를 방문하셔서 놀이치료 전문가가 아동을 관찰하고 어머니가 양육 상담을 받아보시는 것도 방법입니다. 이는 어머님께서 아이를 종합적으로 파악하시고, 양육 방법을 알아 가시는 기회가 될 수 있습니다. 걱정이 많이 되시겠지만, 아이에게 보다 나은 양육을 제공하기 위해 고민하시는 어머니가 지금의 난관을 하나씩 해결해나가시기를 바랍니다.



미디어 중독

온라인 게임을 조절하지 못하는 아이

상담내용

7세 아이의 양육자입니다. 아이가 핸드폰 게임과 관련하여 예민한 모습을 보여 걱정입니다. 핸드폰을 본격적으로 접한 것은 4~5세부터였고 한번 핸드폰을 사용할 때 30분 내외로 제한하고 있습니다. 평상시에는 칭찬스티커를 활용해 주어진 미션 수행 시 이틀에 한 번 15분씩 게임을 할 수 있게 하고, 주말에는 외출 시 30분~1시간 내외로 핸드폰을 할 수 있게 해주고 있습니다.

문제는 약속시간을 초과해 그만두게 할 때마다 화를 내고 폭력적인 면까지 보이는 아이의 모습입니다. 아이가 스스로 핸드폰 사용 시간을 약속하지만, 그 약속을 지키지 못하는 경우가 많은데, 어떻게 해야 절제할 수 있을까요?

답변내용

우선, 아이들은 핸드폰 게임 시간을 스스로 조절할 수 없으며, 게임 내용이 공격적이라면 그것을 멈추게 할 때, 보다 공격적인 행동을 보일 수 있습니다. 따라서 아무리 아이가 좋은 행동을 했을지라도 핸드폰 게임은 좋은 보상이 될 수 없습니다.

아이가 이미 핸드폰 게임을 자주 접했다면 이를 멈추게 하는 것은 마치 배가 너무 고프는데, 뷔페식당에 가서 '참아'하는 것과 같습니다. 그러므로, 될 수 있는 한 핸드폰을 사용하더라도 공격적인 게임은 하지 않게 하는 것이 바람직합니다.

다음과 같이 해보시기 바랍니다.

① 공격성이 없는 게임 하기

② 온라인 게임 30분 후 양육자와 1시간 동안 놀이 시간 가지기

예: 보드게임, 설거지, 빨래 개기, 청소하기 등

③ 온라인 게임처럼 일상에서 성취하는 기회 가지기

TIP 온라인 게임은 자기 마음대로, 원하는대로, 금방 성취하는 즐거움이 있으므로 일상에서 스스로 해내는 경험 가질 수 있는 기회 제공하기



아이가 심하게 꼬집어요

상담내용

18개월 아이를 키우고 있는 양육자입니다. 요즘 아이가 꼬집는 행동이 빈도수도 늘고 강도도 세져 온 팔이 상처투성이입니다. 특히 아이를 안고 있거나 잡으려 하면 손목을 많이 꼬집습니다. 평소에 아이가 화와 흥분을 주체하지 못해서 몸을 떨거나 강하게 몸부림을 치는 편인데 이제는 그 행동에 꼬집는 행동이 더해진 상태입니다. 최근에 어린이집을 다니기 시작했고, TV를 보여주기 시작했는데 그것과 연관이 있을까요? 어떻게 대처하면 좋을까요?

답변내용

아이의 행동이 가지는 의미가 무엇인지, 그런 행동과 내적상태가 생긴 원인이 무엇인지 살펴볼 기회를 갖는게 필요해보입니다. 원인들에는 첫째, 근본적이고 오래된 원인(타고난 성향, 감각적 예민성, 지난 1년간의 애착의 질 등), 둘째, 최근에 생긴 원인들(어린이집 입학, 엄마와의 갑작스러운 분리 등), 셋째, 아이의 행동을 강화하는 원인들(양육자들 간의 불일치된 양육태도나 훈육태도 등)이 있을 수 있습니다.

먼저 아이가 꼬집는 행동을 할 때 언제, 어떤 상황에서, 어떤 정서 상태인지 살펴볼 필요가 있겠습니다. 현재 18개월인 아이는 자신의 의사를 언어로 표현하기에는 아직 한계가 있다 보니, 자신이 마음속에서 느끼는 불편감이나 불만족감을 꼬집는 행동으로 표현할 수도 있고, 또는 어머니께 뭔가 신호를 보내는 수단으로 꼬집는 행동을 보일 수도 있습니다. 아이가 화, 짜증이 나서 꼬집는 행동을 보인다면 자신의 부정적 감정을 표현하기 위함일 수 있지만, 놀이를 할 때처럼 재미있는 표정을 짓는다면 꼬집을 때 느껴지는 말랑말랑한 느낌의 감각을 좋아하거나 하나의 놀이로 여겨서 일수도 있습니다. 이처럼 상황이나 아이의 감정 상태에 따라 행동에 대한 의미가 달라질 수 있기에 아이의 상태를 세밀하게 관찰하는 것이 필요해 보입니다.

다음으로, 아이가 감각적으로 민감하진 않은지 살펴볼 필요가 있겠습니다. 주로 어머니의 기록을 살펴보면, 어머니께서 아이를 안고 있거나, 아이를 잡으려고 할 때 어머니의 손목 쪽을 많이 꼬집는다고 말하셨습니다. 이는 아이가 자신의 몸에 닿는 자세 또는 몸이 압박(외부 자극에 의해 눌러지게 될 때)되는 시점에서 감각적으로 불편함을 느끼게 되어, 꼬집는 행동을 보이는 것일 수 있습니다.

한편, 아이를 둘러싼 변화된 환경(어린이집 등원, TV 보여주기)이 부정적 영향을 주었을까봐 걱정되시는 것으로 보입니다. 아이가 어린이집 등원한지 한 달, TV를 보게 된지 세 달쯤 되었다고 하셨습니다. 이와 같이 환경이 바뀐 것이 아이에게 영향을 주었을 수 있지만, 보통 아이들은 새로운 자극에 대해 한 달 정도 지나면 적응을 합니다. 따라서 아이가 꼬집는 행동을 보인 시기가 새로운 변화가 생기기 이전부터인지, 혹은 그 이후에 나타난 것인지 맥락에 대한 파악을 고려해보실 필요가 있겠습니다. 그 맥락을 파악하시어 아이가 자신의 욕구를 어머니께 전달하는 신호를 보냈을 때 놓친 부분은 없는지, 혹은 등원 시간, tv시청 시간이 늘어나면서 아이가 어머니와 보내는 정서적 교감 시간이 줄어들어 정서적으로 불충분함이 누적되어서인지, 아이가 바라는 정서적 욕구 정도는 어느 정도인지 고려해보실 필요가 있겠습니다.



동생이 태어나고 아이가 거칠게 행동해요

상담내용

첫째는 24개월이고, 둘째는 태어난지 60일 되었습니다. 둘째를 임신한 뒤로 첫째 아이가 본인 마음에 들지 않거나 불만이 생기면 '멤매'라는 말을 하면서 때리거나 물기 시작했습니다. 그리고 기분이 좋아도, 나빠도 소리를 지르고, 동생뿐만 아니라 엄마, 아빠, 할머니, 삼촌, 친구 등 '멤매'하면서 상대의 얼굴을 때립니다.

육아는 처음이라 아이가 돌 좀 지나고 때를 심하게 쓸 때 '멤매'라고 몇 번 한 적은 있었지만, 아이한테 좋지 않다는 걸 알고서는 그 뒤로 하지 않았습니다. 대신에 상황을 설명해주고, 안된다고 할 때는 단호하게 '안돼'라고 하면서 교육하고 있습니다. 때리거나 소리 지르는 행동을 보이면 바로 아이에게 '불만이 있으면 말로 해야해~ 때리는건 하면 안되는 행동이야! 나쁜거야!' 하면서 말합니다. 그러면 아이는 '네~ 하면 안돼요~'라고 대답을 합니다. 아이가 정말 이해를 한건지, 그 상황을 빨리 넘어가기 위한 행동인지 잘 모르겠습니다.

아이가 때리거나 소리 지를 때 제가 어떻게 해야 할까요? 곧 어린이집을 보내려 하는데 어린이집에 가서 친구들을 때리거나 물까봐 걱정이 됩니다.

답변내용

아이에게 하지 말아야 하는 행동을 알려줄 때는 나쁜 행동만 제한하시는 것이 아니라 먼저 아이의 마음을 공감해 주세요. '멤매'하는 행동을 허용해서는 안되지만, 아이가 어떤 점에 불만이 있고, 화가 났는지를 알아보고 아이의 마음을 수용해주는 것이 필요합니다.

① [마음 공감] "OO이가 마음이 어떡해서 멤매하고 싶었다는 거구나." → ② [제한 설정] "그런데 엄마/친구/삼촌은 때리는 대상이 아니야. 너가 맞는 대상이 아닌 것처럼." → ③ [대안 주기] "화가 나면 여기 쿠션을 대신 때리거나 '화가 나요' 라고 얘기할 수 있어" 라고 이야기해보세요.

공감하고 이해하는 마음의 전달 없이 행동에 대한 제한만 하면 아이들은 자기 마음이 왜 그런지 인식하지 못하고 이해를 못하게 되어 아이가 감정이나 행동을 조절하기 어려워집니다. 그러니 아이가 유사한 행동을 보이면 ①마음 공감, ②제한 설정, ③대안 주기를 해보시기 바랍니다.



아이의 밤낮이 바뀌었어요

상담내용

39개월 아이를 키우고 있는 양육자입니다. 이제 곧 어린이집에 보낼 예정인데, 2주 전부터 밤낮이 바뀌어서 걱정입니다. 아침에 잠든 후 초저녁에 일어나서 새벽 내내 놀이하다가 아침에 다시 잠에 듭니다. 아이와 함께 제 수면패턴도 바뀐 상태입니다.

남편의 근무지가 다른 지역이라 한 달에 2~3번 주말에 보고 있어 24시간 혼자 육아를 해야 하는데 수면패턴이 바뀌어버리니 너무 힘듭니다. 어떻게 다시 수면패턴을 바로 잡을 수 있을까요?

답변내용

아이의 낮과 밤이 바뀌어 걱정이 많으신 듯하네요. 39개월이면 활동량도 많을 텐데 요즘 코로나로 인해 가정에서 생활하는 시간이 많아져 수면패턴에도 영향을 미친 듯합니다. 독박육아를 하시는 상태라 더 힘드실 듯합니다.

아이들은 수면패턴을 바꾸기가 쉽지 않을 수도 있으나 1~2달 일관적이고 반복적인 생활을 하다 보면 어느새 바뀌어 있음을 아실 수 있을 테니 어머니께서 자신감을 가지시고 계획을 세워 도전해 보시기를 부탁드립니다.

일단 아침에 잠을 자고 싶어 하더라도 점심 때까지 잠들지 못하도록 바깥활동을 하는 것이 당분간 필요할 듯합니다. 어린이집에 못 간다면 엄마와 함께 산책이나 쇼핑이나 놀이터 등 아이가 잠들 수 없는 상태로 2시간 정도 버티게 해주신 후 점심을 먹고 2시간 정도 낮잠을 잔 후에 다시 알람을 맞추어 놓고 아이가 너무 많은 낮잠을 자지 않도록 도와주셔야 합니다. 이후 다시 세수를 하고 오후 간식을 가볍게 먹고 엄마와 역할놀이, 미술놀이, 음률놀이, 대근육이나 소근육 활동 중 한두 가지를 1~2시간 정도 함께 놀이한 후 저녁을 준비하는 동안 아이는 엄마 근처(주방에는 못 들어오게 하면서 엄마가 볼 수 있는 곳)에서 재활용품(예: 빈 페트병, 우유팩, 요플레통, 요구르트병 등)을 활용한 놀이나 야채 썰기 등 엄마와 함께하는 요리놀이 등을 하면서 엄마를 기다리다가 저녁을 먹고 가볍게 책을 읽다가 잠이 드는 형태를 유지해야 합니다.

처음 한두 달은 억지로라도 아침에 잠을 재우지 않고 바깥활동으로 유도하는 것이 중요합니다. 이후에는 낮잠이 길지 않도록 하는 것을 유의하신다면 아이는 저녁 9~10시쯤 다시 잠들 수 있을 것입니다.

어린이집에서의 하루일과와 같이 가정에서도 규칙적인 하루일과를 보낼 수 있도록 도와주시는 것이 필요합니다. 즉, <기상 → 아침 식사 → 산책 → 오전 간식 → 놀이 → 점심 → 낮잠 → 오후 간식 → 바깥놀이 → 저녁 식사 → 취침 준비>의 순서로 일관성 있는 생활이 중요합니다. 아이가 볼 수 있도록 위 순서대로 생활하는 사진을 찍어 벽에 나열해 주면 아이는 시각적인 효과가 있어 하루 일과를 더 잘 지킬 수 있을 것입니다.



아이가 식사할 때 씹지 않고 삼켜요

상담내용

25개월 아이를 키우고 있는 양육자입니다. 아이가 식사할 때 씹지 않고 삼켜서 대변에 밥알이 그대로 배출되는 상황이라 걱정이 됩니다. 어린이집에서도 음식에 크게 호불호는 없지만 음식물을 씹지 않아 걱정이 된다고 말씀하십니다.

이유식을 할 때 한 숟가락이라도 더 먹이려고 치즈로 꼬시면 치즈를 먹으려 씹지 않고 꼰딱 삼키던 행동이 버릇이 된 걸까요?

지금도 식판에 밥과 반찬을 주면 백김치만 먹어서 밥과 반찬을 먹으면 백김치를 준다고 하면서 먹이고 있는데 씹지 않고 삼켜버립니다. 음식을 씹지 않으니 대변에 음식물이 그대로 배출되고 첫 돌까지 몸무게 백분율 80% 이상이던 아이가 두 돌쯤 30%까지 내려오고, 1년째 체중이 11kg 대로 늘지 않고 있어서 너무 걱정됩니다.

밥 먹을 때마다 ‘어금니 어딴지?’ 하면 아기가 손으로 어금니를 가리키고 그럼 제가 ‘냠냠 꼭꼭 씹는거야.’라고 계속 말해주는데 나아지지 않습니다. 어떻게 하면 아이에게 씹는 연습을 시킬 수 있을까요?

답변내용

아이가 음식물을 씹지 않는 이유에는 여러 가지 원인이 있을 수 있습니다.

첫째, 아이의 선천적으로 예민한 감각 특성이 양육자의 식사 지도 방법과 만나 어떠한 식습관 패턴이 강화된 가능성을 고려할 수 있습니다. 이유식 초기부터 아이의 예민한 감각(미각·후각·촉각)으로 메뉴에 대한 호불호가 뚜렷했을 수 있습니다.

그런데, 어머니가 골고루 메뉴를 접하게 해주신느라, “밥과 반찬을 먹은 다음에 A(아이가 선호하는 메뉴, 예:치즈)를 줄게”라고 반복해오셨다면, 아이는 자신이 선호하는 메뉴를 먹기 위한 조급함에 밥과 반찬을 빨리 삼키는 방법을 택했을 수도 있고, 이런 식습관이 지속되었을 수도 있습니다. 유사한 상황이 반복되었다면 아이는 음식물을 씹는 저작운동의 경험을 충분히 가지지 못하여 점차 씹기보다는 ‘삼키기’가 더 익숙해졌을 수 있습니다.

위의 상황이 원인이라면, 인형이 음식을 맛있게 씹어 먹는 놀이, 주인공이 식사를 하는 내용의 동화책 등을 활용해 아이가 스스로 씹는 것에 대해 다시 흥미를 가질 수 있도록 도와주세요.

<도서 추천> 골고루 나라의 왕세프

- 만 3세 이전의 아이는 1쪽부터 읽어주는 것을 시도하되, 아이가 흥미를 보이는 페이지가 있다면 멈추고 대화를 나눠보세요. 아이의 흥미 없이 책을 완독하는 것은 도움이 되지 않을 수 있어요.

둘째, 코가 막혀 있는 경우를 고려할 수 있습니다.

아이의 코가 막혀 있다면, 입으로 숨을 쉬어야 하기 때문에 음식을 씹는 것에 거부감을 느낄 수 있습니다.

아이의 코가 막혀있지는 않은지, 코에 불편함이 있어 음식을 입안에 오래 머금고 있기 어려운 상태는 아닌지 확인해보세요.

아이의 평소 행동 및 생활 패턴과 음식을 씹는 모습 등을 관찰해 원인을 알아보고, 아래의 방법을 따라해 보시기 바랍니다.

아이와 함께 식사하며 오물오물 입을 움직이는 모습을 보여주며 모델링이 되어주세요.

평소 아이에게 보여주신 "어금니 어딴지?", "그렇지, 거기 있지.", "여기로 얹얹 씹는 거지."라고 말씀해주시면서 모델링도 좋은 방법입니다. 아이들은 호기심이 많고 모방 본능을 가지고 있어 부모의 오물거리면서 먹는 모습을 보면, 따라 하고 싶은 마음이 들 수 있습니다. 단, '먹여야지.'라는 조금한 생각을 가지고 모델링을 반복하면, 아이가 압박감을 느낄 수 있습니다. 따라서 아이가 음식을 씹고 삼키는 것에 대해 자주 언급하기 보다는 아이와 식사하며 즐겁게 대화해보시기를 바랍니다.

식사 시 즐거운 상호작용을 위해 ①아이의 욕구 반영하기, ②선택권 주고 격려하기, ③음식재료에 대해 이야기 나누기를 활용해 보세요.

① 아이의 욕구 반영하기

예: "그만큼 씹고 싶었어."
"꿀떡~ 삼키고 싶었어."

② 선택권 주고 격려하기

예: (선택권) "두 번 더 씹어볼까? 이렇게 남남."
(격려하기) "그렇지, 우리 00이가 두 번 더 씹었네~^^"

③ 음식재료에 대해 이야기 나누기

예: "요건 물고기네. 어떤 느낌인가. 음~ 부드러워네.
오~ 고소하네. 우리 **이는 요거 씹으면서 부드러웠을까?"
- 재료와 메뉴에 따라, 미각·시각·후각과 관련된
엄마의 감각경험을 간결하게 말해주면서, 아이가
어떤 감각을 느끼는지 공감하며 대화해볼 수
있습니다.

물론 위의 방법을 이미 시도해보셨을 수도 있습니다. 다만, 위와 같은 대화를 할 때 중요한 것은 감정일 수 있습니다. 아주 어린 아이들도 대화상대의 조금함과 같은 감정을 알아채서 조금씩 압박감을 느낄 수 있습니다. 아이가 압박감을 느끼면, 양육자가 제시한 방법을 경청하지 않거나, 행동을 바꾸려 하지 않는 경우들이 있습니다.

아이들은 부모님이 기대했던 것보다 예민한 모습을 보이기도 하지만, 자신의 성장과 발육을 위한 방향을 우여곡절 끝에 다시 찾아가기도 합니다. 걱정 많으셨겠지만, 여러 시도를 해보시길 권해 드립니다.



식습관

아이가 편식이 심해요

상담내용

44개월 아이의 양육자입니다. 식감이 있는 음식을 전혀 먹지 않고 헛구역질을 자주하는 아이가 걱정입니다. 잘 먹는 음식은 밥, 계란, 두부, 국물이고, 선호하는 음식은 도움 없이 스스로 많은 양을 먹습니다. 햄류와 김도 먹기는 하지만 밥을 씹 김은 씹어지지 않는다며 거부하여 밥과 김을 따로 먹고, 비엔나는 껍질을 벗겨줘야 겨우 먹는 정도입니다. 집에서도 골고루 먹지 않으니 유치원에서도 거의 맨밥만 먹고 돌아옵니다. 식감이 있는 음식에 대한 편식이라고 보기에는 과자, 사탕, 젤리 등 간식은 좋아합니다.

간식류를 다 없애보고, 여러 식재료를 먹을 수 있도록 카레, 볶음밥 등으로 제공하거나, 식재료를 이용한 촉감놀이도 시도했지만 효과를 보지 못했습니다.

편식이 심하고, 헛구역질이 잦은 우리 아이 어떻게 해야할까요?

답변내용

아이가 음식을 가리지 않고 잘 먹고 잘 자라기를 바라는 것은 부모들의 한결같은 마음일 것입니다. 식감이 있는 음식을 전혀 먹지 않으려는 아이에게 여러 시도를 해보았지만 여전히 나아지지 않고, 음식을 먹을 때 헛구역질까지 하니 걱정이 많으실 듯합니다.

우선 우리 아이가 왜 특정 음식 외에는 잘 먹지 않는지 원인을 살펴볼 필요가 있습니다. 구강 감각이 예민한 아이들은 식감이 있는 음식에 대해 거부감을 보이기도 합니다. 또는 이유식에서 일반식으로 전환할 때 음식을 씹고 넘기는 과정에서 불쾌하고 좋지 않은 정서적 경험으로 인한 어려움이 지속된 것일 수 있습니다.

아이가 딱딱한 과자나 젤리와 같이 질긴 것을 잘 먹고 문제가 없다면 후자의 영향을 더 고려해 볼 수 있을 것입니다. 아이가 음식을 먹으면서 좋지 않은 경험을 하고 음식에 대한 거부감을 보였을 때 부모의 태도는 아주 중요합니다.

부모가 자녀의 음식 문제에만 집중하여 지나치게 걱정하거나 음식 먹기를 강요하면 아이는 이를 무기 삼아 관심끌기의 한 방법으로 사용할 수 있으며, 이는 부모-자녀 간에 부적절한 역동을 형성합니다.

아이가 평균 또래와 비슷한 신장·몸무게의 발달 양상을 보이고 있다면, 음식 문제에만 초점을 두기 보다는, 오히려 무관심의 태도를 보이시는 것이 좋습니다. 영양의 불균형에 대한 부분은 영양제나 한약을 복용해서 보완하시고, 치아나 턱근육 등 구강발달이 걱정이 되신다면 입으로 하는 활동(예: 풍선불기, 비눗방울,

불어펜 놀이, 오징어·검 씹기 등)을 하는 것이 도움이 될 수 있습니다. 이때, 아이가 편식으로 인한 활동이라고 느끼지 않도록 평상시에 가족들과 자연스럽게 즐거운 시간을 보내는 중에 활동을 경험할 수 있도록 환경을 마련해주시기 바랍니다.

즐거운 활동을 통해 활동량을 늘리고, 아이 혼자만 밥을 먹도록 하는 게 아니라 가족과 함께 식사하면서 아이에게 즐거운 경험이 될 수 있도록 자연스럽게 접근해 보시기 바랍니다.

편식과 마찬가지로 좋아하는 음식을 먹는 중에도 지속적인 헛구역질이 나타난다면 아이가 먹는 것에 스트레스 반응을 보이는 것일 수 있으니 편식·식사에 대해 너무 초점을 두지 않도록 주의해야 합니다.



자기 것을 나누는 나이는 언제일까요?

상담내용

33개월과 10개월 아이의 양육자입니다. 첫째 아이가 자기 소유에 대한 개념이 강한지 누군가와 나눠서 먹거나, 가져야 하는 상황이 오면 힘들어합니다. 시기상 이러한 행동이 맞는 것인지, 아니면 훈육을 해야 하는지 궁금합니다.

답변내용

33개월 아이가 나누는 것을 힘들어해 걱정이 많으실 텐데 시기상 아이에게는 내 것, 특히 음식을 나눈다는 것은 매우 힘든 일일 수 있습니다. 아이의 발달 단계상, 내 것과 남의 것을 구분하고 주변 사람들과 물건을 함께 나누는 것 등을 알아가는 시기이며, 이를 잘하는 또래 아이들도 있을 수 있습니다. 그러나 어떤 아이에게는 자기 것을 나눈 것은 매우 힘든 일일 수 있습니다. 특히 동생이 태어나면서부터 부모님의 사랑과 그 외 대부분을 동생과 나눠야 한다는 것은 아이에게 적응하기 힘든 상황일 수 있습니다. 또한 이 시기의 아이에게 음식은 매우 중요한 것입니다. 나의 생명(사랑)과 직결되어 있다고 심리적으로 느끼기 때문에 음식을 나누는 것은 더 힘들 것입니다.

아이가 타인과 나누는 것을 편안하게 느끼길 원하신다면, 우선 아이가 '내 것은 안전하다.', '내 사랑은 안전하다.', '동생이 태어나도 부모님의 사랑은 변함이 없다.', '난 사랑받을 만한 아이다.' 등으로 연결되는 감정을 먼저 경험하게 해야 합니다. 스스로가 안전하고 심리적으로 편안해지면 나누는 것이 편안해집니다.

그리고 훈육이라는 명목하에 아이를 테스트하지 않는 것이 필요합니다. 아이에게는 매우 중요한 음식을 장난으로 뺏아간 후, 아이가 속상해 우는 것을 혼낸다면 아이는 안전감을 경험하지 못할 것입니다. 대신, 음식 이외에 다른 것부터 시작해 보시고, 아이가 자발적으로 나누는 행동을 했다면 충분한 칭찬과 격려를 해주시기 바랍니다. 무엇보다도 부모님이 아이를 얼마나 사랑하는지 말과 행동으로 보여주시면 아이는 부모님이 믿고 사랑하는 만큼 건강하게 성장할 것입니다.



고집쟁이 아이

상담내용

이사 후 환경이 바뀌어 힘들어하는 33개월 아이의 양육자입니다. 기질적으로 예민하고 고집이 있는 편이었지만, 최근 정도가 심해져 걱정입니다.

아이들은 자기 뜻대로 되지 않고 거절당하면 발악을 하며 소리를 지르고 장소를 가리지 않고 방방 뛰며 바닥에 드러눕습니다. 주로 양치, 수면, 외출 등 일상에서 빈번하게 하기 싫음을 주장하고 울고 떼를 씁니다. 그리고 최근 들어 안아달라는 말을 굉장히 많이 합니다.

집에서는 ‘울음을 그치고 이야기하자.’ 하면서 아이가 진정될 때까지 기다려줄 때도 있고, 밖에서는 상황과 여건이 안 될 때가 많아 아이를 안고 집이나 안전한 장소로 이동합니다.

말이 통하기 시작하면 괜찮아질 거라고 생각했는데 더욱 심해진 우리 아이, 어떻게 도와줘야 할까요?

답변내용

낯선 곳으로 이사를 하게 되어 아이의 주변 환경이 모두 변하여 매우 힘들 듯합니다. 아이들은 30개월 전후로 자아가 발달하면서 자기주장을 하는 개별화과정이 시작됩니다. 이 시기에 기본생활습관이 형성되기 때문에 부모-자녀 사이에 갈등이 많아져 힘들 수 있습니다. '개별화'란 아이가 전적으로 부모에게 의존해오다가 독립된 한 인간으로 성장해가는 것을 말합니다.

이 시기의 아이는 혼자 걷고 말을 하기 시작하면서 자신감이 생기고, 자기주장을 하게 됩니다. 이때부터 아이들은 "싫어.", "안 할 거야." 라고 표현하면서 부모의 말에 자기주장을 하며 때 피우고 저항하는 행동을 많이 보입니다. 동시에 이 시기에 형성해야 하는 기본생활습관은 아이가 안정감을 갖고 건강하게 생활하기 위해 필요한 것입니다. 혼자 스스로 해야 하는 것들을 배우고, 해도 되는 것과 하면 안 되는 것을 배우며 자기 조절력을 기르고 환경에 반응적이고 순응하는 태도를 발달시키며 정서적 안정감을 가지고 세상을 살아갈 수 있습니다. 그러나 아이들은 아직 미숙하기 때문에 주변의 도움이 많이 필요합니다.

아이가 자기 뜻대로 안 될 때 울고 떼쓰기 쉬운데, 이러한 상황에서 먼저 아이의 행동이 합리적인지 생각한 후 기회를 주고 기다려주면서 순응적인 행동으로 수정해야 합니다. 이 시기의 아이는 자기 물건에 대한 소유욕이 발달하기 때문에 만약 아이가 원하는 컵을 요구한다면, 아이의 컵을 정해주고 항상 그것을 사용할 수 있도록 준비해줘야 합니다. 또한 차에서 내려 이동해야 하는데 안 내리겠다고 버틸 때는 그 이유가 무엇인지 물어보고 기다려 줄 수 있으면 기다려주고 그렇지 않을 때는 단호하게 접근해 보시기 바랍니다. 만 3세경에는 충분히 의사소통이 가능해지기 때문에 항상 설명해주고 아이의 기분이 어떨지 물어보고 이야기 나누는 것이 필요합니다.

아이가 고집부리는 행동이 자주 나타난다면 기본적인 욕구가 충분히 충족되고 있는지 양육환경을 먼저 살펴보는 것이 필요합니다. 대체로 아이의 욕구가 쉽게 수용되지 않고 좌절될 때 소리를 지르고 울고, 바닥에 누워 발버둥 치는 등 떼를 쓰는 행동이 나타나므로 아이가 떼를 쓴 후 욕구가 수용되었던 경험이 많으면 자신의 의견을 표현하기 위한 수단으로 떼를 쓰는 행동을 보일 수 있습니다.

때를 쓰는 행동보다는 말이나 몸짓 등을 통해 의사소통하도록 가르쳐야 바람직하지 않은 행동이 고쳐질 수 있습니다. 유아들은 자신의 감정이나 생각을 표현하는 능력이 부족하기 때문에 욕구가 좌절되면 분노하고 때를 쓰게 됩니다. 아이는 자신의 생각이나 기분 등을 표현하는 것만으로도 어느 정도 욕구가 해결될 수 있기 때문에 언어나 비언어적으로 표현할 수 있도록 모델링 해주고 격려하면 아이가 정해진 규칙이나 양육자의 말을 더 잘 따를 수 있을 것입니다.

또한, 때를 쓰는 상황을 아이의 입장에서 살펴봐야 합니다. 왜 화가 났는지, 억울하거나 속상한 것이 있는지 살펴보고, 파악하여 대처해주어야 합니다. 아이의 고집 부리기가 장기간 지속되면 부모의 피로도가 높아지고 이는 아이에게 부정적인 태도로 나타날 수 있습니다.

아이들은 영아기를 벗어나면서 자신의 일은 자신이 결정하려는 욕구가 강해지므로 일상생활에서 아이에게 선택의 기회를 자주 제공하는 것이 좋습니다. 일상에서 아이에게 무엇을 할 것인지, 언제 할 것인지, 어떻게 할 것인지, 도움이 필요한지 등을 물어보고, 아이가 선택할 수 있도록 해주세요. 점차 아이의 행동은 천천히 바뀔 것입니다. 초기에는 더 힘들어질 수도 있지만, 반복해서 일관되게 지속한다면 긍정적인 결과를 얻을 수 있을 것입니다.





인형을 빨아요

상담내용

27개월 아이의 양육자입니다. 아이가 쪽쪽이를 좋아했고, 15개월 시기에 쪽쪽이를 끊을 때 3일 정도 울며 찾다가 적응했습니다. 16개월부터 어린이집을 다니기 시작했는데, 어린이집 가는 것도 좋아하고 싫다는 표현은 한 번도 한 적이 없는 아이입니다.

원래부터 부드러운 촉감을 좋아하는 아이여서 극세사 담요 같은 걸 손에 쥐고 자는 것을 좋아했습니다. 그런데 어느 순간 그 담요를 빨기 시작하여 치워버렸더니 다른 이불의 모서리를 쥐고 계속 빠는 모습을 보였습니다. 17개월쯤부터 보이던 빨기 행동이 어느덧 27개월까지 이어지고 있습니다. 그동안 많이 타이르기도 하고 눈앞에서 치우기도 하고 이야기를 많이 해줘서인지 이불은 빨지 않는 대신 좋아하는 인형 두 개를 제가 보지 않는 곳에서 빠는 행동을 보입니다. 아이가 왜 자꾸 빠는 행동을 보이는 걸까요?

답변내용

약 10개월 동안 아이가 부드러운 물체를 빠는 행동을 줄여보시고자, 여러 방법을 시도해보셨는데 아직 나아지지 않아 걱정이 많으셨겠습니다. 여러 긍정적 노력에도 아이가 빠는 행동이 줄어들지 않고 있다면, 그 원인은 크게 두 가지로 볼 수 있습니다.

첫 번째는 연령적 특성입니다.

생후 18개월 이전의 빨고, 씹고, 깨무는 행동은 연령별 발달단계 상 자연스러운 구강기 욕구입니다. 이러한 행동은 만 3세 이후에 서서히 소멸되는데 종종 여러 가지 이유로 인해 구강기 탐색행동이 지속되거나 심화될 수 있습니다. 그 중 다수는 구강으로 탐색하는 행동을 통해 불안을 해소해보려는 경우입니다. 만약 만 3세 이전의 아이가 특정한 대상을 빨거나, 씹고, 무는 행동으로 불안한 마음이 줄어드는 경험을 했다면, 아이는 이러한 빨기를 반복할 수 있습니다. 불안감이 높아질 때마다, 그렇게 빨 수 있는 대상을 찾게 되고, 빨기를 지속하기도 합니다.

이 경우 구강기 욕구가 적절하게 충족되어야 앞으로의 발달단계를 안정적으로 나아가는 데 도움이 됩니다. 따라서 구강 탐색에 고착된 원인을 살펴보고 이를 근거로 아이가 구강 탐색 욕구를 서서히 줄여나갈 수 있도록 돕는 것이 필요합니다. 구강 탐색에 대한 원인으로는 높은 불안, 민감한 촉감 반응을 고려해볼 수 있습니다.

두 번째는 타고난 성향입니다.

어떤 상황에서 높은 불안을 느끼는 아이라면, 타고난 성향도 중요한 원인일 수 있습니다. 아이의 타고난 성향(기질적 특성)상, 갑작스러운 환경 변화들에 불안감·긴장감·스트레스·두려움 등을 더 많이 느낀다면 환경

변화로 발생한 불편감들을 외부적으로 표출하기보다는 자기 내부에서 혼자 감소시키는 방식(예. 빨기)을 택할 수 있습니다. 따라서 아이가 평소 느끼는 불안을 감지해주고 불안 해소를 위한 적절한 대응을 해주시기 바랍니다.

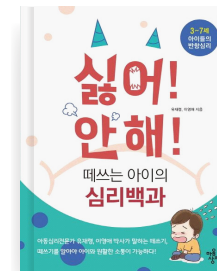
아이가 인형을 빨 때, 아래와 같이 반응할 수 있습니다.

구분	내용
1단계	아이의 욕구, 감정 읽어주기 "OO이가 지금 뭔가 불편(불안)하구나."
2단계	행동의 부정적 결과 알려주기 "하지만 인형에 먼지가 있어서 계속 빨면 OO이 배가 아플 수 있어."
3단계	적절한 대안 제시하기 "대신 엄마가 OO이를 꼭 안아줄게." / "엄마랑 ** 놀이해 볼까?"

일상생활에서 아이와 1-2-3단계에 따라 대화를 하게되면, 아이는 자신이 느끼는 불편감이 '불안'임을 알게 되고, 엄마와의 포옹을 통해 그 불편감/불안감이 줄어드는 경험을 하게 될 것입니다. 이러한 긍정적인 경험이 반복되면, 불안 감소를 위해 하는 행동(예. 빨기)에 대한 욕구가 점차 줄어들게 됩니다.

어느 연령대에 강하게 일어나는 욕구와 타고난 성향이 강하게 맞물려 일어나는 행동들이 종종 있습니다. 이런 경우, '빨기행동 자체'가 금세 줄지는 않기 때문에, 그 행동을 완전히 막으려다 아이는 더 큰 스트레스를 느낄 수도 있습니다. 그리되면, 아이의 불편감·불안감이 해소되지 않았기 때문에, 빠는 행동을 더 많이 할 수도 있습니다. 따라서 당장은 하루 중 어떤 시간대에 신체에 유해하지 않은 대상을 빠는 것을 허용해주시되, 점차 아이의 주의를 다른 놀이로 전환할 수 있도록 아이가 즐거움·편안함·행복함을 느낄만한 다른 활동이나 놀이 기회를 마련해주시기 바랍니다.

또한, 위의 두 가지 원인 외에도, 선천적으로 감각적 예민성이 높은 아이들의 경우 자신에게 익숙한 특정 촉감만을 선호하기도 합니다. 따라서 다양한 촉감 자극을 접할 수 있도록 자연스러운 놀이 기회를 마련해보는 것도 도움이 될 것입니다. 클레이 놀이나 모래놀이 등 아이가 좋아하는 자극/놀이재료가 무엇이든 잘 관찰하셨다가, 흥미를 가질 수 있는 놀이를 제안해보시거나, 아이가 그런 놀이를 자발적으로 할 때 옆에서 관심을 많이 보여주시기 바랍니다. 좀 더 다양한 범위의 촉감 자극들에 익숙해지는 것도 간접적으로는 이런 빨기를 줄이는 데 영향 줄 수 있을 것입니다.



때쓰는 아이 심리백과
유재령 저



가족치료놀이
김수정 저



분리불안

아이의 분리불안과 복직

상담내용

12개월 남아를 키우고 있는 양육자입니다. 아이가 태어나면서 부부가 공동휴직 후 함께 육아중입니다. 아이가 18개월이 되면 모양육자는 복직을 하고, 부양육자는 36개월까지 가정보육을 할 예정입니다. 그런데 요즘 아이의 분리불안이 심해져 엄마를 많이 찾습니다. 아이가 자다 깬데 엄마가 없거나, 엄마가 외출을 하려고 하면 대성통곡을 하며 쉽게 울음이 그치지 않습니다. 반면 아빠의 경우 외출하는 것은 싫어하지만 강하게 울지는 않고, 자다 깨서 아빠가 없어도 울지 않습니다.

엄마와 보다 강한 애착을 형성한 상황에서 엄마가 복직을 하고 아빠와 함께 지내는 것이 아이의 정서상 괜찮을까요?

답변내용

부부가 아이와 모든 시간을 함께 했더라도 아이가 엄마, 아빠와 어떠한 정서적 경험을 했는지, 질적인 상호작용의 측면이 어떠했는지에 따라 한쪽 부모에게 애착을 더 추구할 수 있습니다. 아이가 18개월이면, 발달연령상 애착 재형성 시기입니다. 아이는 정서적인 독립에 앞서 주양육자로부터 심리적인 안정감을 얻고자 다시 한번 주양육자와의 관계에서 애착을 추구합니다. 이 과정에서 껌딱지가 되기도 하며, 분리불안을 보이기도 합니다.

엄마의 성향이나 아빠의 성향이 어떠한지 등 다른 측면의 영향도 있으므로, 누가 양육하는 것이 아이가 더 안정적인 애착을 형성하는데 좋다고 말씀드리기는 어렵습니다.

아이가 엄마를 주양육자로 느끼므로 엄마가 복직을 미루고 아이를 키우는 게 낫다거나 아빠를 주양육자로 느끼도록 아빠가 잠을 재우거나 아이와 보내는 시간을 늘리는 것과 같은 방법을 고려하는 것은 부적절하다고 생각합니다. 아이가 엄마의 사랑을 확인하고자 애착 추구 행동을 보이는데 서서히 **아빠에게 애착을 옮겨가도록 하기 위해** 엄마와의 긍정적 상호작용을 줄여간다면, 일시적으로 엄마와의 분리에 대해 받아들이는 게 쉬울지는 모르지만, 결국 엄마와의 관계에 부정적인 영향을 미치게 되어 정서발달에 부정적인 수밖에 없습니다.

다중애착을 형성하게 되면, 아이가 정서적인 안정감을 갖는 데 도움이 됩니다. 부모가 함께 아이가 안정감을 바탕으로 심리적인 독립을 해 나갈 수 있도록 엄마에게 애착을 보인다면 그것을 충족시켜주도록 노력하고, 아빠도 함께 아이와 긍정적인 상호작용 시간을 늘려주면서, 아이의 욕구에 최대한 맞추어주면서 노력해 나가는 게 더 중요하다고 생각합니다. 부모가 최대한 노력하더라도 아이는 키우는 과정에서 불안을 보이기도 하고, 다시 안정화가 되기도 하면서 서서히 성장해 갈 것입니다.

미리 걱정하기보다 아이의 발달연령과 기질을 고려하면서 아이가 정서적으로 안정감을 가질 수 있도록 부모로서 최선의 노력을 해 나가다보면 아이는 잘 성장해 나갈 것입니다.

부모님의 휴직, 복직 시기의 문제는 어머님과 아버님의 사회적 관계에서의 역할과 성취 등과도 관련된 문제이므로 다방면에서 고려하여 결정하시는 게 필요하다고 생각합니다. 아이가 어릴때는 엄마역할에 더 치중하게 되지만, 궁극적으로 엄마역할, 아내로서의 역할, 사회인으로서의 역할 등 다양한 역할들 속에서 균형있게 삶을 꾸려나가는 게 무엇보다 중요하므로 심사숙고 해 보시기 바랍니다.

