

part.

III

아동발달 상담사례



언어 발달 _
사회성 발달 _
정서 발달 _
신체 발달 _
발달 장애 _

2019

온라인
양육상담
사례집

CENTRAL SUPPORT CENTER
FOR CHILDCARE

* 상담자의 자녀 성별 및 연령 정보는 상담 의뢰 내용의 정보를 기준으로 작성되었음



아이가 말을 더듬어요



상담자 정보: 30개월 남아, 모

상담내용

3달 전부터 아이가 말을 더듬기 시작했어요. 어어어어엄마...이런 식으로 말을 더듬다가 몇 주 지나니 좀 괜찮아 지면서 숨차듯 하지만 뒷말은 아무렇지 않게 잘했어요. 그런데 며칠 전부터는 어어어..하면서 헉헉 숨차듯 하다 말을 하네요. 괜찮아졌다가 다시 안 좋아졌다가 하니 어떻게 해야 할지 모르겠어요.

3월엔 어린이집도 옮겨야 해서 적응도 걱정이고, 말을 더듬다 보니 하고 싶은 말을 제대로 못해서 소심해질 것 같아 걱정입니다. 평소에 말을 많이 하는 편이라 하고 싶은 말은 많은데 표현이나 단어가 생각이 안 나서 더듬는 거라 생각하다가도 3달이 지나다 보니 지켜만 보기도 그렇고 답답한 마음에 글 남깁니다.

답변내용

아이가 요새 말을 더듬기 시작해서 걱정이 많으시겠습니다. 36개월 시기는 언어가 급격히 늘어나는 시기이므로, 발달과정에서 아이가 이런 모습을 보일 수 있습니다. 부모가 아이가 말을 더듬을 때, 말을 다시 해보라고 해거나, 아이의 말 더듬는 행동에 신경을 많이 쓰는 모습을 보이는 것은 좋지 않습니다. 말을 더듬는 행동은 아이가 편안하지 않을 때 더욱 심해지므로, 아이가 천천히 이야기할 수 있도록 함께 대화 나누는 부모의 발화 속도를 늦춘다든지 하여서 자연스럽게 모델링 하는 것이 좋습니다.

1. 말을 더듬을 때 즉시 교정해주려고 하지 않는다. 부모가 신경을 쓰고 있다는 것을 알면 아이가 위축되어 더 말을 더듬는다.
2. 평소에 부모가 천천히 또박또박 말하는 법을 보여준다.
3. 말을 하다가, 실수하는 모습을 보여주는 것도 좋다. “엄마가 빨리 말하려다가, 말이 꼬였네. 다시 천천히 말해볼게.”
4. 아이가 표현하고 싶은 단어에 비해서 말할 수 있는 단어가 적지는 않는지 체크해봅니다. 충분한 언어자극이 주어지고 있는지 살펴봐야합니다. (예를 들어, 책 읽어 주는 시간이 충분한가? 성인과의 대화 시간이 충분한가?) 이 부분이 적다면, 아이와 대화하며 보내는 시간을 늘려줍니다.

다만, 현재 아이가 부모와의 관계에서 스트레스를 느낄 만한 요소가 없는지 살펴보는 것은 도움이 될 것 같습니다. 부모가 요즘, 너무 바빠져 아이가 받는 부정적 정서를 살펴주지 못했다거나, 환경의 변화가 있을 때 아이들을 영향을 받을 수 있습니다. 최근에 아이와 충분한 시간을 보내주지 못하였다면, 부모와 주기적으로 놀이할 수 있는 시간을 만들어주어서 아이가 보다 편안하게 지낼 수 있게 도와준다면 말을 더듬는 행동이 차츰 줄어드는데 도움을 받을 수 있을 것 같습니다.

말이 많이 늦어요



상담자 정보: 29개월 남아, 모

상담내용

29개월 남아이고 아직 동생은 없습니다. 아이의 언어 발달이 조금 느린것 같아요.

엄마, 아빠, 할미, 물, 어푸어푸(수영), 음머, 팍팍팍, 아프, 라현이(자기이름) 이정도 이야기 하는 것 같아요. 보통은 보디랭귀지를 많이 사용해요. 많다는것은 손을 올리고 눈을 크게 뜨고, 달라는건 손을 펼치고요, 안되면 직접 사물 앞으로 데리고 가기도 하고요. 몸으로 표현을 잘 하니 이게 필요하구나 하고 원하는 걸 주기도 하고 가끔은 말을 하게끔 모른척 하기도 하는데 그럴때면 끝까지 몸으로 표현을 하더라고요. 곧 30개월인데 언어 치료가 필요할까요?

아이는 대체적으로 밝고 에너지가 넘쳐요. 상대에게 공격적이지는 않지만, 혼자 놀 때 늘 분주히 움직여요.

답변내용

아이의 언어발달이 걱정되셔서 문의 주셨네요.

영유아기 아이들은 신체발달과 운동발달과 함께 언어발달이 폭발적으로 발달하는 시기입니다. 하지만, 아이들에 따라서 개인차는 있기 마련입니다.

보통, 언어발달은 백일쯤의 웅얼이부터 시작해서 돌전부터 한 단어의 ‘맘마, 응, 할미’ 등으로 시작합니다. 그 후 두 돌 무렵, 두 단어를 조합해서 ‘엄마, 맘마줘,’ 이야기하기 시작합니다. 세 돌이 되면 세 단어를 조합해서 이야기 하는 것이 보편적인 언어 발달입니다. 그러나 아이들의 발달 속도는 각기 다르고, 발달의 그 이면의 내용도 다릅니다. 어떤 아이들을 하나하나 차곡차곡 쌓아서 말을 하는 아이가 있고, 어떤 아이들은 하루 아침에 눈부신 언어발달을 보이는 경우도 있습니다. 보통 36개월까지는 지켜보고 언어치로나 발달치료를 권해드리기는 합니다. 또한, 가계력에 언어발달이 느린 분(아버지나 조부모)이 있으셨으면 유전적 영향도 무시할 수 없습니다.

지금 29개월이므로 7개월의 시간동안, 아이에게 끊임없이 이야기 걸어주시고 아이가 몸으로 얘기할 때 엄마가 다시 언어화해주는 노력이 필요합니다. 아이가 몸으로 얘기할 때 모른 척 하시기보다는 “○○가 많다는 걸 눈을 크게 뜨고 이야기 하는 거구나. 그때는 엄마 많이 줘. 라고 이야기하는 거야. 그래야 엄마가 ○○마음을 정확하게 알 수 있어.” 라고 표현해주세요. 이러한 노력을 하시면서, 어머니께서 민감하게 지켜보세요. 그런데도, 세 돌 무렵에 또래에 비해 언어발달이 더디다고 생각되면 검사를 통한 정확한 진단이 필요합니다. 그 후 아이에게 치료적 도움이 필요할 경우, 진행하시면 됩니다.



다국적 언어 사용 때문에 말도 느리고 표현이 잘 안되요



상담자 정보: 40개월 여아, 모

상담내용

저는 일본에 거주 중이고 한국은 일년에 두 세번 정도 나갑니다. 저희 딸이 이제 만 40개월이 되었습니다. 현재 국제학교를 다니고 있고 다닌지는 일년반 정도 되었습니다. 저는 일본어를 잘 못해서 집에서는 한국어를 사용하고 남편은 일본어, 한국어 다 가능한데 집에서는 한국어를 더 많이 사용합니다. 아이의 학교에서는 영어를 사용하고 방과후 친구들과 놀거나 물론 학교에서도 친구들과는 일본어를 사용합니다. 저희 딸이 3개 국어를 사용하고 있기 때문에 영유아 검사때에도 이런 아이들은 속도는 느리지만 문제는 없다고 계속 들어왔고 현재는 제가 보기에에도 한국어, 일본어 다 사용하고 영어는 아직 어리기 때문에 친구들도 보면 다 비슷한 정도여서 괜찮습니다. 그런데 제가 보기에는 저희 딸은 다른 또래에 비해서는 확실히 일본어나 한국어가 좀 느리다는 느낌을 받습니다. 요즘엔 말을 많이 하지만 거의 대부분의 얘기가 자신이 원하는 것에 대한 요구이고 예를 들어서 사탕이 먹고 싶다 장난감이 갖고싶다 이런 정도의 얘기가 주를 이루고 친구들과 놀 때를 비교해보면 디테일한 표현은 못하는 것 같습니다. 예를 들어 누구야 오늘 점심도시락엔 뭐가 나왔어? 라고 물으면 많이 먹었다 라는 말을 반복하고 제가 다시 몇번 어떤 음식이 나왔는지 질문하면 나왔다고 할 때도 있고 잘 모르겠다고 할 때도 있고 계속 많이 먹었다는 말만 할 때도 있습니다. 어디에 상처가 나서 물어봐도 정확하게 어디서, 어떻게, 왜 다쳤는지는 거의 설명을 못합니다.

저희 남편은 딸을 보고 전혀 문제가 없고 말도 잘 하고 있다고 하는데 저는 엄마로서 아직도 뭔가 의사소통이 되지 않는 것 같아서 답답하고 특히 다른 친구들과 함께 보면 저희 딸이 말이 아직 좀 느리고 표현이 안된다는 느낌을 많이 받아서 너무 걱정이 됩니다. 아이에게 말하기 편하고 쉬운 언어로 얘기해도 좋다고해도 거의 비슷하구요. 학교수업 참관 시나 제가 무언가를 집에서 같이 할때 약간 말의 뜻을 완벽하게 이해 못하고 있다는 느낌이 듭니다. 예를 들어 알고는 있는데 문제의 의미를 파악하지 못해서 못한다는 느낌도 들고 현재 일본어나 영어의 알파벳은 말로는 할 줄아는데 읽을 줄은 모르구요. 학교에서는 선생님이 알파벳 단어 카드 놀이를 하는데 저희 애가 룰 자체를 이해 못하는지 알파벳을 아직 전혀 모르는지 참여하는데 어려움이 있다고 말씀하셨습니다. 숫자 역시 말로는 하는데 읽거나 쓰거나는 안되고 어떻게 더 많음인지 숫자로는 모르는 것 같습니다. 아이들이 다 다르기 때문에 비교하지 않으려해도 걱정이 됩니다. 전문병원을 가봐야 하는지 더 기다려야하는지 모르겠습니다. 그리고 또 한가지 성격일 수도 있지만 무언가를 말보다는 음음 등 의성어로 얘기처럼 하는 버릇이 있어서 말로 표현하게끔 많이 시키고도 있는데요. 저희 아이가 선천적으로 아래 앞니 두개가 유치도 영구치도 없다고 했는데 혹시 그것도 영향이 있을까요?

답변내용

아이가 22개월경부터 국제학교를 다니고 있는데 또래에 비해 언어발달이 느려 보이는 것 때문에 걱정이 생기신 것 같습니다. 보통 아이들은 만 3세경까지 모국어를 많이 듣는 환경이 되어야 모국어를 표현할 기반이 탄탄해지기도 합니다. 통상적으로 아이가 태어나서 1년 동안은 웅얼이와 한 단어 정도를 습득하게 되고 이런 신호를 {표현언어 발달의 시작}으로 봅니다. 언어의 입력은 첫 1년을 시작으로 만 3세~4세까지 충분히 이루어지는 게 좋으며, 아이 자신이 필요할 때 입력한 언어를 표현하는 경험들이 늘어남으로써 표현언어의 발달이 확장되어 갑니다. 어머니가 아이는 22개월 경부터 일본에 있는 영어권 국제학교를 다녔으니, 그 이전부터 일본에서 생활했을 것으로 보입니다. 그렇다면 아이는 이미 18개월도 되기 전에 3개 국어를 입력하게 되었겠네요. 아이가 40개월이면 보통 하나의 모국어를 가지고 성장할 경우 이해언어의 발달로 인해 얼마나 다른 사람들과도 언어적인 의사소통이 자유자재로 이루어지게 됩니다. 그러나 현재 아동은 집에서는 한국어, 학교에서는 영어, 또래들과는 일본어로 소통하는 3개 국어를 사용하고 있기 때문에 언어발달에 있어서 독특한 과정을 경험을 하고 있습니다. 즉, 서로 다른 3가지 언어를 입력하는 과정에서도 다소의 혼돈이 있을 수 있고, 표현 언어를 연습하고 숙달하는 과정에서 아무래도 연습의 분량과 빈도가 적어질 수밖에 없을 것으로 보입니다. 언어발달은 타고나는 측면도 있지만, 상호작용의 영향으로 습득되고 발전되는 것이기 때문에 환경이 중요하긴 합니다. 이중 언어의 노출이 태어나서부터 자연스럽게 접해지는 상황이라면 자연스럽게 이중 언어의 음소를 습득하고, 다중모국어를 갖는 경우도 있습니다. 그러나 일부 아동의 경우에 모국어가 제대로 완성되기 전에 제2,3의 언어에 노출되었을 때, 사용하는 모든 언어에 대해서 어려움을 보이기도 합니다. 현재 부모님과 가족의 상황이 일본에서 거주하셔야만 한다면, 다음의 2가지를 점검해보시거나 실천해 보셨으면 합니다.

1) 언어치료전문가에게 적합한 검사를 받아보기

언어발달이 느린 이유에 대해서는 기능적인 원인 혹은 기질적, 선천적인 어려움이 영향을 주고 있을 지에 대해 언어발달 전문가의 평가를 받아보고, 소견을 들어보는 것도 필요할 것으로 보입니다.

우선은 제 1모국어가 한국어이니, 한국의 언어치료 전문가에게 평가를 받아보시면 좋을 듯 합니다. 한국에 들리시기 전에 언어치료기관을 검색 및 예약해두셨다가 점검 및 평가를 받아보시면 도움 되는 정보를 얻으실 수 있을 거라 생각합니다.

2) 집에서의 노력

- ① 집에서는 부모님께서 한국어를 사용하시고, 대화나 여행 등 자연스러운 상황에서 아이가 언어를 사용해 볼 수 있게 노력해 오셨던 것 같습니다. 이런 노력도 꾸준히 해주시면 좋겠습니다.
- ② 언어발달 순서에 대한 이해 - 아동이 언어발달을 하는 과정에서 세부적 순서는 {듣기, 말하기, 보고 읽기, 쓰기}입니다. 우선은 듣기와 말하기 영역에서 어느 정도 언어발달을 하고 있는지 전문가의 소견을 들어보시기 바랍니다. 그 이후에 읽기와 쓰기에 대해서도 적합한 관찰과 지도가 필요할 것 입니다.
- ③ 압박하지 않기 - 부모님께서 자녀에게 조급함으로 인해 강요하거나 똑같은 질문을 반복하기가 쉬워집니다. 하지만 이런 접근법 보다는 재미있고 자연스러운 놀이와 학습을 통해서 언어 사용에 거부감이 생기지 않도록 접근하시는 것이 좋겠습니다.



아이가 또래와 어울리는 모습이 걱정이에요



상담자 정보: 7세 남아, 모

상담내용

7세 남아를 키우고 있는 엄마입니다. 저희 아들이 친구들과 놀 때 하는 행동 때문에 고민이 많아 상담 신청 합니다. 아들은 친구하고 놀 때 주로 놀림 받고 맞고 해도 반박을 하지 못하고 그대로 당합니다. 그리고 친구가 무시하며 놀이에 끼주지 않을 때에도 계속 친구들 곁에 머물며 제발 놀아달라며 부탁을 합니다. 그럼 친구가 놀아줄게 하면서 아들에게 이상한 짓을 시키면 자존심도 없이 시키는 것을 하려고 합니다. 그러면 친구가 놀아줄 줄 알고서요. 그런 아들을 친구는 또 무시를 합니다. 그럼에도 친구들 주변을 맴돌며 계속 놀아달라고 애원을 합니다. 친구가 싫은 내색을 하면 멈추고 돌아서야하는데 계속해서 자존심 없이 놀아달라고 애원하는 아들을 어떻게 양육하면 좋을까요?

답변내용

친구와 놀아달라는 아들을 보면서 많이 속상하셨죠? 아이들의 반응에도 상처받고 화가 나기도 하셨겠지만, 아들을 위해서 어떻게 하면 좋을지 생각해보는 엄마의 지혜로움에 박수를 보내드립니다.

자녀가 친구와의 관계욕구가 많지만, 아직 친구와 친화력을 발휘하거나 적절한 대응을 하는데 어려움이 있는 것으로 보입니다. 우선 엄마가 아이의 사회성 발달 수준을 알면 더 잘 도와줄 수 있습니다. 친구들이 하는 놀이의 내용을 알고 있는지, 또래 친구들의 놀이나 문화에 대한 정보가 있는지 확인해 보시는 것이 필요하겠습니다. 우선 친구들이 아이와 놀아주려고 해도 또래문화를 모르거나 유행하는 놀이를 잘 이해하지 못하면 놀이에 끼워줄 수가 없습니다.

두 번째는 아이가 놀기를 원하는 친구들이 자녀분과 성향이 잘 맞는지 보셔야 합니다. 아이들도 서로 맞는 아이들이 있습니다. 성향이 잘 맞고 서로 유사한 수준에서 상호작용할 수 있는 친구를 사귄 수 있도록 엄마가 주변 아이들을 살펴보셔야 할 것입니다. 아이가 좋아하는 아이들 중에서 덜 놀리거나 다른 아이들 중에서 아이가 좋아하는 친구가 있으면 둘이 놀이하는 기회를 주시면 좋겠습니다.

세 번째로는 아이가 놀이하는 모습을 관찰하시고 아이에게 필요한 사회적인 기술을 가르쳐 주는 것입니다. 무조건 “놀아줘”라고 하는 것은 대등한 관계에서의 놀이라고 볼 수 없습니다. “우리 ○○○ 같이 할래” “너 뭐하니? 나도 같이하자” 등등으로 상호작용하는 것이 친구사이에 대등한 상호작용으로 볼 수 있습니다. 이러한 맥락으로 아이가 놀이에서 자신의 의사표현을 할 수 있도록 경험을 많이 제공해주면서 사회적인 대처기술을 발달시켜야 합니다. 그러기 위해서는 엄마께서 아이와 놀이를 해주시면서 아이의 언어적인 표현에 롤모델을 제공해 주시면서 조금씩 발달시켜나가면 좋겠습니다.

이러한 과정을 지속적으로 실행하시면 아이의 사회성 발달에 도움이 됩니다. 만약에 엄마가 아이의 특성과 양육방법이나 사회적인 대처 기술 발달시키는데 전문적인 도움을 받고 싶다면 아동상담 전문가관에서 도움을 받으실 수 있습니다.

아이가 성장하는 과정에서는 많은 변화가 있고 어려움이 있기도 합니다. 중요한 것은 현재는 성장과정이고 결과가 아니라는 점입니다. 또한 엄마가 그러한 내용을 알고 도와주려는 마음과 실행방안을 찾는 것입니다. 걱정만으로는 변화가 있을 수 없습니다. 구체적인 실천과 부딪치는 용기가 필요하면 아이들은 엄마와 함께 할 때 가장 잘 성장하게 됩니다.

내성적이고 사회성 부족한 아이, 어떻게 해야할까요?



상담자 정보: 6세 여아, 모

상담내용

올해 6살 여자아이를 키우고 있습니다. 직장을 다니는 관계로 5살까지는 외할머니가 돌봐주시고 제가 주말에 데리고 오며 키웠습니다. 그러다 올해 아이를 집으로 데리고 와서 친할머니가 돌봐주고, 제가 저녁으로 가서 잠깐이나마 아이와 놀아주며 지내고 있습니다. 그런데 작년에도 어린이집을 다닐 때 친구들이 자기와 놀아주지 않는다는 말을 가끔 했었고 그 말을 들을 때는 마음이 아팠지만 시간이 지나면 나아질거라 생각하고 대수롭지 않게 넘겼습니다. 그런데 지금 다니지 한 달된 어린이집에서도 친구들과의 관계가 좋지 않은지 어제는 잠자기 전에 한숨을 쉬어가며 “도저히 못 참겠어. 친구 아무하고도 안 놀거야”라며 스트레스가 심한지 잠을 못 이루는 것 같았습니다. 직장맘인 관계로 친구들 엄마와도 상호관계가 전혀 없었고 그 영향인걸까요? 저도 내성적인 편이라 아이가 저를 닮은건지 걱정이 되네요. 사회성이 좋은 아이로 키우고 싶는데 점점 아이는 사회성에서 위축되어만 가는 것 같아 속상합니다. 어떻게 하면 개선될 수 있을까요?

답변내용

직장맘으로서의 생활을 유지하기 쉽지 않은 일인데 두가지 주어진 역할을 수행해 오시느라 고생이 많으셨을 듯 합니다. 보내주신 사연으로는 현재 아동이 외동인 것으로 보입니다. 사실 아동의 사회성은 타고난 사교성이 기질적으로 뒷받침되는 것도 필요하나, 그것보다 타인과의 관계 경험의 양과 질이 필수적으로 요구되어 집니다. 본 아동의 경우에도 이러한 관계를 통한 상호작용 경험이 부족한 것에 큰 요인이 있는 것으로 보입니다. 언니 오빠나 동생이 있어서 집에서 이미 나누고 경쟁하고 조율하는 연습이 되는 또래에 비하면 외동의 경우는 상대적으로 타인과 협력하고 자신의 욕구를 조절하는 연습이 부족하기는 당연한 결과일 수 있겠습니다. 꼭 형제 자매가 있어야 하는 것은 아니라 그만큼 또래친구나 언니 동생들과의 접촉의 경험을 가능한 자주 가지는 것이 도움이 되겠습니다. 노는 건 내가 노는 것인데 참 희한하게도 관계기술이 미숙한 경우에 아이들은 “친구가 나랑 놀아주지 않아서 속상해” 또는 “엄마 놀아줘”라는 표현이 빈번하게 나타납니다. 놀이 활동에 대한 욕구도 수동적으로 충족시키려 한다는 것입니다. 우선 가정에서 아동이 스스로 하는 활동이 무엇이 있는지 확인해 보시기 바랍니다. 6세라는 연령은 이제는 많은 것들을 스스로 해결하고 연습해 나가야 하는 시기가 된 것입니다. 즉 신변관리(옷입기, 세수하기, 밥먹기, 대소변 처리, 자기 물건 챙기기 등등)나 친구 사귀기, 집단생활 적응, 학습 준비 등 학교를 가기 위한 능력과 태도가 길러지기 시작하는 시기입니다. 혹 아동이 이런 부분에서 독립적인 관리능력이 발달되지 못했다면 가정에서 이에 대한 연습이 필요할 것으로 보입니다. 아이가 어린이집에 가기 싫어하는 것은 비단 또래 친구와의 놀이 활동만의 문제가 아닌 집단생활의 규율 속에 자기를 조절하고 주어지는 과업들을 수행해 내는데 어려움이 있기 때문일 수도 있습니다. 아이들도 유능감이라는 느낌을 인지합니다. 그것은 과업을 시도하고 성공한 경험을 통해 축적되는 것이니 만큼 아이가 긍정적인 성공경험을 할 수 있도록 격려해 주시기 바랍니다. 아이의 부적응을 문제로만 인식한다면 직장을 다니는 엄마로서 죄책감에 시달릴 것입니다. 나 자신이 아이를 두고 직장에 다녀 미안함을 안고 열심히 노력하듯이 아이도 엄마가 없는 시간을 통해 그리움과 외로움이라는 감정을 느끼고 배우고 있는 것이기도 합니다. 상담상황에서 이런 어린시절을 보낸 아이들이 잘 성장하는 것을 지켜보고 있으면 엄마의 부재가 아이에게 꼭 부정적인 영향만을 주었다고는 여겨지지 않습니다.



아이가 낮가림이 심해요



상담자 정보: 20개월 영아, 모

상담내용

지금 20개월 아기입니다. 아기가 낮가림이 있는데 좀 심한편인 것 같아서 고민이 많아요. 놀이터에서도 아가 친구들이 다 오면 겁을 먹고 낮선 남자 어른들은 더더욱 겁먹어요. 집안에서도 안아달라는 표현을 수시로 하고요 이제 부끄럼을 아는건지 얼마 전부터는 낮선 사람이 아는척하면 엄마한테 고개를 돌려 파묻기도 하네요. 기질적으로 내성적인 아기인 것 같아서 크면 좀 나아지겠지 하는데 양육하는 엄마 스스로의 태도가 문제가 있어서 그런건지 고민이 되네요. 문화센터 신체활동 수업을 남자선생님이 하시는데 적응기간도 길고 선생님이나 수업장소가 바뀌면 잘 놀지 않고 징징거리고 겁내고 그래서 동일한 선생님 수업만 듣는게 좋은건지 아예 남자선생님 수업은 좀 크면 나중에 들어야 하는지도 고민이네요. 집 안에서도 대부분 엄마 곁에 붙어두고 놀려고 하는 편이에요 아기 심리적인 문제인지도 걱정이에요.

답변내용

아이의 낮가림 행동으로 엄마가 걱정이 많으시지요. 먼저 낮가림을 이해해 보면 7~9개월 사이 엄마를 정확하게 인식하면서 엄마와 엄마가 아닌 사람을 분명하게 구별하는 것이 낮가림의 처음 시작입니다. 그 이후 엄마와 애착이 더욱 견고하게 다져지는 시기를 지나게 됩니다. 아기의 기질부분은 예민하고 민감한 기질인 것으로 생각합니다.

아이가 새로운 환경과 새로운 사람에게 적응하는 속도 방법 나타내는 행동들이 모두 다를 수 있습니다. 새로운 교사 새로운 환경을 접했을 때 아기가 징징 거리는 표현을 하면 엄마와 교사들은 어떻게 상호작용 해 주시는지 궁금합니다.(아이가 불편함이나 불쾌감을 느껴 표현한 징징거림 이므로 우선 아이의 욕구를 파악하고 아이의 마음을 읽어 안심시켜주는 것이 중요합니다.)아기의 경우 조금 더 느긋하게 안정감 있게 기다려 주며 지켜보는 방법이 좋을 것으로 생각합니다.(남성에 대한 긴장된 반응은 아빠의 도움으로 성인 남성에 대한 친밀감이나 느낌 정서를 경험하게 하는 것도 도움이 됩니다(즐겁게 놀이하는 경험을 통해서))

그리고 집안에서도 엄마를 곁에 두고 놀이를 하려고 하는 부분은 엄마와의 분리 상황들에 대한 약간의 불안으로 보여 집니다. 혹시 집안에서 엄마와 분리가 되어야할 때 정확하게 안내를 해주시고 엄마의 목소리를 통해 “엄마가 여기 있어”라고 말씀하셔서 안정감을 계속해서 유지해 주는 것이 도움이 됩니다.

아기들은 1차적으로 안정감이 느껴져야 그다음 탐색의 욕구를 느끼게 됩니다. 불안이나 걱정 염려 등의 감정이 생기게 되면 아기의 모든 에너지를 그 감정을 해결하는데 쓰게 되므로 탐색의 욕구는 그만큼 줄어들게 됩니다. 그런 패턴이 반복이 되면, ‘세상은 즐겁지 않아, 걱정만 하는 곳이야’로 경험될 수 있습니다.

현재 아기에게 일관적이고 안정적이고 민감한 양육자의 반응이 도움이 되실 것으로 생각합니다.

돌 전후 아이의 애착이 궁금해요



상담자 정보: 3개월 영아, 모

상담내용

3개월 된 아기의 엄마입니다. 조부모님께 육아 부탁드리며 발생 가능한 문제점 관련 문의 드립니다. 현재 양육자는 엄마이며 아이는 외동입니다. 아빠는 서울에서 회사를 다니지만 엄마인 제가 지방으로 학교를 가게 되면서 외할머니가 양육을 담당하게 될 예정입니다. 현재 고려중인 양육 방법은 3일은 조부모님 댁에서 양육 후 4일은 엄마아빠와 집에서 지내는 것입니다. 아이를 부모가 아닌 조부모님이 봐주시게 되면서 발생 가능한 문제점들이 어떤 것이 있을까요?

애착 문제를 줄이기 위한 방안으로 조부모님 댁에 아이를 아예 맡기는 것이 더 효과적이라고 볼 수 있는지도 궁금합니다. 아니라면 최대한 부모가 함께 할 수 있는 시간 동안은 아이를 데려와서 함께 하는 시간을 늘리는 것이 필요한가요? 이러한 경우 환경의 변화가 지속되는 것도 아이에게 부담이 될 수 있는 것이 아닐까 우려가 됩니다. 그리고 영유아기 애착 형성이 꼭 엄마를 대상으로 우선 시작되어야 하는 건가요? 꼭 엄마가 아니어도 된다면, 조부모님과 원만한 애착관계가 형성된다면 아이의 올바른 성장과 관련하여 걱정하지 않아도 되는 부분이지 않을까 싶은 생각이 됩니다. 애착 문제 발생에 있어 돌 전의 아이와 돌 이후의 아이가 차이가 있는지도 궁금합니다. 문제를 줄이기 위하여 적어도 돌이 지난 후 분리를 시작하는 것이 좋다면 육아 휴학을 고려해보고자 질문 드립니다.

답변내용

어머니께서 학교에 가시게 되어 아기의 애착 형성에 관해 염려하고 계시군요. 애착에 관해 중요한 사항들을 몇 가지 적어 보겠습니다. 어머니께서 상황에 맞춰 최선의 선택을 하시는 데 도움이 되시기를 바랍니다.

애착 형성에서 가장 중요한 시기는 생후 1년 동안입니다. 생후 6~9개월이 되면 아기가 낮가림과 분리불안을 보이게 되는데 이때쯤이면 애착이 형성되었기 때문입니다. 안정적인 애착 형성에 가장 중요한 것은 주 양육자의 민감성, 반응성, 일관성입니다. 즉 아기가 보내는 신호(울음, 표정 등)가 무엇을 뜻하는지 정확히 이해하고 그것에 맞추어 신속하게 반응을 보이며(수유하기, 안아주기 등), 아기에게 이러한 양육자 역할을 하는 것이 일관성 있게 되어야 한다는 것입니다. 이러한 양육자 역할은 물론 아기에게 대한 전적인 관심과 사랑으로부터 가능한 것이지요. 아기는 따뜻하고 민감하며 일관된 양육자의 반응을 반복적으로 경험함으로써 정서적으로 안정되며 양육자에 대한 신뢰를 형성하게 되고 자신이 사랑 받을 만한 소중한 사람이라고 느끼게 됩니다. 어머니께서도 아시는 바와 같이 이것이 아동발달에서 애착이 중요한 이유입니다. 그런데 애착은 주 양육자 한 사람에게만 형성하는 것은 아니며 매일 또는 일상적으로 접하게 되는 가족 구성원들에게도 형성하게 되며 당연히 대리 양육자(보육교사 등)에게도 형성합니다. 조부모님과 공동양육 하신다면 부모님과 조부모님 모두에게 애착을 형성하게 됩니다. 또한 안정적인 애착 형성을 위해 양육자가 아기와 함께 많은 시간을 보내는 것도 중요하지만 함께 하는 시간의 양보다는 질이 더 중요합니다. 즉 오랜 시간을 함께 보낸다고 해도 양육자가 따뜻하지도, 민감하지도, 반응적이지도, 일관되지도 않다면 아기와 함께 있다는 것이 의미가 없습니다. 조부모님과 공동 양육을 하신다면 조부모님 댁에 전적으로 맡기시기 보다는 3일/4일 계획 세우신 대로 하셔도 좋을 것 같습니다. 부모님이 함께 하시는 동안 짧은 시간이라도 아기에게 전적인 관심을 주시며 민감하게, 반응적으로 양육하시면 되겠습니다. 만약 상황에 변동이 있어 혹시 가능하시다면 첫 돌 정도까지는 어머니께서 양육하시는 것도 좋습니다.



신체발달이 느린 쌍둥이 첫째아이, 괜찮은건가요?



상담자 정보: 8개월 여아, 모

상담내용

현재 8개월 여자 아기입니다. 4개월 때 좀 뒤집기와 되집기 다 했는데 몇 번 하더니 그 이후로 안하고 지금까지 안합니다. 그러니 배밀이도 안하구요. 엎드려놓으면 웁니다. 쌍둥이 둘째인 남자 아기는 눕히자마자 뒤집고 되집고 배밀이하고 혼자 앉고 기어 다니고 잡고 서려고까지 하는데..

병원에서는 엎드려놓고 다리 잡아주면서 연습시키라고 두 달 후에도 못하면 물리치료 받으라고 하더라구요. 울어도 계속 엎드려 놓아야하는지, 그리고 물리치료까지 받아야 하는지 고민입니다.

어른들은 배밀이 안 하고 바로 서는 애도 있다고 그냥 냅두면 다 한다던데... 잘때는 옆으로도 잘 잡니다. 양방향으로요. 그리고 스스로는 못 앉지만 앉혀주면 앉아서 놀기는 합니다. 5~10분정도 장난감을 계속 바꿔주면 좀 더 오래있기도 하구요. 겨드랑이 받치고 세우면 다리 힘주고 서기도 하구요. 아기가 싫어해도 계속 엎드려놓고 연습시켜야하나요? 그리고 배밀이 안한다고 물리치료까지 받아야 하나요?

쌍둥이 둘째 아들은 아랫니가 두개 나왔는데 첫째 딸은 치아도 안나네요. 물론 아이 마다 차이가 있겠지만 자꾸 걱정되네요.

답변내용

8개월 아기의 현재 발달 상태로는 크게 문제로 보이지는 않습니다. 그런데 쌍둥이고, 둘째와 발달 속도가 다르니 어머니는 하나 하나 걱정되실 수 있습니다. 아이가 기질적으로 느리거나 신체적으로 건강하다면, 신체발달은 좀 느릴 수도 있습니다. 그런데 어느 병원에서 엎드려 놓으라고 하신지는 잘 모르겠지만, 혹시 다리에 힘이 없거나 목이나 허리를 가누지 못한다면 재활의학과에 가서 체크해보시는 것이 필요합니다. 4개월에 뒤집는 경우도 있었고, 누군가가 놀아주면 앉아도 있고, 겨드랑이 받쳐주면 서기도 한다니...지금의 방법을 좀 더 시도해보시기 바랍니다. 엄마가 자주 놀아주고, 장난감도 재밌는 것으로 자극을 주고, 앉고 서고 안아주고 하는 신체 놀이도 많이 해주시면 아이가 더 많이 움직일테고 그러면 좀 더 발달이 빨라질 수 있습니다. 지금 상황으로는 아이의 발달이 느리다 아니다 체크하기는 좀 어렵습니다. 10개월, 12개월 전후로도 뒤집고 앉고 서기가 안되면, 그때는 재활의학과에서 체크를 한번 받아보실 수도 있습니다. 많이 걱정되실 수 있겠지만 주변 어른들 말씀처럼 발달 차이로 그럴 수도 있습니다. 지금은 너무 어려 발달적으로 체크하는 방법도 그리 정확하지는 않습니다.

제가 어머니께 드리고 싶은 말씀은 많이 걱정되시겠지만, 어머니가 너무 걱정하고 불안해하시면, 그것이 아이에게 더 안좋은 영향을 미친다는 겁니다. 그러니 우선은 말씀드린 것처럼 이이와 잘 놀아주시고, 아이의 변화를 잘 관찰하시고 민감하게 대처하시면 됩니다. 걱정되는 마음이 좀 줄어드셨길 바라며, 우선은 아이와 재미있게 놀아주시면서 2-3개월 잘 지켜보시는 것이 필요하겠습니다.

영유아 검진에서 주의 판정을 받았는데 어떻게 해야할까요?



상담자 정보: 19개월 남아, 모

상담내용

19개월 남아이고 며칠 전에 받은 영유아 검진 관련해서 상담드려요. 아기가 대근육 및 소근육 발달, 그리고 언어 부분에서 주의 판정을 받았고 특히 언어는 두 돌까지 잘 지켜봐야 한다고 하네요. 대근육 및 소근육 발달이란 말 트이는데 도움이 될 수 있는 것들을 알고 싶어요. 어떤 놀이나 운동이 신체발달에 도움이 될까요? 그리고 언어는 현재 엄마, 아빠 아파 이 세 단어만 하는데 아기가 말이 트이게 하려면 제가 어떻게 해야 할까요? 지금 육아휴직 중이라서 복직하면 어린이집에 보내려고 했는데 아기 두 돌 까지 복직을 미루고 가능한 빨리 어린이집을 보내는게 아기 발달에 더 좋을까요? 아기가 말이 좀 늦는다고만 생각했는데 막상 대근육이랑 소근육 발달도 늦고 주의 판정을 받으니 제가 육아를 제대로 못한 것 같고 아기에게 어떻게 해줘야 할지 전혀 모르겠어요. 상담 부탁드립니다.

답변내용

아이의 발달과 관련해서 상담요청해주셨고, 아이의 발달로 걱정이 많으시죠? 발달과 관련된 임상적 진단과 관련하여 유년기 시절의 특징을 살펴보면 다음과 같습니다. 유아기 초기에 걷기, 기어 다니기, 신발 끈 묶기, 단추나 지퍼 잠그기 등의 활동에서 서투른 동작을 보이고 운동발달 과제에서 지연되는 경우가 많습니다. 그리고 아동기에 이르렀을 때에는 퍼즐 맞추기, 모형 만들기, 공놀이하기, 그림 그리기, 글씨 쓰기에서 어려움을 나타내는 경우가 있습니다.

상담실에 내원하는 어머니들 또한 아이가 어릴 때부터 물건을 넘어뜨리는 실수를 많이 하고 손을 사용하는 소근육 발달이 다소 지연되었고 놀이기구 타기, 달리기와 같은 신체 운동을 두려워하고 거부한다고 호소합니다. 또한 유치원 시기나 학령기 아이를 둔 어머니들은 글쓰기와 그림 그리기를 매우 싫어하고 친구들과 함께하는 운동을 좋아하지 않는다고 호소합니다. 이러한 발달에 어려움이 있는 아동들의 원인은 다음과 같습니다.

첫째, 우선 아동의 신경학적 감각적 특성으로 인해 운동 능력이나 운동협응능력 발달이 더디어서 나타날 수 있습니다. 둘째, 또 다른 원인은 유아기부터 신체적 움직임을 사용할 기회가 많지 않고 주변에서 주는 자극이 풍부하지 못했던 환경으로 인해 결정적 시기에 운동협응능력 발달이 잘 되지 않았기 때문입니다.

셋째, 마지막 원인으로서는 예민함이나 불안과 같은 정서적 어려움으로 인해 주변 환경에 적응하고 탐색하기를 힘들어하는 아이들의 경우 운동 협응 능력을 발달시킬 기회를 충분히 갖지 못하면서 발달의 어려움을 겪기도 합니다. 이러한 어려움을 겪는 아이들은 잦은 실수와 실패로 인해 쉽게 좌절하고 자존감이 낮아지는 심리적 어려움을 갖게 되기도 합니다. 이러한 문제를 보이는 경우, 우선 지속적으로 신체를 사용하는 기회가 필요합니다. 예를 들어, 공놀이, 달리기, 걷기 등과 같은 쉬우면서도 즐거워 할 수 있는 운동의 기회를 꾸준히 마련하는 것이 필요합니다. 소근육 운동 발달을 위해서 밀가루와 같은 쉽게 조작할 수 있는 재료로 하는 쉬운 놀이부터 퍼즐이나 블록놀이와 같은 좀 더 어려운 단계의 놀이를 순차적으로 제시하는 것, 손을 사용하는 보드게임을 함께 하는 것도 도움이 됩니다. 아이가 부족한 운동능력으로 인해 겪는 심리적 어려움을 갖지 않도록 돕기 위해서는 아이의 실수를 지적하거나 혼내지 않고 잘 해내는 것에 대해 격려해주어야 합니다.

언어발달과 운동발달의 경과를 두 돌에서 세 돌까지 지켜보려보시다가 발달검사를 받아보시는 것을 추천해드립니다.



우리 아이, 자폐증일까요?



상담자 정보: 23개월 영아, 모

상담내용

아기가 이제 23개월인데 아직 제대로 할 줄 아는 말이 없어요. 내년부터 어린이집에 보내볼까해서 며칠 전 상담도 다녀왔는데 원장 선생님이 아이를 보시고는 노는 게 평범하지 않다고 하시네요. 그래서 혹시나 하는 맘에 아이 상태를 검색을 해보니 자폐증 증세가 보이는 거 같아서 불안해서 상담 좀 받아보려고요. 우선 아기가 보이는 상태는 정확하진 않지만 돌 지나고 나서 부터 혼자서 놀면서 장난감들을 나열을 하기 시작했어요. 그리고는 TV를 볼 때나 좋아하는 장난감으로 놀고 있을 때는 진짜 수십 번 불러도 한번 쳐다 볼까 말까 해요. 눈맞춤 하는 건 정말 힘들고요. 그렇지만 스킨십을 싫어하는 건 아니고 잠 자고 일어나서는 저한테 와서 잠깐 때까지 꼭 안겨 있어요. 그리고 혼자 놀 때도 제가 있는 곳으로 장난감을 가져와서 근처에서 놓고 혼자 박수치면서 절 쳐다보면서 제 호응을 바래요. 그럼 저도 같이 박수를 쳐주면서 와~잘했어요 하거든요. 이렇게 놀다가도 또 혼자 책 있는 곳에 가서 책을 싹 꺼내서 책들을 일직선으로 줄 맞춰서 나열을 해요. 예전엔 블록을 꺼내주면 블록을 2개씩 포개 다음 2개씩 포개 것을 다시 탑을 쌓아요. 그런식으로 해서 탑을 11층까지 쌓더라고요.

그리고 요즘은 많이 줄어들었는데 스티커들마다 집착을 하기 시작해서 손톱 상할 때 까지 뜯기도하고 요즘은 또 한자리에서 빙글 빙글 돌아요. 혹시 저희 아가 자폐증세가 맞을까요? 아님 그냥 혼자 놀이하는 걸까요. 말이 많이 늦긴한데 그래도 우유 먹은 거 가져다주세요 하면 주방으로 가져오고 자기의사 표현도 하고 그러거든요.

답변내용

23개월인 아이가 아직 언어표현이 거의 없는 것과 행동이 일반적이지 않아서 자폐증이 아닌가 걱정이 되시는군요. 우선, 자폐증에 대해서 설명을 드리고 주요 증상에 대한 정보를 드리겠습니다.

자폐증이란 언어와 의사소통, 사회화 및 행동영역에 걸친 발달상의 장애를 말하며 주로 지능과 언어발달, 사회성이 결여되는 증상을 보이게 됩니다.

주요 증상은 첫째, 눈 맞춤을 하지 못하는 행동으로 부모가 의도적으로 눈을 맞추려고 해도 눈을 맞추기가 어려운 행동을 보입니다. 주로 무반응적인 행동이 주 특성이며 이런 행동으로 인해 매우 순하고 혼자 잘 노는 아이로 보여질 가능성이 높습니다.

둘째, 말이 늦고 말을 하더라도 사람과의 관계를 위한 언어사용이 아니라 자신이 좋아하는 도구나 필요한 물건을 요구할 때 표현하는 언어로 사용되는 형태입니다. 감정공유의 어려움을 보이는데 농담이나 장난과 같은 즐거움의 공유, 위로하기, 미안한 마음, 질투와 같은 정서적인 기반을 둔 행동이 거의 이루어지지 않는 특성을 가지고 있습니다.

셋째, 환경에 대한 저항이 큰 편으로 늘 같은 놀이와 간단한 패턴의 일을 반복하며 특정한 물건에 집착하여 없어지면 울고불고 난리를 칩니다. 또한 장난감 차 바뀌면 돌리거나 책장을 넘기는 단순한 놀이에 고착되기도 합니다. 그리고 환경의 변화에 참지 못하고 분노를 표현하기도 합니다.

아이의 경우 설명 드린 주요 특성인 세 가지 경우에 포함되는 상황으로 보입니다. 이 경우는 온라인 상담으로는 한계가 있으니 아이를 데리고 직접 전문의를 찾아가셔서 상담을 하고 정확하게 진단을 받을 것을 권해드립니다.

잠시도 가만히 있지 않는 아이, 과잉 행동장애인가요?



상담자 정보: 24개월 남아, 모

상담내용

24개월 남아를 둔 엄마입니다. 걱정되는 부분이 있어 고민하다 상담 신청 해봅니다. 문화센터 수업 받을 때에 자리에 앉아 있지 못하고 돌아다니기만 합니다. 다른 아이들도 그렇긴 하지만 우리아이는 유독 더 심합니다. 6개월 이상 같은 상황이고 선생님도 잠시 설명할 때 만이라도 아이를 잡아서 앉혀 달라 부탁 하셨구요. 다만 자기가 좋아하는 몇 가지(오르거나 징검다리 건너기, 뛰기, 그릇에 물건 옮겨담기 등) 부분은 집중해서 잘 따라 합니다. 외출 시 밖에서도 가만히 있지 못하고 계속 뛰거나 돌아만 다닙니다. 병원 진료 시 대기시간에도 가만히 있지 못하고 안되면 떼쓰는 소리를 냅니다.

집에서는 책읽기 좋아하고 활발한 아이라 생각했는데 밖에서는 전혀 다른 모습이라 앞으로 어린이집 생활도 걱정되고 혹시 주의력 결핍 과잉행동장애가 아닌지 의심 됩니다.

그리고 주의력결핍장애가 이 증상이 맞는지 판단하는 검사는 언제쯤 해야 적당 할까요? 맞다면 빨리 발견하고 어떤 조치라도 해주고 싶어서 질문 올립니다.

답변내용

아이가 ADHD(주의력 결핍 과잉행동장애)가 의심되어 걱정이 많으시군요. 아직 24개월이면 진단을 내리기 어려운 나이입니다.

영·유아들은 아직 뇌 발달이 미숙해서 조절력이 떨어질 수 있고, 과도하게 활동적인 아이라고 하더라도 주의력 결핍 과잉행동장애로 다 발전하는 것은 아닙니다. 그러므로 진단을 내리는 것은 신중해야 할 부분입니다.

그러나 부모가 아이의 과도하게 활동적인 기질을 어떠한 방식으로 다루어 가며 조절력을 향상시켜가는 가야 하는지를 아는 것은 중요한 문제입니다. 부모의 양육태도가 아동의 활동적이고 충동적인 기질을 잘 다루지 못하게 되면, 부모-자녀관계를 악화시킬 뿐만 아니라 불안, 우울, 낮은 자존감 등 2차적인 심리적 문제까지 갖게 할 수 있기 때문입니다.

따라서 가까운 아동전문 상담기관을 찾으셔서 어머니가 아이의 기질에 맞는 육아방식을 배워 나가시는 게 필요해 보입니다. 아이가 행동 조절력이 떨어지면, 문화센터와 같이 집단이 활동하는 것은 당분간 보류하시는 게 나을 수 있습니다. 도리어 부정적인 피드백이 아이의 정서발달에 부적절할 수 있다고 생각합니다.

사회성 향상을 위해서는 어머니와 일대일의 관계 속에서 주고 받는 관계를 통해서 성장하게 되므로 이에 초점을 두시고, 대집단보다는 소집단으로 또래경험을 할 수 있도록 해 주시면서 서서히 관계망을 넓혀가시기 바랍니다.