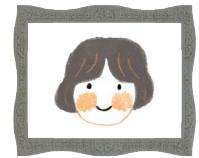


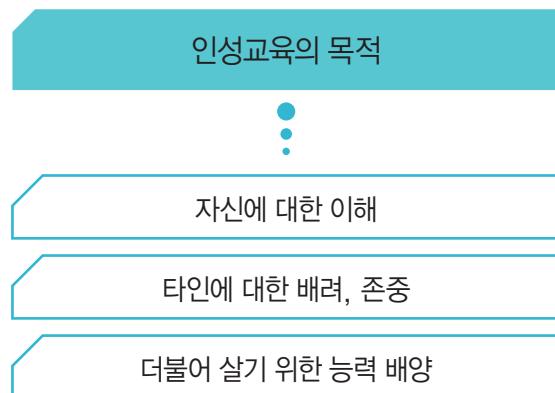
누리과정 가정연계 부모교육

행복한 아이를 위한
부모인성교육

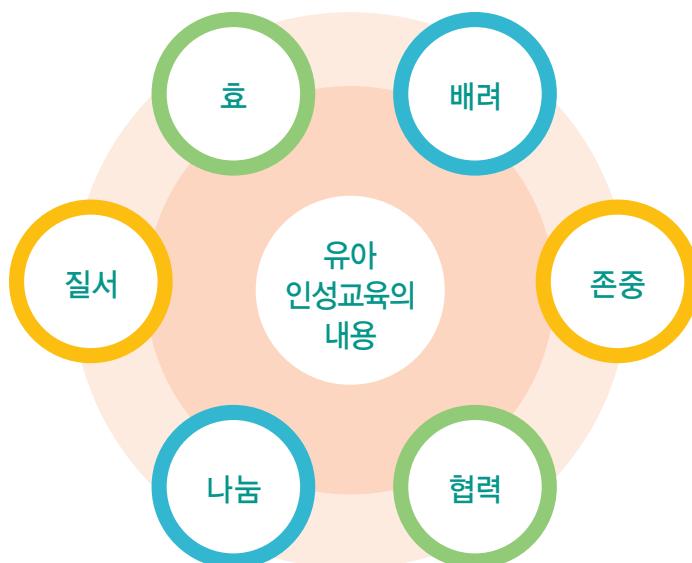


1. 부모인성교육 프로그램의 목적 및 성격

이 프로그램은 부모 됨과 부모역량강화, 인성의 6가지 덕목을 바탕으로 구성된 총 8회기 교육입니다. 본 인성교육 프로그램을 통해 자기 자신을 이해하며, 타인에 대한 배려와 존중, 더불어 살기 위한 능력을 기를 수 있습니다.



바른 인성의 기초를 형성하기 위한 누리과정의 6가지 구체적 실천행동 덕목을 바탕으로 합니다.



[인성교육의 내용 – 누리과정 6가지 인성덕목]

부모인성교육 프로그램은 다음과 같은 주제와 소주제로 구성되어 있습니다.



2. 부모인성교육 프로그램의 구성

인성이 바르고 행복한 아이로 키우기 위해서는 부모 또한 행복한 부모가 되어야 합니다. 행복한 아이를 위한 부모인성교육 프로그램의 각 회기별 기본 구성은 다음과 같습니다.

시작하기



들어가는 이야기

주제에 대해 관심을 가질 수 있도록 글, 그림, 사례 등을 제시



나를 돌아보세요

주제에 대한 현재의 인식이나 실천 정도를 알아보기 위한 부모의 사전 자기진단

적용하기



어떤 의미일까요?

주제의 의미



전통에서는 이렇게

인성 덕목의 전통적인 관습이나 지혜



어린이집에서는 이렇게

누리과정의 인성 지도 사례



나에게는 이렇게

부모 스스로의 역할 인식과 실천 방안



집에서는 이렇게

자녀 인성교육을 위한 가정에서의 실천 방안



인성을 깨우는 한 마디

일상의 반복적인 실천을 통한 인성습관 형성

마무리



마음으로 듣는 이야기

주제를 되돌아보며 인식을 다지는 이야기



나오는 이야기

퀴즈, 관련정보, 시 등을 통한 전반적 정리

I
부모 됨

자신 있는
부모 되기 7



II
부모 역량강화

아이와
소통하기 21



III
마음이 따뜻한
아이로 키우기

배려
존중 37
51



IV
더불어 사는
아이로 키우기

협력
나눔 65
79



V
기본이 바른
아이로 키우기

질서
효 93
105



부모 역량강화

아이와 소통하기

시작하기 들어가는 이야기 자장자장 우리아기

나를 돌아보세요 나는 어떻게 소통하고 있나요?

적용하기 어떤 의미일까요? 소통의 시작 '경청', 긍정적으로 소통하기

전통에서는 이렇게 전통에서 살펴본 아이와의 소통

나에게는 이렇게 문제 해결을 돋는 의사소통의 기술

집에서는 이렇게 이렇게 말해 주세요!

마무리 마음으로 듣는 이야기 아이와 소통하는 어머니

나오는 이야기 우리가족 씨(SEE) 타임



자장자장 우리아기

우리 조상들은 아이를 재울 때 반복되고 쉬운 말로 운율 있는 자장가를 불러주었습니다.
서양의 3박자 자장가와 달리 4박자의 노래가 안정적으로 반복됩니다.
금은보다 소중하다는 애정과 더불어 훌륭하고 신망 있는 사람으로 자라기를 바라는
간절한 기대를 담았습니다.

온자동아 금자동아 셰상천지 유품동아
온을주면 너를사며 금을주면 너를살까
엄마에게 보배동이 할머니에게 사랑동이
형제에게 우애동이 동무에게 의리동이
이웃에게 귀염동이 동네방네 재주동이
자장자장 우리아기 잘도잔다 우리아기

꼬꼬닭아 우지마라 우리아기 잠을깰라
멍멍개야 짖지마라 우리아기 잠을깰라
오동나무 가지위에 봉황새의 잠일렁가
우리아기 복잠자고 우리아기 복꿈꾼다
하늘같이 높은아기 땅같이 어진아기
산 같이 크거라 과도처럼 굳세거라
자장자장 우리아기 잘도잔다 우리아기



우리 아이만을 위한 자장가 한 소절을 지어서 불러보세요.



나는 어떻게 소통하고 있나요?

❖ 지금 우리아이와 얼마나 소통하고 있을까요? 체크해 보세요.

아이가 가장 좋아하는 놀이가 무엇인지 알고 있다.

아이가 좋아하는 동물, 캐릭터 등에 대해 잘 호응해준다.

아이가 진지하게 묻는 질문과 말을 진지하게 들어준다.

아이와 단둘이서 30분 이상 놀이하는 것이 어렵지 않다.

아이에게 속상한 일이 있을 때 먼저 아이의 마음을 읽어준다.

아이가 묻는 모든 질문에 참을성을 갖고 정직하게 답해준다.

아이가 요즘 좋아하는 친구 이름을 알고 있다.

아이의 말에 대답만 하기 보다는 질문도 많이 한다.

아이와 함께 하루 동안 있었던 일에 대해 거의 매일 이야기를 나눈다.

내가 기분이 좋지 않을 때는 아이에게 나의 기분을 말로 표현해 알려준다.

0~4개

아이와의 소통을 위한 노력이 필요해요!
하루 30분씩이라도 아이와 함께 놀이하며 소통하는 시간을 가져보세요.

5~7개

아이와 비교적 잘 소통하고 계시네요!
아이의 행동뿐 아니라 감정까지도 읽을 수 있는 깊이 있는 소통을 해 주세요.

8~10개

아이와의 소통에 어려움이 있으시군요!
소통을 통해 아이와 부모님이 모두 행복할 수 있도록 꾸준히 지속해주세요.



소통의 시작 ‘경청’



“ 먼저 들어 주세요.

- 내가 먼저 말하기보다는 아이의 말을 먼저 들어 주세요.
- 울거나 떼를 쓰는 것도 아이의 말입니다.

“ 공감해 주세요.

- 아이의 말을 있는 그대로 받아들이고 공감해 주세요.
- 마음을 공감해주는 말로 대답해 주세요.

“ 온 몸으로 응답해 주세요.

- 눈을 마주보고, 표정으로 반응해 주세요.
- 쓰다듬기, 손뼉치기 등 몸으로 표현해 주세요.

“ 1, 2, 3 법칙을 실천해 보세요.

1분만 말하고, 2분 이상 들어주며, 3분 동안 맞장구치며 대화해 보세요.

聽

왕의 귀처럼
모든 소리를
들어라

열 개의
눈을 가져라

하나의
마음으로
공감하라



이청득심(以聽得心)
들음으로써 마음을 얻으리라



긍정적으로 소통하기

“ 부정적인 말로는 아이와 소통하기 어려워요.



명령 지금 빨리 이거 해!

협박 당장 안 치우면 가져다 버릴 거야!

비난 너 그럴 줄 알았다. 네가 하는 일이 다 그렇지.

비교 네 친구는 안 그러는데 넌 왜 그러냐?

경고 그런 식으로 하면 넌 결코 잘 할 수 없어.

모욕 너는 하는 것마다 매번 왜 그 모양이니?

“ 긍정의 언어로 대화를 시작해보세요.



긍정 그래, 아주 좋은 생각이야!

인정 ○○이가 도와준 덕분에 금방 정리했네. 고마워!

공감 지금은 이 닦기가 싫구나.

수용 그럼 ○○이가 좋아하는 음식을 먹으려 갈까?

칭찬 웃이 참 잘 어울린다. 아주 멋지네!

격려 아주 잘 했어! 다음엔 더 잘 할 수 있을 거야!

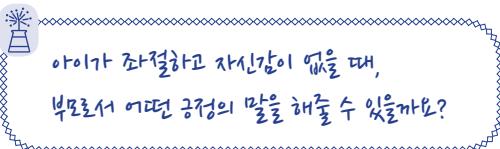
•••
로봇다리 세진이

세진이는 두 다리와 손가락 세 개가 없이 태어났습니다.
생후 6개월의 세진이를 입양한 어머니는 불편한 다리보다는
똘망똘망한 큰 눈을 보고 가슴으로 품었습니다.

세진이는 네 살부터 다리뼈를 깎는 수술을 여섯 번이나 받고
큰 고통 끝에 의족을 달게 되었습니다.
그러나 로봇다리로 걷는 것은 쉽지 않은 일이었습니다.
걷고 싶어 하는 세진이를 위해 어머니는 끊임없이 넘어뜨렸습니다.
앞으로, 뒤로, 옆으로...
언제 어떤 상황에서 넘어져도 스스로 일어나야했기 때문입니다.
그리고 세진이에게 이런 말을 해주었습니다.

“걷는 것은 중요하지 않아.”
“네가 걷다가 넘어졌을 때 다시 일어날 줄 아는 것이 중요해.”
“혹여 못 일어날 경우 누군가에게 손을 내밀 줄 아는 것도
용기 있는 사람이야.”

걷기 시작한 세진이는 축구, 승마, 드럼, 라틴댄스, 골프, 볼링 등
다양한 것에 도전하였고,
지금은 수영선수로 활동하고 있습니다.
두 다리 때문에 주저앉던 세진이는 이제 더 큰 꿈을 위해 강철
다리로 달려 나가는 사람이 된 것입니다.





❖ 아이를 변화시키는 긍정의 한 마디

••• 네 손가락의 피아니스트

선천성 사지기형 1급, 양 손에 두 개의 손가락, 허벅지 아래로 다리가 없는 희아...
악보도 잘 보지 못하고 피아노를 연주하기에 어려움이 있는 신체조건이었지만,
하루 10시간 이상의 연습을 통해 피아니스트가 되었습니다.

밥 먹고 자는 시간을 제외한 나머지 시간은 피아노 연주만 했다는 희아.
열 손가락으로도 치기 힘든 피아노를 네 손가락으로 치기 위해서 한 곡을 치고 또 치고,
연습하고 또 연습하고.....
끊임없는 반복으로 손가락에는 통증이 오고 피가 나기도 하였습니다.

힘들고 지쳐 포기하고 싶을 때마다 어머니는 '할 수 있다'고 끊임없이 격려해주었고,
매일같이 양 손에 입을 맞추며 이렇게 말해주었습니다.

“네 손은 툰립 꽃봉오리처럼 세상에서 가장 예뻐.”

네 손가락으로 피아노 연주하는 희아의 모습
희아는 오늘도 툰립같이 예쁜 손으로 많은 사람들에게 감동을 주는
피아노 연주를 하고 있습니다.



내 아이의 단점이 무엇이라고 생각하나요?
내일부터 어떤 긍정의 말을 해주시겠어요?

전통에서 살펴본 아이와의 소통

▣ 부모와 아이의 정서적 애착은 인성 형성의 시작이자 인성교육의 핵심입니다.

“ 밀착에서 시작하는 애착육아 <포대기>

- 우리네 어머니들은 예로부터 아이를 돌보며 집안일을 하기 위해 천에 긴 끈이 연결된 포대기를 사용했습니다.
- 아이는 어머니의 등에 업혀 밀착하며 심리적 안정감을 느끼고, 자연스럽게 애착을 형성할 수 있었습니다.
- 어머니는 항상 아이와 함께 하면서 아이의 상태를 바로 알고, 말과 행동으로 교감하며 소통하였습니다.



“ 소통하면서 가르치는 놀이육아 <단동십훈>

- 단동십훈은 우리나라의 전통 육아법으로 부모가 놀이를 하면서 아이의 인지발달을 돋는 방법입니다.
- 도리도리, 곤지곤지, 지암지암(잽잽), 짹짜쿵(작작궁), 섬마섬마 등 놀이를 하면서 운동 기능과 뇌신경 발달을 돋고 소근육의 발달을 촉진하는 과학적인 놀이였습니다. 무엇보다도 부모와 마주보고 웃고 몸이 닿으면서 서로에 대한 애정과 신뢰를 쌓을 수 있었습니다.





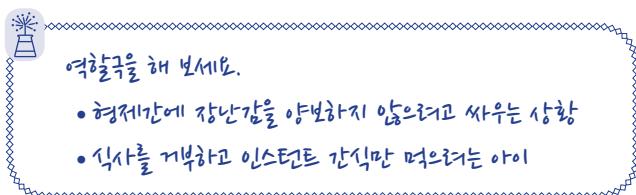
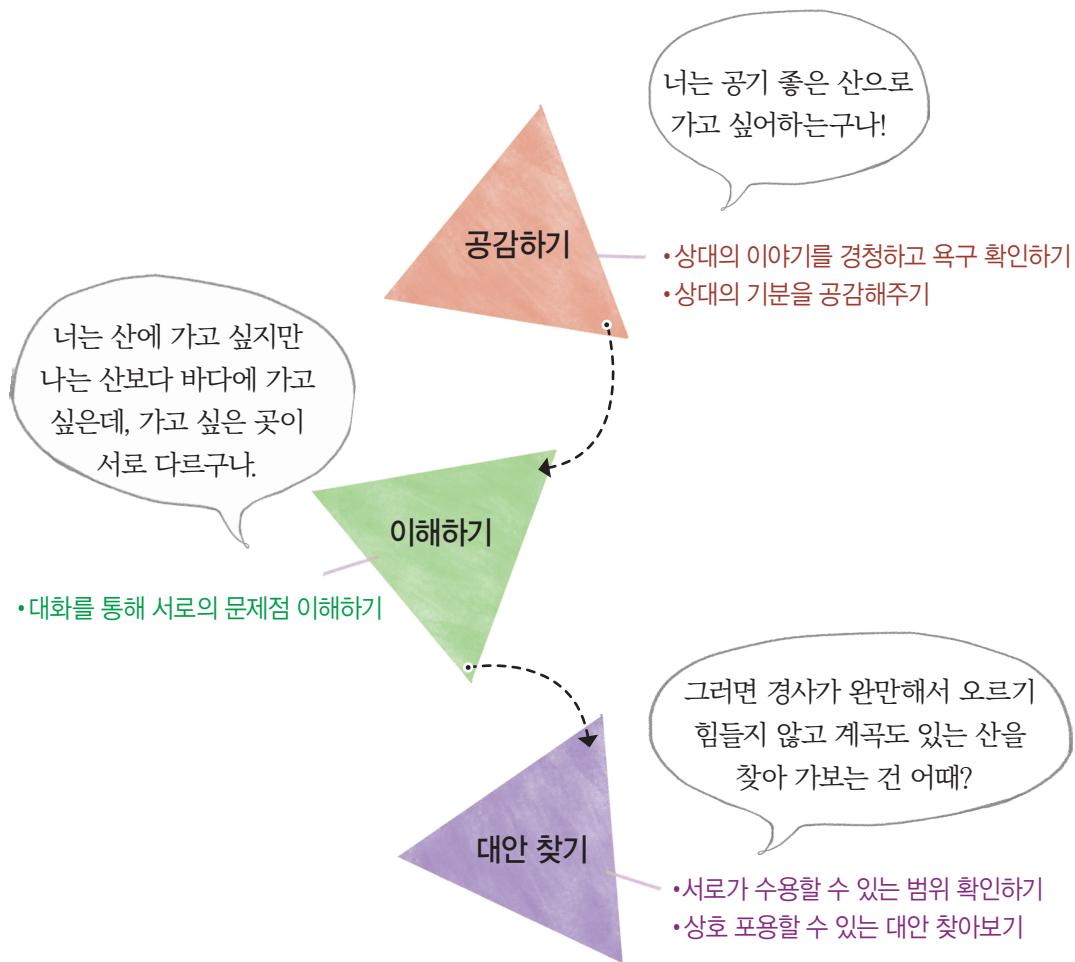
문제 해결을 돕는 의사소통의 기술

❖ 가족 여행을 계획하던 중, 가고 싶은 곳이 서로 다르다면?



어떻게 문제 해결을 하시겠어요?
열사람과 의견을 나누어 보세요.

❖ 문제 해결의 3단계





• 이렇게 말해 주세요!



You-Message 대신 I-Message



You-Message란,

'너'를 주어로 하여 문제가 되는 어떤 행동이나 결과를 상대방의 잘못으로 질책하거나 상대방을 비난하는 화법이에요.



I-Message란,

문제가 되는 행동이나 행동의 결과를 객관적으로 설명하면서 그 행동이 나에게 미치는 영향을 상대방을 비난하지 않고 구체적으로 전달하는 화법이에요.



I-Message(나 전달법)의 3요소

1

내가 불편함을 느끼는 행동이 무엇인가?

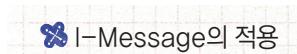
2

그 행동이 나에게 어떤 영향을 미치는가?

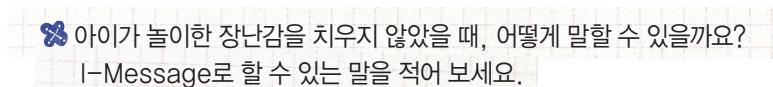
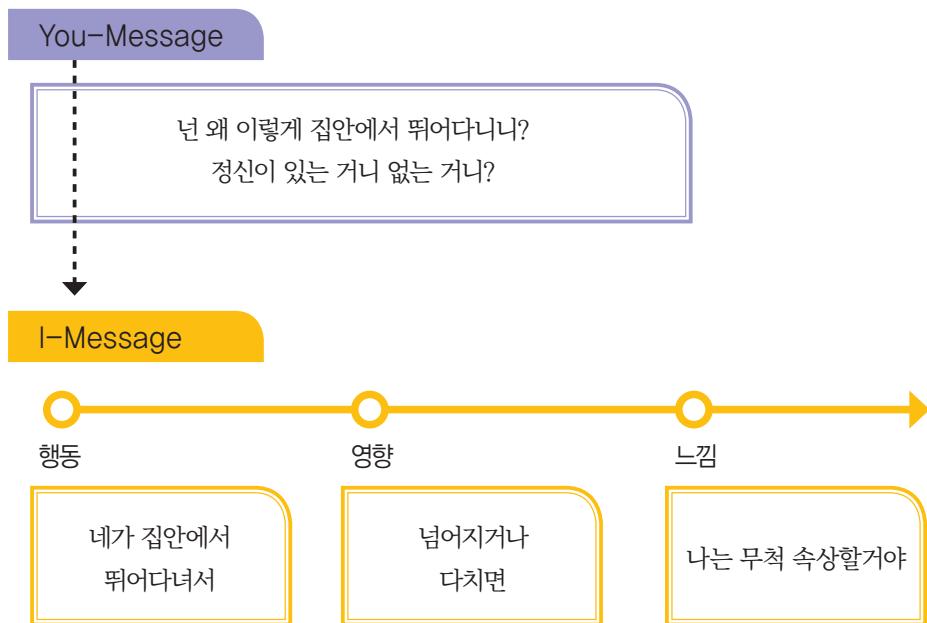
3

나에게 미치는 영향에 대해 나는 어떻게 느끼는가?





“ 아이가 집안에서 계속 뛰어다닐 때...





•아이와 소통하는 어머니

1749년, 독일의 한 가정에 남자 아이가 태어났습니다. 아이의 아버지는 법률가이고, 어머니는 시장의 딸이었습니다. 이러한 집안에서 태어난 아이는 엄격하고 까다로운 가정교육을 받았습니다.

그러나 이러한 집안 분위기 속에서도 어머니는 항상 아이와의 소통을 위해 끊임없이 노력하였습니다. 매일 밤 아이가 잠들기 전, 전래동요에 맞추어 자장가를 불러주고 편안한 분위기에서 잠 들 수 있도록 하였습니다. 아이가 자라 세 살이 되면서부터는 잠들기 전 동화 한 편씩을 읽어주었습니다.

그런데 어머니가 아이에게 동화를 들려줄 때는 한 가지 독특한 점이 있었습니다.

동화를 들려주다가 이야기의 마지막 부분에 다다르면 동화책을 덮고 끝까지 읽어주지 않는 것이었습니다.

다만, 아이에게 이렇게 되물었습니다.

“이 다음에는 어떻게 되었을까? 주인공은 어떻게 되었을까? 네가 다음 이야기를 생각해서 엄마에게 들려주지 않을래?”

아이로 하여금 이야기를 이어나가게 하는 것이었습니다. 아이는 항상 이야기의 뒷부분을 생각해보고 자기만의 방식으로 이야기를 만들었습니다. 다음 이야기를 완성하기 위해서는 전체 이야기의 흐름을 파악해야했고 그러기 위해서 어머니의 말에 집중해야만 했습니다.

어머니의 소통방법이 아이의 생각하는 힘을 자연스럽게 기르게 한 것이지요.

훗날 작가로서 세계적인 명성을 얻게 되는 이 아이는 바로 독일 문학의 거장 괴테입니다. 괴테는 작가 뿐 아니라 변호사, 시인, 과학자, 미술가 등 다방면에서 활동할 만큼 창의적이고 유능한 사람입니다.

괴테의 이러한 성장은 아들의 잠재력을 이끌어주는 어머니의 소통에서 비롯된 것이 아닐까요?



우리가족 씨(SEE) 타임

❖ 매일저녁 가족들이 모여 'SEE' 하는 시간을 가져 보세요.

Share

서로 이야기 나누기

그날의 가장 좋았던 일과 가장 나빴던 일을
서로 이야기해 보세요.

Encourage

서로 격려해주기

좋았던 일은 함께 기뻐해주고,
나빴던 일은 위로해 주세요.

Empathize

서로 공감해주기

이야기한 내용을 귀 기울여 듣고
진심으로 공감해 주세요.

“ 이렇게 말해주세요

- 오늘 ○○가 정말 기분이 좋았겠구나.
- 엄마(아빠)라도 속상했을 것 같아.
- ○○가 기분이 좋았다니까 엄마(아빠)도 기분이 좋구나.



오늘 하루 어떠셨나요? 몇 사람과 함께 'SEE' 하는 시간을 가져 보세요.

[기획 · 총괄]

최명희(중앙육아종합지원센터장)
조성희(중앙육아종합지원센터 사업기획팀장)
손효진(중앙육아종합지원센터 보육전문요원)

[공동연구]

박현경(동서울대학교 아동보육과 교수)
이한영(연성대학교 유아교육과 교수)
정가윤(명지대학교 이동학과 교수)
박은미(경기도북부육아종합지원센터장)
김근화(서울동대문구육아종합지원센터장)
인현숙(안산삼성어린이집 원장)
김수희(前 연세대어린이생활지도연구원 교사)

[삽화 및 디자인]

그림말 02)3448-5107

※ 본 자료는 보건복지부의 연구용역 의뢰를 받아 육아정책연구소에서 수행한 연구 「누리과정
가정연계 어린이집 부모교육 프로그램 개발(2013)」을 기초로 제작되었습니다.



누리과정 가정연계 부모교육

행복한 아이를 위한 부모인성교육

초판 1쇄 2014년 8월

펴낸곳 중앙육아종합지원센터

주소 서울특별시 용산구 청파로 345 주연빌딩 3층

전화 02)701-0431 팩스 02)6901-0221

※ 본 자료집에 수록된 콘텐츠는 저작권 사용 승인을 받은 것으로 무단복제를 금합니다.