새로운 발달의 문을 열고 선 유아기 자녀 이해하기

1

문득 '아이가 많이 컸네'하는
생각이 드는 시기, 바로 **유아기**입니다.
유아가 되면 **신체·정서·인지 능력**을 한층 정교하게 키우면서
세상에 잘 적응할 수 있도록 **조절 능력을 키워가게 됩니다.**
영아기와는 다른 새로운 발달이 시작되는 시기이죠.

2

유아기에 핵심적으로 발달하는
조절 능력이란, 그저 잘 참는 능력이 아닙니다.
조절 능력은 자신의 정서, 태도, 반응, 행동 패턴 등을
상황에 맞게 적정하게 표현할 수 있는 능력입니다.
유아기에 조절 능력이 잘 발달해야 **'공부'와 '학교 적응'이라는**
학령기의 과업을 무난하게 해낼 수 있게 됩니다.

3

유아의 뇌에서는
세상으로 나가 부지런히 많은 것을 보고 배우라는 신호를 보냅니다.
보고 경험하는 것만큼 큰 학습은 없습니다.
아이들은 새로운 것을 제 몸으로, 제 감각으로 찾고 경험하고 싶어 합니다.
바로 '놀이 본능'입니다.

4

놀이하는 뇌가 조절하는 뇌를 만듭니다.
아이의 마음이 충족될 때까지 **몸으로 노는 것이 똑똑한 뇌를 만듭니다.**
아이가 잠시도 가만히 있지 못하고, 엄마아빠에게 같이 놀자고 하고,
새로운 기구에 도전하고, 자기 상상력을 마음껏 펼치는
상상놀이를 하는 것 등은 **모두 아이의 뇌에서 보내는 반응**입니다.

5

인간의 뇌는 발달에 필요한 욕구와 활동을 **표현하라고 신호를 보냅니다.**
아이는 이미 자기 발달에 필요한 신호를 충분히 내보내고 있습니다.
부모는 아이를 많이 관찰하고,
아이의 욕구를 충분히 받아주어야 합니다.

6

"아무리 놀이가 중요하다고 해도,
숫자나 글자도 좀 알아야 하지 않을까요?"

'놀이는 머리를 쓰지 않는 것'이라는 **어른들의 오해를 풀어야,**
아이의 발달 반응을 믿고 제대로 된 환경을 제공해 줄 수 있습니다.
아이들은 온종일 아무 생각없이 뛰어다니지 않습니다.

7

유아기 아이의 발달은 마치 **사춘기의 예고편**과 같습니다.
뭔가 안정적이지 않아 보이고 행동 범위나 표현 범위가 급격하게 넓어져서
이런저런 시도를 하려는 모습이 비슷합니다.
그래서 부모는 아이의 앞이 아닌 뒤에서
아이를 지켜봐 주어야 하는 시기입니다.

8

유아기 자녀의 부모가 꼭 해주어야 하는 것은
건강한 마음을 다져 주는 것입니다.

건강한 마음이란, 부모와의 단단한 애착,
부모가 나를 보는 시선으로부터 싹튼 자신에 대한 긍정적인 시선,
세상에 대한 호기심을 해소하면서 해보겠다고 도전하는 마음,
그리고 긍정 경험을 통한 자신감입니다.

「출처: 김붕년(2023) 4~7세 조절하는 뇌 흔들리고 회복하는 뇌」