

## 부모교육지원자료

### 사랑을 계속 확인하는 아이, 어떻게 양육할까요?

장승초등학교병설유치원

아이가 사랑을 재차 확인하는 이유는 대부분 동생의 탄생, 부모의 싸움 혹은 부재 등의 환경 변화에서 기인합니다. 즉 현재 굉장히 불안하다는 아이 나름의 표현인 것이지요. 부모는 안정적인 애착 형성을 위해서라도 즉시 불안 요소를 줄여주거나 대안을 찾아 해결해 주어야 합니다. 계속해서 사랑을 요구하는 아이, 어떻게 해주면 좋을까요?

#### 몸의 표현, 스킨십을 해주세요

사랑은 말로 표현할 수 있지만 몸으로 보여줄 수도 있습니다. 아이가 직접 피부로 느낄 수 있게 안아주고 토닥여주세요. 스킨십은 사랑한다는 말보다 더 큰 힘으로 작용합니다. 아이가 자신이 보호받고 사랑받는다 것을 알 수 있게 스킨십을 자주 해주세요.

#### 부모와 아이만의 비밀 사인 만들기

아이들은 ‘특별한 의미가 있는 것’ 그리고 ‘우리만의 비밀’을 만드는 것을 좋아하는 경향이 있습니다. 이러한 아이들의 특성을 반영하여 아이와 둘만 아는 ‘비밀 사인’을 만들어 보세요. 예를 들면, “윙크를 두 번 하는 것은 엄마가 사랑한다는 뜻이야”처럼 말이죠. 아이는 부모의 무릎을 동생에게 양보할지라도 이러한 사인을 통해 끊임없이 사랑받고 있다고 느낄 것입니다.

#### 둘만의 시간에 집중하기

아이에게 오로지 집중할 수 있는 데이트 시간이나 자기 전 10분 대화 시간을 가져보세요. 아이가 원하는 것을 혼자 하게 해주는 것이 아닌, 부모가 옆에서 함께하며 상호작용해 주는 것이 더 좋습니다.

