

부모교육지원자료

독립성을 기르는 양육 방법

장승초등학교병설유치원

독립성의 바탕이 ‘애착’이라는 것을 알고 계시나요? 부모와의 관계가 안정되어야 비로소 아이는 외부 환경을 탐색하고 적응을 시작합니다. 세상에 나아갈 우리 아이, 독립적으로 키우는 육아 키워드가 있습니다.

1. 아이를 성장시키는 ‘기다림’

기다리다가 지치고 속이 터져도 ‘기다림’은 양육에 있어 매우 긍정적인 방법입니다. 혹시 아이가 지레 겁을 먹고 결과가 나쁠 것이라고 걱정하면서 주저한다면 ‘기다려 준다’는 사인을 보내주세요. 중간에 포기할만한 상황이 생긴다고 해도, 언제든 다시 도전할 수 있도록 기회를 주시고 ‘넌 할 수 있다’라는 말을 전해주세요.

2. 과제는 한 단계, 한 단계씩

‘오늘은 어떤 옷을 입고 싶어? 좋아하는 것으로 선택해 봐’ 혹은 ‘샌드위치에 무엇을 넣고 싶니?’ 같은 사소한 선택의 기회를 주세요. 독립성을 기르는 데 좋은 영향을 미칩니다. 점차 행동 반경을 넓혀서 ‘장난감이 물에 빠져 더러워졌는데 어떻게 하면 좋을까?’처럼 스스로 답을 찾는 과제를 줄 수도 있지요. 성취감을 얻으며 한 단계씩 나아갈 수 있도록 도와주세요.

3. 독립성을 키우는 칭찬과 격려

‘넌 아직 어려서 할 수 없어’라며 독립의 기회를 막지는 않았나요? 행동을 지나치게 제한하는 것은 아이를 위축시키며, 독립성 대신 의존성을 자라게 합니다. 작은 일부터 스스로 할 수 있는 기회를 많이 주시고, 결과에 초점을 두기보다는 행동 그 자체, 노력에 대해 충분히 칭찬해주세요. 또한, ‘그럴 수 있어’ ‘다시 해보면 어떨까?’ ‘조금 어려웠을 텐데, 정말 잘했네. 대단해!’ 등 충분히 격려해주시기 바랍니다.

