

엄마 아빠랑 산책해요

안녕하세요.

열대야로 몸살을 앓았던 8월의 여름이 지나갑니다.

여전히 덥고 불쾌지수도 높지만 아침, 저녁으로 선선한 바람이 부네요.

해가 지는 늦은 오후, 아이들과 계절의 변화를 느끼며 산책을 해보시는 건 어떨까요?

함께 손을 잡고 걸으며 살랑살랑 불어오는 바람과 노을 지는 풍경에 대해 이야기 나누어보세요.

부모님과 많은 시간을 보낸 아이들은 정서적으로 만족감과 안정감을 느낀다고 합니다.

더운 여름을 행복하고 의미 있게 마무리 하는 시간 보내시기 바랍니다.

아이들 눈높이를 맞춰주세요

부모는 아이들 나이에 맞춰 살게 된다는 말이 있습니다. 그만큼 아이들의 눈높이에서 이해하려고 노력한다는 뜻이겠지요. 아이들은 어른이 아닙니다. 그들의 생각과 마음을 읽기 위해서는 몸과 마음을 아이의 나이로 맞춰야 합니다.

눈높이를 맞춰주세요

아이들은 대화 할 때 어른처럼 말을 주고받기가 어렵습니다. 아이의 수준에 맞춰 대화를 해주세요.

천천히 기다려주세요

아이가 말하려고 할 때 먼저 이야기를 앞서나가는 부모님들이 많습니다. 아이 스스로 생각하고 표현할 때까지 기다려주세요.

열린 질문을 해주세요

“재미있었지?” “맛있었지?” 등 단답형 대답을 하게 되는 닫힌 질문보다는 “너라면 어떻게 했을 것 같아?” “만약에 ~였다면 어땠을까?” 등 생각을 떠오르게 하는 질문을 해주세요.

스킨십을 활용하세요

아이의 이름을 몇 번씩 불러도 무언가에 집중하고 있다면 대화가 어렵습니다. 이럴 때는 살짝 안아주거나 어깨를 감싸며 대화를 이끌어주세요.

이야기에 공감해주세요

아이의 이야기를 잘 듣고 그 의미, 감정, 느낌을 알고자 노력해주세요.

아이의 입장에서 듣고 이해하는 것이 중요합니다.

