

함께 키우고
함께 웃는
행복 육아 실현



육아 공감



- 육아포커스 I** | 디지털 세상에서 자라는 아이의 뇌
- 육아포커스 II** | 회복탄력성, 아이는 다시 일어서는 법을 배웁니다
- 부모교육 I** | 양육, 낙타처럼 느리게 가보자
- 부모교육 II** | 다문화 역량을 키우며 공존을 배우는 아이들
- 건강이야기** | 영유아기 이음교육 과정에서 마음 건강의 중요성

육아공감이란?

출생에서 취학 전 아이를 키우는 부모님들의 육아에 대한 고민을 함께 나누고 전문적인 육아정보를 제공하는 육아종합지원센터 소식지입니다.

육아종합지원센터란?

종합적인 보육 및 육아 지원 기관으로서 양질의 보육 서비스를 위하여 어린이집 운영을 체계적으로 돕고 부모가 자녀를 안심하고 키울 수 있도록 전문적인 육아 서비스를 제공하는 기관입니다.

함께 키우고 함께 웃는 **행복 육아 실현**

육아공감



2026년 통권 23호 | 육아공감

발행일 | 2026.08. 발행처 | 충청북도육아종합지원센터 발행인 | 정경진 디자인·인쇄 | 디자인나무(032-327-6109)

CONTENTS



04 육아일기 I

우리 가족의 디지털 사용 설명서
'보여줄까?'보다 '어떻게 보여줄까?'를 고민하다

06 육아일기 II

아이와 함께 한국에서 자라갑니다

08 육아포커스 I

디지털 세상에서 자라는 아이의 뇌

12 육아포커스 II

회복탄력성, 아이는 다시 일어서는 법을 배웁니다

16 부모교육 I

양육, 낙타처럼 느리게 가보자

19 부모교육 II

다문화 역량을 키우며 공존을 배우는 아이들

22 정책 이야기 I

육아휴직, 쉼이 아닌 함께 성장하는 시간

24 정책 이야기 II

교권 보호,
내 아이의 행복을 지키는 가장 따뜻한 약속

26 건강이야기

영유아기 이음교육 과정에서 마음 건강의 중요성

30 [부록] 웹툰

행복한 우리 아이를 위한 함께존중 ON

32 센터소식



우리 가족의 디지털 사용 설명서

'보여줄까?'보다
'어떻게 보여줄까?'를 고민하다

지혜인 | 19개월 아이 양육자



요즘 아이들은 태어날 때부터 디지털 기기와 함께 살아가는 세대입니다. 스마트폰과 태블릿, TV는 우리 일상 속에서 쉽게 접할 수 있는 만큼, 부모라면 한 번쯤은 '미디어를 언제, 어떻게 보여주는 것이 좋을까?'라는 고민을 하게 됩니다.

저 역시 이제 19개월이 된 아들을 키우며 같은 고민을 해왔습니다. 어린이집 교사로 근무할 때는 아이들이 또래와 놀이하고, 부모와 교사와 상호작용하며 성장하는 모습을 가까이에서 지켜보았습니다. 그래서 엄마가 된 지금도 아이가 화면보다 사람과 더 많은 시간을 보내며 성장하길 바라는 마음이 큼니다.

하지만 현실 속 육아는 생각처럼 쉽지 않았습니다. 외출을 준비해야 할 때, 식당에서 음식을 기다리는 시간, 부모가 잠시 숨을 돌리고 싶은 순간마다 '잠깐만 보여줄까?'라는 고민이 찾아왔습니다. 그 과정에서 우리 가족은 미디어를 무조건 막기보다 건강하게 사용하는 습관을 만들어 가자는 것이었습니다.

TV보다 놀이가 먼저 보이는 환경 만들기

저희 집 거실에는 TV가 있지만 천으로 가려 두고 생활하고 있습니다. TV를 없앤 것은 아니지만, 아이가 자연스럽게 TV를 켜 달라고 하거나 화면을 찾는 환경은 만들고 싶지 않았기 때문입니다.

덕분에 아이는 거실에 들어오면 TV보다 자동차 장난감이나 책을 먼저 찾습니다. 작은 변화처럼 보일 수 있지만, 우리 가족에게는 아이가 놀이를 먼저 선택하는 환경을 만들어 준 소중한 습관이 되었습니다.

우리 가족만의 미디어 사용 원칙

미디어를 전혀 보여주지 않는 것은 아닙니다. 필요할 때는 TV 대신 태블릿을 활용하고 있습니다. 다만 아래 약속을 꼭 지키려고 노력하고 있습니다.



[첫 번째, 사용 시간을 미리 정하기]

태블릿의 타이머 기능을 활용해 시청 시간을 정해두고, 시간이 되면 알람과 함께 사용을 마무리합니다. 아직 19개월인 아이에게는 시간이 익숙한 개념은 아니지만, 반복하다 보니 "알람이 울리면 끝나는 시간"이라는 것을 조금씩 받아들이고 있습니다.

[두 번째, 부모가 함께 보기]

아이 혼자 영상을 보도록 두지 않고, 부모가 함께 옆에 앉아 이야기를 나누며 시청합니다. "자동차가 지나가네.", "강아지가 멍멍하네.", "기차가 출발한다."처럼 화면 속 내용을 함께 이야기하며 자연스럽게 상호작용하려고 합니다. 미디어가 아이를 대신 돌봐주는 시간이 아니라 부모와 대화하는 시간이 되기를 바라는 마음입니다.

[세 번째, 미디어 이후의 시간을 더 중요하게 생각하기]

태블릿을 끈 뒤에는 자동차 놀이를 하거나 책을 읽고, 블록을 쌓거나 함께 산책을 합니다. 처음에는 태블릿을 끄면 울거나 더 보여 달라고 떼를 쓰는 날도 많았습니다. 그럴 때마다 다시 영상을 보여주기보다는 아이가 좋아하는 놀이로 관심을 돌려보거나, 좋아하는 간식을 먹으며 자연스럽게 기분을 전환할 수 있도록 도와주었습니다. 물론 지금도 항상 계획대로 되는 것은 아니지만, 조금씩 반복하다 보니 아이도 미디어에는 약속이 있다는 것을 배워가고 있는 것 같습니다.

외출할 때도 미디어보다 다른 방법을 선택하기

부모에게 가장 어려운 순간 중 하나는 외식이나 장시간 외출이라고 생각합니다. 아이가 지루해하거나 기다리기 힘들어하면 가장 먼저 휴대폰이나 태블릿이 떠오르기 때문입니다. 그래서 저희 가족은 외식 장소를 선택할 때도 조금 더 고민합니다.

가능하면 놀이방이 있는 식당을 이용하고, 그렇지 않은 경우에는 자동차 장난감이나 스티커북, 작은 그림책 등



아이가 좋아하는 놀이를 미리 준비합니다.

또한 아이가 좋아하는 메뉴가 있는 식당을 선택해 즐거운 식사 시간을 가지거나, 음식이 나올 때까지 밖에서 시간을 보내는 등 미디어 사용 시간을 줄이려고 노력하고 있습니다.

이런 방법들을 먼저 시도한 뒤에도 정말 불가피한 상황이라면 미디어를 활용하기도 합니다. 하지만 우리 가족에게 미디어는 가장 쉬운 해결책이 아니라 마지막 선택이라는 원칙을 지키려고 노력하고 있습니다.

아이와 함께 부모도 성장하고 있습니다

이러한 원칙을 실천하면서 가장 많이 달라진 사람은 오히려 부모였습니다. 부모의 모습을 가장 가까이에서 보고 배우기 때문에, 저희도 아이와 함께하는 시간만큼은 스마트폰을 손에서 내려놓으려고 노력하고 있습니다. 잠깐이라도 화면을 보는 대신 아이와 눈을 맞추고 대화를 나누며 함께 시간을 보내는 것이 더 중요하다고 느끼게 되었습니다.

디지털 기기를 줄인다고 해서 특별한 놀이를 준비해야 하는 것은 아니었습니다. 부모가 잠시 휴대폰을 내려놓고 아이와 함께하는 시간이 쌓이면서, 우리 가족만의 소중한 일상이 하나씩 만들어지고 있었습니다.

물론 아직도 시행착오는 계속되고 있습니다. 하지만 완벽한 부모가 되는 것보다 중요한 것은 우리 가족만의 작은 약속을 꾸준히 지켜가는 일이라고 생각합니다. 우리 가족의 작은 실천이 아이에게 건강한 디지털 습관으로 이어지길 바라며, 이 글이 같은 고민을 하는 부모님들께도 작은 도움이 되었으면 합니다.

아이와 함께 한국에서 자라갑니다

박하연 | 충청북도 청주시 아이들세계어린이집 학부모

저는 베트남에서 한국으로 와서 두 아이를 키우고 있는 엄마입니다. 예쁜 딸과 아들을 낳았고, 좋은 남편을 만나 지금 행복하게 살고 있습니다. 하지만 한국에서 아이를 키우면서 행복한 순간만 있는 것은 아닙니다. 생각보다 어렵고 힘든 순간도 많습니다.

가장 먼저 느낀 것은 베트남과 한국의 양육 문화가 많이 다르다는 점입니다. 베트남에서는 아이를 키울 때 가족들이 함께 도와주는 경우가 많습니다. 엄마 혼자 아이를 보는 것이 아니라 할머니, 이모, 친척들이 같이 돌봐줍니다. 아이가 울면 모두가 함께 달래주고, 엄마가 힘들면 주변에서 자연스럽게 도와줍니다.

또 베트남은 아이가 어릴 때 공부보다 건강하게 먹고, 잘 자고, 밝게 크는 것을 더 중요하게 생각하는 편입니다. 아이를 조금 더 자유롭게 키우고, 많이 안아주고, 정서적인 교감을 중요하게 생각합니다. 그런데 한국은 조금 다르게 느껴졌습니다. 규칙을 잘 지키는 것, 어린이집 생활에 빨리 적응하는 것, 예절과 교육을 일찍 시작하는 분위기가 있었습니다. 처음에는 이런 차이가 많이 낯설었습니다.

아이들을 어린이집에 보내면서 부모상담과 부모교육에도 참여했습니다. 선생님들이 좋은 말씀을 많이 해주시는 것은 알았습니다. 하지만 솔직히 상당 내용의 반도 이해하지 못했습니다. 부모교육도 대부분 한국말로만 진행됩니다. 다른 한국 엄마들은 웃고 고개를 끄덕이는데 저는 무슨 뜻인지 몰라서 그냥 따라 웃을 때도 많았습니다. 같은 엄마로서 소외되는 느낌이 들 때도 있었습니다.

그래서 저는 더 잘 살고 싶어서 열심히 한국어 공부를 했고, 귀화 신청도 했습니다. 하지만 아직도 한국말은 너무 어렵습니다. 한국말은 겉으로 하는 말과 속뜻이 다른 경우가 많습니다. 말은 괜찮다고 하는데 정말 괜찮은 건지, 좋다고 하는데 진짜 좋은 건지, 그 미묘한 말의 의미를 이해하는 것이 너무 어렵습니다.

아이들에게 동화책을 읽어줄 때도 힘들었습니다.

한국 엄마들은 책을 읽어줄 때 감정까지 넣어서 읽어줍니다. 슬프면 슬프게, 무서우면 무섭게,

재미있으면 정말 재미있게 읽어줍니다. 저는 글은 읽을 수 있어도 그 감정을 자연스럽게 표현하는 것이 어렵습니다. 그래서 제가 책을 읽어줘도 아이들이 재미있어하는지, 좋아하는지 자신이 없습니다. 그럴 때 엄마로서 미안한 마음이 듭니다.

시어머니와 아이 키우는 방식이 다른 것도 힘듭니다. 저는 베트남의 양육 방식으로 하고 싶는데 시어머니는 한국식 양육 방식으로 말씀하십니다. 먹이는 방법, 재우는 방법, 혼내는 방법까지 의견이 다를 때가 많습니다. 그럴 때 제가 무능한 엄마가 된 것 같아 속상합니다.

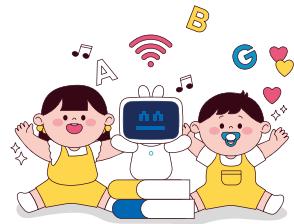
아이가 아플 때는 더 무섭습니다. 병원에 가도 의사 선생님 설명을 다 이해하지 못할 때가 있습니다. 약을 어떻게 먹여야 하는지 헷갈릴 때도 많습니다. 아이가 열이 많이 날 때 병원에서 관장을 하라고 했는데, 저는 관장이 무엇인지, 어떻게 해야 하는지 몰랐습니다. 물어보고 싶어도 말이 잘 안 나와 너무 답답했습니다. 엄마인데 아이를 제대로 돌보지 못하는 것 같아 많이 울었습니다.

저는 두 아이를 어린이집에 보내고 나면 제 꿈도 이루고 싶습니다. 배우고 싶은 마음은 큰데 언어가 제 발목을 잡습니다. 한국에서 아이를 키우는 베트남 엄마들은 돈만 필요한 것이 아닙니다. 언어 지원, 소통할 사람, 이해해주는 마음이 필요합니다. 누군가 제 이야기를 들어주고 “괜찮아요, 잘하고 있어요” 라고 말해준다면 큰 힘이 될 것 같습니다.

저도 한국에서 좋은 엄마가 되고 싶습니다.

조금 느려도, 조금 서툴러도 아이들과 함께 잘 살아가고 싶습니다.





디지털 세상에서 자라는 아이의 뇌

영유아기에는 '조절'보다 '늦은 노출'이 필요합니다

“요즘 아이들은 디지털 기기에 익숙해야 하지 않을까요?”
“교육용 영상이라면 조금 보여 주어도 괜찮지 않을까요?”

백현주

명지대학교 통합치료대학원 겸임교수
전두엽프리즘 대표

디지털 기기가 일상이 된 시대, 많은 부모가 이런 질문을 합니다.
그러나 영유아기에는 질문을 조금 바꾸어 볼 필요가 있습니다.
중요한 것은 아이가 얼마나 빨리 디지털에 익숙해지는가가 아니라,
아직 자라는 중인 아이의 뇌에 무엇이 가장 필요한가입니다.



영유아의 뇌는 자극을 많이 받을수록 잘 자라는 뇌가 아닙니다. 이 시기의 뇌는 부모와 눈을 맞추고, 말을 주고받고, 몸을 움직이며, 실패와 기다림을 경험하는 과정 속에서 언어·주의집중·정서조절·사회성의 토대를 만들어 갑니다. 아이가 손가락으로 무언가를 가리키면 부모가 이름을 붙여 주고, 아이가 표정을 바꾸면 부모가 반응하고, 아이가 넘어지면 다시 일어날 수 있도록 기다려 주는 경험이 반복될 때 뇌는 사람과 세상을 이해하는 회로를 만들어 갑니다.

화면은 풍부한 자극을 제공할 수는 있지만, 아이의 눈빛과 표정, 몸짓에 맞추어 즉시 반응해 주지는 못합니다. 특히 영아와 어린 유아는 화면에서 본 정보를 실제 생활의 경험으로 옮겨 활용하는 데 어려움을 보입니다. 화면 속 공을 보았다고 해서 실제 공을 던지고 받는 경험을 대신할 수 없고, 영상에서 들은 단어가 부모와의 대화 속에서 배운 단어만큼 깊이 연결되기도 어렵습니다. 이를 발달연구에서는 ‘비디오 결손(video deficit)’이라고 합니다. 그래서 영유아기에는 화면을 통해 무엇을 더 가르칠 것인가보다, 화면 때문에 무엇을 놓치게 되는가를 먼저 살펴야 합니다. 화면을 보는 시간에는 부모와의 대화, 그림책 읽기, 신체놀이, 혼자 놀이를 만들어 보는 시간, 충분한 수면의 시간이 줄어들 수 있습니다. 화면의 영향은 기기 자체만의 문제가 아니라, 화면이 밀어내는 발달 경험의 문제이기도 합니다.

뇌 발달 연구도 이러한 주의가 필요한 이유를 보여 줍니다. 한 뇌영상 연구에서는 화면 사용이 많은 취학 전 아동에게서 언어·실행기능·초기 문해력과 관련된 백질 연결망의 미세구조가 덜 성숙한 양상과 관련성이 관찰되었습니다. 물론 이 연구만으로 화면 사용이 직접 뇌 발달을 저해한다고 단정할 수는 없습니다. 다만 뇌 연결망이 빠르게 조직되는 시기에, 사람과의 상호작용보다 화면 경험이 반복될 때 어떤 영향을 받을 수 있는지 경계해야 한다는 중요한 신호입니다.

언어 발달 연구에서도 비슷한 결과가 보고됩니다. 화면을 더 오래 볼수록, 또 집 안에 배경 TV가 켜져 있는 시간이 길수록 언어능력이 낮게 나타나는 경향이 확인되었습니다. 반대로 화면 노출을 더 늦게 시작한 아이일수록 언어능력이 더 높게 관찰되었습니다. 이는 영유아에게 화면을 빨리 접하게 하는 것이 발달에 유리하다는 근거가 부족하며, 오히려 늦추는 편이 더 안전하다는 뜻입니다.

이때 부모가 기억해야 할 점이 있습니다. ‘교육용 콘텐츠’라는 이름이 붙었다고 해서 영유아에게 꼭 필요한 발달 도구가 되는 것은 아닙니다. 공동시청이나 양질의 콘텐츠는 이미 화면을 보게 되는 상황에서 위험을 줄이고, 부모와의 대화를 덧붙일 수 있는 방법입니다. 그러나 그것이 영유아의 조기 화면 노출을

권장하는 이유는 아닙니다. 아이의 언어와 사고를 키우는 가장 좋은 교육 콘텐츠는 여전히 부모의 말, 그림책, 놀이, 산책, 또래와의 상호작용입니다.

특히 숏폼 콘텐츠는 영유아에게 더욱 조심해야 할 환경입니다. 숏폼은 짧은 영상 하나의 문제가 아닙니다. 자동재생, 끝없는 추천 영상, 빠른 장면 전환, 강한 소리와 움직임이 아이를 계속 다음 화면으로 끌고 가는 구조입니다. 아직 ‘그만 보기’, ‘기다리기’, ‘다른 활동으로 바꾸기’를 충분히 해내기 어려운 영유아에게는 너무 강한 자극 환경입니다.

다만 영유아 대상 숏폼 콘텐츠의 장기적인 뇌 발달 효과를 직접 입증한 연구는 아직 충분하지 않습니다. 하지만 영유아는 아직 자기조절 능력이 미성숙하고, 빠른 장면 전환과 자동재생, 끝없는 추천 구조에 스스로 멈춤을 걸기 어렵습니다. 이런 점에서 유아에게 숏폼 플랫폼은 조절해서 사용하는 콘텐츠가 아니라, 부모가 접근을 막아 두어야 하는 환경에 가깝습니다. 유튜브 쇼츠, 릴스, 틱톡처럼 끝없이 이어지는 영상 피드와 자동재생 기능은 아이가 접하지 않도록 해야 합니다. 그러나 숏폼만 막는다고 문제가 해결되는 것은 아닙니다. 긴 영상이나 교육용 영상 역시 영유아 뇌 발달에 꼭 필요한 활동은 아닙니다. 화면의 길이보다 더 중요한 것은 노출이 너무 이른지, 반복적인지, 아이가 혼자 보는지, 실제 놀이와 관계의 시간을 얼마나 대신하고 있는지입니다.

영유아기 미디어 사용의 원칙은 복잡하지 않습니다.



[영유아기 미디어 사용의 원칙]

첫째, 가능한 늦게 시작합니다.

화면은 아이가 빨리 배워야 할 기술이 아닙니다. 늦게 시작한다고 디지털 시대에 뒤처지지 않습니다.

둘째, 개인 기기를 맡기지 않습니다.

휴대전화와 태블릿은 아이의 장난감이나 진정 도구가 아니라, 부모가 관리하는 도구여야 합니다.

셋째, 숏폼 자동재생 추천 영상은 차단합니다.

아이가 스스로 넘겨 보는 영상 환경을 만들지 않는 것이 중요합니다.

넷째, 화면을 감정조절의 기본 도구로 쓰지 않습니다.

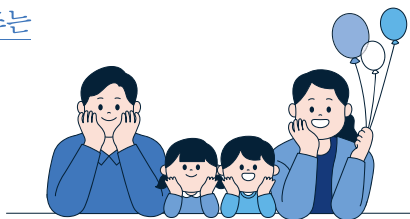
아이가 울고, 심심해하고, 기다리기 어려워할 때마다 화면을 보여 주면 아이는 자신의 감정을 느끼고 표현하고 견디는 대신 화면을 찾게 될 수 있습니다.

다섯째, 식사 시간과 잠들기 전에는 화면을 끕니다.

이 시간은 아이의 몸과 뇌가 휴식하고, 가족의 대화와 관계가 쌓여야 하는 시간입니다. 부모도 아이 앞에서 휴대전화를 내려놓는 모습이 필요합니다.



아이의 언어와 사고를 키우는 가장 좋은 교육 콘텐츠는
여전히 부모의 말, 그림책, 놀이, 산책,
또래와의 상호작용입니다.



영유아기 디지털 교육의 목표는 기기를 능숙하게 다루게 하는 데 있지 않습니다. 자기 몸의 감각을 느끼고, 사람의 표정을 읽고, 궁금한 것을 질문하며, 심심함 속에서 놀이를 만들어 내는 힘을 기르는 데 있습니다.

아이에게 디지털을 늦게 접하게 하는 것은 시대를 거스르는 일이 아닙니다. 아이가 디지털 세계에 들어가기 전에, 사람과 사물, 자연과 놀이의 세계를 충분히 경험하도록 지켜 주는 일입니다. 디지털 기술은 나중에도 배울 수 있습니다. 그러나 부모와의 따뜻한 상호작용, 충분한 놀이와 움직임, 깊은 잠 속에서 만들어지는 뇌의 기초는 지금 이 시기에만 충분히 쌓을 수 있습니다.



[참고문헌]

- 1 World Health Organization. (2019). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. Geneva: World Health Organization.
- 2 Strouse, G. A., & Samson, J. E. (2021). Learning from video: A meta-analysis of the video deficit in children ages 0 to 6 years. Child Development, 92(1), e20–e38. doi:10.1111/cdev.13429
- 3 Madigan, S., McArthur, B. A., Anhorn, C., Eirich, R., & Christakis, D. A. (2020). Associations between screen use and child language skills: A systematic review and meta-analysis. JAMA Pediatrics, 174(7), 665–675. doi:10.1001/jamapediatrics.2020.0327
- 4 Mallawaarachchi, S., Burley, J., Mavilidi, M., et al. (2024). Early childhood screen use contexts and cognitive and psychosocial outcomes: A systematic review and meta-analysis. JAMA Pediatrics, 178(10), 1017–1026. doi:10.1001/jamapediatrics.2024.2620
- 5 Janssen, X., Martin, A., Hughes, A. R., Hill, C. M., Kotronoulas, G., & Hesketh, K. R. (2020). Associations of screen time, sedentary time and physical activity with sleep in under 5s: A systematic review and meta-analysis. Sleep Medicine Reviews, 49, 101226. doi:10.1016/j.smrv.2019.101226
- 6 Hutton, J. S., Dudley, J., Horowitz-Kraus, T., DeWitt, T., & Holland, S. K. (2020). Associations between screen-based media use and brain white matter integrity in preschool-aged children. JAMA Pediatrics, 174(1), e193869. doi:10.1001/jamapediatrics.2019.3869



제가 어린 시절 즐겨보던 애니메이션의 주제가에 이런 가사가 있습니다. ‘개구리 소년 뱀뱀뱀~~(중략) 비바람 몰아쳐도 이겨내고 일곱 번 넘어져도 일어나라.’ 주인공 왕눈이가 여러 가지 어려움이 닥칠 때마다 쓰러지지 않고 역경을 헤쳐 나간다는 내용이지요. 제가 회복탄력성이라는 용어를 대학에서 처음 접했을 때 떠오른 이미지가 바로 이 노래였습니다. 또한 ‘중 꺾마(중요한 것은 꺾이지 않는 마음)’라는 표현을 TV 프로그램에서 들을 때 역시 회복탄력성의 의미가 떠올랐습니다. 회복탄력성이란 자신에게 닥친 여러 가지 어려움과 역경에 대해 좌절하지 않고, 다시 일어나 이를 극복하고 성장하려고 도전하는 힘을 말합니다(김주환, 2011; Masten & Reed, 2002¹⁾). 회복탄력성에 대해 알아보기 위해 제가 현장에서 만났던 아이들의 모습으로 설명하고자 합니다. 물론 이 사례는 아이들의 모습을 토대로 각색한 사례라는 점도 미리 말씀드립니다.

예

하늘이는 하루에도 몇 번씩 주먹을 불끈 쥐고 씹씹거리는 모습을 보입니다. 좀 더 심할 때는 교실이 떠나가도록 마구 소리를 지르면서 펄쩍펄쩍 뛰거나 그 자리에 몸을 날려 팔다리를 휘젓고 뒹굴기도 합니다. 그래도 화가 가라앉지 않은 어느 때에는 주변 물건을 던지거나 옆에 있는 또래나 주변 사람을 때릴 듯 위협을 하기도 하고 실제로 때리는 공격 행동도 자주 보입니다.

하늘이가 이렇게 화를 내는 때가 언제인지 살펴보면, 어린이집에서 또래와 의견 차이가 있을 때, 혹은 조립하던 블록이나 활동이 뜻대로 되지 않을 때, 편을 나누어 게임을 하다가 질 것 같은 순간일 때, 또는 하늘이가 원하는 어떤 것을 엄마 아빠가 들어줄 수 없어 거절할 때 등 매일 일어나는 일상의 일들이 하늘이에게는 강렬한 감정의 버튼이 눌리는 순간이었습니다.

위의 글에서 우리는 하늘이의 마음이 보입니다. 하늘이가 좌절을 너무나 힘들어한다는 것을 말이지요. 사실 우리 모두 좌절이나 실패를 좋아하지 않습니다. 그렇지만 좌절이나 실패를 피할 수 있는 사람 역시 아무도 없다는 것도 알고 있습니다. 하늘이는 좌절감과 강한 실패감이 감당되지 않을 만큼 크게 느껴지고, 실패한 자신에 대해 스스로 매우 무가치하게 느낍니다. 그리고 자신에 대해 부정적으로 느껴질 때마다 이를 부정하고 방어하기 위해 불같이 화를 내거나 공격 행동으로 표현하는 것입니다. 만약 하늘이가 회복탄력성을 가지고 있었다면, 혹은 앞으로 회복탄력성을 갖도록 돕는다면 분명 위의 반응

1) 김주환 (2011). 회복탄력성: 시련을 행운으로 바꾸는 마음 근육의 힘. 서울: 위즈덤하우스.

Masten, A. S., & Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. In A. S. Masten, J. J. Cutuli, J. E. Herbers, & M-G. J. Reed (Eds.), Handbook of Positive Psychology (2nd ed., pp. 74-88). Oxford University Press.

과는 다른 반응을 보일 것입니다. 우리 아이의 회복탄력성을 길러주기 위해서는 회복탄력성을 구성하는 요인에 대한 이해가 필요하여 이를 언급하고자 합니다. 다만 이 요인에 대해서 학자마다 다양하게 설명하고 있기도 하고, 본 지면의 한계도 있어 유아기 양육자를 위해 몇 가지만 선별하여 설명하겠습니다.

첫째, 자기조절능력이 발달한 아이는 회복탄력성이 높습니다.

자기조절능력은 말 그대로 자신을 조절할 수 있는 능력을 말합니다. 자기 생각을 조절할 수 있는 아이는 자신이 처한 상황에서 주의를 기울여 역경을 해결하기 위해 차근차근 계획하고, 해결 방법을 위한 유연한 사고를 가지고 문제를 풀어나가려고 합니다. 또 자신의 감정을 억압하지도 그렇다고 무조건 분출하지도 않습니다. 자신의 감정을 잘 알아차리고 적절한 방법으로 감정을 표현하는 감정조절력을 가지고 있습니다. 또한 충동적이지 않게 행동을 조절하여 목표를 실행해 갑니다. 즉, 자기조절능력은 한 마디로 자신의 생각(인지)과 감정과 행동을 조절할 수 있는 능력입니다. 유아기는 아직 자기조절능력이 미숙한 시기이지만 이 시기에 자기조절능력의 기초를 형성하게 되고, 이후 점차 성장해가면서 자기조절능력은 사회적 관계와 학습, 그리고 여러 가지 영역의 성취에 영향을 미치게 됩니다.

둘째, 회복탄력성과 관련된 요인으로 긍정 정서(낙관성)를 껴줄 수 있습니다.

긍정 정서/부정 정서는 기질을 설명하는 요인 중 하나이기도 합니다. 태어날 때부터 기본적으로 표정이 밝고 잘 웃으며 편안한 기분(mood)을 유지하는 아이가 있는가 하면, 잘 웃지 않고 사소한 일에도 불편감과 짜증을 내며 감정 기복이 심하고 부정적인 기분에서 쉽게 벗어나지 못하는 아이가 있습니다. 예상할 수 있듯이 긍정 정서가 높은 아이들은 상황이 뜻대로 흘러가지 않고 심각한 순간에도 유머러스하고 유연하며 긍정적으로 상황을 보고 대처하기 때문에 높은 회복탄력성을 보여줍니다. 물론 긍정 정서 & 부정 정서는 타고난 기질이기 때문에 우리가 선택할 수 없는 문제이긴 합니다. 비록 유아가 높은 부정 정서를 타고났다 할지라도 양육자와의 상호 작용에 의해 유아의 부정적 감정을 조율하도록 도울 수 있으므로 그리 걱정할 필요는 없다고 생각합니다.

셋째, 공감 능력이 뛰어난 아이는 회복탄력성이 높은 것으로 나타났습니다.

공감 능력의 요인을 어떤 학자는 대인관계 능력, 혹은 소통 능력으로 연결하여 회복탄력성을 설명하기도 합니다. 높은 공감 능력은 자신과 타인의 감정을 잘 알아차리고 수용할 수 있다는 것을 의미하고 이는 더 나아가 합리적 문제해결을 이끌어 냅니다. 또한 공감 능력이 좋은 사람 주변에는 많은 사람이 몰려듭니다.

그도 그럴 것이 내 마음을 알아주고 위로해주는 사람 옆에 우리는 있고 싶고 그런 사람과 지속해서 관계를 맺고 싶어질 테니까요. 공감 능력이 뛰어난 사람이 어쩌다 힘든 일을 겪는다면 우리는 그 사람과 함께 있어 주면서 내가 받았던 위로와 응원을 이제는 다시 돌려주려 할 것입니다. 우리는 옆에서 응원해주고 위로해주는 사람들이 있기 때문에 힘든 일이 닥쳐도 다시 용기를 내어 넉넉히 이겨보려 애쓸 것입니다.

회복탄력성을 구성하는 위의 요인들은 하루아침에 만들어지는 능력도 아니고 저절로 만들어지는 것도 아닙니다. 아주 어릴 때부터 차근차근 키워나가야 합니다. 그러므로 우리 아이가 강한 회복탄력성을 발휘하도록 돕기 위해서는 유아기 때부터 우리 어른들(부모님은 물론이고 교사, 조부모 등)의 역할이 중요합니다. 그래서 지금부터는 회복탄력성을 키우는 방법을 몇 가지 다루어 보겠습니다.



1. 강한 회복탄력성을 발휘하도록 돕기 위해서 먼저 유아기의 자율성을 키워주세요.

에릭슨이라는 발달심리학자는 유아기의 중요한 발달 과업 중 하나를 자율성 발달이라고 말합니다. 점차 신체 운동 능력이 발달하고 자기 의지(will)를 가지고 주변 세상을 탐험해 가는 유아는 부모의 손에서 벗어나 스스로 해 보려는 것이 많아집니다. 이 시기(1.5~3세)가 되면 양육자들은 '아이가 고집이 세졌다.', '말을 안 듣는다', '때를 쓴다' 등의 호소를 합니다. 유아기 동기를 가지고 스스로 해 보려는 자율성이 건강하게 발달할 때 자기조절능력을 갖게 됩니다. 따라서 양육자는 아이의 의지를 무조건 꺾지 않아야 합니다.

그렇다고 무조건 다 들어주라는 것도 아닙니다. 양육자가 무조건 힘을 행사하여 유아를 다루는 양육 태도(이를 독재적 양육 태도라고 합니다)와 유아의 욕구라면 그것이 뭐가 되든 다 들어주는 양육 태도(이를 허용적 양육 태도라고 합니다)는 유아의 자기조절능력 형성에 방해가 됩니다. 그럼 어떻게 해야 할까요? 양육자는 양육에 있어서 경계(boundary)를 잘 설정하고 일관적으로 다룰 수 있어야 합니다(물론 어디까지 들어주고 어디까지 제한(limit)할지는 가정에 따라, 나이에 따라 또는 어떤 내용이나에 따라 다를 수 있을 겁니다). 양육자가 안전한 경계 안에서 유아의 발달에 맞게 선택권(혹은 대안 주기)을 주는 것은 유아의 자율성과 자기조절능력 발달에 중요한 영향을 미칩니다.

선택권 안에서 스스로 결정하는 통제감을 경험하는 것, 그리고 세상에는 안 되는 것이 있지만 또 다른 방법을 얼마든지 찾아볼 수 있다는 경험을 하면서 자란 아이들은 점차 창의적으로 문제를 해결하게 될 것입니다. 어려움이 닥쳤을 때 굴하지 않고 끊임없이 방법을 찾아보려는 이 모습이야말로 우리가 말하는 회복탄력성 아니겠습니까?

2. 회복탄력성을 갖도록 돕기 위해 유아의 감정을 잘 살펴주세요.

공감받아 본 아이가 다른 사람을 공감할 수 있게 됩니다. 나의 마음과 생각을 잘 알아차리고 타인의 감정과 생각을 이해하는 아이로 자라도록 도와주세요. 심리학에서 자신의 감정과 생각과 행동을 잘 알아차리고 타인을 잘 이해하는 능력(정신화 능력)이 있는 사람이 심리·사회적 역경을 잘 극복한다고 말합니다. 그런데 유아는 아직 자신에 대한 이해가 미숙할 수밖에 없는 시기이며, 더욱이 알지도 못하는 자신의 감정과 생각을 스스로 조절하기란 어려운 시기입니다. 그렇기 때문에 건강한 성인이 유아의 감정에 이름을 붙여 알아주고 진정할 수 있도록 공감하는 것은 매우 중요한 과정입니다.

상담 현장에서 이러한 과정을 설명할 때 양육자의 마음 그릇으로 유아의 마음을 담아내야 한다(contain)고 설명하기도 하고, 혹은 양육자에 의해 조율한다고도 표현합니다. 비록 불편하고 불편한 감정에 휩싸였을지라도, 건강한 성인에 의해 위로를 얻고 진정되는 경험을 하고 나면 유아는(비단 유아뿐 아니라 성인마저도) 그제서야 합리적인 사고를 할 수 있게 되어 제대로 문제를 해결할 수 있게 됩니다.

특별히 유아기 좌절하고 실패했을 때 느끼는 부정적 감정을 세심하게 어루만져 주는 것은 중요합니다.

실패했을 때 느끼는 좌절감과 속상함, 부끄러움과 화나는 마음을 잘 담아내 주면서 누구나 실패할 수 있다는 것을 알려주세요. 그러기 위해서는 양육자가 먼저 이 모든 과정이 가능해야겠지요.

3. 회복탄력성을 키워주기 위해서는 부모의 지지와 격려가 필요합니다.

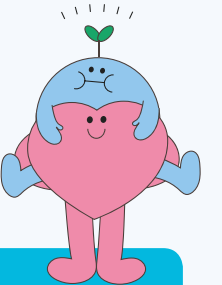
결과가 아닌 노력의 과정을 알아주는 칭찬과 구체적인 내용을 언급해 주는 칭찬으로 유아 자신이 대해 긍정적이고 가치 있게 느끼도록 해주세요. 성공의 결과에 대한 부모의 칭찬(예: 1등 했구나!

우리 하늘이 똑똑하네! 등)은 오히려 독이 되어 유아가 성공의 결과에만 매이게 만들고 성공이 확실치 않으면 더는 도전하지 않고 포기하게 만듭니다. 왜냐하면 실패는 곧 자신의 무능과 가치 없음을 나타내는 것이며 실패한 자신에 대한 수치심을 감당하기가 두렵기 때문입니다. 포기하지 않는 마음을 지닌 아이, 내면의 강인한 회복력을 가지고 다시 일어서는 법을 아는 아이가 되도록 지지와 격려를 담은 애정 표현을 자주 해주세요.

사실 위에 제시한 방법들은 단지 회복탄력성에만 미치는 요인이라고 볼 수도 없고 또한 어떤 특별한 지침이라고 볼 수도 없어서 어쩌면 이 글을 읽고 계신 분들 중에는 너무 뻔한 내용이라고 하실 수도 있겠습니다. 그러나 이 모든 것은 자녀를 양육하는 매일매일의 일상에서 스며들 듯 반복하며 경험해야 하는 것들입니다. 또한 이 모든 것이 잘 안된다 하더라도 실망하거나 자책하지 마시길 부탁드립니다. 왜냐하면 우리 역시 그 순간 또다시 하면 되니까요! 우리가 회복탄력성을 지니고 있어야 유아에게 회복탄력성을 알려줄 수 있습니다.

그리고 유아는 놀이를 통해 이 모든 것을 배우고 익히고 연습한다는 것을 가장 강조하고 싶습니다. 그러니 일정 시간을 아이와 함께하려고 노력해 주세요. 유아는 놀이하면서 자신(self)을 알아가고 조절하며 타인의 관점을 이해하게 됩니다. 또 자신의 유능감을 경험하고 실패했을 때 다시 해 보는 기회를 가지게 됩니다. 양육자가 놀이 방법이나 상호작용의 방법을 잘 모른다고 생각되시면 육아종합지원센터의 포털 사이트를 활용해 주세요.

많은 좋은 동영상 자료들과 현장에서 이루어지는 다양한 부모교육이 준비되어 있어서 여러 가지 도움을 받으실 수 있습니다. 유아와 함께 성장하는 우리가 되길 바라며, 다시 하늘이 이야기로 돌아가 위에서 언급한 회복탄력성의 요인이 어떻게 적용될 수 있을지 살펴보면 마무리하겠습니다.

**<1단계> 공감하기/아이 감정 알아주기(혹은 담아내기)**

주의 유아가 너무 감정이 격해져 진정되지 않았을 때는 다음 단계로 넘어가지 않아야 합니다. 양육자가 안전하게 감정을 담아내어 조율하도록 도와야 합니다.

“블록 조립을 잘하고 싶는데 네 맘처럼 안 돼서 속상하구나!” “하늘이 생각과 친구 생각이 달라서 화가 나는구나”

<2단계> 인지 조절/행동 조절을 돕기 위한 의사소통하기

“화가 난다고 해서 블록을 던지면 안 돼!” “우리는 서로 생각이 다를 수 있단다”

<3단계> 대안 함께 찾기(문제해결을 위한 방법, 선택권 주기) → 부모 지지와 격려

“하늘이가 블록으로 어떻게 하고 싶었던 것인지 엄마에게 알려줄래?”

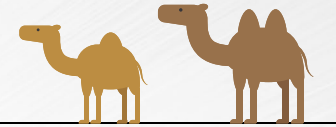
“엄마한테 설명하면서 방법을 찾았구나! 그래서 다시 해 볼 수 있게 되었네!”

(언어화하면서 생각과 감정, 행동 조절이 일어나게 되고 그 후에야 찾은 방법으로 다시 도전하게 될 수 있어요. 그리고 다시 도전하는 것에 대해 격려해요.)

혹은 “이런 방법과 이런 방법이 있는데 하늘이는 어때? (생각이 다를 때는 어떻게 하면 좋을까?)”

(함께 고민하고 문제를 해결하려는 부모의 태도를 통해 아이는 다시 도전하는 방법을 배우게 됩니다.)

양육, 낙타처럼 느리게 가보자



양육강박을 내려놓고 아이의 속도를 믿는 법

홍기묵

보담심리상담교육센터 소장

사막을 건너는 데 가장 좋은 동물은 낙타입니다. 낙타의 등에는 지방을 저장한 혹이 두 개나 있어, 먹을 것이 없는 날들을 버틸 에너지를 몸속에 미리 품고 있습니다. 한 번에 많은 양의 물을 마셔 체내에 저장할 수 있고, 넓고 두꺼운 발바닥은 발이 모래에 푹푹 빠지지 않게 잡아줍니다. 이런 조건을 가졌기에 낙타는 온도 변화가 극심하고 모래로 뒤덮여서 걷기조차 힘든 사막을 끝까지 걸어갈 수 있습니다. 강렬한 태양이 내리쬐는 사막을 걸어가는 낙타를 보십시오. 서두르지 않고 아주 천천히 느긋하게 걸어갑니다.

“언제 울고 떼쓰는 행동이 끝나요?”
“내가 없이도 혼자 양치질하는 날은 올까요?”
“언제까지 엄마가 곁에서 놀아줘야 하나요?”

자녀를 양육하는 부모님들이 자주 하는 질문입니다. 이 질문 속에는 부모님들의 간절함이 묻어있습니다. 본인들도 답을 알면서도 그래도 혹시나 “끝납니다. 조금만 있으면 엄마 없이도 아이가 혼자 잘하게 됩니다.”라는 말을 기대합니다. 그만큼 하루하루 아이와 생활하면서 매일 반복적으로 부딪치는 문제를 해결하고 싶은 간절한 마음이 느껴집니다. 낙타가 사막을 건너듯, 양육도 한 번에 끝내려 하기보다 하루하루의 걸음을 건디는 여정입니다. 부모가 이 사실을 먼저 받아들이는 순간, 조금함은 조금씩 여유로 바뀌기 시작합니다.

자녀의 행동이나 변화에 호기심을 가지고 아이에게 표현한다.

아이들은 매일매일 조금씩 달라집니다. 어떤 날은 도전을 하고 어떤 날은 퇴행을 합니다. 이 모든 모습이 성장의 과정입니다. 자녀의 성장은 부모의 기대 수준을 맞추는 것이 아니고 유아의 모습 그 자체입니다. 그래서 부모는 지금 현재 보이는 자녀의 모습을 민감하게 알아차리고 반영하고 인정해 주어야 합니다. 아이들은 자신의 현재 모습을 충분히 인정받아야 합니다. 오늘 이 자리에서 부모가 비춰주는 모습이 곧 아이가 마주하는 생생한 자기 자신이 됩니다. 이것이 곧 자기인식과 이해의 시간이 됩니다.

[긍정적인 변화를 보일 때]

“오늘 민지가 크게 말해서 엄마가 잘 들었어”처럼 변화를 구체적으로 표현해 주면 자신의 행동 방향을 알아차리고 스스로 행동할 수 있습니다.

[부정적인 변화를 보일 때]

“오늘 민지가 혼자 하기 싫은가 보네, 그럼 어떤 방법으로 할까?” 현재 자녀가 원하는 것이 무엇인지 물어봅니다. 아이가 대답을 하지 않아도 괜찮습니다. 왜냐하면 주어진 질문만으로도 아이가 자신의 마음을 들여다보는 시작이 됩니다.

퇴행은 발달을 위한 실패이다.

아이들이 갑자기 어린아이처럼 행동하는 경우가 있습니다. 이럴 때 부모님의 반응은 아이의 모습에 대해

부적절한 행동에 초점을 맞춰서 반응하게 됩니다. “어머 너 왜 그래. 이제 안 그러기로 했는데” “그런 행동은 아기로 돌아가는 거야. 너 아기처럼 되고 싶어?” “또 쪽쪽이 찾으면 000 안 줄 거야” 처럼요.

아이들의 퇴행은 잠시 발달을 쉬어가는 시간입니다.

“지금 쪽쪽이가 필요해? 엄마가 쪽쪽이 말고 더 재미있는 것 줄게” 하면서 관심을 다른 곳으로 돌려서 현재 자신이 발달에 맞는 놀이감이나 위로가 되는 인형을 줄 수 있습니다. 퇴행은 아이가 발달을 멈춘 것이 아니라 마음을 채우는 시간입니다.

아이들의 퇴행은 정서가 필요한 시간입니다.

퇴행은 아이같은 욕구이면서 정서적 욕구가 드러나는 방식입니다. 슬프거나, 위로받고 싶거나, 함께 있고 싶은 정서적 욕구가 담겨있습니다. 이런 상황에서는 행동을 고치는 것보다 아이의 마음을 반영해 주고 읽어주어야 합니다. “지금 엄마랑 같이 있고 싶구나” “지금 도움이 필요하면 엄마가 도와줄 수 있지” 하면서 정서를 중심으로 대화를 하면 아이가 자신의 감정을 인식하고 원하는 것을 알아차리게 됩니다.

동시에 퇴행은 앞으로 나아가는 과정이기도 합니다.

달리기를 하려면 운동화 끈을 단단히 매어야 합니다. 아이도 필요한 행동을 익히는 시간이 필요합니다. 부모는 아이를 기다려주면서 성장의 시간을 기다려줄 수 있습니다. 아이가 주도권을 가지고 준비할 때 퇴행에서 성장으로 나아가는 시간이 됩니다.



부모는 개인의 삶과 부모의 삶을 동시에 일구어 간다.

아이를 기다리기 위해서는 부모 역시 자신을 돌볼 여유가 필요합니다. 부모는 개인의 삶을 살아가는 성인이면서 동시에 자녀를 키우는 부모입니다. 만약 부모의 삶이 부모의 역할만 강조한다면, “나는 누구?”라는 물음을 가지게 되면서 자기 가치감을 상실하게 되고 우울해지기 쉽습니다. 반대로 성인으로서 나만을 강조하게 되면 부모로서 받을 수밖에 없는 제한과 책임을 부담스러워하거나, 자녀의 독립을 지나치게 강조하게 됩니다.

건강한 양육은 부모의 삶과 부모역할 사이의 균형에서 시작됩니다. 부모가 자신의 삶을 돌아보고 자신의 욕구를 알아차리고 이해하게 되면, 자기 가치감을 높일 수 있는 시간을 가질 수 있습니다. 이때 부모는 자신의 욕구에 대한 인정과 수용, 애쓰는 나에 대한 연민의 마음, 호기심이 발휘되면 자신을 돌볼 수 있게 됩니다. 아이들은 부모가 자신을 성장하는 모습을 보고 배우면서 스스로 자기 가치감을 세우는 아이로 성장합니다.

놀이는 아이들이 자기 발달을 누리는 기회이다.

최근 이슈가 되는 4세고시, 7세고시라는 말에서 유아기의 소중한 시간을 빼앗은 현실입니다. 영유아기는 성장이 급속도로 이루어지는 시기입니다. 그래서 유아의 발달 중에서 속도감 있게 변화하는 것이 있고 느리게 발달하는 것이 있습니다. 부모의 입장에서 마음이 급해지면서 아이의 상태를 충분히 고려하지 않은 채 ‘아이를 위한다’는 허울로 부모의 욕구를 관철시키는 경우가 생깁니다. 그러면서 자녀의 상황과 무관하게 선행학습과 부담스러운 과업이 아이에게 주어집니다.

자녀가 유아기를 누리면서 자기 발달을 즐겁게 할 수 있는 기회를 줄 수 있는 방법은 무엇일까요? 가장 유아기를 누리는 기회는 자기 발달에 맞는 놀이를 하는 것입니다. 영유아는 놀이를 통해서 배우고 즐기고, 자기 발달을 촉진하고 또래와 교류합니다. 놀이는 아이의 회복탄력성을 키워줍니다. 놀이 속에서 아이는 스스로를 보호하는 힘을 가집니다. 그래서 부모가 아이와 즐겁게 놀아주는 시간은 자녀의 유아기를 돌려주는 동시에 자기 자원을 만들어 가는 시간입니다.

모든 발달은 승자각본으로 마무리하자.

아이들은 경험을 통해 발달합니다. 아이는 반복되는 경험을 통해 자신에 대한 믿음을 만들어 갑니다. 그 과정에서 어떤 경험을 하느냐에 따라 마음속에 새기는 각본이 달라집니다. 자녀가 긍정적인 경험을 통해서 승자각본을 가지게 되면 “나는 할 수 있어, 내가 하는 일은 충분히 좋은 일이야”라는 말을 마음에 새기게 됩니다. 반대로 부정적인 경험이 쌓여 패자각본을 가지게 되면 “내가 할 수 있겠어, 난 혼자서 못해, 또 안될 거야” 하는 마음이 자리를 잡습니다.

우리는 아이의 지금 모습을 있는 그대로 인정해 주고, 퇴행 속의 정서를 읽어주고, 발달 속도에 맞는 놀이를 충분히 누리게 해주는 하루하루가 바로 아이에게 승자각본을 쌓아주는 시간입니다.

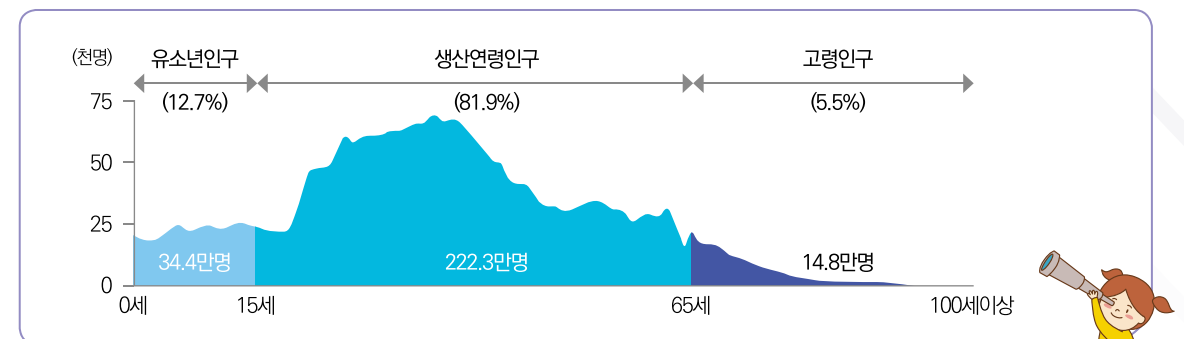
낙타가 사막을 서두르지 않고 걸어가듯, 부모가 조급함을 내려놓고 오늘의 걸음을 견뎌줄 때, 아이는 어떤 일도 자신의 의지로 마음을 다해 해결하려는, 언제나 도전을 통해 배우고 성장할 준비가 된 아이로 자라날 것입니다.

다문화 역량을 키우며 공존을 배우는 아이들

장혜진 | 대구대학교 유아교육과

**우리나라 총인구 중 이주배경인구 비율을 알아볼까요?**

이주배경¹⁾비율은 5.2%이며 이주배경인구는 271만 5천명입니다(2024년 11월 1일 기준). 오늘 우리가 100명을 만났다면 그 중에서 5-6명은 이주배경을 가진 사람들일 수 있다는 것입니다. 대구광역시의 인구가 대략 235만명, 인천광역시의 인구가 305만명이라고 추정할 때, 두 광역시의 중간 정도 되는 인구입니다. 또한, 이는 전년 대비 0.3%p 증가한 것으로 계속 이주배경인구는 늘어나고 있습니다. 이 중에서 외국인 이주배경인구가 빠르게 증가하고 있고, 국내에 상주하는 이주배경 아동·청소년²⁾은 73만 8천 명으로 전년 대비 5만 4천 명(7.9%) 증가하여 전체 평균 비율보다 높습니다. 0세-15세 이주배경 유소년 인구는 34.4만명에 이릅니다.

**영유아의 다문화 역량은 자신을 포함한 우리 모두를 위한 핵심 역량**

우리의 자녀들은 부모 세대보다 더 다양한 사회에서 살아가고 있습니다. 4차 산업혁명과 AI 시대를 살아가는 지금, 다름을 존중하고 남을 배려할 수 있는 다문화 역량은 영유아에게 필수적인 역량입니다. 다름을 인식하지 못하고 수용하지 못하는 것은 고인 물이 그대로 썩는 것과 다를 바 없습니다. 다문화 역량을 내가 희생하여 다른 사람을 위해주어야 하는 역량으로 오해할 수 있습니다. 하지만, 다문화 역량은 자녀 자신을 위한 역량이자 우리 모두를 위한 핵심 역량입니다.

영유아에게 다문화 역량은 개인적으로 타인에 대한 수용성과 공감 능력을 높이고 특정 집단에 대한 막연한 편견이나 고정관념을 막아줍니다. 다문화 역량이 단순히 또래의 다른 문화나 특성을 이해하려는 자세만을 말하는 것이 아닙니다. 예를 들면, 영유아의 다문화 역량은 차별적인 태도를 줄여 개방적인 사고로 세상을 풍성하게 경험하도록 하여 인지 발달 의사소통 능력 향상, 사회성 발달 등에 도움이 되며 영유아 자신이 가진 다양한 특성도 건강하게 수용하여 긍정적인 자아 형성에도 도움이 됩니다.

1) 본인 또는 부모 중 적어도 한 명이 이주배경을 가진 사람으로서, 외국인, 내국인(귀화인자), 내국인(이민자2세), 내국인(기타)의 합으로 산출

2) 「다문화가족지원법」 제2조를 준용하여 24세 이하 이주배경인구로 정의

사회적으로는 다름을 자연스럽게 인정하고 수용하는 성숙한 시민으로 살아가는 기회를 주며 다문화적 감수성으로 포용적인 공동체를 만드는 데 기여할 수 있습니다. 영유아의 다문화적 역량은 개인적 및 사회적으로 모두 꼭 필요한 시민 역량입니다.

부모가 먼저 다름과 공존의 가치를 불평등한 편견 없이 인식

영유아가 다름을 존중하면서 보다 통합적인 사회의 구성원이 되기 위해서 부모는 어떤 태도와 지원을 할 수 있을까요? 먼저, 부모는 먼저 다문화 사회에서의 다름과 공존의 가치를 인식해야 합니다. 먼저 부모는 일상에서 만나는 다름에 개방적이고 유연한 태도를 보여야 합니다. 우리나라는 서양과 달리 다문화에 대한 이중잣대를 가지고 있습니다. 서양에 대해서는 우호적인 편이고 동양, 특히 동남아시아 국가에 대해서는 상대적으로 부정적인 인식을 하고 있습니다. 두 지역 모두 우리와 다른 지역이지만 각 지역에 대한 인식이 불평등한 편견에서 비롯되기도 합니다. 부모는 단순히 다름을 인식하는 것을 넘어서 불평등한 인식 없이 함께 존재하는 공존의 가치를 생각해야 합니다. 다문화 사회에서 아이를 키운다는 것은, 아이가 다름을 자연스럽게 이해하고 존중하는 사람으로 자라도록 돕는 일입니다. 부모인 우리는 다문화 사회에서 아이가 다양성과 공존하여 살아가도록 지원하는 보호자 역할을 해야 합니다.

영유아의 다문화 감수성을 위해서 부모는 어떤 지원을 할까요?

부모가 먼저 다양한 문화에 수용적인 태도를 보여주세요.

자녀는 부모의 말과 행동을 무의식적으로 관찰하고 따라가는 경우가 많습니다. 부모가 텔레비전을 보면서 “요즘 외국인 노동자가 많이 보여서 싫어.”라고 말한다면 자녀는 당연히 외국인 노동자에 대한 편견을 가질 수 있고 자라면서 외국인 노동자를 맥락 없이 부정적으로 인식할 것입니다. 부모도 한 사회가 가지고 있는 편견이나 선입견에 영향을 받을 수 있음을 인식하고 ‘내가 왜 이런 생각을 하지?, 정말 그런 걸까?’와 같이 자신의 인식을 되돌아보는 것이 필요합니다. 다른 사람을 존중해야 한다는 말 한마디보다 부모가 자녀 앞에서 보여주는 다양한 문화에 대한 수용적인 태도가 자녀의 다문화적 감수성을 키우는 든든한 바탕입니다.

다양한 문화와 다문화적 감수성을 일상 속에서 경험하게 해주세요.

자녀의 다문화 감수성은 특별한 보육 프로그램에서만 길러지는 것이 아닙니다. 영유아의 생활 속 경험이 더 중요합니다. 이 때 핵심은 여러 나라나 다른 민족들이 ‘이상하거나’, 혹은 ‘특별한 사람들’이 아니라 다른 사람들이 함께 살아가고 있는 것이 자연스러운 일임을 느끼도록 해주세요.

- 다양한 가족 형태가 나오는 동화나 영상 보기
- 다른 나라 음식, 인사말, 노래 등을 경험하기
- 지역사회 박물관, 전시회, 음악회 등을 방문하여 다양한 문화 접해 보기
- 지역사회 행사나 축제에서 여러 문화 느껴 보기
- 올림픽이나 월드컵 경기 보면서 국가에 대해 알아보기

영유아기에는 또래와 놀이 속에서 다문화 감수성이 자랍니다. 함께 놀면서 자연스럽게 배려와 존중을 배울 수 있습니다. “친구가 다른 음식을 먹거나 다른 옷을 입어도 괜찮아.”, “같이 놀 수 있는 방법을 찾아보자.” 등과 같은 대화는 자녀가 차이를 불편함이 아니라 함께 살아가는 방법을 배우는 기회로 보게 합니다.

“다문화 사회에서 자녀를 키운다는 것은, 자녀를 단지 ‘예의 바른 아이’로 키우는 것을 넘어 다른 사람과 함께 살아갈 줄 아는, 공존의 가치를 아는 시민으로 키우는 일과 연결됩니다. 부모의 따뜻하고 개방적인 태도, 자신을 돌아보는 반성적 사고는 자녀의 다문화 감수성과 실천을 지원합니다.”

자녀의 자연스러운 호기심에 담백하고 차분하게 반응해주세요.

자녀의 다문화에 대한 호기심이나 질문은 자연스러운 것입니다. 영유아는 낯선 것을 보면 솔직하게 말합니다. 예를 들어 또래와 놀다가 “왜 얼굴 색깔이 달라?” “왜 말이 달라?”라고 물을 수 있습니다. 이때 자녀에게 “그런 질문하지 말고 친구랑 사이좋게 지내자.”라고 질문을 덮어버리면 자녀는 다문화에 관한 관심을 가질 기회를 잃기도 하고 이런 종류의 질문은 부적절하다는 것을 은연중에 배웁니다. 이때는 그 사실을 담백하게 차분하게 설명해 주는 것이 중요합니다. 예를 들면 이렇게 말할 수 있습니다.

“그렇네. 피부색이 다른데 사람들은 생김새가 조금씩 다를 수 있어.”

“우리는 다르지만 모두 소중한 사람이야.”

중요한 것은 아이가 차이를 자연스러운 것으로 받아들이게 하는 것입니다.

자녀의 편견을 보았을 때, 생각해볼 수 있는 기회를 가지세요.

자녀가 어디선가 들은 말을 따라 하며 “저 사람은 이상해”, “외국인은 무서워” 같은 표현을 할 수도 있습니다. 이때 “그런 말 하면 안 돼!”라고 끝내기보다 왜 그렇게 생각하는지를 생각해보고 “누가 나에게 대해서 잘 모르는데 그런 말을 하면 어떨까?” 하고 그런 말이 상처가 될 수 있음을 알려주는 것이 좋습니다. 아이를 부끄럽게 만들기보다 사람을 공감하고 존중하는 방법을 배우는 기회로 삼는 것이 좋습니다. 자녀가 자신의 편견을 돌아보고 생각해보는 것은 인지적으로도, 사회적으로도 발달하는 중요한 과정이 될 수 있습니다.

또한, 부모도 익숙하지 않은 문화 앞에서 당황하거나 편견을 가질 수 있습니다. 중요한 것은 실수하지 않는 것이 아니라, 배우려는 태도를 가지는 것입니다. 부모가 자녀와 함께 잘 몰랐던 부분을 새롭게 배우거나 무심코 한 말이 편견이었는지 돌아보는 과정에서 자녀도 열린 마음을 배웁니다.

존중받고 배려받는 양육 문화 속에서 영유아의 다문화 감수성도 자랍니다.

존중과 배려가 살아 있는 양육 문화는 영유아가 자신과 타인을 소중한 존재로 받아들이고 자율적인 존재로 성장할 수 있는 토대가 됩니다. 아이는 부모의 말투와 표정, 갈등을 해결하는 방식, 서로를 대하는 작은 태도까지도 자연스럽게 배우며, 이러한 일상적 경험 속에서 다름을 낯설거나 두려운 것이 아니라 이해하고 존중해야 할 가치로 받아들이게 됩니다. 특히 어릴 때 형성된 공감과 수용의 태도는 다양한 문화적 배경을 지닌 사람들을 편견 없이 바라보는 힘으로 이어지며, 이는 곧 건강한 다문화 감수성의 기초가 됩니다. 결국 부모가 가정 안에서 존중과 공감의 문화를 꾸준히 실천할 때, 영유아는 다양성을 자연스럽게 인정하고 더불어 살아가는 힘을 건강하게 키워갈 수 있습니다.

육아휴직, 심이 아닌 함께 성장하는 시간

6+6 부모육아휴직제란?

'6+6 부모육아휴직제'는 생후 18개월 이내의 자녀를 둔 부모가 모두 육아휴직을 사용하는 경우, 첫 6개월 동안 통상임금의 100%(월 최대 200만~450만 원)를 육아휴직 급여로 지원하는 제도입니다. 부모가 동시에 또는 순차적으로 육아휴직을 사용하는 경우 모두 적용되며, 부모가 아이와 함께하는 시간을 충분히 확보하고 안정적인 양육환경을 조성할 수 있도록 지원하는 데 목적이 있습니다.

누가 사용할 수 있나요?

임신 중인 여성 근로자

생후 18개월 이내의
자녀를 둔 부모가 모두
육아휴직을 사용하는 근로자

엄마와 아빠가 동시에
또는 순차적으로 사용 가능

※ 공무원 및 사립학교 교원은 고용보험의 육아휴직급여 특례인 '6+6 부모육아휴직제' 적용 대상이 아님

사용 방법은 어떻게 되나요?

♥ 동시에 사용 가능

♥ 순차적으로 사용 가능

누가 사용할 수 있나요?

1 회사에
육아휴직 신청

2 회사의
육아휴직 부여

3 육아휴직
시작

4 육아휴직
급여 신청
(고용24 또는 고용센터)

5 육아휴직
종료 후 복직

※ 육아휴직 급여는 고용24 누리집 또는 거주지나 사업장 소재지 관할 고용센터를 방문하여 신청

구비서류

- 1 육아휴직 급여 신청서
- 2 육아휴직 확인서(최초 1회)
- 3 통상임금을 확인할 수 있는 증빙자료(임금대장, 근로계약서 등) 사본
- 4 육아휴직 기간 동안 사업주로부터 금품을 지급받은 경우 이를 확인할 수 있는 자료의 사본



문의

♥ 고용노동부 상담센터 ☎1350

♥ 고용24 누리집 <https://www.work24.go.kr/>

육아휴직 기간, 이렇게 보내보세요!



아이와 하루
20분 이상
놀이하기



그림책
함께
읽기



산책하며
계절
느끼기



예방접종과
건강검진
함께하기



아이의
성장기록
남기기



부모도
충분히
휴식하기

육아휴직 Q&A

Q | 엄마만 사용할 수 있나요?

A | 아닙니다. 엄마와 아빠 모두 각각 사용할 수 있습니다.

Q | 부모가 함께 사용할 수도 있나요?

A | 네. 동시에 사용하거나 순차적으로 사용하는 것도 가능합니다.

Q | 육아휴직을 사용하면 회사로 다시 돌아갈 수 있나요?

A | 육아휴직 종료 후에는 원칙적으로 휴직 전과 같은 업무 또는 같은 수준의 임금이 지급되는 직무로 복귀하도록 보호받습니다.

함께 성장하는 시간

육아휴직은 '쉬는 시간'이 아니라 아이와 부모가 함께 성장하는 시간입니다.

아이에게는 부모와 충분히 함께한 추억이 되고, 부모에게는 아이의 첫 성장과 발달을 가장 가까이에서 지켜보는 소중한 경험이 됩니다. 오늘 함께한 하루가 아이에게는 평생 기억될 행복한 추억이 될 수 있습니다.

출처 고용노동부, 「일하는 부모를 위한 '6+6 부모육아휴직제' 따라잡기」 정책브리핑.

교권 보호, 내 아이의 행복을 지키는 가장 따뜻한 약속

교권 보호, 왜 우리 모두의 이야기일까요?

최근 교권을 다룬 드라마와 교육 현장의 여러 갈등 사례가 주목받으면서 '교권 보호'가 중요한 사회적 화두로 떠오르고 있습니다. 교사가 안심하고 교육활동에 전념할 수 있는 환경이 필요하다는 목소리가 커졌으며, 이러한 논의는 교사를 어떻게 보호할 것인가를 넘어 아이들이 안전하게 배우고 성장할 수 있는 교육환경을 어떻게 만들 것인가에 대한 질문으로 확장되고 있습니다.

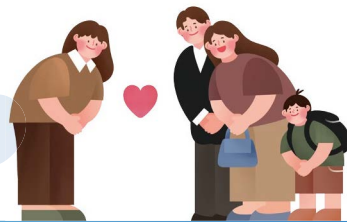
교권이란 무엇일까요?

많은 사람들이 '교권'을 교사의 권리라고 생각합니다. 그러나 오늘날 교권은 단순히 교사의 권익을 의미하는 것이 아니라, **교사가 전문성을 바탕으로 교육활동을 수행할 수 있는 권한과 자율성, 그리고 이를 부당한 침해로부터 보호하는 것까지** 포함하는 개념으로 이해되고 있습니다. 교권은 학생의 학습권과 대립하는 권리가 아닙니다. 오히려 교사가 안정적인 환경에서 교육활동을 수행할 수 있어야 학생 역시 충분한 교육을 받을 권리를 보장받을 수 있습니다. 즉, 교권 보호는 특정 직업을 위한 특혜가 아니라 아이들의 배움과 성장을 지키기 위한 사회적 장치라고 할 수 있습니다.

교권 보호가 우리 아이에게 중요한 이유

영유아기는 정서적 안정감과 신뢰 관계를 형성하는 중요한 시기입니다. 아이들은 부모와 교사의 관계를 바라보며 사람을 대하는 태도를 배우고, 서로를 존중하는 모습을 통해 배려와 공감의 가치를 자연스럽게 익혀갑니다. 반대로 교육환경이 갈등과 불신으로 흔들리면 가장 큰 영향을 받는 사람은 결국 아이입니다. 부모와 교사가 서로를 신뢰하고 존중하는 문화는 아이에게 안정적인 성장 환경을 만들어 주는 첫걸음입니다.

“교권 보호는 교사의 권리만을 위한 것이 아니라, 아이의 교육받을 권리를 지키기 위한 약속입니다.”



사회적 관심은 정책으로 이어지고 있습니다.

교권 보호에 대한 사회적 관심이 확산되면서 정부는 교사의 정당한 교육활동을 보호하기 위한 법과 제도, 지원체계를 지속적으로 강화하고 있습니다. 이에 따라 어린이집에서도 보육교직원이 전문성을 바탕으로 안정적으로 보육활동을 수행할 수 있도록 관련 제도를 마련하고 있으며, 부모와 보육교직원이 서로를 존중하는 건강한 보육문화를 조성하기 위한 정책도 함께 추진되고 있습니다.

한눈에 보는 영유아 보육·교육활동 보호 정책 및 제도

정부는 「영유아보육법」과 「유아교육법」 및 「교원의 지위 향상 및 교육활동 보호를 위한 특별법」을 기반으로 어린이집 보육교직원과 유치원 교원의 정당한 보육·교육활동을 보호하기 위한 법적·제도적 기반을 마련하고, 다양한 지원체계를 운영하고 있습니다.

● 어린이집 보육교직원 보육활동 보호

- **정당한 영유아 생활지도 보장** : 어린이집 원장과 교사가 영유아의 인권과 발달 특성을 존중하면서 조인, 상담, 주의, 훈육 등 적절한 생활지도를 할 수 있도록 기본 원칙과 기준 마련
- **보육활동 침해 대응 및 권익 보호** : 보육활동 침해를 예방하고 보육교직원의 권익을 보호하기 위해 상담, 전문가 연계 및 사후지원 등 지원체계를 마련하고, 보육활동 보호를 확대 추진

● 유치원 교원 교육활동 보호

- **정당한 유아생활지도 보호** : 유아의 인권을 존중하는 범위에서 이루어지는 교원의 정당한 생활지도를 보호하고, 생활지도의 권한 범위 방식을 구체화
- **교육활동 보호 및 지원체계 운영** : 공식 소통창구를 통한 민원 대응과 교육활동 침해 발생 시 상담·법률지원 등 교원 보호 지원

※ 본 내용은 주요 정책 및 제도를 중심으로 요약한 것입니다.

부모와 교사가 함께 만드는 존중 문화

제도나 정책은 교육활동을 보호하는 울타리를 만들지만, 그 안을 따뜻하게 채우는 것은 부모와 교사의 일상적인 신뢰와 소통입니다.

우리 함께 만들어 가요

- ♥ 궁금한 내용은 추측하기보다 사실을 먼저 확인합니다.
- ♥ 상담과 의견 전달은 기관의 공식적인 소통 절차를 이용합니다.
- ♥ 아이 앞에서는 교사와 부모를 비난하는 표현을 삼갑니다.
- ♥ 문제의 책임만을 따지기보다 아이에게 필요한 해결 방안을 함께 찾습니다.
- ♥ 부모와 교사는 아이의 건강한 성장을 함께 지원하는 동반자임을 기억합니다.



존중은 아이에게 가장 좋은 교육입니다

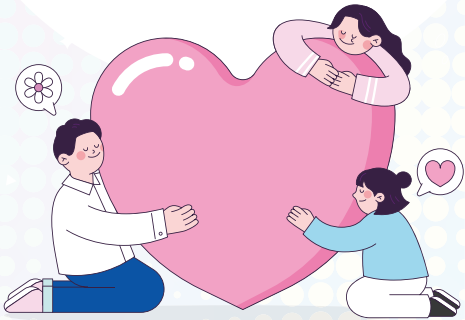
아이들은 '존중하라'는 말을 듣기보다 서로를 존중하는 어른들의 모습을 보며 배웁니다. 교권 보호는 교사만을 위한 정책이 아닙니다. 아이들이 안전하고 행복한 환경에서 배우고 성장할 수 있도록 하기 위한 사회의 약속입니다. 부모와 교사, 그리고 지역사회가 서로를 신뢰하고 존중하는 문화가 자리 잡을 때, 아이들은 더욱 따뜻하고 건강한 교육환경 속에서 자신의 가능성을 키워갈 수 있을 것입니다.

참고자료 | 교육부 「교권 회복 및 보호 강화 종합방안」(2023), 교육부 「제1차 어린이집 보육교직원 보육활동 보호 기본계획(2025~2029)」(2025), 교육부 「어린이집 보육활동 보호 가이드라인」(2025), 「유치원 교원의 유아생활지도에 관한 고시」, 「어린이집 원장 교사의 영유아 생활지도에 관한 고시」.

영유아기 이음교육 과정에서 마음 건강의 중요성

손정우

충북대학교병원 정신건강의학과 교수



많은 부모님들은 이제 '이음교육'이란 말에 익숙해지셨을 것입니다. 그렇지만, 이음교육을 자녀가 어린이집에서 유치원, 혹은 유치원에서 초등학교로 옮겨갈 때 필요한 '준비 수업' 정도로 이해하신다면 이를 정확한 이해라고 하기 어렵습니다. 소아정신의학적 관점에서 본다면, 아이가 가정과 해당 기관을 오가며 자신의 행동과 감정, 관계 맺기 방식을 일관되게 익힐 수 있도록 발달 지원을 돕는 과정이라 할 수 있습니다. 실제로 이음교육은 상호 연계성 있는 교육을 통해 아동의 전인적 발달을 돕는 과정으로 설명되며, 가정에서부터 그 기초를 다지는 것이 중요합니다.

영유아에게 필요한 기초역량은 신체운동역량, 자기조절역량, 생애학습역량, 사회정서역량으로 제시됩니다. 이는 초등학교 입학 전에 미리 많은 글자나 숫자를 배우는 것

이 아니라 이후의 학습과 대인관계, 생활 적응을 이어가기 위한 토대를 의미합니다. 다시 말해 이음교육의 중심은 빠른 선행학습이 아니라 새로운 환경에서도 자신의 감정을 조절하고, 다른 사람과 협력하며, 스스로 문제를 해결해 나가는 힘을 기르는 데 있습니다.

부모님께서 이음교육을 '학교에 갈 준비'로만 생각하면 오히려 부담은 더 커질 수 있습니다. 그러나 조금 다른 시각으로 보면, 이음교육은 특별한 교육 프로그램보다 일상 속에서 이루어집니다. 아이가 스스로 옷을 입어보고, 차례를 기다리고, 장난감을 정리하고, 실수했을 때 다시 해보는 경험 모두가 이음교육입니다. 주도성, 책임감, 자기조절 습관, 의사소통 습관, 학습 습관을 일상 속 작은 경험을 통해 기르는 것을 강조합니다. 이러한 경험은 새로운 환경에서 아이가 느끼는 불안을 줄이고 적응력을 높이는 가장 중요한 자산이 됩니다.

또한 이음교육의 주체는 교육 기관만이 아닐 것입니다. 어린 이집과 유치원에서 경험한 규칙이나 생활습관이 가정에서도 이어지고, 가정에서 느낀 행복감이 다시 해당 교육 기관에서의 안정적 생활로 연결될 때, 아이는 '나를 둘러싸고 있는 환경 속에서 내 생활의 예측이 가능해지는구나' 식의 무의식적 안정감을 회복하게 됩니다. 이러한 "예측 가능성"이 바로 아동의 건강한 발달을 이끄는 중요 키워드인 셈입니다.

1. 영유아기의 마음건강 증진의 필요성

아이가 항상 웃거나 말을 잘 듣는 상태에 있다는 것, 이것이 영유아기 마음건강의 목표가 되어야 하지는 않습니다. 아이가 자신의 감정을 조금씩 알아차리고, 원하는 것을 적절하게 표현하며, 좌절했을 때라도 시간이 조금 지나면 다시 안정을 찾는 과정을 배워가는 것, 이것이 마음건강의 목표가 되어야 합니다. 어떤 부모님들은 아이에게 부정적인 감정 표현이 발생하지 않게 도와주는 것이 마음건강에 중요하다고 오해하시기도 합니다. 그렇지 않습니다.

예를 들어 아이가 화를 내며 울 때 '왜 또 그래?'라는 말은 아이에게 자신의 감정이 받아들여지지 않는다는 경험을 줄 수 있습니다. 반면 "속상했구나", "기다리는 게 힘들었구나"처럼 감정을 먼저 읽어주는 감정 코칭 반응은 아이가 자신의 마음을 이해하고 조절하는 능력을 키우는 데 도움이 됩니다. 또한, 부모님은 아이가 어려워하는 문제를 즉시 해결해주려 하기보다 아이의 감정을 함께 건디는 사람이 되어줄 필요가 있습니다. 아이는 부모가 자신의 어려움을 안전하게 받아주는 경험을 공유하면서, 자신의 안전 기지를 확인하고, 점차 스스로 감정을 조절하는 능력을 발달시키게 됩니다.

2. 영유아기에도 주의력결핍·과잉행동장애(ADHD)가 발견될 수 있는가?

많은 부모님들께서 ADHD에 대해서 걱정을 많이 하고 계십니다. 사실 ADHD의 유병률은 매우 높은 편입니다. 2025년 미국 질병통제예방센터에서 공식적으로 발표한 미국의 3~17세 아동청소년기 ADHD 유병률은 11.4%였습니다. 영유아기에도 ADHD의 특징은 관찰될 수 있습니다. 다만 이 시기에는 정상적인 발달 과정에서도 활동량이 많고 충동적인 행동이 흔하기 때문에 단순한 활발함과 ADHD를 구분하는 것이 중요합니다.(이 내용은 미국 질병통제예방센터에서도 강조하고 있는 내용입니다.)

ADHD를 의심할 때는 단순히 "산만한 행동"이라는 한 가지 측면만 관찰하는 것은 부족할 수 있습니다. 부주의함, 과잉행동, 충동적 행동 등이 가정과 어린이집 등 여러 환경에서 반복되고 놀이 상황뿐만 아니라 학습, 또래관계, 안전한 생활 등에 영향을 미치는지를 함께 살펴봐야 합니다. 예를 들어, 같은 또래 아이들과 비교했을 때 지나치게 위험한 행동을 반복하거나(예: 높은 곳에서 충동적으로 뛰어내리는 것을 즐기), 쉬운 지시도 끝까지 수행하지 못하고, 놀이를 시작해도 금방 다른 놀이 활동으로 옮겨가는 모습이 반복된다면 보다 자세한 평가가 필요할 수 있습니다. 부모님들께서는 '집에서는 괜찮는데 어린이집에서만 다른

피드백을 받네', 또는 '기관에서는 괜찮다고 하지만 집에서 전혀 차분하지 않아'라고 생각하시면서 의아해하시기도 할 것입니다. 이러한 경우들이 꽤 나타날 수 있습니다. 환경이 제공하는 행위유도성(affordance)에 매우 민감하게 반응하는 아이들이 있기 때문입니다. 또한, 어떤 아이는 긴장을 많이 하는 환경과 편안한 환경에서의 행동 반응이 다르게 나타날 수 있습니다. 따라서, 한 장소에서만 나타나는 행동만으로 ADHD를 판단하기는 어렵습니다.

ADHD 특성에 대한 판단에서는, '얼마나 산만한가'도 중요하지만, 그보다는 '생활 기능에 얼마나 영향을 미치는가'가 더 중요한 부분입니다. 충분히 안정적인 환경에서도 어려움이 지속된다면, 4~5세 경에 소아정신건강의학과를 방문하여 상담을 하고, 몇 개월에 한 번 씩이라도 외래 관찰을 하면서 필요하다면 종합 심리 행동 평가를 받아보는 것이 도움이 될 수 있습니다.

3. 영유아에게 나타날 수 있는 틱의 특성과 올바른 이해

틱은 갑작스럽고 반복적으로 나타나는 근육 움직임이나 소리 등으로 시작될 수 있습니다. 영유아기에는 눈을 자주 깜빡이거나 코를 킁킁거리거나 목을 가다듬는 소리처럼 비교적 단순한 형태로 시작되는 경우가 많습니다. 과거에는 4~6세 경에 처음 나타나는 경우가 전형적이었습니다. 또한, 근육 틱이 나타난지 2년 정도 경과한 뒤에 음성 틱이 나타나는 경우가 많았습니다. 그러나 최근에는 더 이른 시기에 시작되기도 하고, 음성 틱이 상당히 빨리 나타나는 경우도 많아졌습니다. 즉, 비전형적인 양상들이 더 늘어나고 있습니다.

특히, 부모님의 관찰에서는 틱이 발견되지만 아이는 이를 모르거나 크게 불편하게 인지하지 못하는 경우도 많습니다. 영유아기 틱이 이런 특성을 더 많이 가지고 있습니다. 또한, 우리가 잘못 알고 있는 상식 중의 하나는 스트레스가 높을 때 틱이 촉발된다는 생각입니다. 실제로 스트레스가



틱을 촉발할 수 있습니다. 그러나 스트레스는 결코 틱의 단일 원인이 될 수 없습니다. 뇌의 특성상 틱 유발 기질을 가지고 있는 아이에서 저절로 시작될 수 있으며, 스트레스보다는 “각성도”가 촉발 인자, 방아쇠 인자가 될 수 있습니다. 예를 들어, 게임이나 맛있는 식사 시작 등은 긍정적 각성도의 증가를 일으키고, 이것이 틱을 촉발할 수 있습니다.

섬세한 아이의 경우 부모님이나 다른 어른들 앞에서 틱을 보이는 것이 신경쓰여서 잠시 참는 것처럼 보일 때도 있는데, 이를 ‘우리 아이는 틱을 조절할 수 있는 아이야’ 하고 잘못 오해 하셔서 아이에게 틱을 참아 봐라, 하지 마라 등의 요구를 하시는 부모님들도 간혹 있으십니다. 그러나 이는 풍선 효과를 유발할 수 있습니다. 즉, 부모님 앞에서는 틱을 최대한 자제하다가 다음날 기관에 가서 오히려 즐거운 느낌을 받고 틱을 더 많이 하게 되는 현상이 가능합니다. 이 때문에, 부모님께서 틱이 있는 영유아에게 틱을 멈추라든지 조절하라든지 하는 지시를 하지 않으시는 것이 중요합니다. 사실, 부모님께서 더 살펴 보셔야 할 점은 틱 혹은 동반 증상으로 인한 아이의 고민이나 어려운 마음 상태가 있는지 등입니다. 아이가 기관에서 틱이 나타나서 친구들의 주목을 받는 점은 없는지, 그 때문에 위축되는 면은 없는지 등을 잘 관찰하시는 것이 필요합니다.

때로는, 부모님께서 인터넷 정보를 보고 지나치게 불안해 하실 때가 있습니다. 하지만 영유아 틱의 상당수에서는 틱이 일시적으로 나타났다가 점차 사라지기도 합니다. 즉, 모든 틱이 만성 질환으로 이어지는 것은 아닙니다. 증상의 변화 양상을 차분히 관찰하면서 필요한 경우 소아정신과 전문의와의 전문적인 상담을 받아보실 것을 권해드립니다.

4. 영유아기에도 우울증이 가능한가?

영유아의 우울감은, 성인처럼 “우울하다”고 보고하여 진단되기가 어렵습니다. 또한, 짜증과 공격성, 예민함, 놀이에 대한 흥미 감소, 부모와의 갈등, 기관 적응 어려움 등으

로 표현되는 경우들도 많습니다.

아이가 평소 좋아하던 놀이를 더 이상 하지 않으려고 하거나, 자주 울고 쉽게 화를 내며, 잠을 잘 자지 못하거나 식욕이 크게 변하는 모습이 지속된다면 단순한 성장 과정으로만 넘기기보다 정서 상태를 함께 살펴볼 필요가 있습니다. 이 시기의 우울증을 대표하는 단어를 선택한다면 “우울한(depressed)”이 아니라 “행복하지 못한(unhappy)”입니다. 불안감 역시 영유아기 마음건강에서 중요한 문제입니다. 새로운 환경에 지나치게 적응하지 못하거나 부모와 떨어지는 것을 극도로 힘들어하고, 사소한 변화에도 크게 긴장하는 모습이 반복된다면, 아이의 불안을 이해하는 접근이 필요합니다.

우울감과 불안은 ADHD나 틱장애와 함께 나타나는 경우도 적지 않습니다. 따라서 한 가지 행동만 보고 진단하기보다 수면, 식사, 놀이, 기관 생활, 가족관계 전반을 함께 살펴야 합니다. 특히 부모께서는 아이의 행동만 변화시키려 하기보다는 생활 속 스트레스 요인을 함께 살펴보는 것이 중요합니다. 예를 들어 동생의 출생, 기관에서의 적응, 부모 간의 스트레스 표현 등도 아이의 정서에 영향을 줄 수 있기 때문입니다.

5. 영유아기의 미디어 중독

영유아기의 미디어 사용 문제는 최근 들어 매우 중요한 마음건강 이슈가 되었습니다. 하루 몇 시간을 이용했는지도 중요하지만, 미디어를 어떤 방식으로 사용하는지가 더 중요합니다. 아이가 스스로 끝나는 시점을 예측할 수 있는지, 종료 후 다른 활동으로 자연스럽게 전환하는지, 미디어가 없을 때 심한 짜증과 공격성이 나타나는지를 함께 살펴야 하는데, 영유아는 당연히 시간의 흐름 폭에 대한 감각이 떨어지기 때문에 자신이 얼마나 오래 미디어를 사용했는지를 모르는 경우가 많습니다.

영유아의 주의력 특성상 강렬한 영상은 이들의 시선을 계

속 붙잡을 수 있습니다. 따라서 미디어를 이용하기 전에 “이 장면이 끝나면 이 기기를 끄자” 등, 사용을 종료해야 할 시점에 대한 시각적 표식(marker)을 부모와 아이가 미리 공유하는 것이 유용한 조절법 중 하나입니다. 또한, 미디어 기기의 사용 후에 산책이나 블록 놀이, 그림 그리기처럼 다른 활동으로 자연스럽게 활동을 이어주는 것이 좋습니다. 미디어에 관하여 부모는 ‘통제자’라기보다는 영유아 자신의 자기조절을 함께 연습하는 ‘안내자’의 역할을 한다는 자세를 갖는 것이 중요합니다. 갑자기 화면을 끄기보다 미리 예고하고 일관된 규칙을 반복하여 적용한다면, 아이는 점차 예측 가능한 환경 속에서 조절 능력을 배우게 됩니다.

부모님 스스로의 미디어 사용 습관도 아이에게 큰 영향을 미칩니다. 식사 시간이나 놀이 시간에도 부모가 계속 스마트폰을 사용하는 모습을 보면 아이 역시 미디어가 생활의 중심이라고 받아들이기 쉽습니다. 아이에게만 규칙을 적용하기보다 가족이 함께 지킬 수 있는 사용 원칙을 만드는 것이 효과적입니다.

지금까지 영유아기의 마음건강과 관련된 다양한 주제들을 살펴보았습니다. 그렇다면, 영유아기의 마음건강 향상을 위해서 부모님들의 어떤 양육 방식이 도움이 될까요?

6. 부모의 적절한 대처

가장 중요한 것은, 아이의 행동을 너무 빨리 ‘기질’이나 ‘고집’으로 단정하지 않는 것입니다. 영유아 시기의 아이들의 행동은, 그 아이의 마음 상태를 알려주는 신호일 때가 더 많습니다. 따라서, “너, 왜 그래?”보다 “네게 무엇이 어려웠을까?”를 함께 생각해보는 자세가 필요합니다.

부모의 양육에서 무엇보다 중요한 것은 “일관성”입니다. 가정과 어린이집, 유치원의 어른들이 서로 비슷한 방식으

로 아이를 관찰하고 반응할수록 아이는 더 큰 안정감을 느낍니다. 또한, 아이가 어떤 상황에서 불안해하고 어떤 상황에서 잘 적응하는지 간단히 기록해 두는 것은 아이들의 진료나 상담에서 매우 중요하게 이용할 수 있는 자료입니다.

아이들이 보다 빨리 학습 수준이 올라가기를 바라는 부모님들이 많습니다. 그러나, 과도한 학습 압력은 이음교육의 본래 목적을 흐리게 할 수 있습니다. 영유아기에는 더 많은 지식을 가르치는 것보다 ‘안정적으로 배우는 경험’을 갖게 하는 것이 중요합니다. 실패를 경험하고도 다시 시도해 보는 경험, 친구와 갈등을 해결하는 경험, 감정을 표현하는 경험이 이후의 문제 해결 능력, 학습 능력의 튼튼한 초석이 됩니다.

특히, 전문가의 도움을 받는 것을 두려워하지 마십시오. 이 과정은 부모의 능력 부족이나 실패를 의미하는 것이 결코 아닙니다. 아이에게 맞는 지원을 찾는 과정의 하나인 것입니다. 소아정신건강의학과에서는 ADHD, 틱장애, 정서 행동 문제 등 다양한 발달 특성을 종합적으로 평가하고 아이의 발달 수준에 맞는 치료와 지원 방향을 함께 계획합니다.

마지막으로, 부모 자신의 마음건강이 매우 중요합니다. 부모가 불안하거나 지쳐 있으면 아이의 작은 변화에도 과도한 걱정 반응을 보이거나 충분한 반응을 해주지 못할 수 있습니다. 부모 역시 도움을 요청하고 주변과 역할을 나누며 충분한 휴식을 취하는 것이야말로 결국 가정 모두의 마음건강을 지키는 길이 됩니다.

하루를 시작하며 나누는 인사, 함께 놀이하는 시간, 아이의 감정을 들어주는 대화, 어린이집과 가정이 같은 방향으로 아이를 이해하려는 작은 노력들이 모여 건강한 발달 과정을 촉진하게 됩니다. 이러한 마음의 발달은 이후의 초등학교 생활은 물론 평생의 성장 과정에서 가장 든든한 기반이 될 것입니다.

감사합니다.



어린이집과 가정이 함께 만드는 존중문화

행복한 우리 아이를 위한 함께존중 ON

보육교직원과 보호자는 아이의 성장을 함께하는 소중한 동반자입니다.
서로를 이해하고 배려하는 존중의 실천이 우리 아이의 하루를 행복하게 만듭니다.

아이의 "놀았어!"를 "배웠어!"로 이해하는 순간, 존중 ON

1 오늘 어린이집에서 뭐했어?

놀았어!

아이는 '놀았어'라고 말해요.

2 선생님~ 우리 아이가 오늘도 '놀기만' 했다는데요?

오늘도 찾아온 그 질문..!

보호자는 '놀기만' 했다고 걱정이 돼요.

3 나 오늘 배웠어!

블록을 쌓으며 생각하고,
친구와 놀이 소통하고,
실패하면 다시 방법을 찾아요.

나 오늘 집이 세 번 무너졌는데 네 번째에 성공했어!

놀이는 스스로 생각하고 도전하는 배움의 시간!

4 아~ '놀았어'가 이렇게 많은 뜻이었네요! 이해했어요!

네! 아이들은 놀이하며 배우고 성장합니다.

놀이의 의미에 대한 이해가 아이의 성장을 돕습니다.

"우리 아이 사진은 왜 두 장뿐이에요?" 사진보다 중요한 순간이 있어요.

1 어? 오늘 사진이 별로 없네요?
우리 아이는 왜 이렇게 적게 찍혔어요?

보호자는 알림장을 보며 사진 수가 적어 궁금해요.

2 만약 선생님이 하루 종일 사진만 찍는다면...?

찰칵! 찰칵!

선생님! 우리 도와주세요!
선생님! 친구가 넘어졌어요!

사진에 집중하면, 아이들을 놓칠 수 있어요!

3 사진 기록도 중요하지만, 더 중요한 건 아이의 안전을 살피고 놀이를 관찰하며 적절하게 도와주는 일이에요.

아이들에게 필요한 건 아이를 바라보는 눈과 함께하는 마음입니다.

아이의 안전을 지키고, 놀이를 민감하게 관찰하며 적절히 지원해요.

4 이해했어요! 사진에는 안 찍혔지만, 선생님은 우리 아이 곁에서 지켜봐 주셨다는 거네요!

선생님은 항상 우리랑 함께해요!

사진의 장수보다 아이와 함께한 순간을 먼저 알아 주세요.

어린이집과 가정이 서로를 존중할 때 우리 아이의 행복은 더 크게 자랍니다.

서로의 역할을 이해하는 순간, 함께존중 ON

- ♥ 감사의 말 한마디 전하기
- 💬 배려 있는 말로 소통하기
- 👥 보육교직원의 전문성 존중하기
- 🌱 아이의 성장 과정을 함께 이해하기



충북육아종합지원센터를 소개합니다.

충청북도육아종합지원센터는 충북도 내 육아지원을 위한 거점기관으로써 어린이집 지원 및 관리, 가정양육 보호자에 대한 맞춤형 지원인 시설보육 및 가정양육과 관련한 정보와 상담, 시간제보육 서비스, 장난감 및 도서대여, 보육 관련 정보의 수집 및 상담 제공 등 One-stop 육아지원 서비스를 지원하고 있습니다.

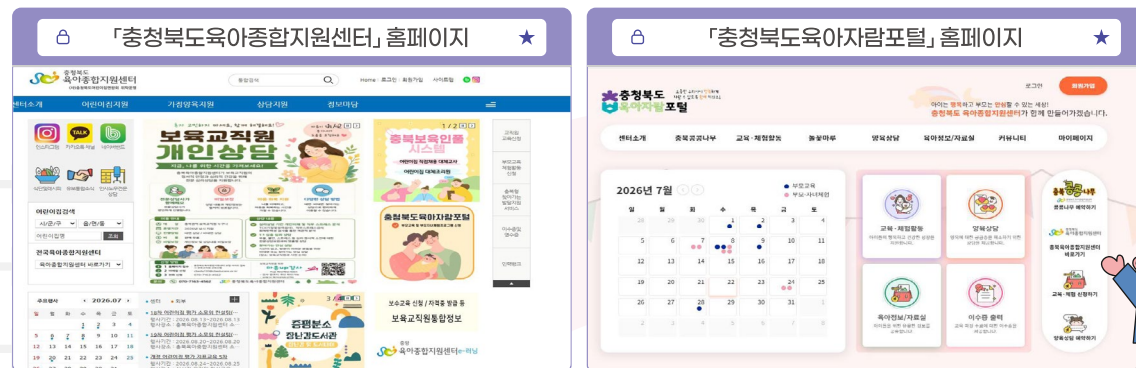
어린이집지원	가정양육지원	상담지원	정보제공 및 시군센터 지원
- 표준보육과정 - 보육교직원 교육 - 평가제 및 보육컨설팅 - 충북형 학습공동체 - 대체교사 및 대체조리원 지원 - 충북보육인플 (직접채용대체교사) - 충북형 가치봄 사업	- 시군분소운영 (육천, 음성, 증평, 괴산) - 공동 부모교육 - 부모-자녀 체험 프로그램 - 영유아 놀이공간 제공 - 도서·장난감 대여 서비스 - 시간제 보육 관리 - 놀꽃마루 놀이공간 운영 - 순례프로그램 - 워킹부모 육아 참여 프로젝트 - 지역사회 거점형 양육지원 '육아침표' 사업	(T.e.e 움) 보육교직원 상담 - 영유아 긍정정서행동 양육상담 - 찾아가는 발달지원 서비스 - 사회 정서 놀이 치료 및 언어치료 - 발달 지연 영유아 특수교사 지원	- 홈페이지 및 SNS 운영 - 보육 및 양육에 관한 정보제공 - 보육 및 양육 정보지 발간 - 지역사회 유관 기관 연계사업 지원 - 시군센터 총괄 및 지원 - 시군센터 미설치 사각지대 지원



- 2026년 센터소식 -

충청북도육아종합지원센터 홈페이지

충청북도육아종합지원센터에서는 어린이집지원사업과 가정양육지원사업의 활성화를 위해 두 개의 홈페이지를 운영하고 있습니다. 「충청북도육아종합지원센터」 홈페이지에서는 보육 관련 정보와 유보통합, 어린이집 정보 등 다양한 보육 정책과 소식을 제공하며, 「충청북도육아자람포털」에서는 부모교육, 부모-자녀 체험프로그램, 양육 및 발달상담, 놀이체험실, 놀꽃마루 예약 및 신청 등 다양한 가정양육 지원 서비스를 이용하실 수 있습니다. 특히 유보통합 정책에 발맞춰 유치원 학부모님들도 회원가입이 가능하도록 시스템을 개편하였습니다. 회원가입하시고 다양한 보육·양육 정보와 프로그램을 가장 먼저 만나보시고, 충청북도육아종합지원센터의 다양한 양육지원 서비스를 경험해 보세요!



놀꽃마루

놀꽃마루는 영유아와 부모 모두를 위한 열린 공간입니다. 도심 속에 사계절 자연환경을 온 몸으로 탐색하며 아이들은 자유롭게 놀이하고, 영유아와 부모 간에 소통할 수 있는 영유아, 부모를 위한 실내·외 전용 놀이 공간입니다. 이곳은 전용 실내·외 놀이 공간을 넘어 함께 자라고, 함께 웃고 성장하는 충청북도 영유아, 부모, 보육교직원 등 도민의 전용 공간이 될 것입니다.

대상	충청북도 내 영유아(0 ~ 5세)	운영일	화요일~일요일(10:00~17:00), 점심시간(12:00~13:00)
이용료	무료	문의전화	043-221-6061, 6067
이용방법	충청북도육아자람홈페이지(https://cbportal.cbeducare.or.kr)에서 예약 후 이용		



2026년 놀꽃마루 문화공연



- Q '놀꽃마루 문화공연'은 어떤 취지로 진행되었나요?**
- A** 놀꽃마루 문화공연은 영유아와 가족이 놀이뿐만 아니라 다양한 문화예술을 함께 경험할 수 있도록 기획된 프로그램입니다. 아이들에게는 풍부한 문화예술 경험을 제공하고, 부모와 자녀가 공연을 함께 관람하며 소통하고 소중한 추억을 쌓을 수 있는 시간을 마련하고자 했습니다. 이를 통해 가족이 함께 웃고 공감하며 놀이와 문화가 어우러진 경험을 나누고, 가족 간 소통과 정서적 유대감을 높이는 데 의미를 두고 있습니다.
- Q 어떤 주제로 진행되었나요?**
- A** 문화공연은 영유아의 눈높이에 맞춘 참여형 공연으로 운영되고 있습니다. 비눗방울과 마술이 어우러진 버블매직쇼, 마법의 도서관, 매직동물원, 신나는 레이저 퍼포먼스와 과학 마술쇼 등 다양한 공연을 통해 아이들의 호기심과 상상력을 키우고, 가족 모두가 함께 즐기며 소중한 추억을 만들 수 있는 시간을 마련했습니다.
- Q 언제 진행되며, 예약은 어떻게 하나요?**
- A** 문화공연은 5월부터 11월까지 매월 둘째·넷째 주 토요일 오전 10시 30분부터 11시 30분까지 운영되며, 12월에는 1회만 운영됩니다. 예약은 매월 넷째 주 화요일에 충청북도육아자람포털을 통해 신청하실 수 있습니다. 단, 공연에 따라 운영 일정 및 시간은 변경될 수 있습니다.
- Q 참여자들의 반응은 어땠나요?**
- A** 참여 가족들은 아이와 함께 공연을 관람하며 즐겁고 특별한 시간을 보낼 수 있었다는 반응을 보였습니다. 아이들은 공연에 적극적으로 참여하며 즐거워했고, 부모들은 자녀와 함께 문화예술을 경험하며 소중한 추억을 만들 수 있었다는 의견을 전해주셨습니다. 특히 가족이 함께 웃고 공감할 수 있는 공연 구성으로 큰 호응을 얻었습니다.
- Q 앞으로의 계획이 있다면요?**
- A** 앞으로도 영유아와 가족들이 일상 속에서 문화예술을 가까이 접할 수 있도록 다양한 공연과 체험 프로그램을 지속적으로 선보일 계획입니다. 가족 모두가 함께 웃고 즐기며 소중한 추억을 만들 수 있는 문화공간으로서 놀꽃마루의 역할을 더욱 확대해 나가겠습니다.

「2026년 놀꽃마루 개관 1주년 기념 [우리가족의 놀꽃마루 추억] 사진공모전」

영유아가 신나고 행복하게 놀이에 참여하는 순간

영유아와 부모가 프로그램(부모-자녀 프로그램, 오감놀이, 문화공연 등)을 참여하며 즐거웠던 순간

놀꽃마루에서 쌓아온 소중한 추억과 행복한 순간을 함께 나누는 사진공모전입니다. 사진 한 장에 담긴 가족의 웃음과 아이들의 즐거운 놀이, 따뜻한 추억을 통해 놀꽃마루에서 행복한 시간을 돌아보고, 가족의 소중한 이야기를 함께 이어가고자 합니다.

2026년 지역사회 거점형 양육지원 「육아심포」 사업

충청북도 음성, 증평, 괴산, 옥천 지역에 거주하는 영아와 보호자를 대상으로 하며, 양육지원 서비스 접근이 어려운 지역의 영아 가정을 우선 지원하여 지역 간 양육지원 서비스의 격차를 해소하고자 합니다. 이를 위해 부모교육, 놀이·체험, 상담 등 맞춤형 양육지원 서비스를 제공함으로써 부모의 양육 역량을 강화하고 건강한 양육환경 조성에 기여하고자 합니다.

1) 부모교육 프로그램

- 원예·공예·마음 등 힐링 프로그램을 운영
- 영유아 발달 및 긍정 양육관련 부모교육을 진행

2) 부모-자녀 프로그램

- 오감놀이, 신체활동, 애착놀이 등 부모와 자녀가 함께 참여하는 체험형 프로그램을 진행

3) 원장 주도 프로그램

- 내 아이를 위한 연금저축 계좌 만들기, 그림책으로 배우는 소중한 몸 이야기 등 부모의 다양한 양육 고민과 관심을 반영한 주제로 구성하여 지역 특성에 맞는 맞춤형 양육지원 프로그램을 운영

4) 양육상담

- TCI 기질검사 결과를 기반으로 주양육자와 영유아의 기질 및 발달을 이해하고, 맞춤형 양육상담과 코칭을 제공하여 부모의 양육 역량 강화와 건강한 부모-자녀 관계 형성을 지원

5) 주말 가족 체험(놀꽃마루 숲체험)

- 영아와 보호자가 함께 자연을 오감으로 체험하며 생태 감수성과 정서적 유대감을 형성할 수 있는 숲체험 프로그램을 운영

6) 부모 정서지원 프로그램

- 한국산림복지진흥원과 협업하여 국립대전숲체원에서 음성, 증평, 괴산, 옥천 지역의 황혼육아가정을 대상으로 가드닝 캔들 만들기, 토닥토닥 보물의 숲, 오리엔티어링 등 숲체험 프로그램을 운영

「배우고, 해보고, 일상으로 이어지는 워킹부모 육아 참여 프로젝트」 (양성평등기금지원사업)

충청북도 내 워킹부모를 대상으로 부모교육, 부모-자녀 체험활동, 도란도란 하루 캠프 등을 운영하여 부모가 함께 배우고 실천한 경험을 일상으로 이어갈 수 있도록 지원하며, 부모의 양육 참여 확대와 가족친화적 양육문화 조성에 기여하는 프로젝트입니다.

공통 부모교육

영유아 기질 이해, 양육태도 바로보기, 자녀와의 대화법 등 부모교육을 운영하여 부모의 올바른 양육 가치관 형성과 자녀의 건강한 성장·발달을 지원

부모-자녀체험활동

생일 케이크 만들어 축하해요, 습자지 찢어 날려보아요 등 부모와 자녀가 함께 참여하는 놀이·체험활동을 운영하여 가족 간 소통과 유대감 형성을 지원

도란도란 하루 캠프

부모와 자녀가 함께하는 미니운동회와 가족 숲체험 프로그램 등을 통해 가족 간 추억을 쌓고 친밀감을 높일 수 있도록 지원

시군 분소안내

【놀이체험실】 옥천 분소 동동 놀이터 / 괴산 분소 아이숲 놀이터

구분	옥천 분소	괴산 분소
이용시간	화요일~토요일 (1회) 10:00~11:30 (2회) 13:30~15:00 (3회) 15:30~17:00 / 일요일 13:30~17:00	화요일~토요일 (1회) 10:00~11:30 (2회) 13:30~15:00 (3회) 15:30~17:00 / 일요일 13:30~17:00
이용대상	옥천군 내 일반회원, 기관회원 0세~5세 영유아	괴산군 내 일반회원, 기관회원 0세~5세 영유아
이용료	개인회원 회차 당 2,000원 기관회원 회차 당 1,500원	개인회원 회차 당 2,000원 기관회원 회차 당 1,500원
휴 관	일요일, 월요일, 법정공휴일 및 대체휴일	일요일, 월요일, 법정공휴일 및 대체휴일
전 화	043)731-2286	043)833-6602
주 소	충북 옥천군 옥천읍 감금로 4길6	충북 괴산군 괴산읍 읍내로 6길 30

【장난감도서관】 옥천 맘쓰허그 장난감도서관 / 음성 노리마을 장난감도서관
괴산 맘쓰허그 장난감도서관 / 증평 노리마을 장난감도서관

	옥천 분소	음성 분소	증평 분소	괴산 분소
이용시간	화~토요일 10:00~17:00	화~토요일 10:00~17:00 (수요일 19:30까지 운영)	화~토요일 10:00~17:00 (수요일 19:30까지 운영)	화~토요일 10:00~17:00
이용대상	일반회원, 기관회원	일반회원	일반회원, 기관회원	일반회원, 기관회원
휴 관	일요일, 월요일 법정공휴일 및 대체휴일	일요일, 월요일 법정공휴일 및 대체휴일	일요일, 월요일 법정공휴일 및 대체휴일	일요일, 월요일 법정공휴일 및 대체휴일
전 화	043)731-2280	043)881-2282	043)838-9041	043)833-6601
주 소	충북 옥천군 옥천읍 삼금로 4길6	충북 음성군 맹동면 사에 2길 37	충북 증평군 증평읍 보건복지로 56-2	충북 괴산군 괴산읍 읍내로 6길 30
홈페이지				

충청북도육아종합지원센터 소식을 신속하고 편리하게 받아보세요!



충북육아종합지원센터
홈페이지



충청북도
육아자람포털



인스타그램



네이버밴드



카카오톡채널



페이스북





충청북도 청주시 상당구 용담로7, 센트럴칸타빌 2층 충청북도육아종합지원센터
Tel. 043-239-8777 <http://chungbuk.childcare.go.kr/>



충청북도 청주시 상당구 대성로 122번길 67(수동 36-3) 놀꽃마루
Tel. 043-221-6061 <https://cbportal.cbeducare.or.kr/>

좋은 보육, 신나는 육아, 행복한 아이를 위한 건강한 육아 실현