광유연 2014 -15

2014학년도 학부모연수

우리아이 성향에 맞는 맞춤 교육법

광주광역시유아교육진흥원

우리아이 성향에 맞는 맞춤 교육법

□ 일 시 : 2014. 6. 11 (수)/ 6. 18 (수)/ 6. 25 (수), 10:00~12:00

□ 장 소 : 광주광역시유아교육진흥원 3층 강의실(1)

□ 대 상 : 유치원 학부모 및 지역 주민

□ 세부 일정

목 적	유아의 기질과 부모와의 상호작용이 애착형성과 이후 유아의 발달에 미치는 영향을 이해하고, 건강한 성장을 촉진하는 부모역할을 습득한다.		
일 자	차 시	강의 목차	세부 내용
6. 11 (수)	1	▸ 아이의 성향(애착유형)은 어떻게 형성되나?	• 애착의 필요성 • 애착형성에 영향을 미치는 요소
6. 18 (수)	2	▸ 안정애착이 형성되지 못했을 때의 건강하지 못한 아이 발달경로	• 반응성 애착장애 • 불안정애착과 정신병리의 관계 • 불안정애착이 품행장애 등 외현화 문제로 연결될 가능성
6. 25 (수)	3	▸ 아이와 부모의 특성에 따른 부모자녀관계	• 아이의 애착 유형 • 부모의 애착 유형이 자녀의 애착 형성에 미치는 영향 • 안정애착을 형성하는 방법

※ 교육과정은 강사의 사정에 의해 변경될 수도 있습니다.

목 차

Ⅰ. 아이의 성향은 어떻게 형성되나? …… 1

Ⅱ. 안정애착이 형성되지 못했을 때의 건강하지 못한 아이 발달경로 …… 5

Ⅲ. 아이와 부모의 특성에 따른 부모자녀관계 7





우리아이 성향에 맞는 맞춤 교육법



우리아이 성향에 맞는 맞춤 교육법

샘솟는 아동·청소년 상담센터
소 장 김 ○ ○

차 례

Ⅰ. 아이의 성향(애착유형)은 어떻게 형성되나?
Ⅱ. 안정애착이 형성되지 못했을 때의 건강하지 못한 아이 발달경로
Ⅲ. 아이와 부모의 특성에 따른 부모자녀관계

Ⅰ. 아이의 성향(애착유형)은 어떻게 형성되나?

1. 애착의 필요성

아이는 5~6세에 유치원 혹은 어린이집에 들어가면서 또래 집단과 어울리기 시작한다. 이 때 다른 아이와 잘 어울리지 못하면 아이는 위축되거나, 반대로 과도한 행동을 통해 자신을 드러내려 한다. 하지만 그럴수록 다른 아이들과 더 어울리지 못하고 겉돌게 된다.

잘 어울리는 아이와 잘 어울리지 못하는 아이의 차이점은 무엇일까? 여러 차이 중에 가장 중요시되는 차이는 바로 주양육자 와의 애착형성이 잘 되었느냐 그렇지 못하느냐 이다.

애착은 주로 생애 3년까지의 '민감한 시기'동안 주양육자 와의 관계에서의 경험을 통해 형성된다. 약 생후 3년까지의 관계에서의 경험을 통해 형성된 애착은 추후 유·아동기를 거쳐 청소년시기에도 부모와의 관계에서 중요한 역할을 한다. 나아가 평생 동안 아이의 사고, 감정, 행동에 여러 영향을 미치게 된다.

가. 애착의 7가지 역할

1) 애착은 부모와 아이 사이의 위계를 잡아준다.

주양육자 와의 관계를 잘 맺은 아이들은 의존적이고 보살핌을 구하고자 한다. 즉, 애착의 위계에서 자리를 잘 잡은 아이들은 본능적으로 보살핌 받기를 원한다. 그들은 자연스럽게 부모를 존경하고, 부모에게 답을 구하고, 부모를 따른다. 이런 역학은 애착의 본질이다. 이런 의미의 의존성이 없다면 아이들의 행동은 다루기 어려워진다.

어른과의 관계에서 이를 경험하지 못한 아이들은 또래들 사이에서 지배-의존의 관계를 맺고자 하지만 미성숙한 또래들 사이에서는 지배와 복종이라는 건강하지 못한 상황을 만들 수 있다. 또래지향적인 아이는 위계질서에 대한 내적인 의지가 없고, 부모가 자기보다 크거나 우위에 서기를 바라는 욕구가 없다.

부모와의 애착이 약화되면 위계질서가 무너지게 된다. 이러한 아이들은 부모를 자신에게 이래라 저래라 하거나 지휘할 권리가 없는 사람과 동일하게 취급한다.

2) 애착은 부모역할의 본능을 깨우고, 아이를 더욱 사랑스럽게 만들며, 부모의 참을성을 키워준다.

애착은 아이가 보살핌 받을 수 있도록 준비시킬 뿐 아니라 어른에게 보살핌을 베푸는 본능을 불러일으킨다. 애착행동은 부모의 본능을 일깨우는 임무를 수행한다. 이것은 자연적이고 자발적으로 일어난다. 애착행동이 부모의 본능을 건드리면 부모는 가까이 다가가고, 안아주고 싶어지고, 책임을 질 준비를 하는 것이다.

아이를 위해 많은 것을 해주어도 노고를 인정받지 못하는 것 또한 부모 역할의 일부이다. 순수하고 단순한 애착이 있기에 이러한 부모 역할이 가능해진다. 만약 애착이 부모가 아닌 친구들이나 타인에게 향하게 되거나 잘 형성되지 못하게 되면, 부모 역할은 참을 수 없는 무거운 짐이 되고 만다. 많은 부모들이 이러한 아이들과 대면했을 때, 부모로서의 본능이 무뎌지는 것을 느낀다. 그래서 아이들을 향해 느끼고 싶던 자연스러운 따뜻함은 식고, 아이들을 충분히 '사랑하지' 않는 사실에 대해 죄책감마저 느끼기도 한다.

3) 애착은 위기상황에서 아이가 부모에게 귀 기울이게 한다.

모든 부모 역할의 기초는 아이가 부모를 쳐다보게 하고 부모의 말을 듣게 하는 것이다.

주의는 애착을 따라간다. 애착이 강할수록, 아이의 주의를 확보하는 일은 더 수월해진다. 애착이 약하면 아이의 주의를 끌기 어렵다. 이렇게 되면 부모들은 아이들의 주의를 끌기 위해 끊임없이 잔소리를 하게 된다.

어른에 대한 애착이 결핍되면 어른에게 주의를 기울이는 일이 힘들어진다. 애착에 문제가 생기면 주의력에도 역시 문제가 생기는 것이다.

4) 애착은 아이와 부모의 친밀감을 유지시킨다.

애착의 가장 중요한 임무는 아이와의 친밀감을 유지시키는 일이다. 애착이 형성되기 전 아이는 친밀감을 필요로 하기 때문에 주양육자와 떨어지지 않으려 해, 애를 쓰게 만드는 경우가 많이 있다. 또한 애착이 잘 형성되지 않았을 때에도 자녀는 부모가 자신을 떠나갔다 다시 돌아와 안아줄 것이라는 기대를 하지 못하기 때문에 항상 부모 곁에 머무르려 하고 떨어지면 큰 불안감을 느낀다.

아이의 발달이 문제없이 진행될 경우, 부모와의 신체적인 밀접함에 대한 욕구는 점차 정서적인 결합과 친밀감으로 발전해나간다. 눈앞에 부모를 머물게 하려던 욕망은 부모가 있는 곳을 알고 싶은 욕구로 바뀐다.

5) 애착은 부모에게서 모범을 찾게 만든다.

아이는 강하게 애착을 형성한 사람들을 자신의 모범으로 받아들인다. 모범이 된다는 것은 애착 역학이다. 애착을 형성한 대상을 모방함으로써 아이는 그 사람과 심리적인 밀접함을 유지한다.

중요한 애착 대상과 같아지려는 친밀감의 욕구는 아이를 가장 중요하고 자발적인 배움으로 이끌어낸다. 이런 배움은 부모가 가르치려는 의식적인 의도나, 아이가 학습한다는 생각 없이 이루어진다. 애착은 부모나 아이에게 상대적으로 적은 노력을 요하면서 이런 일들을 자동적으로 완수한다.

6) 애착은 부모를 주요 본보기로 지정해준다.

아이는 스스로 방향을 정할 수 있을 때까지, 자기 내면에서부터 우러나오는 본을 따를 수 있을 때까지, 자신이 가야할 길을 보여줄 누군가를 필요로 한다. 이때엔 가르침이 얼마나 명확한지 보다는, 아이의 애착 프로그램이 누구를 따라야 할 대상으로 지정하고 있는지가 결정적이다. 아이의 뇌는 자동적으로 주요 애착을 형성한 사람에게서 본을 찾는다.

아이들의 나이와 성숙도에 맞는 선택권을 부여하는 것은 아이들의 발달에 중요하지만, 아이에게 지시하는 것 자체를 원칙적으로 피한다면 그것은 부모의 역할을 포기하는 결과를 낳는다. 부모를 대체할 수 있는 것은 다른 사람이 아니라 아이의 성숙함이어야 한다.

7) 애착은 부모에게 잘 보이고 싶게 만든다.

애착이 잘 형성된 아이는 부모에게 착한 아이가 되고 싶은 욕망을 갖는다.

양육을 위해서, 애착이 이룰 수 있는 최고의 업적은 아이에게 착한 아이가 되고 싶은 욕망을 심어주는 것이다. 아이의 착한 성격을 키우는 것은 아이의 어른에 대한 애착이다. 착한 아이가 되고 싶은 충동은 아이의 성격에서 비롯되는 것이라기보다는 아이가 맺고 있는 관계의 특성에서 비롯되는 것이다. 아이가 '나쁘다면', 고쳐야 할 것은 아이가 아니라 관계이다.

애착이 잘 형성된 아이는 부모가 싫어할만한 행동을 했을 때 그에 대한 경보장치인 '애착 양심'이 경보를 울린다. 애착 양심은 아이의 행동이 부모의 기대가 정해놓은 울타리 안에서 이루어지게 한다. 이는 궁극적으로 아이의 도덕적 양심으로 발전해나가지만, 그 원래 기능은 중요 애착 대상과의 결합을 유지시키는 것이다. 자신이 의지하는 사람을 잃을지도 모른다는 예상이 들 때 기분이 나빠지는 것 자체는 아이에게 이로운 일이다. 하지만 부모가 이런 양심을 이용하는 것은 현명하지 못하다는 사실도 이해해야 한다. 애착 양심을 남용하면 아이는 깊은 불안감을 느끼고, 상처받을 두려움 때문에 마음의 문을 닫게 될지도 모른다.

2. 애착형성에 영향을 미치는 요소

가. 아이들의 기질

아이들은 저마다 서로 다른 기질을 가지고 태어난다.

1) 순한 아이

- 달래면 금방 울음을 그치며 잘 먹고 잘 잔다.
- 까다롭지 않고 새로운 환경에 적응을 잘 한다.
- 순둥이라서 부모들이 흔히 '거저 키웠다'고 생각한다.

2) 까다로운 아이

- 감정 기복이 심하고 달래도 쉽게 울음을 그치지 않는다.
- 고집이 세서 웬만해서는 뜻을 꺾기 어렵다.
- 부모들이 어떻게 다루어야 할지 몰라 쩔쩔매는 유형이다.
- 주위 환경에 대한 호기심이 왕성해서 한 자리에 오래 있지 못하고, 여기저기 재미있는 것을 찾아 돌아다닌다.
- 좋고 싫음이 분명해서 싫으면 절대 하지 않으려고 한다.

3) 반응이 느린 아이

- 수줍음이 많고 겁도 많아서 낯선 환경에 놓이면 쉽게 위축되고 불안감을 느낀다.
- 자기의 욕구나 생각을 잘 드러내지 않는다.
- 환경에 대한 반응이 느리다.

나. 부모의 민감성

애착과 성격은 단순히 타고난 기질로만 형성되는 것이 아니다. 애착은 기질적인 영향보다 부모의 양육 태도와 방식의 영향을 더 많이 받는다. 애착을 형성하기 위해서는 부모-자녀 관계에서 부모의 태도가 중요하다.

1) 민감성

민감성은 아이에게 관심이 많고, 아이가 좋아하고 싫어하는 것을 예민하게 알아차릴 수 있을 만큼 날카로운 촉수를 갖고 있어야 한다는 뜻이다. 민감성이 바로 애착의 질을 결정한다. 부모가 아이에게 민감할수록 부모에 대한 아이의 애착 정도는 높아지고 깊어지게 된다.

2) 반응성

부모가 민감하게 알아차리는 것으로 그치지 말고 행동으로 반응해주어야 한다. 아이의 마음을 민감하게 읽은 부모는 아이가 편안해지도록 필요한 조치를 취해주어야 한다.

어떻게 행동하고 도와주는지는 부모 자신이 가진 애착 패턴의 영향을 받는다.

12개월 까지는 무조건 아이가 원하는 대로 해주어야 하고, 그 이후에는 아이에게 최선의 방법을 선택하되 아이와 의논해서 처리해야 한다. 아이가 부모의 행동과 조치를 충분히 이해하고 받아들일 수 있게 도와주어야 한다.

3) 일관성

부모는 민감하게 알아차리고 행동으로 반응해 주되 변함없이 꾸준히 해야 한다. 언제나 일관성을 유지하기는 어렵지만, 적어도 60% 이상은 일관성을 갖도록 노력해야 한다. 어떤 때에는 불편하냐고 물어보았다가 또 어떤 때에는 본체만체하면 아이는 부모를 믿을 수 없게 된다. 아이는 도움이 필요할 때 표정, 행동, 말로 불편하다는 신호를 보낸다. 이 때 부모는 아이의 신호를 알아차리고 “너 화가 났구나”, “엄마에게 불만이 많구나”, “하고 싶은 말이 있구나”하면서 적절한 반응을 보여주어야 한다.

Ⅱ. 안정애착이 형성되지 못했을 때의 건강하지 못한 아이 발달경로

1. 반응성 애착장애

초기유아기 때 모성결핍이 아이에게 미치는 영향은 실로 엄청나다. 미국정신의학회의 [정신장애 진단 및 통계편람 Ⅳ권]에는 정신영아기와 초기 아동기의 반응성 애착장애의 특성에 대해 다음과 같이 설명이 되어 있다.

> 반응성 애착 장애의 가장 기본적인 특징은 거의 모든 상황에서, 심하게 손상되고, 발달적으로 적절하지 못한 사회적 관계를 형성한다는 것이다. 이 장애는 5세 이전에 시작되고 병적인 보살핌(안락함/자극/애정 등 소아의 기본적인 감정적 욕구를 지속적으로 방치, 소아의 기본적인 신체적 욕구를 지속적으로 방치, 양육자의 빈번한 교체)과 매우 밀접하게 관련이 있다. 발달적으로 부적절한 사회적 관계 형성은 크게 다음 두 가지 유형으로 나타난다.
>
> 첫째, 소아는 장기간에 걸쳐 계속적으로 거의 모든 사회적 관계를 시작하지 못하고, 발달적으로 적절하지 못한 방식으로 반응을 취한다. 사회적 관계를 맺음에 있어서 지나치게 억제적이고, 경계를 하며, 심하게 양가적이고 상반된 반응을 보인다. 예를 들면, 소아는 양육자에게 접근하고 회피하는 양가적인 태도를 보이고, 안락한 상황에서도 저항하며, 사람들을 냉정하게 경계한다.
>
> 둘째, 소아는 애착 대상을 무분별하게 선택하는 애착대상 선택 능력 결여의 특징을 나타낸다. 이 유형의 애착 장애를 가진 소아는 낯선 사람에 대해서도 지나치게 친근감을 나타내는 등 애착 대상을 제대로 분별하여 선택하지 못 한다. 반응성애착장애는 단지 발달 지연(정신지체에서와 같이)으로만 설명되지는 않으며, 광범위성 발달장애의 기준에 부합되지 않는다.

이러한 행동들의 주원인은 양육자의 유기 혹은 변덕이다. 양육에서의 유기와 잦은 변화는 위와 같은 불안정애착이 생긴 극단적으로 손상된 하위집단 영아들의 행동방식의 원인이 된다.

2. 불안정애착과 정신병리의 관계

그러나 대부분의 불안정애착은 그렇게 극단적인 표현으로 나타나지도 않고 일탈된 양육의 산물도 아니다. 불안정애착은 이후에 나타날 정신병리의 축소판도 아니다. 그러면 왜 불안정애착을 위험요인으로 보는가? 불안정애착은 아이들이 '위험에 처해 있다'는 불길한 전조이다. 그렇게 보는 이유는 위험에 처했을 시 아이에게 도움이 되는 다음의 요소들을 불안정애착을 형성한 아이는 가지고 있지 않기 때문이다.

가. 안전

애착의 정의적 핵심은 안전을 느끼기이다. 아이는 양육자와의 근접을 안전 및 안심과 연결 짓고, 양육자와의 분리를 위험 및 불안과 연결 짓는다. 울기, 신호보내기, 매달리기, 눈으로 따라오기, 그 이후에 나타나는 움직여서 따라오기와 같은 여러 행동들은 양육자와 가까이 있으려는 목표를 달성하기 위해 서로 협조하여 작용한다.

나. 탐색

운동의 성숙은 더 나이든 아이의 걸음마기 아동들이 환경 탐색을 할 수 있게 해준다. 애착은 영아와 걸음마기 아동이 안전 기지로부터 나와서 탐색에 나서는 것을 가능하게 해준다. 그들은 위험하고 힘들고 피곤할 때는 양육자가 보호하고 편안하게 해줄 것이라는 확신을 갖고 대담하게 탐험한다.

다. 양육관계의 작동모델

영아와 걸음마기 아동은 양육자와 양육을 정신적으로 상징화할 수 있다. 이 상징화된 심상은 작동모델이라 하는데, 과거 경험의 반영과 미래의 가까운 관계가 가져올 안전과 신뢰 가능성, 즐거움에 대한 기대를 포함한다. 아이는 양육자와의 과거 경험을 토대로 자신의 작동모델을 만들며, 이는 앞으로의 가까운 관계가 어떤 것이 될지에 대해 여러 다른 기대를 가능하게 한다.

라. 자기

걸음마기의 애착은 자기신뢰와 자율성을 향상시킨다. 안전기지에서 나와 탐색하는 것은 자기의 심상을 새로운 도전을 받아들일 수 있는 사람으로 만드는 걸 돕는다.

애착의 안전감은 혹시 있을 수 있는 피할 수 없는 불안과 분노로부터 아이를 보호하고, 자기를 정서적으로 통제당하고 있는 사람으로 보게 되는 초기 영아 무기력감을 중화한다.

또한 애착은 아이로 하여금 두려워서 감정표현을 억제할 필요가 없이 자유롭게 감정표현을 할 수 있도록 해준다. 그리고 자신이 사랑받을 가치가 있는 사람으로서 성장하는데 큰 영향을 미친다.

3. 불안정애착이 품행장애 등 외현화 문제로 연결될 가능성

불안정애착이 아이의 발달에 부정적인 영향을 미친다는 것과 더불어 특정 종류의 불안정애착과 특정 장애가 연결되는 가능성도 있다. 그러나 이는 한 가능성일 뿐 고정된 관계는 아니다.

냉담하고 성미가 급한 양육자는 아이가 자신을 필요로 할 때 돌보아주지 않고, 이러한 관계 안에서 아이는 타인에 대한 신뢰를 갖지 못하게 된다. 게다가 충족되지 않은 요구의 좌절로 인한 분노는 다른 사람에게 옮겨지게 된다. 그 결과는 반사회적 감정이나 공격적 감정으로 드러날 수 있다.

Ⅲ. 아이와 부모의 특성에 따른 부모자녀관계

1. 아이의 애착 유형

가. 안정애착

안정애착이 된 아이들은 양육자가 있는 가운데 환경을 자유롭게 탐색한다. 안정애착된 아이들은 분리로 인해서 불안해지거나 또는 불안해지지 않을 수 있으며 양육자가 없으면 환경에 대한 탐색을 덜 할 것이다. 아이는 다시 만나게 된 양육자를 반가워하게 되고, 만약 불안했었다면 양육자와 접촉하고 나서 쉽게 진정되어지며 다시 탐색을 할 것이다.

양육은 아이에 대한 민감성을 특징으로 한다. 특히, 양육자는 아이의 신호를 정확하게 읽고, 신호에 빠르고 적절하며 기분 좋게 반응한다.

나. 회피애착

회피애착의 경우에 아이는 조숙하게 독립적인 것처럼 보인다. 아이는 분리와 유기에 대해서 거의 고통을 보이지 않고 양육자와 다시 만났을 때 양육자를 피한다. 사람과의 접촉을 안 하고 탐색에 몰입한 것으로 보이지만, 실은 안정 애착된 아이들보다 탐색을 덜 한다.

양육은 거리두기의 특징과 가까이 있는 동안에 짜증과 화를 내서 편안하지 않은 특징을 보인다. 회피는 그러한 부모양육의 고통스러운 결과를 극복하려는 아이의 시도인 것이다.

다. 저항애착

회피 애착된 아이와 반대로, 저항애착을 갖는 아이들은 양육자에 몰입되어 있다. 그들은 분리, 재결합에 대해 극도로 흥분하며 가까이 있는 것에 대해 저항하거나 혹은 화가 나서 양육자를 밀친 후에 안아달라고 요구하는 양가적 유형을 보인다. 양육자에 대한 몰입으로 인해 탐색은 크게 제한된다.

양육은 예측 불가능의 특징을 가진다. 양육자는 때때로 매우 가까이 있고 때때로 도와주지 않거나 불안정하다. 이러한 관계에서 아이의 좌절이 양육자에게 철회와 분노를 일으킨다. 저항은 양육자의 관심을 붙잡으려는 아이의 시도로 보이며, 한편으로 아이는 비일관적인 양육에 대한 좌절로 인한 분노를 느끼기도 한다.

라. 혼란된 애착

혼란된 애착 유형을 가지는 아이들은 비일관적이거나 이상한 방식으로 행동한다. 그들은 멍한 표정을 하거나 목적 없이 주변을 돌아다니며, 양육자가 함께 있는 상황에서 안락을 찾기 위해 양육자에게 가까이 가야할지 안전을 위해서 피해야 할지를 모르고 두려워하거나 양가적인 것으로 보인다. 이러한 아이들은 양육자를 다루는 일관적인 책략을 발달시키기 못하는 것으로 보인다.

양육은, 양육자가 뒤로 물러서면서 영아에게 팔을 뻗는 것과 같은, 혼란스러운 단서의 사용을 특징으로 한다. 양육자들은 아이가 양육자의 안락과 보호에 대한 좌절된 욕구를 충족시켜주길 기대한다. 즉, 아이와 양육자의 역할이 전도되어 있는 것이다.

2. 부모의 애착 유형이 자녀의 애착 형성에 미치는 영향

부모가 아이를 키우는 방식은 대부분 그 자신의 부모가 자신을 키운 방식을 답습한다. 만약 내가 아이와 편안한 대화를 나눌 수 있는 좋은 사이라면, 나도 내 부모와 사이가 좋고 편안할 것이다. 그러나 내 부모가 나를 힘들게 했다면, 나 또한 아이를 힘들게 하고 있을 확률이 높다.

혹시 자신이 불안정애착유형이라면, 자신의 애착유형을 자녀에게 그대로 물려주지 않기 위해서는 많은 노력을 해야 한다. 자신의 부모가 자신을 대할 때 어떻게 대했는지를 세심하게 살피고 연구해서, 자신이 아이를 대할 때 어떤 문제가 생길 것인지 미리 성찰해야 한다. 단점이라고 생각했던 것들이 재발되지 않도록 항상 깨어 있어야 하고, 의식적으로 주의를 기울이고 노력해야 한다.

*** 생각해보기**

- ‘부모님이 나를 어떻게 길렀는가?’
- ‘부모님이 나를 키운 방식에 대해서 나는 만족하는가?’
- 부모님에 대한 나의 현재 감정은 어떻고, 관계는 좋은 편인가?

3. 안정애착을 형성하는 방법

부모가 나를 이해하고 공감해 준다는 느낌은 자녀와 부모를 보이지 않는 실로 탄탄하게 묶어준다. 부모는 아이에게 세상에서 가장 중요한 '다른 사람'이며, 아이는 부모와 연결되어 있다는 느낌으로 산다.

안정애착으로 키우는 부모들이 가지는 몇 가지 특징들이 있다.

그 중 하나는 아이들의 생각이 어른인 자신들의 관점과 다르더라도 존중해 준다는 것이다. 또한 아이를 적극적으로 수용하고, 아이가 보내는 신호에 민감하게 반응한다. 아이가 신호를 보내면 즉각적으로 적절하게 반응해준다. 마지막으로 아이를 충분히 안아주고 쓰다듬어주며 아이에게 민감하게 잘 맞춰줌으로써, 아기의 마음속에 항상 잘 반응해주는 엄마라는 믿음을 심어준다.

아이와 안정애착을 형성하는 몇 가지 요소를 살펴보면 다음과 같다.

가. 감각

첫 번째 방법은 신체적인 접촉이다. 아이는 냄새나 시각, 소리나 촉각을 통해서 애착을 형성하고 있는 상대를 느낀다. 아이는 애착 대상과의 접촉을 유지하기 위해 모든 수단과 방법을 강구한다. 친밀함이 위협받거나 붕괴되면 아이는 겁에 질려 격렬하게 저항한다.

나. 동질성

애착을 형성하는 두 번째 방법은 '닮아지는 것'이다. 이는 보통 걸음마 단계의 아이들에게서 잘 드러난다. 아이는 자기와 가장 가까이 있는 사람과 똑같이 되고 싶어 한다. 아이는 모방과 경쟁을 통해 상대와 똑같이 존재하거나 표현하려고 한다.

다. 소유권과 충성심

걸음마 단계의 아이는 자신이 애착을 느끼는 대상, 즉 엄마나 아빠, 혹은 곰돌이 인형이나 유모에 대한 소유권을 주장한다.

소유의 뒤를 따르는 것은 충성으로, 애착 대상에게 충실하고 복종하는 것을 말한다.

라. 중요성

자신이 누군가에게 중요하다는 느낌을 갖는 것을 의미한다. 애착을 중시하는 만 3세~5세의 취학 전 아동은 상대를 기쁘게 하고 상대의 인정을 얻는 것에 몰두한다. 이 시기의 아이는 불쾌해 보이거나 비난하는 듯한 표정에 극도로 민감하다. 이런 아이들은 자기가 애착을 느끼는 사람들의 웃는 얼굴을 보기 위해 산다.

마. 느낌

애착을 형성하는 다섯 번째 방법은 느낌이다. 즉 따뜻한 느낌, 사랑하는 느낌, 애정이 깃든 느낌을 통해서이다. 감정은 늘 애착과 관련돼 있지만, 느낌에 강하게 의지하고, 상처받기 쉬운 만 3세~5세의 취학 전 아동은 정서적 친밀감을 더욱 강렬하게 추구한다.

부모와의 정서적 친밀감을 경험한 아이는 훨씬 많은 신체적 분리를 견딜 수 있고 그러면서도 부모와의 친밀감을 유지한다. 감각을 통한 애착 형성이 애착의 짧은 팔이라면 사랑은 긴 팔이다. 이런 아이는 마음속에 사랑과 애정이 깃든 부모의 이미지를 담고 있고 그 속에서 지지와 위안을 찾는다.

바. 속내 드러내기

애착 형성의 여섯 번째 방법은 속내 드러내기이다. 이런 애착 형성 방식은 보통 아이가 학교에 들어갈 무렵에 처음 나타난다.

친밀감을 추구할 때 아이는 자기의 비밀을 공유하려 한다. 다른 사람에게 자신을 드러냄으로써 오해를 사거나 거절당할지도 모르는 위험을 감수하는 것은 쉬운 일이 아니다. 하지만 자신의 속내를 드러냈는데도 여전히 자기를 좋아해주고, 받아들여주고, 환영해주고, 자기 존재를 인정해줄 때 형성되는 친밀감을 능가하는 것은 없다.

【참고 문헌】

1) 고든 뉴펠드, 가보 마테 저. 이승희 옮김(2007). 아이의 손을 놓지 마라. 북섬.
2) 노경석 저(2007). 아이를 잘 키운다는 것. 예담
3) 찰스 웨너, 패트리카 케리그 저. 이춘재 외 7 공역(2006). 발달정신병리학. 박학사.

2014학년도 학부모연수

□ 연수명 : 우리아이 성향에 맞는 맞춤 교육법
□ 발행일 : 2014년 6월
□ 발행처 : 광주광역시유아교육진흥원