



영아-부모의  
상호작용 증진을 위한

# 양육코칭 사례집

●  
2025년  
영유아발달지원사업



영아-부모의  
상호작용 증진을 위한

# 양육코칭 사례집

# 인사말

안녕하세요.

영아기를 보내는 부모님들의 양육은 그 어느 시기보다 기쁨과 행복이 큰 만큼, 예상치 못한 어려움과 고민도 함께 찾아오는 시간입니다. 아이가 성장할 때마다 부모로서 느끼는 기쁨과 동시에, 작은 일에도 걱정이 생기기도 합니다.

영아부모 양육코칭은 이러한 부모님들의 고민과 경험을 함께 나누고, 서로 지지하며 배우는 시간으로 진행되었습니다. 소그룹 양육코칭을 통해 자신의 양육 경험을 돌아보고, 아이와의 긍정적인 상호작용을 실천할 수 있도록 돕는데 초점을 두었습니다.

부모님들은 서로의 이야기에 공감하고, 구체적인 양육 방법을 배우며, 자신감을 갖을 수 있었습니다. 또한 부모와 아이가 함께하는 시간 속에서 생기는 작지만 소중한 변화들을 경험하며, 더 건강하고 즐거운 양육 환경을 만들어가는 계기가 되었습니다.

이번 사례집은 그런 과정과 경험을 담아, 참여한 부모님들의 실제 사례와 배운 점을 공유하고자 발간하게 되었습니다. 사례집을 통해 다른 부모님들이 공감하고, 전문가와 함께 나누며, 양육에 대한 이해와 지혜를 조금이나마 얻을 수 있기를 바랍니다.

아이와 함께하는 매 순간은 부모님에게도, 아이에게도 특별하고 소중한 시간입니다. 이번 사례집이 부모님과 아이 모두에게 의미 있는 자료가 되기를 바라며, 앞으로도 더 많은 부모님이 양육의 기쁨을 나누고 함께하는 양육 환경이 만들어지기를 기대합니다.

감사합니다.

2025년 12월

대전광역시육아종합지원센터장 **이민경**

## I

### 양육코칭 소개

1. 사업개요 .....	06
2. 진행과정 .....	08

## II

### 우리 아이 맞춤형 양육코칭

1. 15개월 - 반복되는 위험 행동에 대한 부모의 대응과 대처 방법 .....	12
2. 17개월 - 형제 놀이 속 갈등 상황에서 부모의 대처 방법 .....	14
3. 18개월 - 공공장소에서 아이가 소리를 지를 때의 대처 방법 .....	16
4. 19개월 - 장난감 정리 습관 기르는 방법 .....	18
5. 20개월 - 놀이 상황에서 아이가 부모에게 도움을 요청할 때의 대처 방법 .....	20
6. 26개월 - 아빠와 아이가 친해지는 방법 .....	22
7. 28개월 - 즐거운 식사시간 만드는 방법 .....	24
8. 29개월 - 언어발달을 촉진하는 역할놀이 .....	26
9. 33개월 - 물을 무서워하는 아이, 물과 친해지는 방법 .....	28
10. 36개월 - 새로운 장난감 놀이 방법 .....	30

## III

### 양육코칭 참여를 통한 부모의 변화



2025년

영아-부모의  
상호작용 증진을 위한

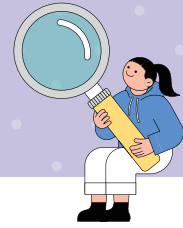
# 양육코칭사례집





# 양육코칭 소개

1. 사업개요
2. 진행과정



## ☑ 「양육코칭」이란?

영아기 부모들이 양육 과정에서 겪는 어려움을 함께 나누고 부모의 양육 역량 강화와 자녀와의 긍정적인 상호작용을 지원하는 소그룹 양육코칭 프로그램입니다.

## 1. 사업개요

### ▶ 필요성 및 목적

- 육아종합지원센터는 영유아의 보호자에게 영유아의 성장·양육방법, 보호자의 역할 등 교육지원 역할 수행 필요함. (영유아보육법 제7조5항, 제9조의2항)
- 영아기는 발달이 급속하게 이루어지는 중요한 시기로 부모의 양육역량은 자녀의 발달과 정서적 안정에 직접적인 영향을 초래할 수 있음.
- 자녀의 발달을 이해하고 적절한 상호작용 할 수 있도록 지원하는 것이 매우 중요함.
- 자녀 발달과 관련된 어려움을 조기 발견하고 맞춤형 양육코칭을 통해 육아 어려움 해소 및 부모의 역량 향상 지원하고자 함.

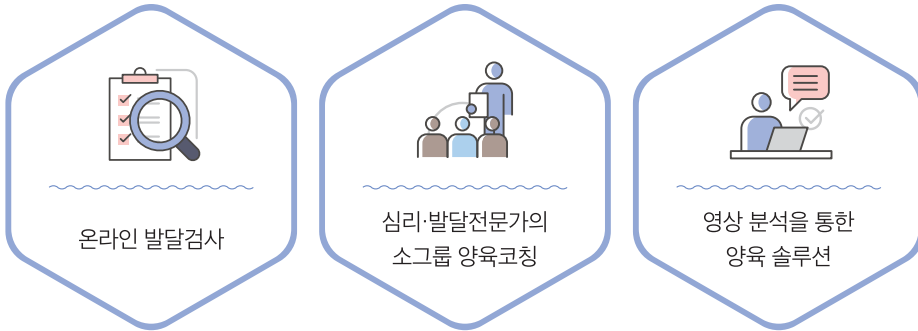
▶ **기간:** 2025. 6. ~ 8.(모듬별 4회기)

▶ **대상:** 대전광역시에서 영아(18~36개월)를 양육하는 부모 6모듬

### ▶ 추진체계

대전광역시 육아종합지원센터	심리·발달전문가	참여 부모
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사업계획 수립</li> <li>• 전문가 모집</li> <li>• 사업 홍보 및 참여자 모집</li> <li>• 사업 지원</li> <li>• 사업 결과보고 및 사례집 발간</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 양육코칭 준비 및 진행</li> <li>• 영상 분석</li> <li>• 영상 분석 결과 공유</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 회기별 참여</li> <li>• 영상 촬영</li> <li>• 참여 후기 제출</li> <li>• 사업 평가 및 만족도 조사 제출</li> </ul>

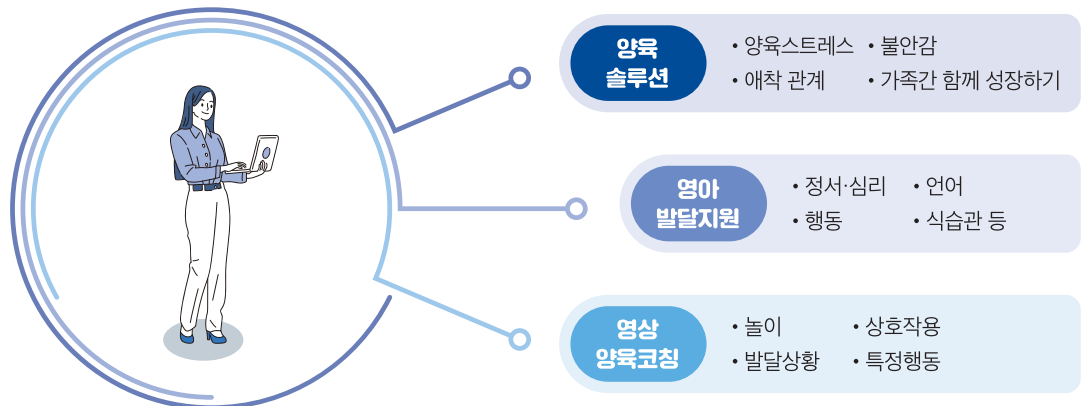
▶ **내용:** 영아 발달검사 및 영상을 활용한 전문가 소그룹 양육코칭



▶ **회기별 주제**



▶ **심리·발달전문가의 역할**



▶ **전문가:** 노경순(심리상담교육센터 있다), 최정희(노은아동발달연구소)



## 4. 소그룹 양육코칭

1회기

아이 발달  
스크리닝

## ▶ 오리엔테이션 &amp; 자녀의 발달과정 이해하기



발달검사 결과를 바탕으로 전문가와 자녀의 발달상황을 살펴보고 발달을 이해하는 시간을 가져봅니다.

2회기

감정 익기와  
공감

## ▶ 아이의 마음에 반응하는 부모 되기



자녀와의 상호작용 방법과 감정을 읽는 방법 등 일상에서 자녀의 감정과 마음을 교류하는 방법을 살펴봅니다.

3회기

놀이와  
발달

## ▶ 영상코칭 ▶ 놀이 속에서 자라는 아이와 나



놀이의 의미와 중요성을 이해하고, 놀이 속에서 자녀의 감정을 읽고 적절히 반응하는 방법을 알아봅니다. 또한 자녀와의 상호작용이 담긴 일상 영상을 활용하여 맞춤형 코칭을 진행합니다.

4회기

적용 및  
확장

## ▶ 영상코칭 ▶ 가족간 함께 성장하기



지난 회기의 코칭 내용을 바탕으로 양질의 상호작용을 실천하고 자녀의 변화 모습을 공유합니다.

2025년

영아-부모의  
상호작용 증진을 위한

# 양육코칭사례집





# 우리 아이 맞춤형 양육코칭

1. 15개월 - 반복되는 위험 행동에 대한 부모의 대응과 대처 방법
2. 17개월 - 형제 놀이 속 갈등 상황에서 부모의 대처 방법
3. 18개월 - 공공장소에서 아이가 소리를 지를 때의 대처 방법
4. 19개월 - 장난감 정리 습관 기르는 방법
5. 20개월 - 놀이 상황에서 아이가 부모에게 도움을 요청할 때의 대처 방법
6. 26개월 - 아빠와 아이가 친해지는 방법
7. 28개월 - 즐거운 식사시간 만드는 방법
8. 29개월 - 언어발달을 촉진하는 역할놀이
9. 33개월 - 물을 무서워하는 아이, 물과 친해지는 방법
10. 36개월 - 새로운 장난감 놀이 방법

## II

# 우리 아이 맞춤형 양육코칭



사례  
1

## 반복되는 위험 행동에 대한 부모의 대응과 대처 방법

대상: 15개월 / 여아

위험한 행동을 반복할 때 자신도 모르게 화가 나 언성을 높하게 되는데, 이런 경우 행동을 효과적으로 바로잡는 방법은 무엇일까요?



### 양육코칭 참여 동기

아이를 양육하며 의사소통이 원활하지 않다고 느끼는 경우가 많았고, 위험한 행동을 할 때 “하지 마”라는 훈육 과정에서 자신도 모르게 언성이 높아져 후회한 경험이 있었습니다. 이를 계기로 스스로 아이와의 관계를 돌아보고, 아이와 즐겁게 소통하며 양육할 수 있도록 도움을 받고자 합니다.



### 발달상황

#### K-SNAP(영유아 언어 및 의사소통 발달검사)



#### KIDS(한국영아발달검사)



### 발달적 특징

15개월 영아는 언어 표현이 제한된 상태에서 행동을 통해 욕구와 감정을 표현하는 시기로, 탐색 과정에서 위험한 행동이 비교적 자주 나타날 수 있습니다. 이 시기의 영아는 규칙에 대한 이해보다 양육자의 반응과 정서적 태도를 통해 상황을 해석하고 받아들입니다. 따라서 차분한 제지와 함께 감정을 언어로 설명해 주는 부모의 민감한 반응은 아이의 정서적 안정과 초기 의사소통 발달에 중요한 영향을 미칩니다.

## 🔊 컨설턴트의 양육코칭 Tip

### ① 훈육 상황에서 감정 인식하기 - “훈육은 행동보다 감정 조절에서 시작됩니다”

위험한 행동을 제지할 때 언성이 높아지는 것은 부모의 스트레스가 누적된 결과일 수 있습니다. 이러한 반응은 의사소통의 실패가 아니라 부모 또한 조절이 필요한 감정 상태에 놓여 있음을 보여주는 신호입니다. 훈육 상황에서는 행동을 바로잡기 이전에 부모 자신의 감정을 인식하는 과정이 중요합니다.

- **감정 멈춤 신호 사용하기:** 언성이 높아지기 전 잠시 멈추고 숨을 고르는 시간을 가지는 것은 감정적 반응을 완화하는 데 도움이 됩니다. 이는 보다 안정적인 의사소통으로 이어질 수 있습니다.
- **부모의 감정을 언어로 표현하기:** 위험한 행동을 제지할 때 “하지 마”, “위험해”와 같은 즉각적인 금지 표현도 중요하지만 “이렇게 하면 엄마가 걱정돼”, “엄마가 놀랐어”처럼 부모의 감정을 언어로 표현하는 것이 바람직합니다. 이러한 표현들은 아이가 상황을 이해하고 감정을 함께 조절하는 경험을 하도록 합니다.

### ② 관계를 유지하는 훈육 방식 적용하기 - “훈육의 목적은 통제가 아니라 관계 안에서의 이해입니다”

훈육은 아이를 단순히 멈추게 하는 것이 아니라 규칙과 감정을 이해하게 하고, 안전한 관계 속에서 배우도록 돕는 과정입니다. 부모가 화를 낸 이후 충분한 관계회복이 이루어지지 않으면, 훈육 경험은 부정적 기억으로 축적될 수 있습니다.

- **훈육 이후 관계 회복하기:** 언성이 높아졌을 경우 이후 아이의 감정을 살피고 안정적인 상호작용을 회복하는 과정이 필요합니다. 이는 아이가 훈육 상황을 부정적인 경험으로만 인식하지 않도록 돕습니다.
- **긍정적 상호작용 경험 늘리기:** 일상 속에서 즐겁고 안정적인 상호작용 경험이 충분히 제공될수록, 훈육 상황에서도 아이는 양육자의 메시지를 보다 수용적으로 받아들일 수 있습니다.

#### 부모를 위한 전문가의 Tip

- 훈육 상황에서는 부모가 먼저 자신의 감정을 인식하고 언어로 표현하며, 안전한 관계 안에서 규칙과 감정을 함께 이해하도록 돕는 것이 중요합니다.

또한 훈육 이후 관계를 회복하는 과정은 아이의 정서적 안정과 신뢰 형성에 중요한 역할을 합니다. ●●



#### 부모의 참여 후기

- 화가 날 때 아이에게 소리를 질렀던 자신의 모습에 대해 후회하곤 했으나, 양육코칭을 통해 화가 날 경우 “이렇게 하면 엄마가 화가 나”와 같이 자신의 감정을 아이에게 표현하는 방법을 알게 되었습니다. 이를 통해 감정을 조절하며 아이와 보다 건강한 방식으로 소통할 수 있게 되었습니다. ●●



사례  
2

## 형제 놀이 속 갈등 상황에서 부모의 대처 방법

대상: 17개월 영아 / 남아

누나(38개월)와 함께 기차놀이를 하면서 일어나는  
갈등 상황에서 부모는 어떻게 행동해야 할까요?



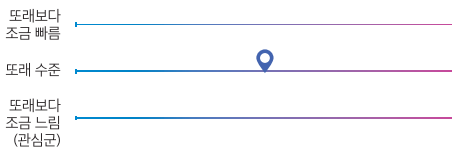
### 양육코칭 참여 동기

둘째 아이를 비교적 이른 나이에 어린이집에 보내게 되어 함께하는 시간이 많지 않은 만큼 그 시간을 더 의미 있게 보내고 싶습니다. 또한 아이와의 상호작용이 잘 이루어지고 있는지 돌아보고 싶습니다.



### 발달상황

#### K-SNAP(영유아 언어 및 의사소통 발달검사)



#### KIDS(한국영아발달검사)



### 발달적 특징

- 38개월 유아는 사회성이 발달하는 시기로 또래와 '함께 놀기'를 시도하나 자신의 놀이 영역이 침해되는 상황에 민감하게 반응하며 동생의 미숙한 행동을 이해하기 어려운 특성을 보입니다.
- 17개월 영아는 자아의식이 강해지면서 '내 것'에 대한 소유 욕구가 나타나지만 언어 표현이 미숙하여 좌절감을 울음이나 신체적 행동(때리기, 던지기)으로 표현하는 것이 발달 과정상 자연스러운 특징입니다.



### 컨설턴트의 양육코칭 Tip

#### ① 도움 요청 기술 가르치기 - "울음 대신 말해요"

아이가 원하는 대로 기차 선로가 연결되지 않거나 누나가 방해할 때 부정적인 행동 대신 의사소통을 선택하도록 유도합니다.

- **모델링 보여주기:** 아이가 짜증을 내려고 할 때 부모가 먼저 “OO아, 마음처럼 잘 안돼? 그럴 땐 '도와줘'라고 말하는 거야”라고 알려줍니다.
- **비언어적 신호 활용:** 말이 서툴다면 부모가 손가락으로 가리키는 '포인팅'과 함께 “이거 도와줘?”라고 말하며 아이의 의도를 읽어줍니다.
- **즉각적 반응:** 아이가 서툴게라도 “도와줘”라고 하거나 손짓을 하면 즉시 “와, OO이가 도와달라고 멋지게 말했네! 엄마가 도와줄게”라고 긍정적인 피드백을 해줍니다.

### ㉔ 함께 대안 찾기 - “어떻게 하면 좋을까?”

좌절 상황에서 아이가 문제 해결 능력을 기를 수 있도록 선택지를 제공합니다.

- **감정 읽어주기:** “기차가 연결이 안 돼서 속상하구나?”라고 먼저 공감합니다.
- **선택지 제시:** “기차를 엄마랑 같이 연결해 볼까? 아니면 누나한테 도와달라고 할까?” 또는 “이 선로 말고 파란색 선로를 써볼까?”처럼 아이가 선택할 기회를 제공합니다.
- **성취감 경험:** 부모가 모든 것을 해결해주기보다는 최소한의 도움만 제공하고 마지막 단계는 아이가 완성하도록 하여 아이가 스스로 해냈다는 성공 경험을 느끼게 합니다.

### ㉕ 부모의 중재자 역할 - “우리는 놀이 팀!”

형제가 함께 놀 때는 부모가 '심판'이 아닌 '정서적 지지자'가 되어야 합니다.

- **놀이 규칙 정하기:** “이 기차길은 누나 길, 이쪽은 OO이 길이야. 서로 만날 때는 '안녕' 하고 지나가자”라고 미리 규칙과 누나와의 경계를 정합니다.
- **밀착 관찰:** 갈등이 폭발하기 직전(아이의 몸이 뻗뻗해지거나 소리를 지르려 할 때) 개입하여 “잠깐만, OO이가 화가 나려고 하네. 우리 같이 심호흡해 볼까?”라고 상황을 환기합니다.
- **형제의 역할 인정:** “누나가 OO이에게 기차 만드는 법을 보여줄 수 있을까?”라며 첫째에게 자부심을 심어주고 자연스럽게 동생을 돕도록 유도합니다.

#### 부모를 위한 전문가의 Tip

- 아이와 함께하는 시간의 양보다 질적인 상호작용에 집중하는 것이 중요합니다. 17개월의 아이에게 가장 큰 선물은 부모가 아이의 서툰 신호를 민감하게 알아차리고 그 감정을 대신 말로 표현해 주는 경험입니다.
- 또한, 갈등 상황은 아이가 사회적 기술을 배우는 중요한 학습 기회가 됩니다.
- 부모가 적절히 개입하고 아이가 자신의 감정을 표현하고 상대방과 상호작용하는 경험을 제공함으로써 아이는 문제 해결 능력과 의사소통 능력을 자연스럽게 발달시킬 수 있습니다. ●●



- 평소에는 아이와 상호작용하는 자신의 모습을 직접 확인할 기회가 거의 없었으나, 영상을 통해 거울처럼 객관적으로 바라볼 수 있어 많은 도움이 되었습니다.
- 또한 다른 참여자들의 의견을 들으며 다양한 시각에서 자신의 양육 방식을 점검할 수 있는 계기가 되었습니다. ●●

#### 부모의 참여 후기

사례  
3

## 공공장소에서 아이가 소리를 지를 때의 대처 방법

대상: 18개월 / 여아

카페에서 이유식을 먹은 뒤 아이가 이유 없이 소리를 질러요.  
이 행동이 반복될 때 아이가 원하는 것이 무엇인지 잘 모르겠고,  
어떻게 지도해야 할지 답답합니다.



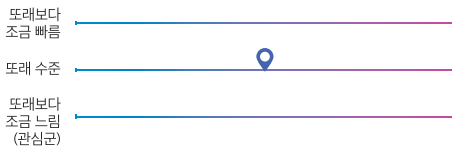
### 양육코칭 참여 동기

아이가 아직 말을 하지 못해 소리를 지르며 감정을 표현하는 상황에서, 아이의 마음을 어떻게 헤아리고 적절하게 코칭 해야 하는지 고민입니다.



### 발달상황

#### K-SNAP(영유아 언어 및 의사소통 발달검사)



#### KIDS(한국영어발달검사)



### 발달적 특징

18개월 영아는 자아가 생기기 시작하고 표현하고자 하는 욕구가 강한 시기입니다. 언어 발달이 미숙하여 자신의 요구를 전달할 때 '소리 지르기'를 소통의 수단으로 사용하는 경우가 많습니다. 특히 이유식 먹은 직후에는 배부름으로 인한 흥분, 지루함 또는 주의를 끌고자 하는 욕구가 복합적으로 작용할 수 있습니다.



### 컨설턴트의 양육코칭 Tip

#### ① 발달적 원인 이해하기 - "소리는 마음의 신호입니다"

아이의 소리 지르기를 단순히 나쁜 행동으로 판단하지 않고 서툰 소통 수단으로 이해합니다.

- **감정 생중계:** "OO이가 기분이 좋아서 소리가 크게 나왔구나?" 혹은 "이제 다 먹어서 심심해구나"와 같이 아이의 상태를 대신 말로 표현해 주세요.
- **청각적 탐색:** 이 시기 아이들은 자신의 목소리가 공간에 울리는 것을 재미있는 놀이로 인식하기도 합니다.

㉔ **즉각적이고 차분한 개입 - "쉘, 여기서는 조용히 하는 곳이야"**

공공장소에서의 예절은 단호하면서도 따뜻한 태도로 일관되게 지도해야 합니다.

- **낮은 목소리로 대응:** 부모가 큰 소리로 꾸짖으면 아이는 '소리 대결'로 착각할 수 있습니다. 오히려 부모가 목소리를 낮추고 아이의 눈을 바라보며 작은 목소리로 말하는 '속삭임 모델링'을 보여주는 것이 효과적입니다.
- **장소 이동:** 소리가 멈추지 않으면 잠시 밖으로 데리고 나가 환기합니다. "조금 진정되면 다시 들어가자"라고 안내하며 공공장소의 규칙을 몸으로 익히도록 합니다.
- **명확한 행동 안내:** "안 돼!"보다는 "여기서는 작게 말하는 거야"와 같이 해야 할 행동을 명확히 알려줍니다.

㉕ **관심 전환과 선택지 제공 - "지루할 틈을 주지 마세요"**

공공장소는 아이에게 지루한 공간일 수 있습니다. 아이의 에너지를 긍정적인 방향으로 전환하는 것이 필요합니다.

- **외출용 비밀 장난감:** 평소 집에서 잘 보여주지 않던 새로운 그림책이나 조용한 장난감(스티커북, 자석 놀이 등)을 준비하여 이 시점에 활용합니다.
- **주도적 선택권:** "인형 놀이할까?, 스티커 붙일까?"와 같이 아이에게 선택권을 주어 아이가 스스로 놀이에 몰입하도록 유도합니다. 집중하는 시간이 늘어날수록 소리 지르는 행동은 자연스럽게 감소합니다.
- **성취감 부여:** 아이가 잠시라도 조용히 놀거나 부모의 말에 귀를 기울일 경우 "OO이가 엄마 이야기를 잘 들어주고 기다려줘서 고마워"라고 즉각적으로 칭찬하여 긍정적인 행동을 강화합니다.

부모를 위한  
전문가의  
Tip

- 공공장소에서 아이가 소리를 지를 경우, 부모는 당황하여 아이를 다그치기 쉽습니다. 그러나 이 시기의 아이는 세상과 소통하는 방법을 연습하는 과정에 있습니다. "조용히 해"와 같은 금지 중심의 표현보다는 "작은 목소리로 소곤소곤 이야기해 보자"와 같은 구체적인 제안이 아이의 자존감을 지키면서 바람직한 행동 습관을 형성하는 데 도움이 됩니다. ●●



- 아이가 왜 소리를 지를까에 대해 단순히 '싫어서일까, 좋아서일까, 왜일까'라는 생각만 해왔지 정작 양육자인 제 자신에 대해서는 돌아보지 못했던 것 같습니다. 아이의 성장은 부모가 함께할 때 더욱 깊어진다는 것을 깨닫고, 아이와 더 많은 상호작용을 하려 노력하면서 일상 전반에서 마음이 한결 너그러워졌다고 느낍니다. ●●



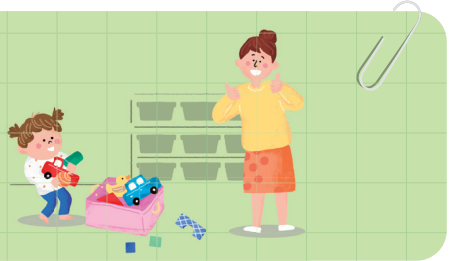
부모의  
참여 후기

사례  
4

## 장난감 정리 습관 기르는 방법

대상: 19개월 / 여아

장난감을 아이가 스스로 정리하도록 습관을 어떻게 길러줄 수 있을까요?



### 양육코칭 참여 동기

개월 수마다 아이는 잘 자라고 있는데, 걱정이 많은 엄마입니다. 시기 적절한 양육태도를 배우고 싶습니다.



### 발달상황

#### K-SNAP(영유아 언어 및 의사소통 발달검사)



#### KIDS(한국영아발달검사)



※ K-SNAP과 KIDS 발달검사는 부모보고형 검사로, 검사 목적 및 평가 초점의 차이에 따라 결과가 상이할 수 있어 전체 발달 맥락을 고려한 해석이 필요함.



### 발달적 특징

19개월 영아는 소근육이 발달하여 물건을 집어 특정 장소에 옮기는 행동이 가능합니다. 또한 모방 심리가 강해 부모의 행동을 모방하려는 욕구가 큼니다.

다만, '정리'를 '놀이의 중단'으로 받아들여 거부감을 느낄 수 있으므로 정리가 놀이의 연장선임을 아이가 느낄 수 있도록 안내하는 것이 중요합니다.



### 컨설턴트의 양육코칭 Tip

#### ① 예측 가능한 환경 만들기 - "이제 정리 노래가 나오요"

영아에게 갑작스러운 놀이 중단은 스트레스가 될 수 있으므로 신호를 통해 마음의 준비를 돕는 것이 중요합니다.

- **루틴 만들기:** 놀이를 마치기 5분 전 “이제 장난감 친구들이 집으로 갈 시간이야”라고 미리 알려줍니다.
- **정리 노래 활용:** 항상 같은 정리 노래를 재생하거나 부르며 정리를 시작합니다. 노래는 아이에게 '지금은 즐겁게 정리하는 시간'이라는 강력한 신호가 됩니다.
- **부모의 시범:** 부모가 먼저 “블록아, 상자 속으로 쓱~ 들어가자!”라고 말하며 즐겁게 정리하는 모습을 보여주어 아이가 모방하도록 유도합니다.

### ㉔ 시도 자체를 칭찬하기 - “우와, OO가 상자에 쓱 넣었네!”

결과물보다는 아이가 정리에 참여하려는 의도와 행동에 집중합니다.

- **즉각적인 격려:** 장난감 하나만 상자에 넣어도 “우와, OO이가 장난감을 집으로 보내줬네! 대단해!” 라며 눈을 맞추고 기쁨을 표현합니다.
- **도움과 기다림:** 19개월 영아는 정확한 분류가 어렵습니다. 아이가 엉뚱한 곳에 넣더라도 지적하기보다는 “여기에 넣어보려고 했구나?”라며 참여를 인정하고 부모가 부드럽게 올바른 위치를 안내합니다.
- **성공 경험 쌓기:** 아이가 하기 쉬운 가벼운 인형이나 큰 블록부터 정리하게 하여 “나도 할 수 있어!”라는 자신감을 심어줍니다.

### ㉕ 자율성 존중하기 - “인형 먼저 할까, 자동차 먼저 할까?”

강요가 아닌 선택을 통해 아이가 주도적으로 정리에 참여하도록 합니다.

- **단순한 선택지:** “이거 다 치워”라는 막연한 명령 대신 “토끼 인형 먼저 집에 보내줄까?, 노란 자동차 먼저 보내줄까?”처럼 두 가지 선택지를 제공합니다.
- **책임감 부여:** 자신이 선택한 장난감을 직접 정리했을 때 더 큰 보람을 느낍니다. 정리가 끝나면 “OO이 덕분에 거실이 깨끗해졌네, 고마워!”라고 구체적인 감사를 전해 줍니다.

#### 부모를 위한 전문가의 Tip

- 19개월 아이에게 완벽한 정리를 기대하는 것은 무리입니다. 현재 단계에서는 '놀이가 끝나면 제자리에 둔다'는 규칙을 경험하는 것이 중요합니다. 아이가 정리를 거부하더라도 강제로 참여시키기보다 부모님이 즐겁게 정리하는 모습을 보여주는 것만으로도 충분한 교육이 됩니다. 조급함을 내려놓고 아이의 작은 손길을 응원해주세요. ●●



- 아이에게 늘 급하고 바쁜 모습만 보여줘서 스스로 버겁게 느껴질 때가 많았습니다. 하지만 양육코칭에 참여한 후 아이를 더 깊이 이해하고, 한층 더 사랑스러운 시선으로 바라볼 수 있게 되었습니다. 이제는 아이와 함께하는 시간이 행복하게 느껴집니다. ●●

#### 부모의 참여 후기

사례  
5

## 놀이 상황에서 아이가 부모에게 도움을 요청할 때의 대처 방법

대상: 20개월 / 여아

아이와 퍼즐 놀이를 하던 중 도움을 요청할 때 어느 정도까지 개입하는 것이 적절한지, 또한 부모가 먼저 놀이를 확장하거나 전환하는 것이 바람직한가요?



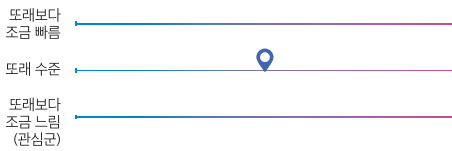
### 양육코칭 참여 동기

부모로서 아이의 발달 단계에 적합한 놀이를 제공하고 있는지 또한 아이의 월령에 맞게 놀이하며 적절하게 반응하고 있는지에 대해 알고 싶습니다.



### 발달상황

#### K-SNAP(영유아 언어 및 의사소통 발달검사)



#### KIDS(한국영아발달검사)



### 발달적 특징

20개월 영아는 자율성을 시도하기 시작하는 시기로, 스스로 해보려는 의지가 강화되는 동시에 양육자의 도움과 정서적 지지를 필요로 합니다.

이 시기의 아동은 독립성과 의존성이 함께 나타나는 발달적 특성을 보입니다. 부모의 민감한 반응과 일관된 언어적 지지는 아이의 정서적 안정감을 높이고 이후 자립적 행동과 자기조절 능력 형성의 중요한 기초가 됩니다.

## 🔊 컨설턴트의 양육코칭 Tip

### ① 도움 요청 행동 이해하기 - “도움 요청은 의존이 아니라 상호작용의 방식입니다”

퍼즐을 하다 어려움을 느껴 부모에게 도움을 요청하는 행동은 자립성 부족이 아닌 발달 수준에 적합한 문제 해결 시도로 이해할 수 있으며 부모와의 관계속에서 문제를 해결하려는 긍정적인 상호작용 신호입니다.

- **부분적 도움 제공하기:** 아이가 퍼즐을 건넬 때 전부 완성해주기보다 일부 도움이나 힌트를 제공한 후 다시 아이에게 맡기면, 좌절감을 줄이면서 스스로 시도할 기회를 확장할 수 있습니다.
- **시도 과정에 대한 언어적 지지:** “어려웠구나”, “도와달라고 말해 줬구나”와 같이 아이의 감정과 행동을 언어로 반영하는 것은 시도 과정 자체를 긍정적으로 인식하도록 돕고, 지속적인 도전 행동의 기반을 형성합니다.

### ② 놀이 확장 시 부모 개입 조절하기 - “놀이의 전환은 아이의 몰입 수준을 기준으로 결정됩니다”

부모 주도의 놀이 확장은 학습을 돕기 위한 긍정적 의도에서 시작되지만, 아이의 몰입 상태와 정서적 반응을 고려한 조절이 필요합니다. 놀이의 지속과 전환은 부모의 계획보다 아이의 놀이 흐름을 중심으로 이루어질 때 발달적으로 더 적합합니다.

- **몰입 상태 관찰하기:** 퍼즐 놀이에 집중하고 있는 경우 즉각적인 놀이 전환보다 충분히 탐색 시간을 제공하는 것이 바람직합니다. 이는 아이가 몰입하는 경험을 지속하도록 돕습니다.
- **반응에 따른 유연한 조절:** 놀이 확장에 대해 아이가 흥미를 보이지 않거나 거부 반응을 보일 경우 전환을 유보하고 기존 놀이를 존중하는 것이 필요합니다. 이는 아이의 정서적 안정과 놀이 주도성을 보호합니다.

#### 부모를 위한 전문가의 Tip

●● 영아의 놀이는 완성보다 과정이 중요하며, 부모의 민감한 반응과 아이의 몰입을 존중한 개입이 자립성과 정서적 안정의 기초가 됩니다. ●●



#### 부모의 참여 후기

●● 양육코칭을 통해 아이의 감정에 보다 집중하게 되었고 막연하게 알고 있던 양육 내용을 구체적이고 전문적으로 이해할 수 있었습니다. 또한 비슷한 고민을 가진 부모들과 아이를 위한 방향을 함께 나눌 수 있어 의미 있는 시간이었습니다. ●●



사례  
6

## 아빠와 아이가 친해지는 방법

대상 : 26개월 / 여아

아이가 저(아빠)와 단둘이 있는 상황을 힘들어하고  
엄마만 찾는 행동을 보이는데  
어떻게 해야 아이와 친해질 수 있을까요?



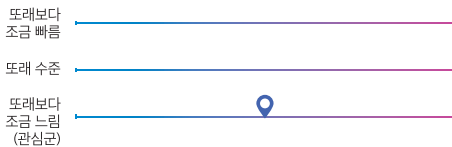
### 양육코칭 참여 동기

아이를 키우는 과정에서 정답이 없다 보니 늘 고민이 많습니다. 양육코칭을 통해 전문가와 함께 고민을 나누며 도움을 받고 싶어 신청하게 되었습니다. 특히 아이가 엄마에게만 많이 의존하는 모습이 괜찮은지에 대해 고민하고 있습니다.



### 발달상황

#### K-SNAP(영유아 언어 및 의사소통 발달검사)



#### KIDS(한국영아발달검사)



### 발달적 특징

26개월 영아는 주 양육자(엄마)와의 애착이 견고해지면서 일시적으로 엄마만 찾는 '엄마 껌딱지' 현상이 나타날 수 있습니다. 그러나 이 시기는 사회적 관계가 확장되는 시기이기도 하므로 아빠가 엄마와는 다른 즐거움을 주는 놀이 파트너라는 것을 인식하도록 돕는 것이 중요합니다.



### 컨설턴트의 양육코칭 Tip

#### 1 긍정적 각인 만들기 - "하루 10분, 아빠와 데이트"

놀이에서 양보다 질이 중요하니 짧은 시간이라도 아이에게 아빠가 온전히 집중하고 있다는 느낌을 전달하는 것이 중요합니다.

- **아이 콘택트와 공감:** 놀이 중 아이와 눈을 자주 맞추고 아이가 웃을 때 함께 웃으며 "아빠랑 있으니 정말 재미있다!"와 긍정적인 감정을 직접적인 언어로 표현합니다.

- **아빠만의 특기 놀이:** 엄마와 다른 방식의 신체놀이(비행기 태워주기, 이불 썰매 등)를 통해 아빠와 함께할 때만 경험할 수 있는 특별한 즐거움을 제공합니다.
- **일관된 반복:** 매일 10분씩 아빠와 놀이하는 시간을 정해주면 아이는 '이제 아빠와 즐겁게 놀 시간이구나' 라고 예측하며 아빠에게 안정감을 느낄 수 있습니다.

### ㉔ 아이 주도성 존중하기 - "오늘은 00이가 대장이야"

아빠가 놀이를 주도하거나 가르치기보다 아이가 이끄는 대로 따라가는 관찰자이자 참여자가 되어봅니다.

- **조언 대신 반응:** "그건 그렇게 하는 게 아니야"라는 지적 대신 "우와, 00이가 블록을 높이 쌓았네! 다음엔 뭘 해볼까?"라고 아이의 행동에 반응하고 다음 선택권을 아이에게 넘겨줍니다.
- **감정 생중계:** 아이가 놀이하며 느끼는 기쁨, 좌절 등 감정을 옆에서 말로 표현합니다. 예를 들어 "00이가 인형 밥 주는 게 정말 즐거운가 보네!"처럼 아이의 표정을 읽어줍니다.
- **자신감 북돋우기:** 아이가 스스로 결정한 놀이에서 성취감을 경험할 때 아빠가 옆에서 지지하면 아이는 아빠를 '믿어주는 든든한 조력자'로 인식하게 됩니다.

### ㉕ 감정 읽기와 대화법 - "00이는 오늘 어땠어?"

아빠와의 대화가 즐거운 경험이 되도록 아이의 눈높이에서 대화를 이어가는 것이 중요합니다.

- **눈높이 대화:** 무릎을 굽혀 아이의 눈을 바라보며 대화하면 아이는 자신의 존재가 존중받는다고 느낄 수 있습니다.
- **개방형 질문 활용:** "오늘 재밌었어?"와 같은 단답형 질문보다 "오늘 어린이집에서 어떤 친구랑 놀았어?" 혹은 "제일 맛있었던 반찬은 뭐야?"처럼 아이가 자신의 생각을 표현할 기회를 제공합니다.
- **감정 수용:** 아이가 엄마를 찾으며 울 때 "아빠랑 있는데 왜 그래!" 라고 서운해하기보다 "엄마가 보고 싶구나? 아빠랑 재미있게 놀면서 엄마 기다려볼까?" 라고 아이의 마음을 먼저 수용합니다.

#### 부모를 위한 전문가의 Tip

- 아이가 아빠를 거부하는 것은 아빠와의 관계를 거부하는 것이 아니라 엄마와의 애착이 건강하게 형성되어 있음을 보여주는 증거이므로 서운해할 필요가 없습니다. 아빠와의 관계는 신뢰를 쌓아가는 과정입니다.  
아빠가 아이의 감정을 이해하고(공감)  
아이가 스스로 놀이를 선택할 수 있도록 하며(주도성)  
매일 꾸준히 사랑을 보여주면(일관성)  
아이는 자연스럽게 아빠와 함께 시간을 보내고 손을 잡게 될 것입니다. ●●



- 양육코칭을 통해 기존의 일방적인 대화와 지시, 폐쇄적 질문 방식에서 벗어나 아이의 마음을 이해하고 소통하는 방법을 배우게 되었으며 개방형 질문을 실천한 이후 아이의 태도가 긍정적으로 변화하는 것을 경험했습니다. ●●

#### 부모의 참여 후기

사례  
7

## 즐거운 식사시간 만드는 방법

대상 : 28개월 / 여아

식사시간에 바르게 앉아서 먹기,  
입에 음식 물고 있기 등 행동이 나타나는데  
어떻게 지도하면 좋을까요?



### 양육코칭 참여 동기

아이가 말을 듣지 않을 때 부모로서 감정을 어떻게 조절해야 하는지와, 훈육이 필요한 상황을 명확히 구분하는 방법을 알고 싶습니다.



### 발달상황

#### K-SNAP(영유아 언어 및 의사소통 발달검사)



#### KIDS(한국영아발달검사)



### 발달적 특징

28개월 영아는 자아 발달이 진전되면서 스스로 먹으려는 자율적 욕구가 강화되지만 소근육 조절 능력이 아직 충분히 성숙하지 않아 식사 과정이 서툴고 시간이 오래 걸리는 특성을 보입니다. 또한 인지적 호기심이 활발해지면서 맛뿐 아니라 음식의 색깔, 모양, 질감 등 다양한 감각 요소를 탐색하는 행동이 자연스럽게 나타납니다. 따라서 식사량과 같은 결과 중심의 평가보다, 아이의 자율적 시도와 오감 탐색 과정을 존중하는 발달 단계에 맞는 지원이 필요합니다.



### 컨설턴트의 양육코칭 Tip

#### 1 긍정적 언어로 식사 환경 조성하기 - “말의 온도가 식사의 질을 결정합니다”

부모는 식사 예절을 먼저 떠올리지만 아이에게 식사는 감각과 경험의 시간입니다.  
지시와 통제보다 긍정적인 언어를 통해 바람직한 행동을 유도하는 접근이 필요합니다.

- **모델링 제공:** “바르게 먹자”, “장난치지 마”와 같은 지시적 표현보다 부모가 차분하고 즐겁게 식사하는 모습을 보여줍니다. 아이는 보호자의 태도를 관찰하며 자연스럽게 식사 행동을 모방합니다.
- **긍정적 언어 사용:** 행동을 바로잡기보다 “숟가락을 그렇게 잡으니 음식이 더 잘 떠지는구나”와 같이 바람직한 행동을 구체적으로 언어화하여 방향을 제시합니다.

### ㉔ 칭찬과 격려를 통한 식사 동기 강화하기 - “성취의 경험이 자발성을 만듭니다”

아이의 식사에서는 결과보다 과정이 중요합니다. 작은 시도와 성취를 긍정적으로 인정하는 경험은 식사에 대한 즐거움과 자발성을 형성하는 기반이 됩니다.

- **시도에 대한 반응:** “새로운 반찬을 한 번 먹어 봤구나.”, “혼자 한 숟가락을 먹었네”와 같이 아이의 노력 자체를 구체적으로 인정하고 격려합니다.
- **정서적 안정 제공:** “잘하고 있어”와 같은 안정적 반응은 아이가 식사 시간을 편안하고 긍정적인 경험으로 인식하게 돕고, 식사 활동에 능동적으로 참여하도록 하는 동기가 됩니다.

### ㉕ 자기 주도적 식사 경험 존중하기 - “천천히라도 스스로 해보는 과정이 중요합니다”

식사 도구는 일종의 탐색 도구입니다. 정해진 기능에 얽매이기보다 아이가 충분히 시도하고 경험할 수 있도록 유연한 허용이 필요합니다.

- **선택적 도움 제공:** 식사 시간이 오래 걸린다는 이유로 부모가 모든 과정을 대신해주기보다 아이가 어려워 하는 부분만 부분적으로 돕습니다. 예를 들어, 그릇이나 식판의 밥알을 모아주는 보조 역할만 수행하고 직접 입에 넣는 과정은 아이의 몫으로 남겨두어야 합니다.
- **기다림을 통한 지지:** 아이가 스스로 식사하려는 모습을 보일 때 충분히 기다려 주며 “혼자 해보려는 모습이 보이는구나”와 같이 언어로 지지합니다. 이러한 경험은 아이의 성취감과 자신감을 높이고 올바른 식사 습관과 자기조절 능력의 발달로 이어집니다.

#### 부모를 위한 전문가의 Tip

- 아이가 주도적으로 먹어보는 경험을 우선으로 제공하고, 식사 과정에서 느끼는 즐거움과 호기심이 자연스럽게 확장되도록 정서적으로 지지해 주세요. ●●



사례  
8

## 언어발달을 촉진하는 역할놀이

대상 : 29개월 / 여아

역할놀이를 하는 상황에서 아이의 언어발달을 위해 부모가 할 수 있는 방법은 무엇이 있을까요?



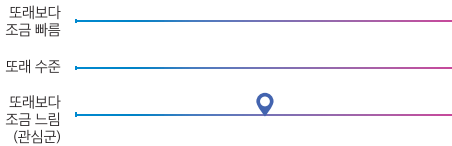
### 양육코칭 참여 동기

아이의 표현언어가 좀 늦은 편인데 아이의 표현언어 발달에 도움을 줄 수 있는 방법이 궁금합니다.



### 발달상황

#### K-SNAP(영유아 언어 및 의사소통 발달검사)



#### KIDS(한국영어발달검사)



### 발달적 특징

29개월 영아는 자의식이 강해지며 상상놀이(역할놀이)가 시작되는 시기입니다. 수용언어에 비해 표현언어가 늦은 경우 아이는 답답함을 느낄 수 있습니다. 이때 부모와의 즐거운 놀이 경험은 언어 발화의 가장 강력한 동기가 됩니다.



### 컨설턴트의 양육코칭 Tip

#### ① 눈높이 맞춤형 단어 지도 - "엄마 입을 봐요"

아이가 바라보는 사물을 함께 바라보며 시각과 청각 정보를 동시에 전달하는 것이 중요합니다.

- **눈맞춤과 입 모양:** 아이와 눈높이를 맞추어 앓고 단어를 천천히 발음합니다. 특히 입 모양을 뚜렷하게 보여 주면 아이가 소리를 모방하기 쉽습니다.
- **언어와 사물의 연결:** 사과 모형을 들고 "사과!"라고 말하며 아이가 충분히 응시하도록 한 뒤 "사과 먹어볼까?"와 같이 문장으로 확장합니다.

- **공동 주시:** 아이가 관심 있는 장난감을 부모도 함께 바라보며 아이의 행동과 관심을 말로 따라 표현합니다. 예를 들어 “OO이가 토끼를 보고 있네”와 같이 현재 상황을 언어로 전달해줍니다.

### ㉔ 언어와 행동의 일치 - “곰돌이가 배고프대요”

단순히 단어를 외우는 것이 아니라 역할놀이 속 상황을 통해 단어의 의미를 익히도록 돕습니다.

- **시범 보이기:** 인형에게 “남남, 밥 먹자”라고 말하며 손가락을 입에 가져가는 행동을 보여줍니다.
- **단순한 문장 반복:** “코 자자”, “어푸어푸 씻자”, “붕붕 가요”처럼 동사와 의성어·의태어를 섞어 반복하면 아이가 따라 말하기 쉽습니다.
- **참여유도:** 부모가 먼저 시범을 보인 후 “이번엔 OO이가 곰돌이 코 채워줄까?”라고 제안하여 아이가 행동과 말을 연결하도록 격려합니다.

### ㉕ 발화를 이끄는 선택지 - “사과 줄까, 바나나 줄까?”

아이에게 말할 기회를 제공하고 작은 시도에도 크게 반응하는 것이 중요합니다.

- **네/아니오 이상의 질문:** “뭐 줄까?”라는 막연한 질문보다 “우유 줄까, 주스 줄까?”처럼 두 가지 선택지를 제공합니다. 아이가 손가락으로 가리키기만 해도 “아~ 주스! 주스 주세요~ 했구나”라고 말로 바꾸어 들려줍니다.
- **적극적인 피드백:** 아이가 소리를 내거나 단어를 말하면 눈을 맞추며 웃어주거나 “우와, OO이가 주스라고 말했네!”라고 크게 칭찬하여 말하는 즐거움을 느끼도록 합니다.

#### 부모를 위한 전문가의 Tip

- 언어발달이 다소 늦더라도 아이와 마음이 통하고 있다면 조급해할 필요가 없습니다. 역할놀이는 아이에게 '세상은 말로 소통하는 곳'임을 알려주는 연습장입니다. 완벽한 문장을 기대하기보다 아이의 작은 웅얼이나 몸짓에도 '엄마가 네 말을 듣고 있어'라는 신호를 지속적으로 보내는 것이 중요합니다. ●●



#### 부모의 참여 후기

- 일상에 쫓기며 아이 양육을 과제 중심으로 해오던 중 컨설턴트님의 구체적인 팁을 바탕으로 시선을 맞추고 재미있는 반응을 해주자 아이가 시선을 맞추고 언어를 따라 하는 빈도도 점점 늘어나는 것을 경험하게 되었습니다. ●●



사례  
9

## 물을 무서워하는 아이, 물과 친해지는 방법

대상: 33개월 / 남아

아이가 물을 무서워하고 불안해해서 머리 감기기가  
너무 힘들어요. 어떻게 해야 물을 무서워하지 않고  
편안하게 씻을 수 있을까요?



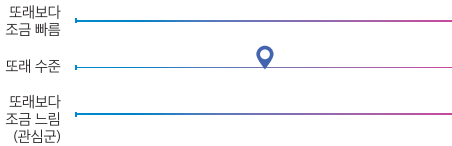
### 양육코칭 참여 동기

첫째 아이가 촉감에 너무 예민하고 겁과 두려움도 많습니다. 특히 물을 너무 무서워해서 샤워할 때마다 전쟁이고  
또래 다른 아이들이 좋아하는 활동 들도 거부반응을 보이다보니 아이가 왜 이러는지 궁금하고 이대로 두면 동생이  
형을 따라서 예민하게 굴까봐 염려됩니다.



### 발달상황

#### K-SNAP(영유아 언어 및 의사소통 발달검사)



#### KIDS(한국영아발달검사)



### 발달적 특징

33개월 영아는 상상력이 풍부해지면서 '물에 휩쓸려 내려가면 어찌지?'와 같은 막연한 공포를 느낄 수 있습니다.  
특히 촉감이 예민한 아이는 얼굴에 닿는 물방울의 온도나 수압을 위협으로 느끼고 눈을 감거나 뒤로 누웠을 때의  
시야 차단이 큰 불안감을 유발합니다.



### 컨설턴트의 양육코칭 Tip

#### ① 환경과 자세의 변화 - "무엇이 무서울까?"

아이가 불안을 느끼는 '통제 불가능한 상황'을 제거해 주는 것이 첫 번째 단계입니다.

- **자세 변경:** 뒤로 누워 머리를 감는 자세는 아이에게 시야를 차단하여 불안을 극복하기 어렵게 합니다. 아이가 서거나 앉아 거울을 보며 자신의 얼굴에 무엇이 묻는지 확인할 수 있도록 합니다.
- **시각적 안전장치:** 샴푸 캡을 사용하거나 얼굴을 가릴 수 있는 작은 수건을 직접 들게 하여 물이 눈이나 입으로 들어오지 않는다는 확신을 줍니다.

### ㉔ 아이에게 주도권 주기 - “네가 직접 골라볼래?”

무력감을 느끼는 아이에게 선택권을 제공하면 '내가 상황을 조절할 수 있다'는 자신감을 형성할 수 있습니다.

- **도구 선택:** “오늘은 노란 바가지로 헹굴까, 아니면 코끼리 물뿌리개로 해볼까?”처럼 아이가 직접 도구를 선택하도록 합니다.
- **단계적 노출:** “발부터 씻을까, 손부터 씻을까?”라고 물으며 심장에서 먼 부위부터 천천히 물에 적응하도록 돕습니다.
- **물놀이 장난감 활용:** 평소 좋아하는 자동차나 공룡 장난감 등을 목욕탕에 가져가서 아이가 장난감을 먼저 씻기는 역할놀이를 통해 물에 대한 경계심을 낮춥니다.

### ㉕ 정서적 지지와 칭찬 - “괜찮아, 엄마가 옆에 있어”

작은 성공을 큰 성취감으로 바꿔주는 부모의 태도가 중요합니다.

- **생중계하기:** “이제 따뜻한 물이 발에 닿을 거야~ 하나, 둘, 셋!”처럼 다음 상황을 미리 말로 알려 아이가 예측할 수 있도록 합니다.
- **안정된 비언어적 소통:** 부모가 긴장하면 아이도 느낍니다. 차분한 목소리와 미소 띤 얼굴로 “OO이가 용기를 냈네! 물이랑 조금 친해진 것 같아!”라고 격려합니다.
- **마무리 보상:** 무사히 목욕을 마쳤을 때 아이가 좋아하는 활동(동화책 읽기, 스티커 붙이기 등)을 연결하여 목욕은 즐거운 경험이라는 긍정적 기억을 심어줍니다.

#### 부모를 위한 전문가의 Tip

- ● 감각이 예민한 아이에게 샤워기는 물줄기는 폭포수처럼 강하게 느껴질 수 있습니다. 동생이 형을 닮을까 걱정하기보다는 '형이 조심성이 많고 섬세한 아이구나'라고 인정해 주는 것이 중요합니다. 형이 물과 친해지는 과정을 동생이 지켜본다면 오히려 동생에게는 두려움을 극복하는 멋진 모습을 배우는 기회가 될 것입니다. ● ●



- ● 아이에게 너무 높은 기준을 들이대고 있었다는 생각이 많이 들었습니다. 상호작용 방법을 많이 배우게 되었고, 아직은 익숙하지 않더라도 내 아이를 위해서라면 배운 상호작용 방법들을 꾸준히 실천해 나가고자 합니다. ● ●

#### 부모의 참여 후기



사례  
10

## 새로운 장난감 놀이 방법

대상: 36개월 영아 / 여아

새로운 장난감을 처음 접했을 때  
부모는 어떻게 반응해주며 놀아줘야 할까요?



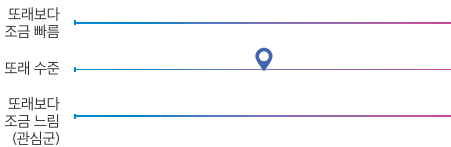
### 양육코칭 참여 동기

이제는 어느 정도 대화도 가능하고 생활 속 소통하는데 큰 무리는 없으나 만 2세부터는 감정, 인지, 사회성 등 성장 과정에서 예민하게 반응하는 것들이 많고 자립심, 독립심, 자신감을 키워주면서 아이와 정서적으로 더 친밀한 관계를 갖고 싶습니다.



### 발달상황

#### K-SNAP(영유아 언어 및 의사소통 발달검사)



#### KIDS(한국영아발달검사)



### 발달적 특징

36개월 영아는 자율성과 탐색 욕구가 확장되며 자신의 선택과 행동을 주도하려는 경향이 뚜렷해지는 시기입니다. 상상놀이와 모방놀이가 발달하고, 놀이를 통해 경험과 관계를 상징적으로 재구성하며 환경에 대한 탐색 행동이 증가합니다. 이 과정에서 자기 효능감과 정서적 안정감을 형성하고, 부모와의 상호작용을 통해 사회적 관계의 기초를 발달시킵니다.



### 컨설턴트의 양육코칭 Tip

#### ① 열린 탐색 허용하기 - "장난감은 마음껏 탐색하는 거예요"

부모는 장난감의 '설명서'를 떠올리지만, 아이는 장난감을 통해 감각과 상상력을 탐색합니다. 나이에 맞지 않거나 용도가 다른 장난감이라도 위험하지 않다면 아이가 자유롭게 탐색할 수 있도록 지켜봐줍니다.

- **관찰과 격려:** 아이가 장난감을 다양한 각도로 돌려보거나 눌러보는 행동에 대해 “OO이가 장난감을 이렇게 만져보는구나”처럼 말로 인정하며 관심을 표현합니다.
- **실패 허용:** 아이가 예상과 다르게 장난감을 사용하더라도 바로 수정하지 않고, 자연스럽게 놀이를 이어가도록 합니다.

### ㉔ 지식보다 상상에 집중하기 - “왜 그렇게 했을까?”

아이의 행동에는 의미가 있습니다.

부모는 장난감의 기능을 중심으로 이해하지만, 아이는 형태와 감각 경험을 통해 놀이를 구성합니다. 아이의 행동에는 나름의 이유가 있으니 단정하지 말고 스스로 표현하도록 지켜봐줍니다.

- **질문으로 사고 확장:** 정답을 알려주어 사고를 멈추게 하기보다, “왜 그렇게 생각했어?”라고 물어 아이가 자신의 생각을 표현하도록 돕습니다.
- **경험의 의미화:** 아이가 스스로 설명하는 과정에서 장난감의 특징(모양, 색깔, 질감)을 다시 한번 깊게 인지하게 됩니다. 이러한 경험은 억지로 가르치지 않아도 사물의 진짜 용도를 깨닫는 기회를 제공합니다.

### ㉕ 놀이 방식보다 즐거움 우선 - “놀이 자체가 학습이에요”

장난감 기능 중심으로 제한하기보다 정서적 즐거움과 몰입 경험을 중심으로 탐색하도록 허용해줍니다.

- **정서적 공감:** 아이가 놀이에 몰입할 때 함께 즐거움을 표현하며 “OO이가 이 놀이를 좋아하는구나”와 같이 감정을 반영합니다.
- **자율성 존중:** 부모가 방법을 주도하기보다, 아이가 스스로 놀이 방법을 찾도록 기다려주며 탐색의 주도권을 아이에게 둡니다.

#### 부모를 위한 전문가의 Tip

●● 장난감을 정해진 방법보다  
아이가 스스로 의미를 발견하도록 탐색하게 하고,  
놀이 과정에서 경험하는 즐거움과 호기심을 존중하며  
정서적으로 지지해 주세요. ●●



#### 부모의 참여 후기

●● 아이의 마음을 충분히 공감하지 못하고 지시형 언어를 사용해왔던  
제 모습을 되돌아보는 계기가 되었습니다.  
양육코칭 후에는 아이의 이야기를 공감하며 경청하고  
주도권을 아이에게 맡겨 스스로 할 수 있도록 기다려 주게 되었습니다. ●●





# 양육코칭 참여를 통한 부모의 변화

2025년

영아-부모의  
상호작용 증진을 위한

**양육코칭사례집**

### III

## 양육코칭 참여를 통한 부모의 변화



#### 참여 전

아이와 단둘이 있는 시간이 늘 부담스러웠고, 첫째와 둘째를 함께 돌보는게 심적으로 큰 부담이었습니다.

#### 참여 후

두 아이를 키우며 늘 고민이었는데, 이제는 함께 노는게 즐거워졌어요. 꼭 무언가를 해야한다는 부담 없이도 자연스럽게 아이들과 교감하는 법을 배우게 되었습니다. 정말 감사한 시간이었어요.

#### 참여 전

예전에는 주로 '엄마의 시선'으로만 아이와 상호 작용했고, 집안일을 핑계로 아이의 감정과 시선을 들여다 볼 여유가 없었습니다.

#### 참여 후

하루에 단 30분이라도 아이의 시선과 입장에서 온전히 놀아주려고 노력하고 있고, 점점 그런 상호작용이 습관화되고 있습니다. 아이와의 대화나 놀이 중에는 아이의 반응을 더 세심하게 살피게 되었고, 몸은 조금 힘들더라도 긍정적인 양육 태도가 생기고 있습니다.

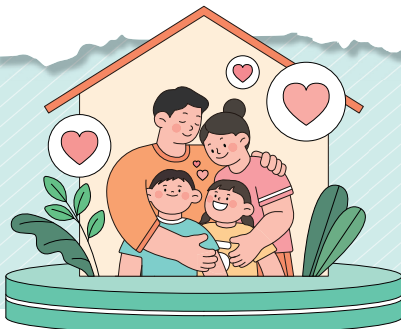


#### 참여 전

아이의 입장보다 부모인 나의 입장에 대해서 고려하다보니 상호작용이 원활하지 않았던 것 같습니다.

#### 참여 후

아이의 발달을 알고 아이의 입장에서 한번 더 고려해보니 상호작용이 원활해지는 것 같습니다.



#### 참여 전

내가 육아를 잘하고 있는걸까 고민하며 부족한 모습을 다른 부모님들과 함께 공유하는 것이 엄청난 부담이었습니다.

#### 참여 후

영상을 통해 아이를 바라보는 제 모습을 객관적으로 돌아볼 수 있었습니다. 양육코칭 참여 후에는 아이와 눈을 맞추며 함께 놀이하고 저 또한 놀이에 몰입하는 시간이 되었습니다. 잘해야 한다는 부담감보다 함께 같은 곳을 바라보며 성장하는 시간이라는 관점으로 바뀌게 되었고 함께한 소장님과 어머니들의 열정 속에서 많은 것을 배운 소중한 시간이었습니다.

영아·부모의  
상호작용 증진을 위한

# 양육코칭사례집



총괄·기획	이민경(대전광역시육아종합지원센터장) 백낙은(대전광역시육아종합지원센터 보육전문요원)
인쇄·발행	2025년 12월
발행인	이민경
발행처	대전광역시육아종합지원센터 대전광역시 유성구 월드컵대로 32, 동관 1층 Tel. 042)721-1256
인쇄 및 디자인	문원미디어

---

본 사례집의 저작권은 대전광역시육아종합지원센터에 있으며, 사전 승인 없이  
자료집 내용의 무단복제를 금함.



영아-부모의 상호작용 증진을 위한

# 양육코칭 사례집