

## 자녀의 사회-정서 발달을 돕기 위한 학부모 안내서 가정 학습과 "On the Go" 시리즈

어른들이 어린이들의 사고력 뿐만 아니라 감정도 많은 관심을 기울여 주는 것이 중요합니다.

뉴욕시 유아원 프로그램에서는 뉴욕주 유아원 공통핵심 기초(New York State Prekindergarten Foundation for the Common Core) 를 사용하여 어린이들의 의미 있는 사회정서적 발달을 도모하고 있습니다. 이에 따라 유아원에서는 다음과 같은 영역에 중점을 두고 교과과정을 실시합니다:



- ❖ **자아 개념 및 자아 인식** – 어린이들은 스스로를 고유의 능력과 특성, 감정과 관심사를 가진 독립적 인격체로 인식합니다.
- ❖ **자기 통제** – 자신의 욕구와 감정, 사건에 대한 반응을 스스로 통제하기 시작합니다.
- ❖ **대인 관계** – 어린이들은 또래 친구 및 어른들과 긍정적인 관계를 구축해 나가고 사회적 상호작용을 통해 문제해결 능력을 키워 나갑니다.
- ❖ **책임감** – 어린이들은 정해진 일과와 규칙을 이해하고 준수합니다.
- ❖ **적응력** – 어린이들은 변화에 적응할 줄 압니다.

### 어린이들의 중요한 사회-정서 발달

각종 연구에서는 다음과 같은 결과가 나왔습니다:

- ❖ “유치원 교사들과 따뜻하고 긍정적인 관계를 형성한 어린이들은 그렇지 않은 어린이들보다 학습에 더 적극적이며 학교 가는 것에 긍정적이고 자신감이 있으며 수업시간에 보다 많은 것을 성취한다.” (Young Children Develop in an Environment of Relationships, 2004)
- ❖ “유아원을 마칠 무렵 강한 정서적 기반을 구축한 어린이들은 앞일을 예상하고, 대화하는 능력을 갖추고 스스로의 인지력과 타인의 감정을 파악하여 보다 원만한 대인관계를 이끌어 나갈 수 있었다.” (Children's Emotional Development is Built into the Architecture of their Brains, 2004)

### 가정에서 사회 정서적 발달을 돕는 방법-"At Home and on the Go"

가정에서는 다음과 같이 사회 정서적 발달을 지원할 수 있습니다:

- ❖ 자녀가 스스로 선택할 수 있게 격려해 주십시오. 예:
  - 학교에 입고 갈 옷 두 가지 중 하나를 선택하게 하거나 몇 가지 간식 중에서 무엇을 가져갈지 선택하게 하십시오.
- ❖ 하루 일과가 예측 가능하도록 미리 정해두고 이것에 따르게 하십시오. 예:
  - 밤에 잠자리에 들 때 다음 날 할 일을 자녀와 함께 이야기하여, 자녀가 다음 날 어떤 일이 있을지 미리 알 수 있게 하십시오. 자녀가 기상, 아침식사, 학교, 놀이시간, 목욕시간, 저녁시간, 취침 등의 하루 일과를 적어 냉장고에 붙여 놓게 하십시오. 이 시간표를 수시로 보고, 자녀가 하나의 일과에서 다음 일과로 순조롭게 넘어가고, 다음 일을 미리 준비할 수 있도록 하십시오.
- ❖ 자녀가 뭔가를 성취하고 기뻐할 때 부모님께서 **탐구적이고 구체적인 칭찬**을 해 주십시오. 예:
  - 탐구적 칭찬: 종이에 빨간색과 파란색 원을 많이 그렸구나. 엄마한테 그 얘기를 해줄래?
  - 구체적인 칭찬: 쏟은 걸 니가 혼자 치웠구나. 키친타올로 안닦아 지니까, 스폰지로 닦을 생각을 해냈구나. 니가 쏟은 걸 치워서 아무도 미끄러지지 않았어. 고마워.

- ❖ 여러 가지 감정을 구분하고 정확한 명칭으로 지칭하여 자녀 역시 자신의 감정을 정확한 말로 표현할 수 있게 해 주십시오. 자녀가 각각의 감정이 어떤 느낌인지 구분하게 해 주시고, 타인이 어떤 감정을 느끼는지 파악할 수 있게 해 주십시오. 예:
  - “Guess that Feeling” 게임을 하십시오.
    - 한 사람이 어떤 감정을 표현하고, 다른 사람은 그 감정이 무엇인지 맞추는 게임입니다.
    - 어떤 감정을 표현하는 표정을 지어 보도록 하십시오.
    - 몸짓으로 어떤 감정을 표현해 보십시오.
    - 어떤 감정을 야기할 수 있는 사건을 연기해 보십시오.
- ❖ 자녀가 화가 나거나 격앙되었을 때 감정을 진정시킬 수 있는 갖가지 방법을 가르쳐 주십시오. 예:
  - 자녀와 함께 “If You’re Happy and You Know It” 을 불러 보십시오.
    - 어떤 감정(예, 화)를 선택하여 자녀에게 이런 감정이 일어날 때 어떤 행동을 하는지 물어 보십시오.
    - 자녀가 대답을 잘 못하면 “전에 네가 동생한테 화가 났을 때, 심호흡을 하는 것 같은데?” 등의 힌트를 주십시오.
    - 화가 났을 때 하는 행동을 노래로 옮겨 보십시오: “화가 나고 그게 느껴지면 깊은 숨을 쉰다 (if you’re angry and you know it, take a breath).” 어떤 감정이 일어날 때, 해도 되는 행동과 해서는 안되는 행동에 관해 이야기해 보십시오.
  - 집의 한 구석에 자녀와 함께 독서할 수 있는 아늑한 공간을 마련하십시오.
    - 자녀가 마음을 차분히 가라앉히는데 도움이 되는 행동(10 가지 세기, 콧노래 부르기, 간단한 운동하기, 요가 동작 하기 등)들을 목록으로 만들어 보십시오.

이와 관련된 자료들은 The Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning

<http://csefel.vanderbilt.edu/resources/family.html> 이나 The Fund for Public Health NY

<http://www.fphny.org/programs/promoting-social-and-emotional-development-in-young-children> 웹사이트에서 더

많이 보실 수 있습니다. 또한 어린이들을 위한 사회-정서 분야 서적은 <http://www.flashlightworthybooks.com/Picture-Books-for-Developing-Social-Emotional-Growth/459>에서 찾으실 수 있습니다.

Child, N. S. (2008). *Mental Health Problems in Early Childhood Can Impair Learning and Behavior for Life : Working Paer #6*. <http://www.developingchild.net> 에서 발췌

Department, N. Y. (2011). [www.nysed.gov](http://www.nysed.gov):

[http://www.p12.nysed.gov/ciai/common\\_core\\_standards/pdfdocs/nyslsprek.pdf](http://www.p12.nysed.gov/ciai/common_core_standards/pdfdocs/nyslsprek.pdf) 에서 발췌

Prevention, C. f. (n.d.). CDC. <http://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html> 에서 발췌

조기 아동교육 담당실 제공

[www.nyc.gov/schools/earlychildhood](http://www.nyc.gov/schools/earlychildhood)

전화: 212-374-0351

이메일: [earlychildhood@schools.nyc.gov](mailto:earlychildhood@schools.nyc.gov)

유아원 프로그램에 관한 정보는 저희 웹사이트에서 찾아보실 수 있습니다.

<http://schools.nyc.gov/ChoicesEnrollment/PreK>