

영유아의 행동 이해와 긍정적 지원 방안

최지영(인하대학교)

자주 보는 행동인가요?

네 장면 중 개입이 필요한 행동은



장난감을 빼앗음

3세, 원하는 것을 얻으려
친구를 밀치고 가져감



귀를 막음

4세, 음악 활동이 시작되면
귀를 막고 구석으로



대답하지 않음

4세, 집에서는 말을 잘함
기관에서는 거의 말 없음



먼저 뛰어나감

5세, 신호를 기다리지 못함
휘슬 전에 출발

오늘의 도착점

이해에서 멈추지 않고 내일 교실에서 바로



행동을 읽는 공통의 틀 갖추기

다각적인 원인을 추정하는 방법



다섯 유형별 지원 전략 손에 넣기

교사 · 기관 · 가정 세 범주의 구체적인 실행 방법



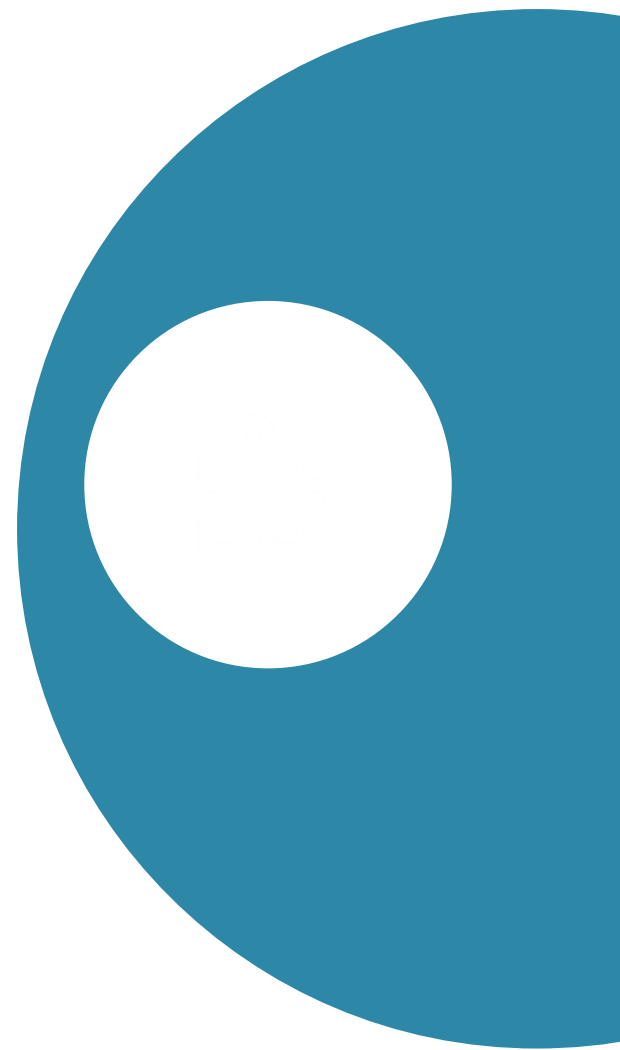
기본 원칙과 함께 하지 말아야 할 것도 알기

정서적 안정화와 긍정 지원의 원리

PART 1

행동을 읽는 틀

다섯 유형 모두에 적용되는 공통 원리



행동을 볼 때의 네 가지 순서

1

발달적 맥락에서 보기

이 연령에서 기대되는 모습
인지 먼저 확인

2

가능한 원인 찾기

기질 · 환경 · 상황 등 여러
가능성을 동시에

3

중재와 대처 찾기

긍정지원 방안
대처와 개입
부모와의 협력 방안

4

전문가에게 안내

교사의 범위를 넘어설 때
부모와 함께 연결

행동의 원인 1 - 스트레스 반응

외부 자극에 대한 반응 양상

1

외부자극에 대한 반응 양상

싸움 혹은 도주 반응
얼어붙기 반응

2

뇌발달의 미숙

자동적 반응
안정화 우선
조절 능력 촉진

3

정서적 안정화 + 긍정지원

정서적 안정화 (예, 감정반영)
안되는 이유
대안 행동 제시

행동의 원인 2 - 기능

무엇을 얻으려는 행동인지 알면 정해지는 개입 방향



관심

“나를 봐 주세요”

교사의 관심이 다른 곳에 있을 때
→ 긍정적 방법으로 관심 얻기



회피

“이건 하기 싫어요”

어렵거나 불편한 활동 앞에서
→ 난이도 조정 · 예고 · 선택권



획득

“저걸 갖고 싶어요”

원하는 것이 눈앞에 있을 때
→ 요청하는 말 가르치기



감각

“이 느낌이 필요해요”

상황과 무관하게 반복될 때
→ 대체 감각 활동 제공

행동의 개인차

스트레스 반응, 기능의 강도나 방식이 달라지는 원인



발달 수준

신체 감각 통합수준
언어 및 인지 발달
사회성



기질

활동수준/자기조절/주의집중
규칙성
초기반응/ 부정적 감정



애착

안정 애착
불안정 애착
회피/저항/혼란



양육태도

애정적
적대적-통제적
자율적

같은 행동, 다른 원인 — 다른 개입

보이는 행동이 아니라 숨겨진 원인을 고려하는 개입

‘또래를 미는 행동’ 하나에도 획득 · 회피 · 관심 · 감각의 배경

동일 결과론 — 서로 다른 원인이 같은 행동으로

다중 결과론 — 같은 원인이 아이마다 다른 행동으로

어떤 아이에게는 효과적인 방법이 다른 아이에게는 무효인 이유

배경 확인이 먼저, 전략 선택은 그다음



핵심 문장

행동에 이름을 붙이기 전에
행동의 배경을 먼저 보기

긍정적 행동지원의 네 층

생긴 뒤에 대응하는 것이 아니라 생기기 전에 설계

1

안정화 — 감정 반영

스트레스 반응의 이해
알아차려주기
정서적 안정화

2

예방 — 환경 바꾸기

예측 가능한 일과, 자극과 대기 시간의 축소, 눈에 보이는 규칙. 가장 효과가 큰 층

3

교육 — 대체행동 가르치기

하지 말아야 할 것 대신 할 수 있는 행동을 구체적으로 알려 주고 반복 연습

4

강화 — 즉시 알아주기

바람직한 행동이 나타난 그 순간에 칭찬 · 눈맞춤 · 스티커. 늦은 강화는 힘이 약함

대체행동 만들기

'하지 마'는 방향을 알려 주지 않음



방향이 없는 말

"뛰지 마"

"던지지 마"

"소리 지르지 마"

무엇을 해야 할지는 여전히 모름



방향이 있는 말

"걸어서 가자"

"여기 상자에 넣자"

"말로 이야기해 줄래?"

할 수 있는 행동이 분명하게 보임

행동 유형별 지원 방안



채은

4세 · 과민, 둔감



도윤

4세 · 느린 발달



준서

4세 · 산만, 충동



하람

5세 · 공격 행동



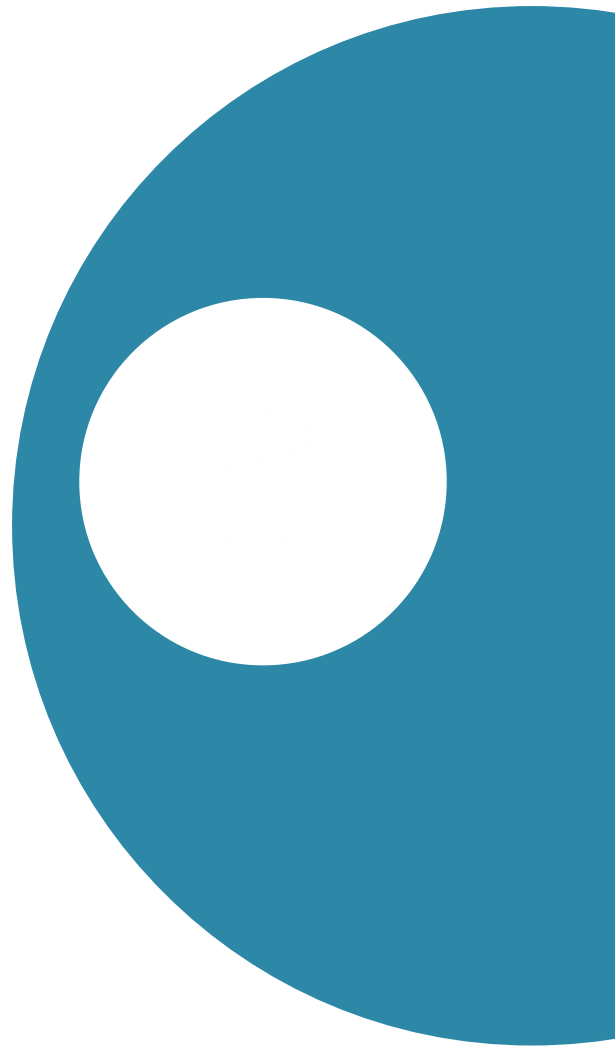
서연

4세 · 불안, 위축

PART 2 · 유형 ①

과민하고 둔감한 아이

성격이 아니라 감각 처리 방식의 차이



채은

4세 여아

사례 ①

감각이 예민한 아이

미술 활동에서 손에 물감이 묻으면 울면서 손을 털고 자리 이탈

음악 활동이 시작되면 귀를 막고 구석으로 이동

옷의 라벨이나 양말 솔기를 계속 신경 쓰며 벗으려 함

친구가 갑자기 다가오면 깜짝 놀라 밀치기도 함

반면 조용한 그림책 코너에서는 오래 집중해 놀이



원인 — 역치와 조절 전략의 차이

신경학적 역치의 높낮이 × 조절의 능동성 = 네 유형

	수동적 조절	능동적 조절
낮은 역치 (과민)	감각민감형 — 작은 자극에도 즉각 반응, 불편을 자주 표현	감각회피형 — 자극이 있는 상황을 미리 피하고 참여하지 않음
높은 역치 (둔감)	감각저하형 — 자극에 무심하고 반응이 느리며 알아채지 못함	감각추구형 — 강한 자극을 계속 찾아다니고 몸을 크게 움직임

교사와 기관이 할 수 있는 일

준비시키기 · 표현하게 돕기 · 대체 제공하기



준비시키기

그림 일정표로 하루 흐름 미리 보여 주기
활동 순서 카드로 다음을 예고
변화가 있을 때는 반드시 사전 안내



표현하게 돕기

'불편해요' 카드와 손 신호 함께 정하기
쉬고 싶을 때 갈 수 있는 곳 약속
참는 것이 아니라 말하는 것을 칭찬



대체 제공하기

물감 대신 장갑 · 붓을 미리 준비
조용한 공간(텐트 · 쿠션 코너) 마련
소그룹에서 시작해 대그룹으로 확장

가정 연계와 핵심 방향

부모가 가장 먼저 알아야 할 것 — ‘성격 문제가 아니다’

기질적 감각 특성임을 설명 — 예민한 성격이 아니라 처리 방식의 차이

교실에서 효과가 있었던 전략을 구체적으로 공유

감각 그림책 읽기, 요리 활동 등 가정에서 할 수 있는 놀이 안내

친구마다 느끼는 감각이 다르다는 점을 학급 활동으로 다루기

어려움 지속 시 감각통합 전문가 연계 논의



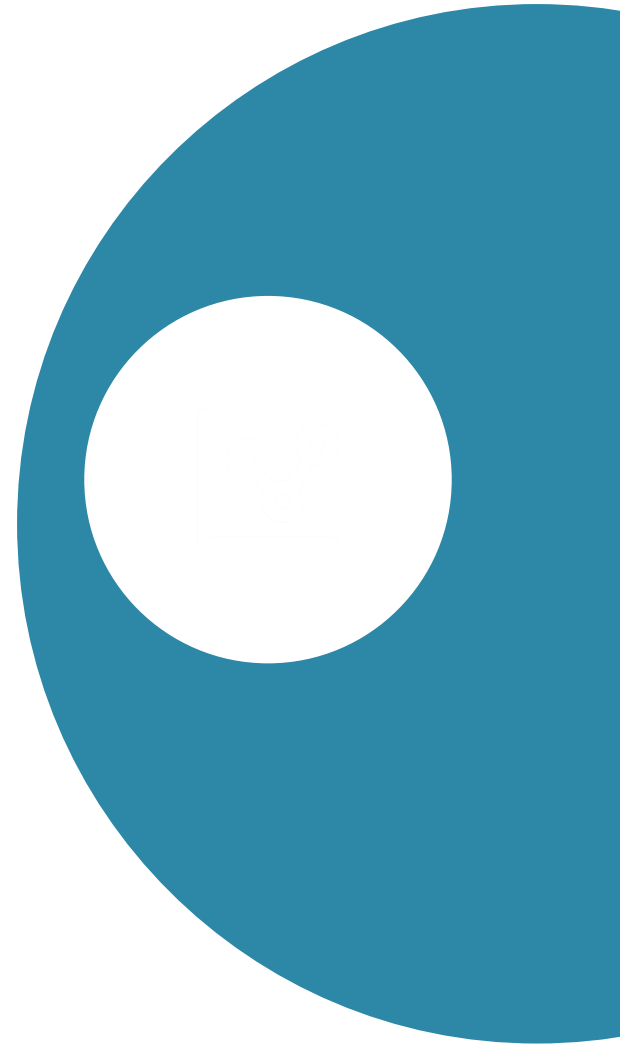
핵심 방향

기질은 수용하되
적응을 위한 조절 경험은
교육이 돕는 영역

PART 2 · 유형 ②

느린 발달 아이

속도가 다를 뿐, 방향이 다른 것이 아님





4세 남아

사례 ②

천천히 가는 아이

첫 말이 늦었고 두 단어 문장은 2세 후반에 시작

문장은 길어졌으나 주제 전환이 갑작스럽고 대화 잇기가 어려움

3~4세에도 주로 혼자 노는 평행놀이에 머물

역할놀이에서 자기 역할을 이해하고 이어 가기 어려워함

또래에 관심은 있으나 표현이 서툴러 금방 놀이에서 밀려남

부모는 “원래 느린 성격”으로 여기고 미리 해 주는 경우가 많음

원인 — 인지 특성이 만드는 어려움

의지의 문제가 아니라 처리 과정의 문제



처리속도

반응을 조직하고 실행하는 데 더 걸리는
시간

대화의 타이밍을 놓쳐 놀이에서 밀려남



작업기억

여러 정보를 동시에 붙잡기 어려움
긴 지시를 끝까지 따라가지 못함



사회인지

상대의 의도나 규칙 변화를 알아채
기 어려움

놀이 규칙이 바뀌면 따라가지 못함

교사와 기관이 할 수 있는 일

기다려 주기 · 쪼개 주기 · 반복하기



의사소통

답을 알고도 늦을 수 있으니 격려하며 기다리기

지시문은 짧고 단순하게, 한 번에 하나씩
아이의 표현에 완성된 문장을 덧붙여 되돌려 주기



과제 조정

난이도와 단계를 잘게 나누어 제시
어려워하는 상황을 시각 자료로 제시
대집단 활동 뒤 소집단으로 반복 연습



문제행동 지도

따로 불러 일대일로 지도
한 번에 한 가지 행동에만 초점
적절한 대처행동을 제안하고 다시 해보게 하기

가정 연계와 핵심 방향

‘대신 해 주기’를 ‘기다려 주기’로

교실에서 했던 놀이를 가정에서도 이어 가도록 구체적 안내

기관의 지도 방향을 명확하게 공유

사진과 영상으로 강점과 발달 특성을 이해하기 쉽게 전달

대신 해 주기보다 기다려 주고 필요할 때 돕는 양육 태도 권유

어려움이 일정 기간 지속될 경우 전문가 평가 논의



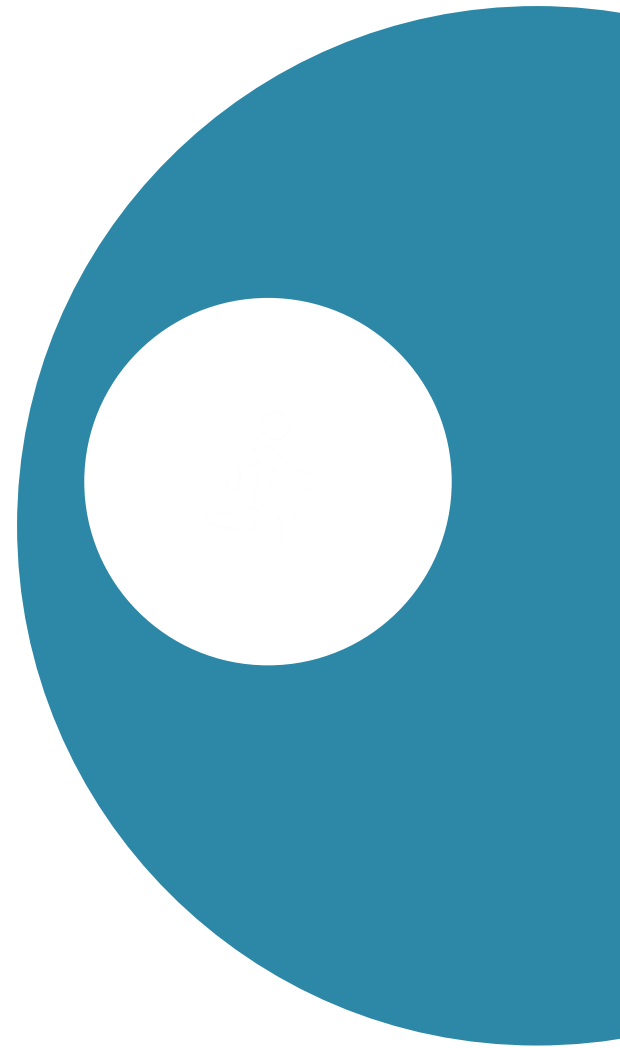
핵심 방향

작은 성취가 유능감으로
이어지도록 속도를 맞춰 주는
교육 환경

PART 2 · 유형 ③

산만하고 충동적인 아이

일부러 그러는 것이 아님



준서

4세 남아

사례 ③ · 중점

에너지가 넘치는 아이

등원 후 가방을 아무 데나 던져 두고 다른 반 교실까지 뛰어다님
블록을 쌓다 금세 무너뜨리고 옆 친구의 블록을 가져가기도 함
동화 시간에 앉아 있지 못하고 친구 머리를 톡 치며 장난
제지하면 “심심해!”라고 외치며 바닥에 드러누움
규칙을 듣는 동안 기다리지 못하고 휘슬 전에 먼저 출발
놀이 중 갑자기 친구를 세게 밀거나 껴안아 친구들이 놀람



교실 속 모습, 증상과 연결하기

나열하면 흩어지고, 묶으면 보이는 패턴

주의력 — 정리와 준비에 교사의 반복 지시 필요

주의력 — 하나의 놀이를 끝까지 마치지 못하고 이동

과잉행동 — 앉아 있어야 하는 시간에 자리 이탈

과잉행동 — 식사 중에도 잦은 일어섬

충동성 — 순서를 기다리지 못하고 신호 전에 움직임

충동성 — 힘 조절 실패로 친구가 놀라는 일 반복



세 갈래로 묶기

주의력 · 과잉행동 · 충동성
어느 쪽이 더 두드러지는가에 따라
먼저 손댈 지점이 달라짐

원인 — 세 가지의 겹침

하나의 원인으로 설명되지 않음



기질과 신경발달

높은 활동 수준, 불규칙한 수면 패턴
위험 상황에 대한 감각 부족
생각과 행동 사이 억제 회로의 미성숙



양육 태도의 변화

“원래 에너지가 넘친다”며 허용적 대응
기관의 지적 이후 갑작스러운 통제
일관되지 않은 반응이 행동을 더 키움



표현 수단의 부족

말이 짧고 단순해 욕구를 행동으로 표현
소리 지르기와 물건 던지기가 의사표현
말로 표현하는 경험의 부족

즉각적 강화와 짧은 지시

이 두 가지만 바뀌도 달라지는 교실



즉각적 강화

잘한 행동은 그 순간 바로 칭찬

“기다려 준 거 봤어, 고마워” — 무엇을 잘했는지 명시

말로 표현한 순간을 놓치지 않고 포착

칭찬 · 스티커 · 눈맞춤 중 아이가 좋아하는 것으로

나중에 하는 칭찬은 효과 급감



짧고 명확한 지시

“장난감 치우자” — 한 번에 한 가지만

“블록은 여기에 놓자” — 어디에, 무엇을

긴 설명과 훈계는 전달되지 않음

지시 전에 이름을 부르고 눈맞춤

기대 행동을 미리 짧게 안내

예측 가능하게, 그리고 움직이게

억누르는 대신 에너지가 흐를 길 만들기



일과 시각화

하루 흐름을 그림으로 게시
다음 활동 미리 예고
반복되는 리듬이 키우는 조절력



움직임의 기회

“팔 벌려 점프 세 번 하고 앉기”
활동 사이 짧은 스트레칭
과잉행동 대신 적절한 배출



강점 활용

야외 활동에서 리더 역할 부여
심부름과 돕기 활동 맡기기
유능감을 느낄 자리 만들기

환경을 바꾸면 행동이 바뀐다

아이를 바꾸기 전에 교실을 먼저



공간 구성

움직임 구역과 집중 구역의 분리
바깥놀이 시간의 충분한 확보
교실 내 동적 활동 공간 마련



활동 설계

규칙 단순화로 성공 경험 만들기
얼음땡 · 보드게임으로 조절 연습
친사회적 행동 직후 즉각 격려



일관된 약속

위험 행동은 간단한 규칙으로 명시
약속된 결과를 매번 동일하게 적용
교사 간 대응 방식의 통일

부모와 같은 방향 보기

대화의 시작

“산만함 = 못하는 것”이 아니라 기질 특성임을 먼저 설명

강점을 먼저 언급해 비난받는 느낌 없이 시작

수면 · 식사 · 미디어 사용 등 기본 생활 습관 점검

연령에 기대되는 행동 수준과 현실적인 방법 안내

즉각 피드백, 짧은 지시 등 기관과 동일한 강화 체계

가정에서 할 수 있는 조절 놀이의 구체적 제안



이렇게 열어 보세요

“준서가 몸으로 하는 활동에서
정말 자신 있어 해요.
그 힘을 교실에서도 쓸 수 있게
같이 방법을 찾아볼까요?”

이렇게는 하지 마세요

선의로 한 대응이 행동을 키울 수 있음



효과가 없거나 역효과

같은 지적을 하루에 여러 번 반복

왜 안 되는지 길게 설명

감정적으로 큰 소리로 제지

관심을 얻는 경험이 되어 행동이 유지됨



이렇게 바꿔 보세요

문제 행동에는 짧고 담담하게

바람직한 행동에는 크게 반응

규칙은 미리, 결과는 일관되게

관심의 방향을 바꾸는 것이 핵심



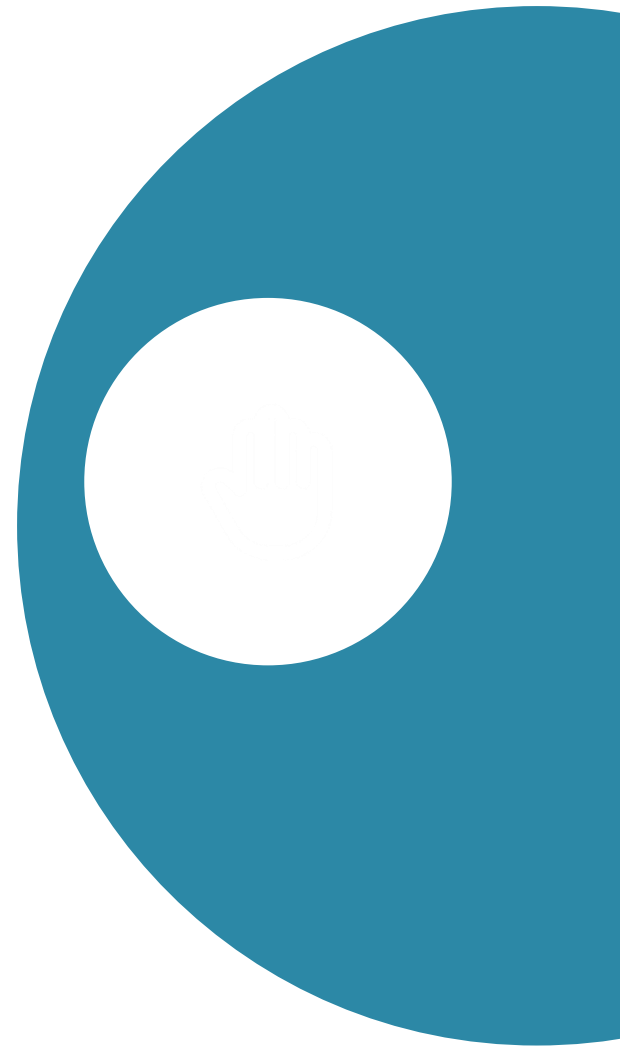
산만함은 에너지의 다른 이름

머릿속 생각과 행동을 조절하기 어려운 기질적 특성
즉각적이고 짧은 피드백, 예측 가능한 일과의 반복이 조절력을 키움

PART 2 · 유형 ④

공격적인 아이

감정은 수용하고, 행동은 분명히 제한





5세 남아

사례 ④ · 중점

우리 반 모두의 이야기

블록 영역에서 친구가 만든 탑을 일부러 무너뜨리고 블록을 빼앗음

친구가 막으면 소리를 지르며 밀치거나 때림

친구 손에 있던 자동차를 낚아채며 “내 거야!”라고 소리침

친구가 울음을 터뜨리면 심드렁하게 다른 곳으로 이동

교사가 주목하지 않으면 큰 소리나 건드리기로 관심 유도

또래보다 언어 발달이 늦고 감정을 말로 표현하기 어려움

우리 반에서 일어나고 있는 일

한 아이의 문제가 아니라 학급 전체의 문제

시우(피해 아동) — 하람과 마주치면 움츠러들고 울먹임

시우 — 등원을 싫어하고 하람이 없는 영역으로만 이동

일부 아이들 — 하람을 피하려 하고 놀이 분위기 위축

다른 아이들 — 하람의 행동을 모방해 소리 지르기 · 던지기

교사 — 제지하러 다가가면 고함과 물건 던지기로 반응



함께 봐야 할 것

하람의 행동만이 아니라
피해 아동과 학급 분위기까지
함께 지원 대상

공격성의 네 가지 얼굴

목적으로 나누고, 상황으로 다시 나누기



도구적

원하는 것을 얻기 위한 수단
해치려는 의도 없음
영아기 · 유아 초기에 많음



적대적

의도적으로 해를 입히려 함
분노와 좌절에서 비롯
유아기 중반 이후 출현



반응적

위협에 대한 방어적 반응
갑작스럽고 감정적
사회적 신호의 왜곡된 해석



선제적

목표를 위한 계획적 행동
차분하고 계산적
보상을 기대한 행동

원인 ① — 아이 안에 있는 것

공격성의 시작은 대개 표현 수단의 부족



언어 표현의 한계

감정과 욕구를 말로 충분히 표현하지 못함
때리기 · 밀치기 · 던지기가 말을 대신



정서 조절의 어려움

부정적 정서를 더 자주, 더 강하게 경험
감정의 원인을 인식하는 데 덜 민감



좌절과 자율성

원하는 것을 얻지 못할 때의 큰 좌절
자율성이 커지는 시기의 통제 저항

원인 ② — 아이 밖에 있는 것

환경과 상황이 만들고 유지시키는 행동



가정 환경

부모의 통제 · 처벌 방식의 직접적 영향
양육 스트레스와 강압적 행동의 촉진
가정 내 갈등의 지속



관찰 학습

어른이 화가 나 물건을 던지는 장면
미디어와 또래의 공격 행동 모방
공격이 보상받는 장면의 학습 강화



기능적 요인

관심 끌기 — 긍정적 관심의 부재
회피 — 하기 싫은 상황의 모면
힘겨루기 — 원하는 것을 얻는 수단

감정을 알아차리고 말로 옮기게 돕기

감정 언어가 생기면 줄어드는 주먹



감정 스티커

기쁨 · 화남 · 슬픔 등 표정 스티커 활용
지금 기분을 골라 붙이게 하기
말이 어려운 아이도 참여 가능



감정 단어 카드

“화났어”, “속상해”, “싫어”를 카드로
교사가 먼저 이름 붙여 주기
“블록이 무너져서 화났구나”



기분 표시판

화남 정도를 1~5로 표시
감정의 크기를 눈에 보이게
폭발 전에 알아차리는 연습

수용하되, 분명하게 제한하기

감정은 받아 주고 행동은 멈추고 대체 방법 주기



즉시 분리

파괴적 행동은 즉각 제지
처벌이 아니라 제지에 초점
짧은 분리 후 회복 대화



짧은 회복 대화

“화가 났구나. 그런데 때리는 건 안 돼”
“다음엔 어떻게 하면 좋을까?”
정리되면 다시 활동 참여



상황극 연습

사과하기 · 물어보기 · 부탁하기 연습
짧은 역할극으로 미리 익히기
말로 표현한 순간 즉시 강화

학급 전체를 안전하게

규칙과 환경이 뒷받침하는 개인의 노력



안전 규칙

모두가 안전한 학급 규칙을 함께
만들기

구체적이고 짧은 문장으로 게시
허용되지 않는 행동의 명시



조망 수용 활동

생활 동화 · 그림책 읽고 주인공 마
음 말하기

“친구는 어떤 기분이었을까?”

타인의 감정을 상상하는 반복 연습



기다리는 놀이

보드게임 · 협동 놀이로 차례 지키기

규칙 있는 놀이에서 성공 경험

잘 기다린 순간의 즉각 인정

피해 아동과 학급 아이들 지원

가장 자주 놓치지만 가장 중요한 부분

시우의 감정을 먼저 공감하고 안전을 확실히 보장

“무섭고 속상했겠다”고 이름 붙여 주고 회복할 시간 제공

“싫어, 하지 마”라는 자기주장 연습

교사에게 도움을 요청하는 방법의 구체적 안내

모방하는 아이들에게 그 행동이 허용되지 않음을 분명히

위축된 아이들의 놀이 복귀를 위한 소집단 활동 배치



잊지 마세요

공격 행동을 한 아이만
지원 대상이 아님
맞은 아이, 본 아이 모두

비난 없이, 그러나 분명하게

부모가 방어하지 않아야 시작되는 협력

기록지 · 체크리스트 · 영상으로 발생 상황을 함께 확인

가정 내 갈등이나 던지는 장면이 모델링이 될 수 있음을 비난 없이 설명

차례 지키기 게임, 협동 놀이 등 가정 활동 제안

발달 과정의 일부로 설명하며 함께 방법을 찾는 태도 유지

가정 스트레스와 공격성의 강도를 고려한 전문가 연계 안내



이렇게 말해 보세요

“요즘 하람이가 마음을
표현하는 방식에서 어려움을
느끼는 것 같아요.
함께 도와주면 하람이가
더 나아질 수 있어요.”



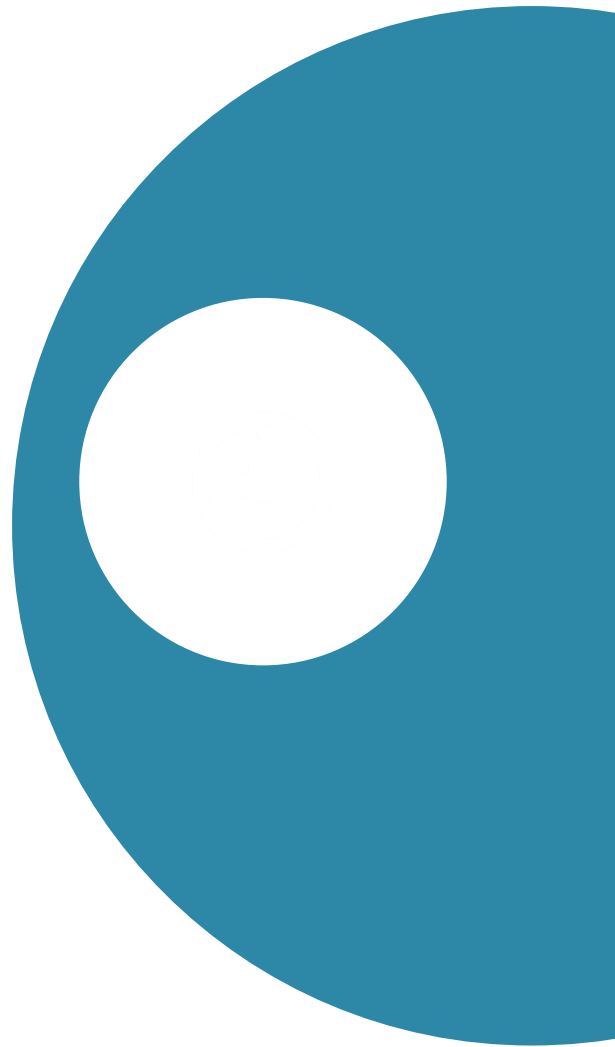
감정은 수용, 행동은 제한

공격 행동 대신 무엇을 해야 하는지 배우도록 돕는 것이 핵심
일관된 중재와 가정과의 협력으로 안전하고 예측 가능한 환경 만들기

PART 2 · 유형 ⑤

불안하고 위축된 아이

조용해서 편한 아이가 아님





4세 여아

사례 ⑤ · 중점

교사 곁을 떠나지 못하는 아이

입학 3개월이 지났으나 최근 한 달간 등원 시 울음이 다시 잦아짐

교실에서는 늘 교사의 옆이나 무릎에 앉아 있으려 함

자유놀이 시간에 혼자 블록 코너 구석에 머물

교사가 다가가면 눈을 피하고 작게 “네...” 하고 대답

간식 · 점심 시간마다 복통 호소, 두통 호소

어머니는 최근 둘째 임신으로 컨디션이 좋지 않은 상태

교실에서 보이는 네 가지 모습

내재화 문제가 드러나는 방식



분리의 어려움

헤어질 때 심한 울음과 매달림
떠난 뒤에도 오래 훌쩍임



말하지 못함

집에서는 말하나 기관에
서는 거의 안 함
질문에 작게만 대답



신체 증상

반복되는 복통과 두통
실제 이상은 발견되지 않음



짜증과 회피

소리에 깜짝 놀라 움찔
친구가 다가오면 몸을 피함

원인 — 기질과 환경의 상호작용

한 가지 원인으로 설명되지 않음



기질과 애착

어릴 때부터 예민하고 낯을 많이 가림
불안정 애착이 형성된 경우
안전기지 경험의 부족



양육과 모델링

과보호로 스스로 해 볼 기회 부족
부모의 불안에 대한 학습
부모의 성격이나 정신건강 상태의 영향



촉발 요인

동생의 출생이나 임신 등 가정의 변화
이사 · 전학 등 환경 변화
가정 내 스트레스 상황

예측 가능한 하루 만들기

불안한 아이에게 가장 강력한 약 — ‘예측 가능성’



고정된 등원 루틴

동일한 인사 → 일과 확인 → 안정자리 활동
매일 같은 순서로 반복
익숙함이 낮추는 긴장



변화 미리 알리기

자리 이동 · 새 친구 합류의 사전 예고
“오늘은 이것만 달라져요”
가장 어려운 것은 갑작스러운 변화



안전기지 되기

매일 등원 시 특별한 인사
5분씩 좋아하는 놀이 함께 하기
“여기서 할 수 있어”라는 지지

점진적으로 다가가기

강요하지 않고 불안 수준에 맞춰 한 걸음씩

1

하이파이브

짧게 스치는 접촉부터. 부담이 가장 적은 단계

2

손잡기

이동할 때 잠깐 손잡기. 아이가 먼저 놓아도 괜찮음

3

옆에 앉기

놀이하는 친구 옆에 함께 앉아 지켜보는 시간 허용

4

함께 놀이

교사가 매개가 되어 짝 놀이로 연결

감정을 다루고 긴장을 푸는 법

감정을 알아차리고 말로 표현하게 돕는 것이 출발점



감정 언어화

“엄마 생각나서 속상했구나”라고 이름 붙이기
“조용한 곳이 편할 수 있어”라는 대안 제시
감정을 인정받는 경험이 만드는 안정



기분 온도계

지금 기분을 숫자나 색으로 표시
감정의 수량화로 다루기 쉬워짐
변화를 아이 스스로 확인 가능



이완 활동

풍선 호흡, 촛불 끄기, 비눗방울 불기
손 따라 숨쉬기로 호흡 늦추기
담요 · 압박 베개로 신체적 안정감

교실 환경으로 돕기

관찰 → 짝 놀이 → 소집단, 사회적 확장의 순서 지키기

교실 안에 안전한 공간(조용한 코너) 마련

1단계 — 친구들을 관찰하며 익숙해지는 시간 허용

2단계 — 차분한 친구와 둘이 하는 짝 놀이 배치

3단계 — 작은 소집단 활동으로 확장

시끄러운 소리와 갑작스러운 움직임의 축소 및 사전 예고

대집단 활동에서 교사 가까운 선호 자리 제공



순서를 건너뛰지 않기

관찰 단계를 허용하는 것도
참여의 한 형태
서두르면 오히려 물러섬

부모의 불안을 함께 낮추기

부모가 편안해져야 아이도 편안해짐

등하원 반응, 교실에서의 안정 행동, 성공 경험을 짧고 긍정적으로 자주 공유

타악기 두드리기, 종이 찢기 · 구기기 같은 긴장 해소 놀이 안내

이불 말기, 베개 껴안기 같은 압박 놀이 소개

과보호와 대신해 주기가 불안을 키운다는 점을 부드럽게 설명

지나친 공감과 밀착 반응의 조절도 함께 논의

어머니의 양육 부담 확인과 필요한 지원 함께 찾기



부모에게 전할 말

“괜찮아, 엄마가 해 줄게”보다
“천천히 해볼까?”, “할 수 있어”가
아이를 자라게 함



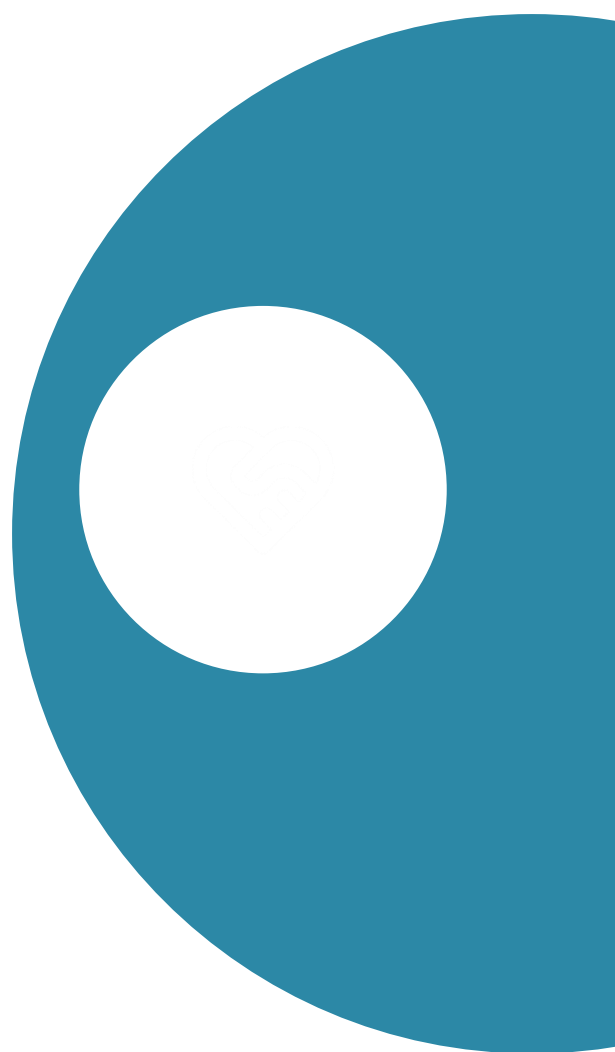
예측 가능성이 불안을 낮춤

무엇이 어떻게 일어날지 예상할 수 있을 때 찾아오는 심리적 안정
불안이 낮아진 상태에서 점진적으로 새로운 경험에 노출시키는 접근

PART 3

마무리

다섯 유형을 관통하는 것



다섯 유형을 관통하는 다섯 원칙

어떤 아이를 만나도 같은 다섯 가지



이해와 안정화

감정반영
긍정적 관계



예측성과 일관성

변화 예측
약속된 결과를
매번 동일하게



대체행동

하지 마 대신
이렇게 하자



즉각 강화

잘한 그 순간에
바로 알려주기



협력

교사 · 기관 · 가정이
같은 방향으로

전문가 연계, 언제 어떻게

연계는 부족함이 아니라 전문성과 책임감의 표현

1

여러 전략을 시도했는데

교사와 기관 차원의 개입을
일정 기간 일관되게 적용

2

변화가 없거나 악화되고

빈도 · 강도 · 지속 시간이
줄지 않거나 오히려 증가

3

안전이 위협받는다
면

자신이나 또래를 다치게 하
는 상황의 반복

4

부모와 함께 연계

기록을 근거로 제안, 결정
과 진행의 주체는 부모



행동 뒤에는 언제나 이유가

목표는 문제 행동의 제거가 아니라 아이가 다른 방법을 배우는 것
감정은 수용하고 행동은 안내하며, 작은 변화를 알아주는 어른이 곁에 있을 때
아이는 자기 방식으로 자라남