

# 엄마가 알아야 할 아이의 기억력

엄마라면 한 번쯤은 아이가 어려서 기억 못할 거라 여겼던 일을 떠올릴 때 정말인가 싶어 의문을 품은 적이 있을 것이다. 아이의 머릿속에는 언제부터 '기억'이 존재할까?

기억은 인간의 삶을 아름답게 하는 원초적인 요소다. 일상생활에서 일어나는 대부분 일이 모두 두뇌의 기억과 관련이 있다. 아이가 부모를 알아보는 것, 밥을 먹고 옷을 입는 것, 다리를 교차하며 걷고 손을 움직이는 것까지 모두 뇌가 기억해 일어나는 일인 까닭이다.

기억력은 아이의 뇌가 형성되는 태아기부터 발달하기 시작한다. 출생 직후 어머니나 아버지의 목소리에 반응한다는 것은 부모의 목소리를 기억한다는 뜻이다.

아이의 기억력은 만 2세 이후가 되면 폭발적으로 확장된다. 그 이유는 '대상영속성'에 대한 개념 때문이다. 대상영속성은 눈앞에 보이던 사물이 갑자기 사라져도 그 사물이 여전히 존재하고 있음을 인식하는 걸 뜻한다. 그런데 이 대상영속성 개념을 발달시키려면 아이는 두 가지 사고를 할 수 있어야 한다. 자신이 주변의 세계와 독립적인 존재라는 것, 또 주변의 물체가 눈 앞에서 사라져도 계속 존재한다는 것을 모두 인지해야 가능하다. 만 2세 무렵은 이 두 가지 사고를 할 수 있어 기억력이 본격적으로 발달하기 시작한다.

## 아이의 기억력 높이는 방법

### 1. 반복하라

뇌는 반복되는 정보에 주의를 기울이는 경향이 있다. 대뇌 피질에는 항상 많은 정보가 들어와 기억할 것을 선택해야 하는데, 이때 짧은 간격으로 같은 정보를 자주 반복하면 유리하다.

### 2. 소리를 내라

뇌는 소리를 좋아해 '귀로 들리는 언어'에 가장 민감한 반응을 보인다. 인간의 뇌는 말하는 기능에 맞춰 진화



▲ 사진=shutterstock

되어 왔으므로 장기기억으로 저장하고 싶은 숫자나 이름 등은 다시 한 번 귀에 들리도록 되려면 도움이 된다.

### 3. 다양한 감각을 동원하라

뇌로 입력되는 정보가 시각·촉각·청각으로 동시에 들어오면 뇌는 이것을 '강조'한다고 여긴다. 여러 감각으로 들어오는 정보는 대뇌피질의 여러 부위를 활성화시키고 전두엽은 여러 감각이 동시에 보고한 정보에 우선순위를 둔다.

### 4. 감정을 담아라

기억 장소로 불리는 해마는 감정과 정서를 담당하는 변연계의 일부다. 해마 바로 옆에는 편도체가 자리하는데 기쁨, 슬픔, 두려움, 노여움, 즐거움 등 감정을 담당한다. 해마로 들어오는 정보의 대부분이 편도체를 거치므로 감정과 정서의 영향을 많이 받게 되는 것. 감정을 덧입은 정보는 뇌가 훨씬 더 잘 기억한다.

### 5. 스토리를 만들어라

짧은 이야기, 한 장면에 기억되는 이미지 등 아이가 스토리를 만들수 있게 도와준다. 정보를 가공해 짧은 이야기를 만들거나 머릿속에 익숙한 장면 곳곳에 정보를 배치하면 더 쉽게 기억할 수 있다.



한의원 김현정입니다.  
환자의 체질과 병증에 맞는 **맞춤치료시스템**으로 아름답고 건강한 삶을 위한 여러분의 한방 주치의가 되겠습니다.

### 진료과목

- **통증치료/자동차 사고 후유증**  
두통, 목, 어깨 통증, 허리, 복부 통증, 이명, 손떨림, 관절염, 오십견
- **소아/ 청소년 클리닉**  
집중력 결핍, 성조숙증, 아토피, 여드름, 식욕부진, 충명탕, 성장탕
- **정신건강 클리닉**  
불면치료, 스트레스, 우울증, 불안증세, 공황장애, 만성피로, 기분저하
- **비만 클리닉**  
한방 해독다이어트, 체질개선 프로그램
- **부인과 클리닉**  
감상선질환, 갱년기질환, 섬유근육통
- **불임 클리닉**  
자궁근종, 자궁내막증, 다낭성난소 증후군, 양기 보강, 자궁 기능 강화, 생식기능 회복

원장 **김 현 정** Helen Kim  
Board Licensed Acupuncturist  
중앙일보 건강 칼럼리스트



### 10월 한달

무료 체질진단 및 건강상담 해 드립니다.

각종 보험 적용 문의/ 상담 무료전화 800. 639. 5022  
전화/문자 714. 722. 8774  
1351 E Chapman Ave. #G, Fullerton, CA 92831  
www.SmileACU.com

라프린세사  
**La Princesa**  
MEDISPA • LASER SKIN CLINIC

# OCTOBER

## Special Promotion

**피부 탄력 및 노화 방지**

자연스럽고 안전한 무통증 시술

**ULTHERAPY + CHOOSE 1 OPTION**

- BOTOX 40 UNITS
- PRP 1 TIME
- COLLAGEN THREAD 50 LINES

**\$2,500**

**매끈한 도자기 피부**

피부재생, 수분, 미백까지~!

**PRP 3 TIMES + 물방울 레이저 3 TIMES + SKIN CARE 3 TIMES**

**\$1,999**

**블링블링 물광피부**

칙칙한 피부를 밝고 건강하게~!

**물광 + 재생 주사 4 TIMES + GOLD THERAPY or V LINE THERAPY 2 TIMES**

**\$1,499**

\*라프린세사는 코로나 방역 수칙을 철저히 준수합니다.

\*경력선생님 초빙합니다

라프린세사  
**La Princesa**  
MEDISPA • LASER SKIN CLINIC

Medical Director— Sungkey L. Chong M.D.  
 Consultation: 714.626.0301    kakao talk app: 213.378.3970  
 f    i    l    v    laprincesamedspa  
 OPEN HOUR: Mon—Sat: 9 AM—5 PM    Thurs, Sun: CLOSED

1401 S. Brookhurst Rd. #111, Fullerton, CA 92833