

## 하루 1시간 스마트폰 보는 3살 아동, 단어 400개 덜 이해

태블릿이나 스마트폰 등을 보는 시간이 길어질수록 어린 아이들의 언어 능력 개발이 늦어진다는 연구 결과가 나왔다. 어른들과의 상호 작용이 적고 부모로부터 더 적은 단어를 받아들이고 더 적은 대화를 듣게 되기 때문이다.



이번 연구에서 관찰된 3세 아이들은 매일 평균 약 172분을 스크린 앞에서 보냈는데, 이는 어른들이 그들에게 지시하는 평균 약 1000개의 단어를 놓치고 있다는 것을 의미한다고 연구진은 말했다. 연구진은 "언어적으로 풍부한 환경에서 자라는 것은 초기 언어 발달에 필수적이다"고 말했다.

'미국의학협회저널 소아과(JAMA Pediatrics)'에 발표된 연구에 따르면 태블릿 등의 화면을 보는 시간이 길어질수록 아이들과 부모의 대화 시간이 줄어드는 것으로 나타났다. 이전 연구에 따르면 집에서 아이들과 많이 대화하고 상호 작용하는 것은 아이들의 언어 습득과 사회 정서적 발달에 핵심이다.

호주 애들레이드대 연구진은 음성 인식 기술을 사용해 2018년 1월부터 2021년 12월까지 6개월마다 기록된 220개 가족의 데이터를 조사했다. 녹음 내용에는 12~36개월 아동의 하루 평균 16시간 동안 가정에서 화면을 보는 시간과 일반적인 언어 환경이 모두 포함됐다.

연구진은 화면 시간이 늘어날 때마다 부모와 자녀 간의 대화가 감소한다는 사실을 발견했다. 이는 자녀가 가정의 어른들로부터 더 적은 단어를 듣고, 스스로 말하는 횟수가 줄어들고, 대화에 덜 자주 참여한다는 의미이다.

화면 시간의 가장 큰 영향은 36개월 연령에서 두드러졌다. 세계보건기구(WHO)가 발표한 화면 사용 시간 권장 사항(3세 어린이의 경우 하루 1시간 이하을 준수하는 가족이라도 어린이는 하루에 최대 400개의 단어를 놓칠 수 있다.

연구진은 "자녀에게 화면에서 완전히 멀리 떨어지라고 하는 것은 비현실적"이라며 "하지만 부모는 자녀의 화면 시간을 자녀와 상호 작용할 수 있는 기회로 활용하도록 권장해야 한다" 붙였다.

한편 아이들은 대략 12개월 즈음에 첫 단어를 말하게 되며, 천천히 어휘의 수준을 성장시킨다. 16~18개월 즈음에 이르면 대략 50여 개의 단어를 습득하게 되고, 18~24개월 이면 300개까지 단어 수준이 폭등한다. 이토록 어휘량이 증가하는 시기를 어휘 폭발기라고 한다.

아이의 단어 습득은 앞으로 아이의 언어 발달과 직결된 문제이다. 그렇기 때문에 아이가 단어를 사용하기 시작한다면 부모가 제대로 된 역할을 해주어야 한다.

아이에게 언어 자극을 주기 위해서 가장 중요한 것은 아이와 부모 사이의 상호작용이다. 부모는 아이와의 놀이를 통해 언어 자극을 주고, 아이의 관심에 주목하여 아이가 표현할 수 있는 기회를 적극 부여해야 한다. 이러한 상호 작용은 1~3년후 아이 언어 발달에 결정적인 역할을 하게 된다.

사진=shutterstock

**—20년 이상 풍부한—  
의료경험의 알타 홈헬스**

- ☑ 상치치료, 카테터, 당뇨 심장 케어, 항생제
- ☑ IV 수액, 체혈관, X-ray 호흡기, 언어, 물리치료 등..
- ☑ 환자의 요구에 설계된 1:1 맞춤 진료 서비스
- ☑ 많은 한국 의사선생님이 선택하신 홈헬스
- ☑ 가족과 소통하는 최고의 홈케어 제공
- ☑ 메디케어, 각종 HMO 보험 환영

Astiva Health, Brand New Day, Clever Care Health  
Family Choice, Center IPA, Seoul Medical Group, 한미 IPA

**알타 홈헬스  
PAUL KIM**

**T.213.646.9311**

9140 Trask Ave. Suite 202, Garden Grove, CA 92844

## JSK 건축, 플러밍

물  
새  
요  
:

Lic #1049049 **재해복구 전문업체**

제이킴

# 714.249.5469

# 커뮤니티 양로병원

한결같은 사랑과 기도로 내 부모님처럼 섬기는 양로병원

24시간 병간호

- 물리치료, 작업치료, 언어치료
- 링거투여, 호스피스케어
- 외상치료, 호흡기치료, 기관절개치료

각종 여가활동

- 각종 교육 프로그램
- 아트와 게임
- 종교활동
- 운동 프로그램

다양한 제공

병원 예약, 차량제공  
영양상담과  
다양한 메뉴 제공

메디케어, 메디칼  
Private/HMO/PPO

9620 Fremont Ave., Montclair, CA 91763

(909) 621-4751

한국어 상담: Faith Lim (562) 714-7792

www.communityech.com

아늑하고 편안함,  
최첨단 의료시설과 환경  
한국인에게 친절한  
상담을 받으세요.