

잘 노는 아이가 잘 자란다!

아이와 놀아주는 일은 인내를 필요로 한다. 열과 성을 다해 놀아주는 것도 잠시, 아이의 끊임없는 '또, 또' 공세에 지치기 십상이다. 그래서 세상에서 제일 힘든 일이 아이와 놀아주는 것이란 생각도 들게 마련이다.

■ 놀이로 생존의 기술을 터득한다.

놀이야말로 아이를 알아가는 최고의 방법이자 아이가 생존 기술을 배우는 가장 효과적인 학습법이다.

우선 아이들은 놀면서 신체적으로 성장한다. 예를 들어 피아노 건반을 두드리면서 손가락 근육을 키우고 공을 던지면서 힘 조절에 대해 터득한다. 이런 신체적인 움직임을 통해 근육이 발달하고 뇌도 적절하게 자극한다. 그래서 언어, 인지, 사회 등 모든 분야의 발달을 돕는데 놀이만 한 수단이 없다.

놀이는 또 아이의 스트레스를 없애는 강력한 치료제이다. 신나게 뛰어놀다 보면 스트레스 수치도 낮아진다. 불안감을 줄이고 긍정적인 감정을 고취하기 때문에 예민한 기질의 아이라면 놀면서 긴장을 떨쳐낼 수 있다.

놀이는 아이의 사회성을 키우는 데도 영향을 미친다. 함께 놀면서 상호작용을 하고 대화하고 협동하는 법을 배우기 때문이다. 5세 이전 아이들은 부모와 함께하는 시간이 많고 자기중심적으로 사고하므로 부모가 친구가 돼 놀아주는 것이 중요하다. 엄마 아빠와 몸으로 부딪히고 대화를 주고받으며 건강한 애착 관계를 형성하고 사회구성원으로 살아가기 위한 기초 능력을 배울 수 있기 때문이다.

■ 놀면서 자란다

놀이의 중요성은 잘 알지만 아이와 노는 것에는 서툰 부모들이 많다. 아이가 재미를 느끼는 부분과 부모가 재미를 느끼는 부분은 다르다. 게다가 아이들은 똑같은 놀이를 수십, 수백 번 반복하는 걸 좋아한다. 그래서 어른



들은 지루할 수밖에 없다. 그런데 똑같은 반복이라고 해도 그 과정을 통해 아이는 조금씩 변화하고 성장해간다.

■ 아이와 놀 때 기억해야 할 3가지

첫 번째는 조금해하지 말아야 한다. 아이가 놀이를 잘 따라 하지 못한다고 문제가 있다고 여기거나 재촉하는 건 금물이다. 아이들은 저마다 발달에 차이가 있다. 만약 아이가 잘 따라하지 못하는 놀이가 있다면 난도를 조절해가면서 시도해본다.

다음으로는 놀이는 놀이답게 해야 한다. 부모가 아이의 발달에만 집중한 나머지 정해진 틀만 고수하거나 다음 단계로 넘어가는데 급급하면 놀이가 학습이 되어버린다. 아이와 놀다 보면 부모의 예상과는 전혀 다른 상황이 벌어지곤 한다. 놀이에는 정답이 없다. 아이가 재미있어 한다면 함께 즐기고 반응해 주는 것이 부모의 역할이다.

마지막으로 부모가 함께해야 한다. 장난감을 주고 혼자 남겨두면 아이는 금세 싫증 내고 엄마 아빠를 찾는다. 아이가 노는 법을 배울 수 있도록 가르쳐주고 시범을 보여준 다음, 아이가 충분히 재미를 느낄 때까지 기다려주어야 한다.

사진=shutterstock

**—20년 이상 풍부한—
의료경험의 알타 홈헬스**

- ✓ 상처치료, 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 T.213.646.9311
PAUL KIM 9140 Trask Ave. Suite 202, Garden Grove, CA 92844

JSK 건축, 플러밍

물
새
요
:

Lic #1049049 재해복구 전문업체

제이킴

714.249.5469

CHAPMAN CARE CENTER
Skilled Nursing and Sub-Acute Facility

채프먼 케어센터

생명을 존중하고
사랑을 실천하는 요양병원

가든그로브와 에너하임의 경계에 위치한 채프먼케어센터는 99개의 침대를 보유한 숙련되고 전문화된 준급성의 시설로 환자께 최고의 간호 및 재활 서비스를 제공하기 위해서 노력하고 있습니다.

메디케어, 메디칼, HMO, PPO 보험 받습니다. 개인 사정에 따른 캐시 플랜도 제공합니다.

전문 간호 서비스

- 24시간 전문 간호사 케어
- 단기 재활 치료 및 장기 치료
- 링거 투여 (정맥 치료)
- 튜브 음식 투여 관리
- 전문 상처 관리
- 비경구영양, 정맥영양
- 당뇨병 관리
- 투석전우관리
- 근육경축/부목
- 통증 치료 및 관리
- 회복간호지원 프로그램 제공

채프먼의 특별 혜택

- 개인실 및 2인 1실 제공
- 전문 영양사의 전문 메뉴와 식습관 관리
- 일상 생활 프로그램 지원
- 모든 방에 TV와 인터넷 제공
- 마용과 이발 서비스 지원
- 사회복지 및 가족 지원 프로그램
- 종교 서비스
- 화원 철차 관리
- 한국 문화 프로그램 제공 (다양한 게임과 특별한 메뉴 제공)

재활 치료 서비스

- 물리 치료
- 작업 치료
- 언어와 언어 치료

추가 특별 서비스

- 약 서비스 (처방약 포함)
- 각종 검사와 방사선 검사
- 전문 영양사와 영양 상담
- 지과, 청각, 검안과, 발 전문의 서비스
- 심리학과 정신과 서비스 제공
- 호스피스 간호 서비스 제공
- 위탁 간호 서비스 제공

준급성 치료 서비스

- 모든 숙련된 간호 및 재활 서비스 포함
- 오음 치료
- 기관질 절개 치료
- 인공 호흡기 관리 및 치료

CHAPMAN CARE CENTER
Skilled Nursing and Sub-Acute Facility

12232 Chapman Avenue, Garden Grove, CA 92840

채프먼케어센터

Tel: 714.971.5517 Fax: 714.971.5701

한국인 담당/ Faith Kim (페이스킴)

714.469.5720

faithk@chapmancare.net

입원/퇴원 수속에 관한 문의는 연중 무휴 팩스 가능