

# 엄마가 알아야 할 아이의 기억력

아이가 어려서 기억 못할 거라 여겼던 일을 떠올려 놀란 적이 있는 엄마들이 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 엄마나 아빠의 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 눈앞에서 사라져도 계속 존재한다는 것을 모두 인지해야 가능하다. 만 2세 무렵은 이 두 가지 사고를 할 수 있어 기억력이 본격적으로 발달하기 시작한다.

### ■ 아이 기억력 높이는 방법

#### ▶ 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.

#### ▶ 소리를 내라

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



화되어 왔으므로 장기기억으로 저장하고 싶은 숫자나 이름 등은 다시 한 번 귀에 들리도록 되뇌면 도움이 된다.

#### ▶ 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 우선 순위를 둔다.

#### ▶ 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 덧붙인 정보는 뇌가 훨씬 더 잘 기억한다.

#### ▶ 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.

시니어 헬스케어 전문 **MART** 옆

## 하워드 약국 HOWARD DRUGS

당뇨/ 고혈압/ 콜레스테롤 상담 전문  
세리토스, 실비치, 싸이프레스, 롱비치, 하와이언 가든, 다우니

30년 병원 임상경험  
\*노약사에게 전화주세요



약사 노혜경  
Pharm.D.



(Del Amo Bl. + Pioneer Bl.)

**562-866-6011**

20141 Pioneer Blvd. Lakewood, CA 92715

Buena Park Nursing Center ★★★★★

## 부에나 팍 양로병원

### ▶ Skilled Nursing

IV 투여, 당뇨 및 투석관리, 스페셜 통증관리, 튜브영양법, Wound Care, TPN 등

### ▶ Subacute Unit

Respiratory Therapy, Tracheostomy Care Ventilator 등

서비스	재활치료
한국음식 또는 미국음식 한국인 스태프 / 한국인 소셜워커 한국책, 신문 / 24시간 한국방송 다양한 한인교회 봉사활동	물리치료 (PT) 작업치료 (OT) 언어치료 (ST)

메디케어, 개인, 메디칼, HMO, PPO 취급합니다

한국어: 562-240-3516 www.buenaparknc.com

영어: 714-828-8222 Fax: 714-828-1467

8520 Western Ave, Buena Park, CA 90620

www.faithandhopemedical.org

"아무것도  
염려하지 말고 ....."  
(빌립보서 4:6-7)

오랜 의료봉사의 경험으로 환자의 마음까지 살피는 의사

# 신창은 내과

Chris C. Shin, MD

이제 다시 **한인 어르신들**을 위해 진료하겠습니다.

30년 의학 경험과 지난 10년간 아시아 오지에서의 의료봉사 경험을 바탕으로 생명을 선물하는 신창은 내과에서 진료 받으세요!

## 믿을수 있는 최고의 의료진

신창은 내과와 함께하는

## 서울 메디칼 그룹

SMG 서울 메디칼 그룹  
SEOUL MEDICAL GROUP

### Chris C. Shin, MD

- 미국내과보드 전문의 (Board Certified)
- 방글라데시 LAMB 미션병원 내과 과장
- 인도 Manali 미션 병원 내과 컨설턴트
- 신창은 내과 원장 (2002-2012)
- UCLA / West LA VA 내과 레지던트
- Rush Medical College, MD, 시카고
- UC Irvine, University of Michigan
- 연세대학교 치의학과 재학 중 미국 유학



OPEN 진료 시간 8 AM - 4 PM (월요일 ~ 금요일)

진료 예약 **714. 577. 2340**

408 S. Beach Blvd. #204, Anaheim, CA 92804