

## 부모를 위한 조언

아기가 부모의 곁에 있고 싶다는 신호를 보낼 때 다음과 같이 행동해야 합니다.

- \* 아기와 교감하며 놀아 줍니다. 지금이 아기가 배우고 놀며 먹기에 가장 좋은 때입니다.
- \* 배우는 일은 힘든 과정임을 기억해야 합니다. 아기들은 금방 지칠 수 있습니다.

아기에게 휴식이 필요하다고 느낄 때 다음과 같이 해 보십시오.

- \* 아기의 머리를 돌리고 휴식을 취하게 하십시오. 고요한 시간을 갖는 것은 부모와 아기 모두에게 좋습니다!
- \* 환경을 바꾸어 보십시오. 소음과 사람이 많을 때 아기들은 매우 피곤함을 느낄 수 있습니다.
- \* 아기와 상호적인 활동을 멈추십시오. 때로는 형제 자매도 아기에게 감당하기 힘든 존재가 될 수 있습니다.

캘리포니아주 WIC 프로그램에서 발췌하여 수정했습니다.

이 출판물은 장애가 여러분들이 요청할 경우 다른 형식(예: 점자)으로 입수하실 수 있습니다. 요청하시려면 1-800-841-1410(TDD/TTY 1-800-833-6388)으로 전화하십시오.

본 기관은 기회 균등 서비스 제공자입니다.  
워싱턴주 WIC 영양 프로그램은 차별을 금지합니다.

**PUBLIC HEALTH**  
ALWAYS WORKING FOR A SAFER AND  
HEALTHIER WASHINGTON



## 아기가 보내는 신호를 이해하기

아기가 원하는 것이 무엇인지 알아차리기 쉽지 않습니까? 아기가 안정되고 행복한 상태를 유지하는 데 도움이 될 방법을 알고 싶으십니까?



다행스럽게도 아기들은 원하는 것이 있을 때 부모에게 신호를 보냅니다. 아기의 신호에 주목한다면 아기를 안정되고 행복한 상태로 유지하는 데 도움이 됩니다.

# 가까이 있고 싶어요!

"가까이 있고 싶어요" 신호는 아기가 부모와 함께 있고 싶음을 알리는 행동입니다.



다음과 같은 행동은 아기가 부모와 상호적인 활동을 할 준비가 되었음을 알리는 신호로 볼 수 있습니다.

- 부모의 얼굴을 바라봅니다.
- 무언가를 찾거나 빠는 행동을 합니다.
- 먹는 소리를 냅니다.
- 웃습니다.
- 편안한 얼굴과 몸짓을 합니다.
- 부모의 목소리와 표정을 따라합니다.
- 머리를 듭니다.



어떤 신호는 매우 분명하지만, 알아치리기 힘든 신호도 있습니다.

# 휴식이 필요해요!

"휴식이 필요해요" 신호는 아기가 지금의 행위를 중지하거나 다른 것을 하고 싶음을 알리는 행동입니다.



다음과 같은 행동은 아기가 지금의 상태를 중지하거나 다른 것을 하고 싶음을 알리는 신호로 볼 수 있습니다.

- 시선이나 몸을 돌립니다. 등을 구부립니다.
- 손을 뻗뻗하게 한 채 손가락을 벌립니다.
- 잠이 듭니다.
- 얼굴을 찌푸리거나 눈빛이 흐릿해집니다.
- 하품을 합니다.



울음도 "휴식이 필요해요" 신호로 볼 수 있지만, 주로 다른 신호가 먼저 옵니다. 이 신호를 빨리 파악한다면 아기가 우는 것을 막을 수 있습니다.