

◆ 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.
- * 아기와의 상호적인 활동을 멈추십시오. 때로는 형제 자매도 아기에게 감당하기 힘든 존재가 될 수 있습니다.



캘리포니아주 WIC 프로그램에서 발췌하여 수정했습니다.

이 출판물은 장애인 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



Created by the UC Davis Human Lactation Center as part of the FitWIC Baby Behavior Study. Key Resource: Sumner, B., & Barnard, K. (1980). Keys to caregiving. Seattle: NCAST, University of Washington. This project has been funded at least in part with Federal funds from the U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service. The contents of this publication do not necessarily reflect the view or policies of the U.S. Department of Agriculture, nor does mention of trade names, commercial products, or organizations imply endorsement by the U.S. Government.



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, 알아차리기 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.

P R I N T I N G S P E C I F I C A T I O N S

Title: **Understanding Your Baby's Cues (brochure)**

Size: 11 x 8.5

Paper: 70# matte text, white

Ink color: 4-color process

Special instructions: 2-sided printing. Finished job folds to 5.5 x 8.5

DOH Pub #: 960-317