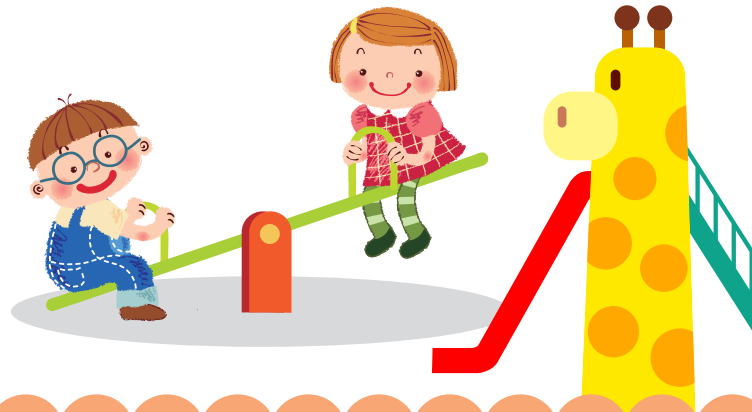


친구를 좋아하는 우리 아이가 '나는 친구가 없어요.'라고 말할 때면 부모님의 마음은 철렁 내려앉습니다. 특히 학기 초에 새로운 친구를 사귀고 적응하는 것은 쉽지 않은 과제입니다. 아이가 쉽게 친구를 사귀고, 친구들과 잘 지내도록 하려면 어떻게 해야 할까요? 먼저 아이는 현재 친구들의 놀이 상황에 대해 잘 파악해야 합니다. 부족한 역할은 무엇인지, 자신이 할 수 있는 행동은 무엇인지를 알면 쉽게 놀이에 들어갈 수 있습니다. 또한, 아이는 다른 사람의 정서를 이해하고 적절하게 자신을 조절해야 합니다. 놀이하고 있는 친구들과 정서적인 공감을 나눌 수 있는 아이는 놀이에 원만히 참여합니다.

그렇다면 부모님은 우리 아이에게 어떤 도움을 줄 수 있을까요? 우선 놀이터로 나가보세요. 아이들은 놀이 경험을 통해 자연스럽게 사회적 기술을 연습합니다. 놀이터에서는 항상 다양한 그룹이 있고 동시에 여러 가지 놀이가 진행됩니다. 그곳에서 자신도 재미있게 어울리기 위해서 아이들은 다양한 시도를 하며 관계 맺기를 습득합니다.

- **친구들의 놀이를 관찰할 시간을 주세요.** 아이가 또래의 놀이를 충분히 파악하지 않고 놀이에 참여하려고 시도할 경우, 놀이에 집중하고 있던 다른 아이들은 방해받는다고 느낄 수 있습니다. 그렇다면 우리 아이가 긍정적인 피드백을 받을 확률도 떨어집니다. 아이가 친구들 놀이에 끼지 못하고 머뭇거릴 때, "가서 놀아봐"라며 재촉하지 마세요. 상황을 파악하도록 시간을 주세요. 때로는 부모님이 아이와 함께 상황을 살펴보면서 설명을 해줄 수도 있습니다.
- **갈등 상황은 친구와의 관계 맺기를 위한 좋은 연습 기회입니다.** 우리 아이가 "이렇게 하면 너랑 안 놀아.", "너 그럼 우리 집에 초대 안한다." 등의 말을 하거나 들었을 때 너무 당황하지 마세요. 친구 맺기에 어떤 것이 효과가 있는지 실험해 보는 중입니다. 사건이 생기면 아이에게 상황을 설명해 주시고, 상대방 친구의 마음을 알려주세요. 상황과 타인의 감정을 이해하여 자신의 행동을 조절해 볼 수 있도록 해주세요.
- **부모님과 안정적인 관계를 경험하도록 온정과 지지를 보내주세요.** 아이와 부모와의 관계는 아이가 앞으로 맺어갈 여러 관계들에 영향을 줍니다. 때때로 우리 아이가 친구 관계로 힘들어 할 때면 아이의 이야기를 진지하게 듣고 공감해 주세요. 더불어 우리 아이가 시행착오를 거듭하면서 사회적으로 성숙해져 가고 있음을 믿고 기다려주세요.



## 해보세요!

- 새로운 환경을 자연스럽게 받아들일 수 있도록 해주세요.
- 어린이집이나 교실을 미리 방문해보세요. 그리고 새로운 상황에 대해 소개해 주세요.
- 아이의 이야기에 귀 기울여 주세요.
- 친구 관계로 고민하는 아이의 속상한 마음을 읽어주세요.

## 더 궁금하다면



EBS [딩동땡땡이]원  
"몽골에서 온 편지\_친구와 함께  
사이좋게 놀이하기" 중에서

