



♥ 긍정양육

엄마의 고급 립스틱을 몰래 발라
얼굴이 지저분해진 우리를 혼내지 않고,
"아이~ 예쁘네" 라며
사랑의 마음으로 표현해주신 것 기억하시나요?

● 긍정양육 129원칙

✓ 기본 전제

자녀는 존중받아야 할 독립된 인격체입니다.

✓ 실천 원리

- 부모 자신과 자녀의 이해에서부터 시작합니다.
- 부모와 자녀가 서로에 대한 믿음을 가져야 합니다.



♥ 긍정양육

점수의 높낮이에 연연하지 않고
노력에 대한 칭찬으로,
"와 잘했다! 점점 잘하네~" 라고
격려해주셨던 것 기억하시지요?

• 긍정양육 실천방법

✓ 자녀알기

아이들은 저마다 기질과 성격이 다르고, 발달특성도 개인차가 있습니다.
그러니 우리 자녀를 잘 살펴봐주세요.



♥ 긍정양육

우리가 어릴 때 부모님께 받은 따뜻한 사랑,
이제 아이들에게 전해주세요!

● 긍정양육 실천방법

✓ 나 돌아보기

부모로서의 나 자신은 어떤 특성과 개선할 점이 있는지 돌아켜보세요.

✓ 관점 바꾸기

내 자녀의 '문제'행동이라 생각한 것이 정말 고쳐야 할 행동인지 관점을 바꾸어보세요.



♥ 긍정양육

장난감으로 온 방을 어지른 아이에게,
"아빠도 같이 놀자"라며
긍정적인 언어로 함께하시면 어떨까요?

● 긍정양육 실천방법

✓ 같이 성장하기

부모로서의 내 역할을 자녀의 성장에 맞추어 변화시켜주세요.

✓ 온전히 집중하기

자녀와 보내는 시간에는 온전히 자녀에게만 집중해주세요.



♥ 긍정양육

창문에 크레파스로 낙서했을 때,
"창문에 꽃이 피었네"라며 표현하시면
아이들 얼굴에도 꽃이 피지 않을까요?

• 긍정양육 실천방법

✓ 경청하고 공감하기

자녀의 의사표현을 적극적으로 들어주고 자녀의 감정에 공감해주세요.



♥ 긍정양육

오늘의 당신을 있게 한 사랑의 마음이
내일의 아이들에게도 함께 하도록,
사랑의 마음을 긍정적인 방법으로 표현해 주세요.

● 긍정양육 실천방법

✓ 일관성 유지하기

자녀가 동의할 수 있는 약속과 규칙을 정하고, 일관성 있는 태도로 대해주세요.



♥ 긍정양육

“어른의 시선”이 아닌 “아이의 시선”으로,
긍정 양육의 첫 걸음을 떼어보세요!

● 긍정양육 실천방법

✓ 실수 인정하기

부모도 때로는 실수할 수 있음을 인정하고, 사과해주세요.

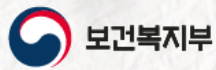
✓ 함께 키우기

어려움이 있을 때는 주변 사람이나 전문가에게 도움을 요청하세요.



부모와 자녀, 모두가 행복해지는

긍정 양육



보건복지부



아동이 행복한 세상

아동권리보장원

National Center for the Rights of the Child