



출생부터 3 세까지 아이의 발달

Your Child's Development From Birth to 3 Years

생후 첫 몇 개월부터 첫 몇 년 사이에 아이가 겪는 경험들은 아이의 건강, 웰빙, 대처 기술에 평생 영향을 미칩니다. 부모의 돌봄, 양육, 안전한 육아는 아이가 건강하게 발달하도록 돕습니다.

아동 발달에 대한 이해를 통해 부모가 무엇을 기대할 수 있는지 알고, 아이가 건강하게 성장할 수 있도록 돕기 위해 무엇을 할 수 있는지를 파악할 수 있습니다. 생후 첫 몇 년 동안 아이는 행동을 통해 자신의 욕구를 표현하고 자신이 어떻게 변화하고 자라는지 나타냅니다. 아이의 행동에 주의를 기울이면 급속한 성장과 발달의 시기 동안 아이를 키우는 데 도움이 될 수 있습니다.

아래에 명시된 아동 발달의 각 단계에 대한 설명은 정해진 일련의 규칙이 아닌, 가이드라인입니다. 아동은 각자의 속도로 성장해 나갑니다. 자녀의 발달에 대해 걱정이 되는 경우, 담당 의료 서비스 제공자와 상의하십시오.

태어났을 때부터 3 개월까지, 아이는:

- 태어났을 때부터 엄마, 아빠의 목소리를 인지합니다
- 자신의 목소리를 알게 됩니다
- 눈 맞춤과 미소를 좋아하고 표정을 살핍니다
- 울음을 통해 자신의 욕구를 표현합니다
- 주목을 받을 때 웅얼이를 하고 까르륵거리는 소리를 냅니다
- 소리에 깜짝 놀라며 소리에 맞춰 반응을 보입니다
- 팔과 다리를 쭉 뻗거나 움직입니다
- 배를 대고 엎드려 머리를 들어 올립니다
- 소리 나는 것과 움직이는 것을 찾기 위해 머리를 치켜듭니다
- 옆으로 몸을 굴립니다
- 발과 손의 존재를 알게 되고 물건을 집습니다
- 눈으로 움직이는 물체를 따라갑니다

3 개월부터 6 개월까지, 아이는:

- 대략 90 도로 머리를 들어 올립니다
- 약간의 지지로 앉은 자세를 취합니다

- 도움을 받아 일어섭니다
- 앞에서 옆으로 몸을 굴린 다음 모든 방향으로 몸을 굴립니다
- 손을 뻗어 물건을 잡고 손에 쥐고 있던 것을 놓습니다
- 자신의 이름에 반응합니다
- 사회적 상호 작용을 즐깁니다
- 색상에 관심을 보입니다
- 얼굴을 구별하고 친근한 사람에게 좋아함을 드러냅니다
- 행복할 때 웃고 기쁜 비명을 내지릅니다
- 6 개월 정도가 되면 직접 볼 수 없더라도 물체가 존재한다는 것을 이해합니다

6 개월부터 12 개월까지, 아이는:

- 자신의 이름을 인지합니다
- "엄마" 또는 "아빠"와 같은 일부 단어에 반응합니다
- 말을 하거나 소리를 반복하거나 웅얼이를 합니다
- 다른 아이나 다른 사람들의 간단한 동작을 따라합니다
- 좋아하는 것과 좋아하지 않는 것에 대해 강한 느낌과 감정을 표현하며 행복함과 슬픔을 보입니다
- 긴 시간 동안 도움 없이 안정적으로 앉아 있습니다
- 뚜껑이 없는 컵으로 물을 마십니다
- 누가 도움을 주거나 잡아주면 버티고 서 있습니다
- 배를 땅에 대고 움직이거나 끄물거린 다음 기어다닐 수 있습니다
- 8~18 개월 사이에 걸음마를 떼고 혼자 걷습니다
- 기어다니는 것과 걷는 것을 즐깁니다
- 자신을 돌보는 사람으로부터 큰 주목을 받는 것을 좋아합니다
- 낯선 사람이 주변에 있을 때 무서워하며 부모가 자신을 떠날 때 울입니다
- 일부러 장난감이나 물건을 던집니다
- '까꿍 놀이' 또는 '짝짜꿍 놀이'와 같은 사회적 놀이를 합니다
- 일상에서 신나는 변화가 많이 일어남에 따라 아이가 밤에 더욱 자주 깰 수 있습니다

12 개월부터 18 개월까지, 아이는:

- 에너지가 넘치고 모든 것을 탐색하고 싶어합니다
- 손가락이나 손가락을 이용하여 직접 음식을 먹습니다
- 유아용 침대에서 밖으로 기어 나올 수 있습니다
- 혼자 걷고 한 번에 한 계단씩 올라갑니다
- "엄마 가?" 또는 "다 했어"와 같이 짧은 구절로 말합니다
- 기본적인 문장을 이해하고 한 단어로 구성된 문장으로 말합니다. 예를 들어, "많이 주세요" 대신 "많이"라고 말합니다
- 책에 나온 그림에 이름을 지어줍니다
- 간단한 지시를 따릅니다
- 자신 말할 수 있는 것보다 더 많은 것을 이해합니다
- 주목받는 것을 즐깁니다
- 혼자서 가장 잘 놀며 장난감을 공유하며 놀지 않습니다
- 부모가 정한 제한 사항에 협조하거나 저항합니다
- 쉽게 좌절합니다
- 적게 울지만, 더 자주 훌쩍이거나 징징거릴 수 있습니다
- "아니"라는 단어를 정확히 사용하거나 고개를 젓습니다
- 애착 장난감이나 애착 이불을 갖게 될 수 있습니다
- 단기 기억을 갖게 되며 부모가 하지 말라고 하더라도 그러한 행동을 합니다 부모가 하라고 한 행동을 반대로 하기도 합니다

18 개월부터 36 개월까지, 아이는:

- 2~3 단어로 구성된 문장을 씁니다
- 단어 또는 동작을 이용하여 도움을 청합니다
- 숫자를 세고 새로운 단어를 사용할 수 있습니다
- 모양과 크기를 이해합니다
- 여러 감정을 보여줍니다
- 다른 사람의 감정을 인지하고 반응하는 방법을 배웁니다
- 인정받길 원하고 칭찬을 필요로 합니다
- 많은 질문을 물어봅니다
- '코트 입어'와 같은 요청에 반응합니다
- 점차적으로 두 손 중 한 손을 더 많이 사용합니다

- 계단을 오르고 내릴 수 있습니다
- 세발자전거 타는 법을 배울 수 있습니다
- 뛰고, 오르내리고, 발로 차고 공을 던질 수 있습니다
- 음악에 맞춰 춤을 춥니다
- 이야기를 말하고 노래를 부르고 놀이를 합니다
- 더 자주 혼자서 하려 노력합니다
- 건조기에서 세탁물을 꺼내는 것과 같이, 간단한 집안일을 돕습니다
- 무엇을 공유하는 것을 힘들어하며, '아니' 또는 '내꺼야'라는 말을 합니다
- 일상적인 일들에 친근해지고 이를 즐깁니다
- 친근한 사람들을 알아보고 이름을 지어줍니다
- 새로운 사람, 물건 또는 소리에 관심을 보입니다
- 혼자 놀거나 다른 아이들 근처에서 놀기를 즐깁니다
- 36 개월 정도가 되면 가상 놀이를 즐깁니다
- 특정 성별과 동일시하기 시작할 수 있습니다
- 집중하는 시간이 늘어납니다
- 시행착오를 거쳐 문제를 해결합니다
- 집단 활동에 참여합니다
- 안는 것과 같이 애정 표현을 공공연하게 보여줍니다
- "주세요", "고맙습니다"와 같은 사회적 언어를 사용합니다
- 성인의 행동을 따라합니다
- 할 수 있는 것보다 더 하고 싶어서 가끔 좌절을 느낍니다
- 실제 및 상상 속 위험 또는 불편한 상황에 대해 불안함을 느끼기 시작할 수 있습니다.

추가 정보

아동 건강 및 발달에 대한 자세한 정보는 다음의 리소스를 참고하십시오:

- [HealthLinkBC File #92a 여러분 자녀와 놀이 출생 후 만 3 세까지](#)
- [HealthLinkBC File #92c 여러분 자녀의 감정](#)
- [HealthLinkBC File #92d 배변훈련](#)
- [HealthLinkBC File #92e 취침시간](#)

Baby's Best Chance 는 다음을 참고하십시오:

- www.healthlinkbc.ca/babys-best-chance

Toddler's First Steps 는 다음을 참고하십시오:

- www.healthlinkbc.ca/toddlers-first-steps