

# 주니파의 솔루 관찰 일기: 출생부터 15주까지

관찰은 몬테소리 육아에서 중요한 부분이다. 아기와 함께 하루를 보내는 동안 형식에 구애받지 않고 자유롭게 비형식적으로(informally) 아기를 관찰한다. 반면 관찰 과정을 기록하는 것에 전념할 때는 과학자처럼 형식적으로(formally) 관찰한다. 이 형식적 관찰(formal observation)은 아이의 발달을 기록하는 데 기여한다.

『베이비 몬테소리 육아대백과』의 저자 주니파는 적어도 한 달에 한 번 그녀의 아들 솔루의 종합적인 면을 체계적으로 관찰하려고 노력했다. 그녀의 관찰 노트를 통해 그녀가 아기를 어떻게 관찰했고 무엇을 기대했는지 알 수 있게 되기를 바란다. 그녀의 관찰 기록은 그녀가 솔루의 환경을 어떻게 준비하고 조정했는지 알려 주고, 솔루가 시기별로 어떤 것을 발달시키려고 노력했는지 보여 준다.

## ★ 생후 1개월 관찰 기록

**환경(모든 것을 위한 공간):** 우리는 수면 공간, 식사 공간, 활동 공간, 기저귀를 가는 공간을 만들었다.

**수면 공간:** 우리는 접이식 배시넷(bassinet, 바구니같이 생긴 아기 침대)을 사용한다. 이것은 공간을 덜 차지하여 침대 옆 테이블이나 때때로는 침대 위에도 쉽게 놓을 수 있다. 우리는 생후 2개월 동안 몇 번 여행해야만 했고 접이식 배시넷이 여행할 때 사용하기 쉽다는 것을 알았다.

**식사 공간:** 우리의 방 모서리에 의자와 수유 쿠션이 있다. 또한 물 한 컵, 엄마인 나를 위한 비타민, 책 한 권, 간식, 나의 휴대전화, 그 밖의 수유하는데 필요한 것들을 올려놓는 작은 스톨이 있다. 솔루는 원하면 언제든지 먹고 잔다.(배고플 때 먹고 졸릴 때 잔다.) 우리는 그가 새로운 환경과 낮과 밤의 변화에 적응하는 동안 그의 생체 리듬을 존중하고 있다. 나는 처음부터 오직 모유 수유를 하고 있다. 나는 한쪽 젖을 먹인 후에 충분히 비우고 나서 다른 쪽 젖을 수유한다.(이 방법은 아기가 어떤 쪽의 젖을 먹었는지 메모할 수 있다. 그래서 어느 쪽 젖에서 이어서 수유를 할지 알 수 있다.) 나는 스케줄에 맞추지 않아도 된다. 솔루가 스스로 젖을 먹을 때를 안다. 그는 잘 먹고 3시간 동안 배고파하지 않는다.(모든 아이가 다르기 때문에 생후 1개월 동안 당신의 아기가 더 자주 먹기를 원하는 것은 괜찮거나 정상이다. 그의 요구를 충족해 주면 그는 서서히 자기만의 리듬을 만들어 갈 것이다.)

**기저귀를 가는 공간:** 우리가 기저귀를 가는 동안 아기가 어른의 행동을 지켜보고 얼굴을 볼 수 있도록 기저귀 교환대를 설치했다. 우리는 기저귀 가는 과정을 항상 일관되게 했고, 기저귀를 가는 동안 아기에게 말을 해 준다. (예를 들면 “나는 네 바지를 벗기는 중이야. 나는 네 다리를 들어 올릴 거야.”)

**활동 공간:** 작은 매트나 매트리스, 거울과 모빌이 있다.

**토폰치노:** 나는 이 작은 베개에 대해서 말로 다 표현할 수 없다. 솔루는 토폰치노 위에서 자고, 휴식을 취하고, 몸무게를 쟀다. 솔루가 태어나고 이틀 뒤에 우리 가족 8명 정도가 우리 집에 방문했고 돌아가면서 그를 안았는데 토폰치노 덕분에 그는 깨지 않았다. 토폰치노는 질서와 안정의 또 다른 감각을 제공한다. 토폰치노 덕분에 아기가 우리 품에 안겨 있거나 잠이 들었을 때 아기를 침대에 내려놓는 것을 수월하게 할 수 있었다.

**웃:** 우리는 처음부터 천 기저귀를 사용했다. 천 기저귀는 천연 재료로 만들어졌고 화학 물질을 포함하고 있지 않

다. 아기가 축축한 느낌을 느낄 수 있는데 이것은 나중에 배변 훈련에 도움이 되는 기술인 젖었을 때의 자극을 느낄 수 있게 한다. 가능하다면 생후 첫 두세 달은 기저귀 배송 서비스를 이용하는 것을 권장한다.

**우리는 솔루를 단단히 감싸지 않는다. 우리는 반드시 그가 즐겁게 움직일 수 있도록 한다.** 필요할 때는 얇고 가벼운 담요를 덮이거나 바지를 입히지만 항상 그가 잘 움직일 수 있도록 고려한다. 생후 첫째 주에도 우리는 그가 몸을 움직이는 것을 관찰했고 자유롭게 할 수 있어서 기뻐했다. 몸이 원하는 대로 할 수 있도록 움직임이 자유로운 상태로 옷을 입히는 것은 아이들이 반사 운동을 연마하고 훈련하게 한다.

**신생아 셔츠:** 보디슈트(onesie) 대신에 우리는 가장자리에 똑딱이 단추가 있는 셔츠를 입혀 기저귀를 쉽게 교체할 수 있다. 그리고 솔루의 머리 위로 셔츠를 잡아당기거나 탯줄 멍치를 성가시게 하지 않고서 셔츠를 벗길 수 있다. 신생아 셔츠와 기저귀 또는 가끔 양말 한 켤레가 생후 1개월까지 그의 옷장을 차지했다.

**우리는 손싸개를 사용하지 않았다.** (손은 자궁 안의 태아 때부터 삼는 기준점 중에 하나다. 임신 중에 초음파 검사를 했다면 아기의 얼굴 옆에 있는 손을 봤을 것이다. 생후 1개월 때 아기는 흔히 손을 얼굴 옆에 갖다 대고 있다. 손싸개를 씌우면 아기가 이런 기준점을 인식하는 것을 막는다.) 솔루를 출산 센터에서 집으로 데려왔을 때 그의 손톱은 길었다. 첫째 날 밤 나의 어머니는 아기의 손톱은 스스로 탈락한다고 말했다. 그때 나는 솔루의 손톱을 다듬으려던 참이었다. 나는 조심스러웠지만 어머니의 지혜를 믿기로 했다. 우리는 생후 2-3개월 동안 그의 손톱을 깎지 않았고 손톱은 자연스럽게 잘려 나갔다. 솔루는 절대 손톱으로 자신의 몸을 긁지 않았다. 보아하니 그의 손톱이 부드러워졌거나 혹은 그가 손톱으로 얼굴을 만져보면서 얼굴을 긁지 않는 편이 좋겠다고 스스로 배웠기 때문일지도 모른다.

**모빌:** 우리는 생후 1개월 동안 무나리 모빌과 팔면체 모빌을 사용했다. 솔루는 둘 다 매우 좋아했다. 우리는 가끔 차를 타고 이동할 때에도 모빌을 가져갔다. 모빌은 그를 평온하게 한다.

**대조가 강한 이미지:** 솔루는 무나리 모빌뿐만 아니라 흑백 책을 보는 것을 매우 즐겼다.

**책:** 처음부터 나는 솔루에게 책을 읽어 줬다. 내가 가장 좋아하는 책 중의 하나는 멤 폭스(Mem Fox)의 『열 개의 작은 손가락과 발가락(Ten Little Fingers and Ten Little Toes)』이다. 그는 이 책을 매우 좋아한다.

**음악:** 우리는 솔루에게 노래를 불러 주고, 음악을 틀어 주고, 소리를 듣게 하기 위해 야외로 데려간다. 나는 가끔 임신 중에 들었던 클래식 음악을 틀어 주는데 그의 반응은 정말 놀랍다. 마치 그는 그 음악을 알아보는 것처럼 매우 평온하게 음악을 듣는다. 정말 아름다운 장면이다.

**터미타임:** 솔루가 생후 2주부터 배로 엎드려 있는 시간을 가지는 기회를 주기 시작했다. 항상 거울 앞에서 터미타임(tummy time)을 가졌고 그가 안달하거나 피곤해 보이면 바로 그를 뒤집어 줬다. 생후 1개월일 때 그는 잠시동안 머리를 들고 버틸 수 있었다.

**아기 띠:** 솔루를 데리고 외출할 때 유모차를 이용하는 대신에 아기 띠(Moby wrap 또는 the Eargo carrier)를 착용

한다. 이것은 아기가 안전지대에서 벗어날 때 익숙한 기준점을 유지하게 한다. 또한 아기 띠는 아기를 안는 것을 편리하게 한다.

**자연에서 보내는 시간:** 솔루가 맑은 공기를 마시고, 자연의 모빌(나무, 새, 구름)을 보고, 자연의 경이로운 소리를 들을 수 있도록 매일 주기적으로 바깥에서 시간을 보낸다. 이것은 그가 낮과 밤과 변화에 적응하도록 도와준다.

**우리는 고무젖꼭지를 사용하지 않는다.**

**딸랑이 방울:** 나는 생후 3주쯤에 솔루에게 딸랑이 방울을 소개했다. 이것은 주로 아기가 반사적으로 움켜질 때인 생후 2-3개월에 권한다. 솔루는 (무의식적으로) 항상 손을 쥐다 펴다 했다. 나는 그가 딸랑이 방울에 어떻게 반응하는지 보고 싶었고, 그가 종소리를 즐기리라 생각했다. (우리는 딸랑이 방울을 생후 3개월 때까지 사용했다.)

### ★ 생후 2개월 관찰 기록

생후 2개월도 1개월과 같이 많은 관찰이 필요하다. 다른 점은 솔루가 매일 자신의 능력을 더 의식하고 향상한다는 것이다. 솔루가 생후 2개월 때 여행을 많이 했지만 몬테소리 원칙을 계속해서 지켰다.

**질서와 기준점을 유지했다:** 우리는 솔루를 안을 때 토폰치노를, 이동 중에 그를 재울 때는 베시넷을 계속해서 사용했다. 우리는 처음부터 기저귀 패드를 사용했다. 아기가 독립적인 시간을 보낼 수 있고 흑백 책이나 모빌을 설치할 수 있는 휴대용 매트도 있다. 우리는 모빌을 매다는 창의적인 방법들을 생각해 냈다. 한번은 우리가 모빌을 무거운 도마의 손잡이에 매달고 부엌 조리대의 가장자리에 도마를 놓았다. (솔루의 손이 아직 모빌에 닿을 수 없어서 안전했다.)

**다른 모빌을 소개했다:** 솔루가 가장 좋아하는 것은 나비 모빌이다. (나비 모빌은 생후 6-9주의 신생아에게 가장 매력적인 모빌이며 내 아들도 다르지 않았다.) 그는 이 모빌을 매우 좋아했다. 고비 모빌로 바꿨을 때 그는 내가 나비 모빌을 다시 가져올 때까지 눈에 띄게 속상해했다.

**옷:** 이제 솔루는 우리의 움직임에 더 많이 적응했다. 우리는 서서히 그리고 조심스럽게 신생아 셔츠를 바꿨다. 우리는 옷을 벗기기 전에 그가 준비할 수 있도록 그의 옷을 벗길 것이라고 말했다. 또한 우리는 올인원 기저귀로 바꿨다. 왜냐하면 천 기저귀 서비스를 더 이상 이용할 수 없기 때문이다. 우리는 자주 그의 무릎과 발을 벌거벗게 하고 필요하면 양말이나 다리 토시를 입힌다.

**자연:** 우리는 많은 시간을 자연과 야외에서 보낸다. 우리는 등산을 하러 가고 바다로 간다. 솔루는 보통 아기 띠 (Moby wrap 또는 the Eargo carrier)에 있다.

### ★ 생후 3개월 관찰 기록

솔루가 생후 15주이 되었을 때 이 관찰 기록을 작성했다. 나는 우리가 이 여정을 시작한 지 15주가 지났다는 것을 깨닫지 못했다. 나는 이 포스팅을 위해 방금 그의 나이를 찾아봤다. 그는 지난 15주 동안 정말 많이 자랐다. 지금 그가 하는 것들의 요약이다.

#### 대근육 활동

- 4분 이상 동안 머리와 어깨를 들어 올리고 버틴다. 이 행동을 여러 번 반복할 수 있다.
- (뱀처럼) 한 곳에서 다른 곳으로 미끄러지듯 기어간다. 뒤로 움직이거나 회전하는 것을 더 쉽게 한다.
- 앉아 있거나 넘어지지 않게 떠받치고 있을 때 그는 앉으려고 하는 것처럼 머리를 앞으로 젖힌다.
- 어제 막 그는 (뱀처럼) 스스로 기어가려고 하면서 엉덩이와 배를 들어 올리기 시작했다.
- 뒤집기를 하기 위한 것으로 보였지만 이것은 순전히 그의 움직임을 바탕으로 한 추측일 뿐이다.

#### 소근육 활동, 눈과 손의 협응

- 솔루는 매달린 사물에 손을 뻗어 닿으려고 어느 정도 효율적으로 다가갈 수 있지만 아직 몇 번은 닿지 못하고 놓친다.
- 그는 몇 분 동안 물체를 움켜잡고 버틸 수 있다.
- 그는 놀이감을 꼭 쥐 상태에서 놓을 수 있지만 아직은 이 행동이 의도적인지는 불확실하다.
- 그는 손에 쥐고 있는 물체를 입으로 가져갈 수 있다.
- 오늘 나는 그가 딸랑이를 한 손으로 잡고 다른 한 손으로 만지는 것을 관찰했다.
- 그는 종종 왼손으로 (사물을) 치고, 뺏고, 잡는다.

#### 언어

- 솔루는 아주 많은 소리를 낸다!
- 그는 누군가 그에게 말을 할 때 조용히 하고 그 사람의 입을 주시한다. 그리고 반응한다.
- 최근에 그는 비명을 지르거나, 소리치거나, 꺽하는 날카로운 소리를 내거나, 그 밖의 다른 큰 소리를 낸다.
- 2주 정도 전에 그는 침으로 풍선을 불고 입술을 가지고 노는 데 많은 시간을 보냈다.
- 그는 노래 불러 주는 것을 좋아하고 그가 가장 좋아하는 노래가 있다. 그가 요즘 가장 좋아하는 노래는 “Solu ebezina na mummy no nso”이다.
- 내가 어떤 행동을 반복하기를 원한다면 그는 소리를 내서 나에게 알린다.
- 며칠 전에 우리는 운전을 하고 가다가 주유를 하려고 멈췄다. 그는 그때 모유를 먹고 있었다. 안이 더워지자 그는 젖을 물다가 입을 떼고 횡설수설했다. 그가 정말로 “왜 차 시동을 켜나요? 나 너무 더워요!”라고 말하는 것 같아 보여서 우리는 크게 웃었다.

#### 배변

- 솔루는 하루에 한 번 보통 아침에 배변한다. 그가 꽤 규칙적이어서 난 최근에 유아용 변기를 들여왔다. 우리는 3일 연속으로 두 번 총 6일 동안 사용했고 매번 그는 변기에 앉자마자 방귀를 끼고 몇 분 후에 배변했다. 그가

배변을 마치면 소변을 누었다.

- 나는 그의 소변을 추적하거나 어떤 패턴도 알아채지 못했다. 그는 목욕할 때 오줌을 싼다. 그리고 나는 두 세시간 마다 그의 기저귀를 갈아 주려고 노력하고 기저귀는 대부분 젖어 있다.
- 그는 천 기저귀를 쓴다.

### 놀이감과의 교감

- 지금 솔루가 가장 좋아하는 놀이감은 퍼즐 볼(puzzle ball)이다. 그는 오랜 시간 동안 그것을 주시하고 또한 그것을 잡고 그의 입으로 가져간다.
- 그는 짧은 시간 동안에 거울 보는 것을 즐긴다.
- 나는 이번 주가 끝나기 전에 원목 모빌을 사용해 볼 계획이다. 어떻게 되는지 알려 줄 것이다.
- 그는 책과 교감한다. 몇 쪽의 그림을 그가 가장 좋아하는지 쉽게 알 수 있다.
- 내가 어떤 행동을 반복하기를 원한다면 그는 소리를 내서 나에게 알린다.

### 수유

- 솔루는 그가 원할 때 언제든지 모유를 먹는다. 배고플 때 보통 그는 뒤척이거나 그의 검지를 빨다. 한동안 반응이 없으면 그는 난리를 친다.
- 그는 거의 잠들었을 때나 방금 일어났을 때 잘 먹는다. 다른 때에는 산만해지고 많은 휴식 시간을 갖는다.
- 그는 먹는 동안 여러 번 트림을 시키거나 스스로 트림을 한다. 또한 그는 방귀를 많이 꾸고 가스가 많이 차 있는 것처럼 보인다.
- 그는 내가 먹이는 분유에 반응을 보이는 것처럼 보이고, 더 많은 가스가 찬다.
- 내가 탄수화물을 많이 먹고 채소를 안 먹을 때 그는 배변 보는 것을 힘들어한다.
- 우리는 최근에 그가 맛볼 수 있게 음식을 입술이나 혀에 닿게 하기 시작했다. 지금까지 포도, 익히지 않은 요리용 바나나, 사과를 경험하게 했다. 우리는 그것을 그의 입에 가까이 가져와 그의 입술에 문지른다. 그는 머뭇거리다가 그것을 핥거나 손을 뻗어 잡으려고 한다.

### 수면

- 솔루는 3-4시간 동안 잔다.
- 그는 최근에 우리 침대에서 자고 잠들기 위해 젖을 먹는다.
- 우리는 현재 그가 낮잠을 잘 때 바닥 침대(floor bed)에서 자도록 바꾸려고 노력 중이다. 그는 우리 침대에서 잘 때도 잠든 지 40분 후에 깨고, 다시 잠드는 대신에 주위를 살피고 기어 다니려고 하기 시작한다.
- 그는 잠투정을 많이 한다! 특히 그가 매우 피곤할 때.
- 그가 처음으로 깬 때 하품을 하거나 눈을 비빌 때 발견하는 것이 더 낫다. 그렇지 않으면 그는 자기 손이나 내 손을 빨거나 핥으려고 하거나, 침대를 긁거나, 눈을 깜빡이지 않거나, 주위를 보거나, 손을 들거나, 자신의 손가락을 잡거나 하며 깨어 있기 위해 많은 행동을 한다.
- 그의 현재 일과는 이렇다:  
오전 6-7시쯤 기상, 모유 먹기, 아침 목욕, 걷기, 놀기 / 오전 9-11시 사이에 낮잠, 먹기, 놀기 / 오후 1-3시쯤 낮잠, 먹기, 놀기 / 오후 4시 30분쯤 아주 짧은 낮잠 / 저녁 6-7시쯤 목욕 / 저녁 7-8시쯤 취침

### 그 외의 기록

- 며칠 전 밤에 솔루는 젖을 먹기 위해 일어났고 나는 화장실을 써야만 했다. 그래서 남편이 그를 안고 그에게 말하고 있었다. 내가 방으로 다시 돌아왔을 때 나는 아무 소리를 내지 않았다. 그는 모퉁이에 있는 나를 보자 정말 깜짝 놀랐다. 그는 거기에 누군가가 있을 거라고 기대하지 않았던 것 같았다. 꽤 웃기고 동시에 이상했다. 우리 부부는 그가 특정 소리에 깜짝 놀라는 것에 익숙했지만 이번엔 달랐다.
- 최근에 나는 그가 더워지고 땀을 흘리기 시작하자마자, 에어컨을 보고/뻘히 쳐다보기 위해 몸을 뒤집고, 기지개를 켜고, 구부린다는 것을 알아챘다. 그가 이 상황을 이해해서 그런 것일까?

### 사회적/감정적

- 솔루는 매우 행복한 소년이다. 그는 많이 웃고 사람들과 교감한다. 그는 사람들의 얼굴을 잘 알아본다. 특히 부모인 우리의 얼굴을. 그가 잠에서 깰 때는 몸을 풀기 위해 약간의 시간이 걸린다. 그를 자동차 카시트나 유모차 안에 앉히면 심각한 얼굴을 한다.

### 건강

- 솔루는 매일 키가 크고 몸이 커진다. 그를 보는 모든 사람은 그가 월령에 맞게 얼마나 건강하고, 크고, 튼튼한지 언급한다. 그의 가슴과 등에 발진이 있지만 없어지는 것 같이 보인다.
- 그는 BCG(TB vaccine), Penta 1, and Penta 2 백신을 접종했다. Penta 2 백신을 맞고 그의 왼쪽 허벅지에 움푹 들어간 자국이 있었다.

이것은 생후 15주 동안 관찰한 나의 작은 아기, 솔루에 대한 간략한 요약이다. 나는 이 여정을 그와 함께 할 수 있었다는 것에 매우 감사하고 축복받았다고 생각한다.