

# 어린이가 죽음에 대해 슬퍼할 때



죽음은 아주 어린 아이에게도 영향을 주는 우리 삶의 일부입니다. 사랑하는 존재를 잃은 아이의 정서적 고통을 생각해서 죽음이라는 주제를 피하거나 어린이의 주의를 다른 데로 옮기고 싶은 마음이 들기 마련입니다. 어린이를 슬픔에서 차단할 수는 없지만 유도하고 위로할 수는 있습니다.

## 프리스쿨 시기의 어린이는 죽음에 대한 이해도가 제한적입니다.

5세 이하 어린이는 대체로 죽음을 일시적인 것으로 생각합니다. 어린이들은 할머니가 돌아가셨다는 말을 들으면 "언제 다시 만날 수 있어? 어디 가셨는데?"라고 물어보기도 합니다. 어린이는 자신의 행동 때문에 그 사람이 죽었다고 믿을 수도 있습니다. 죽음에 대한 이러한 제한적인 이해는 특히 부모나 양육자를 잃은 경우에는 분노와 버림받은 느낌으로 이어질 수 있습니다. 죽음에 대해 이야기할 때는 반드시 구체적인 단어를 사용하고, 그 사람이 잠들었다는 말은 잠자리에 대한 두려움을 일으키므로 삼가해주세요.

## 프리스쿨 시기의 어린이는 주변 사람들의 슬픔에 반응합니다.

어린이는 다른 사람이 슬퍼하는 모습을 보면 따라 옵니다. 슬퍼하는 어른을 위로하려고 애쓸 때도 있습니다. 기억에 대해 이야기하거나 사진을 보는 것은 어른과 어린이 모두 슬픔을 처리하는 데 도움이 될 수 있습니다.

## 슬픔의 기복에 대비하세요.

프리스쿨 시기의 어린이는 현재에 살기 때문에 슬픔을 빨리 극복하는 것처럼 보일 수도 있습니다. 하지만 그 사람이 돌아오지 않는다는 것을 알게 되면 다시 슬퍼할 수도 있습니다. 배변 실수, 짜증을 내거나 편안한 물건에 집착하는 것과 같은 미성숙한 행동으로의 퇴행은 이 시기에 흔히 발견되는 현상입니다.

## 어른이 도울 수 있습니다.

슬픔에 잠긴 어린이에게 사랑받고 있으며 죽음에 대한 책임이 없다고 말하는 것으로 안심시킬 수 있습니다. 자라는 동안에도 같은 말을 반복해서 들려줘야 합니다. 죽음 이후에 벌어지는 일에 대한 부모의 신념에 관해 이야기해볼 수도 있습니다. 만약 부모 중 한 명이 사망하면 누가 어린이를 돌볼지 분명하게 말해주세요. 다시 웃고 놀고 행복해도 괜찮다고 알려주세요. 가능한 최대한 아이의 일상을 유지하세요. 식사 시간, 취침 시간, 유치원 일정 등을 평소 대로 해주세요.

## 죽음을 담담하게 다루는 동화책을 읽어주세요.

지역 도서관의 사서로부터 자녀에게 적당한 책을 골라달라고 부탁해도 좋습니다.

## 더 많은 도움이 필요한 어린이도 있습니다.

오랫동안 슬퍼하는 어린이를 위해 상담을 받는 방법도 생각해 보세요. 어린이가 일상적인 활동에 거의 관심을 보이지 않거나, 잠을 못 이루거나, 정상적으로 먹지 않거나, 계속해서 퇴행적인 행동을 보이거나, 친구 또는 놀이에 대한 관심을 잃거나, 고인과 함께 한다는 말을 꺼내거나, 다니던 보육 프로그램이나 프리스쿨에 가지 않으려고 한다면 해결책이 필요합니다.

### English Title: When Children Mourn



13 Children's Research Center  
University of Illinois at Urbana-Champaign  
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469  
Telephone: 217-333-1386  
Toll-free: 877-275-3227  
E-mail: iel@illinois.edu  
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois  
State Board of  
Education