# 독 립

## 제가 스스로 할 수 있도록 도와주세요

자립을 증진한다는 것은 필요한 지원을 제공하면서 사람들이 가능한 한 스스로 할 수 있는 일의 기회를 만들어주는 것을 의미합니다.

## 필수 요소

1. 스스로 해낼 수 있는 일은 절대 도와주지 마세요
2. 1.기억력과 독립성을 지원하는 기법을 활용하세요
3. 장애를 예방하려면 누군가 대신 '해 주는' 것이 아니라 스스로 '할 수 있도록' 지원해야 합니다. 그래야 과잉 장애를 예방할 수 있습니다

## 치매, 장애 및 노년층을 위한 몬테소리 교육

핵심 원칙 (자존감, 독립성, 선택권, 의미있는 참여)을 통해 웰빙을 증진합니다 .

몬테소리 교육법의 네 가지 원칙은 치매, 장애 및 노년층의 자존감과 독립성, 그리고 스스로 선택하고 지역사회에 의미있는 기여를 할 수 있는 능력을 지원합니다. 이는 특히 치매나 기타 장애를 가진 노인뿐만 아니라 그 가족, 간병인, 그리고 지역사회 구성원들의 삶을 변화시키는 데 도움이 됩니다.

Association Montessori Internationale © 2026

# 지침

## 1 준비된 환경

일상적인 작업을 더욱 즐겁게 할 수 있도록 환경을 조성하여 장애물을 최소화하고 접근성을 향상시키십시오. 명확한 안내표지판과 라벨을 사용하고, 미관을 우선시하며, 불필요한 물건을 줄이고, 전체적으로 시각적 일관성을 유지하십시오.

## 2 과제 세분화

시각 자료나 간단한 지침을 활용하여 활동을 더 작고 순차적인 단계로 나누고, 대상자들이 스스로 완료할 수 있도록 지원합니다.

## 3 일상생활 활동

소근육 운동 능력과 주의 집중력을 활용하여 일상생활 활동의 독립성을 지원하는 맞춤형 일상생활 활동을 제공합니다. 붓기, 퍼내기, 짜기 등의 활동은 운동 능력과 협응력을 회복, 유지 및 향상시켜 개인 위생 관리, 식사, 그리고 의미 있는 역할을 도와 개인의 자립성을 지원합니다.

## 4 시각적 일정표

그림 일정표를 활용하여 일일 활동을 대략적으로 제시함으로써 이해를 돕고, 반응형 행동을 최소화하며, 하루의 독립심과 통제력을 키워줍니다.

## 5 예측 가능한 일상

식사, 운동, 휴식과 같은 일상적인 활동에 대해 예측 가능한 일과를 확립하여 일관성을 통해 독립성을 키우세요.

## 6 최소한의 지원

필요한 수준의 지원만 제공하여 사람들이 스스로 할 수 있는 범위에서 최대한 많은 작업을 완료할 수 있도록 합니다.

## 7 반복을 통해 기억력을 강화하세요

수건접기, 양말 짝맞추기, 물건 분류하기와 같이 반복적이고 친숙한 활동을 통해 기억력과 자립성을 강화하세요.

## 8 환경적 단서

몬테소리 교육법에 기반한 안내표지판과 시각적 큐카드를 활용하여 대상자들이 스스로 환경을 탐색할 수 있도록 안내하세요. 예를 들어, 이름표가 붙은 문이나 색깔로 구분된 길 등에 사용할 수 있습니다.

ASSOCIATION MONTESSORI INTERNATIONALE AMI

mdda.montessori-ami.org

Association Montessori Internationale © 2026