

아동권리 존중 측면에서 본 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 인식*

이순희** 서영숙***

Children's Perception about Rest and Naps in Early Child Care and
Education Centers Based on the View of Respecting Children's Rights

Lee, Soon Hee Suh, Young Sook

본 연구는 아동권리 존중 측면에서 어린이집에서의 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 인식과 요구는 무엇인지 알아보는 것이 목적이다. 연구대상은 서울시 국공립 B어린이집 원아 만4세 20명, 만5세 20명으로 총40명이다. 연구방법은 면담조사와 프로젝트활동 중에서 참여관찰로 이루어졌으며 이 과정에서 수집한 관찰기록, 녹음자료, 동영상자료의 전사본을 내용분석 하였다. 연구결과로 첫째, 유아가 인식하는 휴식의 의미는 가족과 함께 하는 시간, 재미있는 놀이하는 시간, 힘들고 화날 때 필요한 시간, 맛있는 음식을 먹는 시간으로 나타났으며 둘째, 어린이집에서의 낮잠에 대해 유아들은 자기 싫은데도 자야하는 시간, 조용한 음악 듣는 시간, 자고나면 기분이 좋아지는 시간으로 인식하였으며 셋째, 어린이집에서의 휴식 및 낮잠에 대해 유아들은 친구들이 귀가 후 종일반에 모였을 때 쉬고 싶어 하였으며, 교실 외 별도의 공간을 필요로 하고, 휴식할 때 친숙한 성인의 보호를 요구했다. 이 결과를 통해 유아들의 휴식 및 낮잠을 즐길 수 있는 권리를 존중하는 측면에서 향후 연구방향을 제안하였다.

▶ 주제어 : 아동권리, 아동권리 존중 보육, 휴식, 낮잠

* 이 논문은 2013년 춘계학술대회(한국보육지원학회) 포스터 발표 논문임.

** 제1저자 : 숙명여자대학교 아동복지학과 박사과정

*** 교신저자 : 숙명여자대학교 아동복지학부 교수, youngss@sw.ac.kr

I. 서론

유엔아동권리 협약 제 31조에 의하면 “모든 아동은 적절한 휴식과 여가생활을 즐기며, 문화예술 활동에 참여할 권리를 가진다.”라고 명시되어 있다. 휴식의 권리는 아동의 최적의 건강과 안녕을 보장하기 위해 그들이 과제나 교육 등 여러 종류의 활동에서 적절한 수면을 포함한 충분한 휴식의 기회를 제공받아야 한다는 것을 의미한다. 어떤 활동으로부터 휴식과 수면을 위한 시간을 가질 권리는 아동의 발달적 능력과 요구들에 초점이 맞춰져야한다 (Convention on the Rights of the Child, 2013).

아동발달에 있어 휴식 및 낮잠은 기본적인 생존권에 해당하며 당연히 보장되어야 함에도 불구하고 집단생활에서 보장되지 못하는 경우가 있다. 이는 아동의 생존권과 기본권을 박탈하는 것이라고 볼 수 있으며 집단생활에서는 다양한 자극, 긴장, 스트레스 등을 받을 수 있기 때문에 가정에서보다 더 많은 휴식과 낮잠시간이 필요하다. 그러나 정해진 일과의 운영시간 등으로 인하여 실제로 휴식과 낮잠시간이 짧게 운영되어지는 부분은 성인이 아동의 입장에서 다시 생각해 봐야 할 문제이다.

2003년 UN에서는 한국의 아동들이 지나친 사교육으로 극심한 스트레스를 받고 있으므로 개선하여야 한다고 권고하였다. 이는 국제사회에서조차도 한국의 아동들은 부모의 무분별한 조기교육에 의해 놀 시간도 없이 여러 학원을 돌아다니며 교육을 받고 있는 현실은 아동권을 침해하는 행위라고 규정짓고 있다(우남희, 2004).

아동은 놀이를 통해서 리더십과 동료 및 어른과의 사이에서 존중을 배우고 사회성을 배우며 인생을 살아가는 방법을 배우게 된다. 그러므로 아동들에게 있어 가장 중요한 권리중의 하나는 놀 권리이다. 놀이는 그자체로 가치롭고 즐겁고 보람된 것이며 현재의 삶에 대하여 심미적이고 개인적인 기쁨을 맛보게 해준다. 그러므로 발달을 재촉당하지 않고 인생의 고유한 한 단계인 아동기를 아이로서 살아갈 수 있도록 놀이시간을 허락하는 것은 우리가 취해야 할 정당한 선택이며 마음껏 놀며 자라야하는 아이들의 권리를 찾아주는 것이 가장 좋은 교육이다. 하지만 현대는 전통적인 놀이를 비롯하여 실외놀이가 줄어드는 현상이다. 새로운 과학기술에 의한 전자 놀이감, 비디오게임, 컴퓨터를 매체로 하는 놀이의 등장으로 아동들이 놀이터나 공원 등 실외에서 놀이를 하는 시간은 확실히 감소된 것으로 보인다(이종희, 조은진, 김송이, 2009). 다른 나라에서는 아동의 놀이를 위하여 다양한 정책들을 펴나가고 있다. 영국에서는 현 정부가 주도하는 장기적인 아동정책인 Children's Plan에 놀이정책을 포함시키고, 2008년부터 3년간 소요할 액수로 2억 3천만 파운드(약 4천6백억 원)에 달하는 예산을 책정하

였으며(BBC NEWS, 2007.12.11.) 미국에서는 학업성취를 위주로 운영되는 일부 유아원과 헤드스타트 프로그램에서 놀이가 축소되거나 초등학교에서 휴식시간이 없어지는 실태를 우려하여 실외놀이의 중요성을 강조하고 실외놀이의 안전기준을 충족시키기 위한 놀이터의 지속적인 업그레이드 사업을 추진하며, 새로운 미국 장애인 법에 따라 장애인의 실외놀이터 사용 가능성을 높이기 위한 지침을 적용해 나간다고 한다(Johnson, Christie, & Wardle, 2005). 또한 아프리카에서는 아동들이 지역적인 위험요소에 의해 물 길러 오는 일, 빨감을 주워오는 일등 집안일을 돌봐야 하기 때문에 놀 수 있는 여가시간을 방해받고 있는 실정이므로 산타클루주에서는 비 오는 날은 아동들이 놀 수 있기에 천막을 쳐주어 비가와도 놀 수 있도록 지역 사회 단체에서 지원하고 있다(EMILEY STAKE, 2011).

아동기는 끊임없이 움직이면서 놀이에 집중하며 놀이에 한 번 몰두하게 되면 피곤함을 미처 느끼지 못하거나 휴식하고자 하는 신체적 요구를 짜증을 내거나 심하면 안전사고까지 이를 수 있으므로 놀이와 적절한 휴식 및 수면은 필수적이라고 할 수 있다. 또한 충분한 휴식 없이는 활동의 효율성이 반감된다는 점에서 학습시간 못지않게 아동의 놀이와 휴식에 대한 연구는 주목할 필요가 있다(김지희, 2012).

보건복지부 2012년 보육실태조사 결과(보건복지부 보도자료 2013. 5. 10.)에 의하면 맞벌이의 어린이집 이용시간은 영 유아모두 하루 평균 8시간이상 이용하며 외벌이의 경우 영아는 6시간, 유아는 7시간 이용하는 것으로 나타났다. 또한 유치원에서 조차 종일제가 일반적으로 시행되고 있는 상황에서 유아들이 안전하고 건강한 생활을 위해 그들의 휴식 및 낮잠에 대한 구체적인 세부내용이 교과과정에 반영되어야하며 그것이 실질적으로 잘 실행될 때 휴식에 대한 유아들의 권리를 존중해 주는 것이라 볼 수 있다.

휴식이나 여가의 권리를 포함하는 아동권리와 관련된 연구는 유아기 자녀를 둔 부모의 아동권리 인식조사 연구(신지현, 2004), 유아권리와 권리교육에 대한 보육교사의 인식 및 요구 분석(서영숙, 서혜정, 김진숙, 2009b), 보육교사가 인식한 영유아 권리 존중 보육의 실행내용 항목을 추출한 연구(김진숙, 서영숙, 2012) 등 지금까지는 부모나 교사들의 아동권리인식에 관한 연구와 교사교육을 통해 인식변화를 알아본 연구 등은 있으나 유아들의 인식을 조사한 연구는 미흡한 실정이다.

위 보건복지부에서 밝힌 바와 같이 영유아들은 최소 하루 6시간에서 8시간 이상 어린이집에서 지내고 있으므로 그들에게 충분한 휴식과 적절한 낮잠 시간을 확보해주는 것은 당연한 일이다. 그러나 실제로 어린이집 영유아의 휴식에 대한 연구는 거의 이루어지지 않고 있으며 다만 휴식의 한 형태인 낮잠시간에 대한 연구는 낮잠에 대한 교사와 부모의 인식을 조사한

연구(이슬기, 2008)를 통해 대부분의 어린이집에서 낮잠시간을 운영하고 있으며 교사들은 바람직한 방법으로 낮잠을 지도하고 있으나 유아 부모의 경우 낮잠이 꼭 필요한 것은 아니며 낮잠을 원하는 영유아만 재우거나 영유아의 컨디션을 고려하여 어린이집에서의 낮잠시간을 융통성 있게 운영되길 위하여 낮잠시간을 운영하는 과정에서 교사들은 부모의 요구 수용에 대한 압박을 느낀다고 보고하였다. 이와 같이 어린이집에서의 낮잠에 대한 교사와 부모의 인식에 대한 기존 연구는 있으나 실제 낮잠을 자야 하는 유아들의 휴식 및 낮잠에 대한 연구는 없는 것으로 보인다.

교과과정과 일상의 스케줄은 종종 놀이와 휴식의 필요성 또는 제공에 대한 인식이 부족한 채로 만들어지며 하나의 프로그램으로 잘 짜여진 경쟁적인 모험들안에 아이들의 휴식시간을 그곳에만 집중하는 것은 아이들의 신체적, 정신적, 인지적 그리고 사회적 안녕에 해가 될 수 있다(Convention on the Rights of the Child, 2013). 표준보육과정이나 누리과정에서 휴식 및 낮잠에 대한 필요성은 강조되어 있으나 실질적으로 어떻게 실행되고 있는지, 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 인식은 어떠한지 살펴볼 필요가 있다. 그러므로 본 연구를 통해 휴식 및 낮잠에 관한 유아들의 인식을 살펴보고 아동권리존중의 측면에서 유아들의 휴식 및 여가생활의 권리를 적절하게 보장해 줄 수 있는 방안을 모색해 볼 수 있을 것이다. 따라서 본 연구의 목적은 유아들의 목소리에서 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 인식을 알아보고, 어린이집에서 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 요구는 어떠한 것들이 있는지 알아보고자 한다.

이러한 연구 목적을 위하여 다음과 같은 연구 문제를 설정하였다.

1. 유아가 인식하는 휴식의 의미는 무엇인가?
2. 어린이집에서 낮잠에 대한 유아들의 인식은 어떠한가?
3. 어린이집에서 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 요구는 무엇인가?

II. 연구방법

1. 연구대상

연구를 위하여 본 연구자가 근무하는 서울시 국공립 어린이집에 다니는 만4세 20명, 만5세 20명으로 총 40명의 유아를 대상으로 담임교사 2명, 비담임 교사 1명과 연구자가 함께 참여하였다. 본 연구에 참여 유아들의 일반적인 배경은 <표 1> 와 같다.

<표 1> 참여 유아들의 배경

연 령	재원기간	성 별	내 용		유 아 수	총 수
			부모맞벌이여부			
만4세	2년	남	맞벌이	2	2	6
			외벌이	.		
		녀	맞벌이	2	4	
			외벌이	2		
	3년	남	맞벌이	2	3	6
			외벌이	1		
		녀	맞벌이	3	3	
			외벌이	.		
	4년	남	맞벌이	4	5	8
			외벌이	1		
		녀	맞벌이	1	3	
			외벌이	2		
만5세	2년	남	맞벌이	3	3	4
			외벌이	.		
		녀	맞벌이	1	1	
			외벌이	.		
	3년	남	맞벌이	2	3	7
			외벌이	1		
		녀	맞벌이	2	4	
			외벌이	2		
	4년 이상	남	맞벌이	2	3	9
			외벌이	1		
		녀	맞벌이	3	6	
			외벌이	3		

2. 연구질문

본 연구의 목적을 위하여 데이터의 충실성을 확보하고자 2가지 방법을 사용하였다.

1차 방법으로 참여관찰과 개방형 질문형태의 반구조적 면담을 개별로 실시하였다. 본 연구자가 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 인식과 요구를 알아보기 위하여 연구의 목적에 적합하도록 문항을 개발하여 수정 보완 후 사용 하였으며 문항구성 시 기존 프로젝트 연구를 기반으로 기본문항을 구성하였고 이에 대한 보육전문가 3인의 검증으로 개발한 문항의 내용 타당도를 확보하였다. 개방형 질문형태의 내용은 <표 2> 와 같다.

<표 2> 유아들의 휴식 및 낮잠에 대한 개방형 질문 내용

개 방 형 질 문 내 용
휴식이 무엇이라고 생각하나요?
어떨 때 휴식하고 싶나요?
어린이집에 있는 동안은 어떨 때 제일 휴식하고 싶나요?
어린이집 안에서는 어디서 가장 휴식하고 싶나요?
어린이집에서 낮잠 자는 것에 대해 어떻게 생각하나요?
어린이집에서의 낮잠시간은 무엇이라고 생각하나요?
(낮잠 자고 싶지 않은 경우) 왜 낮잠을 자기 싫어요?
(낮잠 자고 싶지 않은 경우) 친구들이 낮잠 잘 때 뭐하고 싶어요?
낮잠을 자고나면 기분이 어때요?
낮잠을 자지 않으면 기분이 어때요?
몸이 아플 때는 어디서 쉬고 싶어요?
(어린이집에서 쉬고 싶은 경우) 왜 어린이집에서 쉬고 싶어요?

2차 방법으로는 ‘휴식’이란 주제를 가지고 프로젝트 활동을 실시하였다. 만4세, 만5세 유아들에게 반별로 자유롭게 다양한 프로젝트 활동을 통하여 휴식에 대한 유아들의 인식과 요구를 알아보려고 하였다. 교사가 일방적으로 계획해 놓은 프로그램을 수동적으로 따라하는 것이 아니라 유아들 스스로 토의하고 계획하며 능동적이고 자발적으로 참여하여 무에서 유를 창조하는 적극적인 프로젝트 활동을 실시하였다.

3. 자료수집

질적 연구 자료의 충실성을 위하여 2차에 걸쳐 자료를 수집하였다.

1차 자료 수집은 반구조화 질문을 통해 개개 유아들의 휴식에 대한 심층적 의미 탐색을 위하여 2012년 10월 22일에서 10월 26일까지 일주일 동안 실시하였으며 평소 유아들과 라포 형성이 잘 되어 있는 담임교사를 통해 유아들이 익숙한 공간인 각반 교실에서 실시하였다. 연구자가 미리 개발한 개방형 질문의 내용으로 최대한 편안한 가운데 면담을 실시하였으며 소요시간은 유아 한 명당 5분에서 10분정도 걸렸고 보다 명확한 의미를 파악하기 위하여 보충 질문을 추가로 하였으며, 면담내용을 기록하고 녹음하며 자료를 수집하였다.

2차 자료 수집은 프로젝트 활동을 통해 유아들의 목소리가 자연스럽게 도출될 수 있는 맥락을 조성하였다. 프로젝트 활동은 2012년 11월1일에서 11월30일까지 한 달간 실시하였다. 반별로 ‘휴식’에 관한 이야기 나누기를 통해 유아들과 자유롭게 의견을 나누고 그에 대한 주제 망을 짠 후 각각의 주제에 대한 활동을 유아들이 직접 계획하고 담임교사와 함께 준비하

며 실행하였다. 자료 수집은 관찰, 그림, 기록, 녹음, 사진촬영을 하였다.

4. 자료분석

본 연구를 위해 수집된 자료는 이론의 도출 보다는 프로젝트활동 과정을 통하여 휴식에 대한 유아들의 인식과 요구를 파악하는데 중점을 두었다.

1차로 실시한 개방형 질문형태의 반구조적 면담조사를 통해 녹음한 자료를 전사하였으며 전사한 내용을 여러 번 반복해 읽으면서 내용의 의미를 찾아내고 그 의미를 분류하였다. 분류한 내용을 정확하게 하기 위해 보육전문가의 도움을 받아 비슷한 내용과 중복되는 내용들을 하나의 범주로 묶으면서 의미 파악에 중점을 두었으며 재차 확인하는 단계를 거치면서 내용을 분석하였다.

2차로 실시한 유아들의 프로젝트 활동을 통해 수집된 다양한 자료들은 연구의 타당도를 높이기 위해 참여관찰과 면담을 상호 보완적으로 활용하며 분석하였으며 보육전문가의 도움을 받아 수정 보완 하였다. 또한 자료들의 타당성을 확보하기 위하여 삼각측정법을 사용하여 다면적인 방법으로 연구를 재검토 하였다.

개별면담과 프로젝트 진행을 통하여 수집한 기존데이터를 재검토한 결과 휴식에 대한 유아의 인식과 요구를 이해하는데 있어 유아의 연령과 교수자의 프로젝트 실행능력은 대체적으로 결과 도출에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

Ⅲ. 연구결과 및 해석

본 연구의 목적은 유아권리 존중의 측면에서 유아들의 직접적인 목소리를 통해 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 인식과 요구는 무엇인지 살펴보는 것이었다. 그에 따른 연구 결과로 크게 세 가지로 분류해 볼 수 있다. 첫째, 유아가 인식하는 휴식의 의미와 둘째, 어린이집에서의 대표적 휴식시간인 낮잠에 대한 유아들의 인식과 셋째, 어린이집에서 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 요구로 분류할 수 있으며 자세한 내용은 아래와 같다.

1. 유아가 인식하는 휴식의 의미

1) 가족과 함께하는 시간

유아들에게 가장 두드러지게 나타나는 휴식에 대한 의미는 가족과 함께하는 의미를 많이 포함하고 있음을 사례에서 볼 수 있다.

교사: 햇님반 친구들은 휴식이 뭐라고 생각해요?

친구들의 이야기를 한번 들어 볼까요? 현준이는 휴식이 뭐라고 생각해요?

현준: 엄마랑에 집에서 쉬는 거요.

민주: 엄마랑 집에서 책보며 쉬는 거요.

혜인: 아니야! 집에서 엄마랑 노는 거야 ...엄마랑 놀다가 잠 오면 자는 거야.

혜지: 쉬는 거는 잠자는 거야?

무진: 우리 아빠는 집에 있을 때 잠자는데...맨날..맨날..

혜지: 우리 아빠도 맨날.. 맨날..그치..

(혜인이를 쳐다보며./혜인이 혜지는 쌍둥이 자매이다.)

혜인: 응. 그럼 아빠는 맨날 맨날 쉬는 거네.

나도 아빠랑 집에서 맨날 맨날 쉬고 싶다.

(만4세, 프로젝트, 2012.11.6.)

면접 자료와 그림 자료, 프로젝트 자료에서 본 바와 같이 동물도(강아지) 자기 집(강아지 집)에서 쉬는 것을 휴식이라고 표현 하였고 제시한 그림자료 외에 다른 유아들의 그림에도 주로 가족과 함께하는 그림들이 많이 보이며 유아들에게 직접 설명을 들어 보아도 가족과 함께하는 의미가 어릴수록 많이 포함되어 있음을 알 수 있었다. 또한 가족을 언급할 때 유아들의 표정은 그 어떤 때보다 행복해 보였고 안정되어 보였다.

유아들은 어려서부터 자기의 의사와 상관없이 부모의 선택에 의해 일찍부터 어린이집에 맡겨졌다. 그로 인해 부모와 함께 있는 시간을 많이 필요로 함을 알 수 있었으며 당연히 그들의 휴식이란 가정에서 부모와 함께하는 의미를 포함한다고 볼 수 있다.

2) 재미있는 놀이하는 시간

유아들이 인식하는 휴식의 의미는 다양한 놀이 활동을 통한 휴식이 내포되어 있음을 볼 수 있다. 연령이 증가 할수록 놀이시간과 휴식시간의 구분은 명확하지 않으며 이는 유아들에게

있어 놀이가 곧 휴식임을 의미한다.

교사: 지수는 휴식이 무엇이라고 생각해요?

지수: 휴식은 쉬는 거예요. 놀면서 그냥 쉬는 거요.

(만4세 면담, 3년차, 2012.10.24.)

교사: 태경이는 휴식이 뭐라고 생각해요?

태경: 쉬는 시간에 자전거 타며 노는 거요.

(만5세 면담, 3년차, 2012.10.24.)

교사: 애들아! 너희들은 휴식이 뭐라고 생각해요?

오늘은 휴식에 대해서 이야기 해볼까요?

지수: 그건 쉬는 거지. 그냥 가만히 쉬는 거

도현: 쉬는 거? 난 그냥 노는데...장난감가지고 놀아. 잡기놀이도하고...

승우: 런닝맨 놀이 하면서 잡기놀이하면 진짜 재밌는데...

선생님 우리 런닝맨 놀이해요.

윤주: 나도 그거 TV에서 봤는데...

교사: 너희들 TV 많이 보는구나.

승우: 집에서 쉴 때 봐요. 영화도 봤어요. 삼촌이랑.

팝콘 먹으면서 영화 보면서 놀아요.

윤주: 나는 쉴 때 이모랑 공원에 갔는데...

교사: 공원에 가서 뭐했어요.

윤주: 그냥 산책했어요. 저번 날에는 계곡에 갔는데 거기서 물놀이 했어요.

도현: 나는 노래방 갔는데 거기서 막 춤추고 노래했어요. 싸이 요. 말 춤 요.

승우: 엄마 아빠랑 찜질방에서 계란 먹다가 싸이가 말 춤추는 거 봤는데 재밌어요.

하영: 엄마 아빠 쉴 때요. 우리는 찜질방 가서 쉬어요.

(만5세, 프로젝트, 2012.11.9.)

1차 조사로 유아들에게 휴식이 무엇이라고 생각 하느냐에 대한 질문에 만4세는 놀면서 쉬는 것이라고 하였고 만5세 유아는 자전거 타며 쉬는 것 이라고 대답하였으나 2차 프로젝트 활동에서는 좀 더 다양한 표현을 하는 것으로 보아 1차 질문을 통해 유아들에게 휴식이라는 단어가 조금은 익숙해진 것으로 보인다. 영화 및 TV보는 것, 산책하는 것, 계곡 가는 것, 노래방 가는 것, 찜질방 가는 것들이 만5세 유아에서 나타나며 이러한 현상은 만5세 유아는 만4

세 유아에 비해 좀 더 다양한 놀이 경험에 의한 활동적인 분위기를 느낄 수 있으며 하고 싶은 재미있는 놀이를 하는 것 그자체가 휴식으로 인식하고 있음을 볼 수 있다.

3) 힘들고 화날 때 필요한 시간

어릴수록 생리적인 현상에 의해 힘들 때 쉬고 싶어 하였으며 연령이 증가 할수록 정신적인 스트레스로 인해 화나고 속상할 때 쉬고 싶어 하였다.

교사: 소연이는 어떨 때 쉬고 싶어요?

소연: 감기 걸렸을 때요.

혜지: 졸릴 때 자고 싶어요. 선생님 근데요 밥 많이 먹으면 졸려요.

(만4세 면담, 3년차, 2012.10.22.)

교사: 너희들은 어린이집에서 어떨 때 쉬고 싶어요?

태린: 언제 고추물줄 때 무거워서 힘들었어요.

려원: 바깥놀이하고 들어와서 못 쉬고 이야기나누기 할 때 쉬고 싶어요.

(만4세 면담, 3년차, 2012.10.24.)

교사: 윤주는 어떨 때 쉬고 싶어요?

윤주: 계곡 갔을 때 물고기 잡고 싶은데 엄마가 못 잡게 했어요.

돌멩이 많다고 안 된 됐어요. 올 때 차안에서 화나서 잠갔어요.

(만5세 면담, 3년차, 2012.10.24.)

교사: 지수는 어떨 때 쉬고 싶어요?

지수: 힘들 때요... 맘 데로 놀고 싶은데 자꾸 엄마가 못하게 해요.

하기 싫은 거 자꾸만 하라고 해요. 그래서 힘들어요. 하기 싫어요.

(만5세 면담, 4년차, 2012.10.24.)

만4세 유아는 감기에 걸려서 아프거나 식사 후에 졸릴 때 가장 휴식하고 싶어 하며 만4세 유아는 신체적인 움직임이 많을 때 힘들어하며 쉬고 싶어한다. 즉, 만4세는 기본적인 생리 현상에 의해 휴식을 취하고 싶어 하는 반면 만5세 유아는 스트레스가 많아 정신적으로 힘들 때 가장 휴식하고 싶은 것으로 나타났다. 성인의 지나친 간섭이나 지시가 많은 활동을 유아들로 하여금 힘들고 화나게 하는 요인이 되며 이러한 힘든 활동 후에 가장 휴식을 취하고 싶어 하

는 것으로 보인다. 이에 따라 성인은 유아들에게 스스로 자발적인 활동을 많이 할 수 있도록 격려해 주는 것이 필요하며, 안전에 큰 문제가 없다면 지나친 간섭보다는 믿고 지켜봐주는 것이 오히려 유아들에게 도움이 될 수 있다. 또한 실외놀이 등 신체 활동량이 많은 시간 이후에는 잠시나마 휴식시간을 갖은 후 이야기나누기 등을 진행하는 것이 훨씬 효과적일 수 있다.

4) 맛있는 음식을 먹는 시간

유아들이 인식하는 휴식의 의미에는 맛있는 음식을 먹는 시간이 포함되어 있으며 맛있는 음식을 먹고 나면 기분이 좋아지고 힘이 난다고 한다. 특히 만5세 유아들은 놀이와 관련된 음식을 먹는 것이 포함되어있다.

교사: 너희들은 휴식이 뭐라고 생각해요?

선우: 맛있는 거 먹는 거요. 피곤할 때 먹으면 또 힘나요.

상울: 언제 이모가 어린이집 갔다 왔을 때 나는 피자 만들어 줬는데 그래서 먹었어.

엄청 맛있어. 그래서 기분이 좋아.

(만4세 면담, 3년차, 2013.6.18.)

교사: 은하수반 친구들은 어떻게 쉬고 싶어요?

예은: 저번에 우리엄마, 아빠랑 찜질방 갔는데 거기서 잠자고 왔어요.

우리도 찜질방에서 쉬고 싶어요. 찜질방가면 삶은 계란 먹어요. 계란 먹고 목마르면 식혜도 사먹어요. 우리도 계란 먹으면서 찜질방 놀이해요. 선생님!

(만5세, 프로젝트, 2012.11.13.)

휴식을 취할 때 만4세 유아는 집에서 가족이 직접 만들어 주는 음식을 먹으며 쉬는 것을 말하며 만5세 유아는 놀이와 관련된 음식을 먹으며 놀이하는 것을 휴식으로 인식하고 있다. 친구들과 찜질방 놀이를 하면서 삶은 계란과 식혜를 먹고 싶어 하였으며 실제로 삶은 계란과 식혜를 먹으며 찜질방 놀이를 할 때 더 흥미로워 하였다. 이와 같이 만4세, 만5세 유아는 공통적으로 휴식이란 상황에 따라 적절한 무엇인가를 먹는 것으로 인식 하고 있음을 볼 수 있다.

2. 어린이집에서 낮잠에 대한 유아들의 인식

1) 자기 싫은데도 자야하는 시간

만4세 유아들은 낮잠 자는 것을 좋아하지만 연령이 높을수록 낮잠을 싫어하며 자기 싫은데도 자기의사와 상관없이 자야하는 시간으로 인식하고 있다.

교사: 어린이집에서 낮잠 자는 것에 대해서 어떻게 생각해요?

나예: 좋아요. 자고 싶어요.

교사: 만약 낮잠을 자지 않으면 기분이 어떨까요?

나예: 졸려서 안 좋아요

(만4세 면담, 2년차, 2012.10.22.)

교사: 상을이는 어린이집에서 낮잠 자기 싫다고 했는데 왜 싫어요?

상을: 안 졸려서 자기 싫어요. 놀고 싶어요. 장난감가지고 놀고 싶어요.

근데 안자면 선생님이 막 자라고 해요. 교실에 불도 끄고요.

그래서 그냥 누워있어요. 맨날 맨날....

(만4세 면담, 3년차, 2012.10.22.)

교사: 어린이집에서 낮잠 자는 것에 대해서 어떻게 생각해요?

수아: 자기 싫어요. 안 피곤해요.

(만5세 면담, 3년차, 2012.10.24.)

어린이집에서 낮잠 자는 것에 대하여서는 만4세 유아는 대부분 좋아 하였지만 만5세 유아는 낮잠 자기 싫어하는 경우가 많이 나타났다. 이것은 보육시설 평가인증 지표에 만4세까지는 반드시 낮잠을 자야 하지만 만5세는 낮잠에 대하여 자유롭게 허용해 주는 타당한 근거가 된다. 낮잠을 자기 싫은 이유로는 만4세 유아는 졸리지 않고 친구들과 장난감을 가지고 더 놀고 싶기 때문이며 만5세는 피곤하지 않기 때문으로 나타났다. 또한 유아들은 하루의 일과에 의해 정해진 시간에 낮잠을 자는 것보다 자고 싶을 때 자유롭게 자기를 원한다.

2) 조용히 음악 듣는 시간

어린이집에서 낮잠시간은 대부분 조용한 음악을 들으며 잠을 자거나 잠을 자지 않더라도

조용히 음악 들으며 쉬는 시간으로 인식하고 있다.

교사: 달님반 친구들은 낮잠시간을 어떻게 생각해요?

선우: 음악 들으면서 자야 되요.

서현: 선생님이 음악 틀어주면 들으면서 자요. 쿵쿨~~

(만4세 프로젝트, 2012.11.13)

교사: 은하수반 친구들은 낮잠시간을 어떻게 생각해요?

지수: 음~~ 우리는 낮잠안자요 그냥 눈감고 조용히 음악 들으면서 쉬어요.

수아: 그건 생각하는 거야. 눈감고 아빠 다리하고 손 이렇게 하고 있는 거...

(명상할 때 자세 흉내 낸다)

지민: 그건 생각하는 거 아니고 명상이야.

교사: 어린이집에서 명상하면서 쉬면 좋을 것 같아요?

지수: 네~~~ 조용한 음악 들으면서요.

(만5세, 프로젝트, 2012.11.13.)

유아들은 낮잠시간에 선생님이 틀어주시는 조용한 음악을 듣는 시간으로 인식하고 있으며 그 음악을 들으면서 정서적으로 안정감을 되찾으며 휴식을 취하고 있음을 그들의 표정을 통해 알 수 있었다. 그러므로 낮잠시간에 유아들에게 들려주는 음악이 어떤 분위기의 음악인가에 따라 유아는 정서적으로 안정될 수도 있고 더 흥분될 수도 있으므로 교사는 휴식 및 낮잠에 적절한 음악을 선정할 필요가 있다.

3) 자고나면 기분이 좋아지는 시간

유아들은 낮잠을 자기 싫다고 하지만 자고난 후의 느낌을 물으면 대부분 기분이 좋아진다고 한다.

교사: 낮잠자고나면 기분이 어때요?

서현: 좋아요.

지환: 기분이 완전 좋~아요.

상울: 나는 안 좋아요. 더 놀고 싶어요. 놀면서 쉬고 싶어요.

교사: 아~ 놀면서... 낮잠 안 자고나면 오후에 안 졸려요?

상울: 좀 피곤해요.

(만4세 프로젝트, 2012.11.13.)

교사: 어린이집에서 가끔 낮잠 자고나면 기분이 어때요?

수아: 좋아요.

(만5세 면담, 3년차, 2012.10.24.)

낮잠을 자고 나면 만4세, 만5세 유아 모두 기분이 좋아지며 낮잠을 자지 않으면 기분이 좋지 않거나 피곤하다고 한다. 유아들은 어릴수록 낮잠을 필요로 하며, 쉬고 나면 기분이 좋아지는 것을 알면서도 어린이집에서는 친구들과 함께 놀고 싶어서 휴식이나 낮잠을 싫어하는 경향으로 나타나기도 한다.

3. 어린이집에서 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 요구

하루의 대부분을 어린이집에서 보내는 유아들의 권리를 존중하는 측면에서 어린이집에서 유아들의 휴식 및 낮잠에 대한 불편한 요소들을 유아들을 통해 직접 들은 결과는 아래와 같으며 이는 향후 연구 방향의 변화를 요구하게 된다.

1) 친구들이 귀가 후 종일반에 모였을 때 쉬고 싶어요.

유아들은 어린이집에서의 하루의 일과를 마치고 친구들이 귀가 후 종일반에 모였을 때 공통적으로 가장 휴식하고 싶어 하며 이는 자기의사와 상관없이 의무적으로 해야 하는 보육 프로그램들에 참여 하느라 나쁜 긴장하는 가운데 무사히 하루의 일과를 마쳤다는데서 오는 긴장감의 해소와 더불어 피로감이 몰려와 쉬고 싶은 마음이 생기는 것으로 보인다. 그러나 종일반 친구들이 귀가한 후 휴식하고 싶은 이유는 연령에 따라 다르게 나타났다.

교사: 하람이는 어린이집에서 어떤 때 제일 쉬고 싶어요?

하람: 음...종일반 모였을 때요.

교사: 왜 종일반 모였을 때 쉬고 싶어요?

하람: 친구들이 집에 갔잖아요.

(만4세 면담, 3년차, 2012.10.24.)

교사: 서영이는 종일반에 모였을 때 쉬고 싶지 않아요?

서영: 그래도 더 놀고 싶어요.

친구들이 많이 가서 소꿉놀이는 못해요. 미장원놀이는 할 수 있어요.

교사: 미장원놀이는 누구랑 해요?

서영: 다른 반 친구들 이랑요. 근데요 온유는 자꾸 안한테요. (온유는 만3세임)

(만5세 면담, 4년차, 2012.10.24.)

유아들은 종일반에 모였을 때 또 다른 계획된 활동보다 아무것도 안하고 그냥 쉬면서 자기
가 하고 싶은 것을 자유롭게 하고 싶다고 한다. 만4세 유아는 더 놀 수 있고, 더 놀고 싶은데
친구들이 귀가하는 것으로 인해 같이 놀 친구들이 사라졌기 때문에 흥미가 떨어지고 쉬고 싶
은 마음이 생기는 것으로 보이며 만5세 유아는 쉬고 싶은 시간에 잠을 잔다든지 조용히 휴식
을 취한다든지 하는 행동은 보이지 않고 종일반에 모여 있는 다른 친구들과 또 다른 놀이를
진행하는 것을 볼 수 있다.

2) 교실 외 별도의 공간이 필요해요.

대부분 어린이집에서의 휴식 및 낮잠은 각반 교실 내에서 이루어지나 유아들은 교실 외 별
도의 조용한 공간을 필요로 한다.

교사: 어린이집에서 쉬고 싶을 때 어디서 쉬면 좋을까요?

아빈: 휴식영역에서요.

휴식영역은 폭신한 매트도 있고 커다랗고 예쁜 인형도 있잖아요.

하람: 나는 운동놀이방요. (교실 외에 별도의 공간)

교사: 왜 운동놀이방에서 쉬고 싶어요?

하람: 교실은 친구들이 매일 매일 떠들어서 못 쉬어요.

운동놀이방은 친구들이 안 올 때 조용하잖아요.

(만5세 면담, 3년차, 2012.10.24.)

교사: 점심 먹고 놀다가 좀 쉬고 싶을 때 어디서 쉬고 싶어요?

이안: 교실 말고 다른데서

교사: 왜요?

이안: 조용하면 평화로우니까요.

수진: 교실은 선생님이 나가면 애들이 재빨리 떠들어요.

윤규: 집에서 누나들이 떠들어서 못자요

(만5세, 프로젝트, 2012.11.13.)

어린이집에서 휴식하고 싶은 곳으로는 교실 내 휴식영역에서 휴식하고 싶은 유아들도 있으나 교실 외 별도의 공간에서 조용하고 자유롭게 다른 친구들에게 방해받지 않고 휴식하고 싶어 하는 유아들이 더 많았다. 교실 외 별도의 공간으로는 보건실, 조용한방 등을 말하며 만 5세 유아들이 더 별도의 공간을 원하는 것을 볼 때 독립된 공간에서 쉴 수 있는 능력이 생긴 것으로 보인다.

3) 휴식할 때 친숙한 성인의 보호가 필요해요.

휴식 및 낮잠을 취할 때 유아들은 친숙한 성인의 보호를 요구하고 있다. 즉 어린이집에서 휴식 및 낮잠을 취할 때 유아들은 담임선생님과 함께 휴식하고 싶어 하였으며 가정에서는 부모님이 함께 있어야 편안하고 안정된 휴식을 취할 수 있다고 한다.

교사: 어린이집에서는 어디서 쉬면 제일 편안하고 좋을까요?

민기: 휴식영역에서 쉬면 되요.

교사: 왜 휴식영역서 쉬면 좋아요?

민기: 휴식영역은 민기 반에 있어요. 누워서 쉬면 되요.

교사: 민기 반에 있으면 왜 좋아요?

민기: 우리선생님도 있잖아요.

교사: 다른 반 선생님이 있으면 어때요?

민기: 우리 반 선생님이 있어야 되요.

(만4세 면담, 2년차, 2012.10.22.)

우진: 근데 잠자기 싫을 때도 있어요.

교사: 어떨 때?

우진: 엄마, 아빠가 없을 때 혼자 노니까 심심해서 잠 안와요. 그러면 꿈도 안와요.

교사: 하하하... 꿈도 안 꾸요?

우진: 네 꿈도 안 나니까 못자는 거죠.

교사: 아! 잘 때 엄마 아빠가 있어야지 잠도 잘 자고 꿈도 잘 꾸는구나!

우진: 네.

(만4세 프로젝트, 2012.11.12.)

유아들은 휴식 및 낮잠을 취할 때 연령에 상관없이 정서적인 안정감이 선행되어야 함을 볼 수 있다. 즉 부모님이나 담임선생님과 휴식하고 싶은 것은 친숙한 성인의 보호가 있어야 정

서적으로 안정되고 편안한 상태에서 휴식 및 낮잠을 취할 수 있기 때문이다. 특히 어린이집에서 휴식 및 낮잠을 잘 때 연령이 낮거나 재원기간이 짧을수록 담임교사를 더 필요로 하고 방과후 종일반에 모였을 때도 담임교사를 찾는 경우가 많음을 볼 수 있었다.

IV. 논의 및 결론

연구결과에서 유아들이 인식하는 휴식의 의미로는 첫째, 가족과 함께하는 시간이다. 유아들은 일찍부터 자기의사와 상관없이 부모의 선택에 의해 어린이집에 맡겨져서 부모와 함께 있는 시간이 턱없이 부족한 실정이다. 이러한 유아들의 휴식이란 당연히 가정에서 부모와 함께 있기만 해도 휴식이라 인식할 정도로 부모와 함께하는 시간이 절실히 요구되고 있다. 둘째, 재미있는 놀이를 하는 시간으로 유아들은 어린이집에서 조차도 계획된 하루의 일과가 너무 많아 놀 시간이 부족하다고 느끼고 있으며, 놀이와 휴식이 잘 구분되지 않는 것으로 보므로 유아들에게 놀이시간을 더 많이 확보 해주는 것이 결국은 유아들의 휴식시간을 확보해 주는 것이다. 유아들에게도 쉬는 시간이 필요한데 쉬 없이 다음시간이 이어질 때 유아는 피로감이 이어질 수 있다. 예를 들면 계획된 시간표대로 바깥놀이 후 교실에 들어와서 쉬지 않고 바로 이야기 나누기시간이 진행된다면 유아는 피로감을 느낄 수밖에 없다. 그러므로 성인은 의식적으로 유아들의 충분한 휴식을 보장할 수 있는 시간을 마련해 줄 필요가 있으며 더 나아가 관련법을 제정할 필요가 있다. 셋째, 힘들고 화날 때 필요한 시간으로 유아들은 아프거나 식후 졸릴 때 당연히 휴식이 필요하지만 성인의 지나친 간섭과 지시 등으로 인하여 화나며 속상할 때도 휴식이 필요하다. 성인은 유아들이 육체적으로 힘들고 피곤할 때만 휴식이 필요하다고 생각하고 정서적으로 피곤하고 피로감을 느낄 때 휴식이 필요하다는 것을 생각하지 못한 것 같다. 성인은 유아들이 정서적인 피로감을 느낄 때 도 휴식이 필요함을 인식해야 한다. 또한 성인은 유아들에게 스스로 자발적인 활동을 많이 할 수 있도록 격려해 주는 것이 필요하며 안전에 큰 문제가 없다면 지나친 간섭보다는 믿고 지켜봐주는 것이 오히려 유아들의 성장 발전에 도움이 될 수 있다. 넷째, 맛있는 음식을 먹는 시간으로 유아들은 상황에 맞는 적절한 음식을 먹는 것이 휴식이라고 인식하고 있다. 그러므로 유아들에게 필요한 음식을 적절히 잘 제공해 주는 것도 유아들에게 필요한 휴식을 제공해 주는 것이라 여겨진다. 유아들에게 음식을 제공 할 때는 균형 잡힌 식단이 필수적이며 특히 인스턴트식품 보다 채소 과일 등 자연식이 많이 제공되어야 유아들의 성장 발달은 물론 정서적인 안정감을 되찾고 질 높은 휴식을 취할 수 있을 것으로 여겨진다. 위에서 살펴본 바와 같이 유아들이 인식하는 휴

식의 의미는 대체로 긍정적인 측면을 가지고 있다. 유아들이 인식하는 휴식은 교사 중심적으로 이루어지는 지루한 활동이 계속되거나, 자신이 원하지 않는 활동을 하거나, 자신의 수준에 맞지 않는 과도한 학습을 요구받을 때 활동의 흥미를 느끼지 못하고 지루한 활동의 반복을 잠시 멈추고 자신의 의도대로 하고 싶은 활동을 하려고 하는 것을 휴식이라고 말하는 것은 아닌가 하는 생각이 든다.

어린이집에서 대표적 휴식시간인 낮잠에 대한 유아들의 인식에서는 첫째, 자기 싫은데도 자야하는 시간으로 인식하고 있다. 연령이 높을수록 놀이시간이 늘어나 친구들과의 놀이를 낮잠 자는 것보다 더 좋아하게 됨을 알 수 있으며 놀이가 곧 휴식의 의미에 포함된다고 볼 수 있다. 둘째, 조용히 음악 듣는 시간으로 낮잠시간은 정서적인 안정감을 되찾는 시간으로 볼 수 있으며 셋째, 자고나면 기분이 좋아지는 시간으로 어릴수록 낮잠이 필요하며 낮잠을 자기 싫지만 자야하는 이유가 되기도 한다. 또한 유아들은 어른이 하라고 권하는 활동을 일이라고 생각하는 반면 똑같은 활동이라도 그들 스스로 선택한 것을 놀이라고 규정짓는 것(이종희, 조은진, 김송이, 2009)처럼 교사가 낮잠을 자라고 권하면 일로 생각하며 유아가 자고 싶을 때 스스로 자고나면 휴식으로 인식한다. 그러므로 유아들은 하루일과에 의해 정해진 시간에 의무적으로 낮잠을 자는 것 보다 자율성 있게 자고 싶을 때 자유롭게 잘 수 있는 환경을 더 원한다. 초등학교는 일반적으로 40분 수업하고 10분 쉬는 시간을 규칙적으로 운영하여 초등학교 학생들이 쉬는 시간에 주로 하는 활동들을 파악할 수 있으며 초등학교들은 학교에서 쉬는 시간에 대한 인식을 나름대로 가지고 있음을 볼 수 있다(조춘해, 정희옥, 2002). 반면 어린이집에서는 특정한 시간에 쉬는 시간이 제공되는 것이 아니라 교실 내 휴식영역을 두고 쉬고 싶은 유아는 자유롭게 휴식을 취할 수 있도록 제공하고 있다. 그러나 실제로 유아들은 자기의사와 관계없이 대부분 정해진 일과 활동을 통해 어린이집 생활을 해야 하므로 자고 싶을 때 자유롭게 잠잘 수 있는 분위기는 어려운 실정이다. 그러므로 유아들이 자고 싶을 때 자유롭게 잠잘 수 있는 제반 여건을 마련해 주는 것이 필요하며 성인은 유아 스스로의 주도적인 휴식 및 낮잠을 위한 시간과 공간을 배려해 주는 것이 체계적으로 잘 짜여진 하루의 일과 못지않게 중요함을 인식해야 한다(Convention on the Rights of the Child, 2013). 또한 어린이집에서는 유아들의 휴식과 낮잠에 대한 권리를 보장해 주면서 낮잠시간에 대한 유아들과의 토론을 통하여 낮잠을 자고 싶지 않은 유아들은 낮잠 자는 친구들을 방해하지 않고 지낼 수 있는 방법에는 어떤 것들이 있는지 또는 낮잠을 자고 싶은 유아와 자지 말라고 요구하는 부모들의 요구를 어떻게 조절할 수 있는지 등을 함께 모색해 봄으로써 유아들의 권리를 존중하고 다른 유아들을 배려하는 실천적인 부분이 필요하다고 본다.

어린이집에서 휴식 및 낮잠에 대한 유아들의 요구로는 첫째, 유아들은 하루의 일과를 마치고 친구들이 귀가한 후 종일반에 모였을 때 가장 휴식하고 싶어 한다. 이럴 때 교사는 또 다른 종일반 프로그램 운영보다는 유아들이 자유롭게 충분히 쉴 수 있도록 배려해주는 것이 필요하다. 둘째, 유아들은 교실 외에 별도의 휴식공간을 필요로 하며 셋째, 친숙한 성인의 보호를 요한다. 유아들이 휴식이 필요할 때 ‘쉬고 싶어요.’ 또는 ‘휴식하고 싶어요.’ 라고 자기의사를 표현 할 수 있는 분위기를 만들어 주도록 노력해야하며 유아들이 쉬고 싶다고 표현 했을 때 편안하게 쉴 수 있는 여건을 만들어 주어야 한다. 예를 들어 교실 내 휴식영역은 물론 교실 외 별도의 공간(양호실, 보건실, 조용한방 등)도 각 기관의 여건에 맞게 마련할 필요가 있으며 특별한 보호와 휴식이 필요한 유아를 위해 담임교사 외에 비담임 교사나 보조교사 또는 보육 도우미등 별도의 추가 인력을 배치하는 것이 선행 되어야만 한다. 아플 때 가정에서 쉬어야 함에도 불구하고 맞벌이 등으로 인하여 부득이하게 등원해야하는 유아들을 위해서라도 교실 외 별도의 편안하고 아늑한 공간이 필요하며 친숙한 성인의 보호가 필요하다고 본다. 또한 맞벌이 부모의 아픈 유아들은 어린이집에 등원하지 않고 가정에서도 편안하게 쉴 수 있도록 일시적으로도 파견이 가능한 베이비시터제도가 더 활성화 되어야 한다.

본 연구의 시사점으로는 첫째, 어린이집에서는 대부분 공동의 낮잠시간을 운영하고 있으나 유아들의 낮잠에 대한 개별적인 요구와 가정에서 부모들의 요구를 받아들여 어떻게 하루의 일과를 조절하고 융통성 있는 운영을 할 것인가에 대한 교사들의 도전적인 과제가 요구되며 둘째, 부모와의 논의를 통해서 휴식과 낮잠에 대한 유아들의 기본권을 지켜주면서 부모의 수업에 대한 참여권을 인정하여 부모로 하여금 자녀의 권리를 존중하는 보육이 되도록 하는 것이다.

연구를 진행하는 동안 휴식이란 단어가 유아들에겐 상당히 어려운 단어였다. 유아는 성인보다 휴식에 대한 욕구가 덜 할 수 있고 유아는 이미 자신의 힘을 조절해 가면서 활동에 참여할 수도 있다는 생각이 들며 휴식이란 개념을 성인의 관점에서 물은 것은 아닌가하는 연구자 반성을 한다.

성인들은 유아들의 적절한 휴식 및 낮잠을 즐길 수 있는 권리를 존중하는 측면에서 유아들이 원하는 휴식 및 낮잠에 대한 인식과 요구들을 들어줄 수 있는 다양한 방안을 모색해 보아야 하며 이에 앞서 유아들의 권리 존중에 대한 공공의 인식이 우선적으로 요구된다. 또한 아이들의 소리에 민감한 것이 아동권리를 존중하는 보육이라고 생각된다.

참고 문헌

- 김진숙, 서영숙(2012). 영유아 권리존중 보육의 실행내용 항목: 보육교사가 인식한 영유아 권리존중 보육의 실행내용을 중심으로. **한국보육지원학회지**, 8(3), 33-162.
- 김지희(2012). 아동의 생활시간과 놀이시간 양태연구: 방과 후 보호자 유무에 따른 비교. **대한가정학회**, 50(8), 13-19.
- 서문희(2013). **2012 보육실태조사 결과 발표**. 육아정책연구소, (보건복지부 보도자료 5월 10일).
- 서영숙, 서혜정, 김진숙(2009b). 유아권리와 권리교육에 대한 보육교사의 인식 및 요구 분석. **한국유아교육, 보육행정연구**, 13(3), 213-232.
- 신지현(2004). 유아기자녀를 둔 부모의 아동권리 인식조사연구. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 우남희(2004). 권리와 한국의 조기교육. **한국아동권리학회**, 8(2), 189-207.
- 이슬기(2008). 어린이집에서의 낮잠에 대한 부모와 교사의 인식 및 실제. **육아지원연구**, 3(1), 147-170.
- 이종희, 조은진, 김송이(2009). 놀이. **아동학회지**, 30(6), 309-321.
- 장지현, 이완정(2011). 유아 어머니의 아동권리존중 실행 척도 개발 및 타당화 연구. **아동과 권리**, 15(3), 391-407.
- 조춘해, 정희옥(2002). 초등학교 저학년아동의 쉬는 시간 놀이에 관한 문체기술연구. **교육연구**, 14(1), 86-105.
- 황옥경(2012). 영유아기 권리에 대한 유엔의 권고 분석: 유엔아동권리위원회의 일반논평을 중심으로. **아동과 권리**, 16(1), 27-49.
- Barbie norvell, Nancy Ratcliff, & Gilbert Hunt (2009). Give me a Break. *Childhood Education*, 2009-10 winter, 66-69.
- BBC NEWS (2007. 12. 11). National Strategy on Play Pledged. ([http:// : news.bbc.co.uk/ 2/hi/uk_news/education/7139023.stm](http://news.bbc.co.uk/2/hi/uk_news/education/7139023.stm)).
- Convention on the Rights of the Child (2013). *General comment No. 17 (2013) on the right of the child to rest, leisure, play, recreational activities, cultural life and the arts (art. 31)*. UN Committee on the Rights of the Child (CRC).
- EMILEY STAKE (2011. 12. 11) *A Child's Right to Play in Africa*.
- Johnson, J. E. Christie, J. F, & Wardle, F. (2005). *Play, development, and early education*, Boston, MA : Pearson.

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate children's recognition and needs about rest and naps at child care education centers, in the view of respecting children's rights. The participants were 40 children(20 4 year olds and 20 5 year olds), attending B Public Child Care Education Center in Seoul. The research methods were accomplished by participant observation in project activities and interviews with semi-structured questions. The collections of this process which were recorded document materials and video materials were analyzed by transcribed method. The results of this study were as follows: First, the meaning of the children's recognized rest showed time for family together, time for fun play, time required when they were very stressful and angry, and time for eating delicious meals. Second, children recognized that nap time in the child care center was time for a forced nap, time for listening to quiet music, and time for feeling good after a nap. Third, as for the needs to take a rest and a nap for children, they wanted to rest when they came together at full day class after their friends had returned home, they wanted a special area except the classroom, and they wanted to be cared for by familiar adults. Based on these results of the study, future research directions were proposed in terms of respecting children's rights of enjoying a rest and a nap.

▶*Key Words* : *children's right, children's right of respecting child care, a rest, a nap*

논문투고 2013. 08. 15.
수정원고접수 2013. 10. 13.
최종게재결정 2013. 10. 21.