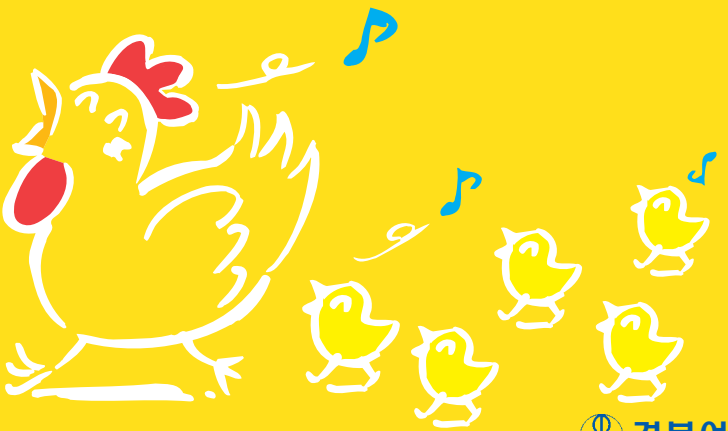
2005-1 연구보고서

경상북도 보육정보 길라잡이

아이에게 사랑을 표현하는 것은 아무리 많이 해도 지나치지 않습니다.
사랑을 받고 큰 아이가 사랑을 베풀 줄 압니다.



경북여성정책개발

Gyeongbuk Women's Policy Development Institute

2005-1 연구보고서
경상북도 보육정보 길라잡이
경북여성정책개발원

「경상북도 보육정보 길라잡이」에서는
우리 아이를 행복한 아이로 키우는 육아와 보육에 관한 상식과
보육정책이나 제도, 보육프로그램, 지역의 보육시설 및 보육관련 사이트 등
알아두면 힘이 되는 보육정보를 정리하였습니다.

“
세상 그 무엇보다 소중한 당신의 자녀 …
가장 안전하고 가장 자체롭게 키우세요
”

서양 아이들에게 해를 그리라고 하면 고흐의 태양처럼 오렌지빛으로 그리고
중국 아이들은 청천백일기처럼 하얗게 그린답니다. 그러나 한국 아이들에게
해를 그리라고 하면 옛날 궁궐 안 임금님의 병풍 일월도처럼 빨갛게 그린다고 합니다.
이처럼 아이들이 자라는 환경은 도화지에 색을 만들어 내는 밑그림이 되지요.

Contents

09

행복한 아이로 키우는 보육지식 활용편

▶▶▶ 「경상북도 보육정보 길라잡이」를 시작하며 ····· 10

1 우리 아이 발달 특성 ····· 11
- 영아기 / 11
- 유아기 / 26

2 아이의 발달을 돕는 놀이 방법 ····· 35

3 그림으로 보는 우리 아이 속마음 ····· 48
- 아동의 미술표현발달 / 48
- 그림으로 보는 우리 아이 속마음 / 53
- 우리 아이는 이 색을 과도하게 사용해요! / 56
- 미술치료 효과가 있는 유아미술놀이 / 58
- 경북지역 미술치료 관련 상담소 / 61

4 아이를 잘 키우는 엄마의 작은 습관 ····· 62
- 아기 교육에 플러스가 되는 요소 / 62
- 우리 아이를 위한 엄마의 작은 습관 / 64
- 엄마가 피하면 아이에게는 좋은 습관 / 67

5 튼튼한 아이를 위한 건강관리법 ····· 70
- 아이의 증상에 따라 병원 갈 시기 알아내는 법 / 70
- 가정에서 하는 아이의 응급처치법 / 74
- 예방접종 / 78
- 예방접종 해야 되는 경우와 해선 안되는 경우 / 81

6 우리 아이 쑥쑥 먹거리 ····· 82
- 모유 / 82
- 이유식 / 85
- 간식 / 89

7 육아와 보육에 관한 Q&A ····· 94

105

알아두면 힘이 되는 보육정보편

하나 경상북도 보육정책 ····· *106*

둘째 여성가족부 보육정책 ····· *117*

셋째 엄마와 아빠를 위한 육아휴직 정보 ····· *122*

넷째 우리 동네에 있는 육아 보육시설 정보 안내 ··· *131*

다섯 보육 교사가 되는 길 ····· *134*

여섯 알아두면 편리한 육아정보 사이트 ····· *140*

가정에서 유용하게 쓰이는 보육 지식편

아이에게 사랑을 표현하는 것은
아무리 많이 해도 지나치지 않는다.
안아주기, 뽀뽀해주기, 좋아한다고 말하기,
사랑한다고 말하기 등 가능한 한 자주 사랑을 표현하자.
사랑을 받고 큰 아이가 사랑을 베풀 줄 안다.

– 한울타리 가족 모임의 《어머니 자리찾기》 중에서 –

「경상북도 보육정보 길라잡이」를 시작하며

서양 아이들에게 해를 그리라고 하면 고흐의 태양처럼 오렌지빛으로 그리고, 중국 아이들은 청천백일기처럼 하얗게 그린답니다. 그러나 한국 아이들에게 해를 그리라고 하면 옛날 궁궐 안 임금님의 병풍 일월도처럼 빨갛게 그린다고 합니다. 이처럼 아이들이 자라는 환경은 도화지에 색을 만들어 내는 밑그림이 되지요.

그 밑그림의 중심에 아이들을 키우는 부모와 선생님이 있습니다. 그만큼 이들의 역할은 아이들의 일생에 중요한 자리를 차지하고 있습니다.

「경상북도 보육정보 길라잡이」에서는 아이들을 키우고 계시는 부모, 가족, 보육교사들을 위하여 여러 군데에 흩어져 있던 보육지식과 육아정보들을 함께 모아 간편하게 찾아볼 수 있도록 만들었습니다.

본 길라잡이는 지식편과 정보편으로 나누어져 있으며, 지식편은 아동의 월령별 발달, 놀이법, 미술표현, 아기음식, 건강관리법, 주의점 등 필수적인 보육에 관한 상식을 수록하였고, 정보편은 국가와 경상북도에서 펼치고 있는 보육정책, 출산 휴가 및 육아휴직제도, 보육교사 자격, 영유아보육법, 그리고 보육시설 및 보육관련 사이트 등을 수록한 사회적 정보를 실었습니다.

본 길라잡이가 미래의 가능성과 잠재성을 갖춘 우리 아이들이 건강하고 행복하게 자랄 수 있도록 밑그림을 그리는데 도움이 되길 바랍니다.

---

1) 길라잡이 : 길을 안내하는 길앞잡이를 뜻하는 우리나라 고유어임

[1 우리 아이 발달 특성]

우리 아이들은 태어나는 순간부터 영아기와 유아기를 거쳐서 빠르게 그리고 끝임 없이 발달하지요.
여기서는 우리 아이의 신체발달, 지적발달, 사회·정서적 발달로 구분하여 각각의 특성을 살펴 봅니다.

영아기(출생 후 1개월~24개월까지)

영아기는 인간의 삶에서 가장 극적인 변화가 일어나는 시기로서, 성인에게 의존하기만 하던 영아가 드디어 스스로 기고, 앉고, 서고, 걸을 수 있는 신체적인 발달 능력을 나타내게 되며, 울음, 미소, 몸짓, 언어를 이용하여 다른 사람과 의사소통 하는 지적능력을 보이게 됩니다. 또 애착, 자율성, 신뢰감 등 사회·정서적인 발달 능력을 나타내기 시작하여 부모와 주변 사람들을 감동시키는 시기입니다.

영아기 신체발달의 원리는 머리가 신체 하부보다 먼저 발달하고 다른 부분에 비해서 큽니다. 즉 머리와 몸체는 팔, 다리보다 먼저 발달하며, 팔과 다리는 손가락, 발가락보다 먼저 발달 합니다. 즉, 대근육 발달이 이루어 진 후에 소근육이 발달 한다는 원리를 따릅니다.

〈표-1〉 영아기의 신체, 지적, 사회 · 정서적 발달 특성

0~3개월

신체 발달
- 움직이는 사물을 쳐다 봅니다.
- 사물을 손으로 잡아서 한동안 들고 있을 수 있습니다.
- 안아 주었을 때 머리를 꼿꼿이 세웁니다.

지적 발달
- 반사적으로 말이나 소리에 반응하는 등, 간단한 반사적인 활동을 하고, 잡기나 빨기 등을 보입니다.

사회·정서적 발달
- 모빌 등 장난감을 쳐다봅니다.
- 엄마 등 친한 사람을 알아봅니다.
- 자극이나 놀이에 반응합니다.
- 어른이 웃으면서 바라보면 따라서 웃습니다.

3~7개월

신체 발달
- 뒤집기, 엎드리기를 합니다.
- 장난감을 한 손에서 다른 손으로 옮길 수 있습니다.
- 도움 없이 1분간 앉아 있을 수 있습니다.

지적 발달
- 자기 신체의 반복 움직임 뿐만 아니라 자신의 행동이 외부 세계에 미치는 영향에 대해 흥미를 가집니다. 즉 종이 구기기나 탁자 치기와 같은, 환경에 영향을 미치는 행동을 즐기면서 반복합니다.

사회·정서적 발달
- 자기 이름에 대해서 여러 가지 반응을 보입니다.
- 거울을 보면서 놉니다.
- 컵, 숟가락, 딸랑이 등 세 개의 다른 장난감을 가지고 놉니다.
- 혼자서 10-20분간 놉니다.

7~12개월

신체 발달

- 우유병을 혼자 받치고 먹을 수 있습니다.
- 두 손을 사용하여 종이를 찢습니다.
- 작은 음식조각(건포도 등)을 손가락을 사용해서 집습니다.
- 손으로 가구 등을 잡고 걸을 수 있습니다.
- 앉아서 공을 굴릴 수 있습니다.
- 10초 이상을 혼자 서 있을 수 있습니다.

지적 발달

- 베개 뒤에 있는 장난감을 찾기 위해 베개를 치웁니다. 즉, 의도적이고 목적 지향적인 행동이 나타납니다. 그러나 유아는 종종 수단 그 자체가 놀이가 되어 목적을 포기하죠. 예를 들어서 베개를 치우는 행동이 재미있는 게임이 되어서, 숨겨진 장난감을 찾으려는 목적에 대해서 잊어 버리는 것과 같은 것입니다.

사회·정서적 발달

- 장난감을 물어뜯고 씹습니다.
- 눈을 손으로 가리는 '까꿍놀이'를 하거나, '안녕' 하며 손을 흔든다든지 벽돌쌓기를 하는 등의 친숙하거나, 친숙하지 않는 행동을 모방하기 시작합니다.
- 낯가림을 명확히 하기 시작합니다. 낯선 사람에게 가지 않고 아기가 낯이 익은 어른에게 안겨 얼굴을 파묻는 행동을 보입니다.
- 정말 가지고 놀게 하진 않지만, 자기 장난감이나 물건들을 다른 아이에게 쓰도록 하면서 상호 관계를 맺으려 시도합니다.
- 사회적인 행동 특히 성인의 행동(예–술을 마신다거나, 보석 등을 몸에 걸치는 행동 등)을 모방합니다.

12~18개월

신체 발달

- 도움 없이 혼자 걷습니다.
- 크레용으로 낙서를 합니다.
- 한 손을 다른 쪽 손보다 많이 사용합니다.
- 손으로 병 뚜껑을 열고 닫을 수 있습니다.

지적 발달

- 이제 흥미있는 사건을 정확히 반복하는 것 이상으로 더 재미있는 놀이를 하기 위해서 의도적으로 다양한 행동을 보입니다.

사회·정서적 발달

- 자기가 갖고 싶은 것을 가지려고 다른 친구들과 싸우기 시작합니다.
- 아기 인형이나 곰 인형을 찰싹 때리고 안아주고 사랑해 주는 등의 간단한 행동을 모방합니다.
- 노랫말 말하기나 노래부르기 등 음악적인 높이를 즐겨합니다.
- "(만지면)안돼"라고 말은 하면서 만지지 못하게 하는 물건을 만지는 행동을 보입니다.
- 가족 안에서 자기의 존재를 다른 가족 구성원과 분리하여 압니다. 즉, 자기가 누구인지 알고 다른 가족들의 이름도 알게 되는거죠.
- 자기 혼자 하겠다고 주장합니다.
- 말을 잘듣는 아이에서 반항기를 가진 아이로 변하기 시작합니다.

18~24개월

신체 발달

- 크레용이나 연필로 의도적으로 선긋기를 시작합니다.
- 6개 이상의 블록을 쌓을 수 있습니다
- 도움 없이 계단을 오르내릴 수 있습니다.

지적 발달

- 단순한 상징놀이를 하기 시작하는 시기 입니다. 예를 들어서 나무 막대기를 칼인 것처럼 가지고 놀거나 블록을 컵으로 가장하여 노는 것과 같은 것이죠.

18~24개월

사회·정서적 발달

- 혼자 잘 놀지만 잘 아는 어른이나 손위의 형이나 언니의 곁에 있고 싶어 합니다.
- '나, 내 것, 나이' 등의 일을 적절히 쓰면서 소유하는 것, 자기 것에 대한 이해를 보입니다.
- 시킨 일을 반대로 하는 청개구리가 됩니다.
- 거칠거나, 구르는 등의 놀이를 좋아합니다.
- 블록등 조작해야 하는 작은 장난감에 많은 흥미를 느끼고 가지고 싶어 합니다.
- 친숙한 사람의 무릎에 안기거나 껴안거나 하는 애정의 표시를 자기가 먼저 합니다.
- 엄마가 항상 자기에게만 관심 가져주길 바라고, 다른 사람에게 관심을 가지면 울거나 입을 삐죽거립니다.

0~12개월 아기가 월령별로 무엇을 원하는지 알아 볼까요?

1개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 나는 엄마 얼굴을 제일 많이 보고 싶고, 또 밝은 색과 여러 가지 모양이나 무늬를 보고 싶어요.
- 나를 안아주고 말을 해 줄 때 나는 편안해요.
- 나를 부드럽게 다루어주세요. 너무 큰 소리나 번쩍이는 빛, 그리고 나를 거칠게 흔들어 버리면 무서워요.
- 때때로 내 자리를 옮겨서 내가 다른 것들을 볼 수 있게 해 주세요.
- 나를 옮길 때 목 아래에 손을 받쳐 툭 떨어지지 않게 해 주세요.

2~3개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 나는 낮에 10시간 정도 깨어있을 수 있고, 밤에 7시간 정도 잠을 잘 수 있어요. 그렇다고 너무 계산하지 마세요. 내가 밤에 깨어 있을 때 조금만 더 참아 주세요.
- 뭔가 필요할 때 나는 울어서 엄마에게 알려주죠.
- 사람들을 향해 웃어주죠.
- 내 손이나 고무 젖꼭지를 빨면 차분해져요.
- 내가 뭔가 해낼 때 엄마가 기뻐하면 나도 기분이 좋아요.
- 목소리를 듣고 누구인지 알아차린답니다.
- 딸랑이나 젖병 같은 몇 가지 물건을 알아봅니다.
- 집안에서 움직일 때 나를 당신 곁에 있게 해주세요. 나는 이야기 듣는 걸 좋아한답니다. 당신이 무얼 하는지 말해주세요.
- 여러 가지를 보도록 자세를 가끔 바꿔 주세요. 움직일 땐 목을 꼭 받쳐 주시구요.
- 산책하거나 슈퍼에 갈 때 나를 데려가세요. 무슨 일이 있는지 듣는 걸 좋아하거든요.
- 당신의 손길을 좋아해요. 목욕 후엔 마사지 해주세요. 피부에 여러 가지 질감의 천들이 닿는 느낌을 좋아해요.
- 움직일 때마다 소리 나고 잡고 있기 쉬운 장난감을 쥐어 주세요. 그럼 나는 내손이 움직임에 따라 무슨 일이 생기는지 연관지을 수 있어요.

3~4개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 엄마가 안고 있을 때, 팔과 다리로 밀어낸답니다.
- 내 손으로 내 얼굴을 만져요.
- 예전만큼 많이 울지 않아요. 알아차리셨나요?
- 물건이 떨어지는 순간을 보지만, 어디로 떨어지는지 보지 못해요.
- 뭔가 듣고 보기위해 빠는 것을 멈춰요. 보고나서 또 빨기 시작해요.

- 듣는 것을 좋아해요. 짧은 문장을 들려주세요.
- 기억력이 생기기 시작해요. 몇몇 장난감을 다른 것보다 더 좋아하죠.
- 안기는 것을 무척 좋아해요.
- 혼자 있는 것을 싫어해요. 당신을 바라볼 수 있는 곳에 앉혀두세요!
- 잡거나 칠수 있게 삑삑 소리가 나는 안전한 장남감이나 딸랑이를 주세요.
- 내게 말할 때 내 눈을 보세요.
- 거울로 나를 볼 수 있게 해주세요. 아니면, 요람에 안전한 거울을 넣어 주세요.

4~5개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 모든 방향으로 고개를 돌릴 수 있어요
- 나는 누워 있는 것보다 앉아 있는 것을 더 좋아해요!
- 옆으로 돌아누울 수 있지만, 종종 손이 배 밑에 깔리곤 해요.
- 입안으로 뭔가를 집어넣어요.
- 목욕할 때 손으로 물을 튀기고 발로 차기도 해요.
- 엄마가 나에게 말할 때 기뻐서 옹알거리고, 방긋 웃고 소리를 질러요.
- 몇몇 사람들을 좋아하고 그 외에는 부끄럽거나 겁이나요.
- 재미가 있을 때 너무 즐거워져요. 모든 것은 나에게 놀이에요.
- 엄마가 나에게 관심을 가져 주지 않거나 장난감을 멀리 치워 버리면 화가 나고 울어요.
- 자장가를 들려주세요. 엄마와 아빠의 목소리를 듣는 것이 좋아요.

5~6개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 나는 발로 차고, 발가락을 빨아요.
- 내 팔 밑을 잡아주면 일어설 수 있어요. 위 아래로 몸을 흔들고, 발을 구를 수 있어요.
- 나는 엄마의 입을 보고, 엄마가 나에게 말 할 때 따라하

려고 노력해요.
- 낯선 사람을 보면 울어요.
- 낯익은 얼굴과 목소리에 미소 지어요.
- 주의를 끌기 위해 목소리를 내고 대화를 방해해요.
- 모든 것을 만지고, 안고, 돌리고, 흔들고, 맛보길 원해요.
- 내 이름을 알아요.
- 거울속의 나와 다른 사람의 차이를 구별할 수 있어요.
- 방금한 일을 기억할 수 있어요.
- 엄마가 나에게 말을 걸어주면 우는 것을 멈추지요.
- 짧은 시간 라디오를 듣게 해주세요. 조용한 시간을 가지게도 해주세요.

6~7개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 모든 방향으로 구르고 비틀 수 있어요.
- 때때로 몇 분간 앉아 있어요.
- 배를 바닥에 대고, 배밀이를 해요.
- 여전히 옹알이를 해요, 그러나 소리는 많이 다듬어 졌어요.
- 엄마 목소리의 높낮이를 듣고 어떤 단어를 이해하기 시작해요.
- 물건을 들어서 흔들고 내가 떨어뜨렸을 때 소리가 나는 것을 들어요.
- 내가 아는 놀이를 엄마나 사람들과 하길 좋아한답니다.
- 나는 항상 뭔가를 하느라 바빠요.
- 내가 좋아하는 장난감이나 담요가 있습니다.
- 감정을 어떻게 다루어야 할지 아직 충분히 배우지 않았습니다.
- 뜻대로 되지 않을 때 불평하거나 울어 젖힙니다.
- 좋아하는 음식과 싫어하는 음식이 생깁니다.
- 다른 아기들을 볼 수 있게 데려가 주세요.
- 나를 위해서 자장가를 부르고 이야기를 들려주세요.

7~8개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 엎드려 배밀이를 하고 기어 갈수도 있어요.
- 어른들이 나를 당겨 올릴 때 다리를 쭉 뻗어서 스스로 서려고 노력해요.
- 입과 손으로 내 몸을 탐색해요.
- 2시간까지 기저귀를 뽀송뽀송하게 유지할 수 있어요.
- 이가 났을 수도 있어요.
- 손가락으로 음식을 먹어도 많이 더럽히지는 않아요!

- 숟가락과 컵을 가지고 놀지만 아직 익숙하게 사용할 수는 없어요.
- 듣는 소리를 흉내 내기 시작해요 이건 내가 배우는 방법이에요.
- 한번에 '마, 미, 다 디, 바'와 같은 여러 가지 소리를 말해요.
- 모든 가족활동에 참여하기를 원해요.
- 거울속의 내 모습을 보고 만지는 것을 좋아해요.
- 아기 사진을 보면 무척 즐거워져요.
- 잡고, 흔들고, 쾅치는 것을 좋아하고 입으로 넣는 것도 좋아해요.
- 사람들이 보여주는 모습과 말하는 것에 따라 화가 났는지 즐거워하는지 구별할 수 있어요.
- 낯선 사람이 두려워요, 낯선 사람이 있을 때엔 내 곁에 머물러 주세요.
- 내가 원하는 것과 그렇지 않은 것에 대해 분명하게 느낍니다.
- 재미를 느끼고, 집적거리는 것을 좋아해요.

8~9개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 배를 대고 앞뒤로 길수 있어요.
- 딸랑이와 같은 장난감을 몇 분 동안 꼭 쥐고 있어요.
- 소리를 냄으로써 기쁘고, 슬프거나 무서움을 알려줘요.
- 여전히 옹알이를 많이 하고 관심을 끌기 위해 소리를 질러요.
- 어떤 단어들은 알아들어요.
- 전화소리나 내 이름과 같이 친숙한 소리를 들으면 몸을 돌리고 들어요.

- 나는 호기심이 왕성하고 모든 것을 탐색하고 싶어요.
- 장난감 인형이나, 장난감에서 소리를 나게 하는 방법을 나는 알아요.
- 방금 일어난 일을 기억해요.
- 사람들이 나를 두고 소란을 피우면 기분이 상해요.
- 무언가를 찾을 수 없을 때 답답하거나 침착성을 잃어요.
- 책을 읽어 주세요. 매일 내가 볼수 있도록 그림을 손으로 가리켜 주세요. 예를 들어, 종그림을 보여주고 나서 내 장난감 종을 주세요.
- 나뭇잎과 꽃 또는 고드름과 눈사람을 보도록 나를 밖에 데려가 주세요.

9~10개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 어른들이 내 손을 잡아주면 잠시 동안 서있어요.
- 구멍이나 다른 흥미 있는 장소에 손가락을 찔러도 봅니다.
- 가구를 잡고 스스로 일어서지만, 다시 앉는 것은 어려움이 있습니다.
- 이름과 간단한 문장 같은 몇몇 단어를 이해해요.
- 사람들이 종이에 낙서하는 것을 보기 좋아합니다.
- 사람들에게 내 움직임을 보여주는 것을 좋아합니다. 그들이 박수갈채를 보낼 때가 너무 좋아요!
- 내가 무언가를 해냈을 때 칭찬을 원해요.
- 내 스스로 뭔가를 해결하려고 노력해요.
- 내 장난감을 누가 가져가면 화가 나요.
- 어제했던 놀이, 사람 또는 장난감을 기억하기도 해요.
- 사람들을 보면 어떤 기분인지 구별할 수 있어요.
- 나는 매우 민감해요. 다른 아기가 울면 나도 따라 울어요.
- 목욕하는 것과 같이 전에는 나를 성가시게 하지 않았던 것에도 두려워질 수 있어요. 높은 곳은 무서워요.

- 나는 매우 확고하고 때로는 고집이 세요. 이것은 내가 성장하는 과정이에요!
- 나에게 말을 걸어 주세요. 내 말을 들어주세요.

10~11개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 방을 돌아다니기 위해 가구를 잡고 옆으로 걸어가기 시작해요.
- 가만히 있지 못하기 때문에 밤에 자는데 문제가 있을 수도 있어요.
- 간단한 문장을 이해할 수 있어요.
- "아니"라고 말 할 수 있고 고개를 옆으로 흔들어요.
- 익숙한 단어를 들으면 대화하는 것에 관심을 가져요.
- 다른 아이가 더 많은 관심을 받으면 울어요.
- 여전히 엄마가 멀리 떨어져 있는 것을 싫어해요.
- 사람들의 행동, 목소리를 흉내 내는 것을 좋아해요.
- 이젠 슬픔, 기쁨, 성남, 무서움, 상처받음과 같은 감정을 느껴요.

12개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 걸을 수 있지만, 기는 것이 더 좋아요. 그게 더 빠르거든요!
- 기회가 되면 계단을 오르고 내려요.
- 뭔가를 가르키기 위해 집게손가락을 사용해요.
- 옷을 입고 벗으려고 노력하지만, 아직 익숙하지는 못해요.
- 스스로 먹으려고 고집을 부리기 시작해요.
- 문장처럼 들리는 몇 가지의 단어를 웅얼거려요.
- 물건이나 사물을 지칭하려고 스스로 단어를 만들어요.
- 나는 장난감을 어디에 마지막으로 뒀는지 기억하고 찾아 나서요.
- 시도와 실수를 반복하면서 문제를 해결해 낼 수 있어요.
- 가족들과 함께 밥을 먹을 때 안전하고 행복감을 느껴요.

- 나와 함께 춤춰요! 음악을 듣는 것은 정말 좋아요.
- 책을 읽어 주세요.
- 내가 이해할 수 있는 간단한 명령어를 주세요.
  엄마을 위해 잔심부름 하는 것을 좋아해요.
- 포옹과 뽀뽀를 많이 해주세요.

13~24개월 아이는 어떤 모습일까요?

13~14개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 엄마에게 내가 해야 할 일과 해선 안될 일들을 배우고 있는 중이에요.
- 옷장, 부엌찬장, 쓰레기통 등 가까이 갈 수 있는 어떤 것이든 안에 있는 물건을 다 꺼내봐요.
- 엄마나 아빠의 행동을 흉내 내는 것을 좋아해요.
- 단지 내가 얼마나 기운이 센지 보여주기 위해서 비명 소리를 내지를 수도 있어요.
- 아직 내게 무엇이 위험한 것인지 충분히 배우지 못했어요.
- 때때로 안고, 뽀뽀해 줌으로써 엄마에 대한 사랑을 표현해요.
- 나 혼자 방안에서 노는 것을 아주 싫어해요.

15~16개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 나에게 책을 읽어 줄 때는 처음부터 끝까지 다 읽어주는 것

을 좋아하지 않아요. 오히려 책에 있는 그림을 보여주고, 그것에 대해 말해주는 것을 좋아해요.
- 이제 나는 "싫어"라는 말을 많이 사용해요.
- 매끄러운 것, 거친 것, 부드러운 것 등 여러 가지의 느낌을 가져보는 것을 좋아합니다. 나는 부드러운 것과 매끄러운 것은 좋아하지만, 끈적거리며 손가락에 달라붙는 것들은 좋아하지 않아요.
- 여전히 나는 많은 관심을 바래요.
- 당신이 빗자루 질 하는 것과, 식탁 위에 그릇을 놓는 것과 같은 행동들을 따라하는 것을 좋아해요.
- 내가 하는 행동을 좋아해 주면, 나는 더 잘할 수 있어요.
- 자기중심적인 경향이 있어요.
- 내 스스로 하는 것을 좋아하지만, 잘 하지는 못해요.
- 언제 내 바지에 대소변이 묻었는지 알려 줄 수 있지만, 완벽하게 배변훈련을 마치기엔 아직도 너무 어린아이랍니다.

17~18개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 내가 말할 수 있는 것보다 많은 말들을 이해할 수 있어요.
- 종종 특별한 계획 없이 주변을 빙빙 달립니다.
- 물건들이 어디에 들어 있는지 기억하기 시작해요.
- 자랑하는 것과 관심 받는 것을 여전히 좋아해요.
- 여전히 내 자신에게 많은 관심을 가져요.
- 아마도 이기적이고 욕심이 많을 꺼에요.
- 때때로 나는 고집이세고 두목행세를 해요. 그리고 그것을 아주 좋아해요. 걱정 많이 하지 마세요! 몇 달 후면 나는 아주 조용하고 우호적으로 변하게 될 꺼에요.
- 장난감을 제자리에 가져다 두는 것을 도울 수 있어요.

19~20개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 간단한 일을 하면서 엄마를 도우는 것을 좋아해요.
- 어른의 도움 없이 무언가 하는 것을 좋아해요.
- 내 장난감을 혼자 가지고 있는 것을 좋아해서 다른 사람이 가지고 놀지 못하도록 숨길 수도 있어요.
- 때로 대변을 눌 것 인지, 엄마에게 알려줄 수 있어요.
- 혼자 노는 것을 좋아하지만 어른이 가까이에 있어 주는 것이 좋아요.

- 어른의 옷을 입고서 어른인 척 하는 것을 좋아요.
- 그림책을 좋아하며, 사진속의 나를 보는 것을 좋아요.
- 진흙으로 파이를 만들어서 먹는 시늉을 하는 것을 좋아해요.
- 바퀴달린 것을 타는 것과 걷는 것을 좋아해요.
- 엄마가 나를 그네에 태워서 밀어주는 것을 좋아해요.

21~22개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 내가 아는 사람들을 사진 속에서 구별하고 이름을 말할 수 있어요.
- 내가 무엇을 보았고 했는지 사람들에게 말해줄 수 있어요.
- 내가 좋아하는 주변사람들에게 사랑을 표현할 수 있어요.
- 다른 사람들에게 동정심을 가지기 시작하고 다른 사람과 협동할 수 있어요.
- 쓸고, 먼지 털고, 닦고, 망치질하고, 청소기를 사용하고, 삽질하고, 숟가락질 하고, 갈퀴질 하는 것을 좋아해요. 엄마가 이 일을 하는 것을 봐왔기 때문이죠.
- 물건이 있던 자리에 갖다 놓을 수 있어요.
- 두개를 짝 지우는 것을 좋아해요.

23~24개월 아기는 이걸 알아주길 원해요!

- 앉아서 그림책을 읽을 수 있고 책장도 혼자 넘길 수 있어요.
- 아기와 엄마에게 관심이 많아요.
- 짧은 시간동안 다른 아이들과 함께 있을 수 있지만, 여전히 나누는 것에 대해서는 이해력이 부족해요.
- 주변 사람들에게 명령하는 것을 좋아해요.
- 무슨 일이든지 내 방식대로 하는 것을 좋아해요.
- 때때로 손바닥으로 때리고, 물어뜯고, 치는 것을 통해 화난 것을 보여줘요.
- 때때로 고집이 세고 반항적이여서, "내거야", "싫어해", "저리가", "안할거야"와 같은 짧은 문장을 사용하는 것을 좋아해요. 그리고 "싫어"라는 말을 많이 해요.
- 내 스스로 할 수 있는 것이 많습니다.

유아기(25개월~학년전)

유아기는 보통 3세부터 6세(만2세~5세) 사이로 봅니다.

유아기에는 영아기에 비하여 운동기능이나 신체발달의 속도는 느리지만 경험과 연습을 통하여 점진적이고 분화적인 발달이 이루는 시기입니다.

유아기는 정신적으로 많은 변화를 일으키게 되어 학습, 지각, 추론, 기억, 언어 등이 상당히 발달되며, 자신과 타인을 구별할 줄 알게 되고, 사회화 과정을 통하여 사회적으로 통용되는 기본적인 행동양식이라든가 가치체계를 내면화 하게 되지요.

유아기에는 자아개념이 더욱 발달하고, 자신의 성을 인식하면서부터 같은 성을 가진 엄마나 아빠의 행동이나 말등을 따라하게 되고, 옳고 그름에 대한 감각을 발달시켜 양심의 소리에 의해 영향을 받기도 한답니다.

〈표-2〉 유아기의 신체, 지적, 미술발달단계, 사회 · 정서적 발달 특성

25~30개월	신체 발달	• 신발을 혼자서 신을 수 있게 됩니다. • 발 뒤꿈치를 들고 선을 따라 걸을 수 있게 됩니다. • 연필이나 크레용을 어른이 잡는 것처럼 잡을 수 있습니다. • 달리는 동작이 자연스럽고, 코너를 잘 돌고, 잘 멈출 수 있습니다.
	지적 발달	• 주위 환경에 호기심과 관심을 보여서 질문을 많이 합니다. • 다른 아이들의 놀이와 어른의 행동을 모방합니다. • 큰 퍼즐 조각들을 적합한 자리에 맞춰 놓기 시작합니다.

25~30개월

지적 발달

- 이름으로 자기를 나타냅니다. 예를 들어서 "진수가 했어".
- 사람을 그리기 시작하지만, 팔과 다리가 없이 얼굴만을 그립니다.

미술발달단계

- 아이는 아무 표시나 하다가 3살 쯤 되면 원과 세모, 네모 같은 모양을 그리기 시작합니다. 이 시기에 하는 난화그리기(낙서) 행동은 자체로서 즐거움을 주고, 어른들이 보고 관심을 쏟아주므로 아이는 더욱 재미를 붙이는 행동입니다.

★적절한 도구 : 큰 크레용, 큰 흰 도화지, 분필로 칠판이나 다른 넓은 표면 사용. 큰 마커펜, 그림물감, 큰 붓, 진흙, 여러 가지 색상과 질감이 있는 콜라주 재료들

사회·정서적 발달

- 다른 아이들과 함께 장난감을 가지고 놉니다.
- 자기가 좋아하는 장난감을 가져와서 자랑하지만, 그 장난감을 다른 친구에게 빌려주거나 같이 놀지 않습니다.
- 놀이를 할 때 차례대로 하는 것을 이해하기 시작합니다.
- 이름을 물어보면 성과 이름을 바르게 말할 수 있습니다.
- 말을 하거나 손짓으로 자기 나이를 바르게 표현할 수 있습니다.

30~36개월

신체 발달

- 가위를 사용해서 종이를 자를 수 있습니다.
- 두 발을 모아서 제일 밑 계단으로부터 점프해서 계단을 내려올 수 있습니다.
- 흙이나 찰흙 등을 주물주물 주무르면서 놀 수 있습니다.
- 원을 따라 그릴 수 있습니다.
- 망치로 두드려서 못 등을 박을 수 있습니다.
- 성인처럼, 양발을 교차해서 계단을 내려갑니다.

30~36개월

지적 발달
※ 25~30개월과 동일

미술발달단계
※ 25~30개월과 동일

사회·정서적 발달

- 불안할 때 자기가 좋아하는 물건에 집착을 보입니다.
- 물어 보면 여자인지 남자인지 말할 수 있습니다.
- 다른 사람의 물건을 갖고 싶어하지만 그것을 허락없이 가지고 놀지는 않습니다.
- 책을 읽어 줄 때 조용히 앉아 있거나 흥미를 보이는 등 적절한 반응을 보입니다.
- "미안합니다. 고맙습니다." 등의 예의바른 행동을 보입니다.
- 어른이 시키지 않아도 사람들에게 인사를 합니다.
- 기본적인 규칙들을 알고, 게임을 하며 권위적으로 지시한다거나 규칙을 깬 사람에게 야단을 치는 행동을 보입니다.
- 슬프다, 기쁘다 등의 감정 표현을 적절하게 합니다.
- 인물들을 대상으로 연극놀이를 하거나, 벽돌, 상자, 장난감 기차, 인형, 유모차 등을 가지고 혼자 또는 어울려서 같이 놉니다.
- 놀이를 하고 난 후에 주변을 깨끗이 정돈하고 장난감을 치우려는 노력은 보입니다.

36~48개월

신체 발달

- 간단한 도형 그림을 가위로 자를 수 있습니다.
- 양발을 교대로 사용하여 계단을 올라가며, 맨 아래 계단으로 깡충 뛸 수 있습니다.
- 엄지와 검지를 사용하여 컵을 들어 올려서 마실 수 있고, 포크로 음식을 먹을 수 있습니다.

36~48개월

신체 발달

- 혼자 옷 입기 시작합니다. 양말을 신고 옷의 단추를 빼는 것 등을 할 수 있지만 아직 운동화의 끈을 매거나 지퍼를 올리는 것, 단추를 끼우는 것 등은 하지 못합니다.
- 원, 네모, 삼각형 등 간단한 도형을 그립니다.

지적 발달

- 새로운 것을 경험해보려는 호기심과 강한 욕구를 보입니다.
- 누가? 무엇을? 어디에? 왜? 등을 질문을 하기 시작합니다.
- 눈으론 TV를 보고, 코로는 맛있는 음식 냄새를 맡고, 입으로 간식을 먹고, 귀로는 음악 소리를 듣는다는 것을 정확하게 구분하고 표현합니다.
- 그림을 보고 빠진 부분을 찾아낼 수 있습니다.
- 이어지는 그림 3장을 보고 순서대로 애기를 만들 수 있습니다.
- 신발과 양말의 관계, 치약과 칫솔의 관계 등 관련된 사물이나 그림들을 짝짓기 할 수 있습니다.
- 얼굴 부분들과 직선의 팔, 다리를 가진 얼굴 그림을 그립니다.
- 인형도 사람과 똑같은 특성을 가진다고 생각해서 "곰돌이가 밥을 못 먹어서 아프대요"라는 말들을 합니다.

미술발달단계

※ 25~30개월과 동일

사회·정서적 발달

- 숨바꼭질, 친구들과 달리기 등 경쟁 놀이를 즐겨서 합니다.
- 놀이를 한 후에 강요하지 않아도 스스로 깨끗이 치웁니다.
- 밤과 낮의 시간적인 차이를 압니다.

36~48개월

사회·정서적 발달

- 혼자서 친구집에서 가서 놀다가 오기도 합니다.
- 우체부 아저씨, 간호원의 흉내를 내려고 옷을 입고 그 상황이나 인물을 흉내냅니다.
- 집 주소를 정확하게 얘기 합니다.

4~5세

신체 발달

- 세 발 자전거를 탑니다.
- 머리 위로 공을 멀리 던질 수 있으며 한 발로 뛸 수 있습니다.
- 기본적인 앞 구르기가 가능합니다.
- 동물, 자동차, 나무 등을 그리려고 합니다.

지적 발달

- 질문의 횟수가 증가합니다.
- 글자에 흥미를 보입니다.
- 뚜껍다 / 얇다 등의 다양한 개념들을 이해합니다.
- 맛보기를 한 후 음식의 맛을 달다, 시다, 짜다 등으로 설명할 수 있습니다.
- 소리의 크기를 '큰소리, 더 큰소리, 아주 큰 소리, 조금 전보다 큰 소리" 등으로 인식하고 표현합니다.
- 이야기의 주제를 이야기할 수 있습니다.
- 이야기를 시간의 흐름에 따라 말하면서 그림을 순서대로 배열합니다.
- 두 사물을 비교하여 유사점 · 차이점을 알아냅니다. 예를 들어서 개와 고양이는 어떻게 다르고/같니? 라는 질문 등에 대답할 수 있습니다.
- 이야기나 상황에서 다음에 일어난 것을 예측 할 수 있습니다. 예를 들어서 만약에 우리가 소풍을 간가면 무슨일이 생길까? 라는 질문에 대답할 수 있습니다.
- 그림을 보고 느낀 바를 표현합니다.

4~5세

미술발달단계

- 아이는 처음으로 무언가를 묘사할 수 있게 됩니다. 보통 머리와 다리만 있는 사람이 등장하고, 주위 환경 속에서 만져 본 적 있는 물건 컵, 자동차 등을 그리기 시작합니다.
- 이런 그림들은 서로 관련 없이 종이 위 아무 곳에나 그려지고, 꽃보다 작은 자동차, 자동차 보다 큰 컵 등 크기도 제멋대로 그립니다.
- 이 시기에는 아이가 그린 그림을 어른들에게 얘기하고 보고 싶어합니다.

★적절한 도구 : 물감, 큰 붓, 큰 종이, 색종이 색크레용–크고 종이에 싸여 있지 않은 것 연필, 진흙, 마커펜, 분필, 콜라주 재료, 가위

사회·정서적 발달

- 짧은 거리에 슈퍼 등에 심부름을 갑니다.
- 1시간 동안 4–5명의 아이들과 함께 가끔 사소하게 다투긴 하지만 대체로 잘 놉니다.
- 친구를 괴롭히거나 때리는 행동, 훔치는 행동 등은 옳은 짓이 아니라는 것을 압니다.
- 봄, 여름, 가을, 겨울에 대해서 알고, 이해합니다.
- 오전과 오후를 이해합니다.
- 생일의 달과 날짜를 정확히 말합니다.
- 자기 친구를 스스로 선택합니다.
- 도움없이 버스를 타러 가거나, 유치원에 갈 수 있습니다.

5~6세

신체 발달

- 자물쇠를 열기도 하고 잠그기도 합니다.
- 적어도 10부분의 신체 부위가 들어있는 사람 그림을 그립니다.
- 줄넘기를 할 수 있습니다.
- 두 발 자전거를 탈 수 있습니다.

5~6세

지적 발달 ※ 4~5세와 동일

미술발달단계 ※ 4~5세와 동일

사회·정서적 발달
- 사회적으로 수용될 수 있는 행동과 그렇지 않은 행동을 구별 할 수 있습니다.

25~36개월 아이는 어떤 모습일까요?

25~26개월 나는 어떤 모습일까요?

- 매일 내가 하는 방식대로 하는 것이 좋아요.
- 뚜껑을 열 수 있어요. 하지만 열어서는 안 되는 물건은 반드시 손에 닿지 않도록 하고 반드시 안전하게 뚜껑을 막아두세요.
- 긴 문장을 말할 수는 없지만 무슨 뜻인지 알아들을 수 있어요.
- 여전히 대부분 나 자신에 대해서 관심을 가져요.
- 내 또래아이와 놀 때 장난감을 나누어 가지지 않아요.
- 다른 아이를 때릴 수도 있어요. 그건 내가 그 아이를 싫어하기 때문이 아니라, 그 밖에 내가 어떻게 해야 할지 방법을 몰라서 그래요.
- 다른 아이를 "아가", 남자를 "아빠" 그리고 여자를 "엄마"라고 부를 수도 있어요.
- 이제 엄마로부터 아무 거리낌 없이 떨어져 있을 수 있어요.
- 내 스스로 내가 원하는 방식대로 하고 싶어요.

- 때때로 화장실에 가고 싶다고 말해요.
- 여전히 옷을 입는 것보다 벗는 것을 더 잘해요.
- 당신이 물건을 제자리에 두고, 정리를 할 때 돕는 것을 좋아해요.

※ 27~30개월 : 앞뒤 발달 단계와 비슷하므로 참고하세요.

31~32개월 나는 어떤 모습일까요?

- 언제 무슨 일을 할지 모르니까 항상 주의 깊게 봐주셔야 해요.
- 나의 옷, 특히 신발을 좋아해요.
- 잠자리에 들기 전에 하던 것들이 좋아요. 엄마가 바꾸려고 하면 싫어요.
- 사람들이 내 말을 이해하지 못할 때 화가 나고, 기분이 나빠져요.
- "춥다" "피곤하다" "배고프다"라는 말을 이해할 수 있어요.
- 내가 4살이 되면, 내가 대화에서 사용하지 않은 모든 단어들도 다 이해하게 되요. 하지만, 아직 이 모든 단어를 말로 할 수는 없어요.
- 엄마가 내가 아기였을 때 어땠는지 내게 말해주는 것이 좋아요.
- 배우는 것을 무척 좋아해요. 그리고 끊임없이 질문을 해요.
- 다른 사람을 위해 무엇을 하는 것을 좋아해요.
- 주변에 사람들에게 명령할 수 있어요. 그리고 내가 말하는 것을 듣지 않으면 때리면서 겁을 줄 수 있어요.
- 많은 시간동안 나는 다른 아이들과 장난감을 나눠 가지는 것을 좋아하지 않아요.
- 낮 동안에 대소변을 조절해내기 시작해요. 하지만 4~5세가 될 때까지는 아마도 밤에는 그럴 수 없을 꺼에요.
- 많이 흘리지 않고도 내 스스로 음식을 먹을 수 있어요. 하지만, 내가 ㅈ
  칠 때엔 엄마가 먹여주길 원해요.
- 4살 이즈음엔, 엄마가 나에게 몇 가지를 골라 선택의 기회를 준다면 ㄴ
  가 입고 싶은 옷을 골라 스스로 입을 수 있어요.
- 책에 써진 대로 읽어주는 이야기를 듣는 것을 좋아합니다. 엄마가 일부
  을 빠트리고 넘어가는 것이 싫어요.

※ 33~34개월 : 앞뒤 발달 단계와 비슷하므로 참고하세요.

35~36개월 나는 어떤 모습일까요?

- 머리 위로 공을 던질 수 있고 큰 공은 잡으려고 노력해요.
- 블록이 자동차인 것처럼 가장놀이를 하고, 원하는 물건을 다른 물건으로 대체할 수 있어요.
- 책 한권을 혼자서 볼 수 있고, 책을 읽어주면 좋아해요.
- 느낌과 감정상태에 대해 말해요.
- 다른 사람을 웃게 하려고 노력해요.
- 역할 놀이를 할 때 다른 친구에게 역할을 줘요. "너는 엄마해" "나는 아빠 할게"
- 여전히 모든 것은 내 중심으로 돌아가고 있다고 믿어요.
  만약 내가 눈을 감으면 아무도 나를 보지 않는다고 생각하죠.
- 뭔가 잘못한 것을 들켰을 때, 부끄러워하는 것처럼 행동해요.
- 뜨거운 난로나 달리는 차와 같이 무서운 것들을 피해요. 하지만 여전히 나를 지켜봐주고, 건널목을 건널 때엔 손을 잡아주세요.

엄마는 아이의 발달을 곁에서 관찰하는 중요한 사람입니다.
당신의 아이가 특별한 도움이 필요할 때, 빠른 개입이 가능할 것입니다.

출처 : Parenting Newsletter(1997), University of Wisconsine-Extension · Cooperative Extension NCR Pub. No 321~578

[2 아이의 발달을 돕는 놀이 방법]

가정에서의 놀이가 아이가 살아가는데 중요한 의미와 역할을 가지고 있습니다. 우리 아이들은 놀이를 통해서 자라고, 놀이를 통해서 모든 것을 배웁니다. 놀이는 아이의 생활이자, 아이가 스스로 모든 것을 배우는 배움터입니다. 그래서 아이의 발달 정도에 따라서 놀이의 방법과 수준은 다양합니다.

이 영역에서는 아이의 발달 수준에 따라서 나타나는 놀이수준을 알 수 있습니다. 엄마와 아이가 집에서 간단한 놀이를 하면서 아이와 정서적으로 교류하고, 아이의 발달도 도와주세요.

놀이 방법

6개월 이전의 아이와 엄마의 놀이

아기는 사람들과 있는 것을 무척 좋아해요. 놀이는 즐거움을 주는 동시에 학습의 기회를 준답니다. 형제자매들과 함께 이런 게임을 하면 더욱 좋아합니다. 6개월 이전의 아기와 엄마가 하는 전통적인 게임들은 전 세계적으로 비교적 비슷하다고 볼 수 있습니다.

● '엄마 앞에서 짝짝꿍'

'엄마 앞에서 짝짝꿍' 과 같은 손유희는 그 노래의 리듬에 맞추어 아기의 손을 안팎으로 조용히 움직이면서 시작하는 것이죠.

자주 이 놀이를 하면 아기가 혼자서 자기 손을 움직일 수 있도록 해준답니다. 물론 때때로 실수를 저지르면서요.

마침내 엄마가 단순히 '짝짝꿍' 이라고 말만 해도 무엇을 하려는 것인지 알게 될 것입니다.

● '자장 자장 자장'

'자장 자장 자장' 이라는 놀이는 단순히 의자를 흔드는 것으로부터, 좀 넓은 곳에서 노래에 맞추어 크게 아기를 흔들면서 도는 엄마와 아기의 신체 접촉놀이 입니다.

● '말타기'

'말타기' 는 아기들이 언제나 가장 좋아하는 게임입니다. 엄마 무릎위에서 '말타기' 놀이를 할 수 있습니다. 엄마가 무릎을 움직여 아기가 말을 타고 있게 흔들어 줍니다. 그리고 말을 재미있게 타다가 마지막엔 그 때 어울리는 적절한 단어로 노래를 부르면서 높이 뛰어 멈춤으로써 멋진 마무리를 하는 것이죠.

그러면 아기는 언제 그 가사가 나오는지 알게 될 것이고, 기대에 차서 눈을 크게 뜨고 엄마가 멈추려 할 때가 오면 웃으며 몸을 흔들게 되고, 곧 다시 해달라고 펄쩍 뛰면서 조르기 시작할 것입니다.

● '빠이빠이'

'빠이빠이' 는 재미있는 게임이 될 수 있습니다.

아기는 이것을 엄마 품에 안겨서 떠나가는 다른 사람에게 손을 흔들 때 가장 잘 배웁니다. 아기는 엄마가 그 단어를 말할 때면 손을 흔들게 되는 것이죠.

(간혹 사람이 멀리 사라지는데도 별다른 반응을 보이지 않는다고 해서 놀랄

것은 없습니다. 아기들은 반응을 늦게 보여 닫혀진 문에 대고 손을 흔드는 경우
:)

" 이라고 말하는 숨박꼭질과 같은 게임은 여러가지 방
. 변형해 볼 수 있습니다.
저, 손으로 엄마의 얼굴을 가리고 엄마나 아기가 그 손
: 뗄 때 '까꿍' 이라고 빨리 말하는 것이죠. 아기는 여전
| 엄마가 있다는 것을 확인할 수 있기 때문에 이것을
:아합니다.
거울에 비친 아기의 모습을 보여준 후에 수건으로 거울
을 가리는 것이죠. 아기가 사라진 것에 대해서 호기심을 보이면, 느슨하게 늘어
뜨린 수건을 천천히 들어올려, 아기로 하여금 거울속의 자신이 다시 나타난 것
에 대해서 손으로 때리거나 뽀뽀를 하는 등의 반응들을 보이도록 해 줍니다. 엄
마의 도움을 받으며 몇 차례 자기 자신을 발견한 후에, 아기는 혼자서 그 수건
을 치워버릴 수 있게 됩니다.

다른 변형방법은 수건을 아기 얼굴 위에 씌우는 것인데, 잠깐만 기다렸다가 수건을 벗겨내면서, 아기에게 '까꿍' 하고 인사를 합니다.

아기는 금방 수건을 치워버리고 놀란 듯이 보이지만 엄마를 다시 발견하고는 안도의 미소를 짓겠죠.

다음은, 엄마가 수건으로 얼굴을 가리는 것입니다. 이때 엄마는 오랫동안 숨어있지 않는 것이 좋습니다. 그렇지 않으면 아기는 당황하게 되는데, 이는 아기에게 있어 엄마는 너무나 중요한 사람이므로 없어졌다는 사실을 가볍게 받아들일 수가 없기 때문이죠.

마침내 아기는 수건을 잡아당김으로써 어머니를 발견할 수 있다는 생각을 갖게 될 것입니다.

● '간지르기 게임'

'간지르기 게임' 이 있습니다.

이 게임은 많은 웃음을 자아낼 수 있지만, 그 웃음을 무의식적인 반응이기 때문에 즐거움을 위한 최선의 방법은 아닙니다. 하지만 아이와 적극적인 신체적 접촉은 성장에 많은 도움을 줍니다.

● '걷는 흉내'

'걷는 흉내' 라는 게임은 아기의 팔이나 다리 위에서 손가락으로 '걷는 흉내' 나 맛사지 등을 해 줘서 아기가 한바탕 크게 웃지는 않아도 싱긋 웃을 수 있게 해 주는 게임입니다.

● '아기에게 필요한 첫번째 장난감, 모빌'

'모빌' 은 어머니 얼굴 다음으로 아기에게 시각적인 즐거움을 주고 아기가 시선을 고정하고 시각을 발달시키는데 중요한 역할을 합니다.

모빌을 놓는 위치는 아기의 시력을 고려하여 20㎝ 전후가 적당합니다.

모빌의 색깔은 가능하면 원색이 좋습니다.

아기들은 모빌 그림이 굵고 기하학적인 그림을 더 좋아하며 어머니 얼굴의 윤곽 같은 모양으로 그려진 것도 관심을 보입니다. 가능하면 잘 움직이고 소리나 음악이 나면 더욱 좋습니다. 아기들은 이러한 모빌을 통해서 자신에게 의미있는 것에 시선과 주의를 보이며 불필요한 자극들은 반응을 줄이는 조절의 능력을 배울 수 있습니다.

아기는 누워서 많은 시간을 보내기 때문에 자기 시야에 있는 재미있는 모빌들은 좋은 위안거리가 됩니다.

모빌 외에도 침대주위에 봉제완구나 원색을 사용한 천조각 같은 것을 놓아주어도 아기에게는 흥미로운 놀잇감이 될 수 있습니다.

6개월 이후 아기의 놀이

아기가 혼자 앉게 되면 무슨 물건이든 호기심을 가지고 보며 만져보게 됩니다. 이때 엄마는 호기심을 채워줄 환경을 만들어 주어야 합니다.

● '후 불기 놀이'

'후 불기 놀이'는 아이가 말을 할 수 있도록 해주는 중요한 능력을 키워주는 놀이입니다. 먼저 공을 유아용 식탁위에 올려놓으세요. 공이 아기에게 굴러갈 때까지 부세요. 그것을 아기가 엄마에게 불 수 있도록 엄마의 입모양을 흉내 내도록 시간을 가지고 도와주세요.

● '만진 곳 이름 말해주기'

이 시기에는 '만진 곳 이름 말해주기' 놀이를 하기에 가장 좋은 때입니다. 몸의 다양한 부분을 만지고 이름을 말해주세요.

"이건 영수의 발이야. 이건 영수의 코, 영수의 손가락은 어디 있지?"

엄마가 아빠의 신체 일부분을 만지고, 똑같이 해보세요.

"여기는 엄마의 코, 여기는 아빠의 코, 여기는 영수의 코"

이 놀이는 당신의 아기가 자기 자신과 몸에 대해 배우도록 하고 단어와 해당 객체와의 관련성을 알도록 해 줍니다.

대부분의 아기들은 17개월이 될 때까지 단어를 듣고, 신체의 일부분을 가리키지 못합니다. 그러나 연구결과에 따르면 단어놀이를 하는 것은 당신 아기가 좀 더 빨리 배울 수 있도록 돕는 일입니다.

● '일상적인 물건들'

'일상적인 물건들'이란 가정에서 쉽게 구할 수 있는 모든 것이 놀잇감이 된다는 것입니다.

작은 냄비, 수저, 깨지지 않는 접시, 빈 화장품병 등 모

든 것이 좋은 놀잇감입니다. 엄마는 일상적인 물건에 관심을 가지고 노는 아이에게 기회와 안전을 제공해 주는 것이 이 놀이의 핵심입니다.

● '경험하기 놀이'

'경험하기 놀이'는 아기에게 시각, 청각, 촉각, 후각, 미각 등을 이용한 다양한 경험을 하게 해 줌으로써, 아기의 창조성을 키워주는 배움의 핵심 놀이입니다.

시각 – 9개월 된 아기의 주변을 밝게 하고 여러 가지 색으로 된 옷, 장난감 그리고 방의 장식을 꾸며 주세요.

청각 – 라디오, CD 또는 테이프를 듣도록 해주세요. 소리 나는 모빌 또는 차임벨을 달아 주세요. 아기에게 말을 걸고 노래를 불러 주세요.

촉각 – 부드럽고, 딱딱하고, 거친 감을 느낄 수 있는 다양한 물체를 제공하세요. 데님, 코듀로이, 벨벳과 새틴 재질로 된 장난감, 담요 또는 공을 만들어 주세요. 아기를 만져주시고 아기도 당신의 피부, 머리카락, 옷을 만지도록 해주세요.

미각 – 새롭고 다양한 먹을거리를 제공해 주세요.

후각 – 비누, 향수, 음식, 꽃 등 안전하게 냄새를 맡을 수 있는 기회를 주세요.

● '목욕'

'목욕'이란 단지 깨끗이 씻어 주는 것에 그치지 않고 물 속에 스폰지 장난감, 보트, 플라스틱 동물들을 띄워서 아이가 충분히 놀 수 있도록 해 주는 것입니다.

13~24개월 우리 아이의 놀이

서서 걸을 준비가 되면 아이들의 세계는 엄청나게 바뀐답니다.
걸어서 움직일 수 있는 아이들은, 앉아서 볼 수 없었던 새로운 세계에 굉장한 관심을 가지게

되고, 아이들의 손에 닿는 모든 것이 탐색과 놀이의 대상이 되는 것이죠.
아이들은 무엇이든지 움켜 쥐고, 던지고, 비틀어 보고, 질질 끌고, 맛보고, 시험해 봅니다.
한 두 발자국씩 떼다가 잘 걷게 되고, 뛸 수 있게 되면 아이들은 걷는 데 아주 열심입니다.
이런 아이들에게 계단은 올라가라고 있는 것이고, 서랍은 열어서 뒤지라고 있는 것이고, 전기 코드와 약병은 빼고 엎어버리라고 있는 것입니다.
이럴 때 '만지지 마', '하지 마' 하고 제지하기보다는 아이들이 위험하지 않는 한도 내에서 하고 싶은 대로 하도록 해주세요.
18개월 경이 되면 보거나 들었던 사건을 기억 해서 초보적인 수준의 가장놀이를 합니다. 이러한 특성에 따라 소꿉놀이, 병원놀이 등의 놀이감이 필요합니다.

● '그림보고 이름 정하기'

'그림보고 이름정하기' 놀이는 책 속에 그려진 사물의 이름을 배우도록 도와주는 놀이입니다.

우선 아이를 엄마의 무릎에 앉히세요. 그리고 그림책을 아이에게 읽어주세요. 아이에게 책 속의 그림을 보고, 사물을 찾을 수 있도록 격려하세요. "토끼가 어디 있지?" "새를 찾아보렴." "이 아이는 무엇을 하고 있지?" "아이가 인형과 같이 놀고 있니?

● '혼자서 책 읽기'

아이가 책과 가까워질 수 있도록 해 주는 놀이입니다.

아이가 책장 넘기고 그림을 보는 것을 배우도록 도와주세요. 그러면 책은 읽어야 되는 물건이라고 인식하게 된답니다. 아이에게 글을 읽게 하는 것보다 책 속에 그림을 보면서 책과 가까워 지고, 책 읽는 것이 재미있도록 해 주세요.

● '공놀이'

공을 아이와 서로 주고 받는 놀이입니다.

● '물 놀이'

물은 모든 아이들에게 매력적입니다. 물 치기, 물방울 만들기, 무엇인가 물에 띄우기, 여러 가지 다른 통에 옮겨 붓기 등등. 아이들은 온몸으로 열중해서 물놀이를 즐깁니다. 따뜻한 물 속에서는 아이가 긴장을 풀고 조용히 놀기도 합니다. 물은 부끄러움과 두려움도 없애 줍니다.

물놀이감으로는 비닐 튜브, 여러 가지 플라스틱 용기, 물총처럼 쏠 수 있는 빈 샴푸통 등이 있습니다.

● '역할놀이'

역할놀이는 아이의 발달 즉, 사고력, 창조력 그리고 일어난 사건을 기억하는 능력을 기르는 데 있어서 아주 중요합니다.

엄마는 아이가 짧은 순간동안 장난감 전화를 귀에 살짝 대보거나, 인형의 입에 젖병을 살짝 닿게 하는 것을 볼 수 있습니다.

얼마 지나지 않아, 아이는 자고 먹는 것처럼 일상의 일들을 소재로 가장놀이를 시작합니다. 나중에는 아이가 역할놀이에서 블록이나 막대기를 아주 창조적인 방식으로 의미를 부여해 사용하는 것을 볼수 있게 될 것입니다.

아이가 역할놀이를 하는 것을 보았을 때 부모가 지지해 주는 것은 아주 중요합니다.

부모는 아이에게 이렇게 말해줄 수 있습니다. "아기에게 우유를 먹이고 있구나! 넌 정말로 좋은 엄마야" 또는 "너는 자동차 운전 중이구나. 넌 운전을 아주 잘하네!" 이 놀이는 아이가

재미있어할 뿐만 아니라 아이에게 새로운 단어를 익히고 새로운 생각들을 해낼 수 있도록 돕게 됩니다.

● '촉감놀이'

'촉감놀이'는 아이에게 딱딱하고 부드러운 물건을 만지게 한 후에 같은 종류끼리 분류해내고 어떻게 느끼는지 말할 수 있도록 알려주는 놀이입니다.

이 놀이는 먼저 딱딱하고 부드러운 것들은 한 곳에 모아두세요.

예를 들어 당신은 블록, 병, 바위 등을 딱딱한 물체로 사용할 수 있고, 부드러운 인형, 천으로 된 공, 천조각 등을 부드러운 물체로 사용할 수 있습니다. 어떤 것이 부드럽고 어떤 것이 딱딱한지 보여주세요. 그런 다음에 아이에게 딱딱한 것을 한군데에 모아두도록 하고 부드러운 것은 다른 곳에 모아두도록 하세요.

만약 아이가 이것을 할 수 없다면, 딱딱한 것을 들고 이렇게 말하세요. "이것은 딱딱한 것이야. 이것은 여기에 두도록 해." 아기가 부드럽고 딱딱한 것들이 섞여 있는 무더기에서 딱딱한 것을 골라내도록 도우세요. 그러고 나서 새롭게 고른 딱딱한 물건들이 부드러운 것들과 어떻게 다른지 보여주세요.

다시 한 무더기 속에 딱딱하고 부드러운 것들을 섞어놓고, 이 놀이를 반복하세요.

이 놀이는 여러 가지로 반복해서 아이가 흥미를 잃지 않도록 도와주세요(매끄럽고 – 거친 물건, 가볍고 – 무거운 물건 등).

● '색깔 놀이'

'색깔 놀이'는 아이에게 색상을 짝짓는 것과 색의 이름을 배우는 것을 도와 주

는 놀이입니다. 교통신호등, 간판, TV나 책 속의 색 이름을 말하도록 도우세요.

색깔을 제외하고는 성질이 다른 물건을 같이 두고 똑같은 점이 무엇인지 물어보세요. 예를 들어, 빨강색 사과와 빨강색 자동차를 앞에 두고 이 두 물건들의 똑같은 점이 뭘까?라고 질문하고 답이 틀리면 아이에게 웃으면서 "빨강색이란다." 라고 가르쳐 줍니다.

● '물건 알아 맞히기'

'물건 알아맞히기' 놀이는 아이의 눈을 가린 상태에서 자기가 감각을 통해 느낀 점과 사물의 이름을 연결시키는 법을 배우게 해 주는 놀이입니다.

우선 아이가 엄마의 얼굴을 마주보지 않도록 해서 무릎에 앉히세요. 아이에게 눈가리개를 씌우세요. 아이가 눈가리개를 무서워하면, 그냥 눈을 감고 고개를 돌리도록 하세요. 숟가락, 딸랑이 또는 작은 장난감과 같이 아이가 잘 알고 있는 물체를 함께 가져옵니다.

가져온 물건을 한번에 하나씩 아이에게 주고 느끼도록 합니다. 아이가 무엇을 들고 있는지 추측해 보도록 합니다.

25~36개월 우리 아이 놀이

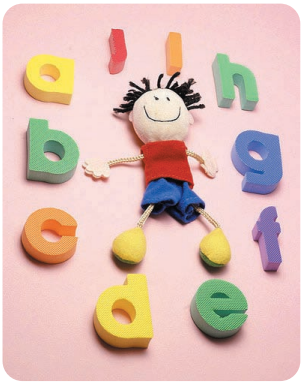
인간은 누구나 노래 부르고, 그림을 그리거나 손으로 무엇인가 만들어 내고, 몸을 움직여 춤추는 것을 좋아합니다. 아이들 또한 가르쳐 주지 않아도 노래하고 춤추고 그림을 그리는 데, 어릴 때부터 이러한 창조적 표현들을 장려하고 길러 주는 것이 필요합니다.

● '분류하기'

'분류하기 놀이'는 아이가 어떤 것이 같고 어떤 것이 다른지 배우도록 도와주는 놀이입니다. 놀이방법은 모양은 다르면서 같은 종류의 물체를 4개씩 모아서 서너 개의 그룹을 만듭니다.

예를들면 게임용 카드 4장, 리본 4개, 숟가락 4개, 낙엽 4개를 준비한 후 이것

들을 한 곳에 서로 섞어 놓습니다. 아이에게 유사한 물체들끼리 나누어 모아 보도록 합니다. 이 놀이를 포함하여 어떤 놀이든지 아이와 당신이 즐거울때 까지 계속하세요.



● '흉내내기'

'흉내내기'는 아이가 몸과 상상력을 사용하여 사물의 모양이나 행동을 표현해 보는 놀이입니다. 놀이방법은 아이에게 꽃, 나무, 기차, 강아지, 보트, 운전하는 아빠와 같이 친숙한 것들을 따라하도록 하고, 엄마와 아빠도 같이 어울려 놀아 주세요.

● '첫 번째 숫자 놀이'

'첫 번째 숫자 놀이'는 아이가 1과 2의 차이점을 배우도록 도와주는 숫자 놀이입니다. 놀이방법은 엄마가 먼저, 하나, 둘, 셋 혹은 그 이상의 개수를 가지고 각기 총합이 다른 그룹을 만들어 보여주세요.

장난감, 종이컵, 꽃, 병뚜껑 등 놀이에 안전한 물건을 사용할 수 있습니다. 한 개가 있는 그룹을 찾도록 격려합니다. 두 개를 같이 두고 몇 개인지 물어봅니다. 한 개를 빼고 몇 개인지 맞추도록 합니다. 다음엔 아이가 엄마에게 묻도록 서로 즐겁게 놀이 하듯이 하세요.

● '다른 것 찾기'

'다른 것 찾기'는 아이가 같고 다른 것을 배우도록 돕고, 아이의 관찰력을 높여줍니다. 놀이방법은 하나를 제외한 나머지는 모두 같은 모양으로 4-5개의 그림을 그리거나 오려냅니다. 다른 모양의 그림을 찾아내는 것으로 시작하세요. 예를 들어 4개의 나무와 집 한채 또는 네 개의 삼각형과 하나의 원을 찾아 보는 것이죠.

놀이가 계속 진행되면서 엄마는 모양이 다른 그림들을 더 많이 만들어 낼 수 있습니다. 예를 들어, 네 개의 강아지와 한 개의 고양이 또는 네 개의 작은 빨간 삼각형과 한 개의 큰 빨간 삼각형 등 다양하게 할 수 있죠.

● **'악기'**

아이는 노래부르고, 북을 두드리는 등 악기를 가지고 노는 것을 즐거워 합니다. 아이와 같이 다양한 악기로 연주해 보세요.

● **'미술도구(찰흙, 연필, 붓, 크레파스 등)'**

아이와 집에서 여러 가지 미술도구로 그림을 그리면서, 아이가 표현할 수 있도록 지켜봐 주고 격려해 주세요.

● **'미끄럼틀, 그네 등 놀이터에서의 놀이'**

놀이를 할 때 엄마가 지켜야 할 5가지 원칙

1. 놀이 결과에 집착하지 않습니다.

2. '아이가 이 정도는 하겠지' 라는 생각은 금물입니다.
   이런 기대는 아이들에게 심리적으로 부담감을 주어 놀이과정에 악영향을 미치게 되어, 노는 과정보다 결과가 훨씬 중요하다는 사실을 항상 염두에 둘 수 있기 때문입니다.

3. 손조작 놀이를 한다고 아이를 책상에 앉혀놓고 강요하는 것은 옳지 않습니다.
   생활 속의 모든 활동이 곧 놀이, 식탁이든 부엌이든 어디서든 장소와 시간에 구애받지 않고 다양하고 재미있는 놀이를 할 수 있도록 지도해 주세요.

4. 아이를 있는 그대로 받아들여 주세요.
   아이들이 놀이 중에 보이는 실수나 부적합한 행동을 있는 그대로 받아줘야 합니다. 아이들은 모든 것이 불완전한 존재이므로 실수를 하게끔 되어 있습니다. 이 때 과민반응을 보이거나 꾸중을 할 경우 놀이에 대한 흥미를 잃고 맙니다.

5. 엄마의 생각을 강요하지 말아야 합니다.
   아이가 기발한 상상력이나 창의적인 사고에 의한 행동을 할 때 엄마의 고정관념을 깨야 합니다. 어른들의 눈에는 아이의 이상한 행동처럼 보일 수 있기 때문입니다. 이때 아이의 행동을 막거나 이상한 아이로 취급하는 태도를 보여선 안됩니다. 통제를 많이 받고 자란 아이일수록 창의성이 부족해지기 때문이지요.

6. 엄마도 놀이를 즐겨야만 합니다.
   놀이를 함께 하는 엄마가 놀이를 즐겨야 아이도 놀이에 몰두할 수 있기 때문입니다. 엄마가 놀이를 일로 느낀다면 그 느낌이 알게 모르게 아이에게 스트레스를 주어 놀이의 효과를 떨어 뜨리게 되기 때문이지요.

[3 그림으로 보는 우리 아이 속마음]

아동의 미술표현발달

미술표현의 발달단계에 대해서는 여러 학자들의 다양한 이론이 있어요. 여기에서는 아동의 미술적 표현이 시작되는 2세에서 5세까지 비교적 구체적으로 분류한 켈로그(R. Kellog, 1969)의 발달이론을 소개합니다(박화윤, 1998 : 양경희, 1997).

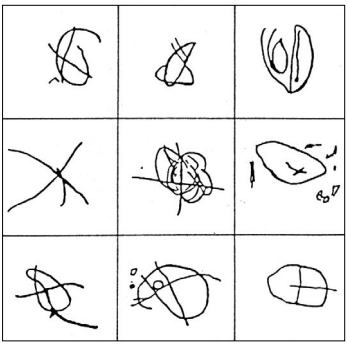
(1) 기본적 난화 단계(2세 전후)

2세 전후가 되면 아기는 끄적거리기를 시작합니다. 끄적거리는 흔히 난화, 낙서하기라고도 말합니다. 이 때의 끄적거리기는 거의 의미가 없습니다. 아이들의 끄적거리기 형태를 자세히 관찰하면 20개 정도의 기본적인 선형이 발견됩니다. 이것을 기초로 세부적이고 종합적인 묘사가 가능하게 되는 거지요.

난화 1		점
난화 2		수직단선
난화 3		수평단선
난화 4		사선단선
난화 5		곡선단선
난화 6		수직복선
난화 7		수평복선
난화 8		사선복선
난화 9		곡선복선
난화 10		꼬부랑 열린선
난화 11		꼬부랑 닫힌선
난화 12		지그재그선
난화 13		고리단선
난화 14		겹고리선
난화 15		나선
난화 16		중복선
난화 17		동그라미복선
난화 18		퍼지는 원형
난화 19		교차된 원단선
난화 20		불완전한 원

▲ 기본적인 끄적거리기

(2) 도형단계(2~3세)

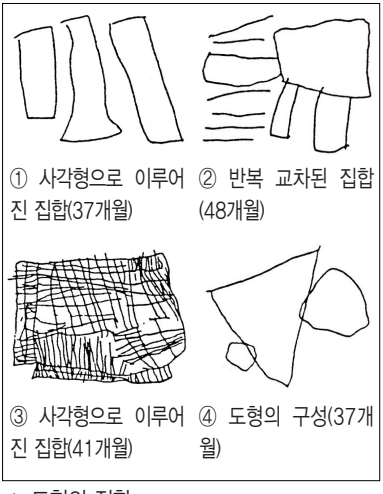


▲ 초기도형

이 시기의 그림은 좀 더 세련된 긁적거리기가 나타나다가 점차 형태를 가집니다. 원, 십자가, 사각형, 삼각형, 대각선 십자가(+, ○, □, △, ×)를 그리게 됩니다. 이러한 도형의 출현은 아동이 선과 기억을 활용하는 능력이 증가했다는 것을 의미합니다. 도형은 글씨쓰기에 필요한 기술의 기초가 됩니다.

(3) 디자인 단계(3~4세 – 전기)

이 나이쯤 되면 도형의 2~3개를 연합하여 디자인을 시작합니다. 이 과정에서 성인의 특별한 지시 없이도 시각적인 논리를 이용하여 선 구성을 시도합니다. 같은 도형을 집합시키거나 다른 도형들을 연합시키기도 합니다.



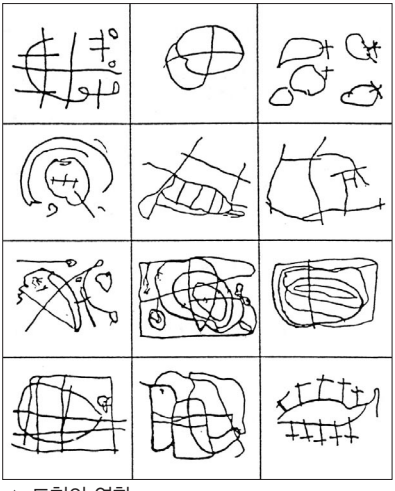
① 사각형으로 이루어진 집합(37개월)

② 반복 교차된 집합(48개월)

③ 사각형으로 이루어진 집합(41개월)

④ 도형의 구성(37개월)

▲ 도형의 집합



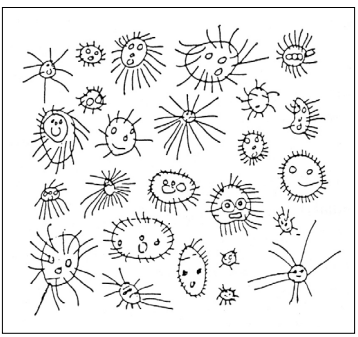
▲ 도형의 연합

(4) 인물화 단계(3~4세 – 후기)

몇 가지 도형이 복합적으로 구성되는 시기를 지나면, 초기 인물화의 세 가지 특징적인 형태가 나타납니다. 초기 인물화는 전 단계에서 반복되었던 작업에서 아동 스스로 이루어 냅니다. 이 시기에 아동은 자신의 그림에 이름 붙이기를 좋아합니다.

● 태양형

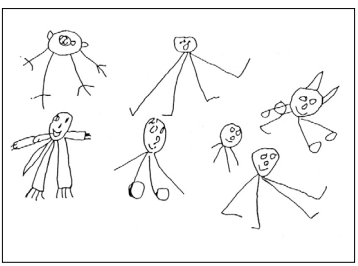
태양형은 만 3세가 되어야 나타나는데 두 개 이상의 원이 사용되는데 큰 원안에 작은 점이나 원이 들어가며 원 끼리는 서로 겹치지 않습니다. 만달라와 태양형의 출현은 아이들에게 사람을 그리게 하는 자극이 되어, 아동은 태양형을 그려 놓고 햇님 얼굴, 나아가 사람얼굴이라고 합니다. 이것은 원시적인 얼굴형태로 인물화의 시초입니다.



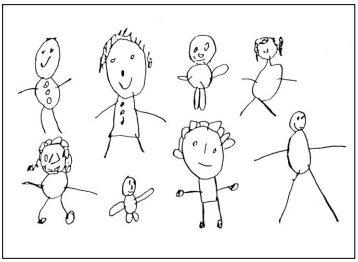
▲ 태양형 인물화

● 방사선형

끄적거리기가 반복되다가 어느 날 한 점에서 여러 개의 선이 방사되어 나오게 됩니다. 흔히 문어나 오징어 형태의 그림이라고 합니다. 방사선은 인물화에서 팔과 다리의 위치가 되고, 나중에 만다라 형태의 인물화가 등장하면 발가락과 손가락이 됩니다.



▲ 방사선형 인물화



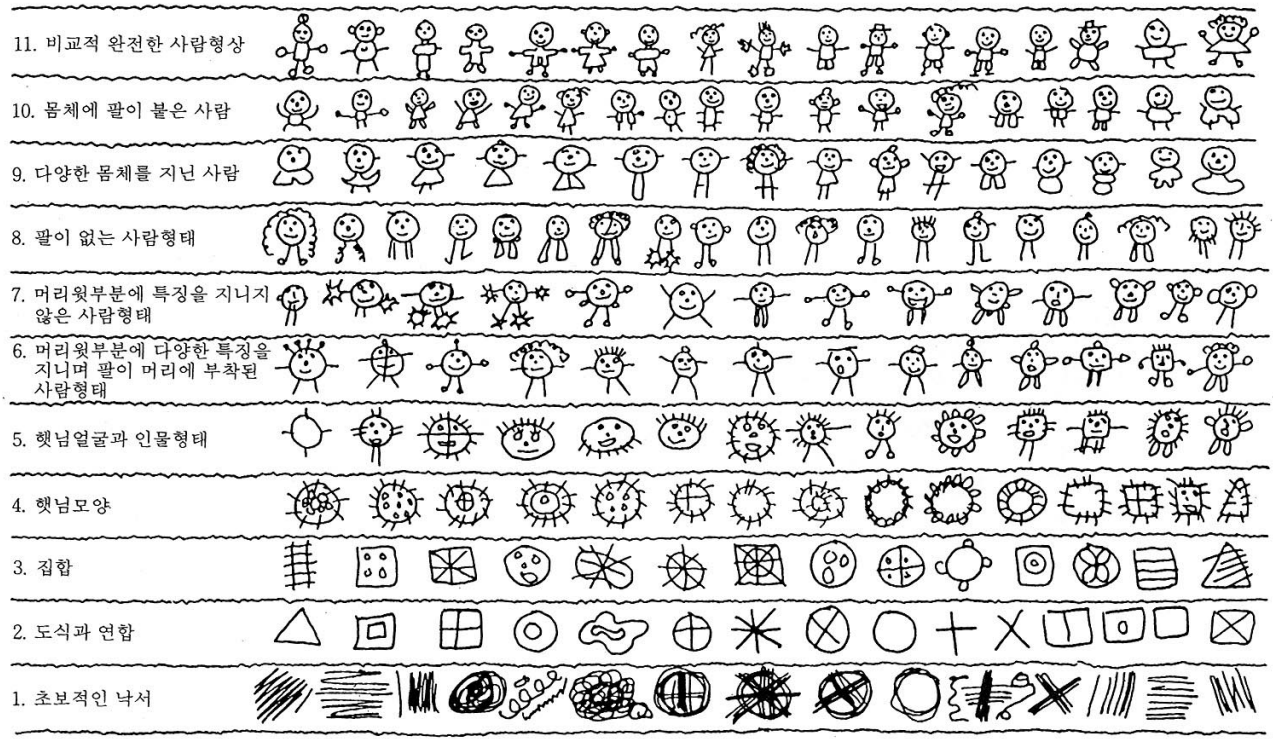
▲ 만다라형 인물화

● 만다라형

만다라란 산스크리트어로 "원"을 뜻하는 말입니다. 원 안에 십자가 모양을 그리기도 하고, 여러 개의 원을 모으기도 하며, 사각형안에 원을 그리기로 합니다.

(5) 초기 회화단계(4-5세)

4세 이후부터 사람, 동물, 식물, 집, 건물 등 여러 사물들을 사실적으로 그리기 시작합니다. 어른이 인식하고 있는 것과 거의 비슷하게 그려내며, 실제와 그림이 비슷하다고 느낄 때 미적 즐거움을 느낍니다.



▲ 아동미술표현의 발달과정

그림으로 보는 우리 아이 속마음

혹시 내 아이가 정신적으로 특정 장애는 없는지 정상적으로 성장하고 있는지, 가족에 대해서 느끼는 갈등이나 문제는 없는지, 여러분은 아이의 정신적인 성장에서 궁금한 점이 많을 것입니다. 궁금하고 걱정스러운 점들을 그림을 통해 알아 봅시다.

심리적 장애가 있는 아동을 진단하거나 치료할 때 중요한 수단은 '언어' 입니다. 하지만 언어는 어린 아동이 표현하고자 하는 생각이나 느낌을 온전히 담아내지 못하지요. 미술표현은 자신도 알지 못하는 무의식의 표현을 거울처럼 반영할 수 있는 또 다른 표현수단입니다.

그림을 통해 자기의 내면세계를 표현할 수 있는 대표적인 것이 '집-나무-사람 검사(HTP, House-Tree-Person Test)입니다. 집, 나무, 사람은 아동에게 매우 친숙한 소재이며, 가족과 자신에 대한 욕구를 표현하는 좋은 자료입니다.

집그림(5세)

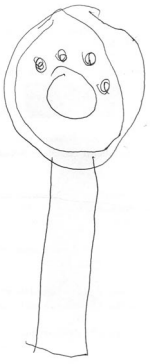
● 집그림

집은 "가정적인 자아"를 나타내며, 가족관계나 가정생활에 대한 아동의 내면 감정, 생각, 소망을 나타냅니다.

- 창문을 너무 많이 그린 경우 : 과도하게 자신을 개방하고 타인과 관계 맺음으로써 타인의 인정을 받고 싶은 소망을 나타냄
- 굴뚝에 연기가 과도하게 나는 경우 : 애정이나 따뜻함에 대한 욕구를 나타내는데 그 밑마음에는 좌절감과 결핍감을 가지고 있습니다.
- 문이 없는 경우 : 아동이 바깥세계로 나아가지 못하고 있음을 나타냅니다.

● 나무그림(Tree)

나무는 아동의 "무의식적이 자아"를 나타내며, 성격적 핵심을 표현합니다. 나무의 나이는 아동의 심리적 성숙을 나타내는데, 자기 나이보다 어린 나무는 미성숙을, 너무 과도하게 많으면 자기의 내면적 미성숙을 부인하는 것입니다.



나무그림(5세)

- 뿌리가 없거나 지나치게 강조한 경우 : 뿌리가 없으면 자신에 대해 매우 불안정을 느끼며 자신감이 없고 무기력감을 나타내고, 반대로 뿌리를 지나치게 강조하면 불안감을 과도하게 안정화시키려고 힘을 쓰고 있다는 신호입니다.
- 옹이구멍이 있는 경우 : 잘려진 사건이나 상처를 나타낼 수 있습니다. 하지만 단순히 어린이집에서 배운 것을 그리기도 하기 때문에 잘 관찰해야 합니다.
- 열매가 있는 경우 : 사랑과 관심을 더 많이 받거나 주고 싶어함을 의미합니다. 속마음에는 애정에 대한 결핍감을 갖고 있겠죠.

● 사람 그림(Person)

사람은 "의식적으로 알고 있는 자아상"으로 아동의 태도나 감정입니다. 아동은 자기중심적 사고를 하기 때문에 주로 자기 자신을 많이 그리고, 그 다음 자기에게 중요한 사람을 그립니다.

사람그림(5세)

- 상담자를 그린 경우 : 매우 외롭고 아무에게서라도 사랑과 관심을 얻고 싶음을 나타냅니다.
- 뒷모습을 그렸을 때 : 세상과 직면하기를 거부하는 경우입니다.

- 눈이 없는 경우 : 타인과 감정을 주고 받는 데 불안감을 나타내고, 한쪽 눈을 가리고 있는 경우는 접근과 회피의 양가감정을 나타내고 매우 위축되어 있습니다.
- 코가 없는 경우 : 타인에게 어떻게 보일지 위축되어 있고, 매우 예민하고 두려워하고 있음을 나타냅니다.
- 입이 없는 경우 : 음식을 받아들이며 직접적인 의사소통을 하는 곳으로, 입이 없다는 것은 일차적 존재감이나 가치감을 충족시킬 수 없음을 의미합니다. 즉, 애정결핍으로 인한 좌절감의 표현이 많습니다.
- 목을 너무 길거나 짧게 그렸을 때 : 너무 길면 머리와 몸의 간격을 넓힘으로서 생각과 행동을 통제하려고 힘을 씁니다. 그래서 자신감이 없고 위축됩니다. 반대로 너무 짧은 목은 스스로 통제력이 부족하여 충동적 행동을 보일 가능성이 있습니다. 목이 없이 머리와 몸이 붙었다면 조절능력이 약화되어 일상생활에서 부적절감을 느끼고 있음을 의미합니다.
- 손을 그리지 않은 경우 : 타인과 교류는 하고 싶지만 불안한 마음이 있으며, 교류기술이 적절하지 못해 내적으로 갈등하고 있음을 나타냅니다. 가끔 손을 숨기는 경우는 도벽의 가능성을 시사하기도 합니다.
- 차렷 자세 : 융통성이 부족하여 경직된 성격을 나타냅니다.
- 성기를 그린 경우 : 인물화는 보통 옷을 입은 모습을 나타내지만 가끔 성기가 드러나거나 비춰보이는 경우가 있습니다. 이는 아동이 성과 관련된 심한 불안감을 갖고 있음을 나타내기 때문에 상담이 필요할 수도 있습니다.

※ 위의 세가지 그림을 한 장에 그리면 "동적 – 집나무사람그림(K-HTP)"이 됩니다. 5세 전후의 나이가 되면 그릴 수 있을 거에요. 이것은 따로따로 그리는 것보다 집과 나무와 사람간의 상호관계를 더 많이 알려주는 자료가 됩니다.

우리 아이는 이 색을 과도하게 사용해요!

아이에게 크레파스를 주면 어떤 아이들은 자유롭게 여러 색을 사용하지만 어떤 아이들은 몇 가지 색만 계속해서 고집할 경우가 있습니다. 또 자유롭게 색을 사용하다가 어느 시기에는 특정한 색을 계속해서 쓰기도 하지요. 아이가 과도하게 한 색에 집착한다면 아이의 내면을 들여다 볼 필요가 있겠지요. 때때로 아이들은 그림을 통해 마음이 아프다는 신호를 보내거든요.

여기에서는 두 학자(정대식, 1991 : 정여주, 2004)들의 색채에 대한 아동심리 해석을 소개합니다. 가장 중요한 건 단순히 색만 보고 해석할 것이 아니라 아이의 최근 행동과 처해진 환경을 종합하여 볼 수 있어야 합니다.

검정색을 과도하게 쓰는 경우

지능 지수가 높은 아동이 많이 그리며, 부모와의 사이가 원만하지 못할 때, 가정환경이 밝지 못함을 시사하기도 합니다.

빨강색을 많이 쓰는 아이

자기 주장이 강하고 때로는 거친 행동을 하며 충동적인 경우가 많습니다. 인내심이 부족하여 친구를 오래 사귀지 못하고 부모의 말을 잘 듣지 않으려는 경향을 보입니다. 아이들이 흔히 태양의 색을 빨강으로 칠하는 경우에는 태양색에 대한 보편적인 의식에서 나올 수 있으므로 이럴 때는 해석할 필요가 없습니다.

노랑을 자주 쓰는 아이

성격이 매우 냉정하고, 친구들을 골라서 사귀며, 신경이 예민하여 친구가 많이 없습니다. 결

단력과 의지력이 강하고 권위에 대한 욕구가 강한 아동에게 볼 수 있습니다. 태양을 노랑으로 그렸다면 아버지와의 관계에 욕구 또는 불안감이 있을 수 있습니다.

밤색(고동색)을 사용하는 아이

형제가 적은 가정에서 외로움을 많이 타는 아동에게 잘 나타납니다. 의지력이 약하여 의존심이 강한 아이들, 항상 불만이 많고 자기주장을 잘 나타내지 않는 아이들 그림에서 고동색이 잘 보입니다. 때로는 자기 행동과 손의 사용에 자신감이 부족하여 무조건 참으려고 하는 아동에게서 나타납니다.

하얀색이 많이 보일 때

내성적이며 폐쇄적이며 친구가 적은 아동에게서 나타납니다. 아울러 고집이 강하고 자기 주관이 매우 강하여 남에게 과시하려는 욕구를 가지고 있습니다. 가끔 사고력 부족할 때, 신체 건강에 문제가 있을 때 하얀색에 집착하기도 합니다.

파란색(남색)을 과도하게 쓸 때

공상적인 아동에게서 나타나며, 이런 아동들은 긴장감, 불안감이 많고 잘 놀라는 성격입니다. 때로는 기분이 좋을 때 파랑을 칠하는 경우도 있습니다.

초록색을 많이 쓰는 아이

사물의 판단을 잘하며 친구들과 잘 어울리고 자기주장이 강한 아동에게서 나타납니다.

회색을 많이 쓸 때

냉철하고 내성적, 창의적인 성격을 가진 아동에게서 나타나며 편식습관을 보이기도 합니다. 경계심이 있고 외로움을 많이 탈 때 이 색을 자주 씁니다.

보라

지능이 높고 치밀한 성격의 아이들이 이 색을 좋아하며, 지구력이 매우 강함을 의미합니다.

기분이 좋을 때 보라색을 사용하기도 하지만 부모와의 문제가 있을 때, 심리적 문제가 복잡할 때 보라를 쓰는 경우가 있습니다.

분홍

내성적이어서 표현력이 부족한 아동에게 나타나며 지구력이 약할 때 자주 나타납니다. 심장이나 가슴부위 또는 기관지가 안 좋은 경우가 있으며, 부모의 화풀이가 어린이에게 충격이 되었을 때도 나타납니다.

하늘색

흔히 가정에서 여성이 많을 때 나타나기도 하며, 내성적이고 몸이 약하며 남과 잘 어울리지 않는 성격을 가진 아동에게서 자주 나타납니다. 하늘색으로 태양을 표현하면 건강상의 문제와 아버지와의 문제가 있을 수 있습니다.

미술치료 효과가 있는 유아미술놀이

● 손도장찍기

손도장 찍기는 자아감 형성에 도움이 됩니다. 자신의 신체를 보고 즐기면서 자신의 존재를 타인에게 알리는 좋은 방법이죠. 여러 가지 물감을 손에 묻혀 도화지에 찍고 나타나는 모양을 관찰해 봅니다. 가족이 함께 겹쳐 찍기를 하며 느낌을 서로 이야기해보는 것도 좋겠죠.

● 꼴라쥬(collage)

그림 그리기 어려워하는 아동들에게 아주 쉽게 다가갈 수 있는 방법입니다. 주변의 잡지나

글, 옷감, 꽃잎, 실, 천 등을 이용하여 화면에 붙이는 것이죠. 아이와 함께 제목을 정해서 그와 연상되는 재료들을 화면에 구성해 보세요. 아이의 현재 욕구를 잘 알아낼 수 있습니다.

● 난화

난화 역시 그림그리기 어려워하는 아이들에게 효과적인 미술치료방법입니다. 아무런 방해없이 연필이 가는데로 낙서를 하면 되니까요. 우선 눈을 감고 낙서를 한 후, 눈을 뜨고 난화 속에서 뭔가 사물을 찾아보는 거예요. 한 장 더 그려서 거기에 나타나는 사물들을 이용하여 이야기를 만들어 봅니다. 일종의 스토리텔링(story telling) 기법이지요. 이것을 응용하여 엄마와 아이가 번갈아 가며 난화를 그리고 사물을 찾아내어 이야기를 꾸며 보세요. 이 기법은 아이의 심리적 욕구을 알 수 있을 뿐만 아니라 두 사람의 심리적인 연결고리가 생겨 탄탄한 사랑을 엮을 수 있습니다.

● 찰흙 가지고 놀기

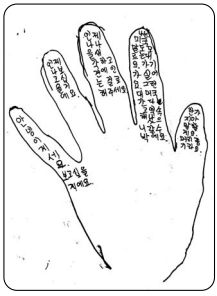
찰흙은 아이들이 너무나 좋아하면서도 싫어하는 재료이지요. 찰흙을 좋아하는 이유는 아이가 원하는대로 만들 수 있다는 것과 손의 촉감 때문에 심리적으로 이완되어 편안해지기 때문이지요. 싫어하는 이유는 찰흙을 만지면 손과 옷이 더러워진다고 생각하여 아예 만지지 않으려고 합니다. 나이가 많을수록 찰흙을 오물로 여기는 경우가 더 많지요. 어른들의 교육탓이랄까요. 찰흙은 특히 심리적으로 부정적 감정을 털어버리는데 효과적인 재료입니다. 화가 나 있을 때 찰흙으로 뭉개거나 찍거나 던지거나 해서 자신 속의 공격성을 분출할 수 있습니다.

● 종이찢기

종이찢기도 부정적 감정을 분출하는 데 효과적인 방법입니다. 신문지는 날카롭지 않아 주로 많이 사용됩니다. 다른 종이들은 찢는 과정에서 손에 상처가 날 우려가 있으니까 부드러운 종이 종류를 선택하세요. 종이를 뚤 뚤 말아 공놀이를 해도 좋지요.

● 핑거페인팅(finger painting)

핑거페인팅은 말 그대로 손으로 물감을 묻혀 그리는 거예요. 물감에다 물풀을 섞어 손으로 묻혀 큰 백지 위에 마음대로 그리는 거예요. 아이들은 손에서 미끈거리는 촉감과 도화지 위에 그려지는 모양들을 보며 즐거워합니다. 그러다가 우연히 그림 속에서 사물을 찾기도 하지요.

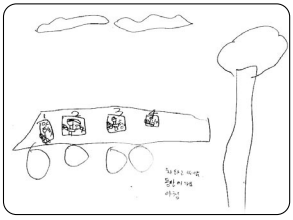


● 손 본뜨기

손본뜨기는 자기 신체상에 대한 긍정감을 갖게 하는데 좋은 방법입니다. 엄마가 연필로 아이 손가락을 따라 그려주고 그 안에 아이가 그리고 싶은 것을 그려 넣습니다. 아이의 나이가 많으면 손가락 하나하나에 글을 적어 넣어도 좋습니다. 또 다른 방법으로 신체본뜨기(body tracing)가 있는데, 종이를 이어서 키만큼 크게 만들어 아이의 몸을 본뜨기 해줍니다. 특히 비만인 아이들이나 자기신체에 대한 불만을 가진 아이들을 치료하는데 사용됩니다. 자신의 몸을 보며 마음에 드는 부분과 마음에 들지 않는 부분을 이야기하고 스스로 사랑스런 자기 몸을 가꿀 수 있도록 이야기해 보면 좋겠죠.

● 가족화(KFD)

가족화는 가족에 대한 아이의 마음을 알 수 있는 진단도구입니다. 아이들은 가족에 대한 현재의 마음을 그리기도 하고 이상적이 가족을 그리기도 합니다. 그리게 하는 방



법은 "나를 포함하여 가족이 무엇인가를 하고 있는 그림을 그려보세요."입니다. 여기에서 아이들은 몇사람, 어떤 집 등등의 질문을 합니다. 그러면 "그것은 너의 자유야"라고 말해 줍니다. 다 그리고 나면 그림에 대해 아이를 설명을 들어주세요. 그러면 아이를 이해하는 단서가 나올 겁니다.

● 동물가족화

동물가족화도 가족화의 일종으로 가족 개개인에 대한 아이의 느낌을 알려주는 좋은 단서입니다. 동물가족화는 가족을 직접 그리지 않고 가족과 닮은 동물그림을 붙이는 것입니다. 잡지 등에 있는 동물그림들을 많이 모아 놓으면 좋습니다. 아이가 붙인 동물은 가족에 대해 말하기 어려운 부분을 자연스럽게 말할 수 있는 기회를 줄 수 있습니다.

경북지역 미술치료 관련 상담소

● **한국미술치료학회** : http://www.korean-arttherapy.or.kr
053-243-0670~1
학회 인증 전국의 미술치료기관 및 연구소사이트 수록

• 한국 미술치료연구소	053)472-3805	www.art-korea.org
• 대구 미술치료연구소	053)744-3444	www.misul75.net
• 구미 미술치료연구소	054)451-1275	http://www.gumi-arttherapy.or.kr
• 대구 미술치료교육센터	053)781-2521	www.datec2002.com
• 포항 미술치료교육센터	054)274-7512	http://www.poatec.com

[4 아이를 잘 키우는 엄마의 작은 습관]

아이를 키우는 모든 엄마들에게 도움이 되는 작은 습관과 자세들을 모았습니다.

아기 교육 시키는데 플러스가 되는 요소

● 칭찬하기

아기가 좋은 행동을 보였을 때 칭찬하세요. 아기들은 말, 포옹, 미소와 같은 어른의 관심을 좋아한답니다. 아기가 잘하고 있을 때 긍정적인 반응을 보여주고, 위험한 행동을 보일 때 엄마가 못하게 하면 아기는 더욱 말을 잘 듣습니다.

● 잘못된 행동 무시하기

음식을 뱉어내는 것과 같이 위험한 행동을 보이면 무시하세요.
아기가 멈출 때까지 아기가 거기에 없는 것처럼 여기세요.

● 아기를 들어올려 안전한 곳으로 옮기기

위험한 행동을 할 때 아기를 들어올려 안전한 곳으로 옮기세요. 예를 들어,

계단에서 먼 곳으로 데려가 방의 가운데 놓고는 말하세요.

"여기서는 기어도 좋아" 이것은 행동을 수정해 주는 것이랍니다.

● 칭찬하는 방법

엄마가 "위험하다"라고 말한 행동을 아기가 하지 않게 되면 칭찬해 주세요.

● 아기에게 안전한 환경 만들기

집안을 안전하게 만들어, 아기가 집안 곳곳을 돌아다니며 안전하게 탐색할 수 있도록 해 주세요. 호기심 많은 아기는 아기용 놀이기구에 만족하지 못하고 일상 생활용품 등에서 배우길 바란답니다.

● 위험 상황 예방하기

좋은 엄마와 아빠는 문제를 예방하려고 애쓴답니다. 아기가 행동을 스스로 통제할 수 있을 때까지는 위험 상황을 예방할 수 있도록 노력 해야 합니다. 예를 들면, 계단에 문을 설치한다든지, 꽃병을 높은 선반으로 옮겨두는 것입니다.

● 아기의 환경을 흥미롭게 만들기

아기와 함께 다른 집을 방문할 때에는 아기가 좋아 관심을 가질만한 재미있는 장난감을 가져가세요. 그럼 아기는 새로운 환경에 빠르게 적응한답니다.

● 옳은 것을 하도록 가르치기

만약 고양이의 털(혹은 엄마나 아빠의 머리)을 잡기면 부드럽게 쓰다듬는 법을 가르쳐 주세요.

우리 아이를 위한 엄마의 작은 습관

● 1…일어나자마자 창문 열기

요즘에는 공기청정기가 있는 집들도 많지만, 이는 보조 수단일 뿐 가장 좋은 것은 창문을 자주 열어 환기를 시키는 것입니다.

새집증후군을 피해가는 가장 좋은 방법 역시 시도 때도 없이 창문 열기입니다. 창문을 열어봤자 별로 좋은 공기가 들어오는 것도 아니라고? 그래도 오염된 실내 공기보다는 낫겠죠!

아침에 일어나자마자 가장 먼저 창문을 활짝 열어 탁한 공기를 신선한 공기로 바꾸어줍시다.

● 2…식료품 살 때 뒤집어보기

"그런거 다 따지다 보면 세상에 먹을 거 하나 없어"라는 말은 적어도 아이에게만은 통하지 않습니다.

작은 것 하나라도 이것저것 꼼꼼하게 다 따져본 뒤 정말 좋은 것만 먹이는 것이 바로 부모의 임무입니다.

슈퍼마켓에서 식료품 하나를 살 때도 유통기한만 보지 말고 반드시 뒤집어서 성분 표시를 확인하도록 합시다.

수입산인지 국내산인지? 방부제가 들어 있는지? 황색 4호니 적색 2호니하는 유해 첨가물이 들어 있지는 않은지? 깨알같이 작은 글자라 좀 읽기 힘들겠지만 생각보다 많은 정보가 그 안에 담겨있습니다.

● 3…야채와 친해지기

냉동 고기완자, 소시지, 어묵? 아예 안 먹이는 게 가장 좋습니다. 고기와 생선, 달걀프라이? 일주일에 2~3번 정도 먹이는 것으로도 충분합니다.

고소하게 무친 나물무침이나 신선한 야채? 한 끼도 빼놓지 말고 매일 먹는 습관을 들여 주세요! 야채에는 비타민, 미네랄, 필수 아미노산 등 유아기 때 필요한 영양소들이 모두 들어 있어 면역력 향상 및 발육에 많은 도움을 준답니다.

● 4…한달에 한번 집안 점검하기

유아 안전사고의 대부분이 집 안에서 일어난다고 합니다. 매 순간 아이 주변이 안전한지 확인하는 것도 중요하지만, 미처 모르고 지나칠 수 있는 위험에 대비하기 위해 꼼꼼하게 집 안 구석구석을 살피는 안전 점검의 날을 매달 정기적으로 정해놓도록 합니다.

아이는 빠르게 성장합니다. 지난달까지는 손이 닿을 엄두도 못 냈던 장식장이라도 이번 달에는 어느 틈에 소파를 타고 기어 올라가 유리컵이나 약병에 손을 댈지도 몰라요!

● 5…TV 시청은 짧게, 규칙적으로 정해놓기

아이가 TV를 너무 많이 보는 것은 교육적인 면 뿐 아니라 건강에도 좋지 않은 영향을 미칩니다. 시력 저하는 물론이고 TV 앞에 묶여 있는 시간이 길어질수록 신체 활동량도 현저하게 줄어들기 때문이죠. 미국의 소아과학회 발표에 따르면 비만 아동과 TV 시청은 아주 밀접한 관계가 있다고 합니다.

● 6…목욕 후 마사지해주기

목욕 후 아이의 몸이 따뜻할 때 배와 팔다리를 중심으로 온몸을 부드럽게 마사지해 줍니다. 그러면 혈액순환이 원활해지고 소화 능력이 좋아집니다. 마사지 시간은 10분이면 충분합니다.

● 7…식용유 대신 올리브유 사용하기

예전에 비해 기름에 지지고 볶고 튀기는 요리법이 많아진 요즘, 몸에 부담스러운 일반 식용유 대신 올리브유를 사용하는 것이 건강에 좋습니다. 올리브유에는 다른 식물성 식용유에 비해 불포화지방산인 올레인산이 많이 들어 있어, 특히 유아기에 올리브유를 먹으면 중추신경계 발달에 많은 도움이 됩니다.

● 8…집안에 녹색식물 키우기

실내에 들여 놓은 녹색 식물은 공기를 맑게 해주고, 적당한 습기를 머금어 자동으로 습도 조절을 해줍니다. 여름과 겨울의 실내 온도를 약 3℃ 정도 떨어뜨리거나 올리는 효과도 있다고 해요. 더욱이 식물의 녹색은 아이의 마음을 편안정시켜 주는 역할도 합니다.

● 9…매일 풍욕시키기

햇빛과 바람은 아이에게 꼭 필요한 것이지만, 요즘 아이들은 제대로 접하기가 힘들어요.

풍욕은 집 안에 적극적으로 바람을 받아들여 아이의 면역력을 높이는 방법입니다. 게다가 어떤 복잡한 도구나 기술도 필요하지 않습니다. 풍욕의 구체적인 방법은 '수수팥떡(www.asamo.or.kr)' 같은 사이트에 들어가면 자세하게 안내되어 있습니다.

● 10…밥 할 때마다 잡곡 섞기

몸에 좋은 여러 가지 곡류를 섞은 잡곡밥은 말 그대로 '밥이 보약' 입니다.

잡곡밥을 먹일 때는 돌 이후부터 콩이나 찹쌀, 수수 등을 1~2종류씩 섞어 먹이다가 서서히 잡곡의 종류를 늘려나가도록 합니다.

● 11…아침 식사 거르지 않기

엄마 아빠가 아침을 거른다 해도 아이만큼은 꼭 챙겨 먹여야 합니다. 아침 식사는 두뇌회전에 필요한 영양소를 공급해주어 아이의 기억력을 높이고 안정감을 줍니다. 특히 유아기에 아침밥을 거르면 영양소를 제때 공급받지 못해 성장에 방해가 됩니다.

● 12…하루에 호두 한 알 먹기

대표적인 건뇌 식품 중 하나인 호두. 호두에 있는 오메가-3는 주요 지방산의 결핍을 막고 망뇌 발달에 큰 도움을 줍니다.

단, 호두 같은 견과류는 소화가 잘 안 되고 알유발할 수 있으므로 돌 이후에 먹이는 것이 안전합니다. 호두의 씁쓸한 맛 때문에 아이가 잘 안 먹으려고 한다면 호두죽이나 강정을 만들어 간식으로 주는 것도 좋은 방법이죠.

엄마가 피하면 아이에게는 좋은 습

● 해선 안될 습관1…생우유 주식으로 먹이

소아 빈혈이 생겨도 좋다면 계속 밥 대신 우유를 주식으로 먹일 것! 우유를 너무 많이 먹이면 전체적인 영양 불균형이 생기는데, 특히 철결핍으로 인해 소아 빈혈이 생길 수 있습니다. 우유는 주식이 아닌 간식으로만 주되, 하루 400~500ml 정도 먹이는 것이 바람직합니다.

● 해선 안될 습관 2…콜라 곁들여 먹이기

튀김이나 피자, 고기 등 기름기 많은 음식을 먹을 때마다 콜라 같은 청량음료를 곁들여 먹이는 경우가 많습니다. 청량음료는 일시적으로 입맛을 개운하게 만들기는 하지만, 소화나 지방 분해에는 전혀 도움이 되지 않습니다. 더구나 콜라에 들어 있는 인산염이 건강에 얼마나 안 좋은 영향을 미치는가는 이제 전 국민이 다 아는 사실이죠.

어쩔 수 없이 콜라를 마신 경우라면 일단 물로 입을 헹궈주고 1시간쯤 지난 뒤 양치질을 해주는 것이 좋습니다. 탄산음료의 산성분 때문에 치아가 약해진 상태에서 바로 칫솔질을 하면 치아에 무리가 갈 수 있기 때문입니다.

● 해선 안될 습관 3…뭐든지 설탕 뿌려서 먹이기

칼슘 도둑, 면역세포 활동 방해, 급격한 혈당 변화로 인한 신체 불균형, 충치, 비만, 집중력 약화…. 이런 모든 문제를 야기하는 설탕을 아이가 습관적으로 먹고 있다면? 빵이나 주스 등 아이가 좋아하는 간식 속에 과다 포함된 당분으로도 모자라 아이가 잘 먹는다는 이유로 과일에는 설탕, 우유에는 초코시럽, 달걀프라이에는 케첩(상당량의 설탕이 들어 있음)을 뿌려서 먹이고 있지는 않은지? 달게 먹는 습관은 건강을 망치는 지름길입니다.

● 해선 안될 습관 4…일상적인 대형 마트 나들이

아이와 함께 습관적으로 대형 마트에 가지 말아야 하는 이유는,

첫째, 산더미처럼 쌓여 반짝반짝 예쁘게 진열돼 있는 각종 인스턴트 식품의 유혹을 아이가 이겨내기란 너무 힘든 일입니다.

둘째, 대형매장에서 쇼핑을 하다 보면 눈과 목이 따끔거리고 쉽게 피곤해지는 경우가 많죠. 이는 먼지와 새 물건들에서 뿜어져 나오는 유해 물질로 공기가 매우 탁하기 때문입니다. 호흡기가 약한 아이에게는 당연히 좋지 않겠죠.

셋째, 대형 마트에 가면 한꺼번에 너무 많은 식품을 사게 되는 경향이 있습니다. 며칠 동안 두고두고 먹다 보면 그만큼 식품의 신선도는 떨어집니다. 차라리 동네 구멍가게를 매일 이용하는 것이 더 낫습니다.

● 해선 안될 습관 5…밥 국에 말아 먹이기

밥과 된장국을 따로따로 먹이느라 속 터지기보다는, 아예 국에 밥을 말아 훌훌 떠먹이면 훨씬 더 수월하게 많이 먹일 수 있다? 하지만 밥을 물이나 국에 말아서 먹이면 위에서 분비되는 소화액이 희석되어 소화 능력이 떨어지는 것은 물론이고, 아직 씹는 훈련이 덜 된 아이가 잘 씹지 않은 상태로 그냥 꿀꺽꿀꺽 삼키게 되므로 소화불량의 원인이 될 수 있습니다.

밥을 말아 먹는 습관이 일단 굳어지면 시간이 지날수록 고치기 힘들어요!

● 해선 안될 습관 6…집 안에 방향제 뿌리기

퀴퀴한 냄새가 나는 집 안에 탈취제나 방향제를 뿌린다고 해서 공기가 깨끗해질까요? 절대로 그렇지 않습니다! 악취보다 더 강한 화학물질로 냄새를 감싸는 것 뿐 이겠죠

나쁜 냄새를 없애고 싶다면 양초를 30분 정도 켜두거나, 과일 껍질을 말리며 자연의 향을 즐기는게 좋습니다. 집안에 숯을 두는 것도 좋은 방법이죠.

● 해선 안될 습관 7…밤늦게까지 놀아주기

아이는 밤 10시~새벽 2시에 숙면을 취해야 성장 호르몬이 원활하게 분비되어 쑥쑥 잘 큽니다.

착한 어린이뿐 아니라 건강한 어린이도 일찍 자고 일찍 일어나지요.

5 튼튼한 아이를 위한 건강관리법

아기를 잘 키우기 위해서 부모는 반의사가 되어야 합니다. 때로는 의사보다 더 현명하게 아이를 돌볼 줄 알아야 갑자기 아플 때, 다쳤을 때 당황하지 않고 위기를 넘길 수 있으니까요.
자신의 아이를 토실토실 건강하게 잘 키우고 싶은데 무엇을 어떻게 해야 할지 고민하는 때도 많습니다.
우리 아이 건강관리법에서는 아이를 더 건강하게 잘 보살피기 위해 부모들이 알아두면 좋은 정보를 모아 두었습니다.

아이의 증상에 따라 병원 갈 시기 알아내는 법

아이를 키우다 보면, 아이가 열이 나고, 기침을 할 때 곧바로 병원으로 달려가야 하는지 더 두고 보아야 하는지 고민스러울 때가 많이 있습니다. 보이는 증상이나 상태에 따라 병원에 갈 시기를 어떻게 잡아야 할지 알아 현명한 부모가 되어보세요.

곧바로 병원으로 간다

- 열이 날 때
  1. 의식이 혼미하고 얼굴색이 파래진다
  2. 코를 들썩이며 숨쉬기 괴로워한다
  3. 6개월 미만 아기로 열이 높다
  4. 경기를 한다
  5. 아픈 듯이 보챈다
  6. 열과 구토를 함께 한다

- 경련을 일으킬 때
  1. 열이 없이 경련을 일으킨다
  2. 경련이 2분 이상 지속되면서 1분 정도 숨을 잘 쉬지 못한다
  3. 머리를 다친 후 갑작스럽게 경련을 한다

- 발진이 날 때
  1. 열로 인한 탈수현상을 보인다

- 기침이 심할 때
  1. 미열과 콧물 기침이 많이 나고 호흡이 빠르다
  2. 열을 동반하면서 어깨를 들썩이며 숨을 쉬고 몸이 축 늘어진다
  3. 열과 함께 격렬한 기침이 계속되고 안색이 붉게 변한다
  4. 쌕쌕거리거나 숨을 쉴 때 휴휴하는 소리가 난다

- 구토, 설사를 할 때
  1. 고열과 함께 토하면서 설사를 한다
  2. 고열, 구토를 하면서 탈진이 된다
  3. 열과 함께 토하면서 대천문이 부어오른다
  4. 열이 오르면서 아이가 머리가 아프다고 한다
  5. 의식이 희미하고 구토를 계속한다
  6. 머리를 심하게 부딪힌 후 계속해서 구토를 한다
  7. 설사를 하루에 10회 정도 하고 탈수증상을 보인다

● 신체에 이상이 있을 때

1. 안색이 나쁘고 몸이 축 늘어지며, 복통이 있다
2. 사타구니가 주기적으로 부으면서 자지러지게 운다
3. 5~10분마다 심하게 울거나 복통을 호소한다
4. 안색이 파랗게 질리고 자지러지게 운다
5. 고환염을 앓으면서 갑자기 자지러지게 운다
6. 맥박이 빠르고 얼굴색이 검게 변하며 손을 떤다
7. 배를 누르면 아파하고 오른쪽 다리를 잘 가누지 못한다

진료시간 내 병원으로 간다

● 열이 날 때

1. 미열과 함께 짜증을 낸다
2. 38도 이상의 열이 계속된다
3. 발진, 설사, 구토 등 다른 증상이 보인다

● 경련을 일으킬 때

1. 발열과 함께 의식이 없어지면서 눈이 약간 돌아가고 손발이 뻣뻣해진다
2. 1~3분 동안 경련을 일으키고 구토를 함께 한다
3. 경련 뒤 팔이 움직이지 않고 마비 증세를 보인다
4. 하루 2회 이상 경련이 일어난다

● 발진이 날 때

1. 열이 내렸다가 다시 고열이 나면서 발진이 난다
2. 발열과 동시에 전신에 작은 원형의 발진이 난다
3. 고열이 5일 이상 계속되고 전신에 발진이 난다
4. 벌레에 물린 것처럼 빨간 알갱이의 발진이 시작되어 점차 수포가 생긴다
5. 손 바닥이나 발바닥에 드문 드문 수포가 생긴다
6. 열이 내려가는 동시에 발진이 생긴다. 발진 부위가 부어 올라 매우 가려워한다
7. 겨드랑이 밑 등 짓눌리기 쉬운 곳에 물집이 생겼다
8. 벌레에 물린 것 같이 빨갛고 작은 발진이 난다
9. 손발에 단단한 작은 발진이 나면서 심하게 가렵고 수포가 생긴다
10. 약을 먹은 다음 발진이 난다

● 기침이 심할 때

1. 열이 나면서 밤이 되면 목구멍에서 가랑가랑거리는 소리가 심해진다
2. 열이 나면서 마른 기침을 심하게 한다
3. 열은 없지만 기침이 멈추지 않고 계속된다
4. 밤이 되면 기침이 더 심해진다
5. 열이 나면서 호흡이 가쁘지만 기분은 나빠 보이지 않는다

● 구토, 설사를 할 때

1. 열이 나면서 설사 구토 등의 증상이 있지만 물은 먹는다
2. 열이 나면서 설사변에 다소 피가 섞여 있지만 기분이 좋아 보인다
3. 생후 2주째부터 모유나 분유를 먹을 때마다 심하게 토하고 체중이 늘지 않는다
4. 모유나 분유를 먹은 후 잘 토한다
5. 변의 횟수가 평소보다 훨씬 많다
6. 소량의 혈액이 섞인 변이나 평소와 다른 악취를 동반하는 설사가 난다

● 신체에 이상이 있을 때

1. 점차 복통이 심해진다
2. 때때로 복통을 일으키지만 안색이 좋고 식욕은 좋다
3. 안색이 하얗고 눈꺼풀 안쪽에 붉은 기가 없다
4. 양쪽 다리의 길이가 다르고 바깥쪽으로 벌릴 때 소리가 난다

좀더 지켜 본다

● 열이 날 때

1. 열이 38도 전후라도 구토 설사 등 다른 증상을 보이지 않는다

● 경련을 일으킬 때

1. 심하게 울고 한순간 '후~' 하며 호흡이 멈추는 경련을 보인다

● 발진이 날 때

1. 엉덩이나 겨드랑이 사이에 발진이 난다
2. 겨드랑이 아래나 목 주위에 작은 알갱이 같은 발진이 난다

● 구토, 설사를 할 때

1. 젖을 먹은 후 위로 올리거나 트림하면서 구토가 나온다
2. 변이 묽다
3. 변의 횟수가 약간 늘었다
4. 계속해서 변이 묽어진다

가정에서 하는 아이의 응급처치법

1. 화상

증상 : 자라는 아기들에게 가장 흔한 응급사고는 화상입니다.
아기의 화상은 겉으로 보기보다 심각할 경우가 많습니다.
가벼운 화상일지라도 입원치료를 받아야 할 때가 있습니다.
화상은 입은 정도에 따라 1도. 2도. 3도 화상으로 분류됩니다.

1도 화상은 피부가 빨갛게 변하면서 아린다.
2도 화상은 물집이 생긴 경우이다.
3도 화상은 피하조직까지 화상을 입은 경우인데 피부가 하얗게 변한다.

처치 : 어느 경우든 냉찜질로 응급처치를 해야 합니다.
통증이 가실 때까지 찬물로 식혀주도록 합니다.

만약 옷을 입은 채 뜨거운 물을 뒤집어 썼다면 옷을 입힌 채 충분히 식혀줘야 합니다. 무리하게 옷을 억지로 벗기지 않은 채로 병원으로 데려가야 합니다.

화상을 입은 아이에게 된장이나 간장 등을 바르는 민간요법을 실시하면 상처를 악화시킵니다. 오히려 상처가 곪아서 치료가 오래 걸리는 원인이 되기 때문에 이런 방법은 사용하지 않도록 합니다.

2. 위험한 것을 삼켰을 때

증상 : 어린 아기들은 손에 잡히는 것이면 무엇이든 입 안에 집어 넣기를 좋아한답니다.
큰 장난감을 입 안에 넣었다면 별 문제가 없지만 위험한 물질을 삼켰거나 음식물을 흡입하여 기도폐쇄를 일으켰다면 빨리 응급처치를 취해야 합니다.

처치 : 만약 약물이나 화학물질을 삼켰다면 바로 병원으로 데려가야 합니다. 아기들이 집어먹기 쉬운 약물은 대부분 집안에 상비해 둔 약입니다. 만약 아스피린이나 철분제를 삼켰다면 매우 위험합니다. 지체하지 말고 병원으로 가야 합니다.
가정에도 많은 화학약품이 있습니다. 아기가 표백제와 같은 독성이 있는 화학물질을 삼켰다면 토하게 해서는 안됩니다. 아기를 우선 안정시키고, 금식시켜야 합니다.
의식이 없다면 아기를 엎드려놓고 머리를 옆으로 돌려놔야 합니다. 빨리 병원으로 데려가는 것이 좋습니다.

땅콩, 동전, 단추, 바둑알 같은 딱딱한 물질을 삼켜 목에 걸렸을 때는 아기를 거꾸로 해서 등을 두드려 주도록 해야 합니다.

목에 걸리지 않고 위로 넘어갔을 경우 대부분은 변에 섞여 나옵니다.

3. 출혈이 심할 때

증상과 처치 : 뾰족한 가구, 날카로운 도구에 긁히거나 베이면 상처가 생깁니다. 큰 상처가 아니면 몇 분 지나지 않아 자연히 피가 멎습니다. 그러나 상처가 깊고 피가 많이 나와 잘 멈추지 않을 때는 특별한 처치가 필요합니다. 상처 부위에서 피가 펑펑 쏟아진다면 동맥이 잘렸을 가능성이 있습니다. 가능한 피를 빨리 멎게 하는 것이 중요합니다.

소독된 가제나 깨끗한 헝겊을 여러 장 겹쳐서 상처에 대고 세게 눌러 줍니다. 피가 나오는 정도가 줄어들면 소독을 하고 그 위에 붕대를 단단히 감도록 합니다. 그러나 혈액의 흐름을 방해할 정도로 너무 세게 감지는 말아야 합니다.

상처부위가 손이나 발일 때는 심장보다 높게 들어주면 빨리 멎습니다. 응급처치를 했는데 피가 멈추지 않거나 상처가 크고 깊다면 병원으로 데려가야 합니다.

4. 전기쇼크 때 응급처치

처치 : 플러그를 뽑아 전류를 차단합니다.

전류차단이 불가능할 때는 나무의자나 빗자루 등을 이용해서 쇼크를 일으킨 물체로부터 아기를 밀어냅니다. 절대로 맨 손으로 아기를 만져

서는 안 됩니다.
아기가 숨을 쉬고 있는지, 맥박이 뛰는지 확인해야 합니다.
필요하다면 인공호흡과 심장마사지를 해야 합니다.
아기가 의식을 잃었지만 호흡을 하고, 맥박도 뛰고 있다면 옆으로 뉘어 회복기의 자세를 취하게 합니다.
119에 전화해서 구급차를 불러야 합니다.
화상이 있는지 살펴서 화상을 입었을 때는 찬 수건으로 화상부위를 냉찜질해야 합니다.

꼬오옥 이것 만은 기억해 주세요!

- 구급상자는 손쉬운 곳에 보관합니다. 하지만 아기가 의자를 짚고 올라가서 만질 수 없는 곳이어야 합니다.
- 뼈가 부러졌을 때, 뼈를 함부로 당기거나 만지면 상태가 악화될 우려가 큽니다. 아이가 아프지 않을 정도로 부목을 대서 고정시키고 병원에 데려가도록 합니다.
- 응급 전화번호 119를 쉽게 기억할 수 있도록 구급상자나 눈에 잘 띄는 곳에 표시해 둡니다.

예 방 접 종

아기는 태어날 때부터 엄마로부터 일정한 정도의 항체 즉 병에 대한 저항력을 받아서 태어나지만, 생후 약 6개월이 지나면 대부분 소실하게 되어 여러 가지 질병에 걸리기 쉬운 상태가 됩니다. 그러므로 제 때의 예방 접종은 질병에 걸리지 않도록 해 준답니다.

※ 예방 접종은 필요에 따라 기본접종, 선별접종, 임시접종으로 구분되며 종류는 다음과 같습니다.

구 분	대상	백신의 종류
기본예방접종	모든 소아에게 반드시 접종	BCG(결핵), B형 간염, 디프테리아, 파상풍, 백일해, 홍역, 볼거리, 풍진, 일본뇌염
선별예방접종	고위험 환아에게 접종	수두, B형 헤모필루스 인플루엔자, 폐구균, 인플루엔자 등
임시예방접종	돌발적 유행이 있는 경우 접종	장티푸스, 콜레라 등

※ 질병별 접종시기 및 주의사항

나이 접종명	신생아 (4주이내)	2개월	4개월	6개월	12개월	15개월	18개월	24개월	4-6세	6세	12세	14-16세
결핵ⓐ	BCG											
B형간염ⓑ	B형간염			B형								
DTaPⓒ		DTaP	DTaP	DTaP		DTaP		DTaP				DTaP
폴리오ⓓ		OPV	OPV	OPV				OPV				
MMRⓔ					MMR			MMR				
수두ⓕ					수두							
일본뇌염ⓖ					일본뇌염					뇌염	뇌염	
A형간염ⓗ					A형간염		A형간염					
뇌수막염①		HIV	HIV	HIV		HIV						

ⓐ 생후 4주 이내 접종한다.

ⓑ 모체가 HBsAg 양성인 경우에는 출생 후 12시간 이내에 백신과 B형 간염 인면역글로불린(HBIG)을 동시에 주사하고, 음성인 경우에도 생후 2개월 이내에 첫 접종을 시작한다. 이후의 접종 일정은 0, 1, 6 방식 또는 0, 1, 2 방식대로 실시한다.

ⓒ 디프테리아-백일해-파상풍 혼합백신으로 2, 4, 6개월에 기초접종을 하고, 15~18개월, 만 4~6세 때 추가접종을 2회 실시한다. 14~16세 때 Td 추가접종은 백신의 국내 도입시까지 유보한다. 현재 국립보건원에서 수입추진중이다.

ⓓ 폴리오 3차 접종은 6개월에 시행하나 18개월 이내에만 접종하면 된다.

ⓔ 홍역-볼거리-풍진 혼합백신은 돌 지난 12~15개월에 1회 접종하고 다시 만 4~6세 때 추가 접종한다. 만일 홍역 유행시 생후 6개월에 단독 백신으로 조기 접종하였다면 생후 12개월에 다시 MMR로 접종해야 한다.

ⓕ 선별예방접종으로 12개월 지나서 접종한다.

ⓖ 일본뇌염 백신은 전염병예방법에 의한 임시예방접종으로 생후 첫돌이 지난

12~24개월 사이에 1~2주 간격으로 2회 접종한 다음, 12개월 후 3차 접종하는 기초접종을 시작하며 만 6세, 12세 되는 해 각각 1회씩 추가접종을 실시한다.

ⓗ A형 간염은 12개월 지나서 접종하며 6개월 간격으로 2회 접종한다.

ⓘ 선별예방접종으로 2, 4, 6개월에 시행하고 15개월에 추가 접종한다.

예방접종시 유의 사항

예방접종을 받을자 또는 그 보호자가 예방접종 전후에 주의하여야 할 사항은 다음과 같습니다.

금기사항	백신을 접종할 경우 생명을 위협 할 수 있는 상황이 생길 수 있는 가능성이 높은 경우
주의해서 접종해야 하는 경우	백신을 접종할 경우 생명을 위협할 수 있는 상황이 생길 수 있는 가능성이 있거나 면역 형성이 잘 안되는 경우

1) 접종전의 주의 사항

① 어린이의 건강 상태를 가장 잘 알고 있는 사람이 데리고 갑니다.

② 집에서 체온을 측정하고 갑니다.

③ 모자보건수첩을 지참합니다.

④ 접종 전날 목욕을 시키고, 청결한 의복을 입히고 데리고 갑니다.

⑤ 예방 접종을 하지 않을 어린이는 데리고 가지 않습니다.

2) 접종후의 주의 사항

① 접종후 20~30분간 접종기관에 머물러 관찰합니다.

② 귀가 후 적어도 3시간이상 주의 깊게 관찰합니다.

③ 접종 당일과 다음 날은 과격한 운동을 삼갑니다.

④ 접종 당일은 목욕을 시키지 않습니다.

⑤ 접종 부위는 청결하게 합니다.

⑥ 접종 후 최소 3일간은 특별한 관심을 가지고 관찰하며 고열, 경련이

있을 때에는 곧 의사의 진찰을 받도록 합니다.
⑦ 아기는 반드시 바로 눕혀 재웁니다.

예방접종 해야 되는 경우와 해선 안되는 경우

1) 접종해도 되는 경우
① 가벼운 감기
② 미숙아
③ 항생제 사용중
④ 모유 수유

2) 예방접종을 하면 안되는 경우
① 급성열성질환 또는 하루종일 체온이 37.8 가 넘을 경우
② 급성기의 심혈관계, 간장질환인 경우
③ 홍역, 볼거리, 수두 감염시는 1개월 이상 경과 후 접종
④ 면역 억제치료를 받는 경우(예: 스테로이드 치료, 방사선치료)
⑤ 최근 3개월 이내에 감마 글로불린이나 혈청주사를 맞거나 수혈한 경우
⑥ 악성종양
⑦ 백혈병, 림프종 등과 같은 면역결핍성질환
⑧ 전에 예방접종 후 경련을 일으킨 경우
⑨ 설사를 하거나 습진 등 피부병이 있는 경우

[6 우리 아이 쑥쑥 먹거리]

옛날부터 아이들의 먹거리는 엄마들의 중요한 관심거리였지요.
아이들이 어릴수록 더욱 많은 관심이 가는 것이 음식인 것 같습니다.
소중한 우리아이에게 영양가 있고 사랑이 듬뿍 담긴 먹거리로 사랑과 관심을 표현해 보세요.

모유

영아기에게 가장 좋은 음식은 모유입니다.

모유를 먹는 영아는 설사, 호흡기질환, 염증, 알레르기, 감기, 기관지염, 폐렴, 풍진, 성홍열, 소아마비에 대해서 면역을 갖습니다.

모유로 자란 아이는 건강한 치아를 가질 가능성이 더 높고, 비만이나 동맥경화증을 앓을 가능성이 더 희박하다고 의학적으로 밝혀졌답니다.

엄마의 건강상태가 나쁘거나 내복약, 담배, 술, 약물을 복용하는 경우에 대부분의 약물들은 모유를 통하여 아기에게 전달되기 때문에 모유를 먹이지 않습니다.

모유 수유에 관한 궁금증

질문1 〉〉〉 엄마가 일로 너무 바쁘다거나, 건강문제로 인해서 약물을 복용하고 있는데도 모유를 꼭 먹여야 할까요?

답변 〉〉〉〉〉 엄마가 일이나 건강상 문제로 인해서 모유를 먹일 수 없는 경우가 있습니다. 모유를 못 먹이는 것에 대해서 죄책감을 가질 필요는 없습니다.

성공적인 모유 먹이기는 엄마나 아기에게 아름답고 행복한 경험이 되어야 하는데, 의무감 때문에 억지로 모유를 먹일 때는 아기에게 원망과 불쾌한 가정이 전달되기 때문입니다. 이런 경우에 편안한 마음으로 인공유를 먹이는 엄마보다 아기에게 더 나쁜 영향을 줄 수 있습니다.

아기에게 모유를 꼭 먹여야 하느냐 보다는 오히려 엄마와 아기 관계의 질이 더 중요합니다.

질문2 〉〉〉 엄마가 B형 간염 보균자인데 모유를 먹여도 되나요?

답변 〉〉〉〉〉 모유를 계속 먹여도 상관이 없습니다.

모유에 B형 간염 바이러스가 존재하거나 아기가 엄마 유두를 깨물어 바이러스가 든 혈액을 마신다 하더라도 간염의 발생 위험이 증가하지 않기 때문이지요.

질문3 〉〉〉 모유가 적게 나올 때는 어떻게 해야 하나요?

답변 〉〉〉〉〉 모유를 계속 먹여야 합니다. 처음 1주 동안은 누구나 모유가 적게 나오기 때문입니다. 분유로 바로 바꾸지 말고 계속 모유를 빨려야 모유가 잘 나옵니다.

질문4 〉〉〉 모유를 먹일 때 설사나 황달이 있으면 아이의 건강에 문제가 있나요?

답변 〉〉〉〉〉 아무 이상이 없습니다. 모유를 먹이면 거품이 있는 변을 하루 10번 이상 보기도 하나 이는 자연스러운 현상입니다.

질문5 〉〉〉 신생아의 젖이 부풀어오르면 어떻게 해야 하나요?

답변 〉〉〉〉〉 출생 후 아기들은 엄마 호르몬의 영향으로 남녀 모두 젖이 약간 부풀어 오르게 되나 수주일 안에 자연히 없어진답니다.

젖을 짜주면 염증이 생길 수 있고 유방조직 손상 등으로 인해 오히려 성인이 된 후 아기에게 젖을 먹일 때 장애가 생길 수 있습니다.

질문6 〉〉〉 엄마가 모유를 먹여서 살이 쪘다는 말들이 있는데, 진짜 모유를 먹이면 몸매가 나빠지나요?

답변 〉〉〉〉〉 모유를 먹이면 분유를 먹이는 것보다 몸매가 나빠진다고 믿는 분들이 많이 있습니다. 이는 잘 못된 상식입니다.

오히려 모유를 먹이면 분유를 먹이는 것보다 몸매를 원래대로 돌리기가 싶습니다. 임신을 하면 아이에게 모유를 먹이기 위해 배에 지방을 저장합니다.

이 지방의 용도는 모유용으로 저장되어 있기 때문에 출산 후 모유를 먹여야만 빠집니다. 이 지방은 다이어트를 하고, 운동을 해도 잘 안 빠지고, 빠진다 해도 다른 부위의 지방이 다 빠진 후에 가장 나중에 배의 지방이 빠지게 됩니다. 가슴모양은 모유를 먹일 때는 처진 것 같이 보여도, 모유가 끝나면 다시 원위치로 돌아옵니다.

모유를 먹이면서 적당한 운동을 하는 것이 가장 몸매 유지하기에 좋은 방법입니다. 물론 모유가 아기에게 가장 좋다는 것은 아시지요!

질문7 〉〉〉 아기에게 모유 뿐만 아니라 어떤 음식이 좋을까요?

답변 〉〉〉〉〉 아기 때 많은 음식을 경험하는 것이 편식을 피하는 방법 중에 하나라는 것은 아실 것입니다.

야채 종류 등 여러 가지 음식을 경험하게 하시는 것이 중요합니다.

그리고 돌 전의 아기는 날계란, 흰자, 우유 등은 알레르기를 일으킬 위험이 있기 때문에, 날계란이나 유제품은 돌전의 아기에게는 피하는 것이 좋습니다.

이유식

아기가 성장함에 따라 더 이상 모유로 아기에 필요한 영향을 충분히 공급할 수 없을 때 이유를 시작해야 합니다.

보통 이유의 시기는 아기에 따라 다르겠지만 생 후 5개월 정도 되고, 몸무게가 7kg 정도 일 때 시작하는 것이 가장 좋습니다. 이유가 완료되는 시기는 1년이 적당하답니다. 이유가 너무 늦어지면 영양 부족으로 발육이 늦어질 수 있고 빈혈을 유발할 수 있습니다.

이유식을 줄 때 야채, 과일 고기를 갈아서 6~8개월부터 공급하고, 컵으로 제공하는 음료는 9개월 후부터 주는 것이 좋습니다. 이유식은 우유를 먹이기 전에 먹이는 것이 좋습니다.

이유식을 먹일 때는 **숟가락으로 줘야 합니다.** 우유병에 타서 액체 형태로 먹이면 아기가 첫돌이 돼도 밥같은 고형식을 제대로 먹지 못하고 우유병만 고집하게 되기 때문이죠. 아이의 식습관은 어릴 때부터 형성되어 진답니다.

가정에서 간단히 만들어 보세요

이유식 만드는 법

(자료 : http://cafe.daum.net/weddingch)

감자스프

재 료 : 감자 1/2개, 모시조개 5개, 물 1컵, 녹말물 약간

만들기 : 1. 모시조개로 국물을 낸 뒤 체에 내려 국물만 받아낸다.
2. 감자는 쪄서 체에 내린다.
3. 모시조개 국물 1/2컵과 준비한 감자를 넣고 끓이다가 녹말물로 농도를 맞춘다.

당근스프

재 료 : 당근 2㎝ 두께 1토막, 다시마물 3큰술, 녹말 · 물 1/2작은술, 분유물(분유 1.5큰술+물 2큰술)

만들기 : 1. 끓는 물에 당근을 넣고 무르도록 삶은 다음 체에 내린다. 2. 냄비에 다시마물과 ①의 당근을 넣고 끓인다. 3. 끓기 시작하면 분유물과 녹말물을 넣고 덩어리지지 않게 저으면서 걸쭉해질 때까지 약한 불에서 끓인다. 체에 내려 물만 받는다.

사과쥬스

재 료 : 사과 1/4개, 끓여서 식힌 물

만들기 : 1. 상처가 없고 손으로 눌렀을 때 단단하게 잘 익은 사과를 골라 4등분한다. 2. 씨 부분을 도려내고 껍질을 벗긴 뒤 강판에 간다. 3. ②의 사과를 고운 체에 걸러 즙을 낸 후 한소끔끓인다. 사과즙과 끓여 식힌 물을 1:2 비율로 엷게 섞는다. 아기가 잘 받아 먹으면 점점 농도를 높여 나중에는 원액을 먹인다.

두부스프

재 료 : 두부 1/8모, 분유물 1/4컵, 물 1/4컵

만들기 : 1. 두부는 고운 체에 대고 으깨어 부드러운 상태가 되게 한다. 2. 냄비에 두부, 분유물, 물을 넣고 저어가며 끓인다.

야채스프

재 료 : 당근 1/5개, 감자 · 양파(중간 크기) 1/4개씩, 양배추 1잎, 육수 1.5컵

만들기 : 1 당근, 감자, 양파는 껍질을 벗긴 후 깍둑썰기를 하고 양배추는 잘게 썬다. 2 냄비에 야채와 육수를 넣은 후 팔팔 끓인다. 3 야채가 모두 익으면 체에 밭쳐 곱게 으깨어 내린 다음 다시 한 번 끓인다.

옥수수탕

재 료 : 쌀 1큰술, 통조림 옥수수 1큰술, 물 1컵

만들기 : 1. 쌀은 잘 씻은 뒤 물에 불리고 옥수수는 깨끗이 씻어 물기를 완전히 뺀다. 2. 쌀과 옥수수를 냄비에 넣고 물을 부은 뒤 약한 불에서 푹 끓인다. 3. 쌀과 옥수수가 푹 퍼지면 믹서에 넣고 간다. 4. ③을 체에 밭친 후 냄비에 넣고 다시 한소끔 끓인다.

생선과일죽

재 료 : 가자미 30g, 사과 1/2개, 파인애플 1/4쪽, 다시마물 1컵, 녹말물 약간

만들기 : 1. 가자미는 껍질과 뼈를 제거한 후 곱게 다진다. 2. 사과와 파인애플은 블렌더에 간다. 3. 냄비에 다시마물과 생선을 넣고 끓이다가 갈아 놓은 사과와 파인애플을 넣고 조린다. 4. 녹말물로 농도를 걸쭉하게 조절한다.

과일즙미음

재 료 : 밥 2큰술, 물 1/2컵, 사과 1/2개, 분유물 1/2컵

만들기 : 1. 밥을 푹푹 끓인 다음 체에 밭쳐 밥물만 받아 낸다. 2. 사과는 껍질을 벗겨 강판에 곱게 간 다음 가제에 꼭 싸서 즙을 낸다. 3. 걸러 낸 미음에 과일즙을 섞은 후 한소끔 끓인다. 4. 분유물을 천천히 부으면서 섞는다

호박미음

재 료 : 단호박 50g(사과 반쪽 크기), 분유물 1/2컵, 쌀가루 3작은술

만들기 : 1. 단호박을 찜통에 넣고 푹 찐 뒤 곱게 으깬다. 2. 냄비에 으깬 호박과 쌀가루, 분유물을 넣는다. 3. 중불에 저어 가면서 푹 끓인다

브로콜리죽

재 료 : 쌀 2큰술, 브로콜리 적당량, 물 2/3컵

만들기 : 1. 쌀을 잘 씻어서 충분히 불린 뒤 으깬다. 2. 콜리는 삶아서 다진다. 3. 물을 넣고 죽을 쑤다가 완성되면 다진 브로콜리를 적당량을 넣고 다시 한 번 끓인다.

닭고기 양배추조림

재 료 : 닭고기 50g, 양배추 2잎, 감자 · 당근 1/4개씩, 토마토 케첩 1작은술, 소금 · 참기름 약간씩

만들기 : 1. 닭고기는 살로 준비한 다음 다져서 소금, 참기름으로 약하게 간한다. 2. 양배추, 감자와 당근은 다진다. 3. 재료를 모두 넣고 물을 자작하게 부은 다음 끓인다. 4. 충분히 끓인 다음 토마토 케첩을 넣고 조린다.

간식

간식은 유아들이 어른들처럼 아침/점심/저녁만으로는 체격에 비해 높은 열량 소모량을 따라가지 못하기 때문에 아이의 균형있는 발달을 위해서 제공되는 음식입니다.

유아의 초기에는 오전과 오후에 한번씩 간식을 제공하는 것이 적당합니다.

유아기 후기에는 오후 한번이 적당하며, 식사시간과는 최소한 2시간 간격을 두는 것이 바람직합니다.

간식을 주실 때 과식이나, 불규칙적인 새참, 사탕류는 좋지 않습니다.

가정에서 간단히 만들어 보세요

간식 만드는 법

(간식만들기 http://cafe.daum.net/albedo3)

떡꼬치

양념장 : 케첩2큰술, 고추장1큰술, 맛술, 물엿, 설탕, 진간장, 참기름 1큰술씩

만들기 : 1. 떡볶이떡은 끓는물에 살짝 데쳐서 찬물에 헹군 다음 체에 받쳐 물기를 뺀다. 2. 키친타월에 올려 물기를 완전히 빼고 꼬치에 5개씩 끼운다. 3. 냄비에 분량의 양념장 재료를 넣고 걸쭉하게 끓인다. 4. 달굴팬에 식용유 두르고 떡꼬치를 앞뒤로 노릇하게 구워낸다. 5. 팬에 기름을 닦아내고 쿠킹호일을 깔고 한번 구워낸 떡꼬치에 앞뒤로 양념을 고루 발라가며 살짝 구워낸다. 양념장에 카레가루 1작은술 정도 넣고 해도 맛나네요.

요쿠르트빵

주재료 : 강력분 150g, 베이킹 파우더 1작은술, 플레인 요쿠르트 200cc, 달걀 1 개, 식용유 2 큰술, 견과류(호두, 땅콩), 식용유 2 큰술

만들기 : 1. 강력분과 베이킹 파우더를 함께 섞어서 체에 두세 번 곱게 내려 볼에 담는다. 2. 체에 내린 밀가루에 요쿠르트와

달걀 푼 것을 넣고 고무 주걱으로 힘있게 반죽한다. 3. 반죽이 되직해지면 부드러운 반죽이 되게 석용유를 넣고 섞는다. 4. 다진 호두를 넣어가며 고루 섞이도록 충분히 젓는다. 5. 프라이팬을 달구어 식용유를 조금 두른 후 반죽을 한국자 정도씩 떠 놓고 너무 크지않게 모양을 잡아 가며 골고루 익힌다.

※ 빵과 케이크를 만들때 밀가루를 반드시 체에 몇 차례 내려서 반죽한다. 밀가루 사이사이에 공기가 많이 들어가면 케이크가 훨씬 폭신하게 구워지기 때문이다. 보통 두세 번 체에 내리는데 볼에 직접 내리는 것보다 큰 종이를 2장 정도 펼쳐 깔고 체를 종이로부터 높이 들어 밀가루를 내리면 공기 함우량이 많아져 더 맛있게 구울수 있다.

바게트빵 간단 피자

재 료 : 바게트 적당량, 피자소스(토마토케첩) 적당량, 파인애플, 베이컨, 소시지, 양송이, 버터, 피망, 양파, 건포도 약간씩

만들기 : 1. 바게트는 도톰하게 저며 썰어 양면에 버터를 바른다. 2. ①의 바게트 위에 피자소스 혹은 토마토 케첩을 충분히 발라준다. 3. 파인애플은 6토막으로 잘라 반으로 얇게 저며 썰고, 베이컨은 2cm 폭으로 자른다. 4. 소시지는 둥글게 썰고 양파와 피망은 4cm 길이의 채로 썬다. 양송이는 저며 썬다. 5. 팬에 버터를 녹여 베이컨을 볶다가 소시지, 피망, 양파를 가볍게 볶아 약간의 소금, 후춧가루를 뿌려준다. 6. 바게트 위에 ⑤의 볶음과 파인애플, 건포도를 뿌리고 잘게 뜯은 모차렐라치즈를 뿌려준다. 7. 오븐 토스터에서 노릇하게 구워낸다.

※ 1. 바게트로 만든 간단 피자! 하지만 맛은 좋아요. 바게트를 썰 때 길쭉하게 썰어야 토핑 재료가 많이올라가 더 맛있어요. 2. 토마토 케첩을 바른 위에 오레가노라는 향신료를 얹으면 맛이 일품입니다.

고구마칩(1)

재 료 : 고구마3개(400g)정도, 설탕1큰술, 계피가루 약간, 버터 약간

만들기 : 1. 고구마는 깨끗이 씻어 껍질을 벗겨 얄팍하게 모양대로 어슷썰어 놓는다. 2. 일회용 위생비닐에 설탕,계피가루,고구마를 담고 입구를 꼭 막고 마구 흔들어 섞는다. 3. 오븐팬에 호일을 깔고 버터를 얇

게 바르고 고구마를 올려 놓는다. 4. 180도 예열된 오븐에 20~25분 정도 굽는다.

왕 간단 고구마칩(2)

재 료 : 고구마 3개정도

만들기 : 1. 고구마는 깨끗이 씻어 껍질째 알팍하게 모양대로 어슷썰어 놓는다. 2. 200도 예열된 오븐에서 10분 정도 굽는다. 3. 넓은 쟁반에 펼쳐 식힌 다음 밀폐용기에 담아 놓는다.

미니버거

(영양 많은 토마토를 섭취할 수 있도록 해주는 음식)

재 료 : 모닝빵 4개, 다진고기 100g, 슬라이스 치즈 4장, 방울코마토 4개,피클2개, 양상추2장, 머스터드1큰술, 마요네즈, 케첩 1큰술씩
고기 양념 : 다진 양파 · 다진마늘 각 1작은술, 간장 큰술, 설탕 1작은술, 참기름 약간

만들기 : 1. 모닝 빵은 반으로 잘라 기름 두르지 않은 팬에 살짝 굽는다. 2. 다진 고기에 양념을 하고 모닝빵 크기에 맞게 빚어 굽는다. 3. 치즈는 빵의 크기에 맞게 자르고 토마토와 피클은 얇게 썬다. 4. 구운 모닝빵에 머스터드를 바르고 고기, 치즈, 토마토, 피클 순으로 놓고 마요네즈, 케첩을 바른 후 빵으로 덮는다. 5. 예쁜 이쑤시개로 고정시킨다

양념치킨

재 료 : 닭안심20쪽, 땅콩20알, 달걀1개, 녹말가루3큰술
고기양념 : 카레가루1/2큰술, 청주1큰술, 소금, 후춧가루 약간씩
소스 : 다진양파1개분량, 토마토케첩7큰술, 고추장, 흑설탕1큰술씩, 다진 마늘, 딸기잼 2큰술씩, 핫소스3큰술, 물엿5큰술, 맛술4큰술, 간장1큰술

만들기 : 1. 닭고기는 한입크기로 썰은 뒤 고기양념을 넣고 고루 섞어 밑간한다.
2. 그릇에 분량의 재료를 넣어 소스 양념을 만들어 놓는다. 3. 땅콩은 키친타월위에 놓고 굵직하게 다져 놓는다. 4. 밑간한 고기에 달걀과 녹말가루를 넣고 손으로 조물조물 고루 섞는다. 5. 180도 튀김기름에 닭고기를 넣고 바삭하게 두번 튀겨 낸다음 기름기를 뺀다. 6. 달굴팬에 양념소스를 넣고 바글바글 끓이다가 걸쭉해지면 튀긴 닭

을 넣고 고루 버무린다. 7. 완성접시에 담고 땅콩가루를 뿌려낸다.

팥빙수

(집에서 빙수기계없이 만드는 법)

재 료 : 우유각얼음, 통조림과일, 팥, 연유, 빙수떡, 딸기시럽, 미숫가루, 적당량씩

만들기 : 1. 우유를 얼음용기에 부어 얼린다.(하루전에 얼려 준비하세요) 2. 우유각얼음을 꺼내어 잠시 두었다가 과도로 조심스럽게 꺼내어 절구에 넣고 빻는다. 3. 빙수그릇에 빻은 우유얼음을 넣고 팥, 과일통조림, 연유, 딸기시럽, 미숫가루, 빙수떡을올리고 골고루 섞어서 맛나게 먹는다.

※ 빙수용 팥 만들기
1. 팥은 붉은색 팥으로 구입한다.(팥빙수용 팥) 2. 팥을 돌과 이물질을 골라내고 깨끗하게 씻는다. 3. 냄비에 씻은팥, 물을 적당히 넣고 한번 끓으면 체에 받쳐 끓은물은 버린다. 4. 다시 냄비에 찬물+팥〈5:1비율〉넣고 끓으면 중간불에서 2시간정도 뭉근히 끓인다. 5. 팥이 푹물러질때까지 끓이고 설탕넣어 물기가 거의 없을때 까지 약한불에서 끓인다. (한꺼번에 3컵정도 만들어서 냉장고에 보관한다.)
(설탕은 맛을 봐서 단맛이 강하도록 넉넉히 넣는다.)
※ 팥을 빨리 무르게 하기위해 압력솥에 어느정도 끓인후 김빼고 뚜껑 열고 중간불에서 뭉근하게 끓이면 시간 단축이 될 것입니다.

바닐라 아이스크림

재 료 : 달걀노른자 3개, 설탕 40g, 우유 200cc, 생크림 150cc, 바닐라향 조금

만들기 : 1. 양푼에 노른자를 풀어서 설탕과 함께 섞어주다가 우유를 조금씩 넣는다. 2. 1을 그릇채 뜨거운물에 중탕을 사용해서 걸쭉해질때까지 저어서 조린다(절대 직접 끓이면 안됨) 3. 2를 얼음물에 띄워 가끔씩 저어가며 식힌다. 4. 3을 거품기로 하얗게 될때까지 충분히 거품을 낸다. 5. 생크림을 끈적하게 흐르는 상태로 만들어 (거품을 내어서)4에 조금씩 넣고 바닐라향을 첨가한다. 6. 바닥이 납작한 통에 넣고, 비닐이나 랩을 씌워 얼리는데,바닥이 얼기시작하면 꺼내어 공기가 형성되도록 다시 저어준뒤 얼린다(얼기시작할때 저어주는것이 중요!!) 7. 1시간에 3~4회정도 꺼내어 저어준다

※ 아이스크림 만들때 커피가루 넣어서 만드시면 모카. 이런식으로 응용가능합니다.

[7 육아와 보육에 관한 Q&A]

1) 정서 및 행동에 관하여

Q A 1-1_ 아기는 언제, 왜 우나요?

아주 1개월 미만의 아기들은 자주 고파서 배 고픔을 알리기 위해서 울어 버린답니다. 외롭거나, 춥거나 더울 때도 울음으로 알려 준답니다. 그리고 아기들은 옷 벗고 있는 것을 싫어해서, 옷을 갈아 입힐 때도 울음을 터뜨리는데요. 이럴 때는 배위에 부드러운 천을 덮어주세요.

Q A 1-2_ 아이가 울 때 마다 자주 아이에게 가는 것이 아이의 버릇을 나쁘게 하진 않을까요?

엄마들은 아이가 울 때 마다 가는 것이, 아이가 자주 울도록 만들어 버릇을 나쁘게 들인다고 생각합니다. 영아 연구자들은 아이가 울 때 즉시 가주는 것이 매우 중요하다고 입을 모읍니다. 오히려 덜 울게 만든답니다.

태어난지 4주 무렵엔 뭔가 원할 때 소란을 피웁니다. 6주가 되면 눈을 맞춰 주는 것만으로 아이를 조용하게 만들 수 있습니다. 작은 울음에도 응답해 줌으로써, 아이가 소리를 지를 필요가 없게 해주는 것이죠.

아기는 사회적입니다. 아기는 주변에 영향을 줄 수 있다고 확인받고 싶어해요. 울 때 누군가

와주고, 이것이 아기가 덜 울도록 만듭니다. 이야기와 눈 맞춤을 자주 해주세요. 더 많이 배우고 세상을 알아가도록 해주세요.

Q A 1-3_ 아기에게 이가 나려는지, 신경질 적이고 침도 많이 흘려요. 아기를 안정시키기 위해서는 어떻게 하면 좋을까요?

대개 6개월째 이가 처음 나고 심지어 어떤 아기들은 12개월이 지나서도 이가 나지 않는 반면에 어떤 아기들은 정상보다 3개월이나 빨리 이가 납니다. 몇 개월째에 이가 나느냐는 중요하지 않습니다. 처음 이가 나기 시작하면

을 통과함에 따라, 아기는 고통을 느끼고 짜
경질적으로 변하게 될 수 있습니다.
에 얼음조각을 넣고 그것으로 아기의 잇몸을
분간 문질러주면, 아기의 고통스러움을 덜어
수 있습니다.
리물리개를 냉장고에서 차게 만들었다가 아
됩니다.

아기는 침을 많이 흘리게 됩니다. 침을 닦아서 아이의 턱이 아프지 않게 하세요. 아기는 설사를 할 수도 있습니다. 만약 설사가 계속되면 이가 나기 때문이 아니라 다른 원인이 있을 것입니다.

이가 나는 동안에 열이 나고, 구토하고, 설사하는 것 또는 다른 질병에 대해 비난하지 마세요. 만약 아이가 이러한 증세를 보이면 의사에게 진찰 받으세요.

Q A 1-4_ 엄마가 아빠보다 아기와 함께 있는 것이 더 좋은가요?

연구자들에 따르면 엄마와 아빠가 똑같이 아기에게 섬세하다고 한

답니다. 예를 들어, 아빠는 젖병으로 우유먹이기에 똑같은 능력을 보이고 아기를 안는 방법도 섬세하다고 합니다. 모유수유를 하는 것 외에는 엄마가 아빠보다 더 나은 점은 없다고 말합니다.

하지만 과거에는 여자가 대부분의 남자들보다 양육에 더 힘써 왔습니다. 이런 노력의 결과로 여자가 아이를 더 잘 기를 수 있게 되었답니다.

아빠들도 엄마처럼 아기 양육에 숙달될 수 있으며 요즘은 많은 아빠들이 노력하고 있고, 다른 기술들처럼 숙달된 양육기술은 노력을 필요로 한답니다. 아기는 엄마와 아빠가 함께 키워가야 하는 것이라는 점을 명심하세요.

Q A 1-5_ 무서운 3살이라는 말이 있는데, 이 시기에 엄마는 아이에게 어떻게 해 줘야 하나요?

무서운 세 살은 무섭지 않습니다. 그렇지만 다루기가 어려울 수 있습니다. 대부분 걸음마장이들은 빠른 경우 18개월에서 대개는 30개월 정도에서 이 시기를 겪는데요. 아기들은 이때에 엄마가 "하지마"라고 하는 행동들을 하면서 기쁨을 얻는 것처럼 보입니다.

이렇게 이해할 수 없는 행동을 하는 이유는 이 시기가 아이가 독립심을 배우는 시기이기 때문입니다. 아이는 스스로 더 많은 것을 할 수 있고 다른 사람에 대해서 힘을 행사하는 것을 배웁니다.

아이는 "싫어"와 "이거 할래!" 라고 말하는 것을 배우고 있습니다. 새롭게 습득한 기술들을 연습하기 위해서 하고 싶은 것을 '지금 당장 하고 싶어' 하고 엄마에게 분명히 알려줍니다.

이 시기에 엄마들이 꼬오옥 알아야 할 점은 아이가 이 시기에 도달하면 고의로 심술궂어 지는 것이 아니라는 사실입니다. 아이는 단지 성장해야 될 단계를 거치고 있음을 보여주는 것입니다. 인내심을 가지세요. 몇 달 후면 엄마나 아빠가 아이를 다루기 힘든 이 시기를 지날 테니까요.

Q A 1-6_ 왜 우리 아이는 계속 손가락을 빨까요, 정서 불안이라도 있는 걸까요?

엄지손가락을 빠는 것은 6세 이전의 어린이에게서 볼 수 있는 평범한 행동입니다. 이것은 아이가 스스로를 위로하는 방법 중의 하나입니다.

손가락 빠는 행동에 너무 신경을 쓴다면, 오히려 더 없어지지 않습니다. 자연스럽게 놓아두고 아이는 언젠가는 그 행동을 하지 않게 된답니다.

때때로 엄마는 이가 상할까봐 빨고 있는 손가락을 잡아당기기도 합니다. 치과적 문제는 아이의 영구치가 자라는 6~7세가 될 때까지는 일어나지 않는다고 보시면 됩니다. 또한 엄지손가락을 빠는데 질병과 같은 문제도 없어 보입니다.

Q A 1-7_ 우리 집에는 3살 된 아들과 5살인 딸이 매일 싸웁니다. 너무 괴로워요. 이럴 때 엄마는 어떻게 하면 좋을까요?

특히 3살 이하의 터울이 날 때의 자녀간의 경쟁은 문젯거리입니다. 큰아이는 동생이 기거나 걷기 시작하기 전까지는 동생을 좋아합니다.

하지만 아시다시피, 걷기 시작하여 무엇인가에 관심을 가지기 시작하면, 엄마는 아이에게 더 많은 주의를 기울여야 합니다. 이때에 큰 아이는 엄마가 동생만 사랑하고 있다고 느끼게 됩니다.

엄마가 큰 아이를 이해하고 있음을 알려주고 아이의 감정을 공감하여 줍니다. 동생을 다치지 않게 하면서 해결할 수 있는 방법을 제안해 줍니다. 예를 들어 "너에겐 읽을 책이 여기 있구나."라고 말하는 것입니다.

중재를 할때는 큰 아이가 화가 난 것에 대해서 죄책감을 느끼도록 하는 것은 결코 바람직하지 못합니다. 아이의 감정은

정상적이고 이해할 만한 것이니까요.

큰 아이에게 말하세요. "동생을 괴롭혀서는 안 된다"고 그리고 작은 아이에게도 "오빠를 괴롭혀서는 안 된다"고 말하세요.

Q A 1-8_ 우리 아이가 33개월 째인데, 말은 잘하는데 긴장을 하면 말을 더듬어요. 엄마가 어떻게 도와줘야 할까요?

그 또래의 다른 아이와 마찬가지로, 아이는 매주 10개에서 15개의 새로운 단어를 배우고 있습니다. 하지만 아이가 사용할 수 있을 정도로 빠르게 배우지 못하는 것으로 보입니다.

이 것이 아이가 말 더듬는 원인이 될 수 있습니다. 특히 아이가 화가 났거나 흥분해 있거나, 아이에게 빨리하라고 다그칠 때 더욱 그렇답니다. 아이가 말을 더듬지 않도록 당신이 도울 수 있는 최선의 방법은 인내심과 여유를 가지고 기다려 주는 것입니다. 말하기를 배우는 것은 생각만큼 쉬운 일이 아니거든요.

당신이 인내심을 가지고 아이에게 도움을 주는데도 불구하고 계속해서 아이가 말을 더듬는다면, 의사와 상의해 보시기 바랍니다.

2) 보육시설 이용에 관하여

Q A 2-1_ 보육시설에 맡기는 것이 안전할까요?

아기를 보육시설(어린이집이나 놀이방)에 맡기는 일은 흔합니다. 누구도 다른 사람의 도움 없이, 부모만이 아이를 키우도록 기대하지 않습니다. 좋은 부모라면 항상 가족, 친구 그리고 이웃의 도움을 받습니다. 오늘날에 보육시설의 양육자는 부모와 가족을 돕는 조력자입니다.

아이를 키울 때 집에서 머물러 줄 수 있으면 그렇게 하세요. 아이와 당신은 함께 있으면서 분명히 얻는 것이 있으니까요.

반면에, 밖에 나가서 일을 해야 하는 상황인데 아이와 집에 있는 것은 실수입니다.

양육자를 선택하기 전에 아래사항을 체크해 보세요.

첫째, 당신의 아이를 좋아하는 사람인가요? 아기는 충분한 사랑과 관심을 원합니다.

둘째, 최소 몇 달간 아이와 하루 종일 있을 수 있는 사람인가? 아기는 가까운 관계를 맺고 싶어 하는데, 양육자가 자주 바뀐다며 괴로워 할 수 있습니다. 부모가 행복해야 아이에게 좋은 영향을 줄 수 있습니다.

Q A 2-2_ 아이가 어린이집의 선생님을 "엄마"라고 불러요, 아기에 대한 엄마의 사랑이 부족한 걸까요?

전일제 어린이집을 이용하는 엄마들은 때때로 아이가 어린이집 선생님께 더 많은 사랑을 느낄까봐 걱정합니다. 아이가 다른 여성을 "엄마"라고 부르면 엄마는 아마도 상처받고, 질투감을 느끼고, 죄책감을 느끼거나 혼란에 빠질 수도 있습니다.

그러나 걱정하지 마십시오. 어린이집 선생님은 엄마와 경쟁하지 않습니다. 엄마와 아빠가 아기를 기르는데 일시적인 도움을 주지만 엄마나 아빠를 대신할 수 없습니다.

아이의 관점에서 볼 때, 어린이집 선생님과 강한 애착을 형성하는 것은 좋은 일입니다. 아이는 안전함을 느낄 필요가 있고 집과 어린이집 양쪽 공간에서 사랑받는다는 느낌을 받을 필요 또한 있습니다.

아이가 어린이집 선생님을 "엄마"라고 부른다면, 엄마를 대신할만한 사람이라는 뜻이 아니라 "얼마나 좋아! 우리아이가 이 선생님으로부터 안전함을 느끼고 사랑을 받고 있구나" 라고 스스로 생각하는 것이 맞답니다.

Q A 2-3_ 영유아 보육사업이 어떤 것인지 알고 싶어요.

영유아 보육사업은 여성가족부에서 매년 발간하는 "보육사업안내" 책자를 참조하시면 됩니다. 포함되는 내용은 보육시설설치, 보육시설 종사자 기준, 보육료 산정기준 등을 자세히 담고 있습니다.

방대한 내용이므로 여성가족부 홈페이지(www. mogef.go.kr)을 참조하시길 바랍니다.

Q A 2-4_ 육아를 위한 경상북도의 시책에 대해서 알고 싶어요?

경상북도에서는 농업인 영유아 양육비 지원 사업과, 농가 도우미 지원사업 농촌보육정보센터 설치 및 운영비를 지원 하고 있습니다. 자세한 사항은 육아와 보육에 대한 상세한 정보편을 이용해 주시길 바랍니다.

3) 기타

Q A 3-1_ 맞벌이 하면서 아이를 키우고 있지만, 워낙 물가가 비싸네요! 고물가 시대에서 육아비 절약 비결이 있나요?

육아비의 가장 큰 비중을 차지하는 것은 일회용 소모품. 특히 일회용 기저귀는 소모량도 많지만 사두면 어느 정도 오래 사용하는 것이므로 대형 할인매장 등으로 나가 좀더 저렴한 가격으로 구입해 둡니다. 휴일에 부부가 함께 차를 이용해 많은 양을 사두는 것도 좋습니다.

종이 기저귀와 천 기저귀를 함께 씁니다. 천 기저귀 사용을 절반만 한다 해도 기저귀 값의 절반은 절약하는 셈이니까요.

아기 물건을 인터넷의 중고품장터를 통해 싸게 구입하거나 공짜로 얻을 수도 있죠.

친척이나 일찍 결혼한 친구 등을 통해 아기 물건을 몽땅 으면 좋죠. 새것 같은 옷이나 장난감 등을 굳이 마다하고 돈 필요는 없어요.

엄마가 직접 옷이나 소품을 만들어 주는 것도 한가지 방법 이죠. 요즘은 재봉틀을 이용하는 엄마들도 많은데, 아예 30만 원 짜리 재봉틀을 사놓고 아이들 옷이나 이불 등을 만들어 주면 더 이익일 것입니다.

책 대여점이나 도서관에서 책을 빌려 준다면, 아이들의 많은 호기심을 충족시켜 줄 수 있답니다. 많이 보는 책이 아니라면 빌려서 이용하는 것이 좋답니다.

예방접종을 보건소에 가서 맞히도록 합니다. 병원에서 예방접종 하려면 BCG 같은 것은 5만 원 가량 들지만, 하지만 보건소는 무료기 때문이죠.

동네에 같은 또래를 둔 엄마들과 장을 봐서 재료를 나누는 알뜰 쇼핑 방법도 있답니다. 음식 재료들은 버리게 되는 경우가 많으니 같이 이유식을 먹이는 등 또래를 가진 엄마들이 있다면 함께 장을 봐서 재료를 나누도록 하면 된답니다.

Q A 3-2_ 요즘 아이들이 아토피로 많이 고생하는데 방법이 없나요?

아토피 피부염을 앓는 아이가 있는 집이라면, 혹은 엄마나 아빠가 아토피를 앓고 있다면, 그것이 얼마나 심각한 질환인지 알죠. 피부에 발진이 생기고, 가렵고, 갈라지고, 진물이 나고… 특히 환절기가 되면 가려워서 잠을 이루지 못할 정도로 증상이 심하답니다.

심한 아이는 너무 보기가 흉측해서 외출하기가 꺼려지기도 한데요. 현대의학에서는 물론이고 한의학에서도 내로라 하는 의사들도 아토피 피부염에 대해서는 뚜렷한 치료법을 제시하지 못하고 있습니다.

한방에서는 면역력이 강해지거나 체질이 변하는 보약으로 처방해주고, 양의학에서는 가려움증 등을 가라앉히는 항생제 성분의 연고나 먹는 약으로 임시처방

을 해줄 수 있을 뿐이랍니다.

아토피 피부염은 단순한 피부병이 아니라 알레르기가 원인이 되고, 체질이 바뀌야 하기 때문에, 식사 조절, 냉온욕, 풍욕 등 다양한 자연요법을 적용해 아토피 피부염을 극복해야 합니다.

- 하루 2회 풍욕*
- 냉온욕**
- 오곡가루, 감잎차, 죽염을 상시 섭취

* 풍욕하는 법

풍욕은 피부를 튼튼하게 해주며 피부의 호흡작용, 감각작용, 배설작용, 체온조절작용을 촉진해 체액을 맑게 한다. 풍욕은 해뜨기 전과 해진 후에 불을 끄고 하는 것이 좋다. 아기랑 같이 하루 두 번 하면 좋다. 목욕하고 나서는 1시간 이후에 하는 것이 좋고, 목욕 전에는 어느 때라도 상관없다. 풍욕을 연속으로 할 때는 30분 휴식한 뒤 풍욕을 한다.

1. 우선 창문을 열어 공기 소통이 잘 되게 한다.
2. 옷을 완전히 벗고 담요를 덮은 채 1분간 조용히 앉아 쉰다.
3. 20초간 담요를 벗는다. 두 손바닥을 비빈 뒤 눈을 마사지한다.
4. 다시 담요를 덮고 1분간 조용히 쉰다.
5. 30초간 담요를 벗는다. 손바닥으로 양쪽 귀를 문지르며 입을 크게 벌려 소리내는 모양을 한다. 양쪽 검지로 콧등을 문지르고, 오른쪽 검지로 코끝의 인중을 눌러준다.
6. 담요를 덮고 1분간 쉰다.
7. 40초간 담요를 벗는다. 두 손가락으로 머리를 마사지한다.
8. 담요를 덮고 1분간 조용히 쉰다.
9. 50초간 담요를 벗는다. 상체 전부를 차례로 문지른다.
10. 담요를 덮고 1분간 쉰다.
11. 60초간 담요를 벗는다. 왼쪽 하체를 차례로 마사지한다.

12. 1분 30초간 담요를 덮고 조용히 쉰다.
13. 70초간 담요를 벗고, 오른쪽 하체를 차례로 마사지한다.
14. 1분 30초간 담요를 덮고 조용히 쉰다.
15. 80초간 담요를 벗고, 붕어운동을 한다.
16. 1분 30초간 담요를 덮고 조용히 쉰다.
17. 90초간 담요를 벗는다. 모관 운동을 한다.
18. 2분간 담요를 덮고 쉰다.
19. 100초간 담요를 벗고, 합장합척 운동을 한다.
20. 2분간 담요를 덮고 조용히 쉰다.
21. 110초간 담요를 벗는다. 등배운동의 준비운동을 한다.
22. 2분간 담요를 덮고 조용히 쉰다.
23. 120초간 담요를 벗고, 등배운동의 본 운동을 한다.
24. 2분간 담요를 덮고 조용히 쉰다.

** 냉온욕 하는 법

냉온욕은 냉탕과 온탕을 일정한 시간과 회수 동안 번갈아 들어가면서 목욕을 하는 방법이다. 냉온욕을 하면 피부가 단련되어서 인체 기능도 강화되고, 잠재능력이 강해지며, 인체 단련을 통해 정신력도 길러진다.

1. 탕의 온도 : 온탕은 섭씨43도, 냉탕은 섭씨 15~18도가 이상적이다. 처음 냉온욕을 시작하는 경우는 너무 차고 뜨거우면 부담이 되므로 온도차가 크게 나지 않는 상태에서 시작해서 점차 온도차를 넓혀간다. 아이들의 경우는 온탕은 섭씨39도, 냉탕은 섭씨 30도 정도로 해서 시작해 본다. 아이가 익숙해지면 점차 온도차를 넓혀간다.
2. 머무는 시간 : 먼저 냉탕에 1분, 온탕에 1분씩 몸을 담근다. 이런 식으로 7온8냉을 한다. 아이는 3온4냉 또는 4온5냉을 하고, 어른은 7온 8냉을 실시한다.
3. 물 속에서 움직이기 : 온탕에 들어갔을 때는 조용히 앉아 있고, 냉탕에서는 자기 몸의 굳어있는 부위나 아픈 부위를 문질러 준다.

– 출처 :수수팥떡

3-3_ 아동 학대에 대한 내용과 도움은 어떻게 받나요?

아동학대의 유형 및 범위를 관련법에서 규정하게 되는데, 우리나라에서는 아동복지법 제2조에서 아동학대를 '보호자를 포함한 성인에 의하여 아동의 건강 · 복지를 해치거나 정상적 발달을 저해할 수 있는 신체적 · 정신적 · 성적 폭력 또는 행위 및 아동의 보호자에 의하여 이루어지는 유기와 방임을 말한다' 라고 정의하고 있습니다. 그리고 아동학대와 관련해, 행해서는 안되는 금지행위를 구체적으로 명시하고 있습니다(아동복지법 제29조).

● 금지행위

- 아동의 신체에 손상을 주는 학대행위
- 아동에게 성적 수치심을 주는 성희롱 · 성폭행 등의 학대행위
- 아동의 정신건강 및 발달에 해를 끼치는 정서적 학대
- 자신의 보호 · 감독을 받는 아동을 유기 하거나 의식주 한 기본적 보호 · 양육 및 치료를 소홀히 하는 방임행위
- 아동을 타인에게 매매하는 행위
- 아동에게 음행을 시키는 행위
- 장애를 가진 아동을 공중에 관람시키는 행위
- 정당한 권한을 가진 알선기관 외의 자가 아동의 양육 선하고 금품을 취득하는 행위

※ 아동 학대에 대한 도움은 경북아동학대예방센터 1391로 전화하시거나, 경북여성 전화 1366으로 전화하시면 당일에 바로 접수와 상담 및 기타 여러 가지 보호와 도움을 받으실 수 있습니다.

II 보육에 대한 상세한 정보편

아이들에게 주는 가장 큰 선물

아이들에게 당신이 줄 수 있는
가장 큰 선물은 당신의 시간이다.
그리고 당신이 당신 자신에게 줄 수 있는
가장 큰 선물 가운데 하나는 아이들과 함께
즐거운 시간을 보내면서 그들을
있는 그대로 보는 것이다.

– 로빈 샤르마의 〈내가 죽을 때 누가 울어줄까〉중에서–

하나

경상북도 보육정책

경상북도에서 이루어 지고 있는
보육 정책 방향을 살펴보고,
우리 아기에게 필요한 정보를
얻을 수 있는 곳을 알아보는 장입니다.

1 아동 · 보육 분야 달라진 행정사항(2005년 기준)

근거 : 영유아보육법령 개정(2005. 1. 30)

구 분	2004	2005
보육시설 설 치	• 신고제	• 인가제
직장보육시설 설치대상 사업장	• 여성근로자 300인 이상	• 남녀근로자 300인 이상
보육시설 설치기준	• 영유아 1인당 3.63㎡	• 영유아 1인당 4.29㎡
보육시설 종사자 배치기준	• 0~1세아동 5인당 교사1인 • 3세이상 아동 20인당 교사1인	• 0~1세아동 3인당 교사1인 • 3세이상 아동 15인당 교사1인
보육시설 종사자 경력관리	• 보육시설	• 시 · 군
보육시설 명 칭	• 어린이집, 놀이방	• 어린이집
보육료지원 대상 확대	• 월소득액 159만원 (4인가구 기준)	• 월소득액 190만원 (4인가구 기준)
장애아 무상보육료	• 중증 : 월 257만원 • 경증 : 월 212만원	• 월 299만원으로 일원화
지역아동센터 (공부방)	• 개소당 月 672천원	• 개소당 月 2,000천원
장애입양 아동양육 보 조 금 범위확대	• 양육보조수당 • 의료비(진료비)	• 양육수당 • 의료비(진료·상담·재활 및 치료비) • 그밖에 필요한 양육보조금
저소득 모부자가정 아동양육비	• 月 2만원	• 月 5만원

2 농업인 영유아 양육비 지원사업(농림부 국고보조사업)

● **목적**

농어촌지역 거주 영유아가 보육시설을 이용할 경우 보육비를 지원합니다.

● **신청대상**

- 농어촌지역에 거주하는(주민등록 기준) 농지소유면적 20,000㎡ 미만 농가 및 이에 준하는 축산, 임업, 어업경영가구의 농어업인의 영유아(0~5세) 또는 부모가 없는(사망) 손자녀 · 조카 중 보육시설 등을 이용하는 아동
- 타부처(여성부, 교육부)의 저소득층 지원대상으로 보육비를 지원받는 경우는 제외

● **지원내용**

구 분		법정보육료(원)	지원금액(원)	비고
영아	0~1세	299,000	149,500	법정보육료 50%
	2세	247,000	123,500	〃
유아	3~4세	153,000	76,500	〃
	5세	153,000	153,000	법정보육료 100%

● **신청 : 거주지 읍면장**

3 출산농가도우미 지원사업 (농림부 국고보조사업)

목적

여성농업인이 출산할 경우 출산을 전후하여 지속적인 영농이 되도록 농가도우미를 파견하여 농사일을 대행케 하는 제도입니다. 농업생산성을 유지하고 여성농업인의 모성보호와 복지에 도움이 됩니다.

신청대상

출산 또는 출산예정 여성농업인이며, 아래의 조건에 해당하면 신청할 수 있습니다.

- 1,000㎡이상의 농지를 경영 또는 경작하고 농산물 연간 판매액이 100만원 이상인 자
- 1년중 90일이상 농업에 종사하는 자

지원금액

농가도우미 1일 일당은 30,000원입니다. 그 중 6,000원만 본인이 부담하면 24,000원(80%)을 정부가 지원해 줍니다.

이용기간

출산전후 90일중(총180일) 30일 이내 이용하실 수 있습니다.

신청

이 · 통장 또는 읍 · 면장

4 여성농업인센터 운영(농림부 국고보조사업)

목적

여성농업인을 위한 농업소득증대사업, 교양강좌 및 문화활동, 농촌체험사업 등 안정적인 영농활동과 젊은 여성의 농촌 정착을 지원하고 있습니다. 또 부모들이 마음 놓고 농사를 할 수 있도록 영유아보육, 방과후 학습지도를 하며, 농촌생활과정에서 발생하는 고충을 상담하고 있습니다.

하는 일

- 영유아 어린이집
- 방과후 학습지도(초, 중, 고)
- 여성 교양강좌 및 문화활동
- 여성농업인 고충상담
- 도농교류사업

설치지역(2005년 현재)

- 안동여성농업인센터(T. 054-823-0030)
- 영양여성농업인센터(T. 054-682-1100)

근거법령

-농업 농촌기본법 제14조(여성농업인의 육성)
-여성농어업인육성법 제13조(여성농어업인관련시설의 설치 운영)

5 농촌보육정보센터 운영(경상북도 자체 특수시책)

목적

센터 내 공립보육시설을 갖추어 영유아 보육 및 방과후 학습지도를 하며, 농촌여성의 고충상담, 취미 문화활동, 도농 상생프로그램을 운영함으로써 여성농업인의 삶의 질을 향상시키고자 만들어졌습니다.

※ 기존의 농림부 지원 여성농업인센터 지원사업이 정체됨에 따라 경상북도에서 자체사업으로 실시하게 되었습니다.

하는 일

- 영유아 어린이집
- 방과후 학습지도(초, 중, 고)
- 여성 교양강좌 및 문화활동
- 여성농업인 고충상담
- 도농교류사업

설치지역(2005년 현재)

- 안동시립임하농촌보육정보센터(T. 054-822-6804)
- 안동시립예안농촌보육정보센터(T. 054-822-2187)
- 영천시농촌보육정보센터(T. 054-338-6264)
- 상주시농촌보육정보센터(T. 054-541-0911)
- 경산시농촌보육정보센터(T. 053-857-8882)
- 의성군농촌보육정보센터(T. 054-834-5525)
- 청송군농촌보육정보센터(미개소)
- 영양군농촌보육정보센터(T. 054-682-8274)
- 고령군농촌보육정보센터(T. 054-956-6066)
- 성주군농촌보육정보센터(미개소)
- 칠곡군농촌보육정보센터(미개소)
- 울진군농촌보육정보센터(미개소)

6 경북도청 어린이집 운영

● **목적**

– 직원들의 육아부담 해소와 업무능률 향상을 위하여 도청 구내에 「어린이집」을 설치 · 운영하고 있습니다.

● **설치근거**

– 영유아보육법 제7조제3항, 동시행령 제14조 제1항

– 영유아 보육법시행령 제25조(사업주의 비용보조)

직장보육시설 설치자는 운영 및 교육비용 50%이상을 보조

● **위　　치** : 도청구내

7 모자보호시설 운영

경북도내 저소득 모자가정의 생활보호와
자립기반 구축을 위하여 모자보호시설을 운영하고 있습니다.

● 시설현황

시 설 명	시설장	소 재 지	정원세대	연 락 처
계		5개 시설	세대113	
포항모자원	신인숙	포항시 송도동436-44	23 "	054)247-4261
경주애가원	김성녀	경주시 황성동472-4	20 "	054)772-5440
안동복지원	김윤애	안동시 옥동981-1	25 "	054)852-0929
상록모자원	홍두표	칠곡군 왜관읍 석전리573-2	20 "	054)971-0897
영신모자원	신춘웅	울진군 후포읍삼율리188	20 "	054)788-2111

● 입소대상

- 모자복지법제4조의 규정(저소득 모 · 부자가정지원 홈페이지 저소득 모자가정선정기준 참조)에 의한 엄마로서 18세미만 (취학시 20세미만)의 아동을 양육하는 무주택 저소득 모자가정으로 규정하고 있습니다.
- 미혼모시설퇴소자중 스스로 아동을 양육하는 미혼모는 모자가정으로 시설입소대상자에 포함됩니다.

● 입 · 퇴소절차

- 시설입소를 원하는 경우는 시 · 군 · 구청의 여성복지상담원의 상담을 거쳐 결정 됩니다.
  상담원은 대상자와 상담후 입소를 시설에 의뢰하며, 시설장은 이를 확

인대상자가 시설장과 상담을 먼저하고, 상담원이 이를 확인하여 입소를 결정할 수도 있습니다.

※ 거주지역 제한 없이 시설에 입소 보호하고 있습니다.

• 시설퇴소는 시설장과 상담 후 퇴소합니다.

보호기간

3년이내, 다만 관할 시장 · 군수보호기간 연장이 필요하다고 인정하는 경우에는 1년의 범위안에서 2회까지(합계2년) 연장가능합니다.

지원내용

- 생계비
- 고등학교 학비지원
- 방과후학습지도, 아동급식비 지급
- 훈련기간중 가계보조수당 등 훈련수당 지급
- 복지자금융자지원
- 퇴소시영구임대주택 입주알선
- 보육시설이용시 보육비용 지원

8 저소득 모 · 부자가정지원

경북도내 저소득 모 · 부자가정의 생활안정을 도모하고 보다 나은 내일을 기약할 수 있도록 자립기반 조성을 위해 노력하고 있습니다.

● 지원현황

사 업 명	지 원 대 상	지 원 기 준
고등학생 학비	저소득 모부자가정 고등학생	입학금 및 학비 전액
아동양육비	6세미만 자녀	1인 월 20천원
자립지원비	모범 저소득모 · 부자 세대	세대당 1,000천원
자립정착금	모자보호시설퇴소세대	세대당 2,000천원
월동연료비	저소득 모부자가정	세대당 200천원
초등학생 학용품비	저소득 모부자가정	1인 연 100천원
중학생 학용품비	저소득 모부자가정	1인 연 200천원
자녀대학 입학금	저소득 모부자가정(30세대)	세대당 1,000천원

● 저소득 모 · 부자가정 선정기준

다음에 해당하는 세대주인 모 또는 부와 그에 의하여 양육되는 18세 미만의 자녀로 이루어진 가정으로서 해당 연도의 선정기준을 충족한 자에 한합니다.

- 배우자와 사별 또는 이혼하거나 배우자로부터 유기된 자
- 정신 또는 신체장애로 인하여 장기간 근로능력을 상실한 배우자를 가진 자
- 미혼모(사실혼 관계에 있는 자는 제외)

- 배우자의 생사가 분명하지 아니한 자
- 배우자 또는 배우자 가족과의 불화 등으로 인하여 가출한 자
- 배우자의 해외거주 · 장기복역 등으로 인하여 부양을 받을 수 없는 자

※ 세대주는 세대원을 사실상 부양하는 자를 포함하고
자녀는 취학한 20세 미만으로 규정하고 있습니다.

● 선정기준

가구원수	2인	3인	4인	5인	6인
소득인정액	84만원 이하	111만원 이하	138만원 이하	156만원 이하	176만원 이하

※ 2005년 기준

- 저소득 모 · 부자가정 선정기준을 기존 소득 및 재산기준에서
국민기초생활 보장사업상의 소득인정액 기준으로 변경 적용
- 가구원수별 선정기준(소득인정액기준)
7인이상 가구는 1인 증가시 소득인정액 20만원씩 증가

※ 자세한 변경사항은 경상북도여성정책과 (T. 053-950-2532) 또는 시 · 군여성복지
업무담당과(시군별 해당국번+6212)로 문의 하시길 바랍니다.

둘째

여성가족부 보육정책

여성가족부에서 실시하고 있는
보육 정책을 살펴보고,
우리 아기에게 필요한 정보를
얻을 수 있는 곳을 알아보는 장입니다.

1 보육에 대한 재정지원 강화

● 아동에 대한 보육료 지원 확대('04년 27만명 → '05년 41만명)

- 저소득층 0~4세 아동에 대한 보육료 지원 확대
  ('04년 182천명 → '05년 272천명)
  - 도시근로자가구 평균소득 60%이하까지 대상을 확대하고, 소득수준에 따라 4계층까지 차등 지원('04년 3계층 → '05년 4계층)

※ 4인가구 기준 월평균 소득 인정액 204만원 이하

- 만5세아 무상보육료 지원대상을 도시근로자가구 평균소득 80%이하까지 확대('04년 87천명 → '05년 95천명)

※ 4인가구 기준 월평균 소득 인정액 272만원 이하

- 보육시설을 이용하는 만12세 이하 모든 장애아를 대상으로 보육료 전액 지원('04년 4천명 → '05년 9천명)

- 다자녀 가구의 보육부담 완화를 위해 둘 이상의 자녀가 시설을 이용하는 경우 둘째아부터 보육료 일부 지원(신규 3만명)

※ 4인가구 기준 월평균 소득 인정액 340만원 이하

● 국공립보육시설의 확충

- 저소득층 · 중소기업 밀집지역, 농어촌지역 등에 우선 설치

※ 신축 400개소 ('04년 1,344개소 → '05년 1,744개소)

- 원활한 설치를 위해 지역별 보육 수급실태를 파악하고, 신축 시설 지원 기준을 탄력 적용하는 방안 등 강구

● 영아 · 장애아 등 취약보육 활성화

- 높은 보육비용으로 기피하는 영아보육을 활성화하기 위하여 민간시설 영아반 지원을 대폭 확대

※ '04년 18,410개반, 반당 15만원 → '05년 31,143개반, 반당 40~45만원

- 장애아 전담시설을 확충하고 설치 및 운영기준을 강화(99개소→129개소)
  - 장애아의 정상적 발달을 촉진하기 위해 9명당 특수교사를 1인 배치
  - 치료실, 집단 활동실 등을 감안하여 보육시설 면적 대폭 강화 (1인당 3.63㎡ → 7.83㎡)
- 취업여성의 근로시간을 반영하여 야간의 다양한 시간대에 운영하는 시간연장형 시설 지원 확대 ('04년 600개소 → '05년 2,000개소)
- 국공립 · 법인 등 정부지원시설에서 취약보육 우선 실시
  - 취약보육 실시의무 이행 강화(과태료 규정 신설)
  - 저소득층 자녀 입소비율을 늘리는 방안 강구

● 농어촌 지역에 대한 보육 지원 강화

- 보육시설이 없는 지역에 국공립, 장애아동 보육시설 확충
  ※ 491개 읍 · 면 지역에 보육시설이 없는 상태
- 농어촌 지역에 대한 만5세아 무상보육 우선 실시 검토
- 도시지역에 비해 이동거리가 긴 지역특성을 감안하여 차량운영비 지원 확대

2 보육서비스의 질적 수준 제고

● 보육시설 평가인증제 도입 등 보육서비스 질 관리 제고

- 보육시설 평가인증 시범 운영(1,000개소) 후 '06년부터 전면 확대
- 「표준보육과정」마련으로 아동의 성장단계에 적합한 보호와 교육 실시
  - 6개 영역(신체, 언어, 사회, 기본생활습관 등)별, 연령단계별로 보육과정 개발

● 보육시설 환경개선 및 종사자 배치 강화

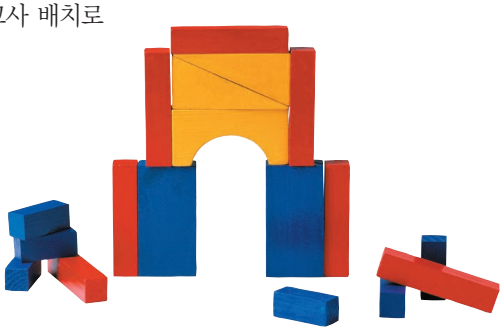
- 시설 설치를 신고제에서 인가제로 전환하고, 설치기준을 강화
  - 위험시설로부터 50m이내에 보육시설 설치 금지
  - 시설 면적 확대 (영유아 1인당 3.63㎡ → 4.29㎡)
  - 보육실은 1층 설치를 원칙으로 하고, 2층이상에 설치된 경우 1년 이내 비상대피시설 보강 의무화
- 노후화된 시설을 대상으로 환경개선비 지원을 확대
  ※ 증개축 100개소, 개보수 310개소, 장비비 234개소
- 종사자 배치기준을 강화하여 개별 아동에 대한 보살핌 강화
  ※ 만 1세미만, 장애아 : 5인당 교사 1인 → 3인당 교사 1인
  ※ 만 3세 : 20인당 교사 1인 → 15인당 교사 1인

● 건강 · 안전 · 위생관리 강화

- 조리실, 화장실, 놀이터 등에 대한 안전 및 위생관리 기준 구체화
- 아동, 종사자에 대한 건강검진 및 차량 운행에 대한 안전관리 강화
  ※ 연 1회 이상 안전관리 지도점검 실시

● 보육인력의 전문성 제고 및 처우개선

- 보육교사 국가자격증 발급 및 경력관리 강화
  - 교사 자격등급을 세분화(2등급 3등급)하고 국가자격증 발급
  - 시설별로 행하던 경력관리를 시 · 군 · 구로 이관
- 직무 · 승급교육 강화 및 교육비를 전액 지원(27천명, 1인당 10만원)하고, 영아 · 장애아 · 방과후 보육에 대한 특별직무교육 실시
- 탄력근무제 도입, 시간연장형 교사 배치로 근무여건 개선



3 보육정책의 체계화 및 인프라 확충

● 함께 참여하는 보육공동체 조성

- 보육정보센터를 확충하고 육아지원 기능을 보강
  - 중앙보육정보센터의 지방보육정보센터 지원기능 강화
  - 시·군·구 단위 지역센터 설치 확대 및 육아상담 기능 부여

※ '04년 8개소 → '05년 24개소

- 학부모, 지역인사가 참여하는「보육시설운영위원회」설치 권장
- 양성평등한 양육문화 확산을 위한 교사, 부모 교육 프로그램 개발·보급
- 직장보육서비스 제공 의무사업장 범위를 상시 여성근로자 300인 이상에서 상시 여성근로자 300인 이상 또는 근로자 500인 이상으로 확대

● 「보육발전 종합계획」 수립

- 보육에 관한 중장기계획을 수립하여 육아정책에 대한 비전과 실천전략 제시
- 국가, 지자체별로 매년 시행계획 수립 및 이행상황 점검
- 영유아(만0~5세아)에 대한 정책기조 및 방향 등을 유관 부처와 지속 협의

※ 국무총리 소속하에 보육정책조정위원회 구성

● 보육행정 전산망 구축 기반조성

- 보육행정 정보화 전략계획(ISP) 연구 추진
  - 다양한 보육시설 환경에 적합한 정보화 시스템 구축방안을 마련
- 국고보조금 지원 및 보육시설 관리 프로그램 개발
- 행정기관과 보육시설 간 전산망 연계로 보육행정의 효율화 및 시설운영의 투명성 제고

셋째

엄마와 아빠를 위한 육아휴직 정보

엄마와 아빠를 위한
육아휴직 정보를 통해서
자녀와 함께 하는
시간을 늘리세요.

1 육아휴직제도란?

2001년 11월 처음 도입된 제도로, 생후 1년 미만의 영아를 둔 남녀 근로자가 그 영아의 양육을 위해 휴직하는 제도입니다.
육아휴직을 신청하려면 육아휴직을 개시하고자 하는 날의 30일 전까지 사업주에게 신청서를 제출합니다. 그러나 육아휴직을 개시하고자 하는 날 이전에 당해 사업장에서 1년 미만 근로한 근로자, 동일한 자녀에 대해서 배우자가 육아휴직 중인 근로자, 동일한 영아에 대해 육아휴직을 한 적이 있는 근로자는 제외됩니다.
육아휴직 기간은 근속기간에 포함되며, 사업주는 육아휴직을 이유로 해고 등의 불이익 처우를 할 수 없습니다. 특히 육아휴직 기간에는 어떤 이유로든 해고할 수 없으며, 휴직 후에는 반드시 휴직 전과 동일한 업무 또는 동등한 수준의 임금을 지급하는 직무에 복귀시켜야 합니다.

2 육아휴직급여란?

육아휴직 급여는 육아휴직 기간에 받는 급여를 말합니다. 기간은 1년 이내이며, 해당 영아가 생후 1년이 되는 날을 넘길 수 없습니다. 예를 들어 여성 근로자가 45일의 출산휴가를 이미 사용했다면, 육아휴직 기간은 10개월 반 밖에 사용할 수 없습니다.
급여 지급대상은 육아휴직 개시일 이전까지 180일 이상 고용보험을 납부한 근로자, 육아휴직을 30일 이상 부여받고 동일한 자녀에 대해서 배우자가 육아휴직을 사용하지 않은 근로자에 해당됩니다. 급여 액수는 해당년도 (매년 변동 가능함)현재 고용보험기금에서 1인당 월 40만원씩 지급되며, 신청자는 육아휴직 개시일 이후 1월부터 종료일 이후 6월 이내에 육아휴직 급여신청서와 육아휴직확인서를 거주지 관할 고용안정센터에 제출합니다.

3 사례로 알아보는 휴직 제도

엄마의 휴직 사례 산전후 휴가 끝나고 바로 육아휴직을 신청하려고 하는데요. 회사에서 1, 2월급여는 지급받았고, 3월달은 받지 않았습니다.

1. 육아휴직을 하면서, 바로 산전후 휴가급여를 신청하면 3월에 대한 산전후휴가급여를 받을 수 있는건가요?
2. 육아휴직급여가 40만원으로 올랐다는 소리가 있던데.. 진짜인가요?
3. 육아휴직급여는 신청을 언제 해야되는건가요?
4. 산전후휴가는 휴가가 끝나고 나서 6개월 이내에 신청하는 것이고, 육아휴직은 반드시 육아휴직이 끝나고 나서 신청해야되나요? 아니면, 육아휴직을 하면서 바로 신청하면 되는건가요?
5. 육아휴직을 끝나고나서 신청을하게 되면, 10개월동안에 대한 육아휴직급여를 한꺼번에 받게되는 건가요?

●●● 답변

1. 회사에 출산휴가 90일을 신청합니다.

〈근거 법령〉

● **근로기준법 제72조【임산부의 보호】**

① 사용자는 임신중의 여성에 대하여 산전후를 통하여 90일의 보호휴가를 주어야 한다. 이 경우 휴가기간의 배치는 산후에 45일 이상이 되어야 한다.

② 제1항의 규정에 의한 휴가중 최초 60일은 유급으로 한다.

③ 사용자는 임신중의 여성근로자에 대하여 시간외근로를 시키지 못하며, 당해 근로자의 요구가 있는 경우에는 경이한 종류의 근로로 전환시켜야 한다.

● **남녀고용평등법 제18조【산전후휴가에 대한 지원】**

① 국가는 근로기준법 제72조 제1항의 규정에 의한 산전후휴가를 사용한 근로자 중 일정한 요건에 해당하는 자에 대하여 당해 휴가기간중 무급휴가에 해당하는 기간의 통상임금에 상당하는 금액(이하 "산전후휴가급여"라 한다)을 지급하여야 한다.

② 제1항의 산전후휴가급여를 지급하기 위하여 필요한 비용은 재정 및 사회보장기본법에 의한 사회보험에서 분담할 수 있다.

③ 사업주는 여성근로자가 제1항의 규정에 의한 산전후휴가급여를 받고자 하는 경우 관계서류의 작성 · 확인 등 제반 절차에 적극 협력하여야 한다.

④ 제1항의 규정에 의한 산전후휴가급여의 지급요건, 지급절차 기타 필요한 사항은 따로 법률로 정한다.

● **근로기준법 제30조【해고 등의 제한】**

① 사용자는 근로자에 대하여 정당한 이유없이 해고, 휴직, 정직, 전직, 감봉 기타 징벌을 하지 못한다.

② 사용자는 근로자가 업무상 부상 또는 질병의 요양을 위하여 휴업한 기간과 그 후 30일간 또는 산전 · 산후의 여성이 이 법의 규정에 의하여 휴업한 기간과 그 후 30일간은 해고하지 못한다. 다만, 사용자가 제87조에 규정된 일시보상을 행하였을 경우 또는 사업을 계속할 수 없게 된 경우에는 그러하지 아니하다. (2001. 8. 14. 개정)

● **근로기준법 제115조【벌칙】**

다음 각호의 1에 해당하는 자는 2년이하의 징역 또는 1,000만원이하의 벌금에 처한다. (개정 99 · 2 · 8)

1. 제9조, 제29조 제1항, 제32조, 제34조 제1항 · 제2항, 제49조, 제52조 제1항 · 제2항 · 제3항 본문, 제53조, 제54조, 제57조 제1항, 제59조 제1항 · 제3항, 제62조, 제67조, 제68조 제1항 · 제2항, 제69조, 제72조, 제73조, 제81조, 제82조, 제83조, 제85조, 제86조 및 제107조 제2항의 규정에 위반한 자

2. 휴가기간 총 3개월중 2개월은 회사에서 급여를 지급합니다.

(중소기업은 2006년부터 전액 국가가 지급)

3. 출산휴가를 마친후 회사에서 '출산휴가 확인서(고용안정센터비치)'를 받아 고용안정센터에 출산휴가 급여를 신청(마친후 6개월이내)하면 출산휴가 급여 1개월분이 고용보험에서 지급됩니다.

4. 회사에 육아휴직을 신청(휴가기간 산전후휴가 포함 1년) 및 '육아휴직 확인서(고용안정센터비치)'를 교부받습니다.

〈근거 법령〉

● **남녀고용평등법 제19조【육아휴직】**

① 사업주는 생후 1년 미만의영아를 가진 근로자가 그 영아의 양육을 위하여 휴직(이하 "육아휴직"이라 한다)을 신청하는 경우에 이를 허용하여야 한다. 다만, 대통령령으로정하는 경우에는 그러하지 아니하다. 〈개정 95. 8. 4, 01. 8. 14〉

② 제1항의 규정에 의한 육아휴직기간은 1년 이내로 하되,당해 영아가 생후 1년이 되는 날을 경과할 수 없다. 〈개정 95. 8. 4〉

③ 사업주는 제1항의 규정에 의한 육아휴직을 이유로해고 그 밖의 불리한 처우를 하여서는 아니되며, 육아휴직 기간동안은 당해 근로자를 해고하지 못한다. 다만, 사업을 계속할 수 없는 경우에는그러하지 아니하다. 〈개정 95. 8. 4, 01. 8. 14〉

④ 사업주는 제1항의 규정에 의한 육아휴직 종료후에는 휴직전과 동일한 업무또는 동등한 수준의 임금을 지급하는 직무에 복귀시켜야 한다. 또한 제2항의 육아휴직기간은 근속기간에 포함한다. 〈신설 01. 8. 14〉

⑤ 육아휴직의 신청방법 및 절차 등에 관하여 필요한 사항은 대통령령으로 정한다. 〈신설 95. 8. 4, 01. 8. 14〉

[전문개정 95. 8. 4, 개정 01. 8. 14]

● **남녀고용평등법 제37조【벌칙】**

① 사업주가 제11조의 규정에위반한 행위를 한 경우에는 5년 이하의 징역 또는 3천만원 이하의 벌금에 처한다. 〈개정 01. 8. 14〉

② 사업주가제8조 제1항, 제14조 제3항, 제19조 제3항의 규정에 위반한 행위를 한 경우에는 3년 이하의 징역 또는 2천만원 이하의 벌금에 처한다. 〈개정 01. 8. 14〉

③ 사업주가 제7조, 제9조, 제10조, 제19조 제1항 및 제4항, 제24조 제3항의 규정에 위반한 행위를 한경우에는 500만원 이하의 벌금에 처한다. 〈개정 01. 8. 14〉

5. 육아휴직 시작 1개월 이후 고용안정센터에 육아휴직급여를 신청합니다.

6. 지급 결정 후 매월 40만원이 고용안정센터에서 지급됩니다.

● **출산휴가급여란?**

산전후휴가기간중 최초의 60일분(1일~60일)의 임금은 회사가 부담하고 60일을 초과하는 부분(30일 범위내에서 60일을 제외한 나머지 일수)에 대한 임금은 고용안정센터에 산전후휴가 급여신청서를 제출하면 고용보험기금에서 지급합니다. 이를 '산전후휴가 급여'라 합니다.

● **출산휴가급여 지급요건**

- 근로자가 근로기준법 제72조에 의한 산전후휴가를 부여받을 것
- 산전후휴가종료일을 기준으로 고용보험 피보험단위기간(=고용보험가입기간)이 180일 이상일 것 (단, 산전후휴가기간 90일중 회사로부터 급여를 받는 60일은 고용보험가입기간에 포함됨)
- 산전후휴가종료일로부터 6개월 이내에 산전후휴가급여를 신청할 것 (단, 본인의 질병이나 부상 등 기타의 사유가 있는 경우에는 그 사유종료후 30일 이내 신청가능)

육아휴직급여란?

일정한 지급요건을 갖춘 생후 1년 미만의 영아를 가진 근로자(여성 또는 남성)가 그 영아의 양육을 위해 30일이상 육아휴직하는 경우 고용안정센터에 육아휴직급여신청서를 제출하여 매월 일정금액을 지급받게 되는데 이를 '육아휴직급여'라 합니다.

육아휴직급여 지급요건

- 육아휴직을 30일이상 부여받을 것
- 육아휴직 개시일이전에 고용보험가입기간이 180일 이상일 것 (단, 실업급여를 지급받은 경우가 있는 경우, 실업급여 수급이전 고용보함 가입기간은 제외됨)
- 동일한 자녀에 대해 배우자가 육아휴직을 부여받지 않았을 것
- 육아휴직개시일 이후 1월부터 종료일이후 6월 이내 육아휴직급여를 신청할 것 (단, 본인아나 배우자의 질병이나 부상 등 기타의 사유가 있는 경우에는 그 사유종료후 30일 이내 신청가능)

육아휴직급여액

매월 40만원 정액지급 (2007년부터 월 50만원으로 상향 지급)

신청 및 절차

최초의 육아휴직급여신청은 육아휴직 개시일 이후 1월부터 종료일이후 6월 이내 매월 단위로 신청함이 원칙이나 기간을 적용해서 신청하는 것도 허용됨 (적용하여 신청하는 경우, 육아휴직 종료일 이후 6월 이내 신청하여야 함)

※ 신청, 접수처 : 근로자 거주지 관할 고용안정센터

아빠의 휴직 사례 저는 아기가 5월 31일생인 남성 직장인입니다.

첫째 아이는 엄마가 육아 휴직할 상황이 아니라서 제가 하려고 하는데, 가능한가요?
저는 7월 1일부터 휴가를 내려고 합니다.
언제부터 언제까지 휴직이며, 준비해야 할 서류는 무엇인가요?

답변

● **육아휴직**은 원칙적으로 남성이든 여성이든 만 1세 미만의 영아를 가진 근로자라면 누구든지 신청할 수 있습니다.
영아의 출생일이 2005년 5월 31일이라면 2006년 5월 30일까지 육아휴직을 할 수 있습니다. 질문내용을 보면 2005년 7월 1일부터 육아휴직을 시행하는 것이며, 육아휴직은 내년 5월 31일까지 할 수 있으며, 해당 근로자가 언제까지 휴직할 것인지 결정할 수 있습니다.
근로자는 아이의 출생증명서(또는 주민등록등본 등 영아의 출생을 입증할 수 있는 서류)를 첨부하여 육아휴직신청서를 작성하여 회사에 제출하면 회사는 이를 수용하여 육아휴직을 명하면 되는 것입니다.
육아휴직 급여는 30일 이상 육아휴직중인 근로자가 회사로부터 육아휴직 확인서를 발급받아서 노동부 고용안정센터에 제출하면 월 40만원씩 육아휴직급여를 받게 됩니다. 남자든 여자든 30일 이상 육아휴직 중인 근로자가 대상이 되는 것입니다.

휴가 기간 사례

저는 2005년 1월 8일부터 4월 10일까지 출산휴가를 사용한 상태입니다. 그리고 2005년 6월부터 육아휴직을 사용하고자 합니다.

출산은 2월 1일에 했는데 언제까지 육아휴직을 사용할 수 있으며 육아휴직 급여는 어떻게 받는 건지 궁금해요?

답변

● **휴직기간**은 1년 이내 월 40만원씩 지급되며, 육아휴직은 생후 1년 미만의 영아를 가진 남녀근로자가 그 영아의 양육을 위해 휴직하는 것을 의미합니다.

법에서 규정하는 육아휴직기간은 1년 이내로 하되 당해 영아가 생후 1년이 되는 날을 경과할 수 없습니다. 따라서 여성근로자가 육아휴직을 신청할 경우 최대기간은 1년에서 산후휴가 90일을 제외한 기간이 될 것이고 남성근로자가 사용할 경우에는 최대 1년이 휴직기간이 될 수 있습니다.

위 근로자의 경우 출산을 2월 1일에 했다면 육아휴직을 사용할 수 있는 기간은 영아가 생후 1년 미만인 내년 1월까지가 가능합니다. 따라서 위 여성근로자가 6월부터 육아휴직을 사용하고자 한다면 최대 8개월 정도의 육아휴직을 사용할 수 있습니다. 육아휴직을 신청하기 위해서는 육아휴직을 개시하고자 하는 날의 30일전까지 사업주에게 신청서를 제출해야 합니다.

● **원칙적으로 모든 근로자가 육아휴직을 사용할 수 있지만**

① 육아휴직을 개시하고자 하는 날 이전에 당해 사업에서 1년 미만 근로한 근로자

② 동일한 자녀에 대해서 배우자가 육아휴직중인 근로자

③ 동일한 영아에 대해 육아휴직을 한적이 있는 근로자는 육아휴직 대상에서 제외됩니다.

※ 자세한 사항은 노동부 http://www.molab.go.kr에서 확인해 보시길 바랍니다.

넷째

우리 동네에 있는 육아 보육시설 정보 안내

- 경상북도 보육정보센터
- 보건소 · 경상북도 장애인 복지관
- 경북 아동학대예방센터
- 영남권 해바라기 아동센터

경상북도 보육정보센터

● http://www.gbcare.or.kr

보육시설을 원하시는 지역별, 유형별, 특성별로 정리하여 안내하고 있습니다.

- 주소 : 경상북도 경산시 진량읍 상림리 194-1번지 경상북도 보육정보센터 우) 712-833
- 문의 전화 : 053-851-9939~40 • FAX : 053-851-9938

가정위탁지원센터

● http://www.gbfoster.or.kr

부모의 이혼, 실직, 질병 등의 이유로 친부모와 함께 살 수 없는 아동들이 해외로 입양되거나 보육시설에서 지내지 않고 일정기간(몇개월~몇년)동안 일반가정에서 양육되므로써 가정적인 분위기를 경험할 수 있는 곳입니다.

- 주소 : 경상북도 경산시 중방동 332-13
- 문의 전화 : 053-813-3953 • FAX : 053-812-3953

경북 아동학대예방센터

● 아동 학대를 받거나, 받고 있는 아동들의 보호 및 치료 등을 지원하기 위한 곳입니다.

- 주소 : 경상북도 경주시 구정동 616-51번지 우)780-420
- 문의전화 : 054-1391

영남권 해바라기 아동센터

● http://www.csart.or.kr

해마다 증가하고 있는 성폭행 피해 아동의 진술 및 보호 그리고 치료 등의 지원을 하기 위한 곳입니다.

- 주소 : 대구광역시 중구 삼덕 2가 270-1번지 소석문화센터 10층 (삼덕네거리 지하철 경대병원 옆)
- 문의전화 : 080-421-2119 • FAX: 053-420-6123

지역아동센터

- http://www.mowh.go.kr

  경제적으로 빈곤 할 뿐아니라 여러가지로 소외되어 사회적 돌봄이 필요한 아동이 이용할 수 있습니다.

  • 문의전화 : 053-950-2524(경상북도 여성정책과 보육계)

보건소

- 대표 홈페이지 http://chc.mohw.go.kr

  각 지역별 보건소 안내와 국가 보건 사업 안내 등 보건에 관한 다양한 자료들이 제공되고 있습니다.

경상북도 장애인복지관

- http://www.kbrc.or.kr

  지체, 언어, 청각, 시각, 정신지체, 정신장애, 발달장애, 뇌병변, 신장, 심장장애 또는 특별히 늦된다거나 또래아동들과 차이 나게 다르다고 생각되는 아동과 성인들을 위해 치료 및 보호 등 프로그램을 운영하고 있는 곳입니다.

  • 주소 : 경상북도 안동시 북후면 도촌리 846-1번지 우)760-891
  • 문의전화 : 054-858-7283~6 • FAX : 054-858-7287

다섯

보육 교사가 되는 길

아이들의
영 · 유아기 시절을 책임질
보육 교사와 관련된
궁금한 사항들입니다.

보육교사란?

보육교사는 영유아의 보육, 건강관리 및 보호자와의 상담 그 밖에 보육시설의 관리 · 운영 등의 업무를 담당하는 전문가입니다. (2005. 1. 30 개정 영유아보육법 제2조 제5항)

보육교사의 역할

영유아의 성장 · 발달의 자연스런 과정에 있어 보호와 교육적 측면의 전문가로서 신체적, 사회적, 정서적, 지적 발달을 균형 있게 격려할 수 있도록 교육방법을 연구하고 적용하며, 교실환경을 구성하고 영유아를 가르치는 교육자로서 영유아의 연령과 발달수준을 의식하여 적절한 자극을 제공해야합니다.
나아가 부모들이 자녀걱정 없이 안심하고 사회 경제 활동을 할 수 있도록 부모와의 정보교환 교류자로서 원활한 의사소통을 통해 교사나 보육시설에 대한 신뢰감을 형성하도록 하는 역할을 담당하게 됩니다.

보육교사의 자질

자애로움, 영유아와 공감력, 희망적이고 긍정적인 사고, 원만하고 조화로운 대인관계 능력, 심신의 건강등의 개인적인 자질과 전문지식, 교육기술,보육에 자부심을 갖는 전문적인 자질을 갖추어야 합니다.

이러한 보육시설장 및 보육교사는 [영유아보육법 제21조, 영유아보육법령 제21조]에 따른 자격조건을 갖춰야 합니다.
이 자격기준은 [영유아보육법령 제21조 관련 별표1]에서 규정하고 있습니다.

1 보육시설장의 자격기준(개정 영유아보육법 기준)

가. 일반기준

(1) 보육교사 1급 자격을 취득한 후 2년 이상의 보육 등 아동복지업무 경력이 있는 자

(2) 「유아교육법」에 의한 유치원 정교사 2급 자격을 취득한 후 5년 이상의 보육 등 아동복지업무 경력이 있는 자

(3) 유치원 원장의 자격을 가진 자

(4) 「초 · 중등교육법」에 의한 초등학교 정교사 자격을 취득한 후 5년 이상의 보육 등 아동복지업무 경력이 있는 자

(5) 「사회복지사업법」에 의한 사회복지사 1급 자격을 취득한 후 5년 이상의 보육 등 아동복지업무 경력이 있는 자

(6) 「의료법」에 의한 간호사 자격을 취득한 후 7년 이상의 보육 등 아동복지업무 경력이 있는 자

(7) 국가 또는 지방자치단체에서 7급 이상의 공무원으로 보육 등 아동복지업무에 5년 이상 근무한 경력이 있는 자

나. 가정보육시설

(1) 일반기준에서 정한 자격을 갖춘 자

(2) 보육교사 2급 이상의 자격을 취득한 후 2년 이상의 보육업무 경력이 있는 자

다. 영아전담보육시설 : 만 3세 미만의 영아만을 20인 이상 보육하는 시설

(1) 일반기준에서 정한 자격을 갖춘 자

(2) 간호사 자격증을 취득한 후 5년 이상의 아동간호업무 경력이 있는 자

라. 장애아전담보육시설 : 「장애인복지법」 제29조의 규정에 의하여 장애인으로 등록된 영유아만을 20인 이상 보육하는 시설

– 일반기준에서 정한 자격을 갖춘 자로서 다음 각호의 어느 하나에 해당하는 자

(1) 대학(전문대학을 포함한다)에서 장애인복지 및 재활관련학과를 전공한 자
(2) 장애아보육시설에서 2년 이상의 보육업무 경력이 있는 자
(3) 여성부령이 정하는 장애아보육 직무교육을 받은 자

마. 「고등교육법」에 의한 대학(전문대학을 포함한다) 또는 법 제21조제2항제2호의 규정에 의한 교육훈련시설이 운영(위탁 또는 부설 운영을 말한다)하는 보육시설

– 보육시설을 운영하는 대학의 전임강사 또는 교육훈련시설의 전임교수 이상으로서 보육관련 교과목에 대하여 3년 이상의 교육경력이 있는 자

2 보육교사 등급별 자격기준

등급	자 격 기 준
1 급	1. 보육교사 2급 자격을 취득한 이후 3년 이상의 보육업무 경력과 여성가족부장관이 정하는 승급교육을 받은 자 2. 보육교사 2급 자격과 보육관련 대학원에서 석사학위를 취득한 자로서 1년 이상 보육업무 경력과 여성가족부장관이 정하는 승급교육을 받은 자
2 급	1. 전문대학 또는 이와 동등 이상의 학교에서 여성가족부령이 정는 보육관련 교과목 및 학점을 이수하고 졸업한 자 2. 보육교사 3급 자격을 취득한 이후 1년 이상의 보육업무 경력과 여성가족부장관이 정하는 승급교육을 받은 자
3 급	고등학교 또는 이와 동등 이상의 학교를 졸업한 자로서 여성가족부령이 정하는 교육훈련시설에서 소정의 교육과정을 수료한 자

3 자격증 취득후 보육교사가 하는 일

- **보육교사 3급**
  일반 보육시설에서 교사로 활동하실 수 있습니다.

- **보육교사 2급**
  3급 취득후 1년의 경력과 승급 교육을 통해 취득 하실 수 있으며 자격 취득후 2년의 경력을 갖추시면 가정 보육시설(보육정원 20인 미만)도 운영하실 수 있습니다.

- **보육교사 1급**
  2급 취득후 3년의 경력과 승급 교육을 통해 취득하실 수 있으며, 자격 취득후 2년의 경력을 갖추시면 일반 보육시설(보육정원 300인 미만)도 운영하실 수 있습니다.

4 보육교사 자격관리사무국 안내

보육교사가 되고싶다면 보육교사 자격관리사무국(http://www.ctcm.or.kr)에 직접 방문해서 자격증 취득 절차 및 자격검정 기준 및 구비서류등에 대해 상세히 알아보는 것이 바람직합니다. 하늘은 스스로 돕는자를 돕는다고 합니다. 이제 더 이상 망설이지 말고 보육교사로의 꿈에 한걸음 더 다가가 봅시다.

● 대구/경북 보육교사 교육원

시·도	시설명	소재지
경북	경북보육교사교육원	구미시 형곡동 235-3 T. 054-456-1300
	선린대학부설 보육교사교육원	포항시 북구 흥해읍 초곡리 146-1 T. 054-260-2223, 2230
	구미1대학부설 보육교사교육원	구미시 부곡동 407 T. 054-440-1450
	대경대학부설 보육교사교육원	경산시 자인면 단북리 산24 T. 054-850-1295
	포항1대학부설 보육교사교육원	포항시 북구 흥해읍 죽전리 55 T. 054-245-1231~5
	대구카톨릭대학교 보육교사교육원	경산시 하양읍 금락1리 330 T. 053-850-3366

여섯

알아두면 편리한 육아정보 사이트

인터넷 정보화 시대를 발맞춰서,
우리 아이들에게 필요하고,
정보를 교환할 수 있는 사이트들입니다.
유용하게 쓰세요!

마더앤베이비

- http://www.mothernbaby.com
  아동 연령별 정보 및 건강 상식 등 다양한 정보가 있는 사이트로 부모님들이 자유롭게 여러 가지 정보를 교환할 수 있는 곳입니다.

해오름

- http://www.haeorum.com
  육아 정보 및 소아과등 의료시설 안내 그리고 육아 교육 자료 구매 등 다양한 육아에 대한 정보를 구하고, 교환할 수 있는 곳입니다.

아이키드넷

- http://www.ikidnet.com
  임신에서부터 아이들을 키우는 다양한 정보 제공 및 다양한 육아 교육자료 및 용품을 구매할 수 있는 곳 입니다.

베베하우스

- http://www.bebehouse.com
  아이를 키우는 정보 및 아이의 발달 정도와 발달 이상을 알아 볼 수 있는 체크 프로그램을 실시 하고, 아이의 교육 프로그램 등 다양한 정보가 제공되어 있고, 육아 용품등을 구매할 수 있는 곳입니다.

아이큐베이비

- http://www.iqbaby.co.kr
  아이를 키우는 정보를 교환 할 수도 있고, 아이의 문제에 대해서 전문가와 상담이 가능하고, 아이의 교육과 학습자료등에 대한 다양한 정보를 제공하고 있는 곳입니다.

아가방

- http://www.agabang.com
  아이들을 키우면서 필요한 다양한 정보와 필요한 의류 등 용품을 구매할 수 있고, 지역별 동호회를 통한 다양한 정보교환이 가능한 사이트 입니다.

앙팡

- http://www.enfant.co.kr
  아이들을 키우면서 필요한 건강/발달 등 다양한 정보와 아이들 발달을 위한 교육과 교재등에 대한 정보를 제공하고 있는 곳입니다.

아이베베

- http://www.ibabee.co.kr
  아이의 육아 및 교육 자료를 서로 공유할 수 있으면서, 아이의 패션정보 및 용품을 구입할 수 있는 곳입니다.

아이베이비

- http://www.i-baby.co.kr
  육아 및 출산의 기본적인 정보와 아이의 다양한 먹거리에서부터 의류까지 구매 및 판매가 가능한 사이트입니다.

워킹맘

- http://workingnon.pe.kr
  일하는 엄마들을 위한 정보공유 사이트 입니다.

참고문헌

- 김경중 외 다수(1998), 「아동발달심리」, 서울:학지사
- 김동연, 공마리아(2000), 「인물화 및 집 나무 사람그림에 의한 심리진단법」, 한국미술치료학회, 비매품
- 박화윤(1998), 「유아를 위한 창조적 미술활동」, 정민사
- 서울장애인종합복지관(1990), 「출생에서 5세까지」, 서울:상지문화사
- 서울장애인종합복지관(1999), 「엄마, 아빠 할 수 있어Ⅲ」, 서울장애인종합복지관
- 신민섭(2002), 「그림을 통한 아동의 진단과 이해」, 학지사
- 안영진 편저(1994), 「유아발달심리학」, 서울:文音社
- 양경희(1997), 「21c를 위한 열린 아동미술교육」, 학지사
- 정대식(1991), 「아동미술의 심리연구」, 미진사
- 정여주(2004), 「色의신비」, 학지사.
- 최민수(2001), 「영유아 건강과 안전」, 서울:학지사

사이트

- 간식만들기 http://cafe.daum.net/albedo3
- 경상북도아동학대방지센터 http://www.i1391.or.kr/
- 경상북도여성정책개발원 http://www.forwoman.or.kr
- 경상북도도청 http://www.gb.go.kr
- 기본적으로 알아야할 육아상식 http://cafe.naver.com/wso1.cafe
- 노동부 http://www.molab.go.kr
- daum임신, 육아 http://baby.miznet.daum.net/
- 대한소아과협회 http://www.pediatrics.or.kr
- 영남권 해바라기 아동센터 http://www.csart.or.kr/
- 여성가족부 http://www.mogef.go.kr
- 육아상식 http://cafe.naver.com/wso1.cafe?iframe_url=/ArticleRead.nhn%3Farticleid
- 웨딩 http://cafe.daum.net/weddingch
- 하정훈 소아과 http://www.babydoctor.co.kr
- 마음을 여는 窓. http://blog.daum.net/nadearo
- Parenting Newsletter(1997), University of Wisconsine-Extension · Cooperative Extension NCR Pub. No 321~578 http://www.uwex.edu/ces/flp/parenting/order.htm
- 수수팥떡 http://www.asamo.or.kr

길라잡이는 길을 안내하는 길앞잡이를 뜻하는 우리나라 고유어 입니다.
보육정보 길라잡이가 행복하고 건강한 아이를 키우는데 좋은 길잡이가 되길 바랍니다.

이 책을 만든 사람들

- **연구책임자** | 이 영 석(연 구 원)
- **공동연구자** | 정 일 선(수석연구원)
- **자 료 정 리** | 정 소 명

경상북도 보육정보 길라잡이

인 쇄 | 2006년 1월
발 행 | 2006년 1월

발 행 | 경북여성정책개발원 www.forwoman.or.kr
주 소 | 702-835 대구광역시 북구 산격2동 1630번지 5F
전 화 | 053)602-5410
디자인 | wonCOmm 053)424-9312

*이 책은 비매품입니다.

“아름다운 평등세상”
경북여성정책개발원이 함께 합니다

경북여성정책개발원은 1997년 12월 1일
경상북도가 지방자치단체로서는
전국 최초로 설립한 여성정책 전문연구기관입니다

경북여성정책개발원은
지역 여성에 관한 제반문제를 종합적, 체계적으로 연구하여
지역특성에 맞는 여성정책을 개발하고 다양한 교육프로그램으로
지역여성의 능력개발과 사회참여 활성화를 지원하며
여성 네트워크의 구심점 역할을 수행하고 있습니다.

경 상 북 도

보육정보 길라잡이