육아정책 Brief

통권 제24호 | 발행인 : 이영 | 발행일 : 2014년 4월 10일 | 발행처 : 육아정책연구소

04 April

영유아의 행복을 위해 충분한 여가시간 보장되어야

Ⅰ. 영유아기 여가시간의 중요성

영유아기 여가시간 경험은 신체적, 사회·정서적 발달, 부모–자녀 간 유대감 증진에 긍정적인 역할을 하며, 이후 성인기까지 중요한 영향을 미침

- 여가시간[1]은 균형적인 삶의 지표로써 중요한 역할을 하며, 특히 부모의 영향을 받는 시기인 영유아기의 여가활동에 대해 중점적으로 살펴볼 필요가 있음.
  - ▶ 영유아의 행복과 주관적 만족감에 대해 긍정적으로 작용할 수 있음.
  - ▶ 여가시간은 영유아의 행복(well–being)과 삶의 질 측면에서 중요함.
- 영유아기 여가시간은 이후 성인기 발달까지 영향을 미침.
  - ▶ 여가시간은 영유아기의 신체적, 사회·정서적 발달에 긍정적 영향을 미침.
  - ▶ 영유아기 여가활동의 긍정적 경험은 사회 부적응 행동 및 건강을 해치는 행동에 참여할 확률을 적게 함.
  - ▶ 여가시간과 휴식은 부모–자녀 간 유대감 증진과 정신건강에 유익함.

Ⅱ. 영유아는 여가시간을 어떻게 보내는가?

영유아의 여가시간은 주중 3시간 10분, 주말 6시간 18분으로 나타나 주중보다 주말에 더 많은 시간을 보내고 있음

- 영유아의 생활시간조사[2]를 통해 본 여가시간[3] 사용 현황은 다음과 같음.
  - ▶ 영유아의 여가시간 비중은 주중 3시간 10분, 주말 6시간 18분으로 주중보다 주말에 더 많은 시간을 할애함.
  - ▶ 여가시간 중 놀이 시간은 주중 1시간 49분, 주말 2시간 50분으로 가장 많았고, 미디어 이용은 주중 1시간 14분, 주말 1시간 54분으로 조사됨.

1) 여가시간은 필수시간과 노동시간 외에 자유시간을 의미함.
2) 생활시간조사는 하루 생활을 10분 단위로 24시간 기록하는 '시간일지(time diary)'를 사용하여 조사함.
3) 다음 보고서의 내용을 발췌하여 정리함. 도남희·김정숙·하민경(2013). 영유아의 생활시간조사. 육아정책연구소.
여가시간은 통계청 '국민생활시간조사(2008)'의 분류체계에 기초함. 7가지 범주 중 개인유지, 학습, 대리양육 이용하기, 가정관리 돕기, 이동하기, 기타행동 등을 제외한 나머지 시간임.

육아정책연구소
Korea Institute of Child Care and Education

▶ 미디어 이용과 놀이 활동에 각각 95.3%, 90.9%가 참여하여 미디어 이용을 통한 여가활동에 더 많이 참여하고 있음.

미디어를 통한 활동은 많은 반면, 문화 및 스포츠 참여는 낮은 것으로 나타남

▶ 스포츠 및 집 밖의 레저활동은 주중 15.8%, 주말 43.6%로 참여가 낮음.

▶ 문화/스포츠 관람/행사참여 활동은 주로 주말에 7.4% 정도로 참여가 매우 낮음.

▶ 위 결과는 비슷한 연령대를 조사한 호주의 아동종단연구(Longitudinal Study of Australian Children: LSAC)에서 여가시간이 총 주중 9시간 35분, 주말 9시간 45분인 것과 비교할 때 상대적으로 적으며(Baxter, 2007) 특히 주중의 여가시간은 매우 큰 차이를 보이는 것을 알 수 있음.

● 영유아의 놀이 시간

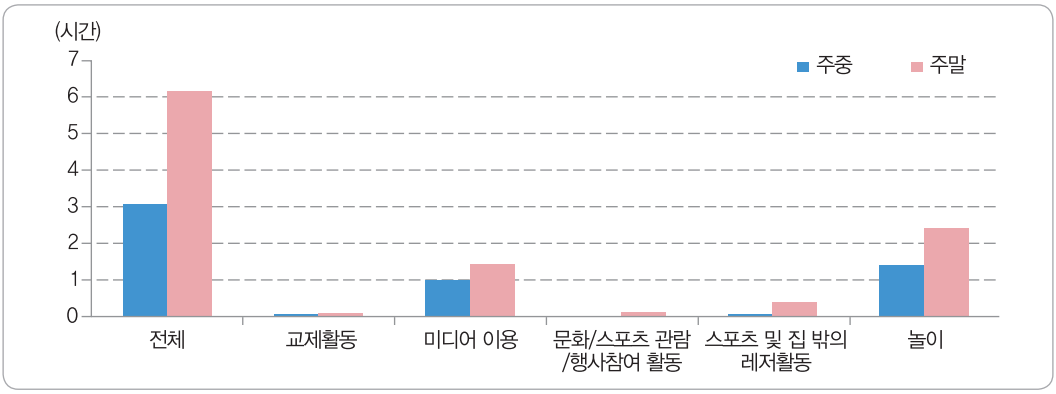
▶ 놀이 시간은 장난감 가지고 놀기, 장난감 없이 놀기, 놀이터 이용, 예술 경험 놀이, 책읽기 등으로 구성되어 있음.

▶ 장난감 가지고 놀기는 주중 1시간 1분, 주말 1시간 16분이며, 영유아의 65.6~81.4%가 참여함.

영유아의 놀이터 이용시간은 주중 50분, 주말 1시간 5분 정도로 나타났으며, 주중보다 주말의 영유아 놀이터 이용시간이 더 많은 것으로 나타남

▶ 놀이터의 이용시간은 주중 50분 정도로 27.8% 정도가 참여하였고, 주말은 이보다 많은 44.2%의 영유아가 1시간 5분 정도 시간을 보냄.

▶ 장난감을 갖고 놀 때는 형제·자매, 혼자, 아버지와 함께 하며 장난감을 가지고 놀지 않을 때는 아버지, 형제와 자매, 어머니, 혼자 순으로 놀이 시간을 보냄.



자료: 도남희 외(2013). p. 80 내용 재구성

[그림 1] 주중 및 주말의 교제 및 여가활동 시간

● 영유아의 미디어 이용 시간

▶ 미디어 중 TV 시청 시간은 주중 1시간 8분, 주말 1시간 42분이며 참여율은 주중 84.4%, 주말 93.2%로 주말이 높음.

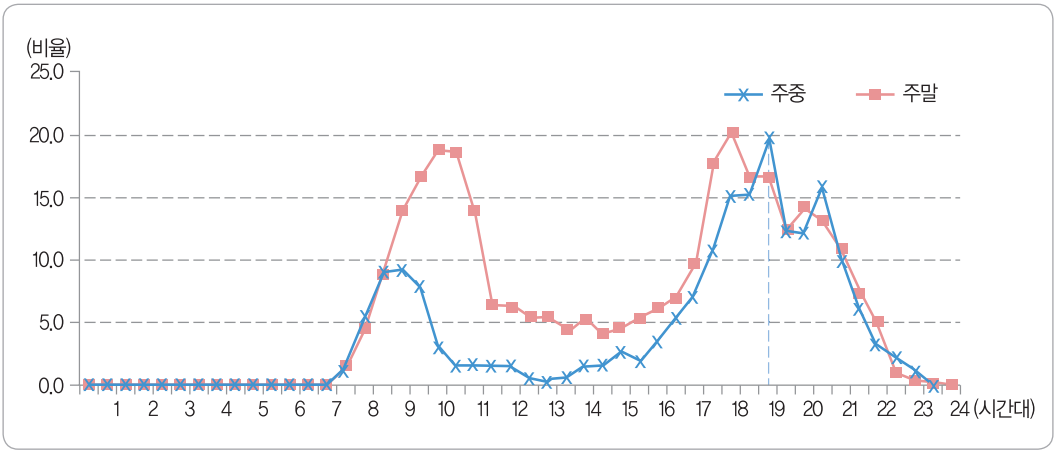
오후 6시 30분에서 7시 사이에 가장 많은 영유아들이 TV시청을 하고 있으며, 영유아 혼자 스마트폰, 컴퓨터 등을 하며 보내는 비중이 많음

▶ 주중에는 오후 6시 30분에서 7시까지 가장 많은 영유아들이 TV를 시청하고 있었음.

▶ 주말의 TV 시청은 오전과 저녁 시간대의 시청 비율이 높고 형제자매와 보는 경우(38.6%)가 가장 많았으며, 어머니(36.1%), 아버지(32.2%) 순으로 나타남.

▶ 영유아 혼자 휴대전화나 스마트폰(60.9%), 컴퓨터 사용(49.9%), CD, TAPE, MP3, 라디오 청취(35.0%), TV 시청(28.5%) 등 미디어를 사용하면서 보내는 시간이 많음.

▶ 컴퓨터를 사용할 때도 휴대전화를 이용할 경우와 마찬가지로 혼자서 하는 경우가 가장 많았으며, 형제·자매(25.3%), 아버지(24.0%)와 주로 시간을 보내고 있음.



자료: 도남희 외(2013). p. 87.

[그림 2] 주중 및 주말 TV 시청 시간의 시간대별 행위자 비율

- 영유아의 스포츠 및 집 밖의 레저 활동시간
  - ▶ 걷기/산책 시간은 주중에는 42분, 주말에는 57분을 할애하고 주중에는 11%, 주말에는 17.4%가 참여하고 있었음.
  - ▶ 걷기/산책 비율은 높지 않았고 부모와 함께 하는 경우가 많았음.
- 영유아의 문화/스포츠 관람/행사참여 시간
  - ▶ 문화/스포츠 관람/행사참여 활동은 주말만 2시간 정도, 7.4% 정도로 매우 적은 참여율임.
  - ▶ 주로 주말에 부모와 함께 참여하고 있음.

Ⅲ. 영유아기 여가시간의 문제점

현재 영유아들은 장시간의 보육·교육기관의 이용으로 인해 신체활동, 스포츠 및 문화 참여시간이 현저히 낮고 긍정적인 경험을 할 수 있는 여가활동 시간이 매우 부족함

- 영유아 보육과 교육 서비스의 조기 이용, 장시간 이용, 사교육 등으로 학습시간은 증가했으나 여가시간은 절대적으로 부족한 상황임.
- 능동적이고 다양한 여가활동 및 신체활동 시간이 부족함.
  - ▶ 영유아의 생활시간 중 보육과 교육서비스 시간(대리양육 시간)을 제외하면 주중의 여가시간은 많지 않으며 미디어 이용과 놀이로 제한됨.
  - ▶ 주말의 여가시간 사용도 유사하며 다른 여가 활동 시간은 적음.
  - ▶ TV 시청이나 컴퓨터 등 미디어를 이용한 수동적인 여가활동이 많음.
  - ▶ 스포츠 및 집 밖의 여가활동, 문화/스포츠 관람, 행사참여 등의 시간과 참여율이 현저히 낮음.
  - ▶ 체중 증가, 사회성 감소, 공격성 증대 등 문제행동 발생 확률을 증가시킴.

Ⅳ. 영유아의 여가시간 활성화 방안

가족 여가활동을 위한 어린이 도서관, 자연친화 놀이터, 박물관을 확충하고 관련 프로그램을 강화함

- 능동적이고 적극적인 여가시간과 활동 장려
  - ▶ 적극적 여가시간을 위해 하루에 일정시간을 신체활동 시간으로 확보함.
  - ▶ 영유아 시기는 자극에 민감한 시기이므로 과다한 미디어에 노출되지 않도록 함.
  - ▶ 전자미디어를 바르게 사용하는 방법, 연령별 미디어 적정 이용시간 등에 대한 정보를 안내문이나 e-book으로 제작하여 유치원과 어린이집을 통해 부모에게 홍보함.
- 가족 여가 활동을 위한 문화 인프라 확충과 놀이 문화 보급
  - ▶ 부모는 자녀와 놀이를 통해서 양질의 시간을 보낼 수 있도록 노력해야 하며, 이를 위한 부모의 노동시간 적정화가 필요함.
  - ▶ 일상 속에서 부모-자녀가 함께 즐길 수 있는 놀이나 다양한 여가활동 프로그램 개발이 필요함.
  - ▶ 어린이 도서관, 자연친화 놀이터, 놀이시설, 체험기관, 박물관 등 여가활동이 가능한 인프라를 확충함.
- 놀이 위주의 보육·교육서비스 운영 지향
- 여가시간과 활동에 대한 지원과 정보체계 구축
  - ▶ 부모교육 및 안내 책자, 부모카페나 동아리를 통해 여가 정보와 활동을 지원함.
  - ▶ 부모의 직장 내 점심시간을 활용하여 여가시간을 위한 교육을 제공하도록 함.
  - ▶ 정부차원의 여가시간과 활동을 지원할 수 있는 구체적인 제도 마련이 필요함.
- 여가시간의 중요성에 대한 국민 인식 제고 목적의 대국민 홍보 강화
  - ▶ 영유아기의 여가시간은 건강한 성장·발달에 필수적이라는 국민 홍보가 필요함.
  - ▶ 미디어나 공공자료를 통해 여가시간을 위한 가족참여 등을 강조해야 함.

도남희 부연구위원 cando@kicce.re.kr

- 도남희·김정숙·하민경(2013). 영유아의 생활시간조사. 육아정책연구소.
- 통계청(2008). 국민생활시간조사.
- Baxter, J. (2007). Children's time use in the Longitudinal Study of Australian Children: Data quality and analytical issues in the 4-year cohort(LSAC Technical Paper No. 4). Melbourne: Australian Institute of Family Studies.