

존중하는 신체 케어 가이드

말 걸고, 가리고, 함께하기 · 기저귀·화장실·옷 갈아입기 실무 기준

교사용

0~7세

몸의 권리

돌봄은 아이의 몸을 대신 처리하는 시간이 아니라, 몸의 신호를 알아차리고 도움을 주고받는 관계 경험입니다.

꼭 필요한 위생·안전 돌봄도 먼저 알리고, 가능한 선택을 주고, 필요한 만큼만 도우며, 사생활을 보호합니다.

1 말 걸고 하기

손대기 전에 이름을 부르고 무엇을 왜 할지 짧게 알립니다.

2 가리고 지키기

노출은 꼭 필요한 범위와 시간으로 줄이고 또래 시선을 막습니다.

3 참여 기다리기

몸짓·말·표정의 멈춤 신호를 보고 아이가 할 수 있는 몫을 남깁니다.

4 사실만 기록하기

수치심을 주는 표현 없이 장면, 아이의 반응, 다음 지원만 남깁니다.

이 자료는 기관의 보호·위생 절차와 법률 판단을 대신하지 않습니다. 위험이 급박하거나 학대가 의심되면 내부 보고로 지연하지 말고 112에 신고합니다.

기저귀 같이 · 예고부터 돌아가기까지

영아의 몸짓과 시선을 대화로 받아들이고, 일상 루틴도 배움 장면으로 봅니다.

1 준비

손 씻기, 새 기저귀와 폐기 도구를 손 닿는 곳에 둡니다.
다른 아이 돌봄 공백도 확인합니다.

말 예시 · “기저귀가 젖었네. 같이대로 함께 가자.”

2 예고

아이의 이름을 부르고 손대기 전 할 일을 말합니다. 안기
또는 걸어가기처럼 가능한 선택을 줍니다.

말 예시 · “안아서 갈까, 손잡고 갈까?”

3 가림

또래와 방문자의 시선을 가리되 교사가 고립되지 않는
안전한 위치를 유지합니다.

말 예시 · “가림막을 두고 네 몸을 편안하게 지킬게.”

4 함께

다리 들기, 새 기저귀 건네기 등 아이가 할 수 있는 참여
를 기다립니다. 표정과 긴장을 계속 봅니다.

말 예시 · “다리를 들어 줬구나. 이제 닦을게.”

5 마무리

피부 상태와 편안함을 확인하고 옷을 정돈한 뒤 손 씻기
와 놀이 복귀를 돕습니다.

말 예시 · “끝났어. 편안한지 몸을 움직여 볼까?”

6 기록

시간·배변·피부 등 돌봄에 필요한 사실만 최소 기록합니
다. 냄새·실수로 놀리거나 공개하지 않습니다.

말 예시 · “기록에는 필요한 사실만 남길게.”

화장실 지원 · 사생활과 안전을 함께

혼자 하기를 재촉하지 않고, 아이가 요청한 도움의 범위를 확인합니다.

1 신호 확인

아이의 말·몸짓·평소 간격을 살피고 공개적으로 배변 여부를 묻거나 비교하지 않습니다.

말 예시 · “화장실이 필요해? 조용히 알려 줘도 돼.”

2 선택

가능하면 어느 칸, 먼저 내릴 옷, 교사가 기다릴 위치를 아이가 고르게 합니다.

말 예시 · “문 앞에 있을까, 가까이 도와줄까?”

3 안전한 가림

문·가림막으로 또래 시선을 막되 잠금과 사각지대는 기관 안전 원칙에 맞춥니다.

말 예시 · “네가 부르면 바로 들을 수 있는 곳에 있을게.”

4 필요한 만큼

옷 내리기·뉘기·물 내리기·손 씻기 중 요청한 부분만 돕고 매 단계 먼저 알립니다.

말 예시 · “지금 허리 부분만 도와도 될까?”

5 실수 대응

젖거나 묻은 옷은 조용히 갈고, 실수를 도덕적 문제처럼 다루지 않습니다.

말 예시 · “젖었네. 몸을 씻고 마른 옷으로 갈아입자.”

6 공유 최소화

보호자에게는 건강·돌봄에 필요한 사실과 지원만 전달합니다. 다른 아이 앞에서 말하지 않습니다.

말 예시 · “오늘은 갈아입는 동안 이렇게 참여했어요.”

옷 갈아입기 · 몸의 주도권 남기기

젖음·오염·날씨 변화로 갈아입을 때도 이유, 순서, 도움 범위를 분명히 합니다.

1 이유 알리기

옷을 갈아야 하는 이유를 사실로 말하고 갑자기 벗기지 않습니다.

말 예시 · “물이 묻어 옷이 젖었어. 마른 옷으로 갈자.”

2 공간 고르기

가능한 두 곳을 제시하되 모두 사생활과 안전이 보장되는 곳이어야 합니다.

말 예시 · “가림막 안과 화장실 앞, 어디가 편해?”

3 순서 정하기

상의·하의, 단추·지퍼 중 먼저 할 것을 묻고 충분히 기다립니다.

말 예시 · “바지를 먼저 갈까, 양말을 먼저 벗을까?”

4 접촉 예고

목·겨드랑이·허리처럼 민감할 수 있는 곳을 만지기 전에 말하고 반응을 봅니다.

말 예시 · “소매를 빼려고 팔을 잡을게.”

5 거부 살피기

멈춤 신호가 나오면 잠시 멈춰 불편·통증·낯선 사람·감각 요인을 확인합니다.

말 예시 · “멈추고 싶구나. 어디가 불편한지 볼게.”

6 회복 연결

끝난 뒤 고마움을 강요하지 않고, 아이가 고른 놀이와 일과로 자연스럽게 돌아갑니다.

말 예시 · “네가 소매를 찾아 넣었네. 이제 놀이로 돌아가자.”

말의 방향을 바꾸는 8가지 장면

아이의 감정을 인정하면서도 위생과 안전의 경계를 짚고 분명하게 말합니다.

갑자기 만지기

피하기 "기저귀 갈자."

바꾸기 "기저귀가 젖었네. 손을 씻고 새 기저귀로 갈게."

선택 없는 재촉

피하기 "빨리 바지 내려."

바꾸기 "혼자 해 볼래, 허리만 도와줄까?"

실수 평가

피하기 "또 실수했네."

바꾸기 "옷이 젖었어. 씻고 마른 옷으로 갈자."

공개 질문

피하기 "누가 응가했어?"

바꾸기 아이 가까이에서 조용히 상태를 확인합니다.

거부 무시

피하기 "가만히 있어."

바꾸기 "몸에 힘이 들어갔네. 잠깐 멈추고 편한 자세를 찾자."

도움 과잉

피하기 "선생님이 다 해 줄게."

바꾸기 "네가 소매를 찾았네. 어려운 단추만 도울게."

수치심 주기

피하기 "큰 아이가 왜 그래?"

바꾸기 "도움이 필요하구나. 지금 필요한 만큼 함께할게."

끝난 뒤 명령

피하기 "고맙다고 해야지."

바꾸기 "몸을 돌보는 데 함께해 줬어. 이제 편한지 확인하자."

선택은 안전한 범위 안에서 줍니다. 꼭 필요한 돌봄을 "할까, 말까"로 묻기보다 장소·순서·도움 범위를 고르게 합니다.

학대 예방과 신고 연결

존중하는 돌봄은 예방의 일상 기준입니다. 의심 상황에서는 아이의 안전과 사실 보존을 먼저 합니다.

일상에서 막기

- 가림막과 안전한 시야를 함께 확보합니다.
- 교대·대체교사도 같은 예고 문장을 씁니다.
- 사적인 돌봄 장면을 사진·영상으로 남기지 않습니다.
- 짜증·조롱·위협이 나오기 전 즉시 동료에게 교대를 요청합니다.

의심될 때

- 아이의 말을 끊지 말고 들은 표현 그대로 적습니다.
- 캐묻거나 답을 유도하고 반복 진술을 요구하지 않습니다.
- 상처의 원인을 단정하거나 보호자·동료와 먼저 대질하지 않습니다.
- 긴급 위험 또는 학대 의심은 국번 없이 112에 신고합니다.

즉시 행동

1. 아이가 현재 위험하면 안전한 곳을 확보하고 112에 신고합니다.
2. 시간·장소·관찰 사실·아이의 실제 말을 분리해 기록합니다.
3. 기관 보고 절차는 따르되 신고를 지연시키는 승인 절차로 사용하지 않습니다.

공식 자료 바로 보기

중앙육아종합지원센터 · 어린이집 아동학대 예방 및 대응 매뉴얼

<https://central.childcare.go.kr/cccf/community/data/DataImgsI.jsp?BBSGB=42&BID=403404&flag=SI>

국가아동권리보장원 · 아동학대 예방 및 보호

<https://indn.ncrc.or.kr/ncrc/cm/cntnts/cntntsView.do?cntntsId=1029&mi=1030>

신고: 국번 없이 112 · 신고자의 신분은 관련 법률에 따라 보호됩니다.

신체 케어 배움읽기 기록

장면(사실) → 배움읽기(경험·의도) → 다음 지원 · 사실과 해석을 분리해 씁니다.

아동명 _____ 날짜 _____ 시간 _____ 기록자 _____

장면 ☐ 수유 ☐ 기저귀 ☐ 화장실 ☐ 옷 갈아입기 ☐ 낮잠 ☐ 기타

1. 장면 · 눈과 귀로 확인한 사실

언제·어디서, 교사가 한 말과 도움, 아이의 실제 말·표정·몸짓을 평가 없이 적어요.

예: “기저귀를 갈게”라고 말하자 영아가 교사를 보고 다리를 두 번 들었다.

2. 배움읽기 · 가능한 경험과 의도

한 가지로 단정하지 않고, 신체운동·건강 / 의사소통 / 사회관계 / 예술경험 / 자연탐구와 연결해 가능한 의미를 적어요.

예: 익숙한 말과 순서를 예측하고 몸짓으로 돌봄에 참여한 것으로 볼 수 있다.

3. 다음 지원 · 환경·자료·상호작용

다음 일상에서 이어 볼 한 가지와 다시 관찰할 신호를 씁니다.

예: 같은 예고 문장을 사용하고, 새 기저귀를 건네는 참여를 기다린다.
