

1 우리 자녀의 마음건강, 부모님이 간단히 알아볼 수 있어요.

안녕하세요? 학부모님의 부모님께서 다음 25개 질문에 간단히 체크하는 방법을 통해서 우리 자녀의 마음 건강 상황을 알아볼 수 있습니다. 부모님께서 **지난 2주간 자녀의 행동**을 떠올려서 체크해주시면 됩니다.

각 문항을 읽고 해당하는 칸에 v 표시해주시시오.	전혀 아니다	다소 그렇다	분명히 그렇다
다른 사람의 감정을 배려한다.	①	①	②
차분하지 않고, 부산하며, 오랫동안 가만히 있지 못한다.	①	①	②
자주 두통이나 복통을 호소하거나 몸이 아프다고 한다.	①	①	②
간식, 장난감, 또는 연필 등을 기꺼이 다른 아이들과 함께 나눈다.	①	①	②
자주 분노발작을 보이거나, 불같이 성질을 부린다.	①	①	②
주로 홀로 있고, 혼자 노는 편이다.	①	①	②
일반적으로 순종적이고, 평소에 어른이 시키는 대로 한다.	②	①	①
걱정이 많고, 종종 근심스러워 보인다.	①	①	②
누군가가 다치거나, 몸 상태가 나쁘거나, 아파 보이면 도움을 준다.	①	①	②
언제나 안전부절못하고 꿈지락거린다.	①	①	②
적어도 한 명 이상의 절친한 친구가 있다.	②	①	①
다른 아이들에게 종종 싸움을 걸거나, 괴롭힌다.	①	①	②
자주 불행해 보이고, 낙담하며, 눈물이 고인다.	①	①	②
대체로 다른 아이들이 좋아하는다.	②	①	①
쉽게 주의가 분산되고 집중력이 산만하다.	①	①	②
낮선 상황에서는 불안해지거나 안 떨어지려고 하고, 쉽사리 자신감을 잃는다.	①	①	②
자신보다 어린 아동들에게 친절하다.	①	①	②
종종 거짓말을 하거나 속인다.	①	①	②
다른 아이들에게 놀림을 받거나 괴롭힘을 당한다.	①	①	②
자주 부모나 선생님, 또는 다른 아이들을 자진해서 돕는다.	①	①	②
곰곰이 생각한 다음에 행동한다.	②	①	①
가정이나 학교 또는 어떤 곳에서 물건 등을 훔친다.	①	①	②
또래 아이들보다 어른들과 더 잘 지낸다.	①	①	②
두려움이 많고 무서움을 잘 탄다.	①	①	②
주어진 일을 끝까지 마치고, 주의력을 잘 유지한다.	②	①	①

※ 출처 : 안정숙, 전성균, 한준규, 노경선, Robert Goodman(2003). 한국어판 강점·난점 설문지

결 과

- ① 파란색 질문 5개의 점수를 모두 더해주세요
 - 0점~4점 : **자녀의 마음 건강이 좋지 않아요(주의)**
 - 5점 : 자녀의 마음을 조금 더 살펴주세요
 - 6점~10점 : 자녀의 마음상태는 괜찮아요

- ② 흰색 질문 20개의 점수를 모두 더해주세요
 - 0점~13점 : 자녀의 마음건강이 좋아요
 - 14점~16점 : 자녀의 마음을 조금 더 살펴주세요
 - 17점~40점 : **자녀의 마음건강이 좋지 않아요(주의)**

★ 자가 진단 결과 파란색 0점~4점(주의), 흰색 17점~40점(주의)이 나온 경우에는 부모님께서 우리 자녀를 조금 더 세심하게 살펴 주시고, 정신건강 전문가의 도움을 요청해 주세요.
 (전주 완산 Wee센터 ☎063-253-9523, 전북특별자치도정신건강복지센터 ☎ 063-251-0650~1)