

**■ 올바른 자녀 이해를 위한 남성고 학부모 영상 교육 자료(상담)**  
**-이럴 땐 이런 영상을 보세요!**

번호	상황	내용(제목)	영상주소	
1	정신건강	청소년 우울증과 성인 우울증의 차이점	<a href="https://youtu.be/dNwBUr0fnMg?si=4vjzSkEanG2xQhIJ">https://youtu.be/dNwBUr0fnMg?si=4vjzSkEanG2xQhIJ</a>	
2	정신건강	의지나 정신력으로 극복 불가한 우울증, 주변 사람이 "절대" 말하면 안 되는 금기어	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=JQT1xFBtDE8">https://www.youtube.com/watch?v=JQT1xFBtDE8</a>	
3	정신건강	존스홉킨스 정신과 교수가 알려주는 우울증 낫는 방법 3가지	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=XWp4cge8-4Y">https://www.youtube.com/watch?v=XWp4cge8-4Y</a>	
4	정신건강	짜증 내고 집중 못하는 우리 아이가 우울증일 수 있다	<a href="https://youtu.be/gwkw2QD7EGA?si=wME6qLnl-6jqLdxP">https://youtu.be/gwkw2QD7EGA?si=wME6qLnl-6jqLdxP</a>	
5	정신건강	우울하고 불안할 때 효과적인 작은 습관들	<a href="https://youtu.be/BPbjcLkWtqg?si=jPAc3JUukCmh0aWR">https://youtu.be/BPbjcLkWtqg?si=jPAc3JUukCmh0aWR</a>	
6	정신건강	청소년 우울증에 대처하는 방법? 청소년 정신건강에 적신호가 켜지다!	<a href="https://youtu.be/JzZ-Whd_HsU?si=999FstKtHa-npTk4">https://youtu.be/JzZ-Whd_HsU?si=999FstKtHa-npTk4</a>	
7	정신건강	청소년 불면증에 대한 이해와 개선법	<a href="https://youtu.be/J2SGmWJ9Bas?si=m46lOJo8VG0m4ly5">https://youtu.be/J2SGmWJ9Bas?si=m46lOJo8VG0m4ly5</a>	
8	정신건강	환청? 환각? 청소년 조현병에 대한 모든 것!	<a href="https://youtu.be/SF69itQrRLU?si=2opzEX1TZK1LOgJR">https://youtu.be/SF69itQrRLU?si=2opzEX1TZK1LOgJR</a>	
9	정신건강	청소년 자해행동에 대한 올바른 이해	<a href="https://youtu.be/pJ5fLGScQAk?si=3puQYpGpaauUNKGk">https://youtu.be/pJ5fLGScQAk?si=3puQYpGpaauUNKGk</a>	
10	정신건강	청소년들 사이에서 유행처럼 번진 SNS 자해 인증? 자해 행동의 이유	<a href="https://youtu.be/oiZXQwO0BtM?si=nbt0VMT0AmpQ70C8">https://youtu.be/oiZXQwO0BtM?si=nbt0VMT0AmpQ70C8</a>	
11	정신건강	정신과 교수가 말하는 스트레스 관리	<a href="https://www.youtube.com/live/_Ab7d5vev-A?si=eLfbOH9xO6ltUoud">https://www.youtube.com/live/_Ab7d5vev-A?si=eLfbOH9xO6ltUoud</a>	
12	정신건강	(부모님도 함께 보는) 고민하는 10대를 위한 정신과 지침서	<a href="https://youtu.be/9SkvNRf9Nnl?si=Znw7ZBmkAUOaeQ8N">https://youtu.be/9SkvNRf9Nnl?si=Znw7ZBmkAUOaeQ8N</a>	

번호	상황	내용(제목)	영상주소	
13	성장	아이의 단점, 실패를 대하는 가장 바람직한 자세	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=PtL9GYNq2mc">https://www.youtube.com/watch?v=PtL9GYNq2mc</a>	
14	성장	우리 아이들이 가장 많이 하는 고민이 무엇인지 아시나요?	<a href="https://youtu.be/9ZhlqWUHgQg?si=YAVBsCuLWu1b5c0k">https://youtu.be/9ZhlqWUHgQg?si=YAVBsCuLWu1b5c0k</a>	
15	성장	사춘기 반항, 이유는 따로 있다	<a href="https://youtu.be/BvL5sRTIA9Y?si=Tm-kyYoldekoqtW8">https://youtu.be/BvL5sRTIA9Y?si=Tm-kyYoldekoqtW8</a>	
16	성장	청소년기 사춘기를 겪는 아이들의 머릿속에는 어떤 일들이 일어날까?	<a href="https://youtu.be/8T5ttEf2jwA?si=FeZmVtuvlOq8G8z6">https://youtu.be/8T5ttEf2jwA?si=FeZmVtuvlOq8G8z6</a>	
17	성장	"우리 아이는 사춘기도 없이 지나갔어요" 절대 자랑 아닙니다!	<a href="https://youtu.be/Lom_Kd2zlfA?si=DUBN5T6Y3up7f44">https://youtu.be/Lom_Kd2zlfA?si=DUBN5T6Y3up7f44</a>	
18	성장	부정적 생각이 자꾸 들 때 긍정적 태도로 바꿔주는 효과 직방 마법의 주문	<a href="https://youtu.be/6u7Hu7eQuiw?si=MOhArzLlkAWnNlmz">https://youtu.be/6u7Hu7eQuiw?si=MOhArzLlkAWnNlmz</a>	
19	성장	학업으로 인한 스트레스, 어떻게 극복할 수 있을까?	<a href="https://youtu.be/eKxiEBdk4rc?si=d8pNT0-Wx8h26fQd">https://youtu.be/eKxiEBdk4rc?si=d8pNT0-Wx8h26fQd</a>	
20	성장	남뿐만 아니라 내 행복과 성공을 위한 심리	<a href="https://youtu.be/Ec7oAMtjBnc?si=6V4OWGeg1LM7bUbc">https://youtu.be/Ec7oAMtjBnc?si=6V4OWGeg1LM7bUbc</a>	
21	성장	행복에 관하여 "죽기전에 꼭 봐야할 명강의"	<a href="https://youtu.be/zLaVjN2Ot4w?si=6UDwoluzVy7_Llli">https://youtu.be/zLaVjN2Ot4w?si=6UDwoluzVy7_Llli</a>	
22	성장	책 읽는 게 행복에 도움이 될까요? 독서가 우리 인생에 꼭 필요한 이유	<a href="https://youtu.be/Cod-Jq7q3HE?si=yCoeXLSHjBqKE_yU">https://youtu.be/Cod-Jq7q3HE?si=yCoeXLSHjBqKE_yU</a>	
23	성장	심리와 행복, 그리고 성공의 상관관계	<a href="https://youtu.be/lliLLsl03mE?si=veH-aZEe5TqhNz_L">https://youtu.be/lliLLsl03mE?si=veH-aZEe5TqhNz_L</a>	
24	성장	점점 '도태되는 사람'과 '성장하는 사람'의 차이	<a href="https://youtu.be/Ard58GFnY1s?si=VI8nbT0rfZSB8ybp">https://youtu.be/Ard58GFnY1s?si=VI8nbT0rfZSB8ybp</a>	
25	성장	당신은 지금 행복합니까? 행복한 사람은 고통에 대응하는 능력이 좋다	<a href="https://youtu.be/pbVHDTfc8WA?si=KEmYXyLSzeracD4b">https://youtu.be/pbVHDTfc8WA?si=KEmYXyLSzeracD4b</a>	

번호	상황	내용(제목)	영상주소	
26	성격 이해	부정적인 생각도 습관이다? 항상 비관적이고 극단적인 사람들의 특징	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=nZ420qcnOuW&amp;list=PLWFNKRyYalP6OkaYT030VzeIRoDjHUnsl&amp;index=1">https://www.youtube.com/watch?v=nZ420qcnOuW&amp;list=PLWFNKRyYalP6OkaYT030VzeIRoDjHUnsl&amp;index=1</a>	
27	성격 이해	불안에서 동력을 얻는 가장 쉬운 방법	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=etPLP13Gi6k&amp;list=PLWFNKRyYalP6OkaYT030VzeIRoDjHUnsl&amp;index=24">https://www.youtube.com/watch?v=etPLP13Gi6k&amp;list=PLWFNKRyYalP6OkaYT030VzeIRoDjHUnsl&amp;index=24</a>	
28	성격 이해	분노가 많은 사람들의 공통점	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=AnkeuFFp-HU">https://www.youtube.com/watch?v=AnkeuFFp-HU</a>	
29	성격 이해	예민한 성격을 특별한 능력으로 만든 놀라운 방법	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=UHhvpX9m1xl">https://www.youtube.com/watch?v=UHhvpX9m1xl</a>	
30	성격 이해	뭘 해도 행복한 사람과 불만인 사람의 말버릇	<a href="https://youtu.be/Qhfz525cRTs?si=qpM96g3noco5_Z5F">https://youtu.be/Qhfz525cRTs?si=qpM96g3noco5_Z5F</a>	
31	성격 이해	꾸물거림 성향 5가지 완전 분석	<a href="https://youtu.be/Zwa9tfejs3l?si=gzryG6VsuJxwOVCD">https://youtu.be/Zwa9tfejs3l?si=gzryG6VsuJxwOVCD</a>	
32	성격 이해	잘 자야 착해진다? 사람의 성격과 수면의 상관 관계	<a href="https://youtu.be/K0NAhTvLnVY?si=verB-Rr525mogUBL">https://youtu.be/K0NAhTvLnVY?si=verB-Rr525mogUBL</a>	
33	성격 이해	내 삶이 불행하다고 느껴진다면 그것은...당신의 성격 때문이다	<a href="https://youtu.be/4MrKO84KTBI?si=O0-PlnvW8Ns-p9Qa">https://youtu.be/4MrKO84KTBI?si=O0-PlnvW8Ns-p9Qa</a>	
34	성격 이해	대인관계에 어려움을 겪는 자녀 이해하기	<a href="https://youtu.be/usiEYY8LAGY?si=uywG26sYJO44G92W">https://youtu.be/usiEYY8LAGY?si=uywG26sYJO44G92W</a>	
35	성격 이해	다양한 성격 유형에 대한 이해 PART 1	<a href="https://youtu.be/8jxe5ll98W0?si=Wqs8jpbpC1HMe5PR">https://youtu.be/8jxe5ll98W0?si=Wqs8jpbpC1HMe5PR</a>	
36	성격 이해	다양한 성격 유형에 대한 개입 PART 2	<a href="https://youtu.be/FunaZaDOvTc?si=hk4kuEmK1naBzoOd">https://youtu.be/FunaZaDOvTc?si=hk4kuEmK1naBzoOd</a>	
37	성격 이해	나의 초감정을 알아야 좋은 관계를 맺을 수 있다	<a href="https://youtu.be/myNrN9t2DT8?si=bk7eeJ_Gg1ekci6C">https://youtu.be/myNrN9t2DT8?si=bk7eeJ_Gg1ekci6C</a>	
38	성격 이해	가족의 발견 - 성격을 알면 사춘기가 쉽다	<a href="https://youtu.be/aML4UgsWMOc?s=NevcNQ6jfvshUlyc">https://youtu.be/aML4UgsWMOc?s=NevcNQ6jfvshUlyc</a>	

번호	상황	내용(제목)	영상주소	
39	중독	무기력하면 스마트폰에 중독됩니다	<a href="https://youtu.be/6B4IzlaTPH4?si=8oj1oAAjP9ksxPlu">https://youtu.be/6B4IzlaTPH4?si=8oj1oAAjP9ksxPlu</a>	
40	중독	스마트폰에 중독되는 이유 & 벗어나는 방법	<a href="https://youtu.be/hkgYjtVo3PQ?si=J8y59FRxq8oLi1uJ">https://youtu.be/hkgYjtVo3PQ?si=J8y59FRxq8oLi1uJ</a>	
41	중독	온라인 세상에 빠진 우리 아이!	<a href="https://youtu.be/kAGQImernck?si=USwDyz_QNi3Wzrz_">https://youtu.be/kAGQImernck?si=USwDyz_QNi3Wzrz_</a>	
42	중독	카이스트 교수도 경험한 '게임 중독'! 게임 중독 벗어나려면 이렇게 해라	<a href="https://youtu.be/Z2cZNW9gKlc?si=QGc1wC7OKpmxfr4e">https://youtu.be/Z2cZNW9gKlc?si=QGc1wC7OKpmxfr4e</a>	
43	중독	청소년 아이들의 게임 중독, 정신과 전문의의 처방법!	<a href="https://youtu.be/91CJxQvwtOU?si=gy8MLX2loo9xy3Fp">https://youtu.be/91CJxQvwtOU?si=gy8MLX2loo9xy3Fp</a>	
44	중독	청소년들에게 더욱 치명적인 도박중독!	<a href="https://youtu.be/7eYDUzHfGaw?si=My4L0j8qDBKqLnU9">https://youtu.be/7eYDUzHfGaw?si=My4L0j8qDBKqLnU9</a>	
45	중독	17살 도박중독 청소년의 아버지로 산다는 것	<a href="https://youtu.be/ihzwxaEXWzl?si=s_Y_SQLMUb-MlpFt">https://youtu.be/ihzwxaEXWzl?si=s_Y_SQLMUb-MlpFt</a>	
46	중독	청소년 도박중독! 어떻게 다루어야 할까?	<a href="https://youtu.be/RFiH92HTtio?si=XKnP9uYHVc4aEn8a">https://youtu.be/RFiH92HTtio?si=XKnP9uYHVc4aEn8a</a>	
47	중독	온라인상에서 공격성을 보이는 아이 지도법	<a href="https://youtu.be/ywh-DRwGP9E?si=U1SNk1VP71fuclxd">https://youtu.be/ywh-DRwGP9E?si=U1SNk1VP71fuclxd</a>	
48	중독	도파민에 중독된 뇌를 건강하게 되돌리는 법	<a href="https://youtu.be/0G4QlljYHuA?si=LXbsfq8xiiZZrKtO">https://youtu.be/0G4QlljYHuA?si=LXbsfq8xiiZZrKtO</a>	
49	중독	게임 중독?! 논란에 부모들의 올바른 대처법	<a href="https://youtu.be/WcUzCaH86EI?si=NwZuqzlB9DpnP2OR">https://youtu.be/WcUzCaH86EI?si=NwZuqzlB9DpnP2OR</a>	
50	중독	자녀의 게임중독, 다루는 법은?	<a href="https://youtu.be/Xq1eXaDNgcU?si=9Vj3bJOwrnFLiBwa">https://youtu.be/Xq1eXaDNgcU?si=9Vj3bJOwrnFLiBwa</a>	