


	<h1>전주여울통신문</h1>	<p>사랑과 존경으로 참과 꿈을 가꾸어 가는 여울교육</p>
<p>튼튼한 몸과 고운 마음으로 슬기롭게 배우는 어린이 ◆ 담당자: 교사 백은희 ☎ 교무실 255-9077</p>		

자녀사랑하기 뉴스레터 1호

가정통신 2019-제1호 자녀사랑하기

세계적인 위인
에디슨, 피카소,
레오나르도 다빈치



**Q. 이들이 어린 시절
공통적으로 이겨냈던 어려움은
무엇일까요?**

1/10

정답은 바로

ADHD
(주의력결핍 과잉행동장애)

- ✓ 가만히 있지 못하고 심하게 움직이며
부산스럽고(과잉행동)
- ✓ 집중력이 짧고 끈기가 없어 쉽게 싫증을
잘 내고(주의 산만함)
- ✓ 참을성이 적고 감정변화가 많아(충동성)
- ✓ 그로 인해 학업적 손해, 대인관계의
어려움이 생기는 장애이지요.

2/10

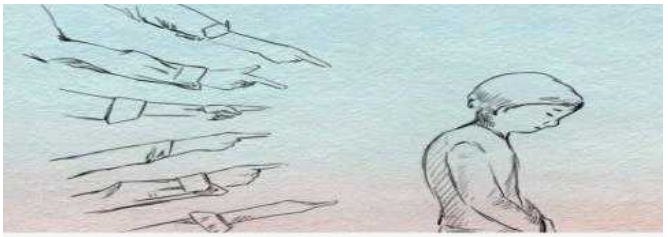
이런 ADHD는 극소수의
아이들에게만 일어나는 일일까요?

아니예요.

5-10%의 아동에서 생길 만큼
아주 흔하며,
남자 아동이 여자 아동보다 **3-4배** 많은
것으로 알려져 있습니다.

그러나 많은 부모님께서
'그저 고집 세고 활발한 아이겠거니'
'그냥 공부하기 싫어하는 아이겠거니'
하며 자녀를 오해하곤 하지요.

3/10



그래서 ADHD를 겪고 있는 아이들은
자꾸만 실수를 해서 자신의 능력을
발휘하지 못하고,
주변으로부터 부정적인 얘기를 반복적으로
들어 자신감은 떨어지고,
또래와의 관계 형성에도 어려움을 겪으며,
나쁜 증상이 **악순환**되기도 합니다.

4/10

단축형 코너스 부모 평가척도

가정에서 간이로 살펴볼 수 있는 ADHD
척도지를 수록했습니다.
총 10문항이며, 척도지의 각 항목에 대해
자녀의 행동을 관찰하여, 정도에 따라
아래와 같이 점수를 매겨 합산해주세요.

전혀 없음 : 0점
약간 : 1점
상당히 : 2점
아주 심함 : 3점

* 경험 많은 전문가가 올바른 판단을 할 수
있습니다. 본 척도지는 **참고용**으로만
짚어주세요.

5/10

01. 차분하지 못하고 너무 활동적이다.
02. 쉽사리 흥분하고 충동적이다.
03. 다른 아이들에게 방해가 된다.
04. 한번 시작한 일은 끝내지 못한다
(주의 집중 시간이 짧다).
05. 놀 안절부절 한다.
06. 주의력이 없고 쉽게 주의가 분산된다.
07. 요구하는 것이 있으면 금방 들어주어야 한다
(쉽게 좌절한다).
08. 자주, 또 쉽게 울어버린다.
09. 금방 기분이 확 변한다.
10. 화를 터뜨리거나 감정이 격하기 쉽고 행동을
예측하기 어렵다.

6/10

* 척도지 결과가 어떻게 나왔나요?

총점이 16점 이상이면 ADHD가 의심되며,

1. 반드시 정신건강의학과 전문의를 만나보는 게 좋습니다.
2. 처음부터 전문의를 찾는 게 부담이 되신다면, 학교 내 선생님(담임교사, 보건교사, 전문상담교사 등)과의 상담을 통해 학교에서 지원하는 서비스를 활용하실 수도 있어요.

7/10

* ADHD 치료에 대해 오해하지 말아주세요.

- ✓ ADHD 치료에는 약물치료가 필수적이고 가장 효과적이며,
- ✓ 약물치료뿐 아니라 인지행동치료 및 사회기술훈련 등의 다양한 치료를 병행합니다.
- ✓ 약물은 뇌의 불균형을 개선하는 일종의 영양제 개념으로 생각하면 되지요.
- ✓ 약물의 부작용은 거의 없고, 있다고 해도 쉽게 해결 가능하며, 1년 정도 복용하고, 의사의 판단하에 지속합니다.

8/10

* 걱정하지 마세요.

ADHD 치료를 시작하면

- ✓ 불균형했던 뇌의 균형을 잡아주어 집중력은 높이고
- ✓ 정서적으로도 안정감을 주어서
- ✓ 아이들의 숨어있던 잠재력을 끌어올려 줄 거예요.

9/10

편견 없는 시선과
따뜻한 사랑으로
자녀가 품은 보석을 보듬어 주세요.



* 본 뉴스레터는 교육부가 대한소아청소년정신의학회에 의뢰하여 제작했습니다.

10/10

*카드뉴스 원본 파일은 여울초등학교 홈페이지-학교소식-가정통신문에서 다운받으실 수 있습니다.

2019년 3월 21일
전주여울초등학교장