

내 아이 마음 건강 도와주기

세계보건기구(WHO)는 아동·청소년의 5명 중 1명이 마음의 문제를 가지고 있으며, 성인이 경험하는 심리적 문제의 절반 정도는 14세 이전에 생긴다고 발표하였습니다. 신체 건강을 위해 국가건강검진을 받게 하여 암과 같은 병을 초기에 발견하여 치료할 수 있도록 하는 것처럼, 교육계에서도 학생들의 마음에 생기는 문제를 조기에 알아내고 도와주기 위한 시스템을 만들고 있습니다.

이번 뉴스레터에서는 아이들의 마음 건강관리를 위해 학교에서 진행하는 정서·행동 특성 검사에 대해 알아보겠습니다.

1 학생 정서·행동 특성 검사는 무엇인가요?

- ☐ '학생 정서·행동특성 검사'는 교육부가 학생의 성격 특성과 정서·행동 발달의 정도를 파악하여 학생 교육 활동에 도움을 주고자 시행하는 검사입니다.
- ☐ 매년 4월에 전국의 모든 학교에서 실시되며, 중학교 1학년과 고등학교 1학년 학생이 직접 온라인을 통해 작성하게 됩니다. 상세 기간과 접속 방법은 학교에서 별도로 안내해 드립니다.
- ☐ 자녀가 자신에 대해 평소 느끼는 대로 솔직하게 답변하는 과정을 통해, 자녀의 성격 강점에 대해 파악할 수 있으며, 정서행동발달에 도움이 필요한 경우에는 빠른 서비스를 지원받을 수 있습니다.
- ☐ 총점 평균을 바탕으로 기준 점수보다 높을 때 '관심군'으로 선정이 되는데, 이것은 자녀가 정서 및 행동 발달 측면에서 추가 도움이 필요할 가능성을 의미합니다.
- ☐ '관심군'으로 선정된 학생은 학교 선생님들의 상담을 거쳐, 외부 전문기관을 통해 적절한 조치가 이루어지도록 도와드립니다. 학교와 전문기관에서 진행된 검사와 상담 자료는 외부에 공개되지 않도록 철저히 관리하고, 학교생활기록부와 건강 기록부에 기재되지 않으며, 학교생활에 불리한 영향을 미치지 않도록 주의하고 있습니다.

2 정서발달을 위해 가정에서 할 수 있는 방법은 무엇인가요?

- ☐ 사춘기에 접어든 청소년은 부모님을 포함한 주변 어른들과 갈등을 경험할 수 있습니다.
- ☐ 부모에게 반항하거나 주위에 관심을 두지 않거나 혹은 미래나 진로에 대해 전혀 고민하지 않는 것처럼 보여 자녀가 답답하게 느껴지기도 합니다.
- ☐ 사춘기에는 자녀의 '자율성'을 존중해 주는 것이 무엇보다 중요하다고 합니다. 그리고 미래에 대해서도 긍정적인 믿음을 나누어 주세요.
- ☐ 아이들은 각기 다른 개성을 가지며 부모님과도 다른 독립적인 인격체로 성장하고 있다는 것을 이해해 주세요.
- ☐ 부모님께서 자녀에게 조금 더 귀를 기울이면서(경청) 아이의 마음을 느끼고 잘 반응(공감) 해주시면 자녀의 정서발달에 큰 도움을 줄 수 있습니다.
- ☐ 부모님께서 자녀의 마음을 잘 읽어주고, 말로 표현해 주면서, 건강한 방법으로 감정을 조절하는 방법을 보여주는 것이 좋습니다. 자녀에게 감정 조절의 모범을 보여주는 것이지요.

3 마음 건강을 위해 학교 선생님들과 할 수 있는 방법은 무엇인가요?

- ☐ 학교에서 계획하고 있는 상담주간 등을 이용하여 적극적으로 담임 선생님과 상의해 주세요.
- ☐ 자녀의 성격이나 특성, 예상되는 어려움에 대해서 미리 담임 선생님께 알려주십시오. 부모님이 언제나 자녀의 편에서 문제를 도우려고 하시는 것처럼, 학교 선생님들 또한 학생을 돕기 위해 노력하고 있습니다.
- ☐ 먼저 내 자녀의 타고난 강점과 약점, 그리고 특성에 관해 관심을 가지고 잘 살펴보아 주세요. 자녀가 감정과 행동 조절에 어려움을 보인다면, 필요한 도움을 제때 줄 수 있도록 학교에서 제공하는 검사와 상담을 적극적으로 이용해 주세요.
- ☐ 집중력 문제, 우울감, 불안 등 심리적 문제는 사춘기 자녀를 힘들게 할 수 있습니다. 전문기관의 도움을 제때 받으면 자녀가 고통받는 기간을 줄일 수 있고, 건강한 성장에 큰 도움을 줄 수 있습니다.

4 학생 정서·행동 특성 검사는 PC 및 모바일 기기에서 모두 실시 가능합니다.

- ☐ 2021년 학생정서·행동특성검사부터 모바일(스마트 기기)에서도 PC와 동일하게 참여가 가능합니다.
- ☐ PC 및 모바일 기기에서 학생정서·행동특성검사 URL(mom.eduro.go.kr) 입력을 통해 사이트에 접속해 검사를 실시합니다.



자녀는 부모님과 상호작용을 통해 성장합니다.

차근차근 성장하는 자녀의 마음을
학생·행동 특성 검사로
 한 걸음 한 걸음 함께 해주세요.

자녀에게 도움이 필요하다면, 필요한 도움을 제때 줄 수 있도록
학교에서 제공하는 검사와 상담을 적극적으로 활용해 주세요.

학생정서·행동특성검사

2023. 03.



▲자주 묻는 질문▲

본 뉴스레터는 **교육부와 학생정신건강지원센터가 한국학교정신건강의학회**에 의뢰하여 제작하였습니다.
 본 뉴스레터에 관해 문의사항이 있으면 아래의 전화나 이메일로 연락해 주세요.

< 교육부 학생정신건강지원센터 >

☎ 뉴스레터 문의 : 02-6959-4639 (평일 09:00~17:00) ✉ smhrc@schoolkeepa.or.kr
 ☎ 학생정서·행동특성검사 문의 : 02-6954-7210 (평일 09:00~17:00)