자녀의 건강한 정서행동발달을 위해서

"뭐니 뭐니해도 공부를 잘하고 봐야지!" 하고 자녀에게 말해 본 적이 있으세요? 하지만 공부를 잘 할 수 있는 능력은 정서적 발달 상태와 직접 연관이 됩니다. 내 아이의 잠재된 능력을 최대한 발휘하고 건강하게 성장하기 위해서는 고루고루 함께 발달하는 것이 아주 중요합니다. 이번 뉴스레터에서는 내 아이의 정서 행동발달에 대해 관심을 두고 어떻게 도움을 주어야 하는지를 살펴보고, 학생들의 긍정적 성격 특성과 정서·행동 발달 경향성을 파악하기 위해 매년 학교에서 시행하고 있는 **'학생 정서 · 행동특성검사'**에 대해서 알려드리도록 하겠습니다.

1 정서발달의 시작은 가정에서부터입니다.

- 자녀의 기질, 부모의 양육 방식, 그동안의 경험 등에 따라 **정서발달 상태**가 **다릅니다**.
- 부모님이 자녀의 특성과 발달 정도를 잘 이해하여, 자녀의 감정에 **예민하게 잘 반응하고 공감**해 주면 자녀는 자신의 기분을 더 잘 인식하고 표현할 수 있습니다.
- 부모님이 말로 자녀의 마음을 읽어주고, 감정을 조절하는 **모범**을 보이는 것이 필요합니다.
- 감정조절을 제대로 배우지 못하면 또래 관계나 **새로운 환경에 적응**하는 것이 어렵습니다.

2 10~20%의 소아 청소년들은 정서·행동의 어려움을 가지고 있습니다.

- 같은 교육환경에서도 아이마다 다른 특성으로 인해 **다양한 반응**이 나타날 수 있습니다.
- (부모님이 바라는 것만 생각하지 말고) 먼저 내 아이의 **타고난 강점과 약점, 그리고 특성**에 관해 관심을 가지고 잘 살펴보세요.
- ADHD나 우울장애 등의 문제를 가지거나, 불안이 높고 감정조절이 어려운 기질을 가진 경우, **시기에 맞는 적절한 도움**을 주는 것이 필요합니다.
- 그렇지 않으면 문제가 악화되고 성장하면서 더욱 많은 문제를 남기기 때문에 **조기 발견과 조기 개입**이 중요합니다.

3 자녀들의 마음 건강을 챙기기 위해 학교에서도 노력하고 있습니다.

- 자녀의 강점이나 특성, 예상되는 어려움에 대해서 **미리** 담임 선생님께 알려주십시오.
- 자녀에게 어려운 점이 발생했을 때, 부모님이 실망스럽고 속상할 수 있지만 **먼저 자녀의 관점에서** 감정을 이해하고 차분히 들어주세요.
- 감정을 이해해 준다는 의미가 자녀의 잘못된 행동을 허용하거나 부모가 대신 해결해 주는 것은 아닙니다.
- 자녀는 때로는 억울한 마음에 상황을 왜곡해서 보고하기도 합니다. 자녀의 말뿐 아니라 보다 **객관적으로 상황을 파악**할 필요가 있습니다.
- 부모님이 언제나 자녀 편이며 같이 문제를 도우리라는 것을 알리고, **적극적으로 담임 선생님과 상의**해 주십시오.

4 '학생 정서 · 행동특성검사'에 대해 알려드립니다.

- 학생의 성격특성과 정서행동발달의 정도를 파악하여 학생 교육 활동에 도움을 주고자 시행하는 검사입니다.
- 교육부에서 매년 전국의 모든 학교를 대상으로 시행하고 있습니다. (**초등학교 1학년과 4학년 학생의 부모님께서 온라인**을 통해 작성하게 됩니다.)
- 부모님께서 내 자녀에 대해 평소 느끼는 대로 **솔직하게 답변**해 주시면 됩니다.
- 자녀의 성격강점에 대해 파악할 수 있고, 인지•정서•사회성발달 과정의 어려움을 겪는 아이들이 빠르고 효과적으로 서비스를 지원받을 수 있습니다.
- 검사 결과에 대해 자녀의 **성격적 강점을 칭찬**해 주십시오. 그리고 힘든 감정도 잘 표현하도록 격려해 주시고, **기분을 이해하고 싶고 어려움이 생기면 돕고 싶다**는 뜻을 전달하십시오.
- 총점 평균을 바탕으로 기준점수보다 높을 때 **'관심군'**으로 선정되는데, 이는 '정신질환'을 뜻하는 것은 아니며, 다만 아이가 겪고 있는 **어려움에 대해 전문기관을 통해 돌아볼 필요가 있다는 의미**입니다. 가정에서는 괜찮다고 하더라도 학교에서는 어려움을 보일 수 있으므로 반드시 **담당교사의 의견을 듣고 도움의 필요성과 방안에 대해 상의해야 합니다.**
- 필요한 경우 학교 담당교사의 상담을 거쳐, 위센터, 청소년상담복지센터, 정신건강복지센터 등에서 심층평가가 진행됩니다. 심층평가에 따라서 필요한 조치가 이루어지도록 도와드립니다.

- 학교와 전문기관에서 이루어진 검사와 상담 자료는 **외부에 공개되지 않도록 철저히 관리하고**, 학생부와 건강기록부에 남지 않으며 학교생활에 절대 불리하게 작용하지 않습니다.

5 2021년부터 PC, 모바일 기기에서 모두 접속 가능합니다.

- 2021년 학생정서·행동특성검사부터 반응형 웹페이지 적용을 통해 모바일에서도 참여가 가능합니다.
- 모바일 기기에서 브라우저(Chrome, Safari 등)를 선택하고 학생정서·행동특성검사 URL(mom.eduro.go.kr) 입력을 통해 사이트에 접속할 수 있습니다.
- 검사 참여 절차 및 방법은 데스크탑(PC), 모바일 모두 동일합니다.



※ 출처 : 2021년도 학생정서·행동특성검사 시스템 사용자 설명서(한국교육학술정보원, 2021)

자녀의 정서는 부모님과의 상호작용을 통해 발달합니다.

차근차근 성장하는 자녀의 마음
학생정서•행동특성검사를 통해
한 걸음 한 걸음 함께 걸어가 주세요.

2021. 03. 29.

청 평 초 등 학 교 장

본 뉴스레터는 교육부 학생정신건강지원센터가 대한신경정신의학회에 의뢰하여 제작한 "자녀 사랑하기" 3호입니다. 본 뉴스레터와 관련한 문의사항은 아래의 전화 혹은 이메일로 연락주세요.

< 교육부 학생정신건강지원센터 >

02-6959-4539 (평일 09:00~17:00) mesmhrc@gmail.com