

## 동의대학교 재학생 마음건강 실태조사 안내

동의대학교 학생상담센터에서는 코로나19 상황에서의 재학생의 심리·정서상 어려움 해소 및 마음건강 증진을 위하여 '재학생 마음건강 실태조사'를 실시하고자 합니다.

본 검사의 결과는 비밀이 보장되며, 수집된 정보는 학생상담센터의 재학생의 마음건강을 위한 정서지원 상담 안내 및 프로그램 개발 이외의 목적으로는 사용하지 않을 것을 약속드립니다.

개인정보 수집·이용 내역 : 성명, 생년월일, 성별, 학사정보, 연락처, 나이, 검사 결과

▶ 위와 같이 개인정보를 수집·이용하는데 동의하십니까? ☐ 동의함 / ☐ 동의하지 않음

▶ 검사 결과는 검사종료 후 확인하실 수 있습니다. 이 결과와 관련하여 학생상담센터의 안내 및 지원을 받고 싶으십니까? ☐ 동의함 / ☐ 동의하지 않음

이외의 궁금한 사항은 아래로 연락주시면 성실히 답변해드리겠습니다. 재학생들의 많은 참여 부탁드립니다.

동의대학교 학생상담센터 ☒ [counsel@deu.ac.kr](mailto:counsel@deu.ac.kr) ☎ 051-890-1781~2

본 검사는 우울한 정도를 스스로 알아보기 위한 것입니다.

지난 2주간, 얼마나 자주 다음과 같은 문제들로 곤란을 겪으셨습니까?

지난 2주 동안 아래와 같은 생각을 한 날을 헤아려서 해당하는 숫자에 표시하세요.

지난 2주 동안에		없음	2~3일 이상	7일 이상	거의 매일
		0	1	2	3
1	기분이 가라앉거나, 우울하거나, 희망이 없다고 느꼈다.	0	1	2	3
2	평소 하던 일에 대한 흥미가 없어지거나 즐거움을 느끼지 못했다.	0	1	2	3
3	잠들기가 어렵거나 자주 깬다 / 혹은 너무 많이 잤다.	0	1	2	3
4	평소보다 식욕이 줄었다 / 혹은 평소보다 많이 먹었다.	0	1	2	3
5	다른 사람들이 눈치챌 정도로 평소보다 말과 행동이 느려졌다. / 혹은 너무 안절부절못해서 가만히 앉아 있을 수 없었다.	0	1	2	3
6	피곤하고 기운이 없었다.	0	1	2	3
7	내가 잘못했거나, 실패했다는 생각이 들었다. / 혹은 자신과 가족을 실망시켰다고 생각했다.	0	1	2	3
8	신문을 읽거나 TV를 보는 것과 같은 일상적인 일에도 집중할 수가 없었다.	0	1	2	3
9	차라리 죽는 것이 더 낫겠다고 생각했다 / 혹은 자해할 생각을 했다.	0	1	2	3
총 점		점			

- 출처 : 박승진, 최혜라, 최지혜, 김건우, 홍진표(2010), 한글판 우울증 선별도구(Patient Health Questionnaire-9, PHQ-9)의 신뢰도와 타당도, 대한불안학회지 6, 119-24

◎ 채점 방법 : 각 문항 점수를 합하여 총점을 구함.

- 01~04점 : 유의한 수준의 우울감이 시사되지 않습니다.

- 05~09점 : 다소 경미한 수준의 우울감이 있으나 일상생활에 지장을 줄 정도는 아닙니다. 다만 이

러한 기분상태가 지속될 경우, 개인의 신체적, 심리적 대처자원을 저하시킬 수 있습니다. 그러한 경우, 학생상담센터나 가까운 전문기관을 방문하길 바랍니다.

- 10~19점 : 중간 정도의 우울감이 시사됩니다. 이러한 수준의 우울감은 신체적, 심리적 대처자원을 저하시키며 개인의 일상생활을 어렵게 만들기도 합니다. 학생상담센터나 가까운 전문기관을 방문하여 보다 상세한 평가와 도움을 받아보시기 바랍니다.
- 20~27점 : 심한 수준의 우울감이 시사됩니다. 학생상담센터와 전문기관의 치료적 개입과 평가가 요구됩니다.

본 검사는 불안한 정도를 알아보는 검사입니다.

지난 2주 동안 당신은 다음의 문제들로 인해서 얼마나 자주 방해를 받았습니까?

문 항	전혀 그렇지 않다	조금 그렇다	보통으로 그렇다	대단히 그렇다
	0	1	2	3
1 초조하거나 불안하거나 조마조마하게 느낀다.	0	1	2	3
2 걱정하는 것을 멈추거나 조절할 수가 없다.	0	1	2	3
3 여러 가지 것들에 대해 걱정을 너무 많이 한다.	0	1	2	3
4 편하게 있기가 어렵다.	0	1	2	3
5 너무 안절부절못해서 가만히 있기가 힘들다.	0	1	2	3
6 쉽게 짜증이 나서 쉽게 성을 내게 된다.	0	1	2	3
7 마치 끔찍한 일이 생길 것처럼 두렵게 느껴진다.	0	1	2	3
총 점	점			

- 출처: www.phqscreeners.com

◎ 채점 방법 : 각 문항 점수를 합하여 총점을 구함.

- 점수범위 : 0~21점

- 1~4점 : 유의한 수준의 불안이 시사되지 않습니다.

- 5점 이상: 불안이 시사됩니다. 학생상담센터나 가까운 전문기관을 방문하여 보다 상세한 평가와 도움을 받아보시기 바랍니다.

검사 실시 후 자신의 점수에 대한 설명과 학생상담센터 및 지역유관기관을 방문을 권유하는 안내글이 제공됩니다.

학생상담센터 <https://counsel.deu.ac.kr> ☎890-1780~2,1813 창의관(18번건물) 216호