

# FCPI

개인용 (Dành cho cá nhân)

Foreign College student Psychological Inventory

## 유학생 심리건강 검사

연구 & 개발 : Oh Hye-young

Người đánh giá

Họ tên

SAMPLE

Cơ quan đánh giá

Giới tính

여

Ngày kiểm tra

2023/08/10

Ngày tháng năm sinh

1999/08/25

Quốc tịch

Tuổi

만23세11개월

Mã số sinh viên

## Giới thiệu về bài trắc nghiệm

FCPI được phát triển bằng cách xem xét sức khỏe tâm lý của du học sinh ở Hàn Quốc và các yếu tố môi trường ảnh hưởng mật thiết đến sức khỏe tâm lý của họ để lập kế hoạch đánh giá và can thiệp.

- I. Phân tích môi trường được lập ra để giúp các chuyên gia phân tích bài trắc nghiệm bằng cách xác định trước tình trạng môi trường của người tham gia trắc nghiệm, gồm có 3 lĩnh vực, là môi trường con người, môi trường học tập và tình trạng nguy cơ khủng hoảng.
- II. Sức khỏe tâm lý dựa trên mô hình sức khỏe tâm lý tổng hợp, được hình thành để đo sức khỏe tâm lý của du học sinh ở 4 phần, đó là phần Nguồn lực bảo vệ, phần Không thể thích ứng, phần Triệu chứng chung và phần Triệu chứng đặc biệt. Phần triệu chứng chung bao gồm các yếu tố phụ đo các triệu chứng nội tâm (internalization) mà du học sinh thường trải qua và phần triệu chứng đặc biệt bao gồm các yếu tố phụ để kiểm tra xem có các triệu chứng trong lĩnh vực vấn đề đặc biệt hay không.

## Cấu trúc của bài trắc nghiệm sức khỏe tâm lý du học sinh

Phân loại	Yếu tố chính	Yếu tố phụ	
I. Phân tích môi trường	Môi trường con người	Thời gian lưu trú	
		Trình độ tiếng Hàn	
		Môi trường nơi cư trú	
	Môi trường học tập	Sự hài lòng về trường đại học	
		Sự hài lòng về chương trình học	
		Kế hoạch duy trì việc học	
Tình trạng nguy cơ khủng hoảng	Khủng hoảng tâm lý gần đây		
II. Sức khỏe tâm lý	Phần Bảo vệ	Sức khỏe - Hạnh phúc(WEL)	Các câu hỏi nhận thức tích cực về bản thân, sự hài lòng và cảm giác kiểm soát cuộc sống hiện tại
		Khả năng đối phó với căng thẳng(STR)	Các câu hỏi về khả năng xử lý hợp lý các tình huống căng thẳng và các nguồn lực để đối phó với căng thẳng.
	Phần không thích ứng	Không thích ứng với môi trường học tập(ACA)	Các câu hỏi về việc thực hiện việc học tập được yêu cầu ở lớp học đại học ở Hàn Quốc, và những khó khăn liên quan phong cách giảng dạy và động lực học tập.
		Không thích nghi với cuộc sống(DAI)	Các câu hỏi về sự thích nghi với văn hóa độc đáo của Hàn Quốc và những khó khăn trong cuộc sống du học.
		Phần không thích nghi với các mối quan hệ(REL)	Các câu hỏi về những khó khăn trong giao lưu học tập với bạn cùng lớp hoặc giáo sư, những trải nghiệm về phân biệt đối xử, thành kiến và nỗi cô đơn với tư cách là du học sinh.
	Phần triệu chứng thông thường	Trầm cảm(DEP)	Các câu hỏi liên quan đến triệu chứng trầm cảm như cảm giác trầm uất, thiếu động lực sống, tuyệt vọng, suy nghĩ bi quan về thế giới và tương lai.
		Bất an(ANX)	Các câu hỏi liên quan đến các triệu chứng bất an như thấp thỏm, căng thẳng, lo lắng và sợ hãi quá mức.
		Tính nhạy cảm trong các mối quan hệ(INT-S)	Các câu hỏi về mức độ nhạy cảm với phản ứng của người khác, cảm thấy không thoải mái hoặc áp lực trong mối quan hệ với các cá nhân khác.
		Rối loạn cơ thể(SOM)	Các câu hỏi về các triệu chứng liên quan đến sức khỏe thể chất như tình trạng khó chịu về thể chất, đau đầu, khó tiêu, phát ban/nổi nhọt.
	Phần triệu chứng đặc biệt	Sử dụng internet(INT-U)	Các câu hỏi về những trở ngại về mặt xã hội - tinh thần - thể chất trong cuộc sống hàng ngày và những khó khăn trong việc kiểm soát các triệu chứng liên quan đến việc sử dụng internet.
		Ăn uống(EAT)	Các câu hỏi về vấn đề liên quan đến việc ăn quá ít hoặc ăn quá nhiều, lo lắng về vóc dáng và cân nặng
		Uống rượu(ALC)	Các câu hỏi về uống rượu quá mức hoặc thường xuyên, suy giảm thành tích học tập hay chức năng trong cuộc sống hàng ngày do uống rượu.
		Cảm giác thực tế(SEN)	Các câu hỏi về khó khăn trong nhận thức thực tế, bị cắt đứt hoặc cô lập với môi trường hàng ngày, suy nghĩ bất thường hoặc hỗn loạn.
		Nguy cơ tự tử(SUI)	Các câu hỏi về việc tự sát hoặc những suy nghĩ về cái chết, kinh nghiệm hoặc tính nguy hiểm khi cố gắng tự tử
		Rối loạn căng thẳng hậu sang chấn(POS)	Các câu hỏi về trải nghiệm chấn thương tâm lý (traumatic experiences) đột ngột, sự tái diễn lặp đi lặp lại của chấn thương tâm lý và những khó khăn về cảm xúc.

## 01. Chỉ số độ chuẩn xác

Các chỉ số độ chuẩn xác cung cấp thông tin về việc du học sinh có trả lời bài kiểm tra trung thực hay không hoặc liệu kết quả kiểm tra có đáng tin cậy hay không.

- Trong trường hợp không xuất hiện “chú ý” ở khung biểu thị chú ý, người trả lời đã trả lời một cách trung thực và kết quả kiểm tra có thể tin tưởng được.
- Nếu một trong ba chỉ số về độ chuẩn xác có cụm từ “chú ý” thì cần thận trọng trong việc phân tích kết quả.

Chỉ số	Kết quả	Chú ý	Nội dung
Câu hỏi bị bỏ sót	0		Trường hợp có trên 3 câu hỏi bị bỏ sót thì phát sinh vấn đề về độ tin cậy của toàn bộ kết quả kiểm tra. Xin cẩn thận trong khi phân tích.
Tính nhất quán trong việc trả lời	T92	Chú ý	Đo tính nhất quán trong các câu có nội dung tương tự hoặc tương quan cao. Trường hợp điểm T bằng hoặc trên 68 điểm, có khả năng là người làm bài kiểm tra đã không hiểu đúng câu hỏi hoặc trả lời một cách ngẫu nhiên trong quá trình trả lời.
Tính trung thực trong việc trả lời	1/3		Nếu có dấu hiệu chú ý, thì điều đó có nghĩa là người thực hiện bài trắc nghiệm đã trả lời tiêu cực cho hơn 2 câu hỏi trực tiếp hỏi về việc đã trả lời một cách trung thực với mỗi câu hỏi hay chưa. Nếu kết quả của chỉ số này cao thì khó tin tưởng vào kết quả trắc nghiệm này.

\* 1/3 có nghĩa là tính toán không được thực hiện do không trả lời.

## 02. Môi trường con người

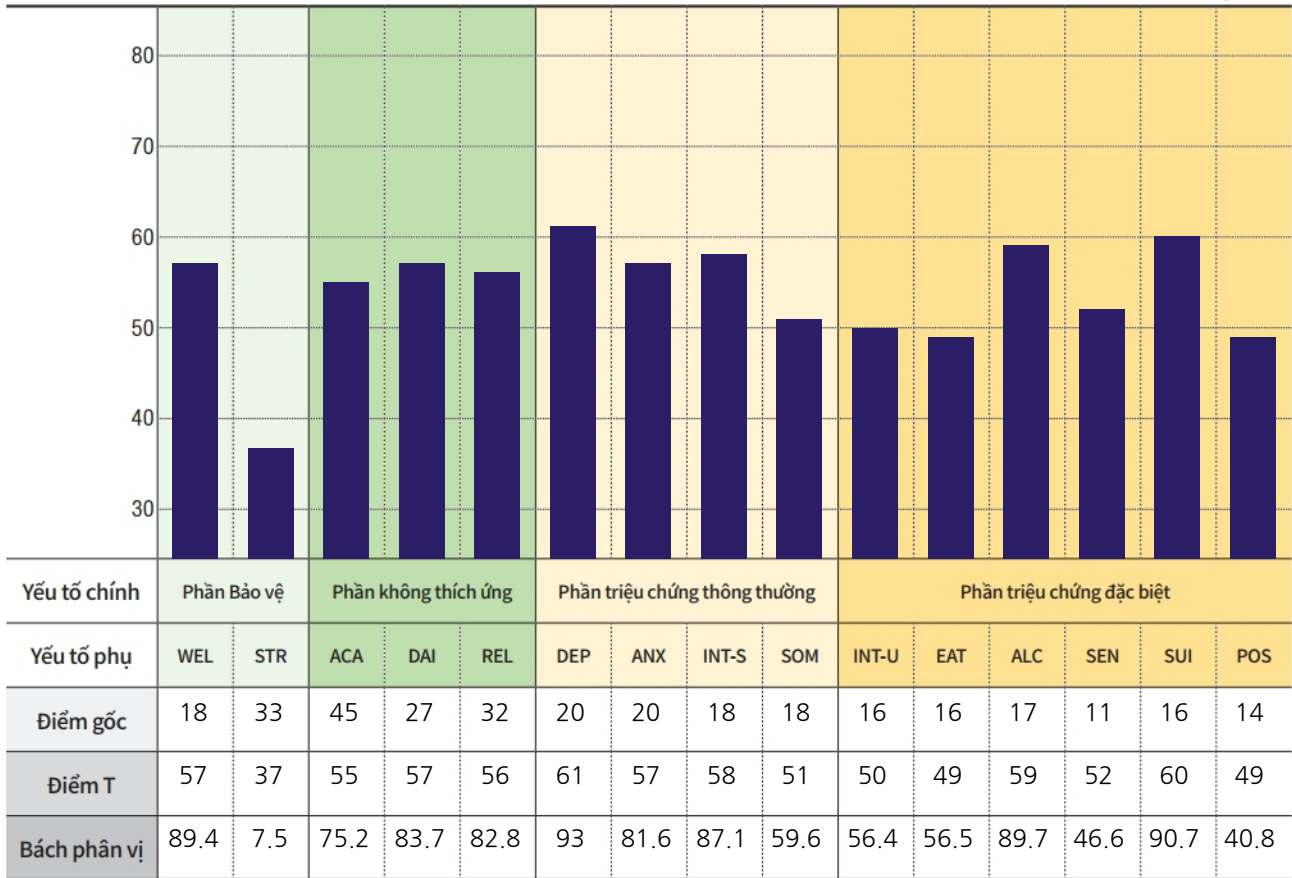
Đây là thông tin du học sinh tự trả lời về môi trường du học.

Yếu tố phụ	Trả lời	Ví dụ
Thời gian lưu trú	Dưới 12 tháng	Dưới 12 tháng, 13-35 tháng, 36-47 tháng, 48-59 tháng, Hơn 60 tháng
Trình độ tiếng Hàn	Sơ	Cao, Trung, Sơ
Môi trường nơi cư trú	Sống một mình (ngoài trường học)	Ký túc xá, Sống một mình (ngoài trường học), Sống chung với bạn (ngoài trường học), Sống với gia đình (người thân) (ngoài trường học)

\* 1/3 có nghĩa là tính toán không được thực hiện do không trả lời.

### 03. Hồ sơ sức khỏe tâm lý

Đơn vị: điểm T



\* \* \* có nghĩa là tính toán không được thực hiện do không trả lời trên 3 câu hỏi ở từng yếu tố phụ.

**WEL** 웰빙(Well-being / Sức khỏe - Hạnh phúc)

**STR** 스트레스 대처(Stress Coping Ability / Khả năng đối phó với căng thẳng)

**ACA** 학업 부적응(Academic Maladjustment / Không thích ứng với môi trường học tập)

**DAI** 생활 부적응(Daily Life Maladjustment / Không thích nghi với cuộc sống)

**REL** 관계 부적응(Relational Maladjustment / Phần không thích nghi với các mối quan hệ)

**DEP** 우울(Depression / Trầm cảm)

**ANX** 불안(Anxiety / Bất an)

**INT-S** 대인예민성(Interpersonal Sensitivity / Tính nhạy cảm trong các mối quan hệ)

**SOM** 신체화(Somatization / Rối loạn cơ thể)

**INT-U** 인터넷사용(Internet Use / Sử dụng internet)

**EAT** 섭식(Eating Problems / Ăn uống)

**ALC** 음주(Alcohol Problems / Uống rượu)

**SEN** 현실감각기능(Sense of Reality / Cảm giác thực tế)

**SUI** 자살위기(Suicidal Risk / Nguy cơ tự tử)

**POS** 외상후스트레스(Post-traumatic Stress / Rối loạn căng thẳng hậu sang chấn)

1) Phần Bảo vệ cho thấy điểm càng cao càng thấy hài lòng với hiện tại và đối phó với căng thẳng một cách thích hợp.

2) Phần Không thích nghi cho thấy điểm càng cao càng gặp khó khăn trong việc thích nghi.

3) Phần Triệu chứng chung và Triệu chứng đặc biệt cho thấy điểm càng cao thì càng trải qua các vấn đề về sức khỏe tâm lý.

- Điểm T: Điểm trung bình là 50 điểm và độ lệch chuẩn là 10 điểm, điểm trên 50 có nghĩa là cao hơn điểm trung bình, và điểm dưới 50 có nghĩa là thấp hơn điểm trung bình.

- Bách phân vị: Khi tổng số người trả lời là 100, đây là chỉ số cho biết điểm số của một cá nhân đạt điểm thứ bao nhiêu từ dưới lên. Ví dụ bách phân vị 80 trên tổng thể là 100, có nghĩa là có 79 người nhận điểm thấp hơn và có 20 người cao điểm hơn bản thân.

### 04. Phân tích kết quả theo từng yếu tố phụ

Yếu tố chính	Yếu tố phụ	Điểm T	Tiêu chuẩn	Phân tích
Phần Bảo vệ	Sức khỏe - Hạnh phúc (WEL)	57	Trung bình	Bạn có vẻ khá hài lòng với cuộc sống gần đây của mình. Bạn cảm nhận được sự hài lòng đáng kể về ước mơ, điều kiện sinh hoạt và cảm giác thành tựu về những điều bạn muốn. Tuy nhiên, vẫn còn một số lĩnh vực bạn chưa hài lòng. Nỗ lực của bạn trên những lĩnh vực mà bạn chưa thỏa mãn sẽ tạo ra một tương lai hài lòng hơn.
	Khả năng đối phó với căng thẳng (STR)	37	Thấp	Có vẻ như bạn đang ít nhiều gặp khó khăn trong việc xử lý tình huống căng thẳng. Khả năng đối phó căng thẳng bao gồm kỹ năng giải quyết vấn đề, tập trung vào giải quyết yếu tố gây ra căng thẳng, kỹ năng đối phó cảm xúc để kiểm soát cảm xúc liên quan đến căng thẳng và kỹ năng ứng phó qua sự hỗ trợ từ bên ngoài bằng việc nhờ người khác giúp đỡ để giải quyết vấn đề. Bạn cần củng cố các kỹ năng ứng phó cần thiết.
Phần không thích ứng	Không thích ứng với môi trường học tập (ACA)	55	Trung bình	Nhìn chung, bạn có vẻ đang đạt kết quả học tập tốt và chuẩn bị tốt cho sự nghiệp của mình. Bạn cảm nhận được sự thú vị trong việc học chuyên ngành của mình và bạn cũng không bị quá sức trong việc làm bài tập về nhà hay hòa hợp cùng với những người bạn khác để làm các dự án nhóm. Mong rằng bạn sẽ tiếp tục nỗ lực để cụ thể hóa mục tiêu và kế hoạch cho nghề nghiệp tương lai của mình sau khi ra trường. Ngoài ra, nếu bạn tương tác với đa dạng đối tượng bạn học, giáo sư dạy chuyên ngành và tiếp tục trao đổi tích cực hơn, bạn sẽ có thể thuận lợi hơn trong việc thích ứng với cuộc sống du học của mình.
	Không thích nghi với cuộc sống (DAI)	57	Trung bình	Có thể thấy được bạn đang hài lòng với toàn bộ cuộc sống của mình ở Hàn Quốc. Ngay cả khi gặp khó khăn trong việc thích nghi với căng thẳng do những vấn đề về tài chính như học phí, chi phí sinh hoạt, hoặc khó khăn khi thích nghi với việc ăn uống/nhà ở, hay văn hóa đặc trưng của Hàn Quốc (ví dụ: văn hóa uống rượu, thứ bậc trên dưới, quan tâm và can thiệp thái quá vào ngoại hình, v.v.) thì có vẻ như bạn sẽ chủ động ứng phó hoặc nhận sự giúp đỡ thích hợp từ những người xung quanh, cố gắng giải quyết những khó khăn đó. Trong tương lai, hãy tiếp tục tương tác với mọi người, chia sẻ những khó khăn trong cuộc sống và tích cực chủ động yêu cầu sự giúp đỡ mà bạn cần.
	Phần không thích nghi với các mối quan hệ (REL)	56	Trung bình	Bạn có thể cảm thấy khá hài lòng với các mối quan hệ của mình với mọi người. Có thể thấy được ngay cả có những lúc bạn phải trải qua những trải nghiệm không thoải mái như bị phân biệt đối xử hoặc chịu đựng những ánh mắt định kiến ở Hàn Quốc, thì bạn vẫn cố gắng tìm cách ứng phó thích hợp như nói chuyện với các thành viên gia đình, bạn bè ở quê nhà và những người thân quen ở Hàn Quốc. Đôi khi, khi bạn cảm thấy cô đơn, bạn có thể phục hồi lại năng lượng tích cực của mình bằng cách chủ động gặp gỡ ai đó mang lại cho bạn sự ổn định về mặt cảm xúc và chia sẻ bày tỏ những khó khăn với họ.

### 04. Phân tích kết quả theo từng yếu tố phụ

Yếu tố chính	Yếu tố phụ	Điểm T	Tiêu chuẩn	Phân tích
Phân triệu chứng thông thường	Trầm cảm (DEP)	61	Nguy hiểm tiềm ẩn	Bạn đang trong trạng thái hơi trầm cảm. Đôi khi, trong cuộc sống hàng ngày bạn cảm thấy trầm uất và khả năng bạn đánh mất đi sức sống cao. Những nỗ lực tích cực của bạn (ví dụ: hoạt động sở thích, tạo các mối quan hệ với những người xung quanh, v.v.) để vượt qua tình trạng hiện tại là điều cần thiết. Nếu tình trạng hiện tại của bạn kéo dài hơn hai tuần, bạn cần phải tìm kiếm sự trợ giúp từ chuyên gia.
	Bất an (ANX)	57	Bình thường	Có vẻ gần đây bạn ổn định về mặt tâm lý và mạnh khỏe. Đôi khi, bạn có thể cảm thấy căng thẳng và lo lắng nhưng những cảm giác này sẽ không ảnh hưởng quá nhiều đến cuộc sống hàng ngày của bạn.
	Tính nhạy cảm trong các mối quan hệ (INT-S)	58	Nguy hiểm tiềm ẩn	Tính nhạy cảm trong mối quan hệ với mọi người của bạn khá cao. Bạn nhạy cảm với phản ứng của người khác và bạn có thể cảm thấy không thoải mái trong các mối quan hệ. Những nỗ lực tích cực của bạn (ví dụ: suy nghĩ tích cực về người khác, hành động tự nhiên trong các mối quan hệ cá nhân, v.v.) là điều cần thiết để vượt qua tình trạng hiện tại của bạn. Trong trường hợp tình trạng hiện tại của bạn kéo dài hơn 6 tháng, bạn cần phải tìm kiếm sự trợ giúp từ chuyên gia.
	Rối loạn cơ thể (SOM)	51	Bình thường	Hiện tại bạn đang khỏe mạnh, không gặp vấn đề gì về thể chất do tâm lý gây ra. Đôi khi bởi vì nguyên nhân về tâm lý có thể khiến tim đập nhanh hoặc có thể bị nhức đầu, nhưng những phản ứng thể chất này có thể xem là bình thường.

### 04. Phân tích kết quả theo từng yếu tố phụ

Yếu tố chính	Yếu tố phụ	Điểm T	Tiêu chuẩn	Phân tích
Phần triệu chứng đặc biệt	Sử dụng internet (INT-U)	50	Bình thường	Có vẻ như bạn không gặp vấn đề với cách bạn sử dụng internet hiện tại. Bạn có khả năng kiểm soát thời gian sử dụng internet của bản thân. Hãy duy trì khả năng kiểm soát việc sử dụng Internet như hiện tại của bạn để trong tương lai, không phát sinh những trở ngại do sử dụng Internet trong cuộc sống hàng ngày.
	Ăn uống (EAT)	49	Bình thường	Có vẻ như bạn đang có thói quen ăn uống lành mạnh, không ăn quá nhiều hoặc ăn kiêng quá mức. Mong rằng trong tương lai bạn vẫn sẽ tiếp tục kiểm soát hành vi ăn uống của mình đúng cách như hiện tại.
	Uống rượu (ALC)	59	Nguy hiểm tiềm ẩn	Có vẻ như bạn đang gặp một số khó khăn do việc uống rượu. Uống rượu có thể gây ra các vấn đề trong mối quan hệ với những người xung quanh hoặc gặp khó khăn trong cuộc sống sinh hoạt thường ngày. Đây là thời điểm cần có những nỗ lực tích cực của bạn (ví dụ như ghi nhật ký uống rượu, v.v.) để giải quyết những vấn đề này. Nếu thói quen uống rượu hiện tại của bạn kéo dài hơn 12 tháng, hãy nhận tư vấn từ chuyên gia.
	Cảm giác thực tế (SEN)	52	Bình thường	Có vẻ bạn đang duy trì được cảm giác thực tế đúng mức và khỏe mạnh về mặt tâm lý.
	Nguy cơ tự tử (SUI)	60	Nguy hiểm tiềm ẩn	Hiện tại bạn đang gặp khó khăn về tâm lý và cần được quan tâm. Hãy nhớ rằng bạn là một sinh mệnh quý giá, quan trọng và không ai có thể thay thế được. Bây giờ bạn cần sự trợ giúp của chuyên gia. Nhất định phải nhận tư vấn từ chuyên gia.
	Rối loạn căng thẳng hậu sang chấn (POS)	49	Bình thường	Bạn dường như không có vấn đề gì do căng thẳng hậu sang chấn.

---

[ Examiner's overall findings and suggestions ]

---

※ Comprehensive opinions and suggestions are the individual opinions of the inspector based on the inspection results, and are not opinions provided by Inpsyt.

---



# FCPI

전문가용

Foreign College student Psychological Inventory

## 유학생 심리건강 검사

연구개발: 오혜영

검사자		이름	SAMPLE
검사기관		성별	여
검사일	2023/08/10	생년월일	1999/08/25
출신국가		생활연령	만23세11개월
학번			

## 검사 소개

FCPI는 국내 유학생들의 심리건강과 이에 밀접하게 영향을 미치는 환경적 요인을 함께 고려하여 평가와 개입계획을 세우도록 구성되었습니다.

- I. 환경 분석은 전문가들이 피검자의 환경적 상태를 사전에 파악하여 검사 해석에 도움을 주기 위해 구성되었으며 인적 환경, 학업 환경, 위기 환경의 3영역으로 구성되었습니다.
- II. 심리건강은 통합적 심리건강 모델에 근거하여 유학생의 심리건강을 보호 영역, 부적응 영역, 일반 증상 영역, 특수 증상 영역이라는 4영역으로 측정하도록 구성하였습니다. 일반 증상 영역은 유학생들이 주로 겪는 내현화 증상들을 측정하는 하위요인으로 구성되었으며 특수 증상 영역은 특정 문제 영역에 증상이 있는지를 확인하는 하위요인들로 구성되었습니다.

## 유학생 심리건강 검사의 구성

구분	구성요인	하위요인	
I. 환경 분석	인적 환경	체류기간	
		한국어 사용	
		주거 환경	
	학업 환경	대학 만족	
		교과 만족	
		학업 지속 계획	
위기 환경	최근 위기 경험		
II. 심리 건강	보호 영역	웰빙(WEL)	자신에 대한 긍정적인 인식과 현재 삶에 대한 만족 및 통제감에 대한 문항들
		스트레스 대처(STR)	스트레스 상황을 합리적으로 처리하는 능력 및 스트레스 대처 자원들에 대한 문항들
	부적응 영역	학업 부적응(ACA)	한국 대학 수업에서 요구되는 학업수행 및 이와 관련한 학습동기, 수업방식의 어려움 등을 묻는 문항들
		생활 부적응(DAI)	한국 특유의 문화에 대한 적응과 유학 생활 상의 어려움을 묻는 문항들
		관계 부적응(REL)	동료나 교수와의 관계에서 학업적 교류의 어려움, 유학생으로서 경험하는 차별, 편견, 외로움 등을 묻는 문항들
	일반 증상 영역	우울(DEP)	우울감, 삶의 동기 결여, 절망감, 세상과 미래에 대한 비관적 사고 등 우울 증상에 관한 문항들
		불안(ANX)	초조함, 긴장, 과도한 걱정과 두려움 등 불안 증상에 관한 문항들
		대인예민성(INT-S)	대인관계에서 불편감이나 압박감, 다른 사람들의 반응에 민감한 정도를 묻는 문항들
		신체화(SOM)	신체적 불편감과 두통, 소화불량, 발진 등 신체 건강과 관련한 증상들을 묻는 문항들
	특수 증상 영역	인터넷사용(INT-U)	인터넷 사용과 관련하여 일상생활에서 사회적·정신적·육체적 지장을 초래하고, 조절이 어려운 증상을 묻는 문항들
		섭식(EAT)	너무 적게 먹거나 과도하게 많이 먹는 음식 섭취와 관련된 문제, 몸매와 체중에 대한 염려 등을 묻는 문항들
		음주(ALC)	과도하거나 잦은 음주, 음주로 인한 학업이나 일상생활에의 기능 저하 등을 묻는 문항들
		현실감각기능(SEN)	현실 지각의 어려움, 일상적인 환경과의 단절이나 고립, 예외적이거나 혼란스러운 사고 등을 묻는 문항들
		자살위기(SUI)	자살이나 죽음에 대한 생각, 시도 경험이나 위험성을 묻는 문항들
		외상후스트레스(POS)	갑작스러운 외부의 충격적인 외상 경험, 외상의 반복적 재현과 정서적 어려움 등을 묻는 문항들

## 01. 타당도 지표

타당도 지표는 유학생이 검사에 성실하게 응답했는지 또는 검사 결과를 신뢰할 수 있는지에 대한 정보를 제공합니다.

- 주의 표시 칸에 '주의'라고 산출되지 않은 경우 검사에 성실하게 응답하였으며 검사 결과를 신뢰할 수 있습니다.
- 3개의 타당도 지표 중 '주의' 문구가 하나라도 있으면 검사 결과 해석에 주의를 요합니다.

지표	결과	주의	내용
누락문항	0		응답이 누락된 문항이 3개 이상 있을 경우 검사 전체 결과의 신뢰도에 문제가 생깁니다. 해석 시 유의하시기 바랍니다.
반응 비일관성	T92	주의	문항 내용이 유사하거나 상관이 높은 문항들에서 일관성을 측정합니다. T점수가 68점 이상일 경우 반응 과정에서 수검자가 문항을 제대로 이해하지 못했거나 무선적으로 응답했을 가능성이 있습니다.
응답 성실성	1/3		주의 표시가 있다면, 각 문항에 대하여 성실하게 반응했는지를 직접 묻는 2개 이상의 문항에 부정적으로 반응한 경우입니다. 이 지표의 결과가 높다면 검사 결과를 신뢰하기 어렵습니다.

\* '-'는 무응답으로 인해 산출이 되지 않았음을 의미합니다.

## 02. 인적 환경

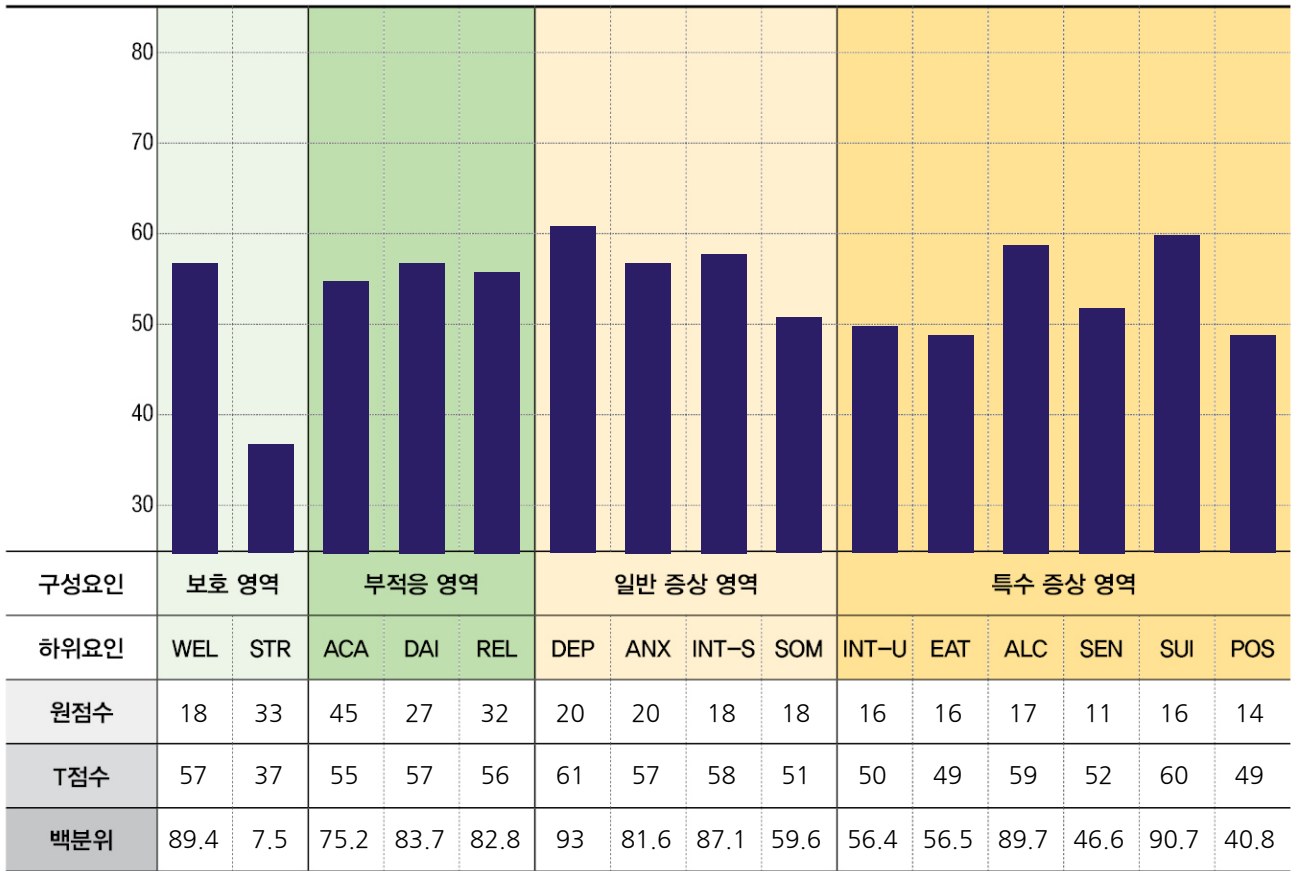
유학환경과 관련하여 유학생이 스스로 응답한 정보입니다.

하위요인	응답	보기
체류기간	12개월 이하	12개월 이하, 13~35개월, 36~47개월, 48~59개월, 60개월 이상
한국어 사용	하	상, 중, 하
주거 환경	(교외) 혼자 거주	기숙사, (교외) 혼자 거주, (교외) 동료와 거주, (교외) 가족(친지)와 거주

\* '-'는 무응답으로 인해 산출이 되지 않았음을 의미합니다.

### 03. 심리건강 프로파일

단위: T점수



\* '-'은 각 하위요인에서 3문항 이상의 무응답으로 인해 산출되지 않았음을 의미합니다.

<b>WEL</b>	웰빙(Well-being / 健康领域)	<b>SOM</b>	신체화(Somatization / 躯体化)
<b>STR</b>	스트레스 대처(Stress Coping Ability / 抗压能力)	<b>INT-U</b>	인터넷사용(Internet Use / 网络使用)
<b>ACA</b>	학업 부적응(Academic Maladjustment / 学业 不适应)	<b>EAT</b>	섭식(Eating Problems / 进食)
<b>DAI</b>	생활 부적응(Daily Life Maladjustment / 生活 不适应)	<b>ALC</b>	음주(Alcohol Problems / 饮酒)
<b>REL</b>	관계 부적응(Relational Maladjustment / 关系 不适应)	<b>SEN</b>	현실감각기능(Sense of Reality / 现实感)
<b>DEP</b>	우울(Depression / 抑郁)	<b>SUI</b>	자살위기(Suicidal Risk / 自杀危机)
<b>ANX</b>	불안(Anxiety / 焦虑)	<b>POS</b>	외상후스트레스(Post-traumatic Stress / 创伤后心理压力)
<b>INT-S</b>	대인예민성(Interpersonal Sensitivity / 人际敏感度)		

- 1) 보호 영역은 점수가 높을수록 현재에 만족하고 스트레스에 적절히 대처하는 것을 나타냅니다.
- 2) 부적응 영역은 점수가 높을수록 적응상의 어려움을 경험하는 것을 나타냅니다.
- 3) 일반 증상, 특수 증상 영역은 점수가 높을수록 해당 심리건강 문제를 경험하는 것을 나타냅니다.

- T점수: 평균이 50, 표준편차가 10인 표준점수로서 50점을 기준으로 이보다 위의 점수는 평균점보다 높고, 아래의 점수는 평균점보다 낮음을 의미합니다.
- 백분위: 전체 응답자를 100으로 볼 때, 한 개인의 점수가 아래에서부터 몇 번째에 해당하는가를 나타내는 수치입니다. 예를 들어 백분위 80은 전체를 100으로 보았을 때 자기보다 낮은 점수를 받은 사람이 79명, 높은 사람이 20명이 있다는 뜻입니다.

04. 하위요인별 결과 해석

구성요인	하위요인	T점수	수준	해석
부 회 영 향	웰빙 (WEL)	57	보통	<p>당신은 최근 생활에 대하여 상당히 만족하고 있는 것으로 보입니다. 당신의 꿈, 생활 여건, 원하는 것에 대한 성취감 등에서 상당한 만족감을 느끼고 있습니다. 하지만 아직 만족하지 못하는 부분도 있을 것입니다. 만족스럽지 못한 부분에 대한 당신의 노력이 더 만족스러운 미래를 만들 것입니다.</p> <p>Bạn có vẻ khá hài lòng với cuộc sống gần đây của mình. Bạn cảm nhận được sự hài lòng đáng kể về ước mơ, điều kiện sinh hoạt và cảm giác thành tựu về những điều bạn muốn. Tuy nhiên, vẫn còn một số lĩnh vực bạn chưa hài lòng. Nỗ lực của bạn trên những lĩnh vực mà bạn chưa thỏa mãn sẽ tạo ra một tương lai hài lòng hơn.</p>
	스트레스 대처 (STR)	37	낮음	<p>당신은 스트레스 상황을 처리하는데 다소 어려움을 겪고 있는 것으로 보입니다. 스트레스에 대한 대처능력으로는 스트레스 근원이 되는 문제 해결에 집중하는 문제 해결 능력, 스트레스와 관련된 감정 상태를 조절하는 정서 조절 능력, 문제 해결을 위해 타인의 도움을 요청하는 사회적 지지 대처 능력이 있습니다. 당신에게 보완이 필요한 대처 능력을 강화시킬 필요가 있습니다.</p> <p>Có vẻ như bạn đang ít nhiều gặp khó khăn trong việc xử lý tình huống căng thẳng. Khả năng đối phó căng thẳng bao gồm kỹ năng giải quyết vấn đề, tập trung vào giải quyết yếu tố gây ra căng thẳng, kỹ năng đối phó cảm xúc để kiểm soát cảm xúc liên quan đến căng thẳng và kỹ năng ứng phó qua sự hỗ trợ từ bên ngoài bằng việc nhờ người khác giúp đỡ để giải quyết vấn đề. Bạn cần củng cố các kỹ năng ứng phó cần thiết.</p>

04. 하위요인별 결과 해석

구성요인	하위요인	T점수	수준	해석
부적응 영역	학업 부적응 (ACA)	55	보통	<p>당신은 학업 수행과 진로 준비를 대체로 잘 해 나가고 있는 것으로 보입니다. 전공 공부에 흥미를 느끼며, 과제를 하거나 다른 친구들과 어우러져 팀 프로젝트를 수행하는 데에 큰 무리가 없어 보입니다. 진로에 대한 목표나 졸업 이후의 계획을 구체화해 나가는 노력을 계속해 나가기 바랍니다. 또한 여러 다양한 친구들, 전공 교수님과 소통하면서 보다 더 활발한 교류를 지속해 나간다면, 유학 생활 적응을 원활히 잘 해 나갈 수 있을 것입니다.</p> <p>Nhìn chung, bạn có vẻ đang đạt kết quả học tập tốt và chuẩn bị tốt cho sự nghiệp của mình. Bạn cảm nhận được sự thú vị trong việc học chuyên ngành của mình và bạn cũng không bị quá sức trong việc làm bài tập về nhà hay hòa hợp cùng với những người bạn khác để làm các dự án nhóm. Mong rằng bạn sẽ tiếp tục nỗ lực để cụ thể hóa mục tiêu và kế hoạch cho nghề nghiệp tương lai của mình sau khi ra trường. Ngoài ra, nếu bạn tương tác với đa dạng đối tượng bạn học, giáo sư dạy chuyên ngành và tiếp tục trao đổi tích cực hơn, bạn sẽ có thể thuận lợi hơn trong việc thích ứng với cuộc sống du học của mình.</p>
	생활 부적응 (DAI)	57	보통	<p>당신은 한국에서의 전반적인 생활에 만족하고 있을 것으로 예상됩니다. 등록금, 생활비 등 재정적인 문제로 인한 스트레스나 식생활/주거 관련 어려움, 한국 특유의 문화(예: 음주문화, 위계질서, 외모에 대한 지나친 관심과 관여 등) 적응에의 어려움이 있더라도 적극적으로 대처하거나 주변의 적절한 도움을 받으며 잘 해결해나가고 있는 것으로 보입니다. 앞으로도 여러 사람들과 교류하면서 생활과 관련된 어려움들을 나누고 필요한 도움을 적극적으로 요청하십시오.</p> <p>Có thể thấy được bạn đang hài lòng với toàn bộ cuộc sống của mình ở Hàn Quốc. Ngay cả khi gặp khó khăn trong việc thích nghi với căng thẳng do những vấn đề về tài chính như học phí, chi phí sinh hoạt, hoặc khó khăn khi thích nghi với việc ăn uống/nhà ở, hay văn hóa đặc trưng của Hàn Quốc (ví dụ: văn hóa uống rượu, thứ bậc trên dưới, quan tâm và can thiệp thái quá vào ngoại hình, v.v.) thì có vẻ như bạn sẽ chủ động ứng phó hoặc nhận sự giúp đỡ thích hợp từ những người xung quanh, cố gắng giải quyết những khó khăn đó. Trong tương lai, hãy tiếp tục tương tác với mọi người, chia sẻ những khó khăn trong cuộc sống và tích cực chủ động yêu cầu sự giúp đỡ mà bạn cần.</p>
	관계 부적응 (REL)	56	보통	<p>당신은 사람들과의 관계에서 대체로 만족감을 느끼고 있는 것으로 보입니다. 한국에서 때때로 차별적 대우나 편견 어린 시선 등 불편한 경험을 하게 되더라도, 그러한 어려움을 자국에 있는 가족이나 친구들, 한국에 있는 가까운 지인들과 이야기 나누며 적절히 해소해 나갈 것으로 예상됩니다. 이따금 외롭다고 느껴질 때, 내게 정서적으로 안정감을 주는 누군가를 적극적으로 만나 어려움을 나눈다면 긍정적인 에너지를 다시 회복시키는 데 도움이 될 것입니다.</p> <p>Bạn có thể cảm thấy khá hài lòng với các mối quan hệ của mình với mọi người. Có thể thấy được ngay cả có những lúc bạn phải trải qua những trải nghiệm không thoải mái như bị phân biệt đối xử hoặc chịu đựng những ánh mắt định kiến ở Hàn Quốc, thì bạn vẫn cố gắng tìm cách ứng phó thích hợp như nói chuyện với các thành viên gia đình, bạn bè ở quê nhà và những người thân quen ở Hàn Quốc. Đôi khi, khi bạn cảm thấy cô đơn, bạn có thể phục hồi lại năng lượng tích cực của mình bằng cách chủ động gặp gỡ ai đó mang lại cho bạn sự ổn định về mặt cảm xúc và chia sẻ bày tỏ những khó khăn với họ.</p>

04. 하위요인별 결과 해석

구성요인	하위요인	T점수	수준	해석
일반 증상 영역	우울 (DEP)	61	잠재위험	<p>당신은 약간 우울한 상태입니다. 일상생활에서 가끔씩 우울감을 느끼며, 활력을 잃었을 가능성이 높습니다. 현재 상태를 극복하기 위한 당신의 적극적인 노력(예. 취미 활동, 대인관계 맺기 등)이 반드시 필요합니다. 현재 상태가 2주 이상 지속될 경우 당신은 전문가의 도움을 받아야 할 것입니다.</p> <p>Bạn đang trong trạng thái hơi trầm cảm. Đôi khi, trong cuộc sống hàng ngày bạn cảm thấy trầm uất và khả năng bạn đánh mất đi sức sống cao. Những nỗ lực tích cực của bạn (ví dụ: hoạt động sở thích, tạo các mối quan hệ với những người xung quanh, v.v.) để vượt qua tình trạng hiện tại là điều cần thiết. Nếu tình trạng hiện tại của bạn kéo dài hơn hai tuần, bạn cần phải tìm kiếm sự trợ giúp từ chuyên gia.</p>
	불안 (ANX)	57	정상	<p>당신은 최근 심리적으로 안정되어 있으며 건강한 것으로 보입니다. 간혹 긴장하고, 불안을 느끼더라도 일상생활을 하는 데는 무리가 없을 것으로 생각합니다.</p> <p>Có vẻ gần đây bạn ổn định về mặt tâm lý và mạnh khỏe. Đôi khi, bạn có thể cảm thấy căng thẳng và lo lắng nhưng những cảm giác này sẽ không ảnh hưởng quá nhiều đến cuộc sống hàng ngày của bạn.</p>
	대인 예민성 (INT-S)	58	잠재위험	<p>당신은 대인예민성이 다소 높은 편입니다. 다른 사람들의 반응에 민감하며, 대인관계가 불편하다고 느낄 수 있습니다. 현재 상태를 극복하기 위한 당신의 적극적인 노력(예. 타인을 긍정적으로 생각하기, 대인관계에서 자연스럽게 행동하기 등)이 반드시 필요합니다. 현재 상태가 6개월 이상 지속될 경우 당신은 전문가의 도움을 받아야 할 것입니다.</p> <p>Tính nhạy cảm trong mối quan hệ với mọi người của bạn khá cao. Bạn nhạy cảm với phản ứng của người khác và bạn có thể cảm thấy không thoải mái trong các mối quan hệ. Những nỗ lực tích cực của bạn (ví dụ: suy nghĩ tích cực về người khác, hành động tự nhiên trong các mối quan hệ cá nhân, v.v.) là điều cần thiết để vượt qua tình trạng hiện tại của bạn. Trong trường hợp tình trạng hiện tại của bạn kéo dài hơn 6 tháng, bạn cần phải tìm kiếm sự trợ giúp từ chuyên gia.</p>
	신체화 (SOM)	51	정상	<p>당신은 심리적 문제로 인해 나타나는 신체적 문제를 갖고 있지 않은 상태로, 현재 건강합니다. 가끔 심리적 원인으로 인해 가슴이 두근거리거나 머리가 아플 수도 있지만 이러한 신체적 반응은 정상적인 것이라 할 수 있습니다.</p> <p>Hiện tại bạn đang khỏe mạnh, không gặp vấn đề gì về thể chất do tâm lý gây ra. Đôi khi bởi vì nguyên nhân về tâm lý có thể khiến tim đập nhanh hoặc có thể bị nhức đầu, nhưng những phản ứng thể chất này có thể xem là bình thường.</p>

04. 하위요인별 결과 해석

구성요인	하위요인	T점수	수준	해석
특수 증상 영역	인터넷 사용 (INT-U)	50	정상	<p>현재 당신의 인터넷 사용 패턴에는 별문제가 없어 보입니다. 당신은 인터넷 사용 시간을 스스로 조절할 수 있는 능력을 갖고 있습니다. 현재와 같이 향후에도 인터넷 사용으로 인한 일상생활에서의 문제가 발생하지 않도록 조절 능력을 유지하시기 바랍니다.</p> <p>Có vẻ như bạn không gặp vấn đề với cách bạn sử dụng internet hiện tại. Bạn có khả năng kiểm soát thời gian sử dụng internet của bản thân. Hãy duy trì khả năng kiểm soát việc sử dụng Internet như hiện tại của bạn để trong tương lai, không phát sinh những trở ngại do sử dụng Internet trong cuộc sống hàng ngày.</p>
	섭식 (EAT)	49	정상	<p>당신은 현재 지나친 음식물 섭취 제한 또는 지나친 폭식을 하지 않는 정상적인 섭식 행동을 하고 있는 것으로 보입니다. 앞으로도 지금처럼 섭식행동을 잘 조절하시기 바랍니다.</p> <p>Có vẻ như bạn đang có thói quen ăn uống lành mạnh, không ăn quá nhiều hoặc ăn kiêng quá mức. Mong rằng trong tương lai bạn vẫn sẽ tiếp tục kiểm soát hành vi ăn uống của mình đúng cách như hiện tại.</p>
	음주 (ALC)	59	잠재위험	<p>당신은 알코올 섭취로 인해 약간의 어려움을 경험하고 있는 것으로 보입니다. 음주로 인하여 대인관계에 문제가 발생하거나 규칙적인 일상생활을 하는데 어려움이 있을 수 있습니다. 이러한 문제를 해결하기 위해서는 당신의 적극적인 노력(예. 음주 일지 작성 등)이 필요한 시점입니다. 현재 음주 패턴이 12개월 이상 지속된다면 전문가와 상담하십시오.</p> <p>Có vẻ như bạn đang gặp một số khó khăn do việc uống rượu. Uống rượu có thể gây ra các vấn đề trong mối quan hệ với những người xung quanh hoặc gặp khó khăn trong cuộc sống sinh hoạt thường ngày. Đây là thời điểm cần có những nỗ lực tích cực của bạn (ví dụ như ghi nhật ký uống rượu, v.v.) để giải quyết những vấn đề này. Nếu thói quen uống rượu hiện tại của bạn kéo dài hơn 12 tháng, hãy nhận tư vấn từ chuyên gia.</p>



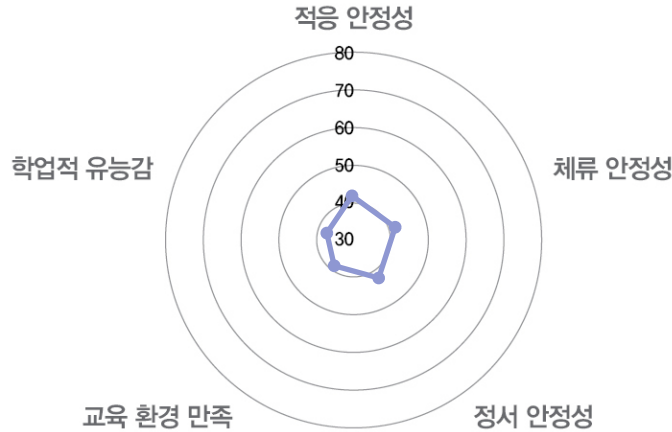
04. 하위요인별 결과 해석

구성요인	하위요인	T점수	수준	해석
특수 증상 영역	현실감각 기능 (SEN)	52	정상	<p>당신은 현실 감각을 잘 유지하고 있으며 심리적으로 건강한 것으로 보입니다.</p> <p>Có vẻ bạn đang duy trì được cảm giác thực tế đúng mức và khỏe mạnh về mặt tâm lý.</p>
	자살위기 (SUI)	60	잠재위험	<p>현재 당신은 심리적 어려움을 경험하고 있으며 주의가 필요합니다. 당신은 그 누구도 대신할 수 없는 소중한 존귀한 존재임을 기억하십시오. 당신에게 지금 전문가의 도움이 필요합니다. 반드시 전문가와 상담하십시오.</p> <p>Hiện tại bạn đang gặp khó khăn về tâm lý và cần được quan tâm. Hãy nhớ rằng bạn là một sinh mệnh quý giá, quan trọng và không ai có thể thay thế được. Bây giờ bạn cần sự trợ giúp của chuyên gia. Nhất định phải nhận tư vấn từ chuyên gia.</p>
	외상후 스트레스 (POS)	49	정상	<p>당신은 외상후 스트레스로 인한 문제가 없는 것으로 보입니다.</p> <p>Bạn dường như không có vấn đề gì do căng thẳng hậu sang chấn.</p>

## 05. 보충 척도

### ① 유학 안정성

유학 안정성에는 적응 안정성, 체류 안정성, 정서 안정성, 교육 환경 만족, 학업적 유능감의 5가지 요인들이 제시됩니다. 점수가 높고 각 척도 간에 균형이 맞을수록 전반적으로 만족스럽고 안정적인 유학상태를 반영합니다.



요인	T점수	수준	내용
적응 안정성	42	낮음	한국 대학교에서의 적응이 안정적이라고 여기는 정도
체류 안정성	42	낮음	한국에서의 거주와 관련된 체류상태가 안정적인 정도
정서 안정성	42	낮음	기본적인 심리적 상태가 평온하고 안정적인 정도
교육 환경 만족	38	낮음	학교 풍토나 학업과 관련하여 본인의 선택을 만족하는 정도
학업적 유능감	37	낮음	언어, 학습적인 측면에서 잘 할 수 있으리라는 효능감의 정도

### ② 생활 불편감

유학생황에서 피검자가 보고하는 실제적 곤란을 구체적으로 측정한 보충 척도로 고립감, 차별감, 학업 교류 곤란, 문화 적응 곤란, 재정 어려움, 숙식 어려움이 포함됩니다. 높은 점수는 유학생황에서의 실제적 불편감을 반영합니다.

요인	T점수	정도	수준	내용
고립감	59		높음	어려움을 공유하거나 도움을 줄 주변자원이 부족하다고 여기는 정도
차별감	51		보통	인종, 문화, 출신국가, 종교에 따른 차별적 경험 정도
학업 교류 곤란	57		보통	과제나 수업 참여에 있어 동료, 교수와의 소통에 곤란을 겪는 정도
문화 적응 곤란	71		높음	한국의 문화 이해 및 수용에 따른 부적응 정도
재정 어려움	46		보통	등록금이나 생활비 조달에 곤란을 겪는 정도
숙식 어려움	50		보통	한국 음식 문화 적응이나 안정된 주거 환경 구축에 곤란을 겪는 정도

## 05. 보충 척도

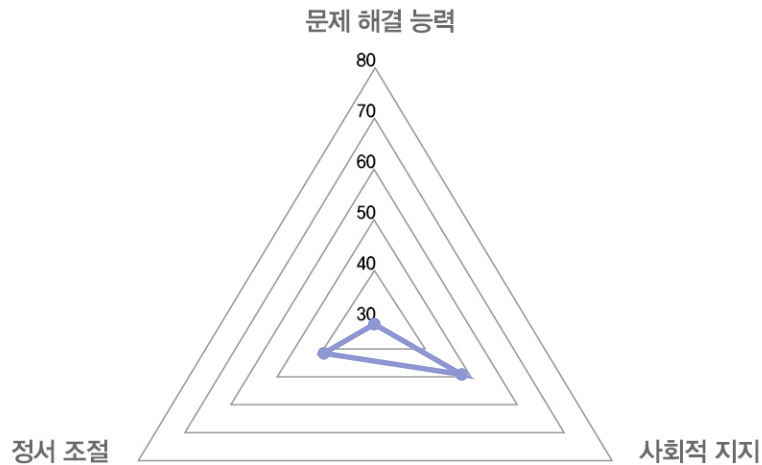
### ③ 학업 환경

학업 환경의 3가지 구성요인들로 학습 지속 가능성을 예측합니다. 점수가 높을수록 학업 지속 가능성이 높으며 학업에 대하여 긍정적인 기대를 갖고 있음을 나타냅니다.

요인	T점수	정도	수준	내용
대학 만족	34		낮음	소속대학에 느끼는 자부심, 친밀감, 기대, 만족감 정도
교과 만족	47		보통	전공에 대한 기대와 학업 만족 경험
학업 지속 계획	49		보통	휴학, 졸업 등 학업지속에 대한 계획
학업 환경	41		낮음	소속 대학교에서 학업을 지속할 가능성

### ④ 심리적 대처 역량

스트레스 상황에서 문제 해결 능력, 사회적 지지, 정서 조절 등 심리적 대처 역량을 보여줍니다. 점수가 높을수록 스트레스 상황에서 대처하는 역량이 높다고 볼 수 있습니다.



요인	T점수	수준	내용
문제 해결 능력	24	낮음	스트레스 상황에서 합리적으로 문제 원인을 분석, 해결하는 역량
사회적 지지	49	보통	스트레스 상황에서 필요한 동료의 지지나, 도움을 요청하는 역량
정서 조절	41	낮음	스트레스에 압도당하지 않고 스스로 스트레스로 유발된 정서를 조절하는 역량

## 05. 보충 척도

### ⑤ 심리적 취약성 지표

이 지표는 겉으로 잘 드러나지 않는 만성적인 정서적 어려움이 있는지를 측정합니다. 이 지표의 수준이 '위험'으로 표시된 경우에는 광범위하고 만성적인 심리적 어려움을 시사하며, 최근 위기 경험의 반응 내용을 함께 살펴볼 필요가 있습니다.

심리적 취약성 지표	T점수	60	수준	잠재위험
	최근 위기 경험		있음	
결정적 문항	▼ 위기 경험에 대해 “그렇다”라고 응답한 문항 내용			
	최근 충격적인 사고나 사건을 경험하였습니까?			
	최근 인터넷 사용으로 인해 일상생활을 하는데 어려움을 경험하였습니까?			
	최근 섭식(거식, 폭식 등)과 관련된 문제를 경험하였습니까?			
	상담/심리치료/정신과 등의 전문가에 의해 진단이나 치료 받은 경험이 있습니까?			

---

## [ 검사자 종합 소견 및 제언 ]

---

Blank area for the auditor's comprehensive findings and recommendations.

※ 종합 소견 및 제언 내용은 검사결과에 따른 검사자의 개인 소견으로서 인사이트에서 제공하는 의견이 아닙니다.