

# EBT

Eating Behavior Test for infant and young children

## 영유아 식행동검사

### EBT

Eating Behavior Test for infant and young children  
Score Report

한영신 · 김정미  
한솔교육연구원

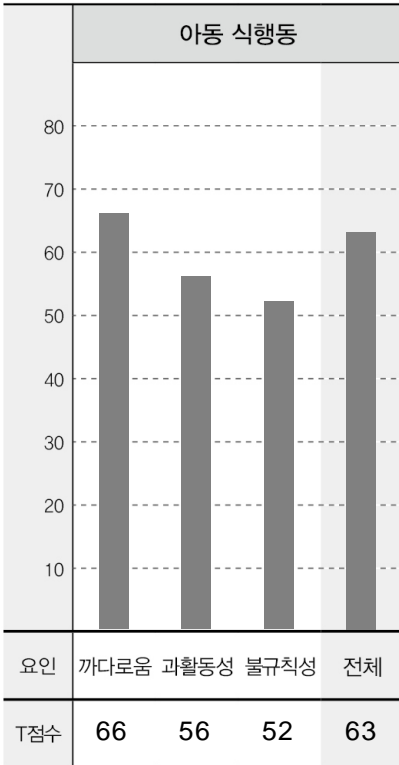
검사자 \_\_\_\_\_  
검사기관 \_\_\_\_\_  
검사일            2016/10/18

이름                    SAMPLE  
성별 \_\_\_\_\_  
생활연령    04 11    (2011/11/18)

## 아동의 식행동 결과 프로파일

### 수준설명

- ☹️ '위험' 혹은 '높은 관여', '낮은 관여' 수준에 속하면 밥이 읊니다.
- ⚠️ '주의' 수준에 속하면 밥이 찡그립니다.
- 😊 '양호' 혹은 '적절한 관여' 수준에 속하면 밥이 활짝 웃습니다.



\* T점수: 평균이 50, 표준편차가 10인 표준점수로서 50점을 기준으로 이보다 위의 점수는 평균점 보다 높고, 아래의 점수는 평균점보다 낮은 것을 의미합니다.

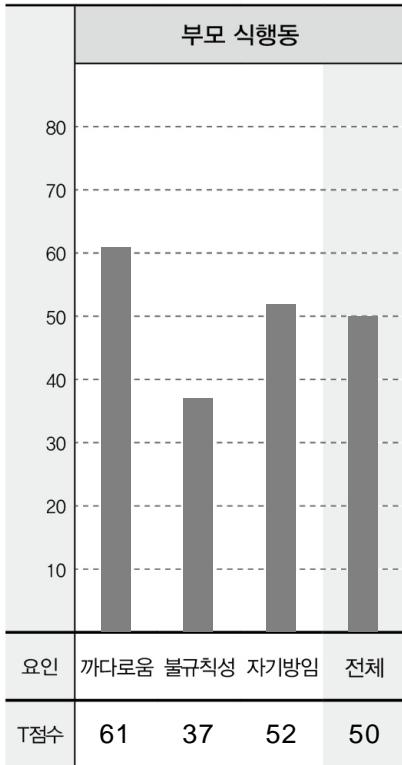


요인	T점수 (백분위)	수준	해석
까다로움	66 (95)		가 ' ' , 가 가 가 가
과활동성	56 (75)		가 ' ' , ) 가 ( 2-6 ) 가
불규칙성	52 (68)		가 ' ' , 가 (0-24 ) ( 2-6 )
전체	63 (92)		가 가 가

## 부모의 식행동 결과 프로파일

### 수준설명

- ☹️ '위험' 혹은 '높은 관여', '낮은 관여' 수준에 속하면 밥이 읊니다.
- ⚠️ '주의' 수준에 속하면 밥이 찡그립니다.
- 😊 '양호' 혹은 '적절한 관여' 수준에 속하면 밥이 활짝 웃습니다.



\* T점수: 평균이 50, 표준편차가 10인 표준점수로써 50점을 기준으로 이보다 위의 점수는 평균점 보다 높고, 아래의 점수는 평균점보다 낮은 것을 의미합니다.

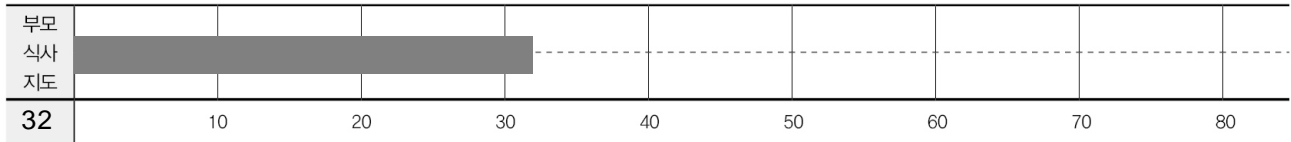


요인	T점수 (백분위)	수준	해석
까다로움	61 (92)	☹️	가 가 가
불규칙성	37 (12)	😊	가 가
자기방임	52 (65)	😊	가 가
전체	50 (54)	😊	가 가

## 부모의 식사지도 결과 프로파일

### 수준설명

- ☹☹ '위험' 혹은 '높은 관여', '낮은 관여' 수준에 속하면 밥이 읍니다.
- ☹☹ '주의' 수준에 속하면 밥이 찡그립니다.
- ☺☺ '양호' 혹은 '적절한 관여' 수준에 속하면 밥이 활짝 웃습니다.



T점수(백분위)	수준	해석
32 (5)		가 가 , 가 ,
		가 가 , 가

아동의 식행동 발달은 18~24 개월 수준입니다.

### 아동의 건강상태와 식사환경

번호	문항	응답		
1	우리 아이는 충분히 잘 먹는 편이다.			
2	우리 아이는 음식을 가리지 않고 먹는다.			
3	우리 아이는 먹는 것에 있어 까다롭지 않다.			
4	우리 아이의 신체성장은 또래와 비교했을 때 문제가 없다.			
5	우리 아이는 대체로 밤에 잠을 잘 잔다.			
6	우리 아이는 매일 대변을 잘 본다.			
7	하루 평균 몇 회 대변을 보니까?	2~3		
8	하루 평균 수면시간은 얼마입니까?	10 ~ 12		
9	아이는 주로 누구와 함께 식사를 합니까?			
10	아이는 주로 어디에서 식사합니까?			
11	식사형태	하루섭취	야간수유	1회 식사소요시간
	X	-	-	-
	X	-	-	-
	O	4		30



### 아동의 건강과 바람직한 식사습관을 위해서는

**첫째, 식사는 즐거운 분위기에서 이루어지도록 하는 것이 중요합니다.**

먹는 것으로 인해 양육자와 아이 간 갈등이 발생하거나 아이의 섭식 발달에 어려움이 있을 경우 식사시간이 비정상적으로 길어질 수 있습니다. 아이의 식사시간은 30분 정도면 충분합니다. 따라서 아이가 원하지 않는 경우, 식사를 오랫동안 하도록 하기보다는 차라리 다음 식사시간을 기약하는 것이 식습관 형성에 좋습니다.

**둘째, 숙면을 취할 수 있도록 해야 합니다.**

개인차가 크지만 대체적으로 영아들은 약 16~18시간, 생후 2년쯤 되면 약 12시간, 3~5세가 되면 약 11시간, 10~13세가 되면 약 10시간 동안 수면을 취합니다. 사실 수면은 얼마나 자는가보다는 밤 동안 깨지 않고 충분히 숙면하는지가 더욱 중요한데, 이는 선천적인 기질 뿐만 아니라 상당부분 훈련에 의해 결정됩니다. 따라서 양육자는 아이가 자다가 배가 고파서 깨지 않도록 충분히 먹여주어야 하고, 매일 적절한 시간(밤 9~10시 정도)에 재우며, 편안하게 잠들 수 있는 환경을 조성해주어야 합니다. 특히 젖먹이의 경우, 젖을 물고 자거나 안아서 재우지 않도록 하는 것이 좋습니다.