Insight of psychology
인싸이트
심리검사연구소

K-PSI

Korean Parenting Stress Index

한국판 부모양육 스트레스 검사

K-PSI

Korean Parenting Stress Index
Score Report

Richard R. Abidin, EdD
정경미, 이경숙, 박진아

검사자	테스트	이름	SAMPLE
검사기관	인싸이트	성별	남
검사일	2017/09/05	생활연령	만05세11개월 (2011/09/15)
아동과의 관계	부		

Copyright ⓒ 인싸이트. Inc. All rights reserved.

소개

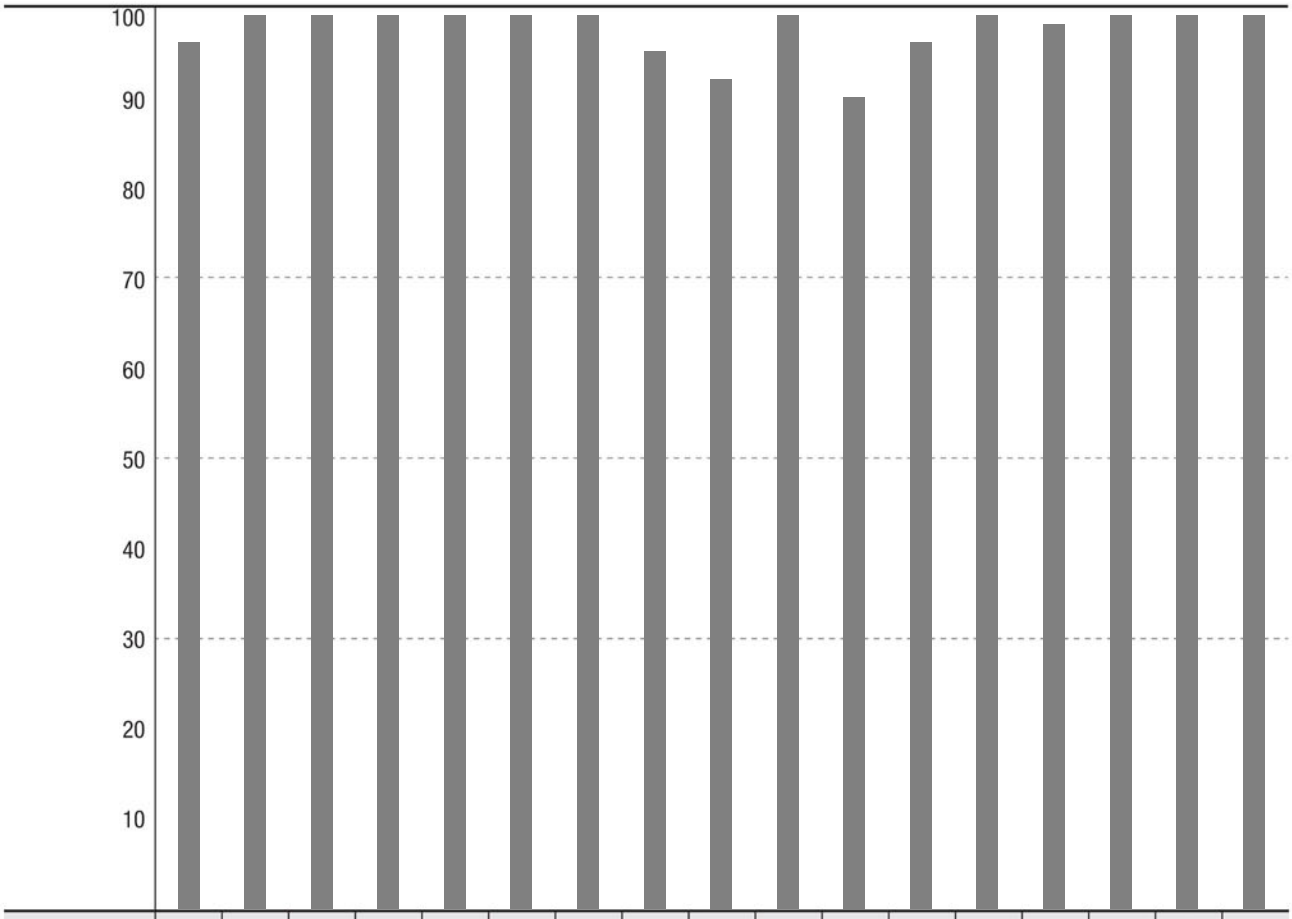
이 검사는 Abidin이 제작한 Parenting Stress Index를 한국어로 번역한 것으로 1~12세 아동의 부모를 대상으로 부모의 양육스트레스와 역기능적인 양육과 관련된 아동, 부모, 상황적 특성을 평가하는 도구입니다. 검사는 크게 아동영역과 부모영역, 그리고 채점에는 포함되지 않는 생활스트레스 영역으로 구성되어 있습니다.

아동영역에는 아동이 변화에 얼마나 잘 적응하는지를 보는 적응(AD)척도, 아동이 부모에게 얼마나 많은 것을 요구하는지를 보는 요구(DE)척도, 아동이 얼마나 지나치게 울고, 위축되어 있으며 우울한 기분인지를 보는 기분(MO)척도, 아동의 주의가 지나치게 산만하거나 아동이 지나치게 활동적인지를 보는 주의산만/과잉행동(DI)척도, 부모가 아이와의 상호작용에서 얼마나 긍정적인 정서를 갖게 되는 지를 보는 보상(RE)척도, 아동이 부모의 기대수준에 맞는지를 보는 수용(AC)척도가 있습니다.

부모영역으로는 부모의 성격 및 정신병리와 관련된 우울을 보는 우울(DP)척도와 부모가 양육자로서 느끼는 유능감(CO)척도, 부모가 아동과 정서적으로 얼마나 가깝게 느끼는지를 보는 애착(AT)척도, 부모역할에 대해 상대 배우자에게서 얼마나 정서적/신체적으로 지지 받고 있는 지를 보는 배우자(SP)척도, 부모역할을 담당하는데 얼마나 사회적 지지를 받고 있는 지를 보는 고립(IS)척도와 양육에 요구되는 신체적 건강상태를 보는 건강(HE)척도, 부모의 개인적 자유와 기타 삶의 역할에 영향을 미치는 부모역할의 영향력을 재는 역할제한(RO)척도가 있습니다.

총점과 하위영역에서 백분위 점수 85점 이상은 임상적으로 유의미하며, 90점 이상일 경우 전문의의 도움이 필요합니다.

결과 프로파일



영역	DI	AD	RE	DE	MO	AC	아동 영역	CO	IS	AT	HE	RO	DP	SP	부모 영역	총 스트 레스	LS
원점수	31	44	23	40	21	30	189	44	21	26	18	29	40	29	207	396	41
백분위	96	99	99	99	99	99	99	95	92	99	90	96	99	98	99	99	99

DI	주의산만/과잉행동	AD	적응	RE	보상	DE	요구
MO	기분	AC	수용	CO	유능감	IS	고립
AT	애착	HE	건강	RO	역할제한	DP	우울
SP	배우자	LS	일상스트레스				

결과해석

아이의 양육과 관련하여 SAMPLE 부모님께서 느끼시는 스트레스는, 총 스트레스영역에서 99점, 아동영역에서 99점, 부모영역에서 99점으로 보고되었습니다.

SAMPLE 부모님의 총 스트레스 점수는 평균점수보다 높은 99점으로 나타나, 현재 전체적으로 양육과 관련하여 높은 스트레스를 경험하고 계신 것으로 나타났습니다. 아래에 제시되어 있는 임상범위에 해당되는 하위 영역들을 확인하시고, 심리적 어려움이 있는 특정 문제와 권고사항을 참조하시기 바랍니다.

아동영역 결과는 99점으로 보고되어, 현재 아동의 특성과 관련하여 느끼는 양육스트레스가 평균보다 높은 임상 수준인 것으로 나타났습니다. 아래의 하위영역에서 평균보다 높은 점수가 보고되었습니다.

기분척도에서 평균보다 높은 99점이 보고되어, 현재 아동이 지나치게 행동이 위축되어 있고 자주 울거나 침울해 보일 수 있으며, 이로 인해 부모님께서는 스트레스를 경험하고 계신 것으로 나타났습니다. 이러한 아동의 기분은 부모님을 화나게 하거나 불안하게 만드는 것으로 보입니다. 만약 기분척도의 점수만 높다면 현재 어머니께서는 아동에 대한 애착이 부족한 것은 아닌지, 아동과의 관계가 소원하거나, 음주 및 약물과 관련된 문제는 없으신지 주의 깊게 살펴보시길 권합니다.

보상척도에서 평균보다 높은 99점이 보고되어, 아동이 부모님과의 상호작용에서 부모로부터 정서적으로 긍정적인 반응을 충분히 이끌어 내지 못하는 것으로 나타났습니다. 따라서 부모님께서는 아이에게 거부당한다고 느끼거나 아이와의 상호작용이 만족스럽지 못할 때가 있어 그로 인한 스트레스를 자주 느끼실 것으로 판단됩니다. 이와 같은 결과는 아동이 신경학적/유기적 손상으로 인해 반응능력에 결함이 있는 경우, 아동이 우울한 경우, 아동을 정확히 이해하지 못하거나 잘못 해석하는 경우, 혹은 우울로 인해 아동에게 부정적인 반응을 투사하는 경우에 나타날 수 있습니다. 또한 이 하위척도에서 높은 점수를 받았을 경우에는 부모-자녀 유대가 쉽게 악화될 수 있음을 시사하므로, 신속하게 전문가의 도움을 받으실 것을 권장합니다.

수용척도에서 평균보다 높은 99점이 보고되어, 아동이 부모님의 기대에 부합하지 못하는 행동을 자주 보여 스트레스를 경험하고 계신 것으로 나타났습니다. 현재 부모님께서는 기대하신 것보다 아동이 매력적이지 않고 지적이지 못하며 쾌활하지 않다고 생각하시는 경향이 있으신 것으로 판단됩니다.

요구척도에서 평균보다 높은 99점이 보고되어, 현재 아동이 지나치게 관심 받기를 원하고, 반항적/공격적인 행동을 통해 요구 표현을 많이 하는 것으로 판단됩니다. 울음, 신체적으로 매달리기, 자주 도움을 요청하기, 높은 빈도의 자잘한 문제행동들이 여기에 해당됩니다. 젊은 부모의 경우 모범적인 부모가 되기 위해 신경을 많이 쓰기 때문에 이 영역에서 높은 점수를 받을 수 있습니다. 아동의 경우, 정체성 발달에 어려움을 겪거나 분리불안과 또래관계 문제를 가지고 있는 경우 높은 점수를 나타낼 수 있습니다. 이 하위척도에서 높은 점수를 보고하신 부모님께서는 아이 훈육과 순응 훈련에 대한 적절한 지도 및 교육을 받으실 것을 권장합니다.

결과해석

적응척도에서 평균보다 높은 99점이 보고되어, 현재 아동은 환경에 대한 새로운 변화를 잘 받아들이지 못하는 것으로 나타났습니다. 아동이 새로운 과제에 대한 변화를 거부하거나 고집을 부리고, 감각자극의 변화에 과민한 반응을 보이며, 낯선 사람을 피하고, 원래 순서를 바꾸는데 지나치게 반응을 하며, 한번 흥분하면 침착해지지 못하는 특성 때문에 부모님께서 현재 스트레스를 경험하고 계실 것으로 판단됩니다.

주의산만/과잉행동척도에서 평균보다 높은 96점이 보고되어, 지나치게 예민하거나 산만하여 과다 행동을 보이고 있는 것으로 나타났습니다. 따라서 부모님께서 아동을 양육하시면서 신체적 및 심리적 에너지 고갈을 느끼고 계실 것으로 보입니다. 만약 부모영역도 임상범위에 속하는 경우에는 부모님이 현재 정상아동을 돌보는데 필요한 힘이 부족하거나, 이전에는 안정적인 생활양식을 가지고 있었으나 현재 아이 양육에 적응하는데 어려움이 있거나, 혹은 아이도 성숙하고 어른과 같이 행동할 수 있다는 비합리적인 기대를 가지고 있는 것으로 보여집니다. 부모님께서는 주의 깊게 읽어보시고 본인은 어떤 경우에 해당되는지 심사숙고 해보시길 권합니다.

이와 같은 각 하위 영역에 대한 설명은 부모-자녀관계에서 아동의 기질적/행동적 특성이 부모의 양육스트레스에 미치는 영향에 대한 설명을 제공해줍니다. 아이의 특성으로 인해 현재 경험하고 있는 양육 스트레스를 줄일 수 있도록 주변의 적극적인 도움과 지지를 구하실 것을 권장합니다. 또한 현재의 어려움이 장기화될 경우 전문가의 도움을 받으실 것을 권장합니다.

부모영역 결과는 99점으로 나타나, 현재 부모님 스스로의 특성과 관련하여 느끼는 양육스트레스가 평균보다 높은 임상 수준인 것으로 나타났습니다. 스트레스의 크기는 개인의 성격이나 지각에 따라 달라질 수 있으므로, 아동의 특성뿐만이 아니라 부모님의 특성 또한 아이 양육스트레스에 영향을 줄 가능성이 있습니다. 현재 부모님께서는 심리적 어려움이 있으신 것으로 판단됩니다.

부모님께서는 현재 아래의 하위영역에서 심리적 어려움이 있으신 것으로 판단되는데, 이 결과는 아동 훈육과 관련하여 심각한 심리적 갈등을 유발할 수 있는 위험성을 가지고 있기 때문에 전문가와의 상담 후 추가적으로 심리 검사를 실시해보실 것을 권장합니다.

고립척도에서 평균보다 높은 92점이 보고되어 현재 부모님께서는 사회적으로 동료, 친척 혹은 다른 정서적 지지체계에서 고립되어 있고 이로 인해 스트레스를 경험하고 계신 것으로 나타났습니다. 높은 스트레스는 자녀양육을 어렵게 하지만, 사회적 지지가 스트레스 수준을 낮출 수 있기 때문에 지역사회나 종교단체와 같은 주변의 지지를 구할 수 있는 환경을 조성하실 것을 권장합니다.

배우자척도에서 평균보다 높은 98점이 보고되어 현재 부모님께서는 아이 양육과 관련해서 배우자의 신체적-정서적 지지가 부족하다고 느끼고 계시는 것으로 나타났습니다. 성 역할에 대한 정의가 과도하게 경직되어 있거나 부부관계가 부정적이어서 아이 보살핌에 있어 상호 지지가 부족한 것으로 판단됩니다. 배우자와 양육동맹관계를 형성하여 부모 역할 수행에 어려움이 없도록 노력하실 것을 권합니다.

결과해석

부모의 건강척도에서 평균보다 높은 90점이 보고되어. 현재 부모님의 양호하지 않은 건강상태로 인해 자녀 양육에 큰 스트레스를 경험하는 것으로 보입니다. 건강관리를 통해 건강한 아이 양육을 위한 힘을 기르실 것을 권장합니다.

애착척도에서 평균보다 높은 99점이 보고되어. 부모님께서는 아동과의 정서적 친밀감이 부족하고 이로 인해 스트레스를 경험하고 계신 것으로 나타났습니다. 이러한 결과는 부모님과 아동이 정서적으로 유대감을 형성하지 못하고 냉담한 부모-자녀 상호작용을 하고 있다는 것을 시사할 수 있고, 부모님께서 아이의 감정과 요구를 정확히 이해하고 관찰할 수 있는 능력이 없으시거나 혹은 그런 능력이 없다고 생각하고 계신 것으로 해석될 수도 있습니다. 아동의 행동에 대한 관심을 키워가면서 이와 같은 문제를 해결해가실 것을 권장합니다.

역할제한척도에서 평균보다 높은 96점이 보고되어 부모님께서는 현재 부모 역할이 자신의 자유를 제한한다고 느끼고 계시고, 자신의 정체성을 유지하는데 좌절을 경험하고 계신 것으로 나타났습니다. 아이를 양육하느라 개인적인 시간 활용이나 다른 일과 및 사무 처리에 심각한 지장을 받고 이로 인해 아동과 배우자에 대한 강한 분개심과 분노를 경험할 수 있으며 이러한 느낌을 부모님께 죄책감을 경험하게 하는 것으로 보입니다. 분노-죄책감의 악순환을 해결하기 위해서는 부모 역할을 인정하고 다른 대안을 모색하는 노력이 필요합니다. 문제해결을 위해 주변의 도움을 요청하시거나 전문가의 도움을 받으실 것을 권장합니다.

우울척도에서 평균보다 높은 99점이 보고되어. 현재 부모님께서는 자기자신과 상황에 대한 불만족이 크시고, 양육을 이행하는데 필요한 심리적, 신체적 에너지 발휘가 어려우신 것으로 보입니다. 따라서 부모님께서는 평소에 아동에게 단호하시거나 권위적으로 행동하시는 것이 불가능하거나 이를 피하는 것으로 판단됩니다. 부모님의 우울은 양육에 영향을 미칠 뿐 아니라 그로 인해 부모님께서 죄책감을 동시에 느끼실 수 있기 때문에 이와 같은 문제가 장기화될 경우 부모치료나 상담과 같은 전문가의 도움을 받으실 것을 권장합니다.

유능감척도에서 평균보다 높은 95점이 보고되어 부모님께서는 아이의 요구를 잘 만족시켜주지 못한다고 느끼시는 것으로 나타났습니다. 이러한 결과는 부모의 연령이 낮고 아이 수가 적은 경우, 실제적으로 양육 지식과 기술이 부족한 경우, 자신의 기대보다 아이로부터 강화 받지 못하는 경우, 배우자가 충분하지 못한 수용을 하거나 비판하는 경우, 아이가 신체적/정신적 장애를 가지고 있는 경우에 높은 점수로 나타날 수 있습니다. 현재 부모님께서는 실제적인 지식을 얻으실 수 있도록 부모교육교실이나 부모토론집단에 참여하는 것이 필요해 보이고, 개인적인 인정과 정서적 지지를 구하실 것을 권장합니다.

이와 같은 각 하위 영역에 대한 설명은 부모-자녀관계에서 부모님께서 느끼시는 부모로서의 자아상과 부모 역할 자체에 대한 해석을 제공해 줍니다. 각 영역에 대한 설명을 통해 양육자로서의 스스로에 대한 이해를 돕고, 부모님 스스로가 양육에 부담을 느끼시거나 부모로서 불충분하다고 느끼는 심리적 어려움을 줄일 수 있도록 주변의 적절한 도움과 지지를 적극적으로 구하실 것을 권장합니다. 현재의 어려움이 장기화될 경우 전문가의 도움을 받으실 것을 권장합니다.

결과해석

종합해 볼 때, 현재 부모님께서는 전체적으로 매우 심각하게 양육스트레스를 보고하십니다. 부모님과 아동 모두 예민한 특성을 가지고 있어 갈등이 잦을 것으로 판단되고 그 결과 양육 스트레스가 높아졌을 것으로 판단됩니다. 현재의 어려움이 해결되지 못하고 장기화될 경우, 양육 스트레스에 부정적인 영향을 미치고 부모-자녀 관계가 악화될 위험성이 크기 때문에 현재의 갈등 상황을 해결하기 위한 적극적인 노력이 요구됩니다. 주변의 가까운 사람들과 양육의 어려움을 공유하여 적절한 도움을 받으시거나 전문가의 도움을 구하실 것을 권장합니다.