아동불안척도 2판

Revised Children's Manifest Anxiety Scale 2nd Edition

RCMAS-2

저자 | Cecil R. Reynolds, Ph.D., Bert O. Richmond, Ed.D.

한국어판 표준화 | 김지혜, 이은호, 홍상황, 황순택

검사자	인싸이트	이름	SAMPLE
검사기관	심리연구소	성별	남
검사일	2021/02/09	생년월일	2010/05/07 (만 10세 07개월)

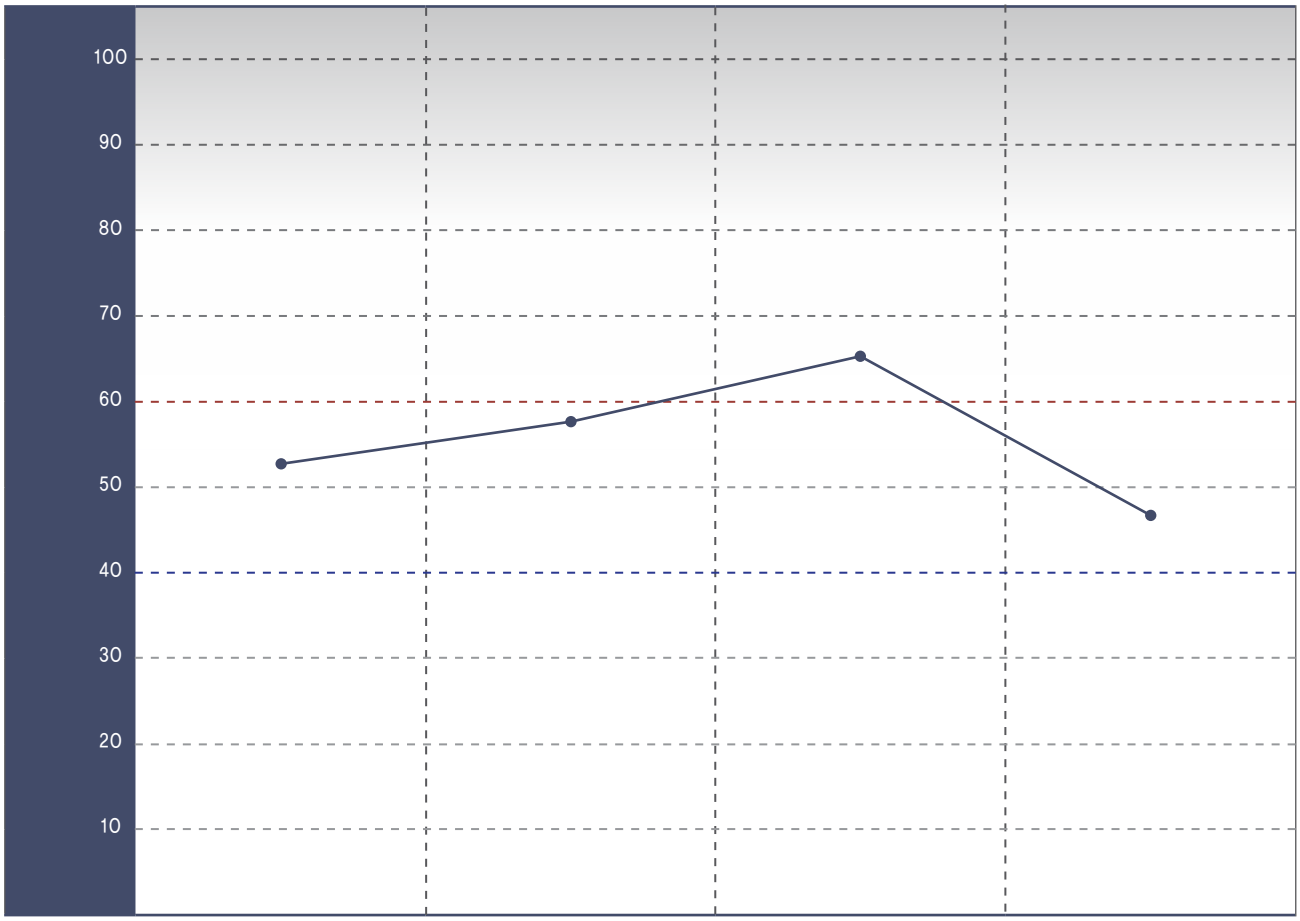
Copyright ⓒ (주)인싸이트, a division of (주)학지사 Publisher. All rights reserved.

타당도 척도

척도	원점수	T점수	참고
불일치 반응	1	–	6점 이상일 경우 문항 응답에 대하여 주의 깊은 검토가 필요합니다.
무응답	0	–	무응답이 많아질수록, 그 결과는 덜 정확하고 덜 의미를 갖기 때문에 해석할 때 신중해야 합니다.
방어성	4	55	T점수가 60 이상일 경우 결과 해석에 대하여 주의 깊은 검토가 필요합니다.

불안 척도

(단위: T점수)



척도	전체 불안	신체적 불안	걱정	사회적 불안
원점수	14	5	8	1
T점수	51	58	65	47
백분위	54	79	93	38
수준	정상	정상	불안	정상

보충 척도

– **수행 불안** 척도는 3 점(55 T)으로 **정상** 수준입니다.

문항 반응

* 문항 반응은 검사대상자의 특정 문항 반응 경향성을 확인하여 검사대상자의 문항별 행동특성을 이해하는 데 용이합니다. 무응답이 있을 경우, 각 척도별 해석에 유의하시기 바랍니다.

타당도 척도	
방어성	
번호	응답
14	1
19	0
24	1
29	1
33	0
38	1
40	0
44	0
48	0

불안 척도					
신체적 불안		걱정		사회적 불안	
번호	응답	번호	응답	번호	응답
1	0	2	1	4	0
5	0	3	0	9	0
7	1	6	1	10	0
11	0	8	0	13	0
15	0	12	0	22	0
20	0	16	1	23	0
25	0	17	1	27	0
31	0	18	1	28	0
34	1	21	0	36	0
39	1	26	1	37	0
43	1	30	0	41	1
46	1	32	1	47	0
		35	1		
		42	0		
		45	0		
		49	0		

보충 척도	
수행 불안	
번호	응답
4	0
8	0
10	0
13	0
23	0
26	1
32	1
37	0
41	1
49	0

응답반응	예	아니오	무응답
	1	0	–

RCMAS-2 척도 구성 및 소개

전체 불안 (TOT)

- 아동 및 청소년의 전반적인 불안 수준을 파악하기 위한 척도이며, 신체적 불안, 걱정, 사회적 불안의 원점수를 모두 합한 총점입니다.
- 점수가 높을 경우 하위척도(신체적 불안, 걱정, 사회적 불안) 및 개별 문항에 대한 반응들을 검토해야 불안의 원인과 속성을 파악할 수 있습니다.

신체적 불안(PHY)

- 신체적 증상으로 나타나는 불안 수준을 파악할 수 있는 척도입니다.
- 높은 점수를 보이는 경우 불안을 경험할 때 신체적 반응, 예를 들어 소화불량, 수면장애, 두통을 경험할 가능성이 높습니다.

걱정(WOR)

- 강박적인 염려 수준을 파악할 수 있는 척도로서, 모호하고 정의하기 힘든 것에 대한 두려움을 느끼는 정도를 측정합니다.
- 점수가 높을 경우, 겁이 많고 환경적 스트레스에 지나치게 예민해지며, 불안을 내면화하는 경향이 있으므로 불안을 보다 공개적으로 다루고 불안에 대처하는 방법을 지도할 필요가 있습니다.

사회적 불안(SOC)

- 대인관계 시 사람들 앞에서 느끼는 불안의 정도를 파악하기 위한 척도로서 학교생활에 문제가 있는 아동을 평가할 때 유용합니다.
- 점수가 높을 경우, 타인의 기대에 부응하지 못하는 것에 대한 불안감이 있으며, 이는 선택적 함구증, 학교 거부 등의 문제로 이어질 수 있습니다.

수행 불안(PER)

- 사회적 불안이 타인과의 관계, 사회적 상황에서의 일반적인 불안을 측정하는 척도라면, 수행불안은 시험, 음악연주, 공개적인 발표 등 특정과제를 수행할 때 느끼는 불안의 정도를 파악하기 위한 척도입니다.
- 점수가 높을 경우, 과제 수행 시 초조함을 느끼고 심한 경우 마비되는 듯한 불안감을 경험할 수 있으며, 그 결과 수행능력의 저하 혹은 자아효능감의 저하로 이어질 수 있습니다.

RCMAS-2 검사는?

RCMAS는 '걱정/예민함', '생리적 불안', '집중/사회적 관심' 이라는 3가지 불안관련척도로 구성되어 개발되었습니다. 최근까지 16개 이상의 다양한 국가와 문화권에서 사용되고 있으며, 국내에서는 1990년에 표준화 연구가 발표되어 다양한 환경에서 사용되면서 유용성이 입증되었습니다.

2008년에 RCMAS를 개정한 RCMAS-2가 발표되었습니다. K·RCMAS-2는 초등학교 3학년에서 고등학교 3학년 사이의 아동 및 청소년을 대상으로 실시하는 검사로서 '예' 혹은 '아니요'로 응답하도록 되어 있습니다. 하위척도도 '신체적 불안, 걱정, 사회적 불안'으로 명칭이 변경되었으며, 일부 문항이 보충되고 수정되었습니다.

K·RCMAS-2는 아동 및 청소년의 불안 수준을 다차원적으로 측정할 수 있는 신뢰롭고 타당한 척도로서 학교 및 상담 현장에서 활용도가 높을 것입니다.

불안을 호소하는 아동 및 청소년

아동 및 청소년의 불안 수준이 높을 경우, 가능한 빨리 개입해 주는 것이 좋습니다. 불안을 유발하는 환경적 요인은 주로 가정이나 학교에서 찾을 수 있습니다.

어린 아동일 경우 가족 내에서, 주로 부모의 행동 때문에 불안을 경험하는 확률이 높기 때문에 교사나 상담가는 부모가 이를 인지할 수 있도록 정보를 제공해 주어야 합니다.

후기 아동기에서는 불안의 주요 원인이 학교와 연관되어 있을 가능성이 큽니다. 사회적 고립, 예를 들어 놀림이나 따돌림으로 인한 트라우마, 혹은 더 심각한 폭력으로 인하여 불안이 야기될 수 있습니다. 이러한 조건에서 야기된 불안에 접근하는 방법은 우선 학교 환경을 개선하고 치료 프로그램을 제공하는 것입니다.

불안을 완화하는 데 특정 활동이 도움이 될 수 있습니다. 불안에 대처하는 방법 중 가장 나쁜 방법은 걱정만 하고 아무것도 하지 않는 것이기 때문에, 신체적 활동, 운동, 이완 혹은 명상, 사회적 활동 유도 등으로 주의를 환기 시켜 경감시킬 필요가 있습니다.

앞서 언급된 방법으로도 불안이 경감되지 않는 아동 및 청소년이라면 다음 단계인 심리치료 혹은 약물치료가 도움이 될 수 있습니다. 인지행동치료는 불안장애 아동에게 특히 효과적인 치료방법이며 연구결과에서도 그 효과가 증명된 방법인데, 불안의 원인과 속성을 이해하고 동시에 불안에 효과적으로 대처하는 방법을 가르쳐 주는 치료법입니다. 사회불안이 심한 아동의 경우, 위협적이지 않으면서도 긍정적 강화를 줄 수 있는 사회적 활동에 참여하게 하는 것이 도움이 됩니다.