



이 설문에서 얻어진 모든 내용은 통계목적 이외에는 절대로 사용할 수 없으며 그 비밀이 보호되도록 통계법(제33조)에 규정되어 있습니다.

ID —

아동·청소년 건강 및 생활습관 조사

안녕하십니까?

한국청소년정책연구원은 국무총리실 산하 국책연구기관으로 아동·청소년관련 각종 조사 연구와 정책개발 업무를 담당·수행하고 있습니다.

이 조사에서는 아동·청소년의 건강 및 생활습관에 대해 질문하고자 합니다. 이 조사에서 얻어진 정보는 여러분들의 보다 나은 미래를 위한 연구 및 정책개발의 소중한 자료로 활용될 것입니다.

또한 여러분께서 응답해 주신 조사내용을 선생님이나 학교에서 절대로 볼 수 없습니다. 여러분의 자유롭고 성의 있는 의견은 여러분을 위한 실질적인 아동·청소년 정책 수립에 중요한 자료로 활용될 것입니다. 따라서 여러분의 의견이 정확하게 정책에 반영될 수 있도록 솔직하고 성실한 응답을 부탁드립니다. 바쁘신데 본 조사에 응해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

2009. 6.

조사주관기관: 국무총리산하 담당연구자: 한국청소년정책연구원 임희진 박사	실사진행기관: (주)메트릭스코퍼레이션 (조사 문의처) (02-6244-0700)
---	---

한국청소년정책연구원
 (137-715) 서울특별시 서초구 태봉로 114
<http://www.nypi.re.kr>

1. 평소 자신의 건강상태가 어떻다고 생각합니까?

- 1) 매우 건강한 편이다
- 2) 건강한 편이다
- 3) 보통이다
- 4) 건강하지 못한 편이다
- 5) 매우 건강하지 못한 편이다

2. 평균적으로 하루 몇 시간 정도 잠을 잡니까? (_____)시간

3. 아기 때 무엇을 먹고 자랐습니까?

- 1) 엄마 젖
- 2) 우유
- 3) 엄마 젖 + 우유

4 다음은 **평상시 자신의 식품 섭취 및 식생활 행동**에 관한 질문입니다. 다음의 각 문항을 하나씩 읽고, 그 문항에 대해 자신이 어디에 해당되는지 하나를 골라 ○표 하세요.

	전혀 그렇지 않다	그렇지 않은 편이다	그런 편이다	매우 그렇다
1) 하루 세끼를 규칙적으로 먹는다	1	2	3	4
2) 주위 사람들의 식사속도에 맞추어 천천히 먹는다	1	2	3	4
3) 평소 식사할 때 적당한 양만큼 먹는다	1	2	3	4
4) 매일 아침을 먹는다	1	2	3	4
5) 매일 규칙적으로 과일을 먹는다	1	2	3	4
6) 매일 채소를 충분하게 먹는다	1	2	3	4
7) 저녁식사 후에 간식을 먹지 않는다	1	2	3	4
8) 당분이 많이 든 사탕, 과자, 탄산음료 등은 먹지 않는다	1	2	3	4
9) 싱겁게 먹으려고 노력한다	1	2	3	4
10) 편식을 하지 않는다	1	2	3	4
11) 외식을 하지 않는 편이다	1	2	3	4
12) 배고프지 않으면 음식이 있어도 먹지 않는다	1	2	3	4
13) 화가 나면 먹는 것으로 해결하는 편이다	1	2	3	4
14) TV나 책을 볼 때 무엇인가를 먹게 된다	1	2	3	4
15) 음식을 먹다가도 체중조절을 위해 자제하는 편이다	1	2	3	4
16) 햄버거, 피자, 아이스크림과 같은 음식은 먹지 않으려고 노력한다	1	2	3	4

5. 다음은 **평상시 자신의 습관**에 대한 질문입니다. 각 문항을 읽고 자신에게 해당되는 번호에 솔직하게 ○표 하세요.

	전혀 그렇지 않다	그렇지 않은 편이다	그런 편이다	매우 그렇다
1) 운동을 매일 규칙적으로 한다	1	2	3	4
2) 일주일에 적어도 3번 정도 20분 이상 운동을 한다	1	2	3	4
3) 체육시간에 열심히 참여한다	1	2	3	4
4) 가까운 거리는 걸어서 다닌다	1	2	3	4
5) TV시청이나 게임을 오래 하는 편이다	1	2	3	4
6) 체중측정을 주기적으로 한다	1	2	3	4

6. 다음 문항들은 **여러분의 느낌과 기분**에 대한 것입니다. 다음의 각 문항에 대하여 그런 느낌을 어느 정도 자주 느꼈는지 해당되는 번호에 ○표 하세요.

	그렇지 않다	가끔씩 그렇다	자주 그렇다
1) 외롭다고 느낀다	1	2	3
2) 잘 운다	1	2	3
3) 고의로 자해행위를 하거나 자살기도를 한다	1	2	3
4) 나는 내가 나쁜 생각이나 나쁜 행동을 할까 두렵다	1	2	3
5) 나는 스스로 완벽해야 된다고 생각한다	1	2	3
6) 아무도 나를 사랑하지 않는다고 느낀다	1	2	3
7) 남들이 나를 해치려한다고 생각한다	1	2	3
8) 나는 가치가 없고 남보다 못하다고 생각한다	1	2	3
9) 나는 신경이 날카롭고 긴장되어 있다	1	2	3
10) 나는 지나치게 겁이 많거나 불안해 한다	1	2	3
11) 나는 지나치게 죄책감을 느낀다	1	2	3
12) 나는 자의식이 지나치고 쉽게 무안해 한다	1	2	3
13) 나는 의심이 많다	1	2	3
14) 자살에 대해 생각한다	1	2	3
15) 나는 불행하다고 생각하거나 슬퍼하고 우울해 한다	1	2	3
16) 나는 걱정이 많다	1	2	3

7. 다음은 여러분이 **스스로를 어떻게 생각하는지**를 물어보는 질문입니다. 각 문항을 읽고 자신의 생각에 해당되는 응답을 하나만 골라 ○표 하세요.

	전혀 그렇지 않다	그렇지 않은 편이다	그런 편이다	매우 그렇다
1) 나는 내가 다른 사람들처럼 가치있는 사람이라고 생각한다	1	2	3	4
2) 나는 내가 좋은 성품을 가졌다고 생각한다	1	2	3	4
3) 나는 대부분의 다른 사람들처럼 일을 잘 할 수 있다	1	2	3	4
4) 나는 내 자신에 대하여 긍정적인 태도를 지니고 있다	1	2	3	4
5) 나는 내 자신에 대하여 대체로 만족한다	1	2	3	4
6) 나는 가끔 내 자신이 쓸모없는 사람이라는 느낌이 든다	1	2	3	4
7) 나는 대체로 내가 실패한 사람이라는 느낌이 든다	1	2	3	4
8) 나는 자랑스러워할 만한 것이 별로 없다	1	2	3	4
9) 나는 때때로 내가 좋지 않은 사람이라고 생각한다	1	2	3	4
10) 나는 내가 내 자신을 좀 더 존경할 수 있게 되었으면 좋겠다	1	2	3	4

8. 다음은 여러분의 **신체에 대한 생각**을 묻는 질문입니다. 각 문항을 하나씩 읽고, 그 문항에 대해 자신이 어디에 해당되는지 하나를 골라 ○표 하세요.

	전혀 그렇지 않다	그렇지 않은 편이다	그런 편이다	매우 그렇다
1) 나는 언제나 남들 앞에 나가기 전에 내 모습이 괜찮은지 확인한다	1	2	3	4
2) 나의 신체는 섹시한 매력이 있다	1	2	3	4
3) 나는 언제나 살찐 것에 대해, 또는 살이 찢까봐 걱정한다	1	2	3	4
4) 나는 내 모습 그대로가 좋다	1	2	3	4
5) 나는 수시로 거울에 비친 내 모습을 살펴본다	1	2	3	4
6) 나는 외출 전 준비하는 시간이 오래 걸린다	1	2	3	4
7) 나는 몸무게가 조금만 변해도 신경이 쓰인다	1	2	3	4
8) 대부분의 사람들은 나를 예쁘다고 여길 것이다	1	2	3	4
9) 내가 항상 멋있게 보이는 것은 중요하다	1	2	3	4
10) 나는 사람들이 내 외모에 대해 어떻게 생각하는지에 관심이 없다	1	2	3	4
11) 나는 신체적인 매력이 없다	1	2	3	4
12) 나는 내 외모에 대해 관심이 없다	1	2	3	4
13) 나는 항상 내 외모를 향상시키려고 노력한다	1	2	3	4

9. 현재 자신의 체형이 어떻다고 생각합니까?

- 1) 매우 마른 편이다
- 2) 약간 마른 편이다
- 3) 보통이다
- 4) 약간 살이 찐 편이다
- 5) 매우 살이 찐 편이다

10. **현재의** 키와 몸무게는 얼마입니까?

키: (_____)cm 몸무게: (_____)kg

11. **원하는** 키와 몸무게는 얼마입니까?

키: (_____)cm 몸무게: (_____)kg

12. 몸무게를 조절하려고 노력한 적이 있습니까?

- 1) 몸무게를 줄이려고 노력했다
- 2) 몸무게를 유지하려고 노력했다
- 3) 몸무게를 늘리려고 노력했다 (☞ 15번으로)
- 4) 몸무게를 조절하려고 노력한 적이 없다 (☞ 15번으로)

13. 몸무게를 줄이거나 유지하기 위해 사용한 방법은 무엇인지 **모두** ○표 하세요.

- 1) 규칙적인 운동
- 2) 단식(24시간 이상 굶은 경우)
- 3) 식사량을 줄임
- 4) 의사 처방을 받아 살 빼는 약 먹음
- 5) 의사 처방 없이 살 빼는 약 먹음
- 6) 설사제 또는 이뇨제 복용
- 7) 식사 후 구토
- 8) 한 가지 음식만 먹는 다이어트(예: 포도, 달걀, 우유 다이어트 등)
- 9) 한약
- 10) 다이어트 식품
- 11) 기타(구체적으로 적어주세요⇒ _____)

14. 위와 같은 방법으로 체중관리를 하는 데 투자한 비용은 얼마입니까?

(_____)원

15. 보건소, 청소년 수련시설, 학교 등에서 실시하는 비만예방프로그램에 대해 알고 있습니까?

- 1) 참가한 적이 있다
- 2) 참가한 적은 없지만 알고 있다
- 3) 모른다

16. 보건소, 청소년 수련시설, 학교 등에서 비만예방프로그램을 실시하는 것이 필요하다고 생각합니까?

- 1) 필요하다
- 2) 필요없다

17. 보건소, 청소년 수련시설, 학교 등에서 실시하는 비만예방프로그램에 참여할 생각이 있습니까?

해당하는 곳에 **모두** ○표 하세요.

- 1) 학기 중 평일 프로그램에 참여할 생각이 있다
- 2) 학기 중 주말 프로그램에 참여할 생각이 있다
- 3) 방학 중 평일 프로그램에 참여할 생각이 있다
- 4) 방학 중 주말 프로그램에 참여할 생각이 있다
- 5) 참여할 생각이 없다

18. 부모님은 나의 체중관리에 어느 정도 관심이 있으십니까?

- 1) 매우 관심이 많다 2) 관심이 있는 편이다 3) 보통이다
- 4) 관심이 없는 편이다 5) 전혀 관심이 없다

19. 아버지의 체형은 어떻습니까?

- 1) 매우 마른 편이다 2) 약간 마른 편이다 3) 보통이다
- 4) 약간 살이 찐 편이다 5) 매우 살이 찐 편이다

20. 어머니의 체형은 어떻습니까?

- 1) 매우 마른 편이다 2) 약간 마른 편이다 3) 보통이다
- 4) 약간 살이 찐 편이다 5) 매우 살이 찐 편이다

21. 학생은 **자신의 모습**에 전반적으로 얼마나 만족하고 있습니까?

- 1) 전혀 만족하지 못한다 2) 만족하지 못하는 편이다 3) 보통이다
- 4) 만족하는 편이다 5) 매우 만족한다

22. 학생은 **자신의 삶**에 전반적으로 얼마나 만족하고 있습니까?

- 1) 전혀 만족하지 못한다 2) 만족하지 못하는 편이다 3) 보통이다
- 4) 만족하는 편이다 5) 매우 만족한다

♣ 조사에 협조해주셔서 감사합니다 ♣

<기본문항 및 면접원 작성 사항>

□ 성별은? _____① 남자 _____② 여자

□ 현재 재학중인 학교의 유형은?

- 1) 초등학교
- 2) 일반 중학교 3) 특성화중 4) 예체능중
- 5) 일반계/인문계 고등학교(종합고 일반계 포함)
- 6) 전문계/실업계 고등학교(종합고 실업계, 특성화고 포함)
- 7) 특수목적고(외고, 과학고) 8) 자립형 사립고 9) 예체능고
- 10) 기타_____

□ 현재 재학중인 학교는 다음 중 어디에 해당되십니까?

- 1) 남녀공학 2) 남학교 3) 여학교

□ 현재 재학중인 학교의 설립유형은 다음 중 어디에 해당되십니까?

- 1) 사립 2) 국립 3) 공립

□ 현재 재학중인 학교의 학년은?

- 1) 1학년 2) 2학년 3) 3학년 4) 4학년 5) 5학년 6) 6학년

□ 현재 함께 살고 있는 사람들을 **모두** 표시하여 주세요.

※ 같이 살고 있진 않지만, 다른 지방의 직장·학교에 다니는 등의 이유로 같이 살지 않는 가족은 포함(단, 결혼해서 같이 살고 있지 않은 형제자매는 제외).

- 1) (외)할아버지 2) (외)할머니 3) 아버지 4) 어머니
- 5) 형제 또는 자매 6) 기타 친척 7) 기타_____ 8) 없음

□ 현재 살고 있는 집은 어디인가요?

(_____)시/도 (_____)시/군/구 (_____)구 (_____)동/읍/면

※ 살고 있는 곳이 서울시 서초구라면 (서울)시/도 (서초)시/군/구 (우면)동/읍/면 으로 표기

※ 살고 있는 곳이 충청남도 아산시라면 (충청남)시/도 (아산)시/군/구 (배방)동/읍/면 으로 표기

※ 공개용 자료에는 시/도까지 제공

□ 가정형편(경제수준)은 다음 중 어디에 해당되나요?

매우 못 산다		<-----	보통 수준	----->	매우 잘 산다	
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

■ 생년월일은? _____년 _____월 _____일

※ 공개용 자료에는 출생년/출생월까지 제공

■ 부모님은 학교를 어디까지 다니셨나요? 부모님 각각에 대하여 응답해 주십시오. (단, 중퇴도 졸업으로 간주함)

구분	중학교 졸업 이하	고등학교 졸업	대학교 졸업	대학원 졸업 (석사 및 박사)
1) 아버지	1	2	3	4
2) 어머니	1	2	3	4

■ 부모님께서서는 현재 직업을 갖고 계신가요? 부모님 각각에 대하여 응답해 주십시오.

구분	현재 직업을 갖고 있는지 여부	
	없음	있음
1) 아버지	1	2
2) 어머니	1	2