光州保健專門大學 論文集 第11輯(1986)
The Journal of Kwangju Health
Junior College Vol. XI

갱년기에 있는 여성과 남성의 건강상태 비교연구

간호과
전임강사 전 은 희

Ⅰ. 서 론

1. 연구의 필요성

갱년기는 내분비와 생식선의 감퇴가 시작되는 시기이고 자율신경계의 평형이 깨지기도 하면서 동시에 젊음과 건강의 상실, 죽음에의 공포, 사회적 성취의 한계를 느끼는일 등 심리적인 자극도 중요시 되는 시기이다.[1] 이 시기에는 정서적인 장애를 일으키는 경우가 많아 일시적으로 경한 우울이나 행동의 변화를 일으키는 정도에서 부터 정신증의 심한 반응까지 일으킬수도 있으며 특히 여성들 가운데 흔한 증상으로서는 월경의 불규칙, 심한 긴장불안, 관민성등이 있다.[2]

갱년기의 연령은 개인에 따라 다소 차이가 있으나 여성의 경우는 40대 후반에서, 남성의 경우는 50대 후반에서 시작되는것이 통례이고 여자에게서는 월경이 그친지 3년내지 7년뒤에 우울증이 발생하는 경우가 흔하다.[1]

Sales는 중년기에 오는 갱년기 위기는 피할수 있는 것이라고 주장하면서 자신에 대해서 이해를 하고 장래에 대해 현실적인 기대를 갖는다면 후년을 좀더 만족하게 보낼수 있을것이라고 하였다.[3]

갱년기란 질환이 아니며 모든 부인들에게 정상적으로 초래되는 발달위기이다. 그리고 이 시기에 대한 반응은 발달기에 따른 위기에 어떻게 대처했느냐에 따라 달라지며 발달기에 따라 제대로 적응을 못한 여성에서는 이 시기중에 정신적인 문제를 초래하게 된다.[4]

지금까지는 여성에게만 갱년기가 나타나 여러가지 알력이 발생한다고 하였으나 남성에게도 이 시기에 여러가지 stress를 받게된다. 그리하여 갱년기 여성들과 남성들의 정신건강상태를 살펴보는것은 중요한 의의가 있다고 보며 특히 실무에 종사하는 사람들이 이들의 건강한 생활을 유지하도록 돕기위해서는 전문적 지식과 기술을 습득하고 이를 실무에 적용하는 노력이 필요하다. 그러므로 갱년기 여성들과 남성들의 정신건강 실행에 도움을 줌으로서 문제해결을 할 수 있는데 다소나마 기여하기 위하여 본 연구를 시도하였다.

2. 연구의 목적

본 연구의 목적은 갱년기에 있는 여성들과 남성들을 대상으로 신체화, 강박증, 예민성,

우울증, 불안, 적대감, 공포증, 편집증, 정신증의 측면별로 나타난 정신건강상태를 파악함에 있다. 이러한 전반적인 목적을 달성하기 위하여 다음과 같은 구체적인 목적을 설정하였다.

1. 남성과 여성간의 일반적인 특성을 비교한다.
2. 남성과 여성간의 정신건강상태를 비교한다.

3. 연구의 제한점

1. 연구대상의 표본수가 적었으므로 전 집단을 대표한다고 추정하기는 어렵다.
2. 본 연구에서 사용한 설문지는 참고문헌을 기초로 연구자가 직접 작성한 것이므로 표준화되지 않은 도구이다.

Ⅱ. 이론적 배경 및 선행연구

갱년기란 중년기 여성에 있어서는 폐경전후를 말하며 상실감, 죄절감, 실망감 등을 극복할 수 있는 능력이 약화되며 일생중에 정신병의 발병빈도가 가장 많은 시기중의 하나이다.[5]

이 시기는 인생의 각가지 열매가 그 결실을 보게되며 신체적으로 많은 변화를 가져오는 시기이기도 한데 갱년기를 맞아 일어나는 어떤 화학적인 변화보다는 갱년기라는 사실자체가 각 개인에게 주는 의미가 훨씬 더 큰 stress의 근원이 된다. 여성의 경우 남편의 가정밖에서의 사회적 활동의 증가, 자녀들의 학교진학, 직장, 결혼 등으로 지금까지의 wife-mother 역할의 감소로서 자존심을 상실하게 되며 자신이 아무런 가치도 없다고 생각하게 된다.[6] 그러나 일상생활에서의 실망과 타격이 축적이 되어 우울증에 빠지기 쉽게 되며 정신집중력의 감소, 의욕상실, 불안정, 고립, 우울, 신경쇠약 및 감정의 변화등의 막연한 표현으로 나타나며 성적증상은 성욕감퇴, 성교시 동통이 가장 대표적인 증상으로 나타나기도 한다.[7]

우리나라에서는 남 호창[8]이 가정부인의 정신건강 진단에 관하여, 권 이혁이 가정부인과 고교생에 관하여 최 수호[9]가 갱년기 여성의 정신건강평가, 이 춘원[10]이 한국 수녀들에 대해서 강 홍순[11]이 여대생에 관해서 오 석찬[12]이 고교생에 관하여 C.M.I를 적용하여 보고한바 있다. 그 연구에서는 부부생활군보다 과부군에서 전체 호소반응의 높은율을 나타냈으며 신체적 호소율은 과부군, 부부생활군, 수녀군의 순서로 나타났다.

최 명성의 연구에서도 우울증은 부부생활군보다 과부군에서 높게 나타났으며 최 공주[13]는 교육정도가 낮은 여성들이 불안증세가 높게 나타났으며 조 숙행,[14] 이 창섭[15]은 경제상태가 중류층에서 정신분열증이, 신경증은 상류층에서 많았다고 보고하였다.

Ⅲ. 연 구 방 법

1. 연구대상 및 자료수집 방법

본 연구의 대상은 K시내에 거주하고 있는 45~55세의 연령인 189명을 대상으로 하였다.

자료수집 기간은 1986년 3월 15일부터 4월 15일까지 1개월 동안이었다.

자료수집 방법은 연구목적과 취지를 설명한 후 전문대학생 10명이 직접 면담을 하여 설문지를 작성하였다.

2. 연구 도구

본 연구에서 사용된 도구는 연구자가 임의로 작성한 9개 문항과 김 광일[11]이 표준화한 90문항으로 구성되어있는 간이 정신진단 검사(Symptom Check List-90-Revision)였다.

이 도구는 9개 증상차원 90개의 문항으로 구성되어 있는데 각 문항은 각각 1개의 심리적인 증상을 대표하고 있다. 대상자는 오늘을 포함해서 지난 7일 동안 경험한 증상정도에 따라 "전혀 없다"는 0점, "약간 있다"는 1점, "웬만큼 있다"는 2점, "꽤 심하다"는 3점, "아주 심하다"는 4점으로 평정하게 되어 있어 각 항목에서 얻어진 점수가 높을수록 상태가 심한것을 의미한다.

3. 자료처리 및 분석방법

수집된 자료는 S.P.S.S.(Statistical Package for the Social Science) Program을 이용하여 전산처리하였다.

대상자들의 일반적 특성은 각 문항별로 실수와 백분율을 산출하고 x^2검정을 하였으며 대상자들의 정신건강상태 비교를 하기 위하여 t-test를 하였다.

Ⅳ. 연구결과 및 고찰

1. 남성과 여성간의 일반적 특성 비교

대상자의 일반적 특성에 따른 분포는 표1과 같다.

1. 배우자의 유무별 분포는 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 없는것으로 나타났다. 즉 남성은 94.3%, 여성은 88.1%로서 대부분 배우자가 있는 것으로 나타났다.

2. 자녀수별로는 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 없는것으로 나타났다. 즉 자녀수가 4~5명이 남성은 54.5%, 여성은 56.4%로 가장 많은 분포를 보였다.

표 1. 일반적 특성별로 본 대상자의 분포도

일반적 특성	남 성 (N=88)		여 성 (N=101)		x^2	자유도	P값
	실수(명)	(비율%)	실수(명)	비율(%)			
배 우 자							
유	83	94.3	89	88.1	1.51552	1	0.2183
무	5	5.7	12	11.9			
자 녀 수							
무	2	2.3	1	1.0			
독자	1	1.1	4	4.0			
2~3명	24	27.3	20	19.8	4.9784	6	0.4185
4~5명	48	54.5	57	56.4			
6~7명	12	13.6	19	18.8			
8~9명	1	1.1	0	0.0			
10명이상	0	0.0	0	0.0			
종 교							
유	33	37.5	56	55.4	5.37947	1	0.0204*
무	55	62.5	45	44.6			
직 업							
유	69	78.4	33	32.7	37.77711	1	0.0000**
무	19	21.6	68	67.3			
직업의 종류							
노 동	7	8.0	3	3.0			
상 업	16	18.2	10	9.9			
농 업	12	13.6	15	14.9			
교 원	7	8.0	4	4.0	23.44047	7	0.0014**
회사원	10	11.4	4	4.0			
전문직	6	6.8	1	1.0			
기 타	20	22.7	33	32.7			
비해당	10	11.4	31	30.7			
가족의 월수입							
10만원미만	6	6.8	4	4.0			
11~20만원	28	31.8	19	18.8			
21~30만원	12	13.6	26	25.7	8.91951	5	0.1782
31~40만원	23	26.1	28	27.7			
41~50만원	15	17.0	21	20.8			
51만원이상	4	4.7	3	3.0			
가족과의 동거상태							
혼 자	5	5.7	7	6.9			
부부만	14	15.9	9	8.9			
부모님과 함께	16	18.2	15	14.9			
장남가족과 함께	10	11.4	6	5.9	10.77807	7	0.1486
장남외 아들가족	4	4.5	7	6.9			
딸가족	0	0.0	4	4.0			
미혼자녀	31	35.2	48	47.5			
기 타	8	9.1	5	5.0			
교육정도							
국민학교	18	20.5	33	32.7			
중 학 교	19	21.6	43	42.6			
고등학교	33	37.5	19	18.8	22.74791	4	0.0001**
대 학 교	14	15.9	5	5.0			
대졸이상	4	4.5	1	1.0			
주거상태							
자 택	74	84.1	76	75.2			
전 세	7	8.0	22	21.8	9.60320	3	0.0223*
월 세	2	2.3	2	2.0			
기 타	5	5.7	1	1.0			

**p<0.01 *p<0.05

3. 종교별로는 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 있는것으로 나타났다($p<0.05$). 즉 남성은 37.5%, 여성은 55.4%로 여성이 종교를 더 많이 갖고있는것으로 나타났다.

4. 직업유무별로는 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 있는것으로 나타났다($p<0.01$) 즉 남성은 78.4%, 여성은 32.7%로 여성보다 남성이 직업을 갖고있는 경우가 더 많았다.

5. 직업의 종류별로는 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 있는것으로 나타났다($p<0.01$). 즉 남성은 상업이 18.2%로 가장 많았고 그 다음이 농업 13.6%, 회사원 11.4%, 순으로 나타났으며 여성은 농업이 14.9%로 가장 많았고 그 다음이 상업 9.9% 순이었다.

6. 가족의 월수입별로는 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 없는것으로 나타났다. 즉 남성은 11~20만원이 31.8%로 가장 많았고, 그 다음이 31~40만원으로 26.1%, 여성은 31~40만원이 27.7%로 가장 많았으며 그 다음이 21~30만원 25.7% 순으로 대부분 40만원 이하의 월수입 분포를 보였다.

7. 가족과의 동거상태별로는 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 없는것으로 나타났다. 즉 남성은 미혼자녀와 함께가 35.2%로 가장 많았고 그 다음이 부모님과 함께 18.2% 부부만 15.9%순이었고 여성도 미혼자녀 47.5%, 부모님과 함께 14.9%, 부부만 8.9%순이었다.

8. 교육정도별로는 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 있는것으로 나타났다($p<0.01$) 즉 남성은 고등학교가 37.5%로 가장 많았고 그 다음이 중학교 21.6%, 국민학교 20.5%순이었고 여성은 중학교가 42.6%로 가장 많았고 그 다음이 국민학교 32.7%, 고등학교 18.8%순으로 대상자의 대부분이 고학력상태는 아닌것으로 나타났다.

9. 주거상태별로는 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 있는것으로 나타났다($p<0.05$) 즉 남성 여성 모두 자택이 84.1%, 75.2%로 가장 많았고 그 다음이 전세의 순으로 나타나 대상자의 대부분은 집을 소유하고 있는 것으로 나타났다.

2. 남성과 여성간의 정신건강상태 비교

남성과 여성들의 정신건강상태에 대한 점수를 t-test로 분석한 결과는 표2와 같다.

1. 남성의 신체화점수의 평균은 11.87, 여성은 15.74으로 여성이 평균적으로 높았으며 그 차이는 통계적으로 유의하였다($p<0.01$).

2. 남성의 강박증점수의 평균은 11.05, 여성은 12.14로 여성이 평균적으로 높았으며 그 차이는 통계적으로 유의하지 않았다.

3. 남성의 예민성점수의 평균은 6.94, 여성은 8.28로 여성이 평균적으로 높았으며 그 차이는 통계적으로 유의하였다($p<0.05$).

4. 남성의 우울증점수의 평균은 12.87, 여성은 15.30으로 여성이 평균적으로 높았으며 그 차이는 통계적으로 유의하였다($p<0.05$).

5. 남성의 불안점수의 평균은 7.75, 여성은 9.12로 여성이 평균적으로 높았으며 그 차이

표 2. 남성과 여성간의 정신건강상태 비교

대상자 / 평균치 / 척도내용	남 성 (N=88) 평 균	여 성 (N=101) 평 균	t값	p값
신 체 화	11.87	15.74	3.32	0.001**
강 박 증	11.65	12.14	1.30	0.196
예 민 성	6.94	8.28	2.12	0.035*
우 울 증	12.87	15.30	2.17	0.031*
불 안	7.75	9.12	1.58	0.116
적 대 감	4.17	4.81	1.24	0.218
공 포 증	2.89	3.76	1.69	0.092
편 집 증	4.43	4.84	0.80	0.427
정 신 증	6.09	7.46	1.72	0.087

**p<0.01 *<0.05

는 통계적으로 유의하지 않았다.

6. 남성의 적대감점수의 평균은 4.17, 여성은 4.81로 여성이 평균적으로 높았으며 그 차이는 통계적으로 유의하지 않았다.

7. 남성의 공포증점수의 평균은 2.89, 여성은 3.76으로 여성이 평균적으로 높았으며 그 차이는 통계적으로 유의하지 않았다.

8. 남성의 편집증점수의 평균은 4.43, 여성은 4.84로 여성이 평균적으로 높았으며 그 차이는 통계적으로 유의하지 않았다.

9. 남성의 정신증점수의 평균은 6.09, 여성은 7.46으로 여성이 평균적으로 높았으며 그 차이는 통계적으로 유의하지 않았다.

이상의 결과를 검토하여 볼때 신체화 척도에서만 통계적으로 유의한 차이(p<0.01)가 있었으며 남성은 우울증점수가 가장 높았고 다음이 신체화의 순이었으며 여성은 신체화점수가 가장 높았고 다음이 우울증의 순이었다. 이는 퇴행성 우울증의 가능성이 많음을 말해주고 있는데 이것은 가정에서 가장역할을 하며 살아가야하고 신체적인 정력의 감소, 일상생활에서의 실망과 타격의 축적 그리고 갱년기를 맞아 일어나는 신체의 화학적인 변화로 인한것으로 분석되며 갱년기에 있는 여성들이 우울증과 신체화로 말미암아 정신건강에 많은 장애를 받고 있다는 남 호창, 최 수호의 보고와도 일치한다. 그러나 지금까지는 여성들만 우울증이 심한것으로 알려져 왔지만 이 연구에서는 남성도 우울증을 가장 크게 경험하고 있는 것으로 나타났다. 그러나 남성과 여성의 정신건강 상태 비교에서는 여성의 점수가 더 높게 나타나 여성이 보다 더 신체적으로나 정신적으로 부담을이 훨씬 큰것이라는 점은 쉽게 생각할 수 있는것이다. 40~50대의 나이라며는 남성은 한창 사회활동이 증가될때이나 여성은 남편과는 물론 자녀들의 성장, 분가로 인하여 대화할 대상이 줄어든데에 대한 고독감과 아내와 어머니로서의 역할갈등, 자신에 대한 무가치감등과 신체적인 노화현상으로 인

하여 정서적 갈등등의 문제가 정신건강에 부정적으로 영향을 줄수 있다고 생각한다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 갱년기에 있는 남성과 여성들간에 일반적 배경의 차이가 있는지를 확인하고 정신건강상태를 신체화, 강박증, 예민성, 우울증, 불안, 적대감, 공포증, 편집증, 정신증의 측면에서 비교하여 이를 기초로 가정이나 사회에서 도움이되도록 객관적이고 과학적인 기초자료를 제공하기 위하여 시작하였다.

본 연구에서 사용한 도구는 김 광일이 표준화한 간이 정신진단검사(SCL-90-R)와 이에 연구자가 직접 작성한 9문항의 설문이었으며 질문지를 통하여 수집하였다.

수집된 자료는 S.P.S.S. program에 의해 평균, x^2, t-test방법으로 분석되었다.

본 연구를 통하여 얻어진 결론은 다음과 같다.

A. 남성과 여성간의 일반적 특성 비교

1. 배우자 유무별로는 대부분 배우자가 있는것으로 나타났다.

2. 자녀수별로는 4~5명이 가장 많은 것으로 나타났다.

3. 종교별로는 여성이 남성보다 종교를 더 많이 갖고있는것으로 나타났다.

4. 직업유무별로는 남성이 여성보다 직업을 갖고있는 경우가 더 많았다.

5. 직업의 종류별로는 남성은 상업이 가장 많았고 여성은 농업이 가장 많은 것으로 나타났다.

6. 가족의 월수입별로는 남성은 11~20만원, 여성은 31~40만원이 가장 많은것으로 나타났다.

7. 가족과의 동거상태는 남성 여성 모두 미혼자녀와 함께 사는것으로 나타났다.

8. 교육정도별로는 남성은 고등학교정도, 여성은 중학교정도가 가장 많은것으로 나타나 모두 중급정도의 학력임을 알 수 있었다.

9. 주거상태별로는 남성 여성 모두 자택을 소유하고 있는것으로 나타났다.

B. 남성과 여성들간의 정신건강상태를 비교한 결과 신체화, 예민성, 우울증의 척도에서만 통계적으로 유의한 차이($p<0.01$, $p<0.05$)가 있었으며 남성은 우울증 점수가 여성은 신체화 점수가 가장 높은것으로 나타났다. 그리고 모든 척도에서 여성의 점수가 더 높게 나타났다.

본 연구결과를 기반으로 다음과 같은 제언을 하고자 한다.

1. 도시와 지방의 비교연구가 필요하다.

2. 일반적 배경에 따른 정신건강상태 비교연구가 필요하다.

참 고 문 헌

1. 이정균(1981), 「정신의학」, 서울 : 일조각, pp.204~205.
2. 김수지(1985), 「정신간호학」, 서울 : 수문사, pp.136~137.
3. Al-Issa, I, (1980), *The Psychology of Women*, Prentice-Hall Inc., pp.110.
4. Emrika Padus (1981), "The Women's encyclopedia of Health and natural healing", *Prevention megazine*, Rodale Press, pp.372~378.
5. 한동세(1982), 「정신과학」, 서울 : 일조각, pp.67.
6. 이병윤·곽동일(1983), 「정신과 간호학」, 서울 : 수문사, pp.121~122.
7. 유숙자(1982), 「정신간호총론」, 서울 : 수문사, pp.212~213.
8. 남호창(1965), "코오넬 의학지수에 관한연구", **현대의학, 제3권**, 4호, pp.359~378.
9. 최수호(1972), "C.M.I.에 의한 갱년기 여성의 정신건강평가", **카톨릭대학 의학부 논문집, 제23권**, pp.387~393.
10. 이춘원(1975), "한국수녀들의 코오넬 의학지수에 의한 정신 및 신체적 건강평가", **카톨릭대학 의학부 논문집, 제28권**, pp.421~433.
11. 강홍순(1972), "C.M.I.에 의한 여대생의 정신건강 평가", **최신의학, 제15권**, pp.95~98.
12. 오석환(1967), "C.M.I.에 의한 고교생의 정신건강 진단에 관한 연구", **신경정신 의학 ,제6권** 1호, pp.57~62.
13. 최공주(1982), "M.A.S.에 의한 갱년기 부인의 불안도 평가", **경기 간전대학 논문집, 제13권**, pp.251~269.
14. 조숙행(1979), "청소년의 정신장애에 대한 임상적 고찰", **신경정신의학, 제18권**, 3호, pp.298.
15. 이창섭(1977), "청소년의 정신장애에 대한 임상적 고찰", **신경정신의학, 제16권**, 2호, pp.168~174.
16. 김광일(1976), "간이 정신진단검사의 한국한 표준화 연구 I", **신경정신 의학, 제17권**, 4호, pp.449~458.

A Study on the Mental Health Status of Male and Female in Involutional Period

Eun-Hee Jun
Dept. of Nursing
Kwangju Health Junior College

>*Abstract*<

This study was attempted to assess the mental health status between male and female in involutional period.

The purpose of this study was to determine factors influencing mental health status and to provide objective and scientific data with the health educaution, the treatment and the nursing care.

In involutional period, 88 members of males and 101 members of female who were between 45 and 55 years old.

Data for this study was collected from March 15 to April 15, 1986.

Analysis of data was done by using x^2, t-test.

The results are as follows:

A depression status to a group of males and somatization status to a group of females expressed the highest response.

〈부 록〉

*다음 사항을 읽어보시고 해당란에 ○표를 하여주십시오.

1. 연 령: _____세
2. 성 별: 남_____ 여_____
3. 배우자: 유_____ 무_____
4. 자녀수: _____명
5. 종 교: 유_____ 무_____
6. 직 업: _____유 무_____
7. 직업이 있다면 무엇입니까?:
   노동_____ 상업_____ 농업_____ 교원_____ 회사원_____ 전문직_____ 기타_____
8. 가족의 월수입: 10만원 미만_____ 10~20만원_____ 21~30만원_____ 31~40만원_____
   41~50만원_____ 51만원이상_____
9. 가족의 동거상태: 혼자_____ 부부만_____ 부모님과 함께_____ 장남가족과 함께_____
   장남의 아들가족_____ 딸가족_____ 미혼자녀_____ 기타_____
10. 교육정도: 국민학교_____ 중학교_____ 고등학교_____ 대학교_____ 대졸이상_____
11. 주거상태: 자택_____ 전세_____ 월세_____ 기타_____

*아래 문항들은 우리가 때때로 나타내는 문제들을 항목으로 모아놓은 것입니다. 자세히 읽어보시고 당신이 지난 7일동안 이런 문제때문에 얼마나 괴로와했는지를 평가해 보십시요. 그런 후에 다섯가지 대답가운데 당신의 상태를 가장 잘 나타낸 대답을 하나 골라서 "○"표를 하십시요.
문제를 하나도 빼지말고 반드시 한가지만 대답하십시요.

1. 머리가 아프다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
2. 신경이 예민하고 마음의 안정이 안된다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
3. 쓸데 없는 생각이 머리에서 떠나지 않는다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
4. 어지럽거나 현기증이 난다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
5. 성욕이 감퇴되었다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
6. 다른 사람들이 못마땅하게 보인다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
7. 누가 내 생각을 조정하는 것 같다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
8. 다른 사람들이 나를 비난하는 것 같다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
9. 기억력이 좋지 않다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
10. 조심성이 없어서 걱정이다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
11. 사소한 일에도 짜증이 난다.
   전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____

12. 가슴이나 심장이 아프다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
13. 넓은 장소나 거리에 나가면 두렵다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
14. 기운이 없고 침체된 기분이다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
15. 죽고 싶은 생각이 든다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
16. 다른 사람은 듯지 못하는 헛소리가 들린다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
17. 몸이나 마음이 떨린다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
18. 사람들이란 믿을것이 못된다는 생각이 든다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
19. 입맛이 없다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
20. 울기를 잘 한다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
21. 이성을 대하면 어색하거나 부끄럽다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
22. 어떤 함정에 빠져날 수 없는 기분이 든다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
23. 별 이유없이 깜짝 놀란다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
24. 자신도 걷잡을 수 없이 울화가 터진다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
25. 혼자서 집을 나서기가 두렵다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
26. 자책을 잘한다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
27. 허리가 아프다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
28. 하고자 하는 일이 뜻대로 안되고 막히는 기분이다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
29. 외롭다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
30. 기분이 울적하다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
31. 매사에 걱정이 많다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____
32. 매사에 관심과 흥미가 없다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 퍽 심하다____ 아주 심하다____

33. 두려운 느낌이 든다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
34. 쉽게 기분이 상한다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
35. 나의 사사로운 생각을 남이 아는 것 같다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
36. 다른 사람들이 나를 이해 못하는 것 같다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
37. 다른 사람들이 나를 싫어하거나 나에게 불친절하다고 느낀다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
38. 매사에 정확을 기하느라고 일을 제 때에 해내지 못한다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
39. 심장(가슴)이 마구 뛴다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
40. 구역질이 나거나 게운다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
41. 내가 남보다 못한 것 같다(열등감을 느낀다).
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
42. 근육통 또는 신경통이 있다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
43. 다른 사람들이 나를 감시하거나 나에 관해서 쑥덕거리는 것 같다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
44. 잠들기가 어렵다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
45. 매사를 확인하고 또 확인하고 해야만 마음이 놓인다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
46. 결단력이 부족하다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
47. 자동차나 기차를 타기가 두렵다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
48. 숨쉬기가 거북하다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
49. 목이 화끈거리거나 찰 때(냉할 때)가 있다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
50. 어떤 물건이나 장소 혹은 행위가 겁나서 피해야 했다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
51. 마음속이 텅 빈 것 같다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
52. 몸의 일부가 저리거나 짜릿짜릿하다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
53. 목에 무슨 덩어리가 걸린 것 같다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____

54. 장래가 희망없는 것 같다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
55. 주의집중이 잘 안되는 것 같다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
56. 몸의 어느 부위가 힘이 없다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
57. 긴장이 된다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
58. 팔 다리가 목직하다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
59. 죽음에 대한 생각을 한다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
60. 과식한다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
61. 남들이 나를 쳐다보거나 나에 관해서 이야기할 때는 거북해진다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
62. 내가 생각하는 것이 내 생각 같지 않다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
63. 누구를 때리거나 해치고 싶은 충동이 생긴다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
64. 새벽에 일찍 잠이 깬다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
65. 만지고, 씻하고 씻고 하는 것과 같은 행동을 반복하게 된다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
66. 잠을 설친다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
67. 무엇을 때려부수고 싶은 충동이 생긴다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
68. 다른 사람들에게는 없는 생각이나 신념을 갖고 있다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
69. 다른 사람과 함께 있을때는 나의 언행에 신경을 쓰게 된다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
70. 시장이나 극장처럼 사람이 많이 모인곳에 가면 거북하다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
71. 매사가 힘들다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
72. 공포에 휩싸이는 때가 있다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
73. 여러 사람이 있는 곳에서 먹고 마시기가 거북하다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____
74. 잘 다툰다.
전혀 없다____ 약간 있다____ 웬 만큼 있다____ 꽤 심하다____ 아주 심하다____

75. 혼자 있으면 마음이 안놓이거나 두렵다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
76. 다른 사람들이 내 공로를 인정하지 않는다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
77. 사람들과 함께 있을 때에도 고독을 느낀다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
78. 안절부절해서 가만히 앉아 있을 수가 없다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
79. 허무한 느낌이 든다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
80. 낯익은 것들도 생소하거나 비현실적인 것 처럼 느낀다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
81. 고함을 지르거나 물건을 내 던진다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
82. 사람들 앞에서 쓰러질까 봐 걱정한다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
83. 그냥 놓아두면 사람들에게 내가 이용당할 것 같다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
84. 성 문제로 고민한다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
85. 내 죄 때문에 벌을 받아야 한다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
86. 무슨 일이든 조급해서 안절부절한다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
87. 내 몸 어딘가가 병 들었다고 생각한다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
88. 늘 남과 동떨어져 있는 느낌이다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
89. 죄를 지었거나 잘못을 저질렀다고 느낀다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____
90. 내 마음 어딘가 이상하다고 생각한다.
전혀 없다_____ 약간 있다_____ 웬 만큼 있다_____ 꽤 심하다_____ 아주 심하다_____