

생활 영역에 대한 다음 설명을 읽고, 자신과 가장 비슷한 설명에 동그라미를 쳐주세요:

건강/정신건강		아뇨, 전혀	예, 어느 정도		확실히	해당 없음
			4	5		
1. 정신건강 서비스를 계속 이용하는 방법, 또는 다시 시작하는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
2. 내 파일이 필요할 때 사본을 어떻게 구하는지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
3. 내가 가진 문제가 무엇이며 도움이 필요할 때 어떻게 하는지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
4. 치료사나 의사를 찾는 방법과 진료 약속을 만드는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
5. 내가 복용하는 약 이름을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
6. 내가 약을 왜 먹는지 알고 있으며, 말할 수 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음
7. 약이 떨어지지 않도록 약을 추가로 받는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
8. 약물이나 알코올로 인한 문제가 있을 때 도움을 받는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
9. 불법 약물이나 알코올 섭취, 흡연을 하면 내 몸이 어떻게 될 수 있는지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
10. 내가 복용하는 약물의 부작용을 설명할 수 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음
11. 나는 자기 관리를 적절하게 한다.	1	2	3	4	5	해당 없음
12. 스트레스 관리를 위한 몇 가지 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
13. 임신과 성병을 피하기 위해 어떻게 해야 하는지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
행동/의견:						

사회성 능력		아뇨, 전혀	예, 어느 정도		확실히	해당 없음
			4	5		
1. 시간이 자유로울 때 스스로 어려움에 빠져들게 하지 않는 일을 찾아낸다.	1	2	3	4	5	해당 없음
2. 내가 좋아하는 것을 위해 긍정적인 자유 시간을 보낸다.	1	2	3	4	5	해당 없음
3. 나는 단체 활동에 참여한다 (스포츠, 청소년 그룹, 기타).	1	2	3	4	5	해당 없음
4. 내가 지금 느끼는 것을 설명할 수 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음
5. 나를 미치도록 만드는 것이 있다면 소리치거나, 때리거나, 물건을 부수지 않고 문제를 다룰 수 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음
6. 문제가 있으면 친구/가족과 대화한다.	1	2	3	4	5	해당 없음
7. 나에게 도움이 되는 가족이나 친구가 있으면 좋겠다.	1	2	3	4	5	해당 없음
8. 같은 나이의 친구들이 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음
9. 다른 사람에게 공손하게 대하는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
10. 새로 만나는 사람들에게 스스로 소개할 수 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음
11. 나는 훌륭한 청취자가 되는 방법을 알고 있으며, 이해를 돋기 위하여 질문하는 방법도 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음
12. 이웃 사람들에게 도울 수 있는 몇 가지 방법을 알고 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음
13. 나의 문화적 배경을 설명할 수 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음
행동/의견:						

일상 생활 기능	아뇨, 전혀 어느 정도					예, 확실히	해당 없음
	1	2	3	4	5		
1. 긴급 상황이 발생할 때 누구에게 전화해야 하는지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
2. 나는 이빨과 몸을 깨끗하게 유지한다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
3. 내 세탁물을 빨래하는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
4. 나는 방을 깨끗하게 유지한다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
5. 식료품점에서 물건을 사는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
6. 내가 먹을 식사의 조리 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
7. 건강 유지를 위해서 어떤 음식을 먹어야 하는지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
8. 운전면허증 또는 캘리포니아 I.D.를 어떻게 만드는지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
9. 버스나 기타 대중교통수단 이용 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
10. 다른 사람에게 내가 사는 곳 가는 방법을 알려줄 수 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
11. 내가 아프거나 상처가 나면 스스로 돌볼 수 있고, 어디에서 도움을 받아야 하는지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
12. 집에 있는 물품이 고장나면 수리되게 하는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
13. 우리 집에서 어떤 것이 안전하지 않을 수 있는지 알고, 고치는 방법도 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
14. 살 곳을 찾는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	

행동/의견: \_\_\_\_\_

금전	아뇨, 전혀 어느 정도					예, 확실히	해당 없음
	1	2	3	4	5		
1. 나는 돈을 어떻게 관리하는지 알고 있으며, 청구서는 언제나 제때 지불할 수 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
2. 나는 수표에 서명하는 방법, 신용카드나 현금카드 사용법, 현금 지불 방법과 잔돈 받는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
3. 여러 가지 물건을 원하지만 돈이 충분하지 않을 때 먼저 살 것을 결정하는 방법을 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
4. 신용카드로 물건을 사면 좋은 점과 나쁜 점이 무엇인지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	

행동/의견: \_\_\_\_\_

교육/직업	아뇨, 전혀 어느 정도					예, 확실히	해당 없음
	1	2	3	4	5		
1. 새로운 것을 배우면 좋은 점이 무엇인지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
2. 내가 하고 싶은 것이 무엇인지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
3. 내가 잘 하는 일이 무엇인지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
4. 나의 교육 목표를 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
5. 나의 교육 목표를 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
6. 내가 가지고 싶은 직업이나 경력에 어떤 종류가 있는지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
7. 나의 경력 조건에 어떤 교육이나 훈련이 필요한지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
8. 조직이 요구하는 활동/수업의 종류가 무엇인지 안다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
9. 매일 출근 시간을 지키는 것이 매우 중요하다는 것을 알며, 나는 그렇게 할 수 있다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
10. 나는 일을 제때 처리한다.	1	2	3	4	5	해당 없음	
11. 나는 상관/선생님의 지시를 따른다.	1	2	3	4	5	해당 없음	

행동/의견: \_\_\_\_\_

직원은 반드시 다루어야 할 사항에 대한 안내를 확인합니다.

샌디에고 카운티 - CMHS

청소년 전환 자기 평가

내담자: \_\_\_\_\_

InSyst #: \_\_\_\_\_

프로그램: \_\_\_\_\_