

2018-2

학습멘토링 프로그램

2주차 교육



2주차 교육 목차

1. 1주차 멘토링 활동 점검하기

2. 멘토-멘티 활동 안내

3. 활동계획 세우기

4. 멘티의 이야기를 들어보자(멘토링 기법)

5. 경청하기 연습

6. 학습유형검사



★ 1주차 멘토링 활동 점검하기

- ✓ 자기소개는 했나요?
- ✓ 멘토와 멘티가 서로 라포형성이 되었나요?
- ✓ 대학생활적응 설문지는 실시하였나요?
- ✓ 학습멘토링 프로그램에 대한 설명을 해주었나요?
- ✓ 멘토링 활동 시간과 요일을 협의하였나요?
- ✓ 멘토링 활동에서 함께 할 약속은 정했나요?
- ✓ 멘티를 만나본 소감은 어떤가요?



★ 2회기 멘토링 활동 안내

✓ 멘토링 활동 계획 세우기

✓ 1회기에 작성한 대학생활 적응 설문지를 토대로 멘티의 대학생활 적응 어려움이나 학업에 대한 고민 나누기

✓ 학생생활상담센터 방문하여 학습유형검사 실시 및 해석 받기



3. 활동계획 세우기

예시자료



회기	활동 내용
1회기	학습멘토링 프로그램 소개 및 자기소개(멘토-멘티), 약속하기 대학생활 적응 사전 설문지작성
2회기	활동 계획세우기, 학업 및 대학생활 어려움에 대한 고민 나누기
3회기	중간고사 계획표 작성하기, 효율적인 학습방법 나누기
4회기	도서관에서 함께 공부하기
5회기	수업 과제 도와주기
6회기	멘티의 학습 방법 및 습관에 대해 검토하기
7회기	미래의 꿈 찾기(진로에 대한 이야기 나누기)
8회기	학업고민에 대한 해결책 찾기
9회기	기말시험 계획표 작성하기
10회기	멘토-멘티 활동에 대한 서로의 소감 나누기



3. 활동계획 세우기

예시자료



회기	활동 내용
1회기	학습멘토링 프로그램 소개 및 자기소개(멘토-멘티), 약속하기 대학생활 적응설문지작성
2회기	활동 계획세우기, 진로에 대한 계획(목표에 대한 구체적인 해결책 정리해보기)
3회기	○○학과 실험실을 방문하여 실험실에서 이루어지는 학과 활동내용 제공
4회기	대학생활고민 함께 나누기
5회기	교내 및 교외에서 이루어지는 활동 프로그램에 대한 정보 제공
6회기	전공 수업 시험 준비
7회기	전공과 관련한 자격증에 대한 정보 제공
8회기	전공에 대한 진로 방향에 대한 정보 제공
9회기	기말시험 계획표 작성하기
10회기	멘토-멘티 활동에 대한 서로의 소감 나누기



활동계획서에 작성하여 제출하기



[ACE] 2018-2 (15기) 학습멘토링 프로그램 활동계획서

소 속		대학		학과(부)		학년	
학 번				성 명			
회기	날짜	시간	활동내용				
1	9/27	16:30~17:30	▶ 학습멘토링 프로그램의 소개 및 서로의 소개 : 앞으로의 학습멘토링 계획을 설계				
2	10/10	17:30~18:30	▶ 진로에 대한 계획 및 고민 고려 : 목표에 대한 구체적인 해결책 정리해보기				
3	10/16	16:00~17:30	▶ 식품공학실험실 내부 살펴보기 : 실험실에 대한 활동내용 제공				
4	10/18	16:15~17:15	▶ 대학생활의 고민이나 질문에 대해 대화 : 학교생활의 힘든 점, 생활 변화 등의 주제				
5	10/24	17:00~18:00	▶ 교내 또는 교외활동 프로그램 정보 제공 : 사이트 및 각 프로그램의 장점 정보 제공				
6	10/27	13:30~14:30	▶ 전공 강의의 시험 준비 : 수업 내용 및 공부에 대한 정보 제공				
7	11/3	15:00~16:00	▶ 전공 관련 자격증에 대한 정보 제공 : 관련 자격증의 시험 기간, 습득 방법				
8	11/6	16:30~17:30	▶ 전공에 대한 진로계획에 대해 대화 : 다양한 진로 정보 제공				
9	11/14	16:00~17:00	▶ 심리검사의 장점 및 종류 정보 제공 : MBTI에 대한 설명 제공				
10	11/21	16:15~17:15	▶ 도서관 탐방 체험학습 및 학습멘토링 마무리 : 도서관에 대한 정보 제공				
대학							
생활							
문화							
체험							
활동							

위와 같이 2018학년도 2학기 학습멘토링 프로그램 멘토 활동계획서를 제출합니다.

2018년 4월 1일

제 출 자 : _____ (인)

4. 멘티의 이야기를 들어보자 (관심 기울이기)

- 심리적으로 멘티에게 주의를 집중하는 것
 - ✓ 긴장을 푼다
 - ✓ 멘티를 향해서 앉는다
 - ✓ 개방적인 자세를 취한다
 - ✓ 때때로 상대방을 향해 몸을 기울인다
 - ✓ 시선 접촉을 적절히 한다(눈맞춤)



4. 멘티의 이야기를 들어보자

(경청: 언어적 메시지)

- ✓ 멘티에게 있었던 사실이나 사건
- ✓ 멘티의 생각
- ✓ 멘티의 감정 또는 정서



4. 멘티의 이야기를 들어보자

(경청: 비언어적 메시지)

- ✓ 눈: 시선, 눈 깜빡임, 눈물을 글썽임, 눈에 힘이 들어감
- ✓ 몸의 자세: 웅크림, 뒤로 젖힘 등
- ✓ 손발의 제스처: 손발의 움직임, 주먹을 쥐, 뒤통수를 긁적임 등
- ✓ 얼굴표정: 미소, 미간을 찌푸림, 입술이 떨림 등
- ✓ 목소리: 톤의 고저, 강약, 유창성, 떨림 등
- ✓ 생리적 반응: 얼굴 빨개짐, 창백해짐, 급한 호흡, 동공확대, 땀이 남
- ✓ 기타: 복장, 화장, 위생상태 등



4. 멘티의 이야기를 들어보자 (경청의 태도)

- ✓ **시선**을 통한 접촉 : 너를 이해한다는 뜻을 전달
- ✓ 멘토의 **자세** : 멘티 쪽으로 약간 몸을 기울이는 것이 좋다.
- ✓ 멘토의 **몸짓** : 고개를 끄덕임
- ✓ 멘토의 **언어행동** : 음, 그렇구나, 아~ 알았어요



4. 멘티의 이야기를 들어보자

(경청할 때 주의 할 점)

✓멘티가 하는 이야기를 듣고 있는 중 멘티의 생각이 틀렸거나 조언을
해주고 싶더라도, 멘티가 하는 이야기를 충분히 들어주어야 함.



5. 경청하기 연습

고등학교 때는 시간표도 다 짜주고 교실에 앉아있으면 되는데,
대학교는 강의실도 찾아다녀야하고 수업마다 이동해야 하는데
개강하고 강의실 찾느라 엄청 힘들었어요.



그랬구나... 어디에 있는 강의실인지 찾기 힘들었을 것 같아.
나도 1학년 때는 강의실 찾는다고 여기저기 많이 물어봤었거든.



5. 경청하기 연습

두 사람씩 짝을 지어 최근에 힘들거나
기분이 상했던 경험을 서로 이야기
하면서 경청하지 않는 태도로 들어보자.

상대방이 경청하지 않는 태도로 들을 때
어떤 느낌이 드는지 서로 이야기해 보자.



5. 경청하기 연습

두 사람씩 짝을 지어 최근에 즐거웠던 경험을 서로 이야기 하면서 최대한 경청하는 태도로 들어보자.

상대방이 내 이야기를 경청할 때 어떤 느낌이 드는지 서로 이야기해 보자.



6. 학습유형검사

- ✓ 개인의 성격을 탐색하기(4가지 성격: 행동, 규범, 탐구, 이상형)
- ✓ 개인별 성격에 맞는 학습법 이해하기
- ✓ 학습행동유형 탐색하기(6가지: 반항, 완벽주의, 고군분투, 잡념, 만족, 외곬형)
- ✓ 학습 상황에서 경험하는 어려움 확인하기
- ✓ 결과를 통해 학습에 대한 어려움 극복 방법 모색하기



U&I 학습유형검사 기초진단보고서

안현진님 (여/26세)

전문가 : 대구대학교 학생생활상담센터
검사일 : 2016. 04. 06.
생년월일 : 1993. 01. 27.
계열학과 : 인문계열 심리학과

- I 학습 성격 유형과 행동 특성
- II 학습 행동과 심리상태
- III 전공 및 진로 선택 방향

www.yonwoo.com
연우심리개발원
서울시 서초구 서초동 144A-11 (호림로 60길 23-5) ☎ 02) 553-9802 ☎ 02) 566-2877

6. 학습유형검사 신청

1. 학생생활상담센터 방문하기
2. 학습멘토링 프로그램 멘티입니다. 학습유형검사 신청하러 왔습니다
3. 검사 신청서 작성
4. 메일주소로 학습유형검사 전송
5. 멘티가 컴퓨터 or 휴대폰으로 학습유형검사 실시(온라인실시)
6. 예약한 날짜에 방문하여 학습유형검사 해석 듣기
7. 결과지를 받아 멘토와 함께 만나기
8. 학습유형검사 결과를 통한 멘티의 생각 들어주기



6. 학습유형검사 해석(4가지 성격: 행동, 규범, 탐구, 이상형)

행동형

- 활동적이고, 적극적
- 자기주장이 강함
- 통제 받는 것을 싫어함
- 직접 체험하거나 경험하는 것을 좋아함
- 반복되는 일상 보다 새로운 시도를 좋아함
- 충동적이고 즉흥적이라 계획성이 부족

✓ **계획표를 작성하여 공부할 수 있도록 해주어야 함**

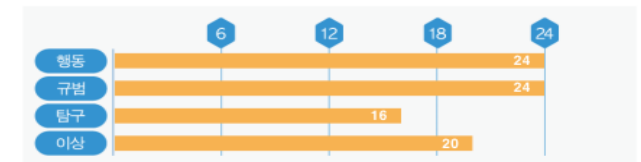


I

학습 성격 유형과 행동 특성

L&I 학습유형검사에 의한 학습성격유형 진단 결과입니다.

L&I 학습유형검사는 4가지 성격조합에 따라 총 14개의 학습성격유형으로 구분하고 있습니다.



안현진님의 학습성격 유형은 행동-규범-이상형입니다.

학생은 도전적이고 독립적이며 자유로운 행동 성향과 공손하고 예의 바르며 관습이나 규범을 잘 준수하는 규범적인 성향, 그리고 상상력과 감성이 풍부하며 예민하고 섬세한 이상 성향이 결합되어 있는 유형입니다. 그렇기 때문에 적극적이고 도전적이고 활기차면서도 뒷사람들의 말에 순종적이고 관습을 잘 지키는 한편, 따뜻한 마음이 넘치고 인정이 많아 타고난 관리자 유형이며 누구에게나 인기가 많습니다.

정의와 명예를 중시합니다

학생은 주관이 뚜렷하고 생각이 곧으며 불의를 보면 참지 못합니다. 옳고 그름에 대한 판단도 분명해서 자신이 부당한 대우를 받는 것도 싫어하지만, 남에게 부당한 대우를 하는 것도 무척 싫어합니다. 평소에도 개인적인 이익보다는 전체의 이익을 먼저 생각하며, 경제적인 이익보다는 명예를 중시하고, 국가와 민족을 위해 자신을 기꺼이 희생할 수 있다는 자세를 갖추고 있습니다. 역사에 나오는 수많은 충신들 가운데 이 유형이 많습니다.



6. 학습유형검사 해석(4가지 성격: 행동, 규범, 탐구, 이상형)

규범형

- 책임감이 강함
- 계획성이 있고 성실함
- 정해진 규칙 따르는 것을 좋아함
- 변화되는 상황을 두려워함(임기응변X)
- 신중하고 꼼꼼함
- 완벽함을 추구하기도 하며, 많은 노력과 시간을 기울임
- 인정욕구가 강하며, 칭찬을 받으면 더 열심히 함

✓ 갑작스러운 상황에 대처 할 수 있도록 공부계획 작성하기



6. 학습유형검사 해석(4가지 성격: 행동, 규범, 탐구, 이상형)

탐구형

- 호기심이 많음
- 세상에서 일어나는 일에 대한 원인과 법칙에 대한 관심
- 관심있는 분야에만 몰두(성적의 편차가 큼)
- 독특한 생각으로 인한 대인관계 어려움 경험 가능성 있음
- 자기세계에 대한 깊은 몰입으로 현실 둔감
- 점수가 낮으면 공부에 대한 욕구가 없고 타인에게 의존적 경향

✓ 성적 편차를 줄이기 위해 관심 없는 과목에 대한 흥미 유발



6. 학습유형검사 해석(4가지 성격: 행동, 규범, 탐구, 이상형)

이상형

- 타인에 대한 이해와 배려심이 깊음
- 상황에 대한 주관적 경향
- 감정적이고 친밀한 관계를 맺고자 함
- 타인의 눈치를 많이 봄
- 비난이나 강압적인 분위기에 위축
- 공사구분이 불분명하고 과업지향적인면이 강함
- 점수가 낮을 경우 자기중심적이고 타인과의 관계에 중요성을 느끼지 않음

✓ 인간적인 학습 분위기 조성을 통해 칭찬과 지지를 해주어야 함



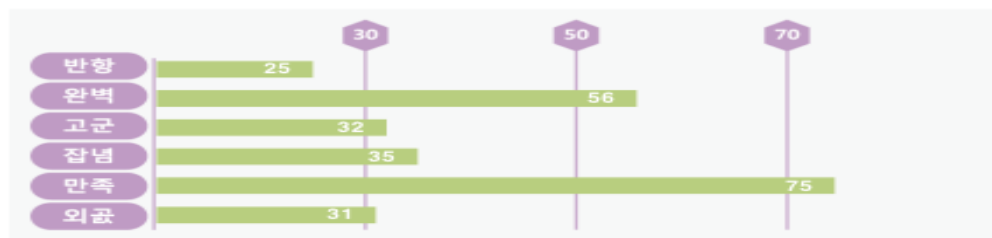
6. 학습유형검사 해석 (6가지 행동: 반항, 완벽주의, 고군분투, 잡념, 만족, 외곬)

II

학습 행동과 심리 상태

U&I 학습유형검사에 의한 학습유형 진단결과입니다.

각각의 항목들은 학습과 관련하여 보일 수 있는 행동유형과 그에 따른 심리상태를 나타냅니다.



안현진님의 학습행동 유형은 만족형입니다.

현재 학생은 자신의 성적에 대해 아주 만족하고 있는 것 같습니다. 대학 생활이나 친구들과의 관계도 좋은 것 같으며 아주 즐겁게 지내고 있는 것 같습니다. 정서적으로 아주 안정적이고 스스로도 현실에 만족하며 지내고 있는 것 같습니다. 다만 학생은 자신의 성적에 대해 '이 정도면 되었어. 더 열심히 할 필요가 있나?' 라고 생각하며 자신의 능력에 비해 학업에 대한 욕심이 다소 부족할 수 있습니다. 따라서 학생의 성격적 장점과 능력에 대해 충분히 인식하여, 최고가 될 수 있다는 확신감과 자신감을 가지기를 바랍니다. 학생은 도전적이고 진취적이며 리더십이 뛰어납니다. 주어진 일에 대한 책임의식이 강하고 맡은 일을 성실하게 수행하는 성향이 강합니다. 또한 스케일이 크기 때문에 장래 꿈이 높을수록, 책임있는 자리에 있을 때 능력 발휘를 더 잘할 수 있습니다. 따라서 학생은 대학생할 때 미리 리더십을 길러놓아야 합니다. 대학생할 중에 반드시 리더 역할-학과 대표나 단과대학 대표, 부학생회장, 총학생회장, 동아리 회장 등의 대학 내 리더 및 다양한 사회단체, 친목단체의 리더-을 하시기 바랍니다. 학과 대표나 단과대학 대표, 부학생회장, 총학생회장, 동아리 회장 등의 대학 내 리더



6. 학습유형검사 해석 (6가지 행동: 반항, 완벽주의, 고군분투, 잡념, 만족, 외곬)

✓ 반항형

- 학습에 대한 반감
- 학습하는 것이 미래의 직업이나 실제 생활과 관련없다고 생각
- 학교 적응에 어려움
- 공부에 대한 흥미 결여
- 학습습관 형성 결여
- 점수가 낮을 경우 순응적
- 점수가 낮을 경우 수동적

✓ 완벽주의형

- 학업성취에 대한 열의와 기대 수준이 높음
- 학업에 열중적이며 경쟁의식이 강함
- 목표의식이 뚜렷하나 자신의 능력보다 기준이 높을 경우 학업성취에 방해
- 사소한 것이라도 놓치지 않기 위해 꼼꼼히 필기함
- 완벽성이 지나칠 경우 실패가 예상되면 쉽게 포기함
- 점수가 낮을 경우 게으르고 무계획적



6. 학습유형검사 해석 (6가지 행동: 반항, 완벽주의, 고군분투, 잡념, 만족, 외곬)

✓ 고군분투형

- 노력한 만큼 성적이 향상되지 않음
- 시간계획 실패
- 적절한 학습목표 설정 실패
- 노트 필기법, 요점 파악 실패
- 학습에 대한 막막함
- 낮은 경우 학습에 대한 어려움 없이 노력한 만큼 성취하고 있음

✓ 잡념형

- 공부 외 가정환경, 대인관계, 경제적 여건 등 복잡한 상황을 경험
- 스트레스가 높고 우울이나 불안감을 가지고 있을 수 있음
- 정서적인 불안정
- 불필요한 생각들이 머릿속을 채워 공부에 집중하지 못함



6. 학습유형검사 해석 (6가지 행동: 반항, 완벽주의, 고군분투, 잡념, 만족, 외곬)

✓ 만족형

- 성적에 대한 만족감
- 자신감이 있으며, 학교 생활에 잘 적응
- 낙관적, 낙천적
- 학습에 대한 동기 강함
- 성적이 낮음에도 불구하고 만족형이 높은 경우 장래에 대한 목표의식이 없고 학업성취에 대한 인식이 부족 공부에 대한 가치를 모르는 경우

✓ 외곬형

- 자기주장이 강함
- 노력할 만한 가치가 없다면 공부하지 않음
- 관심있는 과목에는 우수한 수행을 보임
- 고집이 세고 타인의 이야기를 듣지 않음(대인관계문제)
- 생각과 행동에 융통성 부족
- 점수가 낮을 경우 다방면에 관심이 있음



궁금한거있나요



시작이 반이다!

157기 학습멘토들 파이팅! ♥

감사합니다 ^^

