

2019-1

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. 학습전략검사



★ 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 학습전략검사 실시 및 해석 받기



3. 활동계획 세우기

예시자료

회기	활동 내용
1회기	학습멘토링 프로그램 소개 및 자기소개(멘토-멘티), 약속하기 대학생활적응 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 대학생활적응 설문지작성
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



3. 활동계획 세우기

활동계획서에
작성하여 제출하기



※멘토용

[ACE+] 2019-1 (16기) 학습멘토링 프로그램 활동계획서			
소속	사회과학대학		심리학과(부) 4학년
학번	21122267	성명	안현진
회기	날짜	시간	활동내용
1	4.5	14:00~15:00	학습멘토링 프로그램 소개 및 자기소개 대학생활적응 설문지
2	4.11	14:00~15:00	활동계획세우기, 학업 및 대학생활 어려움 나누기
3	4.18	14:00~15:00	중간고사 계획 작성하기, 효율적인 학습방법 나누기
4	5.2	14:00~15:00	중간고사 시험 결과 점검
5	5.9	14:00~15:00	멘티의 학습 방법 및 습관 검토하기
6	5.16	14:00~15:00	학업 고민에 대한 해결책 찾아보기, 과제 도와주기
7	5.23	14:00~15:00	전공 관련 자격증에 대한 정보 제공하기
8	5.30	14:00~15:00	전공과 관련된 진로(직업) 찾아보고 의견 나누기
9	6.3	14:00~15:00	기말고사 시험 계획 및 학습 도와주기
10	6.5	14:00~15:00	멘토링 활동에 대한 소감 나누기, 기말고사 시험 준비도확인하기
대학 생활 문화 체험 활동	4.15	3시간	학습전략검사 실시 및 해석
	4.29	3시간	적성탐색검사 실시 및 해석
	5.20	4시간	대구대학교 박물관 탐방

위와 같이 2019학년도 1학기 학습멘토링 프로그램 멘토 활동계획서를 제출합니다.

2019년 6월 7일

제 출 자 : 안 현진 (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. 학습전략검사

- ✓ 개인의 성격의 성격특성(3가지 성격: 효능감, 결과기대, 성실성)
- ✓ 학습동기 탐색하기(3가지: 학습동기, 경쟁동기, 회피동기)
- ✓ 학습 상황에서 경험하는 정서적 어려움 탐색하기(우울, 불안, 짜증)
- ✓ 학습행동특성을 탐색하여 부족한 학습전략 향상시키기
- ✓ 결과를 통해 학습에 대한 어려움 극복 방법 모색하기



MLST-II

Multi-dimensional Learning Strategy Test-II

학습전략검사

MLST-II
Multi-dimensional Learning Strategy Test-II
Score Report

박동혁

해석동영상을 확인하려면
스마트폰으로 스캔하세요



검사자	안현진
검사기관	대구대학교 학생생활상담센터
검사일	2018/10/01

이름	안현진
성별	여
생활연령	-----

6. 학습전략검사 신청

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



6. 학습전략검사 해석

✓ 학습행동특성

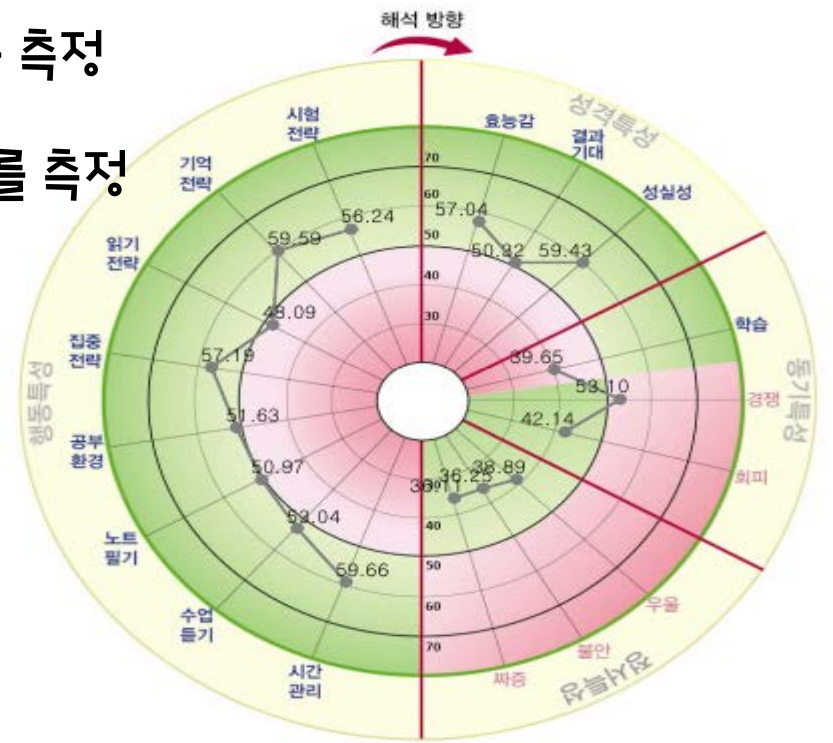
- **시간관리**: 시간을 얼마나 효율적이고 계획성 있게 사용하고 있는지를 측정
- **수업듣기**: 수업에 대한 적극성, 중요한내용을 파악할 수 있는지의여부를 측정
- **노트필기**: 노트필기를 성실히 하는지 요령과 활용정도를 측정



하위척도별 점수

척도명	성격 특성				통기 특성			정서 특성			
	효능감	결과기대	성실성	종합	학습	경쟁	회피	우울	불안	짜증	종합
T점수 (백분위)	57.04 (75.80)	50.32 (51.20)	59.43 (82.64)	57.98 (78.81)	39.65 (15.15)	53.10 (62.17)	42.14 (21.48)	38.89 (13.35)	36.25 (8.38)	36.11 (8.23)	35.66 (7.64)
수준	다소높음	보통	높음	다소 높음	낮음	다소높음	다소낮음	낮음	낮음	낮음	낮음

척도명	행동 특성								
	시간관리	수업듣기	노트필기	공부환경	집중전략	읽기전략	기억전략	시험전략	종합
T점수 (백분위)	59.66 (83.40)	53.04 (61.79)	50.97 (53.98)	51.63 (56.36)	57.19 (76.42)	48.09 (42.47)	59.59 (83.15)	56.24 (73.24)	56.07 (72.91)
수준	높음	다소높음	보통	보통	다소높음	보통	높음	다소높음	다소 높음



6. 학습전략검사 해석

✓ 학습행동특성

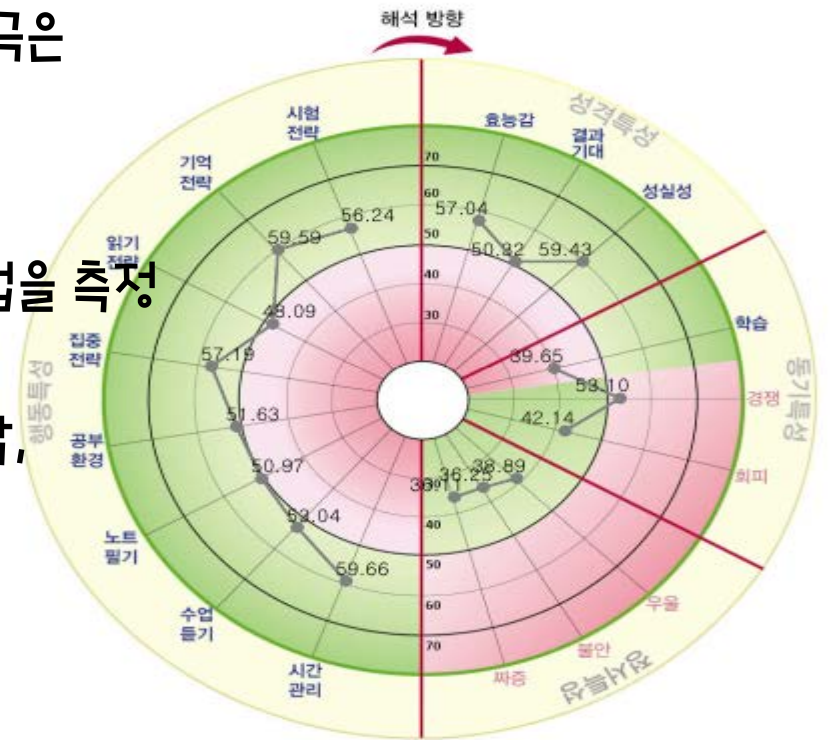
- 공부환경:** 주로 공부하는 장소가 집중하는데 도움이 되는 곳인지, 방해 자극은 없는지 차단할 수 있는 능력이 있는지를 측정
- 집중전략:** 집중력의 정도, 집중을 유지할 수 있는 능력의 여부, 대처 방법을 측정
- 읽기전략:** 책을 읽을 때 내용에 대한 이해력, 기억정도, 핵심 내용 파악, 교과서나 참고서의 활용 능력을 측정



하위척도별 점수

척도명	성격 특성				통기 특성			정서 특성			
	효능감	결과기대	성실성	종합	학습	경쟁	회피	우울	불안	짜증	종합
T점수 (백분위)	57.04 (75.80)	50.32 (51.20)	59.43 (82.64)	57.98 (78.81)	39.65 (15.15)	53.10 (62.17)	42.14 (21.48)	38.89 (13.35)	36.25 (8.38)	36.11 (8.23)	35.66 (7.64)
수준	다소높음	보통	높음	다소 높음	낮음	다소높음	다소낮음	낮음	낮음	낮음	낮음

척도명	행동 특성								
	시간관리	수업듣기	노트필기	공부환경	집중전략	읽기전략	기억전략	시험전략	종합
T점수 (백분위)	59.66 (83.40)	53.04 (61.79)	50.97 (53.98)	51.63 (56.36)	57.19 (76.42)	48.09 (42.47)	59.59 (83.15)	56.24 (73.24)	56.07 (72.91)
수준	높음	다소높음	보통	보통	다소높음	보통	높음	다소높음	다소 높음



6. 학습전략검사 해석

✓ 학습행동특성

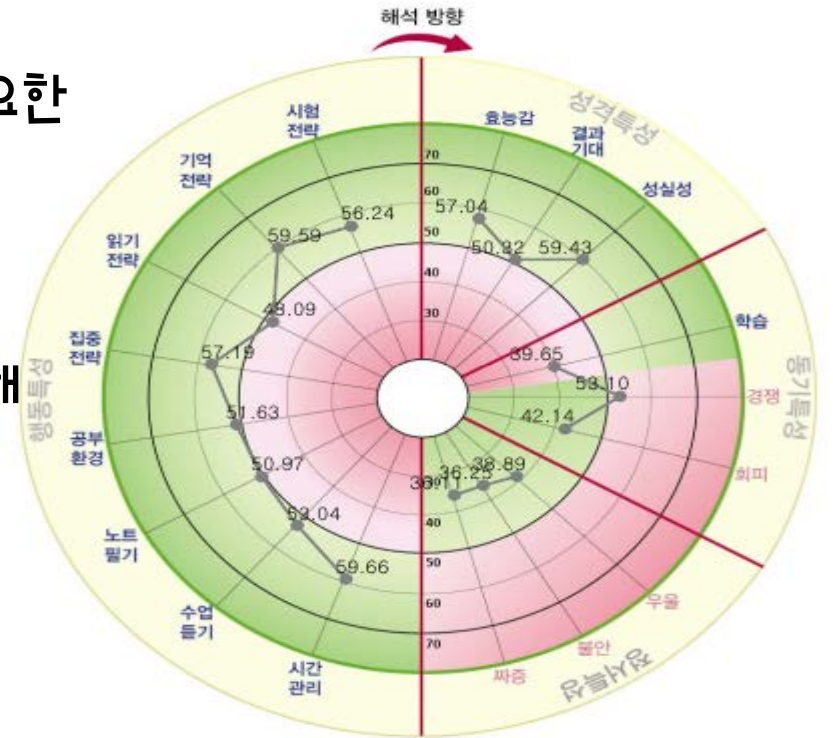
- 기억전략:** 정확한 기억과 기억한 내용을 오랜 시간동안 유지하는데 필요한 방법과 요령 정도를 측정
- 시험전략:** 계획적인 시험준비의 여부와 시험에서의 실수를 줄이기 위해 필요한 전략의 사용여부를 측정



하위척도별 점수

척도명	성격 특성				통기 특성			정서 특성			
	효능감	결과기대	성실성	종합	학습	경쟁	회피	우울	불안	짜증	종합
T점수 (백분위)	57.04 (75.80)	50.32 (51.20)	59.43 (82.64)	57.98 (78.81)	39.65 (15.15)	53.10 (62.17)	42.14 (21.48)	38.89 (13.35)	36.25 (8.38)	36.11 (8.23)	35.66 (7.64)
수준	다소높음	보통	높음	다소 높음	낮음	다소높음	다소낮음	낮음	낮음	낮음	낮음

척도명	행동 특성								
	시간관리	수업듣기	노트필기	공부환경	집중전략	읽기전략	기억전략	시험전략	종합
T점수 (백분위)	59.66 (83.40)	53.04 (61.79)	50.97 (53.98)	51.63 (56.36)	57.19 (76.42)	48.09 (42.47)	59.59 (83.15)	56.24 (73.24)	56.07 (72.91)
수준	높음	다소높음	보통	보통	다소높음	보통	높음	다소높음	다소 높음



궁금한거있나요



시작이 반이다!

16기 학습멘토들 파이팅! ♥

감사합니다 ^^

