



CR8: CREATE

크리에잇:



이름 :

학교 :

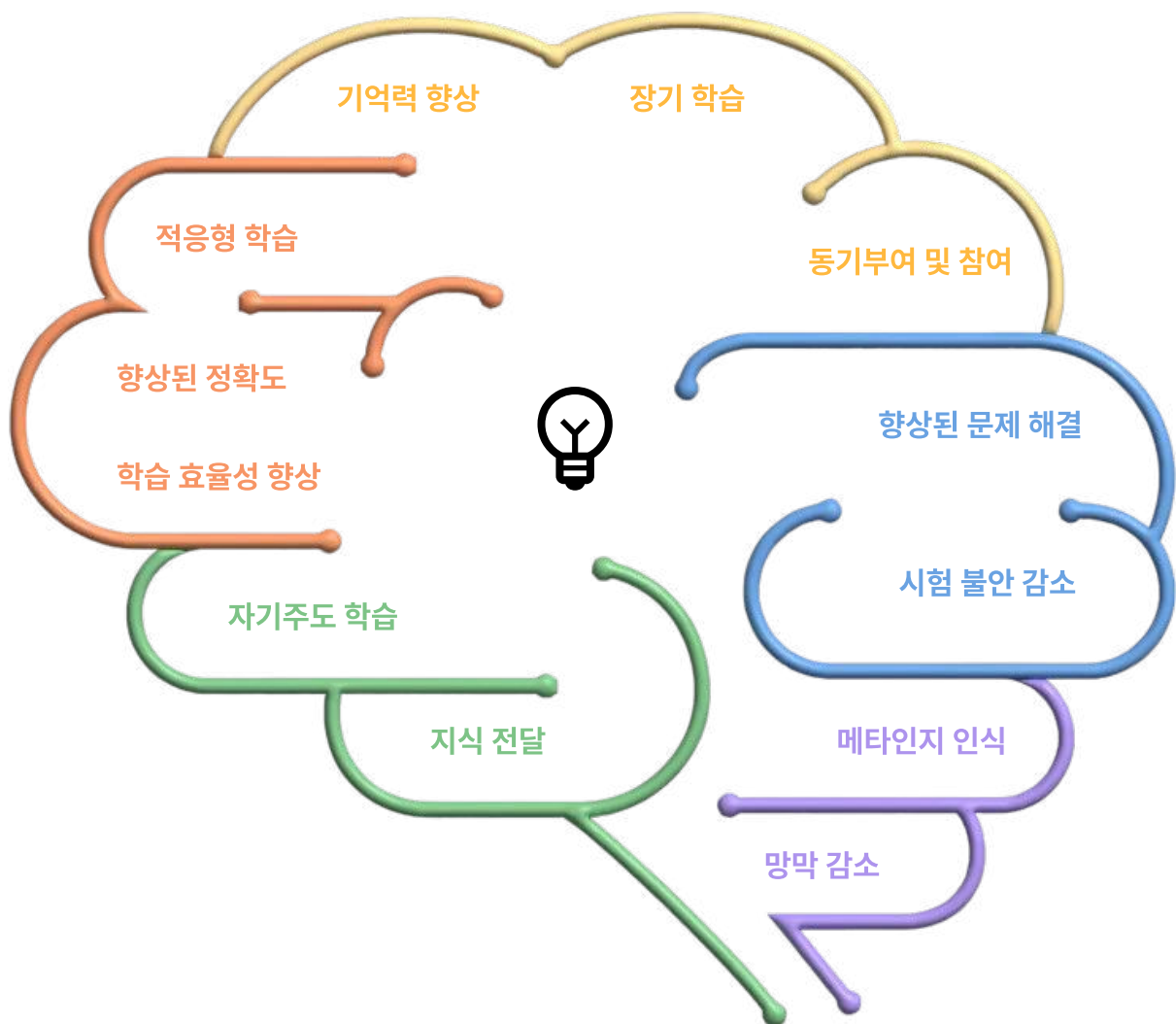
메나비 - 맞춤 교육 설계 검사



교육심리 적성 검사는 개인의 내적 특성을 파악하여 맞춤형 학습전략을 제안하는 검사입니다.

MENABI의 기술을 통해 개인이 기억 정보에서 직관적으로 불러온 선택들을 분석하고 학습 스타일을 제안하는 검사라고 할 수 있습니다.

교육심리 적성 검사는 모든 연령대와 다양한 주제에 걸쳐 학습자에게 도움이 될 수 있는 다양하고 효과적인 기술입니다. 이 검사를 통해 나의 성향에 기반한 학습 전략을 이해하고 나의 학습 루틴에 통합시킬 수 있습니다. 자신에게 보다 의미 있는 학습 경험, 학업 성취도 향상, 미래의 도전과 지식의 실제 적용에 대한 더 나은 준비로 이어질 수 있습니다.



확인 방법

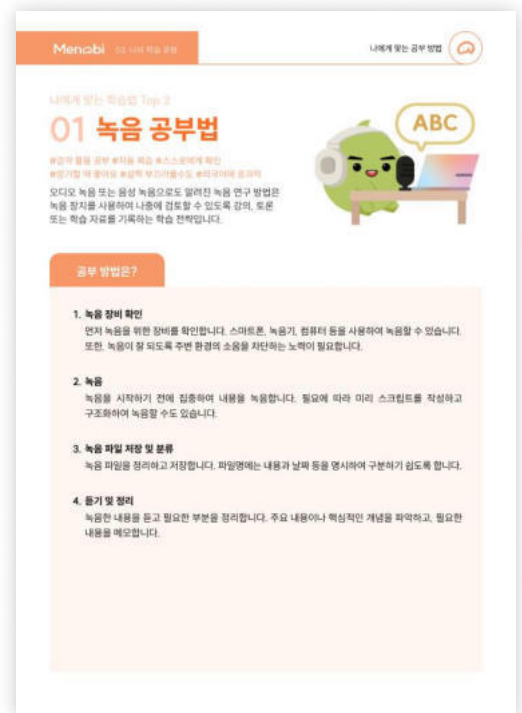
어떤 결과부터 확인할까요?

전체 결과를
한눈에 보고
싶어요



종합 결과 에서는 수치로 검사 내용을 확인할 수 있어요

한 항목의
검사 결과를
보고 싶어요.



2장부터 4장까지는 각 항목 중에 나에게 해당하는 Top5를 볼 수 있어요.

목차

1장 나의 교육적 성향

- 종합 결과
- 성향
- 정서조절
- 자아 탄력성
- 스트레스

2장 나의 강점과 Talent

- 나의 강점 Top5
- 나의 Talents Top5

3장 나의 학습 유형

- 나의 학습 전략
- 나에게 맞는 공부 방법
- 암기 방법

4장 나의 진로 성향

- 나에게 맞는 직업군
 - 추천 직업 3
-

Menobi
FOR YOUR BRIGHT WORKING

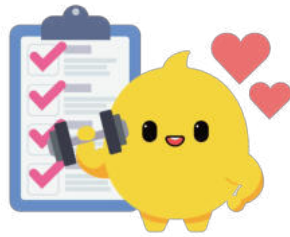
한눈에 보는 나의 종합 결과

나의 교육성향은

**활동
+
탐색**
유형

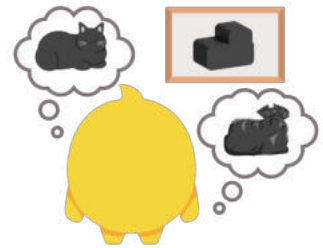
나의 강점은

긍정성_신체



나의 재능은

인지적 해석



나의 학습법은

**셀프 스케줄링
공부법**



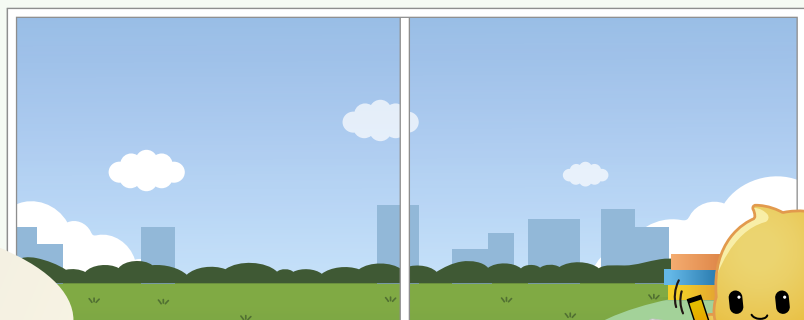
나의 암기법은

**브레인 트리
암기법**

#장소와 공간
#시각화
#연상
#상상
#기억의 궁전

나의 추천 직업은

**정보 보안
전문가**



Menobi
FOR YOUR BRIGHT WORKING

01

나의 교육적 성향

- 종합 결과
- 성향
- 정서조절
- 자아 탄력성
- 스트레스



종합 유형

인간의 교육적 성향이란 평생 동안 지식을 추구하면서 새로운 것과 기술, 정보를 습득하고, 더 나은 삶과 가치를 추구해 나가는 인간의 고유한 성향과 욕구를 말합니다. 우리가 주변 세계와 타인에 호기심을 갖고 탐험하며, 노력과 성장을 계속 할 수 있는 이유는 교육적 성향이 자리하기 때문입니다. 그래서 자신의 교육적 성향을 제대로 발견하고 알고 발전 시키는 것은 더 나은 삶을 위한 필수적인 선택이라고 할 수 있습니다.

호기심	인지 발달	문제 해결 본능	적응성	지속적인 개선
사회적 학습	언어 습득	숙달 추구	목적의식	문화 전달

**성향****정서조절****자아탄력성**

인간의 교육적 성향은 매우 다양하지만 이 검사에서는 그 중 핵심적인 성향, 정서조절, 자아탄력성 3가지를 기준으로 설명했습니다.

- **성향**

개인이 생각하고 느끼고 행동하는 독특한 방식입니다.

- **정서조절**

부정적인 상황에 처했을 때 어떻게 자신의 분노와 충동성을 조절 하는지에 대한 경향이라고 할 수 있습니다.

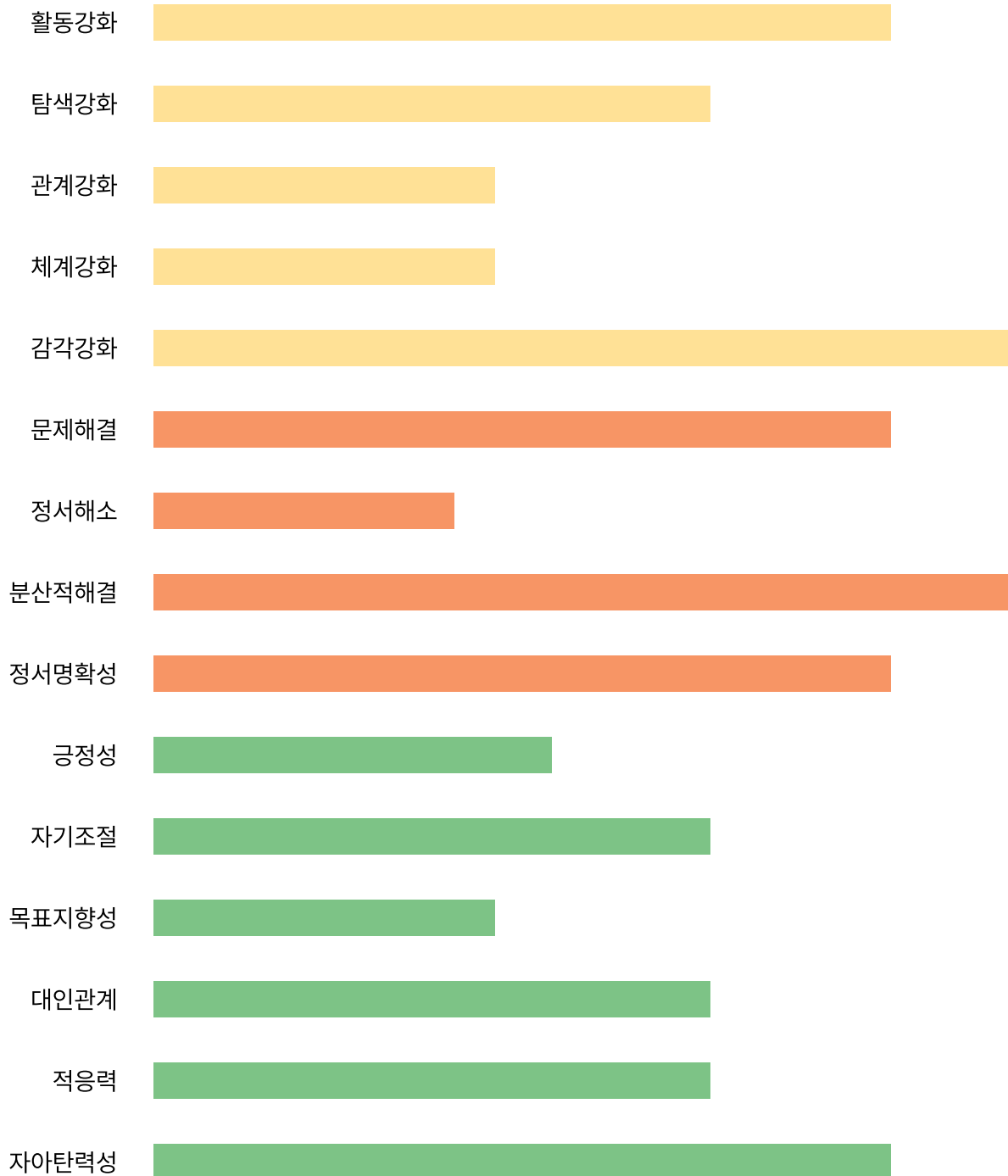
- **자아탄력성**

상황에 따라 자아통제를 강화하거나 완화하는 능력이라 할 수 있습니다. 스트레스를 받을 때 우리가 어떻게 역동적으로 반응하는지에 대한 경향성을 말하기도 합니다.



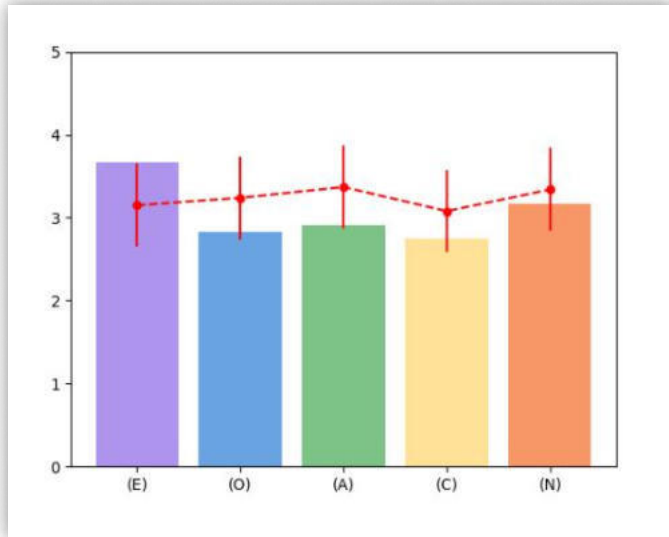
종합 결과

당신은 “ **활동+감각** ” 유형입니다.





종합유형_성향



그래프 읽는 방법

붉은 점은 평균, 붉은 세로 선은 평균 범위를 나타냅니다.

점수가 높다고 좋은 것이 아니며, 점수가 낮다고 안 좋은 것이 아닙니다.

나의 성향이 어느 쪽에 방향을 두는지 확인하는 그래프입니다.

성향이란?

성향이란 개인의 기분, 태도, 생각, 경향성을 포함한 개인의 내적 특성을 나타내는 특징이라 할 수 있습니다. 이 검사에서는 외향성, 개방성, 통제성, 사회성, 민감성 등 5가지를 기준으로 성향을 측정했으며, 이중 가장 강점으로 드러난 2가지 성향을 파악하여 개인 성향의 내적 구조를 분석했습니다.

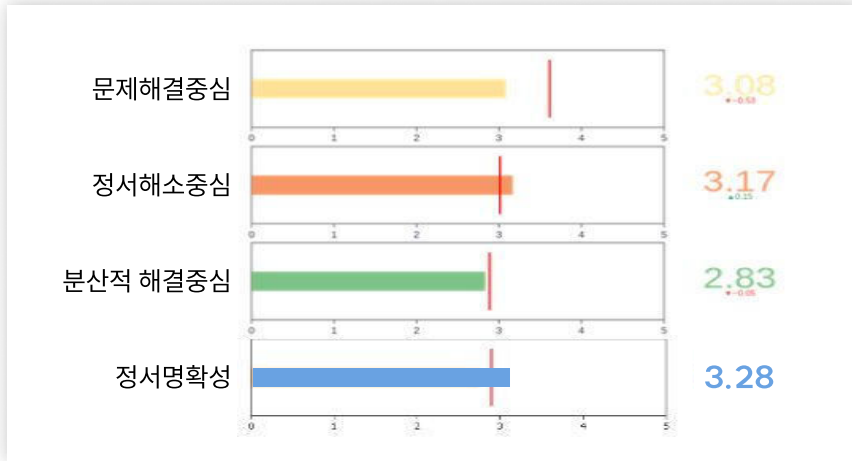
- **활동강화(E)**는 외부 활동의 선호 정도 및 사교적이고 활동적인 정도를 가리킵니다.
- **탐색강화(O)**는 지식, 세계, 변화화에 대한 호기심이 많은 정도를 말하며, 새로움에 대한 추구를 나타냅니다.
- **관계강화(A)**는 대인 관계를 유지하는 정도를 나타냅니다. 타인에 대한 공감도와 배려, 혹은 무관심한 정도를 가리킵니다.
- **체계강화(C)**는 사회적인 규범을 지키려는 정도를 나타내며, 책임감과 성실함, 규칙성과 목적성을 드러내기도 합니다.
- **감각강화(N)**는 감각의 예민함을 나타내며, 스트레스에 대한 반응이 예민하거나 둔한 경우를 가리킵니다.

나의 성향

감각+활동 강화 유형의 사람은 감정에 변화가 많은 동시에 외부와 적극적인 상호작용을 합니다. 감정에 민감한 까닭에 스스로 내면을 돌보는 능력과 그것을 타인에게 전달하는 자기표현력이 높은 것이 특징입니다. 상황을 민감하게 반응하고 위험 요인을 미리미리 분석하는 능력이 뛰어나 위험에 대비하고 대처 방안을 제시할 수 있는 문제 해결 능력이 높습니다. 타인에게 도움을 요청하는 것에 어려움이 없으며 대화를 할 때 솔직하게 감정을 표현하고 타인의 감정도 쉽게 알아채기 때문에 감수성을 자극하거나 감정을 활용하는 대화법을 주로 사용하기도 합니다. 감정적이고 활동적인 성향을 통해서 대인관계에서 갈등이 생겼을 때 공격적이라는 평가를 받기도 합니다. 따라서 자신의 감정이나 의사를 표현하는 데 있어 상대를 고려한 말하기가 가능하도록 돕는 소통 훈련이 필요합니다.



종합유형_정서조절



그래프 읽는 방법

4가지 전략에 대한 점수를 알 수 있습니다.

붉은 선은 평균을 표시했습니다.

점수 밑에 평균 보다 얼마나 높은지 낮은지 표시되어있습니다.

정서 조절이란?

정서조절은 스트레스 상황과 부정적 정서를 최소화하고 극복하기 위한 개인의 의식적이고 무의식적인 전략이라고 할 수 있습니다. 정서조절은 개인의 내적 특성에 따라 전략이 다릅니다. 자신의 정서조절 전략을 잘 이해한다면 사회적인 일상 생활에서 자신의 기분을 효율적으로 잘 조절할 수 있게 됩니다.

- **문제 해결 중심** : 부정적인 상황이나 문제를 해결하는 것에 중점을 두고 정서를 조절하는 전략을 의미합니다. 나름대로 문제를 해석하고 해결 방법을 찾습니다.
- **정서 해소 중심** : 부정적인 상황에서 느낀 감정을 해소시키고 감정을 진정시키는 것에 중점을 두고 정서를 조절하는 전략을 의미합니다.
- **분산적 해결 중심** : 부정적인 상황을 스스로 해결하지 못할 때 타인의 도움을 받거나 당장 해결할 수 없을 때 시간을 가지면서 문제와 거리를 두는 방식의 전략을 의미합니다.
- **정서명확성** : 부정적인 상황에서 느낀 자신의 감정을 빠르고 명확하게 인식하고, 이를 적절히 조절함으로써 심리적 안정성을 높이는 전략을 의미합니다.

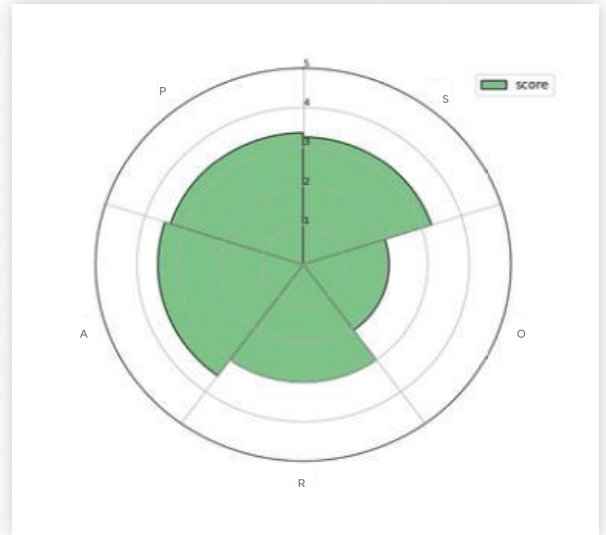
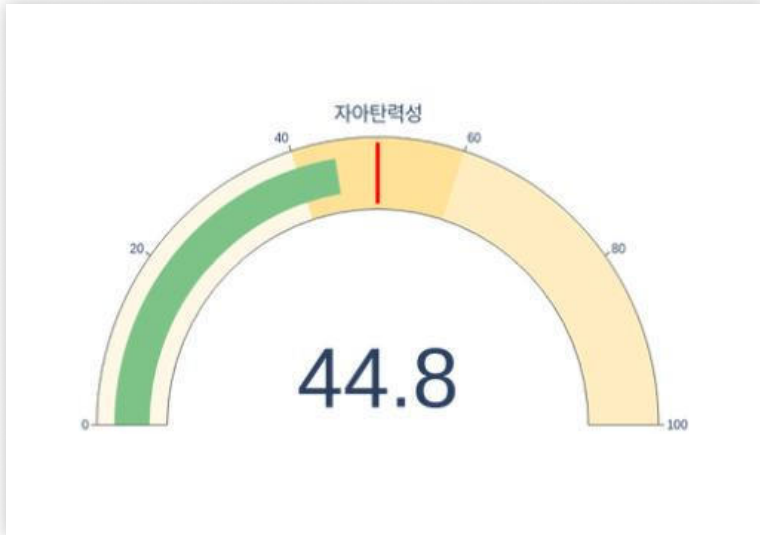
나의 정서조절

당신은 문제 해결 중심, 정서 해소 중심, 분산적 해결 중심, 정서명확성 4가지 전략을 고루 활용하고 있습니다. 다양한 정서 조절 전략을 균형 있게 발전시키면, 더 건강한 정서적 안정을 이룰 수 있을 것입니다. 문제를 해결하기 위해 실질적인 해결책을 찾는 노력을 기울이고, 해결할 수 없는 문제일 때는 잠시 마음을 환기하는 방법을 활용하는 것이 좋습니다. 또한, 감정의 원인을 파악하려는 노력을 통해 적절한 방식으로 표현하거나, 더 효과적으로 관리할 수 있습니다.



종합유형_자아탄력성

자아탄력성은 L, H, M 그룹이 있으며, 당신은 **M 그룹**입니다.



그래프 읽는 방법 PSORA - 긍정성(P), 자기조절(S), 목표 지향성(O), 대인관계 능력(R), 적응력(A) 총 5가지 자아탄력성 요인의 구성과 개별 점수입니다. 점수가 높고 원의 비율이 좋을 수록 건강한 자아탄력성입니다.

자아탄력성이란?

자아 탄력성은 개인 가지고 있는 특성 중 고정적인 특징과 유동적인 특징을 동시에 가지고 있는 독특한 특성 중 하나입니다. 내가 타고나는 수준의 자아 탄력성이 있지만 추후 내가 어떤 환경에서 생활하는지 어떤 전략, 방법을 쓰는지에 따라서 자아 탄력성은 증가할 수도 감소할 수도 있습니다. 이럴 때 내가 가지고 있는 강점 요소와 단점 요소를 활용하여 자아 탄력성을 증가시킬 수 있는 방법을 탐색할 수 있습니다.

나의 자아탄력성

당신의 자아탄력성은 중간 수준이며, 적응력에 강점이 있는 것으로 분석되었습니다. 자아탄력성이 중간인 사람은 새로운 환경에 적응하거나 스트레스 상황에 대처하는데 다소 어려움을 느낄 수 있으나, 실질적으로는 문제해결에 필요한 내면의 힘을 갖고 있습니다. 중간 수준의 자아탄력성을 보완하기 위해서는 자신의 강점을 활용하는 것이 이상적인 방법입니다. 적응력은 다른 유형에 비하여 비교적 의사소통기술이 원만한 편입니다. 즉, 타인과 우호적 관계를 유지하며 자신의 의견이나 감정 따위를 개진하는 것에 불편함이 없습니다. 적응력을 활용하여 문제를 해결하고 성취감을 획득하는 경험을 반복한다면 자아탄력성이 회복되어 균형 잡힌 삶을 영위 하는데에 도움이 될 것입니다.



스트레스 파악하기

사람은 생활을 하면서 다양한 상황 속에서 스트레스를 겪게 되고 스트레스로 인한 고통과 어려움을 받기도 합니다. 스트레스를 잘 극복하지 않으면 많은 문제가 발생 하고 실제로 병에 걸리기도 합니다. 스트레스를 잘 극복하고 해결하기 위해서는 현재 내가 스트레스 상황에서 어떤 감정을 느끼고 어떤 행동을 자주 하는지 확인해 볼 필요가 있습니다.

스트레스 상황에서 나타나는 감정을 잘 파악하여 감정을 조절 하고, 행동을 파악하여 행동을 조절하여 더 알맞은 행동을 하여 건강한 스트레스 해소 방법을 찾아 봅시다.

여러분들이 응답해준 SNS 등의 상황 속에서 행동 경향을 포함한 결과 입니다.



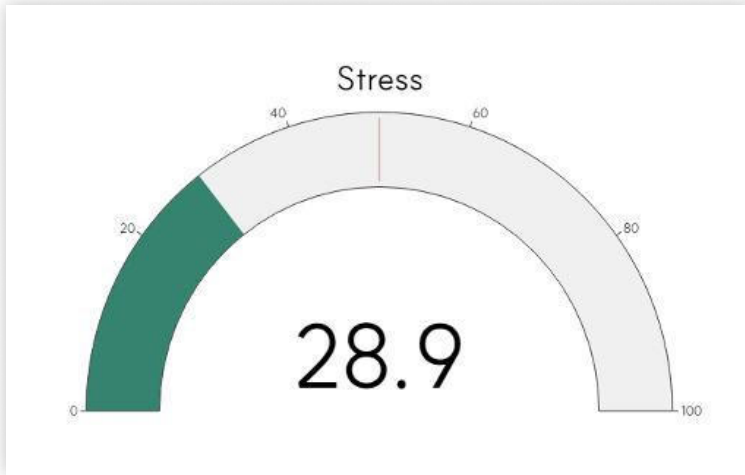
학생에게 주로 나타나는 스트레스 원인 질병

- 소화기 장애 : 위염, 속쓰림, 변비, 설사, 복부 통증, 식욕 변화 등
- 심리적 문제 : ADHD, 우울증, 불안장애, 강박증 등
- 외현화 문제 : 분노조절 장애, 적대적 행동 장애 등
- 수면 문제 : 불면증, 수면 시간 감소, 수면 품질 저하
- 식습관 문제 : 폭식증, 거식증, 위장장애, 비만
- 대인관계 문제: 비행행동, 학교 부적응, 학업능률의 저하, 자살, 만성통증

스트레스는 다양한 유전적, 환경적, 생활방식 요인과 상호작용하여 이러한 문제를 일으킬 수 있습니다. 건강한 대처 메커니즘, 이완 기술, 규칙적인 운동, 사회적 지원을 통해 스트레스를 관리하고 필요할 때 전문가의 도움을 구하면 스트레스 관련 건강 문제가 발생할 위험을 크게 줄일 수 있습니다..



종합유형_스트레스 자각 수준



스트레스 인식은 스트레스, 스트레스의 원인, 영향 및 관리 전략을 이해하고 인식하는 것을 의미합니다. 스트레스는 도전적이거나 위협적인 상황에 대한 자연스러운 반응이며 정신적으로나 육체적으로 나타날 수 있습니다.

일부 스트레스는 동기를 부여하고 개인이 압박감 속에서 더 나은 성과를 내는 데 도움이 될 수 있지만, 과도하거나 만성적인 스트레스는 전반적인 웰빙에 해로운 영향을 미칠 수 있습니다.

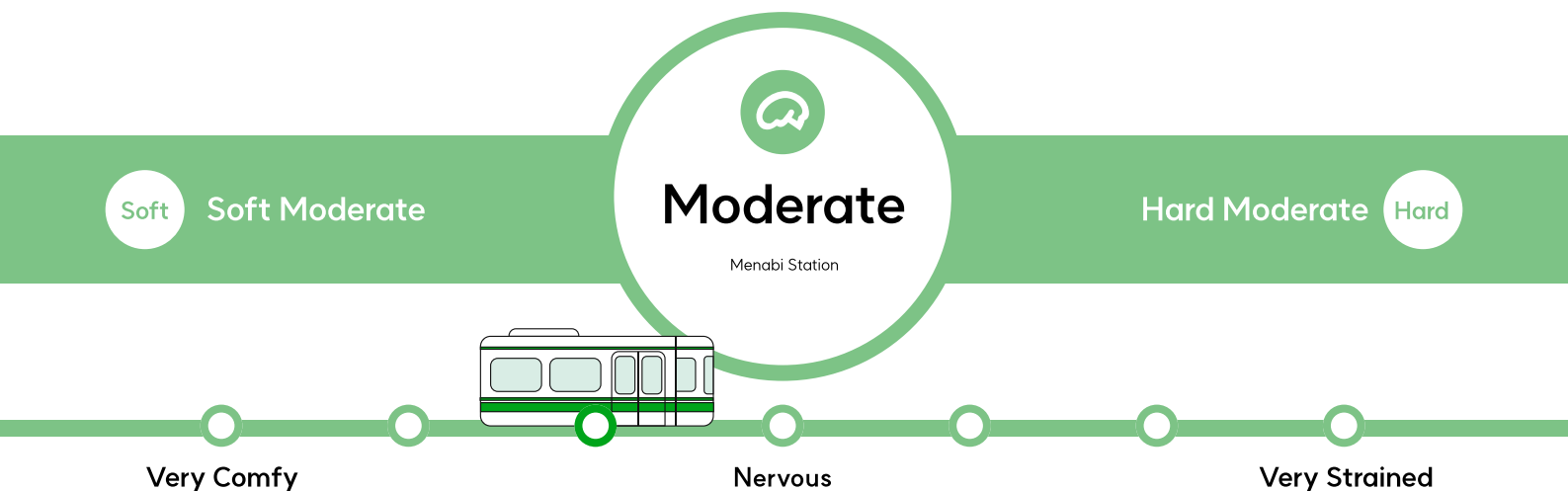
나의 스트레스 수준

현재 내가 느끼는 스트레스 수준은 Relaxed 수준으로 나타났습니다.

내가 느끼는 스트레스 수준이 적당히 낮고 현재 편안한 상태라고 인지하고 있는 것을 의미합니다. 스트레스는 정신적인 문제 뿐 아니라 신체적인 문제에도 원인이 되기 때문에 스트레스를 더 적게 인지하고 지각하는 것이 더 건강한 삶을 유지할 가능성이 높아집니다.

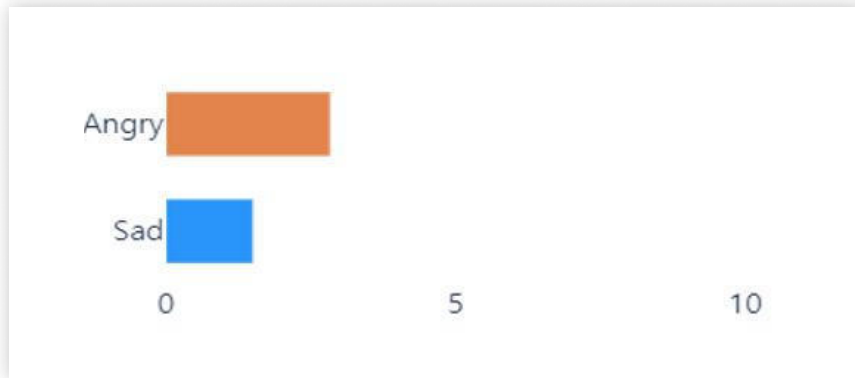
편안한 상태에서는 약간의 스트레스를 느끼더라도 긍정적으로 스트레스를 사용할 수 있습니다. 긍정적으로 스트레스를 활용한다는 것은 스트레스를 느낀 불편함을 불편하지 않게 고쳐본다거나, 행동을 변화시키는 동기 혹은 문제점 파악을 할 때 활용하는 것을 의미합니다.

또 적절한 스트레스는 삶의 활력소, 동기 부여 등 긍정적인 역할도 하기 때문에 스트레스 수준을 낮추거나 낮은 상태로 유지하려고 억지로 노력할 필요는 없습니다.





종합유형_스트레스 상황 반응



스트레스 상황의 자주 나타나는 정서는
슬픔, 분노이며,

당신은
“ 무덤덤함 ”
에 속합니다.

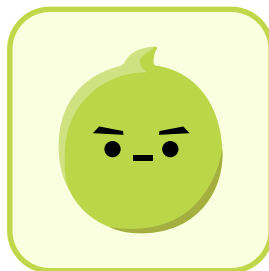
스트레스가 많은 상황에서 경험하는 감정은 개인의 스트레스 요인의 성격에 따라 크게 달라질 수 있습니다. 감정은 복잡할 수 있고 겹칠 수 있다는 점을 인식하는 것이 중요합니다. 또한 스트레스가 많은 상황에서 이러한 감정이 혼합되어 나타날 수 있습니다. 이러한 감정을 관리하고 탐색하는 방법은 개인의 웰빙과 효과적인 대처 능력에 큰 영향을 미칠 수 있습니다.



화가나요



약간 화가나요



침착해요



약간 우울해요



우울해요

나의 스트레스 상황 반응

현재 나는 주어진 스트레스 상황에서 강한 감정을 잘 느끼지 않고 침착하고 무덤덤한 상태입니다.

스트레스 상황에서 강한 감정을 잘 느끼지 않기 때문에 무덤덤하게 상황을 파악하고 행동 할 수 있습니다. 감정적인 동요가 적은 사람은 그렇지 않은 사람보다 상황 파악에 있어 객관적이고 이지적으로 행동하는 경향이 있습니다. 하지만 너무 침착하기만 하면 주위에서 감정적으로 답답한 사람으로 평가할 수도 있습니다.

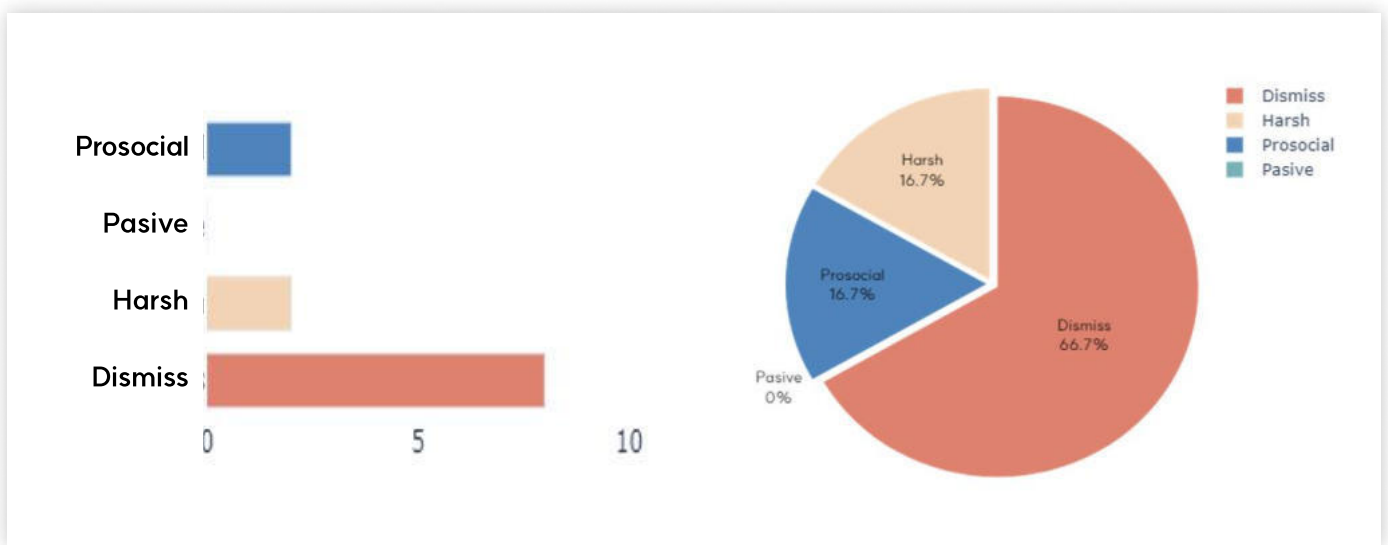
감정적인 동요가 적다는 것은 그만큼 상황을 크게 신경 쓰지 않고 흘러가듯 두는 여유가 있다고 생각 할 수 있습니다.



종합유형_

스트레스 상황에서 나의 행동 방법

스트레스가 많은 상황과 행동은 개인에게 압박감, 긴장감, 정서적 긴장감을 조성하는 상황과 행동을 의미합니다. 이러한 상황은 다양한 감정적, 생리적 반응을 불러일으킬 수 있으며 특정 행동은 스트레스를 악화시키거나 완화시킬 수 있습니다.



스트레스 상황 속 나의 행동

나는 스트레스 상황에서 주로 사용하는 행동 방법이 회피 혹은 무시하는 방법으로 나타났습니다.

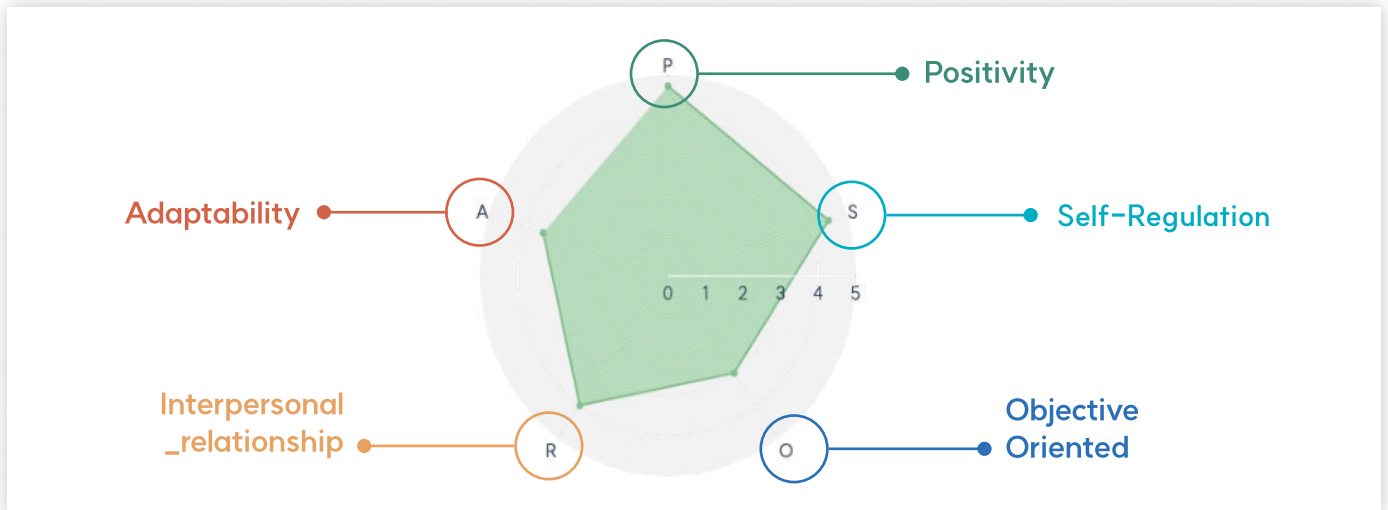
회피 혹은 무시 하는 행동은 감정적으로 동요하지 않고 상황 속에서 분란을 만들고 싶지 않기 때문에 신경쓰지 않는 행동이라 할 수 있습니다.

스트레스 상황에서 지속적인 회피, 무시 행동은 사람들이 보기에 '쿨'해 보이기도 하고 큰 스트레스를 받지 않는 것 처럼 보이기도 하지만 주변에 관심이 없고 감정이 없는 사람 처럼 보일 수도 있습니다. 주변에서는 뭘 해도 별 말이 없기 때문에 답답하거나 재미없는 사람, 의견이 없는 사람이라는 평가를 받을 수도 있기 때문에 단순히 회피/무시 행동을 하기 보다는 타당한 이유와 설명이 필요 할 수 있습니다.

가장 많이 선택한 행동이라는 의미이지 한 가지 행동만 한다는 의미는 아니기 때문에 그래프 해석할 때 주의가 필요합니다.



그래프는 이렇게 읽어요



Positivity

긍정성(Positivity)은 개인이 자신의 경험, 특히 스트레스나 역경 상황에서도 긍정적인 면을 보고 낙관적으로 해석하는 성향을 의미합니다. 이는 어려운 상황에서도 해결 가능성을 인지하고 앞으로 나아갈 수 있는 힘을 갖게 해줍니다.

Self-Regulation

자기조절이란 특정한 목표를 달성하고, 도전에 대처하고, 다양한 상황에 적응하기 위해 자신의 생각, 감정, 행동, 충동을 관리하는 능력을 말합니다. 이는 균형있고 생산적인 정신 상태를 유지하기 위해 자신의 행동과 반응을 의식적으로 통제하고 모니터링하는 것을 포함합니다. 자기 조절은 정서적 안정을 유지하고, 정보에 입각한 결정을 내리며, 다른 사람들과 효과적으로 상호 작용하는 데 중요한 기술입니다.

Objective Oriented

특정 목표, 목표 또는 결과를 달성하는 데 초점을 맞춘 접근 방식 또는 사고 방식을 의미합니다. 다양한 맥락에서, 목표 지향적이라는 것은 달성하고자 하는 것이 무엇인지 명확하게 이해하고 그러한 목표를 달성하기 위해 신중한 조치를 취하는 것을 의미합니다. 이러한 접근 방식은 측정 가능한 결과를 우선시하는 체계적이고 목표 중심적인 사고 방식이 특징입니다.

Interpersonal_relationship

대인관계는 개인 간의 연결과 상호 작용을 의미합니다. 이러한 관계는 인간 삶의 근본적인 측면이며 우리의 감정, 행동 및 전반적인 행복을 형성하는 데 중요한 역할을 합니다. 대인관계는 가족, 친구부터 동료, 지인, 연인까지 다양할 수 있습니다.

Adaptability

적응력(Adaptability)은 변화하는 환경이나 상황에 유연하게 대응하고, 어려운 상황 속에서도 새로운 방식으로 대처할 수 있는 능력을 의미합니다. 스트레스나 위기 상황에서도 개인이 빠르게 회복하거나 상황에 맞춰 대응할 수 있도록 돕습니다.



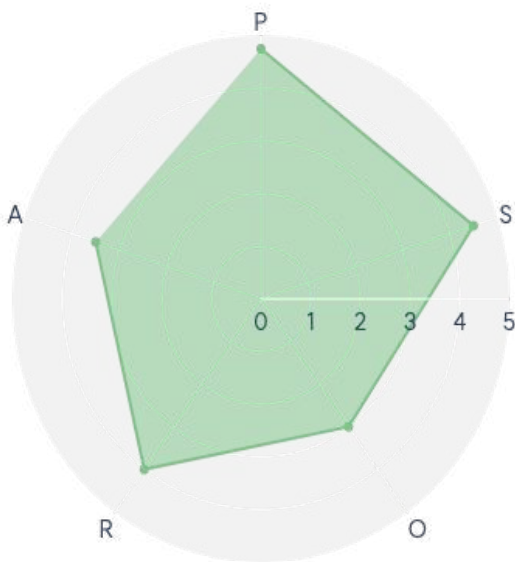
종합유형_스트레스 대처 능력

스트레스 대처 강점에는 긍정성, 조절능력, 목적지향,대인관계,표현능력 이 있으며,

당신은 " **긍정성** " 에 속합니다.

스트레스가 많은 상황과 행동은 개인에게 압박감, 긴장감, 정서적 긴장감을 조성하는 상황과 행동을 의미합니다.

이러한 상황은 다양한 감정적, 생리적 반응을 불러일으킬 수 있으며 특정 행동은 스트레스를 악화시키거나 완화시킬 수 있습니다.



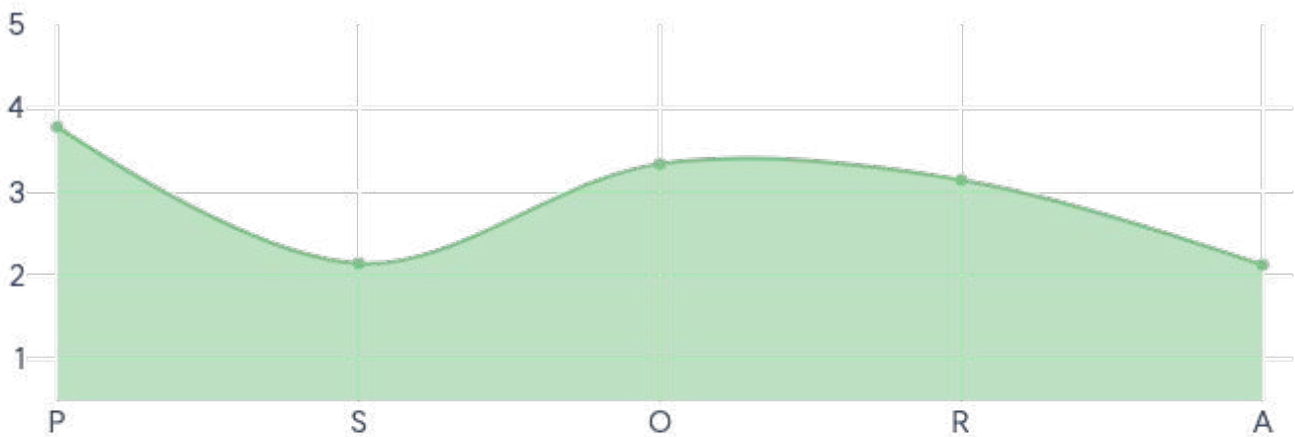
나의 대처 능력

스트레스 대처 능력을 알아보는 특성은 자아탄력성으로 알 수 있습니다.

스트레스를 받거나 심리적으로 힘들 때 극복할 때 자아탄력성의 역할이 중요하기 때문입니다.

나의 강점인 긍정성을 잘 살려서 스트레스를 조절하고 적절한 행동을 할 수 있도록 해봅시다.

요인별 시각화





종합유형_스트레스 대처 능력

스트레스 대처 강점에는 긍정성, 조절능력, 목적지향,대인관계,표현능력 이 있으며,
당신은 " **긍정성** " 에 속합니다.



나의 스트레스 종합 결과는?

나의 스트레스 종합 결과는 사회적인 스트레스 상황 속에서 다른 사람 보다 감정을 조금 더 잘 느끼며, 주로 사용하는 행동 방식은 회피 혹은 무시하는 행동을 사용하는 것으로 나타났습니다.

분노, 우울 등 다양한 감정을 느끼는 만큼 상황에 따라서 나의 감정이 많이 변화할 것 같습니다. 감정적으로 풍부한 편인 만큼 스트레스가 많을 수 있습니다. 스트레스 관리를 조금 더 수월하게 하기 위해서는 자아탄력성의 강점으로 나온 부분을 통해서 약점을 보완하는 방향으로 사용하면 될 것 입니다. 앞서 느낀 스트레스의 강도에 따라서 스트레스 상황에서 느끼는 감정이나 행동 방식에 변화가 있을 수 있습니다.



종합유형_스트레스 이겨내는 방법

스트레스에 대처하는 능력을 개발하려면 스트레스 요인을 보다 효과적으로 관리하는 데 도움이 되는 건강한 전략과 습관을 채택하는 것이 필요합니다.

효과적인 스트레스 대처 기술을 개발하려면 시간과 연습이 필요하다는 점을 기억하십시오. 자신에게 인내심을 갖고 좌절이 정상적인 것임을 인정하는 것도 중요합니다. 자신에게 가장 적합한 전략을 찾기 위해 다양한 전략을 실험해보고, 필요한 경우 주저하지 말고 전문가나 지원 그룹의 지원을 구하세요.

Menabi를 통한
스트레스 확인



스트레스
인식

생활방식
점검

천천히 문제
해결하기

마음 챙김과
문제에 대해
여유를 가지기

계획작성 및
시간관리

부정적인 마음을 제한하고
최대한 긍정적으로 보기

가족 및 친구들에게
마음을 공유하기

흥미 있는
활동에 참여하기

나의 주장
펼쳐보기

나를 위해
요청을 거절해보기

나만을 위한 시간을 마련하고
경험에서 문제 해결하기

나의 성취를
축하하기

Menobi
FOR YOUR BRIGHT WORKING

Menobi
FOR YOUR BRIGHT WORKING

02

나의

강점과 Talent

- 나의 강점 Top 5
- 나의 Talents Top 5



나의 강점 찾기

모든 사람은 자신의 성격과 능력을 정의하는 강점의 고유한 조합을 가지고 있습니다. 강점이란 개인이 가진 뛰어난 성격과 능력으로 스스로도 자신감을 느끼는 특성입니다. 강점이 잘 발달하면 개인의 성장, 성공, 성취의 기반이 되며, 주변 세계에 긍정적인 기여를 할 수 있습니다. 그렇기 때문에 자신의 강점을 발견하고 적극적으로 수용하고 개발하면, 자존감과 삶의 전반적인 웰빙이 향상될 수 있습니다. 또한 동일한 시각으로 다른 사람의 강점을 이해하고 수용하면, 팀워크, 협업 및 공동체의 발전을 도모할 수 있습니다.



해석 팁

긍정성은 신체적, 심리적인 만족감과 자신감을 나타냅니다. 자기조절은 스트레스 상황에서 침착하게 대응하며 자신의 감정을 통제하는 능력입니다. 목표지향은 목표와 동기가 확실하여 이를 초점으로 전략적으로 행동하는 것을 말합니다. 대인관계는 타인의 생각과 감정을 이해하고 존중하며, 또 타인과 함께하는 것을 노력하는 능력입니다. 적응력은 외향적인 소통 방식뿐 아니라 다양한 상호작용 방식을 사용하는지 알아보며, 리더십을 발휘하는 능력입니다. 위의 표에서 색감이 같은 부분은 같은 유형의 강점을 의미합니다.

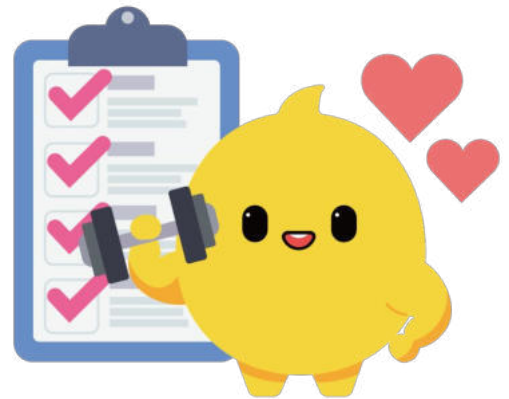
사람은 어려움을 이겨내거나 새로운 환경에 적응할 때,
 인생의 어떤 목표에 도전할 때 스트레스를 받습니다.
 어려운 문제를 풀거나 새로운 공부를 시작할 때도 마찬가지로 스트레스를 받습니다.
 이처럼 스트레스를 이겨낼 때 나에게 도움이 되는 강점을 알고 활용하는 법을 안다면,
 성장의 발판이 되어 줄 것입니다.



나의 강점 찾기 Top 5

01 긍정성_신체

'긍정성_신체'의 강점을 가진 자의 핵심 키워드
#외모_만족 #건강함 #튼튼한 신체 #자신감
#체력_좋음



강점

신체적 긍정성은 외적인 요인에 스스로 만족감을 느끼게 합니다. 신체적 긍정성이 강점인 사람은 활력이 넘치고 호기심이 왕성하여 매사에 적극적인 것이 특징입니다. 외부의 자극으로부터 유연하게 반응하며 긍정적 관점에서 상황을 파악하고 해결하고자 노력합니다. 주어진 상황에 자신의 역량을 믿고 일을 추진하는 까닭에 주변으로부터 긍정적 평가를 받기도 합니다.

보완점

자신의 신체와 외적인 요인에 스스로 만족감을 느끼는 것은 개인의 안녕감에 있어 매우 중요한 요인입니다. 자신감을 부여하기도 하고, 역할 수행에 원동력이 되어주기도 하기 때문입니다. 그러나 지나치게 외적인 요인에만 집중하여서 내적인 건강과 성장을 소홀히 할 우려가 있습니다. 때로는 자극 위주의 활동만을 선호하여 맡은 일에 쉽게 흥미를 잃고 마무리 짓지 못하는 경향도 있습니다. 따라서 내면의 건강과 성장을 위한 자기만의 방법을 모색하고 그것을 지속해서 수련해야 할 필요가 있습니다. 나아가 호기심만을 쫓는 것이 아니라 책임감을 갖고 역할에 임한다면 삶의 질 향상에 긍정적 결과를 얻을 수 있을 것입니다.

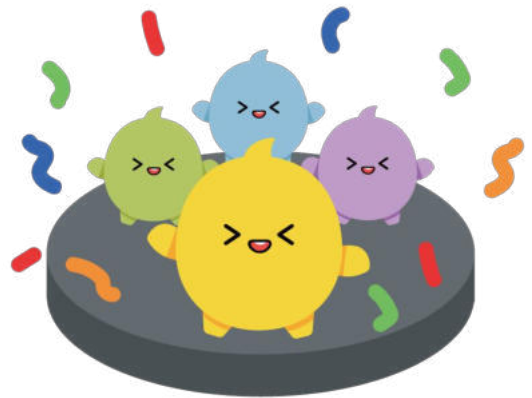


나의 강점 찾기 Top 5

02 외부활동

'외부활동'의 강점을 가진 자의 핵심 키워드

#행동 #밖에서 에너지 얻음 #활발 #약속 많음
#관중



강점

외부활동은 사회적으로 인간관계를 유지하여 삶을 생동감 있게 하는 요인 중 하나입니다. 외부활동이 강점인 이들은 관계 안에서 소통하며 에너지를 얻고, 그 과정에서 타인으로부터 존재감을 확인받는 특징이 있습니다. 넘치는 에너지와 특유의 활발함으로 집단에 활기를 불어넣는 분위기 메이커 역할을 함으로써 집단의 결속력을 다지기도 하고 긴장감을 완화하는 역할을 수행하기도 합니다. 유쾌하고 쉽게 친해질 수 있는 사람이라는 평가를 받아 많은 이들이 선호하는 인물로 주목을 받기도 합니다.

보완점

외부활동과 특유의 활발함은 타인에게 친근감을 느끼도록 하여 대인관계를 원만하게 해줄 수 있습니다. 그러나 자신의 감정과는 달리 항상 밝고 활기찬 모습을 유지해야 한다는 심리적 압박과 강박을 느낄 우려가 있습니다. 바람직한 대인관계는 서로의 감정이나 생각에 대한 지지와 공감을 바탕으로 이루어 집니다. 일방적으로 상대의 의견이나 감정에 맞추어 자신을 맞추는 것은 삶에 있어 진정한 가치를 부여하는 관계라 할 수 없습니다. 추진력과 행동력이 높고 유쾌한 까닭에 실수가 잦거나 조심성이 부족하다는 인식을 줄 수 있고, 이것은 중요한 과업을 맡기지 않는 결과를 초래할 수 있습니다. 타인과의 관계를 중요하게 여기는 만큼 자신을 돌보는 것에도 관심을 보인다면 삶의 질 향상에 도움을 얻을 것 입니다.

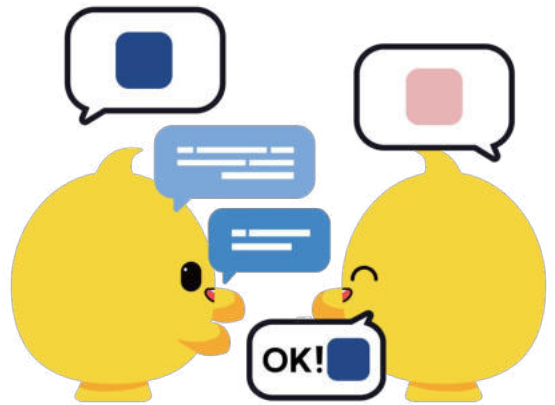


나의 강점 찾기 Top 5

03 설득

'설득'의 강점을 가진 자의 핵심 키워드

#존중 #너는 이걸 원해? #나는 이걸 원해 #절충안
#의견 조율



강점

설득은 의사소통 능력의 핵심 요인 중 하나로 원만한 대인관계를 형성하게 하는 핵심 요인입니다. 설득이 강점인 사람은 갈등을 조정해가는 과정에서 협력적으로 문제를 해결해 나가는 것이 특징입니다. 성공적인 설득은 타인의 입장을 공감하는 것에서 비롯되는 까닭에 설득력이 높은 사람은 통찰력이 뛰어납니다. 설득을 통한 결과는 개인 또는 사회적 문제에 영향을 미치는 파급력을 갖고 있기에 설득력이 높은 이들은 주변으로부터 신뢰감을 얻을 수 있으며 현명하다는 평가를 받기도 합니다.

보완점

바람직한 설득을 위해서는 관계적 측면에서의 접근과 시도가 필요합니다. 상대를 설득하는 과정에서 사회·문화적 맥락과 관계가 고려되지 않는다면, 언변이 좋은 사람에 그치게 됩니다. 때로 상대에 대한 부정적 태도나 폐쇄적인 사고를 갖고 설득을 하는 경우도 발생할 수 있습니다. 이것은 타인에게 자기중심적 또는 이기적인 사람으로 평가될 수 있음에 유의하여야 합니다. 이러한 상황을 예방하기 위해서는 설득이 상호 경쟁적이거나 이타적인 것이 아님을 숙고하여야 합니다. 설득은 상호 교섭적인 것입니다. 상대에게 관심을 가지고 관찰함으로써 욕구를 파악하고 공감하며 설득을 시도한다면, 개인과 사회 그리고 공동체까지 바람직한 영향력을 주며 사회적 지지를 얻게 될 것입니다.



나의 강점 찾기 Top 5

04 회고

'회고'의 강점을 가진 자의 핵심 키워드

#고찰 #문제점 찾기 #과거로부터 배운다 #반성
#약간 답답함



강점

회고는 문제가 발생한 현상에 초점을 맞추는 것이 아니라 보다 근원적이고 본질적인 원인을 고찰하는 것으로, 신중한 삶의 태도를 갖추게 합니다. 회고가 강점인 사람은 예측 불가능한 상황까지 대비하여 과업을 수행하는 통찰력을 갖고 있으며, 개인뿐만 아니라 집단의 성장에 도움을 주는 것이 특징입니다. 또한, 감정과 행동을 조절해가며 스스로 자신을 돌아보는 반성적 태도는 성숙한 인간으로서 삶을 영위할 수 있게 합니다.

보완점

문제가 거듭되지 않도록 근원적인 원인을 고찰하며 반성하는 행위는 건설적인 삶을 영위하는데 매우 중요한 태도입니다. 하지만 지나치게 문제에 파고들다 보면 지금-현재에 일어나고 있는 현상은 놓친 채 과거에 머무르게 합니다. 이는 때때로 주변인들로 부터 답답함을 느끼게 할 수 있으며, 소통이 되지 않는다고 느끼게 할 수 있습니다. 자신의 강점을 현명하게 활용하여 미래지향적 삶을 살기 위해서는 과거의 문제에 지나치게 몰두하지 않는 자세가 필요합니다.

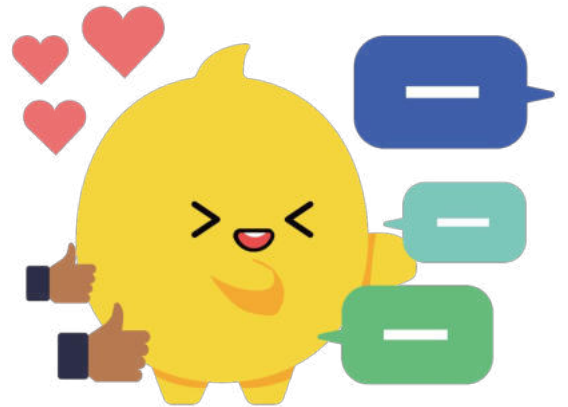


나의 강점 찾기 Top 5

05 상호작용

'상호작용'의 강점을 가진 자의 핵심 키워드

#사교적 #사람 좋아 #대화 많이 #사람 만나기
#넓은 인맥



강점

상호작용은 타인과 접촉하고 공동생활을 유지하고자 하는 인간의 사회적 욕구로부터 비롯되며, 사회성의 지표가 되기도 합니다. 상호작용이 강점인 사람은 사교적이며 인간관계의 폭이 넓어 풍족한 사회생활을 영위하는 것이 특징입니다. 나아가 자기주장이 뚜렷하고 타인과의 관계에서 협조적인 태도를 보이며, 사회의 규범이나 규칙을 합리적으로 수용함으로써 높은 사회적응능력을 보입니다. 갈등 상황을 해결하는 것뿐만 아니라 친화적인 인간관계를 형성하는데 적극성과 자발성이 높은 까닭에 집단에서 리더 역할을 부여받기도 합니다.

보완점

효과적인 상호작용은 삶을 역동적으로 영위하게 합니다. 그러나 좋은 인간관계를 유지하기 위해 지나친 에너지를 소비하게 할 우려 또한 존재합니다. 또는 폭넓은 인간관계에 비하여 깊이 있는 대화를 나눌 수 있는 상대가 없어 상대적으로 우울감이나 외로움을 느낄 수도 있습니다. 인간관계의 폭이 넓어 다양한 유형의 사람을 경험하는 것에 의미가 있을 수 있습니다. 그렇지만, 상황에 따라 적절히 맺고 끊는 기술을 구사함으로써 대인관계의 질적 향상에 주의를 기울일 필요가 있습니다. 상호작용의 대상은 타인이 아니라 자신이 될 수도 있습니다. 나의 가치관과 대인관계에 대한 기준을 세우는 것이 선행되도록 타인에게 집중된 관심을 자신에게 돌려 자신과의 상호작용을 시도함으로써, 건강한 상호작용을 실현할 수 있을 것입니다.



나의 강점 활용하기

**자신의 강점을 효과적으로 사용하면 개인적인 성취감, 성공,
다른 사람에게 긍정적인 영향을 줄 수 있습니다.**

자신의 강점을 활용하는 것은 지속적인 성장과 자기 발견의 여정임을 기억해야 합니다. 당신의 고유한 재능을 받아들여서 배움과 발전에 열린 자세를 유지하면, 주변 사람들에게 더욱 긍정적인 영향을 줄 수 있습니다. 의미 있고 목적 있는 삶을 만들기 위해 당신의 강점을 사용하세요.

MENABI를 통해 얻은 나의 강점을 인식하세요.

특정한 강점을 불러일으키는 요인을 생각해보세요. 그리고 활용하세요.

명확한 목표를 설정하세요.

강점과 열정에 맞는 기회를 찾으세요.

강점을 지속적으로 개선하세요.

강점을 개발하고 훈련할 수 있는 방법을 찾아보세요.

강점을 결합하여 삶의 영역에서 기여할 수 있는 부분을 찾으세요.

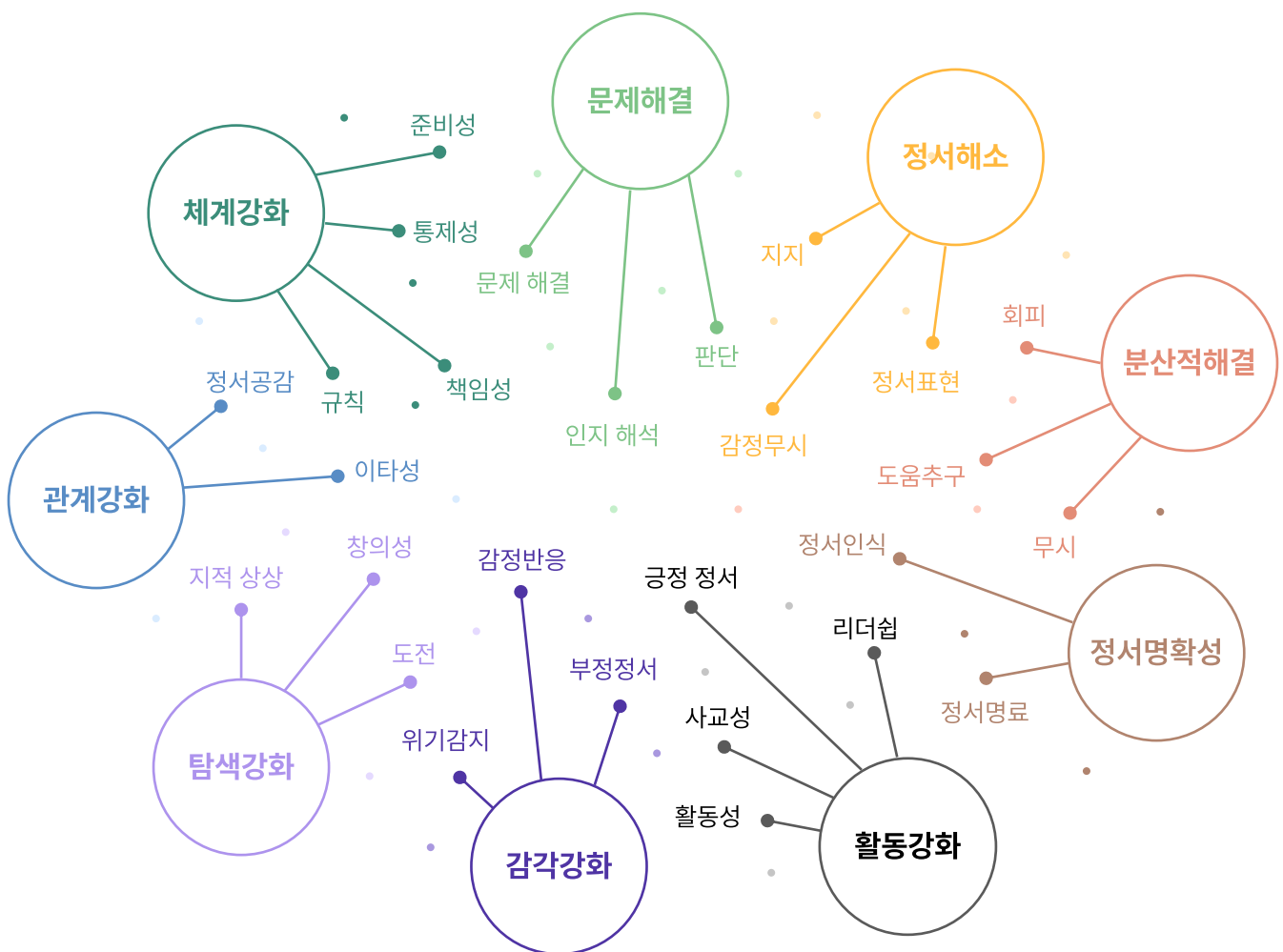
자신감과 진정성을 가지고 강점을 활용하고, 실패와 좌절을 통해 성장할 기회로 받아들이세요.



나의 Talent 찾기

인간의 행동은 복잡하고 다면적이며 내부 및 외부 영향의 조합에 의해 형성됩니다.

그렇기 때문에 개인의 행동과 선호도의 다양성은 개인 경험의 자연스러운 측면임을 인식하는 것이 중요합니다. 각자의 개인적인 차이는 우리를 독특하게 만들고 다른 사람들과의 상호 작용을 풍부하게 합니다. 이러한 차이를 이해하고 존중하면 더 나은 의사소통, 공감, 인간 행동의 다양성에 대한 감사로 이어질 수 있습니다. 또한 이러한 다양성이 있기 때문에 인류의 역사와 사회는 발전할 수 있었습니다. 사람마다 선호하는 행동에 대한 타당한 이유가 있을 수 있으며, 이에 대한 나의 판단이나 비교가 항상 적절하거나 건설적이지 않을 수 있음을 인식하는 것도 필요합니다.



사람마다 자연스럽게 선호하고 자주 하는 행동과 성향들이 있습니다.
위에 25가지 다양한 특징점 중에서 내가 선호하고 자주하는 행동이 무엇인지 알아보도록 합시다.
같은 색으로 된 요인들은 **유사한** 성향임을 의미합니다.



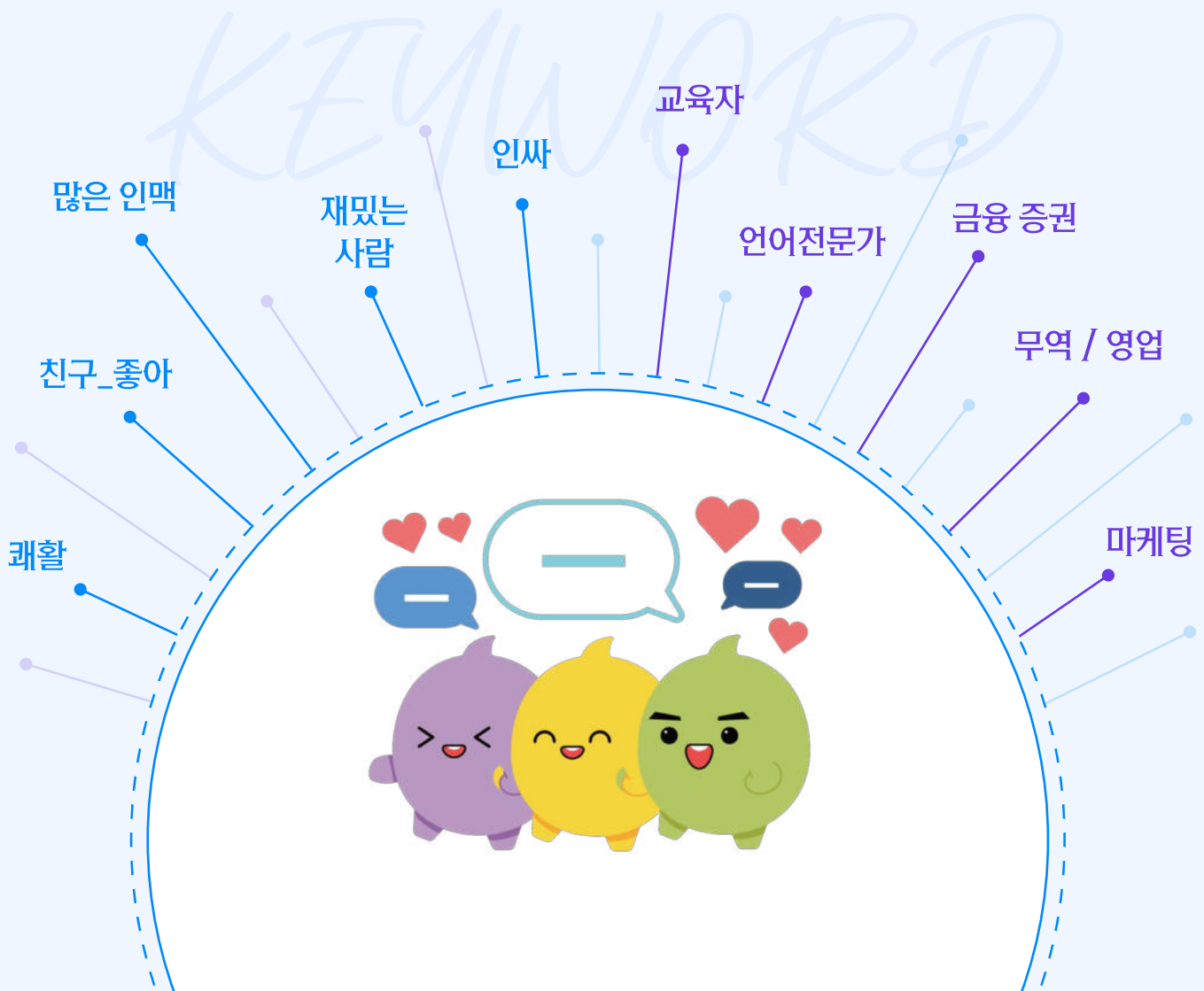
나의 Talent 찾기 Top 5

01 사교성

특징

사교성이 높은 사람은 인간관계의 폭이 넓고 외부로부터 에너지를 얻습니다. 친화적인 행동과 말하기를 구사함으로써 호감형으로 평가되기도 합니다. 이들은 타인과의 관계에서 역량을 가장 크게 발휘할 수 있습니다. 따라서 타인과 지속적으로 상호작용을 하며 친밀한 관계를 유지하고, 자신의 의견을 개진할 수 있는 분야에서 두각을 드러낼 수 있습니다.

사교적인 부분에 지나치게 집중할 경우 공과 사가 불분명하게 되어 역할수행의 측면에서 신뢰도를 잃을 우려가 있어 주의하여야 합니다.





나의 Talent 찾기 Top 5

02 리더십

특징

리더십이 뛰어난 사람은 사람들을 이끌고 앞에 나서서 행동을 하는 것을 즐기고 잘하는 사람입니다. 리더십이 뛰어난 사람은 야망도 있고 무언가 이루고자 하는 목적의식도 강한 경향이 있습니다. 사람들을 이끌고 무언가를 행하고 이뤄낼 때 큰 성취감을 느끼고 능력이 온전히 발휘됩니다. 하지만 리더십이 발휘되지 않거나 원하는 방향으로 일이 진행되지 않으면 공격성이 나타날 수도 있기 때문에, 다른 사람을 이해하는 것도 중요하다는 점을 잊어선 안 됩니다.



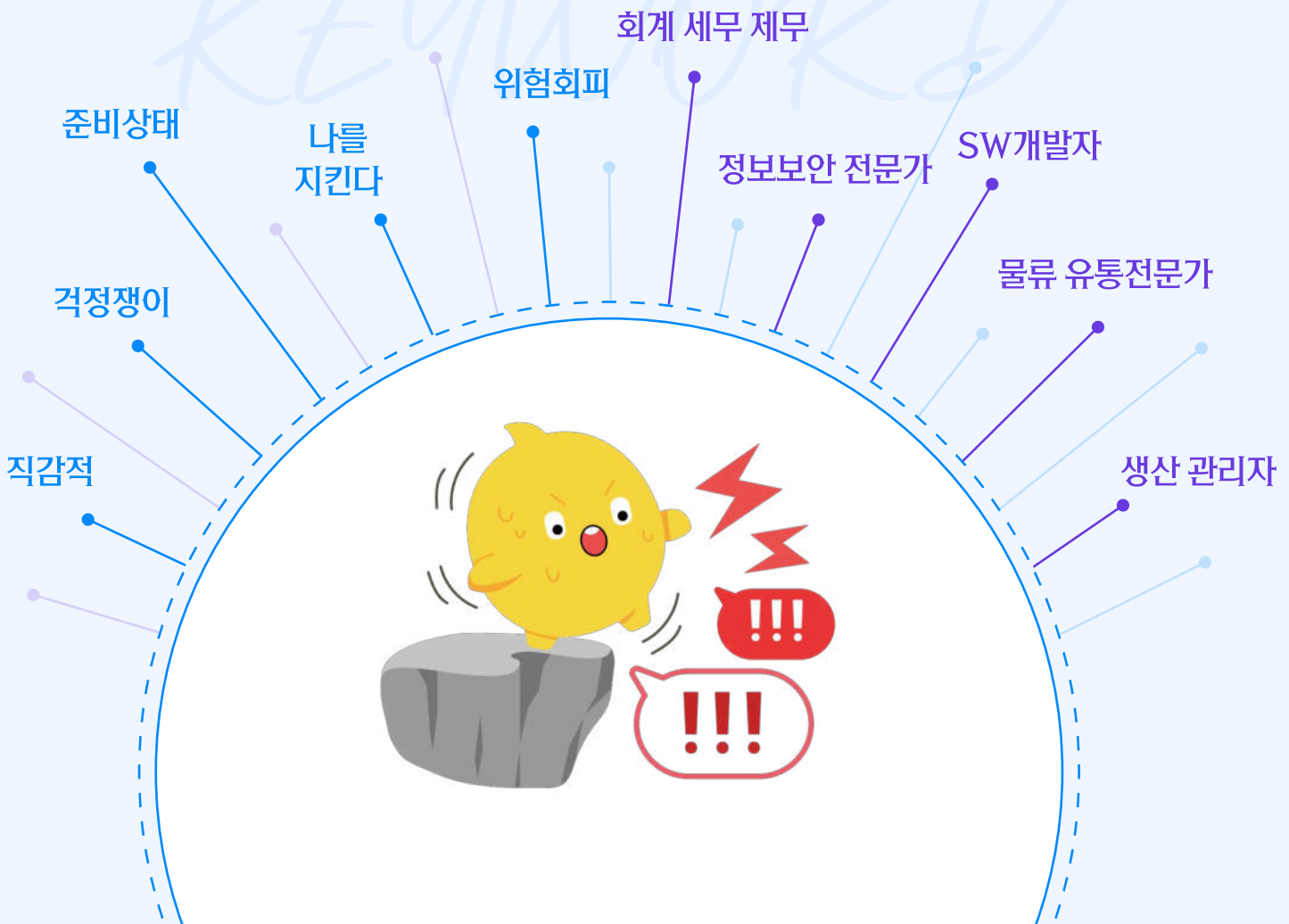


나의 Talent 찾기 Top 5

03 위기감지

특징

위기 감지가 강한 사람은 상황과 관계에 민감하게 반응하며 높은 성취율을 보이는 편입니다. 사전에 위험이 발생할 수 있는 요소를 분석하거나 발생 전에 위험을 감지하여 대응하는 까닭에 대처 능력이 좋은 인물로 평가되기도 합니다. 이들은 문제를 예측하고 그에 따른 안전을 확보할 때, 자신의 역량을 가장 크게 발휘할 수 있습니다. 따라서 불특정 다수의 변수 또는 기존의 문제 상황에 대한 대비하는 분야에서 두각을 드러낼 수 있습니다. 위기 감지가 지나치면 과업을 달성하는데 필요한 정도 이상의 스트레스를 느끼게 될 수 있습니다. 이는 과업 달성에 대한 의지를 무력화할 수도 있으며, 소극적인 태도로 역할을 수행하게 하는 원인이 될 수 있으니 유의하여야 합니다.





나의 Talent 찾기 Top 5

04 관심

특징

타인에 관심을 가진다는 것은 다른 사람에게 필요한 것은 무엇일지, 현재 감정은 어떤 감정일지 궁금해하고 알고 싶어하는 것을 의미합니다. 이런 능력이 좋은 사람은 눈치가 좋은 사람, 센스가 있는 사람이라는 평가를 받을 가능성이 높습니다. 필요할 때 마다 필요한 것을 멋지게 해결해주고, 먼저 눈치를 채고 준비해주는 센스있는 사람들입니다. 하지만 그만큼 타인에게 관심이 많으면 나에 대해서는 소홀해질 수 있으니 적절한 균형이 필요합니다. 또 누군가는 관심 가져주는 걸 싫어 할 수 있으니 상대방도 잘 파악하는 능력이 필요합니다.





나의 Talent 찾기 Top 5

05 회피

특징

회피는 문제 혹은 부정적인 상황이 발생했을 때, 당장 해결이 힘들고 문제 상황이 너무 심각하면 잠깐 거리를 두고 생각할 시간을 가지는 특성입니다. 내가 해결하기에 너무 압도적으로 심각한 문제이거나 지금 당장 빠른 해결법이 없다면 잠깐 거리를 두고 생각할 시간을 갖거나 감정적으로 안정을 찾는 것이 지혜로운 방법 일 수 있습니다. 모든 문제에 있어 거리를 두면 무책임한 사람이지만 문제에 경중에 따라서 적절한 거리두기는 심리 건강에 도움을 줍니다.





나의 Talent 활용하기

자신의 재능을 효과적으로 사용하면 개인적인 성취감, 성공 및 다른 사람에게 긍정적인 영향을 미칠 수 있습니다.

다음은 귀하의 재능을 활용하는 데 도움이 되는 몇 가지 단계입니다. 당신의 재능을 사용하는 것은 자기 발견과 성장의 여정임을 기억해야 합니다. 자기에게 인내심을 갖고 나만의 독특함을 받아들이면서, 나의 삶과 다른 사람들의 삶에 기쁨과 성취감을 가져다 주는 방식으로 자신의 재능을 계속 개발하고 공유할 수 있습니다.

Menabi를 통한
재능 확인



명확한
목표 설정

재능개발 및
기술 개선

재능이 비슷한
팀 구성하기

피드백 구하기

관심있는
과목 찾기

나에게 맞는
플랫폼 찾기

도전하기

건강의
균형 맞추기

나의 재능 인내
및 연마하기

내가 학습한
내용 공유하기

계속
궁금해하기

나의 성취를
축하하기

Menobi
FOR YOUR BRIGHT WORKING

03

나의
학습 유형

- 나의 학습 전략
- 나에게 맞는 공부 방법
- 암기 방법
- 인지 기능 측정 결과



나의 학습 유형을 찾는 것이 왜 중요할까?

학습 유형은 인간의 교육적 성향의 한 부분입니다.

나의 학습 유형을 아는 것은 중요합니다. 나에게 맞는 방식으로 정보와 지식, 이론과 기술을 받아들이고 정리 및 활용하는 방법에 대한 통찰력을 제공할 수 있습니다. 인간의 “학습 유형”에 대한 개념과 이론화가 교육 연구에서 논의되어 왔지만, 중요한 것은 사람마다 성향과 맞는 선호 학습 유형이 다르다는 점입니다. 그렇기 때문에 여러 학습 유형을 알고 그 중에 자신의 선호유형을 이해하는 것이 중요합니다.

인간의 두뇌는 적응력이 뛰어나고 다양한 학습 전략을 활용할 수 있습니다. 따라서 자신의 강점인 학습 유형을 기반으로 다양한 학습 전략에 접근하여 학습 루틴에 응용하는 것이 좋습니다. 그렇게 한다면 보다 균형 있고 무궁무진한 학습 여정으로 이어질 수 있습니다.

궁극적으로 자신의 학습 유형을 아는 것은 효과적이고 개인화된 학습 전략을 개발하고, 즐거운 학습 경험을 만드는 데 귀중한 발판이 될 수 있습니다.





학습 유형을 찾으면 얻어지는 효과

이 장에서는 나의 학습 전략을 파악하여
학습 유형을 추천해주고 암기 방법 등을 안내하는 장입니다.

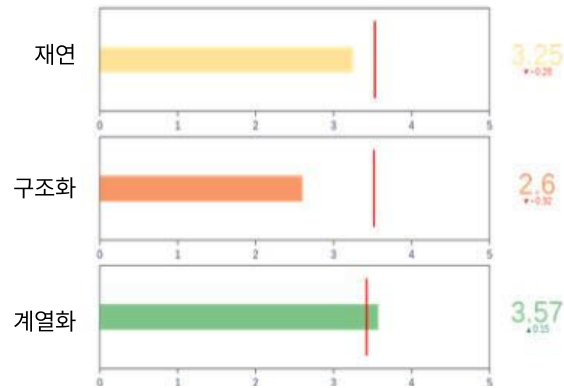




그래프는 이렇게 읽어요

붉은 선은 평균을 의미합니다.

내 점수와 평균을 비교하여 평균보다 높은 지 낮은 지 확인 할 수 있습니다.



재연

암기 혹은 공부해야 할 내용을 반복적으로 읽거나 쓰는 행동을 총칭하는 방법을 의미합니다. 읽기, 쓰기, 말하기 등 반복적인 학습 전략입니다.

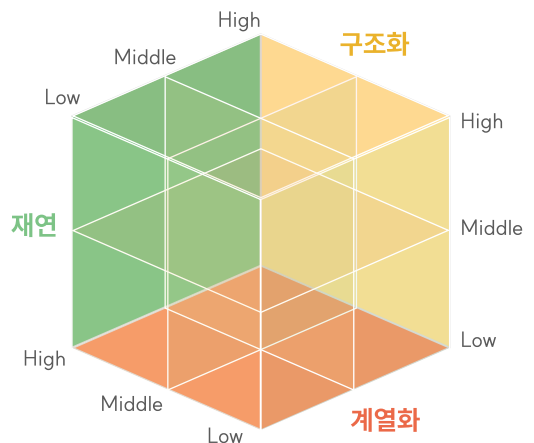
구조화

공부한 내용들끼리 공통점, 차이점에 따라 분류하고 요약 정리하는 학습 전략입니다. 중요한 내용에 줄 긋기, 중요 키워드 만 따로 정리하기 같은 학습법이 있습니다.

계열화

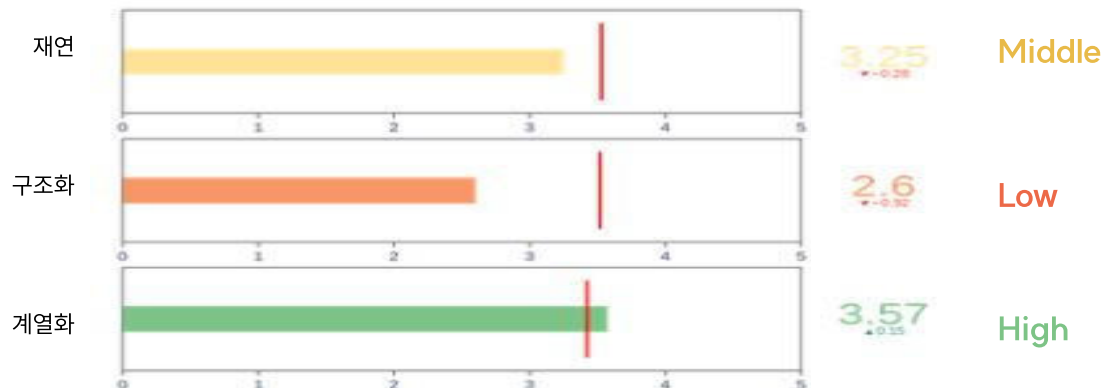
기존 정보와 새로운 정보 사이의 관계를 찾거나 기존 정보끼리 연결성, 관계성을 찾는 학습 전략입니다. 본인 나름대로 학습 내용을 이해하는 방식을 의미합니다.

학습 전략은 '재연, 구조화, 계열화'의 3가지 유형으로 구분되며, 각 유형은 3가지 레벨(High, Middle, Low)로 나뉩니다. 이러한 3*3*3 구조를 시각화한 그래프는 다음과 같습니다. 3가지 학습 유형과 레벨별 결과는 총 27개의 군집으로 제공되며, 이를 통해 자신의 학습 전략 유형과 활용 수준을 확인할 수 있습니다. 또한, 모든 유형을 균형 있게 발전시키기 위한 맞춤형 팁도 참고해보세요.





나의 학습 전략



유형 특징

당신은 구조화의 활용 수준이 낮고 재연의 활용 수준이 중간인 반면, 계열화의 활용 수준이 높은 학습전략을 구사하는 것으로 나타났습니다. 이것은 새로운 정보를 학습할 때 자기만의 방식으로 학습하는 것을 즐기는 유형입니다. 정보에 대한 스토리가 있을 경우 학습을 더욱 용이하게 해낼 수 있으나, 그렇지 않다 하더라도 스스로 각 정보간의 스토리텔링을 구축하여 학습하는 경향 또한 보입니다. 따라서 기존의 정보와 새로운 정보 간의 차이점과 공통점을 도출하고 그것을 바탕으로 새로운 정보나 이론을 만들어내는 능력이 뛰어난 편입니다.

보완점

정보들의 연결성과 새로운 학습내용 그리고 아이디어를 찾을 때 자기만의 기준을 정하고 그 안에서 공통점과 차이점을 분류해보면 도움이 될 것입니다. 정보를 정리하고 개념을 요약해둔다면 필요할 때 사용하기에 더욱 용이할 것입니다. 밑줄을 긋고 요약 노트를 정리하는 등의 학습법을 활용하여 다양한 정보와 개념의 체계를 잡아보길 권장합니다.



학습법 추천

학습 전략은 정보를 획득, 처리 및 유지하기 위한 구조화된 접근 방식과 기술을 제공합니다. 이는 효과적이고 효율적인 학습 경험을 촉진하는 데 중요한 역할을 합니다. 학습 전략은 학교의 학업 뿐 아니라 삶을 살아가면서 다양한 상황과 직무, 진로환경에서 사용됩니다. 우리의 삶 자체가 배움이자 학습의 연속이기 때문에 자신에게 맞는 학습전략을 찾고 적극적으로 활용하는 것은 자신의 미래 설계에 도움이 될 것입니다.

학습 방법이 줄 수 있는 도움

- 참여 및 관심
- 능동적 학습
- 시간 효율성
- 기억 유지
- 장기 학습
- 실제 적용
- 이해력 향상
- 문제 해결 기술
- 다른 과목에 대한 적응성



학습법 종류	
짧고 굵게 공부법	동료 활용 공부법
마인드맵 공부법	녹음 공부법
흐름 공부법	자투리 시간 공부법
범주화 공부법	선택과 집중 공부법
음독 공부법	셀프 스케줄링 공부법

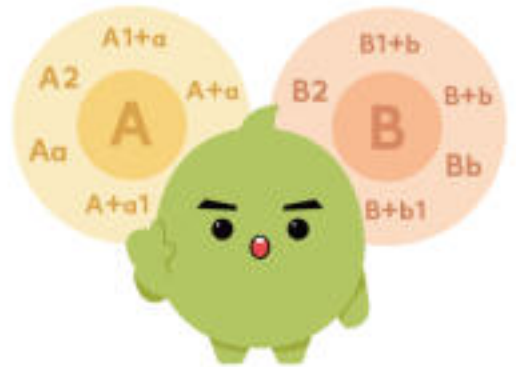


나에게 맞는 학습법 Top 3

01 범주화 공부법

#이해력 향상 #기억력 향상 #그룹 나누기 #공통점_차이점
#조직 및 개안화 #학문간의 사용

범주화 공부법은 학습 내용과 정보를 특정 기준에 따라 분류하고 여러 그룹으로 나누는 방법으로 콘텐츠의 패턴과 관계를 이해하는데 도움을 줄 수 있습니다.



공부 방법은?

1. 학습 주제 선정과 주요 범주 정의

학습 주제와 관련하여 주요 범주를 정의합니다. 이는 핵심적인 카테고리를 나타내며, 학습 내용을 구성하는 기본 요소입니다.

2. 세부 범주 생성

주요 범주를 기반으로 세부 범주를 생성합니다. 세부 범주는 주요 범주에 속하는 더 작은 카테고리를 나타내며, 학습 내용을 더욱 세분화하여 분류합니다.

3. 정보 분류

학습할 내용을 정리하고 해당하는 범주에 정보를 분류합니다. 각각의 세부 범주에 맞는 정보를 기록하고 구성합니다.

4. 시각적 표현

범주화를 시각적으로 표현합니다. 정리한 내용을 그림, 표, 차트, 그래프 등을 활용하여 시각적으로 보여줍니다.

5. 연결과 확장

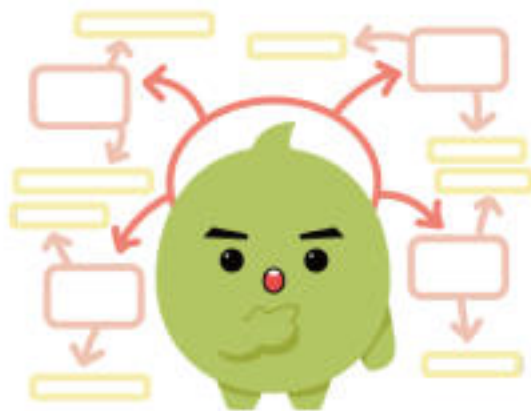
각각의 범주를 연결하고 확장합니다. 범주들 사이의 관계와 상호작용을 파악하고 지식의 네트워크를 구축합니다.

나에게 맞는 학습법 Top 3

02 마인드맵 공부법

#이해력 향상 #기억력 향상 #관계의 시각화 #주제 단순화
#조직 및 개안화 #학문간의 사용

마인드맵은 핵심 아이디어를 중심으로 관련 개념이 나뉘지는 다이어그램을 사용하여 정보를 시각적으로 구성하는 학습 방법입니다.



공부 방법은?

1. 중심 주제 선택

학습할 주제나 내용을 선정하여 중심 주제를 중앙에 적습니다.

2. 가지 생성

중심 주제에서 여러 가지 가지를 뿜어 나갑니다. 이 가지들은 중심 주제와 연관된 세부 주제 또는 개념을 나타냅니다.

3. 색상과 이미지 사용

마인드맵에 색상과 이미지를 활용하면 정보를 시각적으로 구분하고 기억에 더욱 남도록 돕습니다.

4. 핵심 키워드 사용

각 가지의 핵심 키워드를 사용하여 복잡한 내용을 간결하고 기억하기 쉽게 표현합니다.

5. 연결과 확장

마인드맵의 가지들을 서로 연결하고 확장시킵니다. 이렇게 함으로써 개념과 정보들의 연관성을 파악하고 이해하기 쉽습니다.

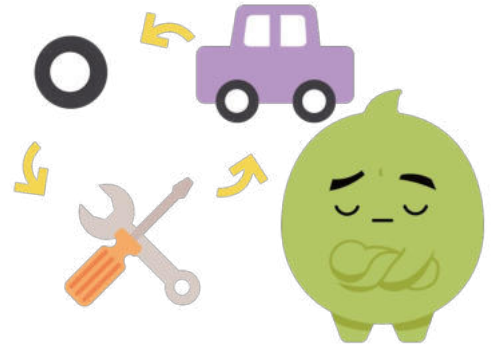


나에게 맞는 학습법 Top 3

03 흐름 공부법

#뭘 해야 하지 #계획을 못 잡겠다 #오늘 처음 공부 #주제 단순화
#쉽지 않다 #학문간의 사용

흐름 공부법은 학습 전략을 뭘 써야 할지 모르겠고,
지금 내가 하고자 하는 공부가 무엇인지 모를 때
사용해 볼 수 있는 방법입니다.



공부 방법은?

1. 학습할 내용 설정

과목이나 단원 중에서 공부하고 싶은 내용을 정합니다. (ex. 오늘은 역사 공부를 해보자)

2. 궁금증 혹은 모르는 것 발견

공부를 하다보면 궁금하거나 모르는 것을 발견할 수 있습니다.

ex. 장영실이 측우기를 만들었다는데 측우기가 뭐지

궁금증을 해결하기 위해 검색을 하거나 책을 찾아봅니다.

ex. 측우기를 구글에 검색

궁금증을 해결하면서 새로운 궁금증이 생기면 해당 궁금증을 또 찾아봅니다.

ex. 측우기가 강수량을 측정하는데 강수량을 왜 측정하지?

해당 방법을 반복하면서 다양한 내용을 접해보고, 본인이 가장 즐겨워하는 내용과 공부법을 찾아봅니다.



노트 필기와 암기

노트 필기의 필요성?

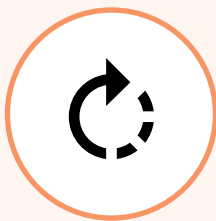
노트 정리는 효과적인 학습과 정보 보존에 필수적입니다. 우선 노트 필기를 하는 과정에서 자신만의 언어로 표현하고 정리하는 과정을 한 번 거치게 됩니다. 이는 해당 학습 내용에 대한 기억과 이해를 강화 시킵니다. 또한 시각적 기억과 연결되어 노트 필기로 메모를 구성하면 나중에 기억을 떠올리고 검토할 때 도움이 됩니다.

노트 필기는 개요, 마인드 맵, 글머리 기호, 색상 코딩 또는 디지털 메모 작성 도구 사용 등과 같이 다양한 방법으로 구성됩니다. 핵심은 자신에게 가장 잘 맞고 자신의 학습 스타일에 맞는 시스템을 찾는 것입니다. 노트를 정리하는데 시간을 투자하면 장기적으로 성과를 거두어 보다 효과적이고 성공적인 학습 경험에 기여할 수 있을 것입니다.

그렇지만, 노트 필기에만 너무 정성을 기울인다면 최적의 학습 결과를 얻기는 어렵습니다. 암기를 비롯한 복습에도 힘을 기울여야 합니다.



이해력
향상



효과적인
복습



정보 과부하
감소



더 쉬운
공동 작업



자기 주도적
학습



시험 및
평가 준비



맞춤형
학습



학습 과정
개선



노트 필기와 암기

암기 효과

암기는 학습에 있어서 기초가 되는 전략이라고 할 수 있습니다.

암기를 통해 기본 개념과 용어들을 암기하게 되면, 해당 분야의 학습 속도나 효율이 높아지게 됩니다. 암기는 다른 학습 전략과 균형을 맞출 때 그 효과가 극대화됩니다.

문제 해결 연습, 그룹 토론, 실습 활동 및 실제 프로젝트와 같은 적극적인 학습 방법을 함께한다면, 비판적 사고 및 지식 응용이 촉진되어 해당 분야에 대한 더 깊은 이해력이 생성되어 장기적으로 지식을 유지하는 데 도움이 됩니다. 교육자와 학습자는 암기식 학습과 능동적 학습 전략을 통합하여, 균형 있고 효과적인 학습 경험을 만들기 위해 노력해야 합니다.

긍정적

즉시 기억

기본
지식의 기초

표준
시험 준비

부정적

깊은
이해 부족

지식 전달
제한

호기심
억제

스트레스와
압력



나에게 맞는 암기 방법 Top 3

Corporate Storytelling Management 스토리텔링 기법

01

스토리텔링 기법은 개념이나 이론을 쉽게 이해할 수 있는 이야기 형식으로 변환하는 방법입니다. Jonah Sachs는 스토리텔링이 아이디어를 효과적으로 구성하고 전달하는데 적절한 방법이며, 비즈니스와 커뮤니케이션에서도 좋은 영향을 줄 수 있다는 점을 연구하였습니다. 특히, 이야기의 흐름에 따라 맥락을 빠르게 이해할 수 있으며, 자신이 직접 경험한 것과 같은 느낌을 전달받을 수 있다는 것이 큰 장점입니다. 이를 기반으로 사회과학 분야의 정보를 기억하고 학습하기 위해 유용한 암기전략인 스토리텔링 기법을 사용할 수 있습니다. 실생활에서의 적용 가능성을 고려하여 이야기를 연결지어 구성하면, 이해력과 기억력을 더욱 향상시킬 수 있습니다.

#스토리
#이야기 흐름
#커뮤니케이션
#사회과학
#생동감

사용 방법

1. **목표 설정** : 암기하고자 하는 내용을 Storytelling의 형태로 변환하고자 하는 목표를 설정합니다.
2. **주요 요소 도출** : 암기하고자 하는 내용 중 스토리에 포함시킬 주요 요소를 도출합니다. 주요 개념, 사건, 인물 등을 고려해 선택합니다.
3. **이야기 구성** : 주요 요소들을 연결하여 이야기를 만듭니다. 사건의 흐름과 인물들의 상호 작용을 고려하여 스토리 구조를 짭니다.
4. **감정적 요소 추가** : 이야기를 보다 생동감 있고 기억에 남도록 만들기 위해 감정적인 요소를 추가합니다.
5. **시각적 자극과 연결** : 이야기에 시각적 자극을 추가하여 더욱 기억에 남도록 만듭니다. 그림, 그래프, 다이어그램 등을 활용할 수 있습니다.
6. **반복과 복습** : 이야기를 여러 번 반복해서 듣고, 스토리에 등장 하는 주요 내용을 복습합니다.
7. **실전 적용** : 학습한 내용을 실제 상황이나 해당 지식이 필요한 상황에 적용해 봅니다. 혹은 실제로 이야기에 담긴 내용이 어떻게 적용될 수 있는지를 상상해 봅니다.



나에게 맞는 암기 방법 Top 3

Semantic Mapping Strategy 의미망 전략법

의미망 전략법은 개념과 개념 간의 관계를 연결시켜 그래픽이나 그림으로 표현하는 방법입니다. 시각적인 틀을 활용하여 기존의 지식과 새로운 지식을 쉽게 연결하는 방법이라는 점이 장점입니다. 주제가 되는 개념을 중심에 두고, 중심 단어와 관련된 범주의 어휘를 확장시켜 연결해 시각적으로 정리합니다. 개념 사이의 의미를 연결해 나가는 것이므로 각 개념과 어휘 간의 관계를 쉽게 파악할 수 있게 도와주며, 텍스트를 이해하는 데 효과적입니다. 단어의 의미를 식별하고 이해하는 데 도움이 되므로, 책을 읽으며 문장 속의 의미를 이해하기 어려운 단어를 중심 단어로 사용하면 효과적으로 기억하는 데 도움이 됩니다. 중심이 되는 키워드의 개념 및 의미가 중요하므로, 사전이나 선생님에게 정확하게 의미를 확인하는 것도 도움이 됩니다.

02

#의미연결
#키워드
#조직화
#확장
#그래픽

사용 방법

1. 암기하려는 개념 단어나 책을 읽으며 이해가 되지 않는 단어를 확인합니다.
2. 외우려는 중심 개념 정보 및 단어를 선정합니다.
3. **의미부여**: 기억하려는 정보에 의미를 부여해 관련 있는 개념이나 이미 알고 있는 지식과 연결 시킵니다.
4. **조직화**: 정보를 조직화하여 분류하고 정리합니다.
5. **조직화한 정보를 카테고리별로 나누거나 계층적으로 구조화하여 기억하기 쉽게 만듭니다.**
6. **연결**: 새로운 정보를 이미 기억하고 있는 것과 연관시켜 기억력을 향상시킵니다.
7. **강화**: 이미지를 상상하거나 그림으로 표현하여 더욱 생생하고 기억하기 쉽게 정보를 시각화 합니다.
8. **감각적 연결**: 다양한 감각을 활용하여 정보를 체감함으로써 기억력을 높입니다.



나에게 맞는 암기 방법 Top 3

Contextual Writing 맥락적 필기 암기법

03

맥락적 필기 (Contextual writing) 암기법은 수업을 들으며 필기한 내용을 학습자가 효과적으로 해석하고 기억하기 위한 방법입니다. 이해를 촉진하는 말성(orality)의 장점을 최대한 활용하는 맥락적 필기를 통해 글성(literacy)의 속성으로써 정리를 통한 암기를 촉진하는 방법입니다. 내용을 생생하게 만들기 위해 구체적이고 특정한 상황을 연결시키는 것입니다. 정보를 단순히 기억하는 것이 아니라, 특정 문맥이나 상황과 결합하여 이해하고 기억하도록 돕습니다. 교재(글성) > 강의(말성) 맥락적 필기(말성) > 외재화(자신만의 방식으로 구조화; 글성) > 내재화된 이해에 도달하는 과정을 가집니다. 이 암기 방법은 정보를 단순히 외우는 것을 넘어, 의미 있는 문맥에서 정보를 사용하고 이해하는 데에 중점을 둡니다. 이는 깊은 학습을 촉진하고 학습한 내용을 실제로 활용할 수 있는 능력을 강화하는 데에 도움이 됩니다.

#맥락적 필기
#말성
#글성
#상황연결
#외재화

사용 방법

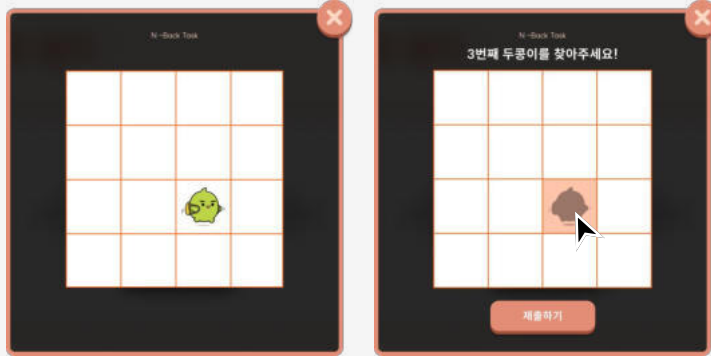
1. 내용의 전부를 노트에 기록합니다. 교수자가 설명하는 내용, 농담, 다른 학생들의 질문, 떠오르는 생각 등 내용과 같은 맥락을 기본적으로 모두 기록하면서 집중력이 향상됩니다.
2. 글이나 그림 등을 모두 기록한 노트 필기를 보며 새롭게 이해한 부분을 확인합니다.
3. 새롭게 이해한 부분을 중심으로 떠오르는 생각, 질문 등을 2차 필기 노트를 작성한다.
4. 2차 필기 노트를 토대로 주제나 개념별로 구조화, 체계화, 요약하며 정리합니다.
5. 정리된 내용에 이해를 돕기 위한 보충자료나 참고자료를 붙여서 상세한 내용을 추가합니다.
6. 완전한 학습자료로 노트를 완성시키고, 반복적으로 복습하며 암기합니다.

예) 사람과 관련된 이론 및 개념, 역사에 대해 공부할 때 사용할 수 있습니다. 암기해야 하는 내용과 관련된 그 사람에게 얹힌 흥미로운 사건에 대한 이야기를 함께 기록해둡니다. 암기해야 하는 내용을 떠올릴 때, 흥미로운 사건을 통해서 도움을 받을 수 있습니다.



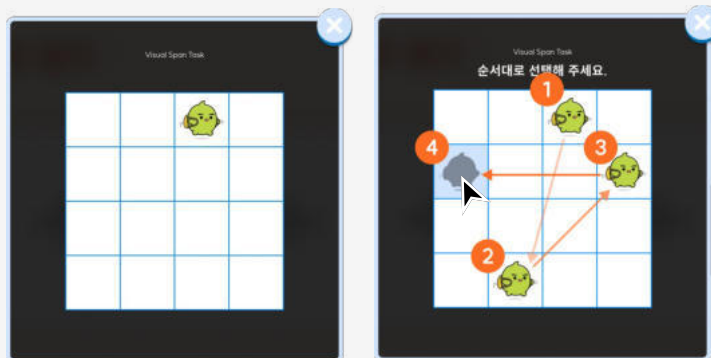
인지 기능 측정 검사 도구

N-Back Task



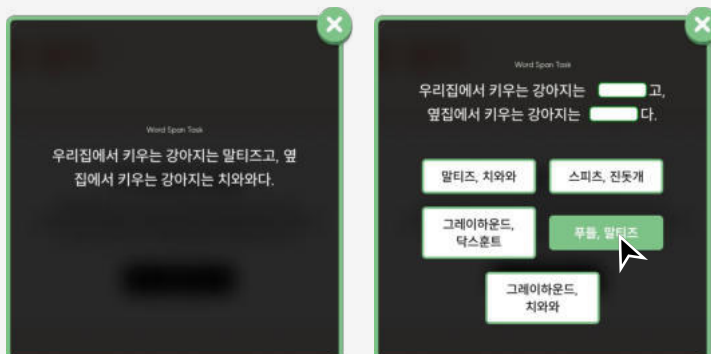
여러번에 걸쳐서 나오는 캐릭터의 위치를 잘 기억 했다가 문제에 주어진 n번째 순서에 맞는 캐릭터 위치를 선택하는 게임으로, Working Memory의 용량을 측정하는 검사도구입니다.

Visual Span Task



화면에 나오는 캐릭터의 위치를 순서대로 기억 했다가 나온 순서에 맞게 그 위치를 선택하는 게임으로, Working Memory의 정확도를 측정하는 검사도구입니다.

Word Span Task

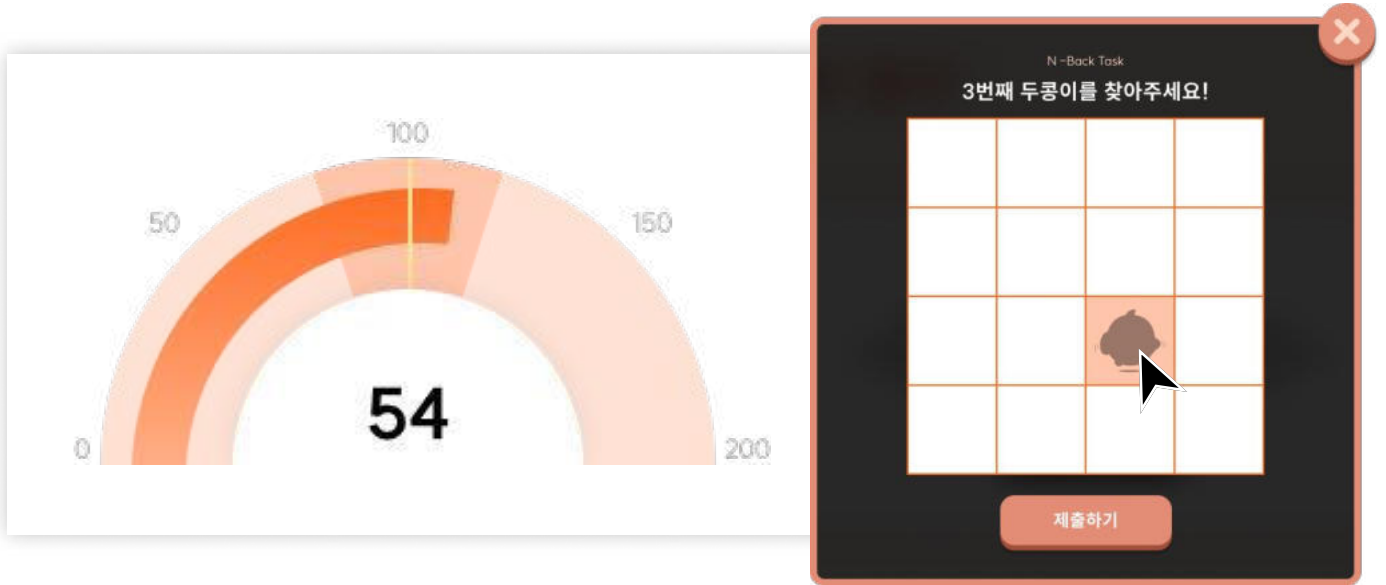


화면에 제시된 여러 문장들을 잘 기억 했다가 문장의 빈칸에 들어갈 답을 선택하는 게임으로, 빠르게 암기하고 암기한 내용을 유지하여 Verbal Working Memory의 용량과 정확도를 측정하고 Short Term Memory 능력을 측정하는 검사도구입니다.



N-Back Task

사람의 기억은 감각 기억, 단기 기억 또는 작업 기억, 장기 기억 등으로 분류할 수 있습니다. 작업 기억(Working memory)과 단기 기억(Short term memory)은 장기 기억을 위해 꼭 필요한 부분이며, 인지 기능에 있어서 기초가 되는 능력이라고 할 수 있습니다.



그 중 작업 기억은 어떤 정보를 처리하는 과정이며, 인지적 활동을 위해 필요한 정보를 일시적으로 저장하는 기억을 말합니다. 이와 같은 작업 기억 수준 및 용량을 측정하는 과제로는 N-Back Task가 있습니다. 또한, N-Back Task를 통해 두뇌 기능의 효율성을 증진시킬 수 있습니다. N-Back Task 게임은 작업 기억과 유동 지능을 훈련시키는 방법으로도 알려져 있습니다.

나의 결과

당신의 N-back task 점수는 평균 정도 수준입니다.

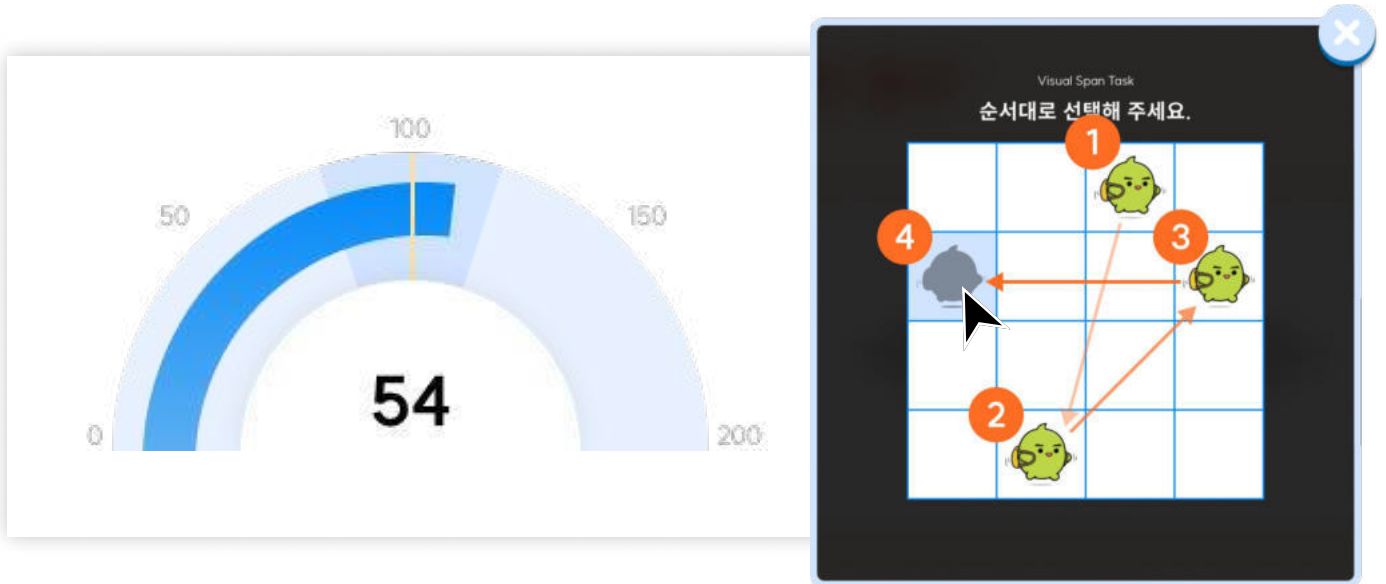
평균적인 작업 기억(Working memory) 용량을 가지고 있다는 것은 일시적으로 정보를 기억하고 유지하는 정상적인 기억의 과정을 수행할 수 있음을 의미합니다. 작업 기억은 인간의 고등 인지 기능 중 하나인 실행 기능의 일부분으로 다양한 정보를 잘 활용하고 상황 판단 혹은 기억과 관련된 능력입니다.

새로운 지식과 기술을 배우는 것은 작업 기억 능력을 강화시키는 방법 중 하나입니다. 새로운 악기를 배우거나 새로운 음악을 듣고, 스도쿠나 체스와 같은 두뇌 훈련 게임을 활용하여 기억력을 향상시킬 수 있습니다.



Visual Span Task

사람의 기억은 감각 기억, 단기 기억 또는 작업 기억, 장기 기억 등으로 분류할 수 있습니다. 작업 기억(Working memory)과 단기 기억(Short term memory)은 장기 기억을 위해 꼭 필요한 부분이며, 인지 기능에 있어서 기초가 되는 능력이라고 할 수 있습니다.



짧은 시간 동안의 정보 저장과 조작을 동시에 측정함으로써, 기억 메커니즘을 이해할 수 있습니다. 특히, 비언어적인 정보에 대한 기억력을 측정하는 과제로는 Visual Span Task가 있습니다. 시공간 작업기억폭(visuo-spatial working memory span)과 관련된 Visual Span Task게임을 통해, 확인하는 정보에 대한 주의집중과 필요한 정보만을 인출하는 기능을 확인할 수 있습니다.

나의 결과

당신의 Visual Span Task 점수는 평균 정도 수준입니다.

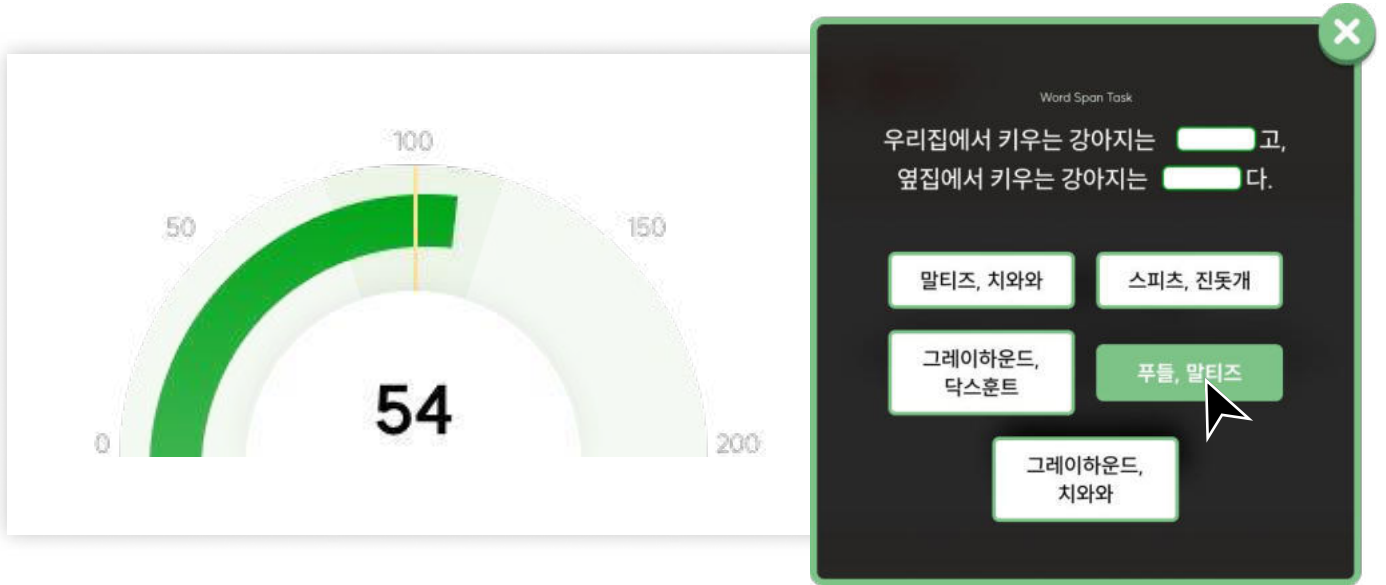
이는 평균적인 작업 기억(Working memory)의 정확도를 가지고 있음을 의미하며, 주어진 과제를 최대한 정확하게 처리해낼 수 있는 능력을 가지고 있다는 뜻이기도 합니다.

작업 기억은 다양한 정보를 잘 활용하고 상황 판단 혹은 기억과 관련된 능력입니다. 해야 할 일이나 아이디어가 생각나면 메모를 하는 습관을 가지면 작업 기억의 분산을 막고, 정보를 효율적으로 활용할 수 있습니다.



Word Span Task

사람의 기억은 감각 기억, 단기 기억 또는 작업 기억, 장기 기억 등으로 분류할 수 있습니다. 작업 기억(Working memory)과 단기 기억(Short term memory)은 장기 기억을 위해 꼭 필요한 부분이며, 인지 기능에 있어서 기초가 되는 능력이라고 할 수 있습니다.



다양한 인지 기능 중 기억 능력은 언어 수행 능력을 설명하는 중요한 요인으로, 특히 언어 이해 능력과 밀접한 관련성을 가지고 있습니다. 특히, 언어적 정보에 대한 기억력을 측정하는 과제로는 Word Span Task가 있습니다. 이는 단기 기억의 기능뿐 아니라 정보 처리 속도, 주의 집중력을 확인하고 향상시키는 방법으로도 알려져 있습니다.

나의 결과

당신의 Word Span Task 점수는 평균 수준입니다.

이는 평균 정도의 언어 단기 기억(Word Short term memory) 능력을 가지고 있음을 의미합니다. 무엇인가를 기억하기 위해 언어적 의미와 개념에 주의집중하고, 인지하는 능력을 발휘할 수 있습니다.

다양한 정보를 기억할 때 단기 기억을 거쳐서 장기 기억으로 전환시키므로, 새로운 정보를 이미 알고 있는 지식과 연결시키는 연상 기법은 단기 기억력에 좋은 영향을 줄 수 있습니다. 이미 알고 있는 지식과 새로운 정보를 연상하면 기억력을 높일 수 있습니다.

Menobi
FOR YOUR BRIGHT WORKING

04

나의
진로 성향

- 나에게 맞는 직업군
- 추천 직업 3



개인의 재능과 직업의 연관성

인간은 평생동안 자신에게 의미가 있는 일과 삶의 의미를 찾고, 자아실현을 추구합니다.

현대사회에서는 주로 그 일이 직업이 되기도 합니다. 그래서 현대인들에게 자신의 재능과 성향에 맞는 직업을 찾는 것은 평생의 화두이기도 합니다. 그렇기 때문에 자신의 재능을 잘 알고 이와 연관된 직업을 이해하고 있는 것은 중요합니다. 이는 나의 직업 선택, 직업 만족도, 종사하는 분야에서의 성공과 성취에 중대한 영향을 미칠 수 있기 때문입니다.

재능은 한 개인의 강점 또는 타고난 능력이며, 비교적 적은 노력으로도 탁월한 역량을 발휘하도록 도울 수 있습니다. 인지 능력, 사회적 기술, 신체 능력, 창의적 적성, 감성 지능, 미적 감수성 등 다양한 영역과 관련될 수 있습니다.

자신의 재능과 관련있는 직업에 종사하게 된다면, 한 개인으로서는 자신의 존재 가치를 확인하며 재능을 갈고 닦고 잠재력을 더 펼치면서 행복한 삶을 살게 됩니다. 또한 조직 차원에서는 적재적소에 인재들이 배치됨으로써 인적 자원의 효율적 운용으로 발전을 도모할 수 있게 됩니다.

개인의 재능이 지능으로 연결 시 효과



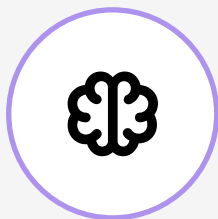
직업적
성장



직무 수행 및
직무 만족도



개인 동기
및 열정



잠재 재능
발현



적응성 및
다재다능성



기술 및
자기 개발



미래 사회는?

직업 시장의 끊임없이 변화하는 특성, 기술 발전 및 사회적 요구의 변화로 인해 확실하게 미래 직업을 예측하는 것은 어렵습니다. 그러나 기술 혁신, 인구 통계학적 변화 및 글로벌 추세와 같은 요인을 통해서 여러 산업 및 직업 미래에 대한 가능성을 엿볼 수 있습니다.

먼저 디지털 기술의 발전으로 인한 전통적인 직업들의 자동화는 지속될 것으로 보입니다. 인공지능, 빅데이터 분석, 클라우드 컴퓨팅 분야에서 일자리 수요가 늘어날 것입니다. 또한 최첨단 기술이 발전할수록 인간적인 감수성에 대한 수요도 증대되어, 인간의 경험치, 창의력, 리더십, 미적 감각 등에 대한 요구가 늘어날 것입니다. 마지막으로 환경 문제로 인한 지속가능한 산업에 대한 수요가 커질 것으로 보입니다.

여러 직종의 가능성을 보여주지만, 고용 시장은 변화할 수 있으며 진화하는 기술과 사회적 요구에 대응하여 새로운 직업이 나타날 수 있다는 점에 유의하는 것이 중요합니다. 적응력, 지속적인 학습 및 업계 동향에 대한 최신 정보는 미래의 역동적인 직업 환경에서 성공하는 데 필수적입니다.

미래 사회 유망 직종

- 인공지능 전문가
- 데이터 분석가 및 과학자
- 사이버 보안 분석가
- 의료 전문가
- 블록체인 개발자
- 가상 현실(VR) 및 증강 현실(AR) 개발자
- 전자 상거래 및 공급망 전문가
- 콘텐츠 제작자 및 인플루언서
- 디지털 마케팅 전문가
- 생명공학 및 유전공학 전문가
- 로봇 엔지니어 및 기술자
- 환경 전문가
- 재생 에너지 기술자
- 항공 우주 엔지니어
- 노인 간호 전문가



그래프는 이렇게 읽어요

이 표에서는 내가 가진 역량과 실제 직군의 전문가들이 가져야 할 역량을 비교해 볼 수 있습니다.

진로	특성1	특성2	특성3	특성4	특성5
창업가	리더십	책임성	활동성	도전	상호작용
사업 기획 전략	리더십	책임성	인지해석	목표지향성	준비성
서비스 기획	이타성	의사소통	창의성	문제해결	준비성
마케팅	사교성	의사소통	활동성	정서공감	도움추구

특성 부분은 각 직업군들의 역량입니다.
그래프에 색칠된 부분은 내가 가진 역량입니다.

대표 직업군

- 경영/사무원
- 프로젝트 매니저
- 전략/기획자
- 창업가
- 인사/조직개발 전문가 (HR 전문가)
- 마케터
- 영업/ 영업관리자
- 광고/홍보 전문가
- 생산기술자
- 생산관리자
- 데이터 분석가
- 보안 전문가
- 재무/회계 전문가
- 의료 종사자
- 사회복지 전문가
- NGO 활동가
- 크리에이터
- 서비스 전문직
- 언어 전문가
- 예체능
- 물류/ 유통 전문가
- 에너지/환경 전문가
- 연구자
- 컨설턴트
- 법률전문가
- 교사/ 강사
- UX/UI 디자이너
- 그래픽디자이너
- 제품디자이너
- IT 개발자
- 엔지니어



나에게 알맞은 진로 찾아보기

진로	특성1	특성2	특성3	특성4	특성5
창업가	리더쉽	지지	도움추구	정서인식	활동성
사업 기획 전략	리더쉽	책임	외면	회피	인지적해석
서비스 기획	긍정정서	호기심	지지	문제해결	책임
마케팅	사교성	활동성	감정공감	정서표현	판단
회계 세무	판단	인지적해석	무시	회피	문제해결
법률 전문가	지적추구	규칙	준비	문제해결	외면
인사 노무 HR	규칙	책임	통제	인지적해석	무시
SW 개발자	도전	상상	인지적해석	사교성	통제
HW 엔지니어	도전	상상	판단	규칙	인지적해석
정보보안 전문가	규칙	책임	외면	회피	준비
무역 / 영업	사교성	도전	감정풍부	문제해결	판단
물류 유통 전문가	준비	판단	책임	규칙	문제해결
생산 기술자	준비	판단	책임	인지적해석	규칙
생산 관리자	통제	부정정서	위기감지	예민함	규칙



나에게 알맞은 진로 찾아보기

진로	특성1	특성2	특성3	특성4	특성5
건설 / 건축 전문가	규칙	책임	문제해결	판단	호기심
디자인 / 브랜딩	상상	지지	정서표현	위기감지	감정풍부
퍼블리싱	호기심	상상	사교성	위기감지	규칙
의료 전문가	지적추구	위기감지	문제해결	규칙	통제
연구자	호기심	지적추구	문제해결	판단	인지적해석
에너지 환경 전문가	이타성	위기감지	인지적해석	통제	문제해결
교육자	긍정정서	지지	도움추구	책임	통제
미디어 출판	상상	정서표현	판단	책임	이타성
금융 / 증권	신뢰	통제	위기감지	판단	무시
사회 복지 전문가	이타성	감정공감	신뢰	관심	정서인식
서비스 전문직	사교성	감정공감	신뢰	관심	부정정서
NGO 활동가	리더쉽	활동성	이타성	관심	부정정서
크리에이터	긍정정서	예민함	감정풍부	감정표현	정서표현
언어 전문가	예민함	부정정서	감정표현	도움추구	정서표현
예체능	정서표현	예민함	감정풍부	감정표현	정서인식



나에게 잘 맞을 수 있는

진로 추천 및 관련 직업

크리에이터

현재 인기 있는 직업

SNS 크리에이터, 카메라 필터 크리에이터, 아이템 크리에이터

미래가 기대되는 직업

메타버스 맵 크리에이터, 드라마 라이브 크리에이터

필요한 능력

리더십, 정서표현, 창의성, 무시, 도움추구

하는 일

이 직업은 창의적인 콘텐츠를 제작하여, 인터넷에 콘텐츠를 업로드합니다. 오락, 교육, 취미 등 다양한 장르와 분야에서 콘텐츠를 제작하며, 다른 사람들과 차별화된 콘텐츠를 개발하기 위해 노력합니다. 개인이 콘텐츠 제작부터 촬영, 편집까지 담당하는 경우도 있으나 개인 회사를 만들거나 회사에 들어가 함께 콘텐츠를 제작하는 경우도 있습니다.



나에게 잘 맞을 수 있는

진로 추천 및 관련 직업

언어전문가

현재 인기 있는 직업

언어교육강사, 교재개발자, 언어치료사

미래가 기대되는 직업

자연언어전산처리프로그래머, 언어교육정보검색전문가

필요한 능력

사교성, 정서표현, 정서인식, 지지, 지적추구

하는 일

이 직업은 언어의 구조, 변화, 복잡성등을 연구하고 분석하는 전문가입니다. 주로 하나 이상의 언어에 대한 깊은 지식을 가지고 있습니다. 또한 언어 분석뿐만 아니라 정확한 번역이나 통역 서비스를 제공하여 다른 언어를 사용하는 개인들 간의 의사소통을 돕습니다. 또한 언어의 다양성과 문화 유산을 보존하기 위해 알려지지 않은 언어를 기록하고 연구합니다.



나에게 잘 맞을 수 있는

진로 추천 및 관련 직업

예체능

현재 인기 있는 직업

배우, 댄서, 가수, 디자이너, 운동선수, 웹툰 작가

미래가 기대되는 직업

콘텐츠 크리에이터, 스타일리스트, 캐릭터 디자이너, 액션/스턴트맨

필요한 능력

활동성, 지적 상상, 감정풍부, 회피, 창의성

하는 일

예술뿐만 아니라 스포츠도 포함된 직업을 의미합니다. 이러한 직업들은 사람들의 창의성, 신체적 건강을 촉진하는 데 도움 됩니다. 또한 다양한 여가 생활들(스포츠 관람, 미술관)을 제공하여 사람들의 삶을 풍요롭게 만들어줍니다. 또한 예술은 사회적 문제를 미적으로 표현함으로써 사람들에게 통찰력을 제공하며, 스포츠는 올림픽 등을 통해 세계인들과의 화합을 도모하는 역할을 합니다. 또한 이러한 예체능에서 나온 모든 결과물들은 문화유산으로 남아 미래 세대에게 도움을 줍니다.

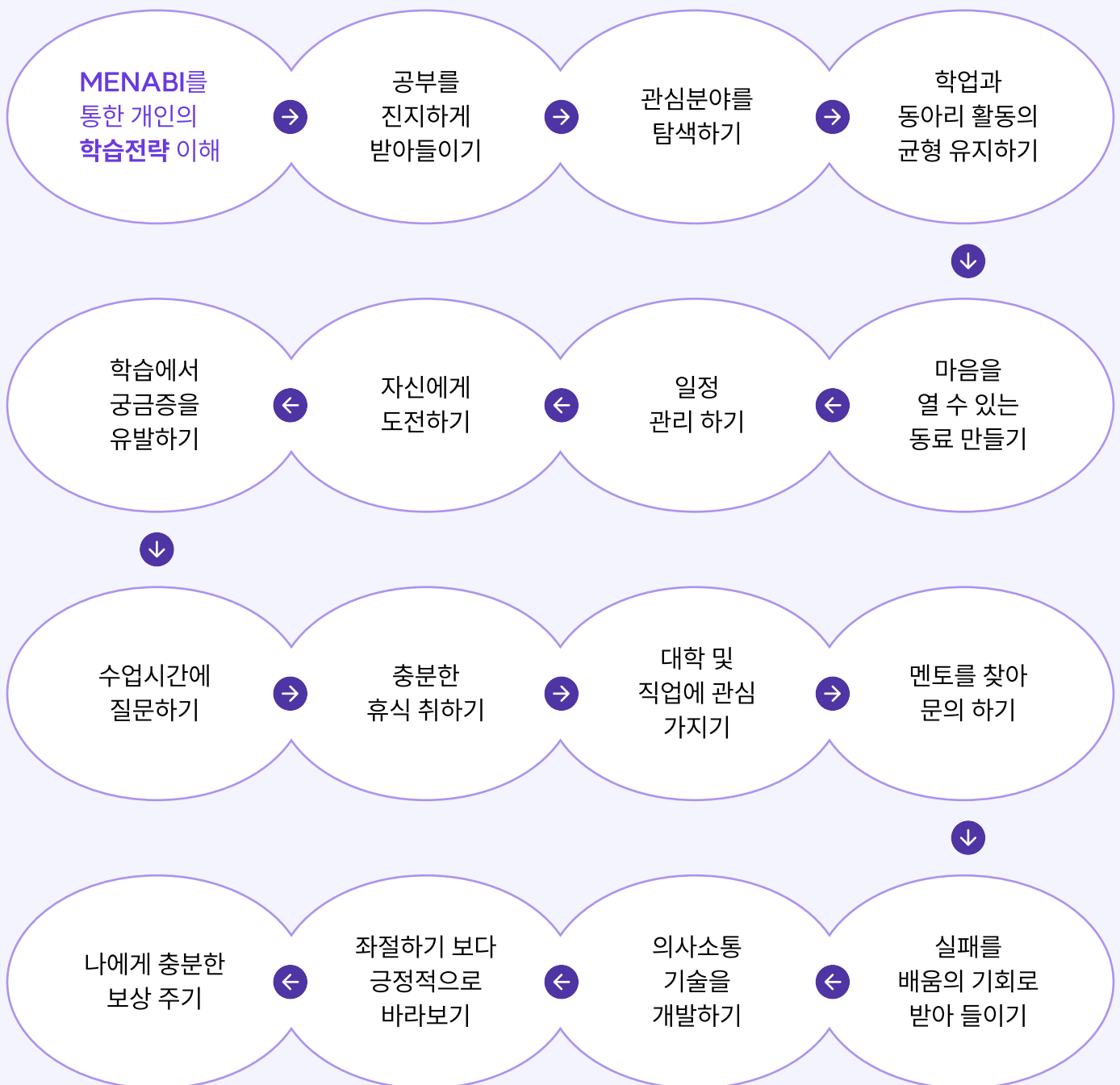


중, 고등학생들에게 조언

중, 고등학교는 미래의 기초를 다지는 인생의 중요한 단계입니다.

다음은 중, 고등학교 시절을 최대한 활용하고 성공적인 미래를 준비하는 데 도움이 되는 몇 가지 조언입니다.

청소년기는 자기 발견, 성장 및 미래를 위한 준비의 시간입니다. 새로운 경험에 열린 마음으로 여정을 받아들이고, 자신에게 오는 기회를 최대한 활용하세요. 이 기간 동안 여러분의 노력과 헌신은 성공적이고 만족스러운 미래를 위한 토대를 마련해 줄 것입니다.



Menobi
FOR YOUR BRIGHT WORKING



Cronbach's
 $\alpha = 0.93$