2019 전인교육학회 추계 학술대회 자료집

# 전인교육

주 제 앎과 삶이 일치되는 전인교육: 명상과 교육

일 시 2019. 11. 21(목) 오후 1:30~5:00

장 소 중앙대학교 서울캠퍼스 파이퍼홀

전인교육학회

2019 전인교육학회 추계 학술대회

**앎과 삶이 일치되는 전인교육: 명상과 교육**

**2019.11.21.THU 13:30~17:00**

중앙대학교 서울캠퍼스 파이퍼홀

# 행사일정

사회 박경숙(전인교육학회 학술이사)

13:30-14:00 등록

14:00-14:10 개회사

이덕주(전인교육학회 회장, KAIST 명예교수)

14:10-14:20 축사

류은정(중앙대학교 적십자간호대학 학장)

14:20-15:00 미래교육의 방향, 전인교육

조윤정(경기도교육연구원 연구위원)

15:00-15:30 마음빼기명상과 교육

이경재(전인교육센터 원장)

15:30-15:50 휴식

15:50-16:20 자기성찰을 강화한 의료커뮤니케이션 수업의 효과

전민영(성신여자대학교 글로벌의과학과 교수)

16:20-16:50 마음으로 교감하는 수업: 수학과 명상의 만남

김주희(압구정고등학교 교사)

16:50-17:00 종합 질의 응답

# 목차

07 미래교육의 방향, 전인교육
**조윤정**(경기도교육연구원 연구위원)

33 마음빼기명상과 교육
**이경재**(전인교육센터 원장)

37 자기성찰을 강화한 의료커뮤니케이션 수업의 효과
**전민영**(성신여자대학교 글로벌의과학과 교수)

53 마음으로 교감하는 수업: 수학과 명상의 만남
**김주희**(압구정고등학교 교사)

69 전인교육학회 임·위원 명단

# 미래교육의 방향, 전인교육

**조윤정** 경기도교육연구원 연구위원

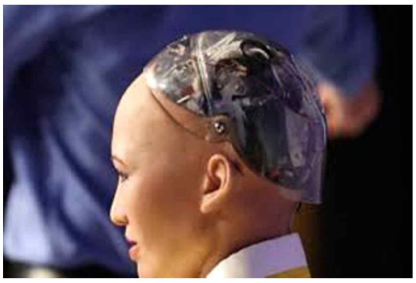
01

## 미래사회에 대한 전망

2

## 미래하면 떠오르는 생각, 단어는?

## 인공지능 로봇 소피아

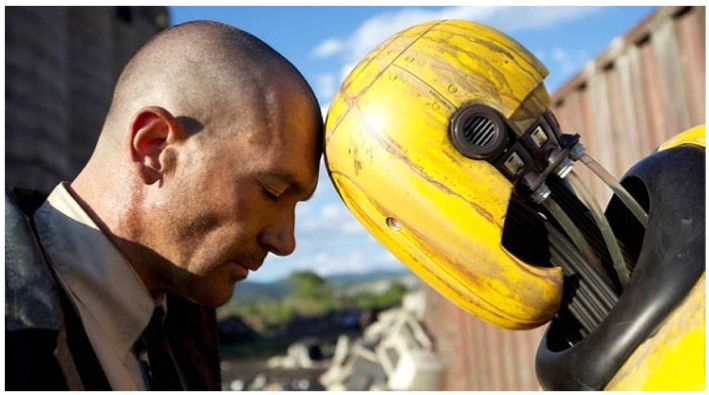


# 로봇 자기학습 통해 모든 영역 대체

리차드 프리먼 하버드대 경제학과 교수
2017 아시아미래포럼 기조강연

- 4차 산업혁명으로 바뀔 세상에서 인공지능 로봇을 지배하는 자가 곧 세상을 지배한다.
  - 인공지능 로봇은 자기 학습능력을 통해 거의 모든 영역에서 인간 대체, 로봇의 가격도 저렴해질 것임
  - 15~20년뒤 로봇이 트럭운전, 35년뒤 로봇이 뉴욕타임즈 베스트셀러 작가가 될 것임
- 로봇 소유권을 어떻게 분배할 것인지 구체적인 방안 마련 필요
  - 노사이익 공유제, 퇴직연금 등을 통한 종업원 주식보유제, 로봇세
- 4차 산업혁명은 불평등을 확대하고 새로운 경제적 봉건주의 생성

# 인간 대 로봇 : 경쟁구도



# 인간과 기계의 공존

- 주객이 전도될 수 있음
- 인간이 기계의 대체제가 될 수도 있고
  기계가 인간을 소외시킬 수 있음

# 인간의 경쟁력은 창의력

- 일상적이고 평범한 업무를 기술로 해결하는 대신 사람들은 보다 창의적이고 의미 있는 곳에 시간을 쓰게 될 것임(구글 공동창업자 세르게이 브린)
- AI 전성시대에 인간의 경쟁력은 창의력(비샬 시카 CEO)

# 10년 전에 존재하지 않았던 현재의 유망직업

출처 : 미래준비위원회(2017). 미래일자리의 길을 찾다

# 미래사회에 생겨날 신종 직업들

출처 : 미래준비위원회(2017). 미래일자리의 길을 찾다

# 미래의 직업 변화 트랜드

그림 4 미래 직업 변화 트렌드

- 기계가 인간의 업무 영역을 일부 대체하면서 **인간의 노동이 고도화되고 기존 직업이 고부가가치화**
- 삶의 질 향상으로 수요 맞춤형 재화가 증가하면서 많은 **직업이 전문화, 세분화**
- 디지털 경제가 일반화되고 초연결사회가 도래하면서 다양한 직업의 지식과 업무가 연결되는 과정을 통해 **융합형 직업** 나타날 것임
- 우주, 인공장기 등 새로운 기술을 개발하는 과정에서 **과학기술을 기반으로 하는 많은 직업**이 출현

출처 : 미래준비위원회(2017). 미래일자리의 길을 찾다

# 기존 직업에서 더욱 전문화될 직업의 사례

인간의 직관

의사결정

인간 본연의 임무

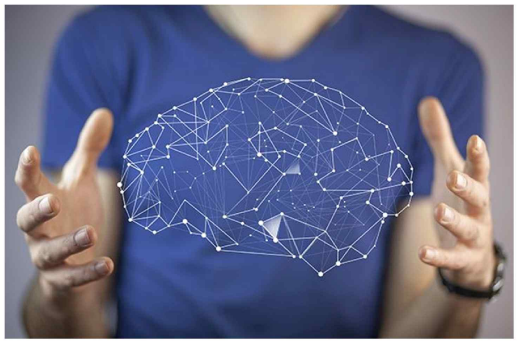
가치판단

출처 : 미래준비위원회(2017). 미래일자리의 길을 찾다

# 기계를 이용해 혁신을 주도하는 인간의 역량

기계가 단순, 반복적 일 처리/ 인간은 개성 있고 인간미 넘치는 업무에 집중,
인간은 창의력이나 고도의 전문성을 발휘하는 고부가가치 업무에 집중할 것임

# 최첨단 AI의 한계



- 환자를 대할 줄 모르는 AI
- 실생활에서 예기치 못한 상황에 맞닥뜨렸을 때 인간이 특이상황을 처리하는 능력보다 떨어짐
- 자율주행 자동차
  - 인간의 실수가 배제되므로 인간인 운전자보다 안전
  - 자동차 앞쪽으로 갑자기 풍선이 날아드는 경우와 같이 예기치 못한 상황에서 위험하게 작동
- 헬스 AI 시스템: 진단은 인간이

# 미래사회 모습 : 일자리 측면

**인간적 특성이 강한 직업 증가**

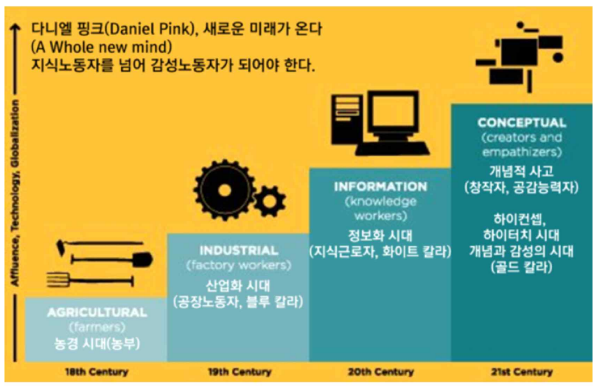
- 단순, 반복적 업무의 대부분: 인공지능, 로봇 등 스마트기술 대체
- 인간은 현실과 가상이 결합된 경제활동의 무한공간에서 기계와의 새로운 관계를 모색, 보다 인간적 특성이 강한 직무 수행
- 로봇대체 어려운 직업: 초등학교 교사, 예술가, 협상가, 운동선수, 창업가
- 사람냄새가 진하고 개인별 색깔이 강하게 드러나는 직업

**시간적으로 여유 있는 사회**

- 노동시간이 줄고 여유시간은 증가
- 자유로움과 시간적 풍요로움을 어떻게 즐길 것인지 고민

기계가 단순, 반복적 일 처리/ 인간은 개성 있고 인간미 넘치는 업무에 집중, 풍요롭고 자유로운 삶 꿈꿀 수 있음

# 미래사회 예측 : 정보화시대에서 개념시대로




- **다니엘 핑크의 개념시대 (conceptual age)**

컴퓨터와 같은 기능에 토대를 둔 정보화시대에서

**창의성과 감성, 거시적 안목**
이 중시대는 개념 시대로 이동

좌뇌중시에서 우뇌중시로

# 세계경제포럼이 제안한 AI, 로봇 시대의 16가지 생존기술

출처: World Economic Forum(2015)

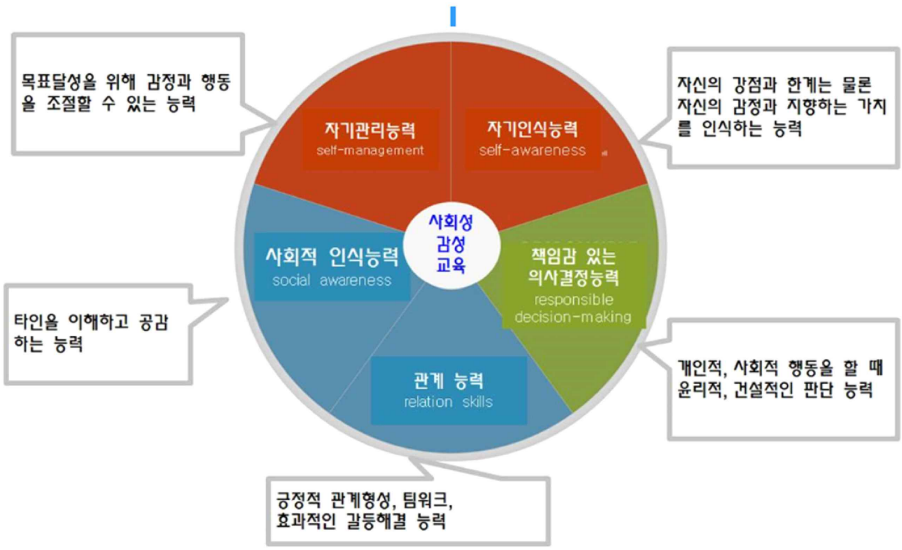
역량 + 인성자질

↓

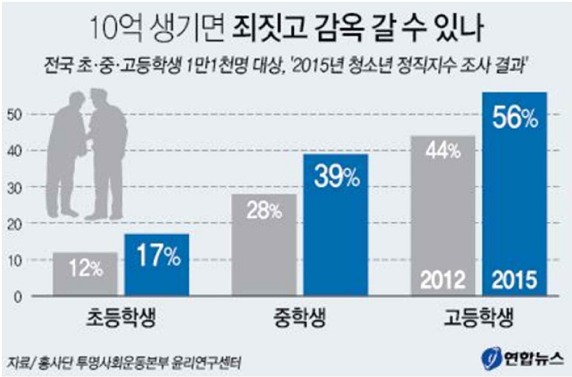
**사회정서적 학습능력**

- 4차 산업혁명이 진행될수록 이 능력의 보유, 계발은 더욱 중요해짐

# 사회·정서적 학습능력



# 인성교육이 왜 필요한가?




손정민 인턴기자 / 20151229
트위터 @yonhap_graphics, 페이스북 tuney.kr/LeYN1

- 앎과 삶, 앎과 행동의 균형 필요
- 협력과 배려 증진
- 시민의식과 도덕성 높은 구성원 배출
- 사회적 자본(신뢰) 형성

# 외국의 인성교육

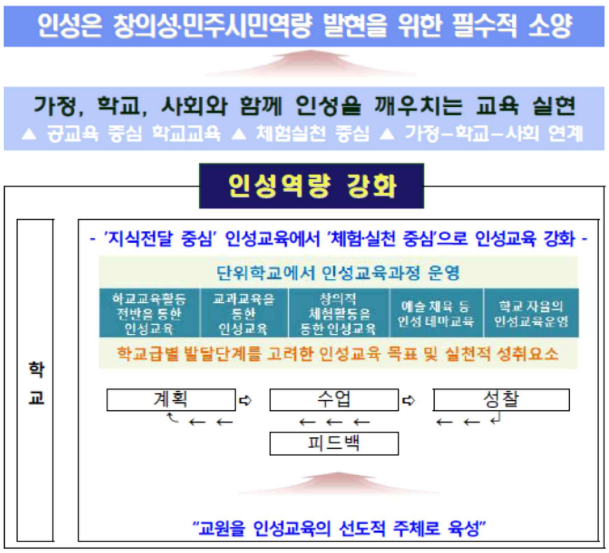
➢ **호주: 국가교육과정의 구성요소인 일반능력(general capabilities)에 인성교육의 요소가 포함됨**

| 일반 능력 | 하위 내용 |
|---|---|
| 윤리적 행위<br>(Ethical Behaviour) | 윤리적 원리에 따라 이해하고 행동하기<br>윤리적 원리, 가치, 덕에 대한 이해<br>타인 배려, 공동 이익을 위한 헌신 |
| 개인적.사회적 역량<br>(Personal and Social Competence) | 자신, 삶, 직업, 학습을 이해하고 관리하기<br>감정 이해, 타인 배려, 긍정적 관계 형성, 책임 있는 결정, 효과적 협력 작업, 도전적 상황 다루기 |
| 문화 상호간 이해력<br>(Intercultural Understanding) | 다른 사람과의 관련 속에서 자신 이해하기<br>다른 문화, 신념 존중하고 이해하기<br>다양성, 상호 관련성 인식, 다문화적 감수성 |

# 외국의 인성교육

- 핀란드: 대인관계, 자기관리, 시민의식, 심미적 감수성, 다문화적 역량을 주요 방향으로 설정
  - 학습에 어려움을 겪는 학생에 대한 배려, 자아존중감 형성, 창의성, 공동체 의식 함양
  - 국어, 철학, 예체능 교과를 인성교육의 주요 교과로 삼아 조별수업, 협동수업 통해 인성교육 실시
  - 가장 큰 특징: 배려라는 가치를 단순히 가르치기보다는 교사들이 배려하는 행동을 학생에게 보여주거나 시스템이 배려의 환경을 조성하는 인성교육 실시
  - 학교, 지역사회, 가정과의 연계 및 상호협조를 통한 인성교육

# 교육부 인성교육 시행계획



# 02

## 명 상

23

## 명상(冥想) : 인성교육의 대안

고요히 눈을 감고 깊이 생각함. 생각을 잠재운다는 뜻

주관적인 관점에서 벗어나 자신의 내면으로 몰입시켜
객관적으로 바라보는 자아성찰

**자기돌아보기란 자신이 자신에게 대상이 되는 일시적 현상학적 경험으로 정의될 수 있다** (Alex Gillespie, 2007).

**Self-reflection can be defined as a temporary phenomenological experience in which self becomes an object to oneself.**

# 호모데우스 : 신이 된 인간

- 인공지능으로 실업의 문제, 독재정권의 출현, 데이터 알고리즘에 통제당하는 사회 등이 우려됨
- 미래를 예측하기 어려워지고 예상하지 못했던 상황 즉 '혼돈과 무지의 상태'에 직면할 수 있음
- 혼돈이나 무지, 변화의 상태를 알아차릴 수 있는 정신적 균형감각이나 사고의 유연성을 길러주는 것이 필요함
- 석기시대에 비해 비교할 수 없을 정도의 힘을 갖고 있지만 행복은 그만큼 비례해서 많지 않음
- '진짜 큰 문제'는 정신적 균형 감각과 사고의 유연성이 있어야 함

# 호모데우스 : 신이 된 인간

- 인류를 괴롭히던 기아, 역병, 전쟁 진압
- 신의 영역으로 여겨지는 불멸, 행복, 신성 영역으로 나아감
- 영원한 행복과 영원한 삶 추구, 신으로 격상 시키려고 함
- 인류는 영생을 포함해 초자연적 능력을 지닌 슈퍼맨 즉 호모데우스로 대체될 것임
- 인류가 직면한 기술적 도전, 정치적 도전에 맞서기 위해 필요한 것들로 교육, 의미, 명상을 제안함

## 명상(冥想)

"자신을 진정으로 관찰할 수 있다면 모든 것을 관찰할 것이다.
명상은 **실제와 허구의 차이를 알게 해 준다.**
무엇이 진짜인지 무엇이 우리가 지어내고 만든 이야기인지 알 수 있다.
당신 마음 속에 있는 걱정의 99%는 그냥 허구인 이야기일 뿐이다.

"(명상 수련을 하기 전까지) 나는 분노를 1만 번은 경험했을 것이다.
하지만 나는 분노가 실제로 어떻게 느껴지는지 관찰해보려고 하지는 않았다.
나는 열흘동안 내 **감각을 관찰하면서 나 자신과 인간 일반에 대해 알게** 된 것이
그때까지 살면서 배운 것보다 더 많았다고 생각한다(유발 하라리)

"걱정하는 것을 멈추는 것이 아니라 어떤 것들이 걱정되는지 아는 것"
(유발 하라리)

## 명상의 효과

- **현실을 더 명확히 보고,**
- **자신의 마음을 알게 된다**
- **당신은 더 평화롭고 행복한 사람이 될 수 있다**

**(유발 하라리)**

# 명상의 효과

TO BE, TO LIVE, TO DO
되는 것, 사는 것, 행하는 것

명상

TO KNOW
아는 것

**앎과 삶의 일치**

# 명상의 효과

**미래인재의 6가지 조건**

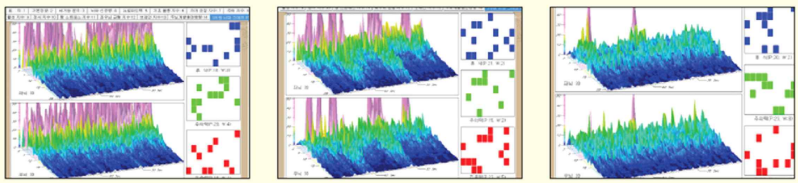
- 디자인
- 스토리(스토리텔링)
- 조화(통합, 큰 그림을 보는 능력)
- 공감(이해, 배려)
- 놀이(게임, 유머, 즐거움)
- 의미(물질에 대한 욕구에서 삶의 가치에 대한 욕구)

## Duck-Joo Lee, In-soo Lee, Yun-kyung Yu, & Ji-sook Yi(2014). The Effect of the Mind-Subtraction Program on Brain Function of College Students.

대상: 마음수련 대학생 캠프에 참가한 11명 대학생에게 뇌파를 측정,
BQ test를 이용하여 뇌기능을 평가함

결과: 집중력 지수(p=.004), 항스트레스 지수(p=.016), 뇌기능지수(p=.010)가
월등히 향상되었음

1) The changes in brain waves of l participants



Before program | 4 weeks after the program | 16 weeks after the program

« News Index

**Childhood ADHD**

**Childhood ADD/ADHD Overview**

Does My Child Have Attention Deficit? Screening Quiz

Symptoms of Childhood ADHD

Problems & Diagnoses Related to ADHD

Causes & Risk Factors of ADHD

How is ADHD diagnosed?

Treatment for Childhood ADHD

Comprehensive Treatment of Childhood ADHD

How to Talk To Your Kids about ADHD

Getting Help for Your Child with ADHD & Prognosis

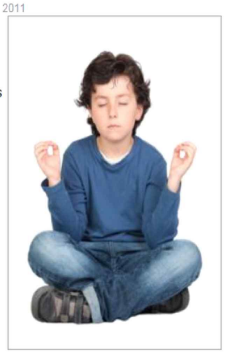
Parenting Kids with ADHD: 16 Tips to Tackle Common Challenges

ADHD Behavioral Interventions for the Home

Helping Your Kids Keep

### Transcendental Meditation Lessens Kids' ADHD Symptoms

By RICK NAUERT PHD *Senior News Editor*
Reviewed by John M. Grohol, Psy.D. on July 27, 2011



A new study suggests practicing transcendental meditation (TM) improves brain function and reduces symptoms among students diagnosed with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD).

Researchers investigated the effects of the meditation practice on task performance and brain functioning in 18 ADHD students, ages 11 to 14 years old.

The study was conducted over a period of six months in an independent school for children with language-based learning disabilities in Washington, D.C., and is published in *Mind & Brain, The Journal of Psychiatry*.

Neuroscientist Fred Travis, Ph.D., and other researchers performed electroencephalogram (EEG) tests to measure and record the electrical activity of students' brains as they performed a demanding computer-based visual-motor task. Successful performance on the task required attention, focus, memory, and impulse control.

The study showed improved brain functioning, increased brain processing, and improved language-based skills among ADHD

**Psych Central Professional**

This article is of interest to professionals.

**Today on PsychCentral**

FROM OUR NEWS BUREAU

- Humor Can Aid Memory in Seniors
- Distorted Thought Patterns Linked to Suicide Attempts
- Neuroimaging Improves Success of Brain Stimulation for Depression

JUST PUBLISHED...

- 20 Excuses We Make To Justify Drinking
- Things You Know and Might Not Know About ADHD
- # 91 Buckets of Tears

WHAT'S HOT

- Dump Positive Thinking
- Drinking is Even More Contagious Than You Thought
- New Evidence That Marijuana Changes the Brain

http://psychcentral.com/news/2011/07/27/transcendental-meditation-lessens-kids-adhd-symptoms/28078.html

# 아동, 청소년이 명상해야 할 5가지 이유

THE ART OF LIVING

ABOUT US PROGRAMS LIFESTYLE FOUNDER PROJECTS WISDOM

Home › Meditation › Meditation for You › Meditation for Youth

5 Reasons Why Children Need to Meditate

This time gift your child something that will help keeping them happy, healthy and be successful in life.

Think about it. How often would you tell your children not to study and just watch TV instead? Probably not too many times, right? Why, because you obviously want the best for them. And who other than you would know the best for your child?

You always want to give them the best of everything, be it clothes, education or food. You get them the best gifts on their birthdays and do whatever it takes to keep them happy, healthy and be successful in life.

And now it's time to give them the best gift of their life – something which they will cherish lifelong and be grateful, for it will change their life for the better. A simple yet very effective technique called meditation - one of the most valuable skills we can teach our children.

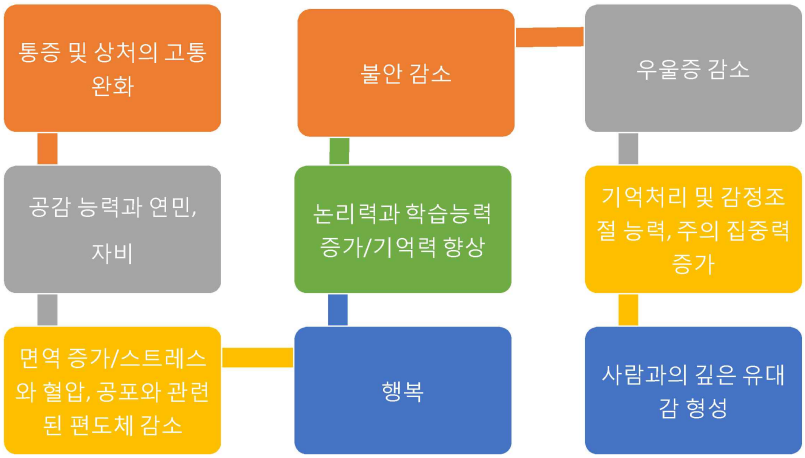
Did you know that regular practice of meditation has several beneficial effects on our children's emotional, mental and intellectual development? Yes, it helps children tune into

1. 산만한 마음을 다잡게 한다
2. 사춘기의 도전으로부터 준비하게 한다
3. 학업 스트레스를 덜어준다
4. 건강한 정서 발달을 도와준다
5. 내면의 잠재력을 발견하게 한다

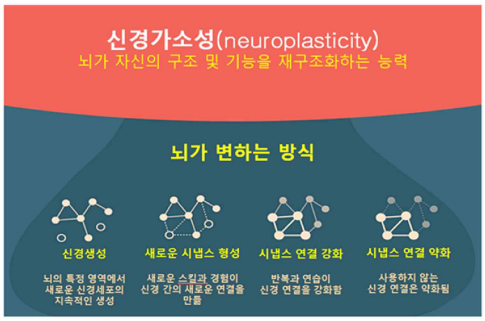
**명상, 즉 시간 선물(time gift)은 학생들이 행복하고 건강하고 인생에서 성공하도록 지속적으로 도와주는 그 무엇**

http://www.artofliving.org/in-en/meditation/meditation-for-you/why-should-children-meditate

# 명상의 과학적 효과

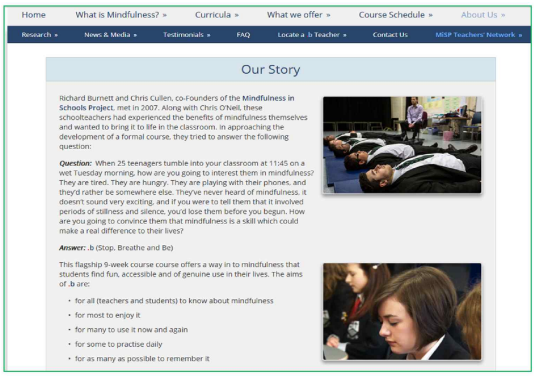


# 명상의 과학적 효과




- 신경가소성
- 마음을 훈련하면 뇌가 바뀌고 뇌가 바뀌면 마음이 바뀜
- 뇌가 긍정적으로 변화하면서 어두운 마음이 밝은 마음으로 변화
- 명상을 지속적으로 하루 1~2시간 15년 이상 한 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 뇌간, 소뇌, 전두엽에서 **긍정적인 뇌의 구조 변화**가 있음(한양대 생체공학과 교수 임창환)

# 학교기반 명상




https://i.guim.co.uk/img/static/sys-images/Admin/BkFill/Default_image_group/2013/6/6/1370527030870/School-meditation-008.jpg?w=620&q=55&auto=format&usm=12&fit=max&s=d6ca69b517e6339ccab42884d1b5ac44
http://greatergood.berkeley.edu/images/uploads/MindfulnessInSchoolsProgram.jpg

http://i2.cdn.turner.com/cnnnext/dam/assets/140526165345-hm-mindup-hawn-00000726-story-top.jpg

http://blog.naver.com/maumteacher

## 학교기반 명상 프로젝트의 예: 영국

Home | What is Mindfulness? » | Curricula » | What we offer » | Course Schedule » | About Us »

Research » | News & Media » | Testimonials » | FAQ | Locate a .b Teacher » | Contact Us | MiSP Teachers' Network »

### Our Story

Richard Burnett and Chris Cullen, co-Founders of the **Mindfulness in Schools Project**, met in 2007. Along with Chris O'Neil, these schoolteachers had experienced the benefits of mindfulness themselves and wanted to bring it to life in the classroom. In approaching the development of a formal course, they tried to answer the following question:

***Question:*** When 25 teenagers tumble into your classroom at 11:45 on a wet Tuesday morning, how are you going to interest them in mindfulness? They are tired. They are hungry. They are playing with their phones, and they'd rather be somewhere else. They've never heard of mindfulness, it doesn't sound very exciting, and if you were to tell them that it involved periods of stillness and silence, you'd lose them before you begun. How are you going to convince them that mindfulness is a skill which could make a real difference to their lives?

***Answer:*** **.b** (Stop, Breathe and Be)

This flagship 9-week course course offers a way in to mindfulness that students find fun, accessible and of genuine use in their lives. The aims of **.b** are:

- for all (teachers and students) to know about mindfulness
- for most to enjoy it
- for many to use it now and again
- for some to practise daily
- for as many as possible to remember it

http://mindfulnessinschools.org/course-schedule/teach-b/

## 명상교사 양성: 영국 teach .b

MiSP
MINDFULNESS IN SCHOOLS PROJECT

Home | Evidence Base » | Curricula » | Bring Mindfulness to Your School » | Training Courses » | Course Schedule »

The Project » | Contact Us » | In the News | FAQ | Donate | MiSP Members »

### Train to teach .b

Trained To Teach .b

**Teach .b** course is a 4-day training course which prepares participants who have met the prerequisites to teach the 10-lesson **.b** curriculum to 11-18-year-olds in schools, or other educational or youth-related organisations.

**.b**, pronounced [dot-be], is the UK's leading mindfulness curriculum for 11-18-year-olds in schools. **.b** stands for 'stop and be', a simple practice at the heart of this ten lesson course. Each **.b** lesson (between 40 minutes and 1 hour) is expertly crafted for use in the classroom to teach a distinct mindfulness skill.

Participants will be taught the lessons in 'real time' with opportunities to discuss the pedagogy of each lesson and how it can best be taught to a group of young people in different settings. There will also be opportunities to work with other participants guiding them, and being guided by them, in the main

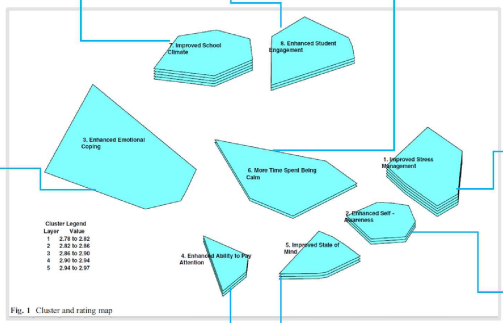
## 명상교사 양성: 호주 ATMA

## 학교기반 명상의 효과

학생 참여 증가

학교 분위기 향상

차분하게 지내는 시간 증가




감정적 대처능력 향상

스트레스 관리 능력 향상

자기인식 능력 향상

출처: Wisner(2014:635)

- 고등학생 (19 남, 16 여)
- 8주, 주 2회 수업시간

집중력 향상

마음의 상태 개선

# 학교기반 명상의 효과

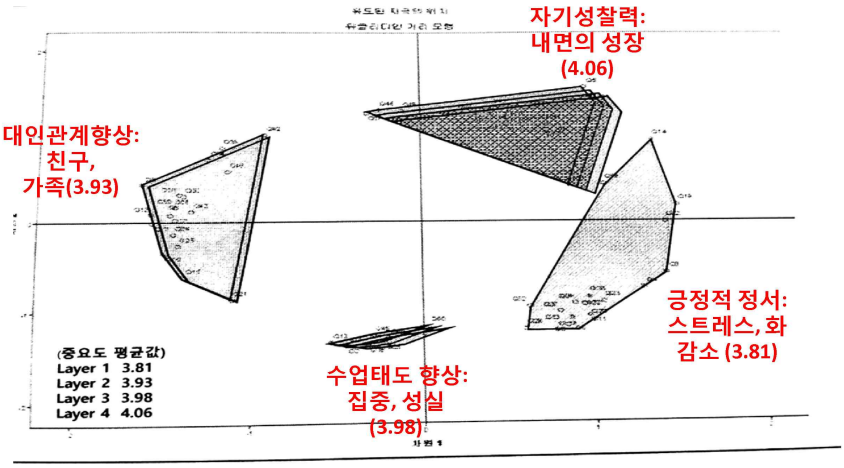
충남 서산 대산중학교
- 1학년 자유학기제 명상반 21명 가운데 19명 참여
- 2학기 17주차 34차시
- 자기돌아보기 마음빼기 명상

연구 방법: Concept mapping
- 1차 방문: 진술문 추출
- 2차 방문: 중요도/유사성 평정
- 자료 분석: 군집 분석을 통해 효과성 검증

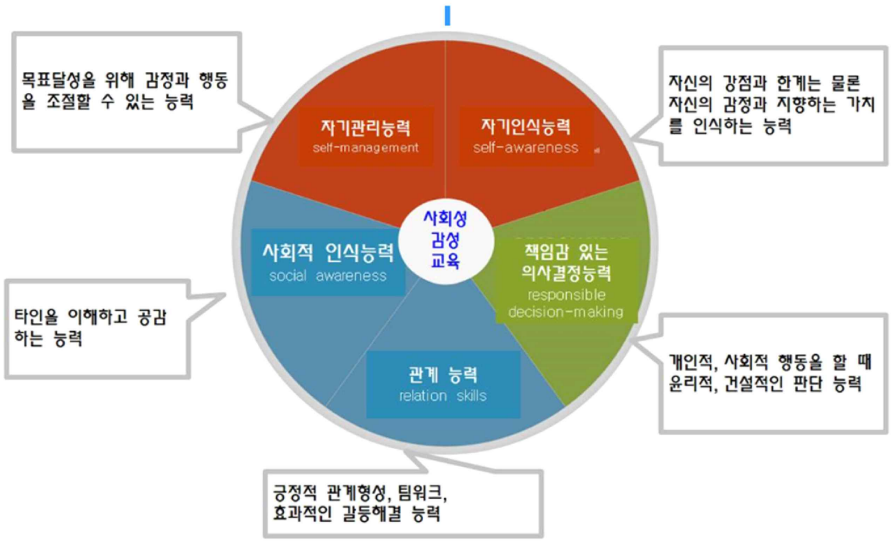
# 변화들 (61개 진술문)

| A | B |
|---|---|
| 1. 착해졌다. | 31. 친구들과의 다툼이 줄었다. |
| 2. 공부 집중력이 좋아졌다. | 32. 긍정적인 생각을 자주하게 되었다. |
| 3. 잡생각이 적어졌다. | 33. 부모님께 반항심이 완전히 없어졌다. |
| 4. 잡일에 신경 쓰지 않게 되었다. | 34. 동생을 잘 괴롭히지 않는다. |
| 5. 욕이 줄었다. | 35. 부모님과의 말다툼이 줄어들었다, |
| 6. 게임에 대한 스트레스가 줄었다. | 36. 참을성과 끈기가 생겼다. |

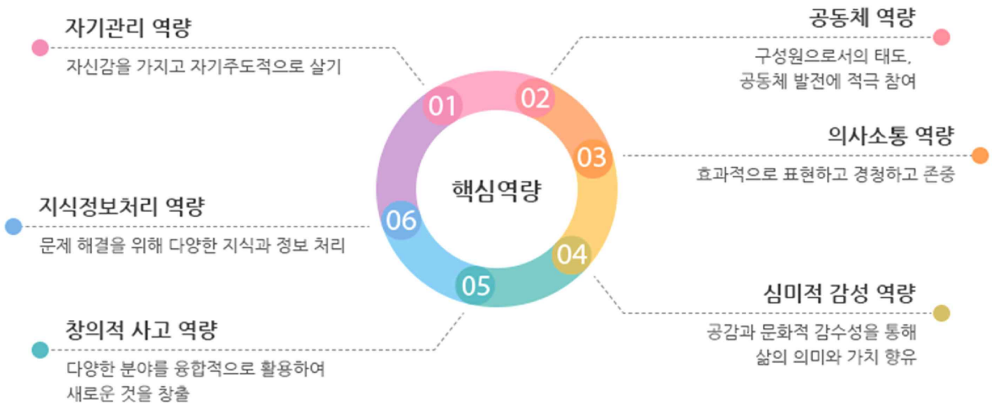
## 대산중



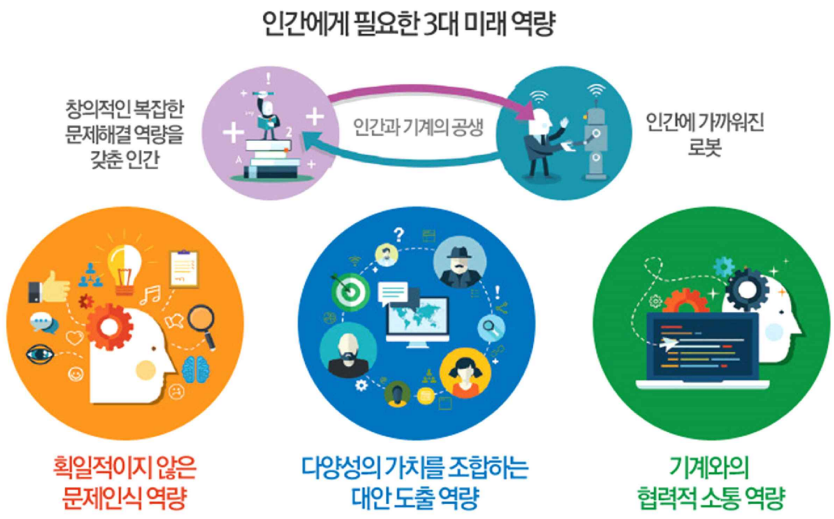

# 사회·정서적 학습능력



# 2015 개정 교육과정 핵심역량




# 미래 핵심역량

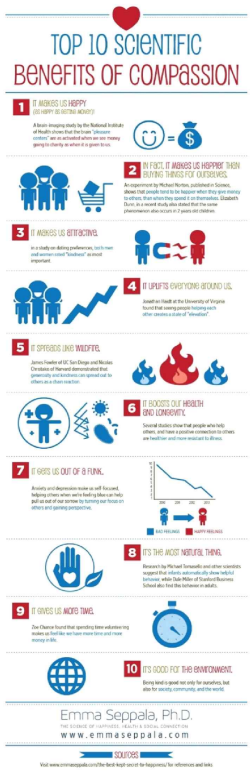


# 명상 : 시대적 흐름

- 예일대의 2018년 최고 인기 강의 : 심리학과 좋은 삶
  - 재학생의 25%, 1200명이 듣는 교양강의
  - 캠퍼스에서 하는 명상과 휴식
    - 강의내용은 행복찾기
    - 자신의 삶을 스스로 변화시키도록 자극
    - 수업은 단순한 휴식이 아닌 몰입의 시간
    - 깨달음을 얻는 학생이 많음
    - 다른 학생과 비교하면서 스트레스를 받은 자신의 과거를 돌아봄

# 명상 : 시대적 흐름

- 스탠포드 대학 연민과 이타심 연구 및 교육센터
  - 어떤 형태의 명상이 자비심과 이타적 사랑을 베푸는 능력을 향상시키는지 연구
- 하버드 대, MIT, 옥스퍼드대, 독일 막스플랑크 연구소 등에서 명상에 관한 과학적 연구 활발히 수행



## 결론

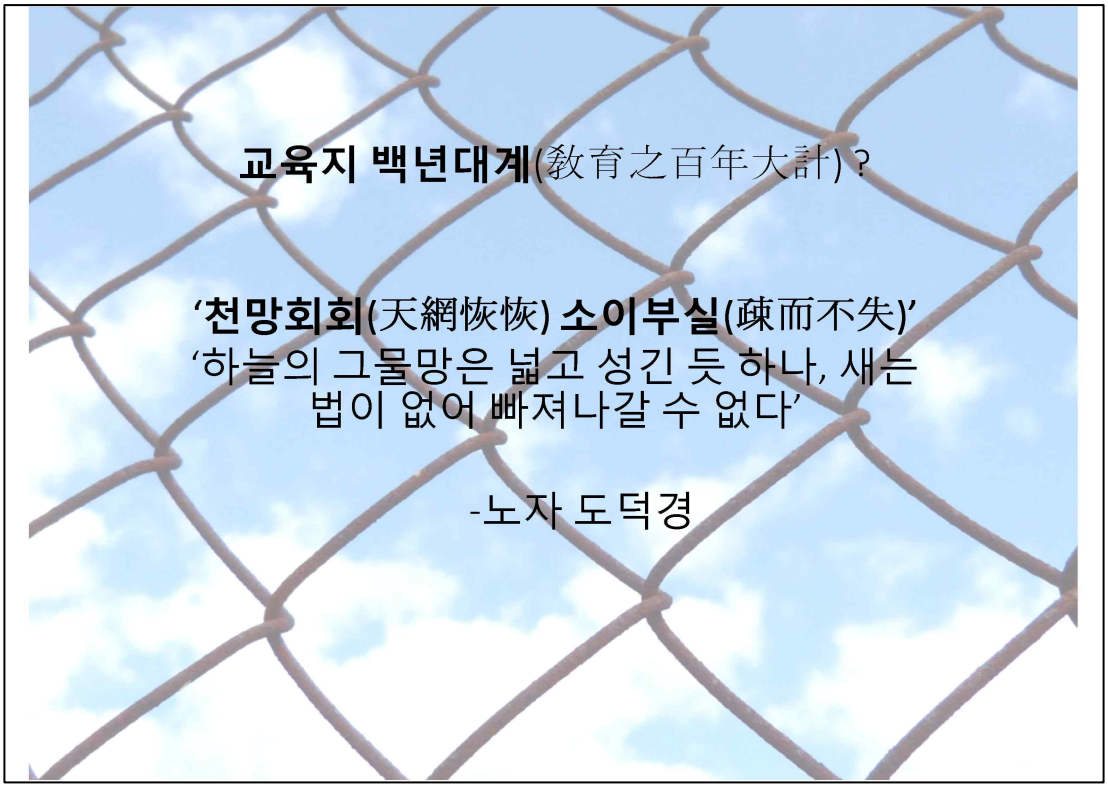
**명상**

- 최고의 전인교육 방법
- 현재를 살아가는데 필요한 핵심역량을 키워주고
- 미래사회의 필요한 인재로 양성하는데 있어서 최고의 교육방법

# 감사합니다!

# 마음빼기 명상과 교육

**이경재** 전인교육센터



교육의 목적:
시대와 환경에 따라 그 목적하는 바가
달리 설정되어 왔으나
교육 그 자체가 정의하는 바 대로
인간을 인간 답게,
사회와 국가(=세상)에
바람직한 인간으로
만드는 것을 가장 이상적으로
생각하였다.

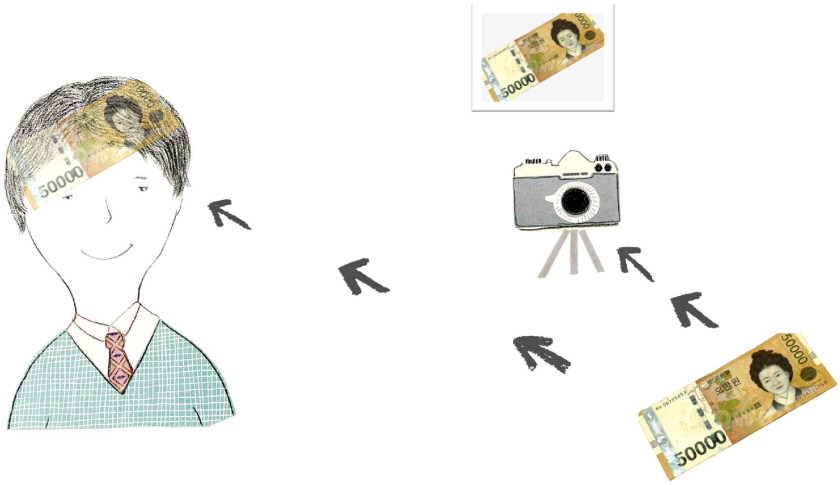
–한국민족문화대백과,
한국학중앙연구원

우리나라 교육의 목적:
"교육은 홍익인간(弘益人間)의
이념 아래 모든 국민으로 하여금
인격을 완성하고 자주적
생활능력과 공민으로서의 자질을
구유하게 하여 민주국가 발전에
봉사하며 인류공영의
이상실현에 기여하게 함을
목적으로 한다"

「교육법」 제1조

# 마음빼기 명상

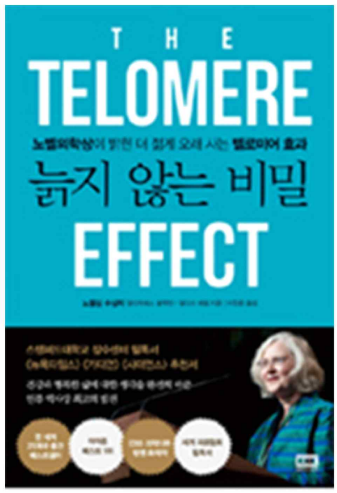
미완성인 사람이
완성이 되는 것

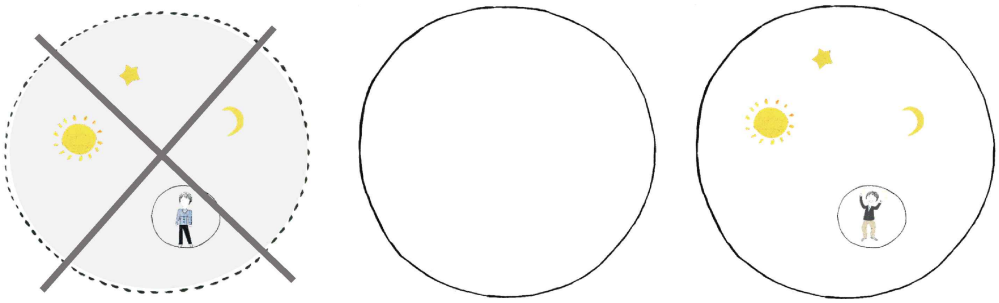


저자 엘리자베스 블랙번은 노화를 결정짓는 이 텔로미어를 발견해 2009년 노벨생리의학상을 받았다.

블랙번은 **"당신의 세포는 당신 생각에 귀 기울이고 있다"**고 강조한다. 평소 마음가짐이 텔로미어 길이와 직결돼 있다는 소리다. 예컨대 타인을 적대하고 비관주의에 절어 산다면 텔로미어 길이는 급속도로 준다. **반면에 명상과 마음 수련으로 감정의 찌꺼기를 그때그때 걸러낸다면 건강수명은 길어진다.**

매일경제 (김시균 기자/2018.03.02)






## 결론

### 마음빼기 명상

- 교육의 근본 목적을 달성할 수 있도록 한다.
- 현재를 행복하게 살아갈 수 있도록 해주며,
- 미래를 준비해주는 필수 교육이다.

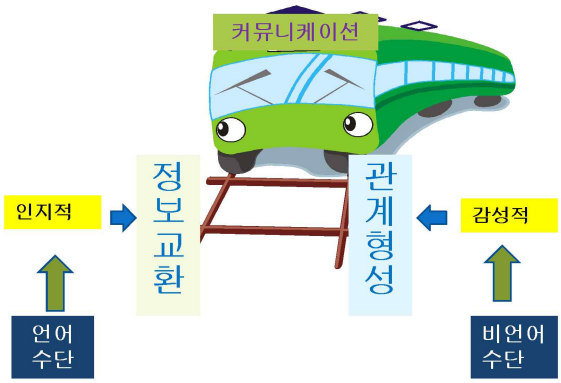
# 자기성찰을 강화한 의료커뮤니케이션 수업의 효과

**전민영** 성신여자대학교

## 발표 순서

1. 의료커뮤니케이션의 정의와 중요성
2. 의료커뮤니케이션 함양을 위한 자기성찰의 중요성
3. 자기성찰을 위한 도구 : 마음빼기 명상, 수업성찰일지 작성, 자기자서전 쓰기, 팀워크
4. 자기성찰이 강화된 의료커뮤니케이션 수업의 구성
5. 개념도 분석을 통한 수업의 효과 분석

# 인간관계와 의사소통




# 의료커뮤니케이션의 중요성

- 자기 질병에 관해 진단 및 치료과정에 적극적으로 참여하고자 하는 환자들이 증가
- 환자가 중심이 되는 상호 관계가 더욱 강조
- 환자-의사 관계를 형성하는 근간은 환자와 의사간의 원활한 의사소통
- 의사들은 환자의 사회적, 심리적 관점에 대한 통합적 이해를 바탕으로 전인격적으로 진료

- 의사소통 능력의 함양을 위해서는 통찰력, 주의력, 자기 이해, 경청 기술, 감정의 표현력을 포괄하는 복합적인 능력의 향상이 수반
- 의사의 의사소통 능력은 진료에 대한 환자의 만족도를 높이고 환자의 순응도를 결정
- 치료 결과를 긍정적인 방향으로 이끌고 향후 건강 증진에 긍정적 영향

## 의료면담의 진행과정

**대화 구성**

대화의 조직화
(중간 요약,
주제 변경 언급)

대화 흐름
조정(논리적

**대화의 시작**

**문진:정보수집**

**진찰:시진, 청진, 타진**

**설명 및 치료계획**

**대화의 종결**

**관계 형성**

비언어 의사소통
라포 형성

환자 생각/
감정 수용

## 유대관계 형성의 장점

경청
공감
관계형성

**RAPPORT**

- 환자가 자신의 이야기로 관심을 설명한다.
- 환자의 순응도 향상, 오해 감소, 의사와의 갈등 예방
- 진료실의 안정감 형성, 진료를 통해 충분한 유익을 얻는다.
- 환자와 지속적으로 좋은 관계 유지

## 의료커뮤니케이션 교육의 방향

- 21세기 의학교육의 대표적인 목표
  : 인간 상호 작용과 공감 능력이 바탕이 된 의사소통 능력의 함양

- 한국 의학 교육의 실태
  : 교육 인력의 부족, 강의 시간과 교육 내용의 한계, 문화를 반영한 교재의 부족, 예산의 부족 등으로 인한 다양한 문제점들이 제기

  학생들의 학습동기가 낮고 심리나 법, 윤리 등의 수업과 함께 이루어지는 경우가 많음
  의예과, 의학과, 수련의 , 전공의 과정에 이어지는 체계적이고 연계성 있는 교육의 결여

- 가족, 친구, 이웃을 포함하는 폭넓은 인간관계 경험에 통찰
  인간커뮤니케이션에 대한 기초적이고 핵심적인 훈련을 통해 성장하고 발전하는 것이 필요

## 의사소통 능력의 함양을 위한 자기성찰의 필요성

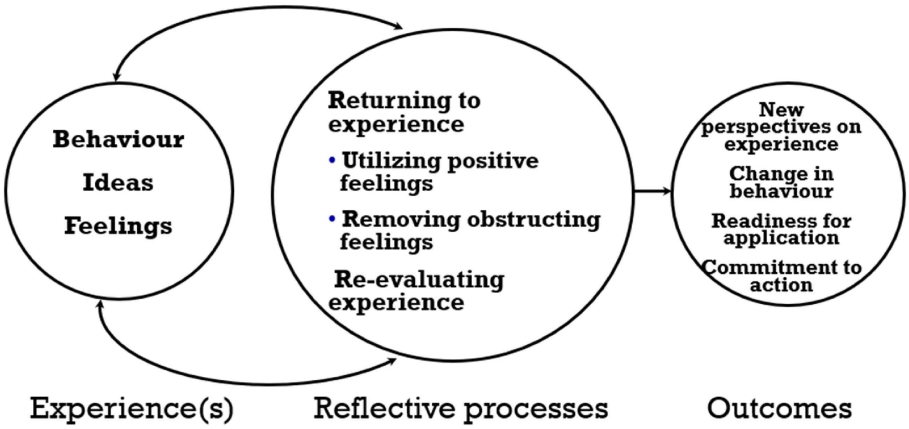
- 개인의 성격에 대한 이해
  : 개인의 행동양식, 선호하는 대인관계 방식, 소통 유형, 전공 및 직업 선택을 결정

-> 자기에 대한 이해를 높이는 것은 타인의 성격적 특성을 이해하는 기반

-> 자신의 행동을 예측가능하게 함으로써 대인관계에서 보다 유연하게 대처

- Reflection : meaning-making process that moves learners from one experience into the next, each time with a deeper understanding of its relationships with and connections to other experiences and ideas. It is the thread that makes continuity of learning possible.'
  (Dewey as cited in Wear et al, 2012)

# 자기성찰의 과정




*The reflection process in context*

(Boud, Keogh & Walker, 1985)

9

# 의료커뮤니케이션 능력 함양을 위한 자기성찰의 필요성

- 의료 커뮤니케이션 능력은 의사-환자간의 커뮤니케이션 교육을 통해 향상될 수 있음
- 반복적으로 발견되는 의사소통 문제와 원인에 대한 자기 분석과 훈련
- 커뮤니케이션에 대한 기본적인 이해와 인간커뮤니케이션에 대한 학습 선행
- 단계적이고 체계적인 교육 방법의 도입
- 효과적인 교육 방법에 대한 여러 연구들의 결과

  : 비디오 피드백, 역할연기, 모의 환자, 개별 지도, 세미나 등을 통한 교육 방법이 제안

- 다양한 의료커뮤니케이션 교육 내용과 방법의 개발의 필요

## 자기성찰을 위한 도구 : 마음빼기 명상

- 인지치료적 특성과 명상의 특성을 모두 갖고 있는 능동적인 자기돌봄의 명상
- 살면서 경험한 모든 기억된 생각(감각, 인지, 감정, 느낌, 정서 등 일체들을 의미한다) 들이 본성의 마음에 더해져 인식·평가·해석이 이루어짐-> 오류의 발생
- 세상에 대한 왜곡된 인지에 의해 타인과의 갈등, 불안, 우울 및 불행한 감정을 경험
- 산 삶의 경험에 의해 잘못 형성된 가짜마음을 빼어 본성을 회복하여 살게 되는 명상방법
- 타인과 세상, 자기자신에 대한 객관적인 심리상태가 되면서 수용력이 향상됨
- "자기 돌아보기"와 "마음빼기"로 구성됨

## 마음빼기 명상의 효과

- 자신에 대해 긍정적이고 건전한 태도를 형성
- 타인과 세상, 자기자신에 대한 객관적인 심리상태가 되면서 수용력이 향상됨
- 자기중심적으로 형성된 가짜마음이 비워진 만큼 자신의 틀과 이기적인 사고에서 벗어남
- 내면의 힘이 발휘되고 자신과 세상에 대한 긍정적인 태도가 형성
- 상대에 대한 이해와 배려심이커지고, 이웃과 세상에 대한 고마움을 내면으로부터 알게 됨
- 명상의 각 단계별로 성찰의 깊이가 깊어지며 마침내 무의식적 실체까지 스스로 확인하고 제거

# 마음빼기 명상법의 자기성찰적 측면에 대한 고찰

## 자기 돌아보기

- 자기중심적 **관점의** 탈피
- 객관적 입장으로의 전환
- 내가 살아온 삶을 반복적으로 성찰하는 시간
- 자신의 성격과 행동양식에 대한 인식
- 자기중심적 왜곡된 인지에 대한 인지
- 미래의 경험에 대해서 새롭게 이해

## 마음빼기

- 자기라고 인식된 허상과 마음세계를 빼서 버리는 방법
- 마음을 버림으로써 허상의 마음세계로부터 빠져나와 자신의 마음을 더 깊이 성찰
- 뇌과학적인 이론과도 상응
- 변연계의 기억과 감정의 상호작용에 따라 기억된 상을 제거
- 편도체에 저장된 상에 대한 감정으로부터의 자유
- 무의식적 실체까지 스스로 확인하고 버릴 수 있게 됨

# 자기성찰을 위한 도구 : 마음빼기 명상

# 수업 성찰 일지(Reflection Journal)

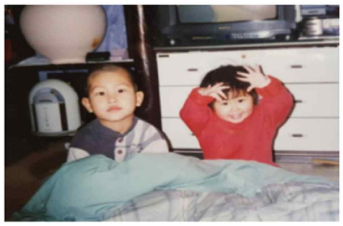
| 성찰 준거 | 나의 생각 |
|---|---|
| K (Knowing) :<br>이미 알고 있는 것<br>자신의 경험을 통해<br>이미 체험하거나 느낀 것 | 다른 사람들과의 의사소통과 공감이 우리 생활에 있어서 얼마나 중요한지는<br>잘 알고 있었다.<br>남들과 의사소통을 잘 못하거나 공감 능력이 떨어지면 유대감을 갖지 못하거나<br>어울리지 못한다.<br>편도선이 심하게 아파 병원에 갔을 때 의사선생님께서 많이 아팠을 텐데 어떻게<br>참았는냐고 하면서 나의 고통에 공감해줬을 때 고마움을 느꼈다. |
| W (Wondering) :<br>나의 생각과 다른 것<br>수용하기 어려운 것<br>수업을 통해 궁금해진 것 | 환자의 비언어적인 단서를 파악하기는 쉽지않다,<br>환자의 비언어적인 단서들의 예시를 잘 알아봐야겠다.<br>그리고 환자들에게 시선을 접촉하는 일은 쉽지만은 않다.<br>환자에게 시선 접촉을 해야 환자의 마음을 얻을 수 있지만, 환자에게 100%<br>집중하는 것은 쉽지 않다. |
| L (Learning) :<br>수업을 통해 얻은 지식<br>수업을 통해 생각 변화<br>새로운 계획 | 라포라는 말은 수업 때 처음 배웠다.<br>라포형성하기는 수용, 공감, 지지인데 환자가 표현하는 것을 판단하지 않고 수용하며,<br>환자가 가지고 있는 생각이나 느낌이 정당하다는 것을 인정해준다.<br>그리고 환자가 자신의 생각이나 의견을 표현해준것을 가치 있게 평가해줘야<br>한다는 것을 알게 됐었다.<br>라포 형성하기를 잘 숙지하여 공감하고 의사소통하는 능력을 키워야겠다. |

# 마음빼기 명상 수업 성찰 일지 (Reflection Journal)

| 성찰 준거 | 나의 생각 |
|---|---|
| K (Knowing) :<br>이미 알고 있는 것<br>자신의 경험을 통해<br>이미 체험하거나 느낀 것 | 의료현장에서의 커뮤니케이션에 있어서 가장 중요한 것을 꼽자면 경청과 공감, 관계형성이 있다. 의사는 환자와의 커뮤니케이션을 통해 그의 생각과 그에게 나타나는 증상, 그의 심리적 상태 등을 토대로 진단을 내릴 수 있으며, 검사 결과에 대한 의사의 소견을 환자에게 잘 전달할 수 있어야 한다. “이야기 의학”이라는 말은 처음 들었지만, 평소에 알고 있던 것과 일치하는 정의를 갖는 말이어서 쉽게 이해할 수 있었다. |
| W (Wondering) :<br>나의 생각과 다른 것<br>수용하기 어려운 것<br>수업을 통해 궁금해진 것 | 하루 100명 정도의 환자를 돌보는 한 명의 의사가 그들 각각과 커뮤니케이션을 통해 진료를 한다는 것은 의사에게 어떤 영향을 끼칠지에 대해 궁금해졌다. 또한, 자신의 몸에 이상을 느낀 사람들은 불안을 느끼게 되고 예민해지기 마련인데, 실제로 의사 선생님께 무례하게 대하는 환자를 본 경험이 있기 때문에 이렇게 하루 진료를 마친 의사 선생님들은 그 스트레스를 어떻게 해소 하시는지에 대해 궁금증이 생겼다. |
| L (Learning) :<br>수업을 통해 얻은 지식<br>수업을 통해 생각 변화<br>새로운 계획 | 이 수업을 통해 배운 마음빼기 명상법을 평소에도 실천했다. 첫 수업 때에는 미래의 나를 변화시키기 위해 이전의 나를 버린다는 것 자체를 받아들이기 어려웠었는데, **심적으로 힘들었던 일주일을 보내고 나니, 마음빼기 명상법을 하고 나면 정말로 개운해진다는 느낌을 받게 되었고, 다음 일을 할 때 집중력이 향상되었으며, 내가 고쳐졌으면 하는 나의 문제점에 변화가 생겼다는 것을 스스로 느낄 수 있었다.** 사라지는 태양을 가지고 다니면서 마음빼기 명상법을 종종 행해야겠다. |

# 자기자서전(Self Portpolio)

마음의 문이 열리는 시간



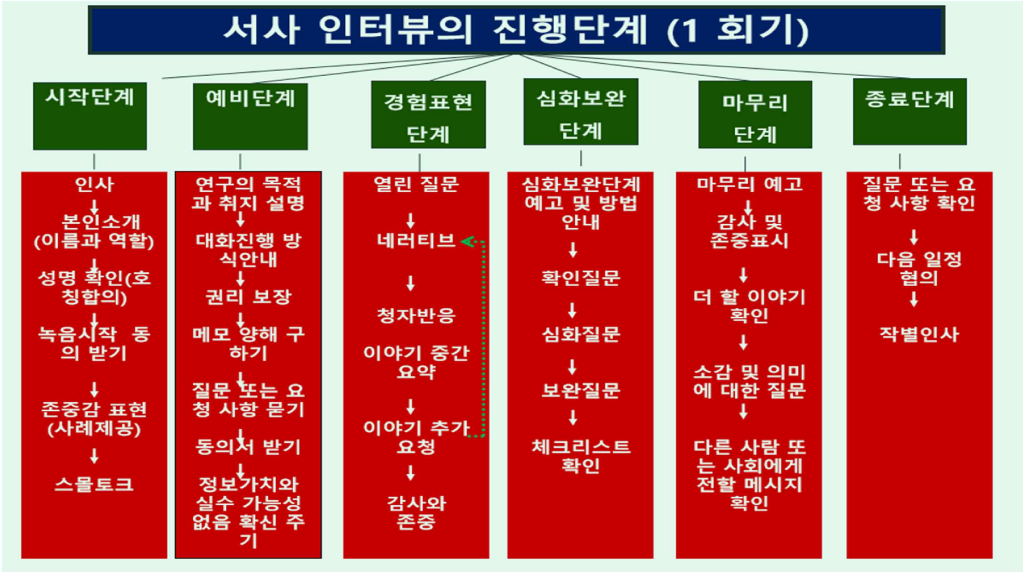
내가 3살 때였다. 아빠는 회사를 다니고 있었고 엄마는 5살 오빠와 나를 돌보며 분식점을 하고 있었다. 분식점 위에는 작은 공터가 있었고 미끄럼틀과 같은 놀이기구는 없었지만 상기 주변에 사는 아이들의 아지트였다. 늘 그랬듯이 오빠와 나는 공터에서 소꿉놀이를 하고있었다. 그런데 갑자기 한 차가 급하게 후진을 하더니 나를 들이받았다. 다행히 크게 다친 곳은 없었지만 너무 놀랐던 나는 동네가 울리도록 울어댔다. 차에서 내린 운전자는 만취상태였고 넘어져 울고있던 나를 향해 욕설을 내뱉으며 위협을 가하였다. 그를 보고 얼굴 신발가게 아저씨가 달려와 울던 나를 달래주셨고 경찰까지 부르게 된 다소 큰 일로 이어졌던 것으로 내 기억 속에 남아있다. 몸에는 작은 상처 뿐이었지만 마음에는 큰 상처가 남고말았다. 그 일이 있은 이후로, 집에 손님이 찾아올때면 나는 방으로 들어가 그들이 돌아갈 때까지 방안에서 나오지 않았다고 한다. 사실 이부분은 기억에 없지만 얼마나 상처가 컸는지를 보여주는 것 같다. 걱정이 되었던 엄마는 나와 함께 병원에 상담을 받으러 갔고 심리치료사는 이번 일은 나에게 큰 트라우마로 남을 수 있다고 했다. 초등학교에 들어가기 전까지 나는 '얼음공주'라고 불렸다. 아직 까지 알고 지내는 주변 이모들은 어릴적 나는 질울지도 않고 욕심도 없었지만 정말 무덤덤한 '시골의 차도녀'라고 부르기도 했다. 부모님을 제외하고는 그 누구에게도 제대로 웃어주지 않았다. 하지만 어릴 적 나와 달라진 현재 나의 모습을 보는 이모들은 내가 너무나도 많이 변했다고 하신다. 대학교 1학년 때는 미팅과 동아리에서 분위기 메이커라는 소리를 자주 들었고 항상 먼저 다가가는 사람이라고 주변에서 인식하고 있었다. 하지만 아직도 내가 어떠한 계기로 어릴적 받았던 상처가 치유가 되었고 지금의 매우 외향적인 사람이 되었는지 잘 모르겠다.

초등학교 시절은 몇몇의 친구들과의 갈등이 너무 심했던 것 같다. 갈등이라기보다는 내가 울이고 상대방이 갑이었던 갈과 을의 관계들이었던 것 같다. 그 중 나의 소심한 면을 이용했던 친구가 있었다. 내가 18층에 살때 바로 윗집에 살던 지영이라는 친구다. 그 시절 여전히 내성적이어서 친구를 쉽게 사귀지 못했던 나는 어떻결에 같은 반 지영이가 19층에 산다는 것을 알게 되었고 그때부터 주말마다가 같이 잠도 자고 같은 학원에 다니기도 했었다. 지영이와 오랜시간동안 매일을 함께하다보니 그 아이가 날 버리게 된다면 난 왕따가 될 것이라고 생각했다. 지금 생각하면 왜 왕따가 될 것이라고 생각했는지 모르겠다. 단순히 쉽게 불안감을 느끼고 예민했던 내 성격 때문이아니었을까? 지영이와 돌도 없는 친구로 남고 싶었던 나는 항상 그 아이가 하자는 대로했고 시키는 대로했다. 운동장에서 재미잇게 놀다가도 지영이가 갑자기 집으로 가고싶으면 집으로 가야했고, 소꿉놀이를 할 때도 지영이가 나에게 시키는 역할을 싫든 말든 해야했다. 왜냐면, 내가 싫다고 할때마다 그 아이는 나에게 절교할 것이라고 협박했기 때문이다. 협박말고 다른 단어를 선택하고 싶지만 이 만큼 적절한 비유가 없다. 나쁜 것 절교라는 단어를 초등학교를 다니면서 몇번을 들었는지 상상 조차 못할 정도이다. 하지만 6학년이 되었을 때, 지영이는 새로운 친구를 만나게 되었고 나를 따돌리기 시작했다. 지영이가 다른 친구를 더 좋아하게 되었던 것을 충분히 받아들일 수 있었다. 하지만 화가 났던 것은 6년이라는 시간동안 날 이용했던 것도 모자라 나를 따돌리려고 하였던 것이다.

# 자기성찰을 위한 도구 : 서사인터뷰

- 서사 인터뷰는 학술적 관심에서 도입됐으며 자료 수집을 위한 방법론적으로 단순한 의사소통
- 정보 제공자는 인생 전체나 큰 부분에 대해서 자신이 원하는 방식대로 이야기해 보라는 제약 없는 요구에 직면
- 사전 계획 없이 자신의 삶을 제한된 시간 내에 이야기로 전개시켜야 하는 어려운 과제에 직면
- 자기 자신에 대한 이야기는 대부분의 사람들에게는 매우 만족감이 높은 활동
- 자기 자신을 집중적으로 탐구해 보는 것은 자기 확신과 설명적 대면 그리고 사회적 안전판 확보와 인준의 행위

## 자기성찰을 위한 도구: 서사인터뷰




## 자기성찰이 강화된 의료커뮤니케이션 수업의 구성

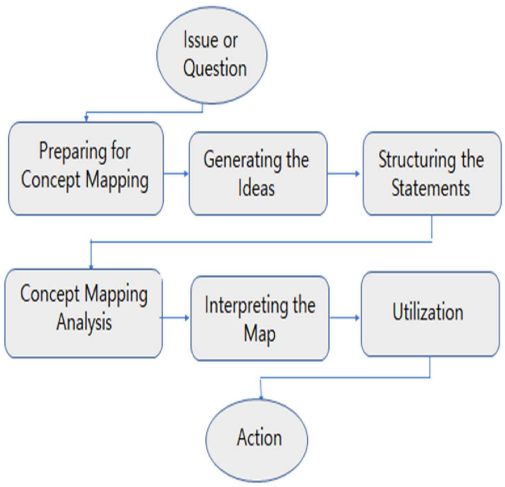
- 자기성찰 및 의사소통술과 관련된 국내외 문헌고찰과 학회 참석을 통해 의예과 학생들에게 적용할 수 있는 의료커뮤니케이션 프로그램을 개발
- 총 15주(45시간)의 교육으로 이루어지도록 구성
- 매 회기마다 수업 내용 및 자신의 일상을 돌아보도록 하고 성찰 내용이 담긴 포트폴리오를 작성
- 자신과 타인에 대한 이해 수준을 높이고 자신의 행동을 살필 수 있는 성찰의 시간을 갖는데 주안
- 학생들은 본 수업을 통해 타인의 욕구에 대해 깊이 이해하고 공감하는 기회를 얻었으며, 자기 욕구의 표현 방식의 수정을 통해 인간관계의 갈등이 해소되고 성숙한 관계로 발전할 수 있는 기회를 얻을 수 있다.

# 자기성찰이 강화된 의료커뮤니케이션 수업의 구성

| 수업 차수 | 수업 내용 |
|---|---|
| 1 회기 | 오리엔테이션 및 의사소통의 정의와 원리에 대한 강의 |
| 2 회기 | 언어적, 준언어적, 비언어적 의사소통의 개념과 실습 |
| 3 회기 | 공감과 경청에 대한 이해 및 실습 |
| 4 회기 | 자기 돌아보기 명상의 이해 및 실행, 포트폴리오 작성에 관한 지도 |
| 5 회기 | 자신의 신 삶 돌아보기, 그룹 워크를 통해 성찰한 내용 나누기. 과제: 명상 및 포트폴리오 작성 (신 삶 돌아보기) |
| 6 회기 | 자신의 인간 관계에 대한 돌아보기 및 글쓰기<br>과제: 명상 및 포트폴리오 작성 (인간 관계 돌아보기) |
| 7 회기 | 의료커뮤니케이션의 이해, 의료면담기법에 관한 강의 |
| 8 회기 | 환자-의사 관계 비디오 클립 시청<br>환자-의사 관계에 관한 성찰<br>과제: 명상 및 포트폴리오 작성 (환자-의사 관계 돌아보기) |

| 수업 차수 | 수업 내용 |
|---|---|
| 9 회기 | 의료면담 강의: 의사역할/환자역할<br>의료커뮤니케이터로서의 자기 돌아보기. 과제: 명상 및 포트폴리오 작성 (의료커뮤니케이터로서의 자기 돌아보기) |
| 10 회기 | 다양한 환자에 대한 이해 (화난 환자, 까다로운 환자, 우울한 환자) 강의 및 실습 . 과제: 명상 및 포트폴리오 작성(수업 후 새롭게 배운 내용에 대한 성찰) |
| 11 회기 | 동기부여 면담법 강의 및 실습<br>과제: 명상 및 포트폴리오 작성 (수업 후 새롭게 배운 내용에 대한 성찰) |
| 12 회기 | 환자 교육에 관한 강의 및 실습<br>과제: 포트폴리오 작성 (수업 후 새롭게 배운 내용에 대한 성찰) |
| 13 회기 | 의사소통을 주제로 역할극으로 만들어 보기: 그룹 워크<br>역할극에 관한 이해와 과제에 관한 설명 |
| 14 회기 | 역할극 준비과정 검토 및 중간 점검 (Large group discussion)<br>연기 지도 및 자기 감정의 표현 연습 |
| 15 회기 | 총괄 평가 |

# 개념도 분석의 절차




1. 준비단계
2. 아이디어 생성
3. 서술문 구조화
4. 개념도 분석
5. 개념도 해석
6. 개념도 활용

# 아이디어 생성 및 문항개발

## 1번 문항 :

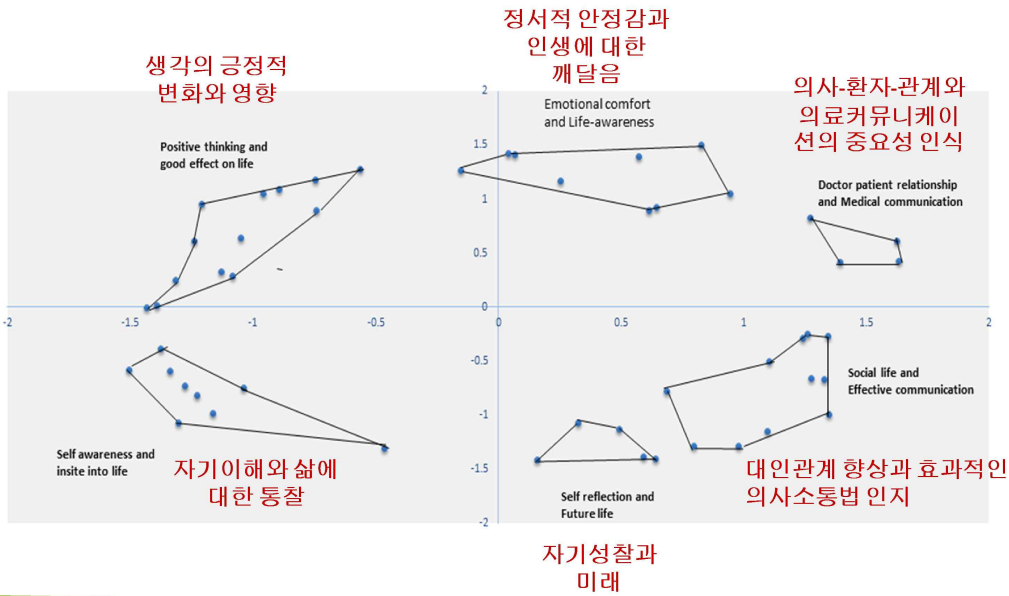
자기성찰 명상, 성찰일지 작성, 포트폴리오 작성 등 자기성찰 과정을 통해 나에게 일어난 변화는 무엇입니까? (자기이해, 인간관계, 의사소통 등 모두를 포함하여)

## 2번 문항 :

본 의료커뮤니케이션 교육은 나에게 어떠한 변화를 주었습니까?

(자기이해, 인간관계, 의사소통 등 모두를 포함하여)

# 1번 문항에 대한 개념도



| <정서적 안정감과 인생에 대한 깨달음> | (Mean±SD) |
|---|---|
| 18. 편안함을 얻을 수 있었다. | 3.22±0.93 |
| 30. 말 한마디도 조심해야 한다는 것을 알게 되었다. | 4.22±0.80 |
| 37. 남을 더 이해하고 배려하는 마음이 생겼다. | 3.89±0.89 |
| 42. 나를 있는 그대로 바라보게 되었다. | 3.48±0.80 |
| 14. 대화를 잘 이끌어 갈 수 있는 자신감을 얻게 되었다. | 3.67±0.83 |
| 21. 상대방의 말에 공감하려고 노력하게 되었다 | 4.33±0.83 |
| 25. 생각을 비우는 법을 배울 수 있었다. | 3.00±1.11 |
| 29. 나의 인생에서 무엇이 중요한지 알 수 있게 되었다. | 3.56±0.97 |
| 26. 긍정적인 의사소통을 할 수 있게 되었다. | 3.89±0.70 |
| <의사-환자 관계와 의료커뮤니케이션의 중요성 인식> | |
| 1. 의사-환자의 관계 상황을 나의 일상에 비추어 볼 수 있었다. | 4.19±0.62 |
| 3. 의사 중심적인 진료에 대한 고정관념을 깰 수 있었다. | 4.41±0.57 |
| 19. 나의 소통능력을 점검해볼 수 있게 되었다. | 4.30±0.61 |
| 12. 대인관계 형성에 도움이 되었다. | 3.74±0.94 |

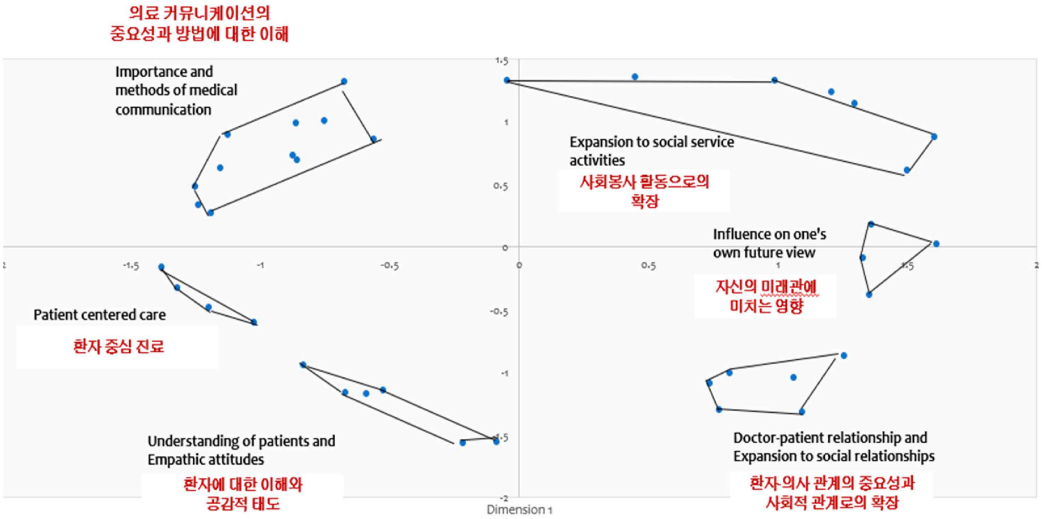
| <대인관계 형성과 효과적인 의사소통법 인지> | (Mean±SD) |
|---|---|
| 49. 대인관계 형성과 유지 방법을 터득할 수 있었다. | 3.78±1.12 |
| 50. 다양한 의사소통의 방법을 배웠다. | 4.30±0.67 |
| 2. 나의 언어습관을 반성하고 고치려는 노력을 할 수 있었다. | 4.00±0.68 |
| 9. 상대방과 진솔한 대화를 할 수 있다. | 3.63±0.84 |
| 21. 상대방의 말에 공감하려고 노력하게 되었다. | 4.33±0.83 |
| 48. 일상에서 성찰하는 시간의 중요성을 깨닫게 되었다. | 3.67±0.88 |
| 10. 환자-의사의 소통방법이 일상적인 소통상황에도 적용할 수 있다는 걸 알게 되었다. | 4.22±0.85 |
| 11.일상생활에서 사람들과 소통할 때도 신중하게 되었다. | 4.04±0.90 |
| 20. 의사가 환자와 대화할 때 공감능력이 필요하다는 것을 알게 되었다. | 4.48±0.58 |
| 4. 의사가 되었을 때 환자와 어떻게 라포를 형성해야 하는지 알게 되었다. | 4.33±0.68 |
| 32. 나의 생각을 표현하는데 자신감이 생겼다. | 3.52±0.89 |
| <자기성찰과 미래> | |
| 5. 상대방의 입장을 고려하여 더 긍정적인 대화를 할 수 있게 되었다. | 4.41±0.64 |
| 6. 상대방의 입장을 공감하는 것이 중요하다는 것을 알게 되었다. | 4.52±0.58 |
| 36. 현실적으로 생각하게 되었다. | 3.85±0.77 |
| 45. 나의 미래에 대한 생각이 좀 더 명확해졌다. | 3.52±0.89 |
| 7. 평소 내가 다른 사람과 이야기하는 방식에 대해 돌아봄 | 4.30±0.67 |

# 자기성찰 과정을 통해 나에게 일어난 변화의 중요도

| <긍정적인 마음자세> | (Mean±SD) |
|---|---|
| 8. 마음이 차분해졌다. | 3.26±0.81 |
| 39. 나 자신이 한결 밝아졌다. | 3.26±1.02 |
| 47. 나의 단점을 장점으로 바꿀 수 있는 방법을 알게 되었다. | 3.37±1.04 |
| 51. 대인관계가 깊어지고 범위가 넓어졌다. | 3.63±0.88 |
| 41. 나의 과거, 현재, 미래에 대해서 생각하게 되었다. | 3.70±0.95 |
| 31. 부정적인 생각을 긍정적으로 변화시켰다. | 3.33±0.96 |
| 35. 감정에 치우치지 않게 되었다. | 3.56±0.97 |
| 34. 객관적으로 나를 바라볼 수 있는 계기가 되었다. | 3.74±0.81 |
| 38. 잡다한 생각들에서 벗어나게 되었다. | 3.04±1.06 |
| 46. 남들에게 도움이 되는 사람이 되려고 노력하게 되었다 | 3.85±0.91 |
| 23. 생각하는 방법에 대해서 배울 수 있었다. | 3.74±1.02 |
| 43. 내 의사를 좀 더 확실하게 표현하게 되었다. | 3.67±0.88 |
| 17. 더 나은 사람으로 변화할 수 있게 되었다. | 3.67±0.68 |

| <자기이해와 삶에 대한 통찰> | (Mean±SD |
|---|---|
| 15. 과거의 나를 돌아보게 되었다. | 3.93±0.8 |
| 40. 나에 대해 돌아볼 수 있는 시간이었다. | 3.74±0.9 |
| 27. 나의 행동패턴과 생각패턴을 발견할 수 있었다. | 3.78±0.8 |
| 16. 미래에 대해 생각해보는 계기가 되었다. | 3.74±0.9 |
| 28. 진로에 대해 진지하게 생각하게 되었다. | 3.78±0.8 |
| 24. 미래를 계획할 수 있는 능력을 키웠다. | 3.37±1.0 |
| 44. 나에 대해 더 잘 이해할 수 있게 되었다. | 3.70±0.8 |
| 13. 내가 어떤 사람인지 반성할 줄 아는 사람이 되었다 | 3.81±0.8 |
| 33. 상대방의 말을 들어주기 시작했다. | 3.81±0.8 |
| 52. 나를 이해하고 받아들이는데 도움이 되었다. | 3.85±0.7 |

## 2번 문항에 대한 개념도




## 의료커뮤니케이션 수업의 효과에 대한 중요도

| < 타인을 대하는 태도의 변화와 사회봉사 활동으로의 확장> | (Mean±SD) |
|---|---|
| 2. 환자를 대하는 태도에 대해 많이 배웠다. | 4.51±0.51 |
| 7. 기다리는 환자들을 배려해야 한다는 것을 알게 되었다. | 3.93±0.96 |
| 9. 사회의 구성원으로 살아가는 방법을 알게되었다. | 3.63±0.88 |
| 30. 면담을 통한 진단에서도 실수가 적어질 것이다. | 4.33±0.73 |
| 8. 비언어적 표현의 중요성을 알게 되었다. | 4.52±0.58 |
| 11. 봉사활동에 많은 도움이 되었다. | 3.52±1.19 |
| 31. 외부활동에서도 상대를 이해하고 도와줄 수 있게 되었다. | 4.07±0.83 |
| <환자중심진료와 경청과 존중의 중요성에 대한 인식> | |
| 3. 환자와의 진솔한 대화가 중요하다. | 3.52±1.19 |
| 13. 환자에게 상처가 되지 않게 이야기 하는 것이 중요하다. | 4.48±0.75 |
| 19. 환자의 이야기를 끝까지 듣는 것이 중요하다. | 4.37±0.63 |
| 22. 선입견 없는 환자 중심의 의료 활동이 중요하다. | 4.30±0.72 |

| <의료커뮤니케이션의 중요성과 방법에 대한 이해 > | (Mean±SD) |
|---|---|
| 24. 환자와 소통하는 방법을 배웠다. | 4.48±0.51 |
| 38. 의사의 의사소통 능력이 중요함을 알게 되었다. | 4.52±0.70 |
| 26. 환자에게 좋지 않은 소식을 전달하는 방법을 배웠다. | 4.41±0.64 |
| 25. 의사소통 능력을 기르기 위해 많은 노력이 필요하다. | 4.41±0.69 |
| 37. 환자에게 더 나은 의료서비스를 제공해 줄 수 있다. | 4.26±0.71 |
| 12. 환자에 따라 다르게 소통해야한다는 것을 알게 되었다. | 4.33±0.73 |
| 6. 환자 의사간에 원활한 의사소통의 중요성을 알게 되었다 | 4.52±0.64 |
| 16. 의사는 환자의 마음의 상처를 치료해 줄 수 있어야 한다. | 4.33±0.62 |
| 18. 환자 입장에서 대화하고 노력해야 한다. | 4.37±0.63 |
| 17. 환자와 원활한 소통을 하는데 필요한 스킬을 배웠다. | 4.44±0.64 |
| 23. 환자의 이야기를 잘 경청하고 힘이 되어주는 것이 필요 | 4.33±0.62 |
| <전인적 환자 이해의 중요성과 공감적 태도의 필요성에 대한 인식 변화> | |
| 1. 환자와 의사가 서로 협력하는 것이 치료에 중요하다는 것을 알게 되었다. | 4.59±0.50 |
| 5. 환자의 질병은 물론 심리적 상태도 호전시킬 수 있다. | 4.26±0.76 |
| 15. 의사는 환자의 정보를 소중하게 다루어야 한다. | 4.48±0.70 |
| 20. 질병 진단 뿐만 아니라 다양한 요소를 고려해야 한다. | 4.48±0.58 |
| 21. 환자의 주변 상황을 살펴 보는 것이 필요하다. | 4.41±0.64 |
| 14. 의사는 환자와 공감적 이해를 하는 것이 중요하다. | 4.63±0.56 |

| <의사-환자 관계 형성의 중요성과 대인관계로의 확장> | (Mean±SD) |
|---|---|
| 27. 환자와의 첫 만남에서 보다 자연스러운 의사소통을 이끌어 낼 수 있다. | 4.37±0.69 |
| 28. 의사와 환자와의 관계에 대해서 다시 생각해 보게 되었다. | 4.37±0.69 |
| 32. 사회생활의 대인관계에도 도움이 되었다. | 3.93±0.83 |
| 29. 환자 중심 진료에 도움이 되었다. | 4.41±0.64 |
| 33. 의사와 환자가 수평적인 관계를 형성하는데 도움이 된다. | 3.93±0.92 |
| 4. 환자 중심 면담을 통해, 짧은 시간에도 질환, 질병에 대해 빠르게 파악할 수 있다. | 3.89±0.97 |
| <자신의 미래관에 미치는 영향> | |
| 36. 여러 성향의 환자를 대할 자신이 생겼다. | 3.89±0.85 |
| 34. 환자 문제에 대한 근본적인 해결책을 제시할 수 있는 가능성이 높아졌다. | 3.78±0.85 |
| 10. 훌륭한 인성을 겸비한 의사가 될 수 있는 밑거름이 되었다. | 4.19±0.79 |
| 35. 환자를 대할 때 여유를 가지게 된다. | 3.59±1.08 |

# 자기성찰이 강화된 의료커뮤니케이션 수업의 효과

## 자기성찰적 관점

- 정서적 안정감과 인생에 대한 깨달음
- 의사-환자 관계와 의료커뮤니케이션의 중요성 인식
- 대인관계 향상과 효과적인 의사소통법 인지
- 긍정적인 마음자세
- 자기이해와 삶에 대한 통찰

## 의학교육 관점

- 타인을 대하는 태도의 변화와 사회봉사 활동으로의 확장
- 환자중심진료와 경청과 존중의 중요성에 대한 인식
- 의료커뮤니케이션의 중요성과 방법에 대한 이해
- 전인적인 환자 이해의 중요성과 공감적 태도의 필요성에 대한 인식 변화
- 의사-환자 관계 형성의 중요성과 대인관계로의 확장
- 자신의 미래관에 미치는 영향

# 마음으로 교감하는 수업: 수학과 명상의 만남

**김주희** 서울 압구정고등학교 교사

## 소개

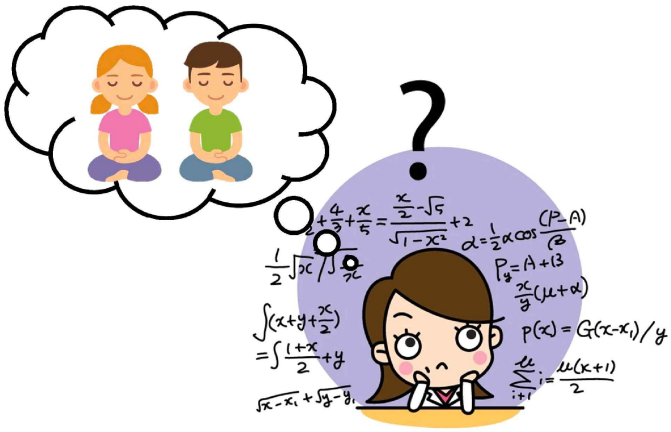
김주희

현 압구정고등학교 수학교사

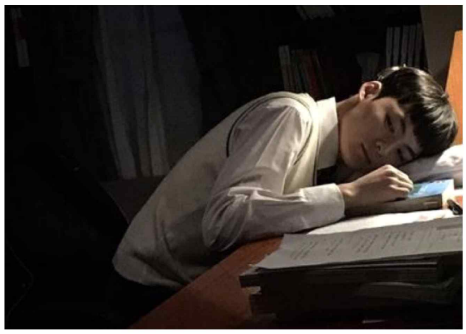
홍익대학교 사범대학 수학교육과 졸업

이화여자대학교 조형예술대학 동양화과 졸업

## 명상하는 수학교실?



## 수포자가 가득한 교실



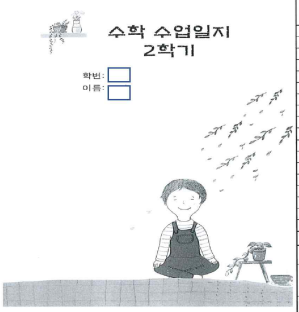
## 수학과 명상, 이렇게 만나다

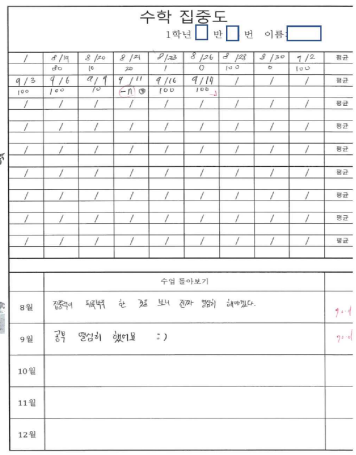
## 성찰이 있는 교실

- 2015 수준별 수업 하위반 학생들 대상으로 시작
- 2016 자율동아리로 점심시간에 학생들과 명상
- 2017 ~ 현재 수학시간에 5분 명상

# 수학시간 5분 명상 - 압구정고

# "선생님, 수학일지 주세요~"



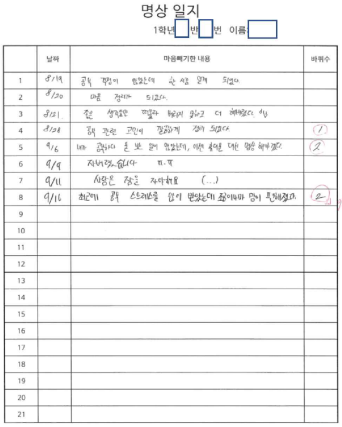
수학 집중도

1학년 ☐ 반 ☐ 번 이름 ☐

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| / | 8/19 | 8/20 | 8/21 | 8/23 | 8/26 | 8/28 | 8/30 | 9 | 9/2 | 평균 |
| | 80 | 15 | 20 | 1 | 0 | 100 | 0 | | 100 | |
| 9/3 | 9/6 | 9/9 | 9/11 | 9/16 | 9/18 | / | / | / | / | 평균 |
| 100 | 100 | 10 | 그만 | 100 | 100 | | | | | |
| / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | 평균 |
| / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | 평균 |
| / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | 평균 |
| | | | | | | | | | | |
| / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | 평균 |
| | | | | | | | | | | |
| / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | 평균 |
| / | / | / | / | / | / | / | / | / | / | 평균 |

수업 돌아보기

| | | |
|---|---|---|
| 8월 | 집중력 5백력 한 것을 보니 전과 많이 해야겠다. | 9.4 |
| 9월 | 공부 열심히 했어요 :) | 9.4 |
| 10월 | | |
| 11월 | | |
| 12월 | | |

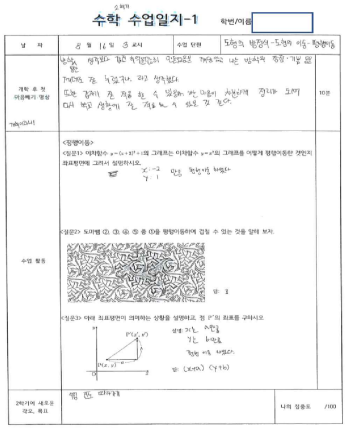


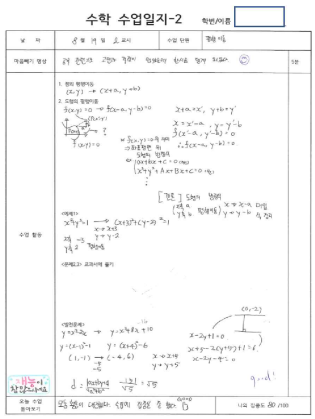
명상 일지

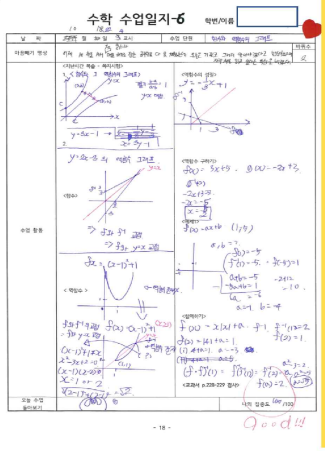
1학년 ☐ 반 ☐ 번 이름 ☐

| | 날짜 | 마음챙기한 내용 | 마무수 |
|---|---|---|---|
| 1 | 8/19 | 공부 잘하기 힘들다는 게 새삼 알게 되었다. | |
| 2 | 8/20 | 마음 잡기가 되었다. | |
| 3 | 8/21 | 좀 생각한 만큼과 해보니 않고 더 해봤다. 4.4 | |
| 4 | 8/23 | 5시 근처 그만에 집중하게 잘이 되었다 | (7) |
| 5 | 9/6 | 1주 끝났다 좀 보 잘 학습되기, 이번 용어 대한 많은 해야겠다. | (2) |
| 6 | 9/9 | 자녀지도 없다. 11.7 | |
| 7 | 9/11 | 시험은 잘 자기화 (...) | |
| 8 | 9/16 | 최근에 좀 스트레스를 많이 받았는데 좋아지는 마음 복돋았다. | (2) 9.4 |
| 9 | | | |
| 10 | | | |
| 11 | | | |
| 12 | | | |
| 13 | | | |
| 14 | | | |
| 15 | | | |
| 16 | | | |
| 17 | | | |
| 18 | | | |
| 19 | | | |
| 20 | | | |
| 21 | | | |

# 수연이의 일기




| 날 짜 | 8 월 28 일 2 교시 | 수업 단원 | 집합 |
|---|---|---|---|
| 마음빼기 명상 | 공부 관련으로 생각이 많았는데 깔끔하게 정리되고 비워진 것 같다. | | 바뀌수 |

공부 관련으로 생각이 많았는데 깔끔하게 정리되고 비워진 것 같다.

| 날 짜 | 9월 16일 2 교시 | 수업 단원 | 절댓값 |
|---|---|---|---|
| 마음빼기 명상 | 최근에 공부 스트레스를 많이 받았는데 조금이나마 마음이 편안해진 것 같다. | | 바뀌수 2 |

최근에 공부 스트레스를 많이 받았는데 조금이나마 마음이 편안해진 것 같다.

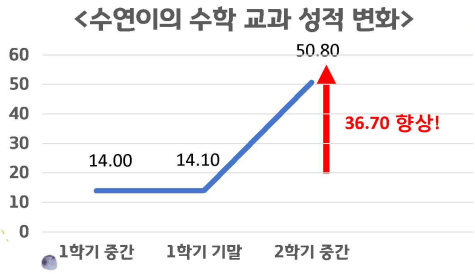
| | |
|---|---|
| 마음빼기 명상 | 최근에 너무 게으르게 살았는데 마음 빼기를 하며 다시금 공부 의지를 다지게 되었다. 바뀌수 2 |

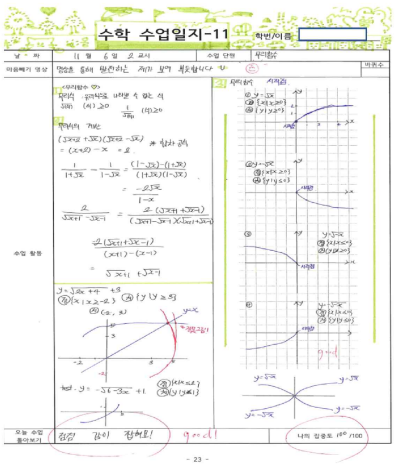
최근에 너무 게으르게 살았는데 마음 빼기를 하며 다시금 공부 의지를 다지게 되었다.

| 날 짜 | 10 월 28 일 2 교시 | 수업 단원 | 함수 |
|---|---|---|---|
| 마음빼기 명상 | 아직 마음을 다 뺀 것 나 자신에 가장 힘들었고 사랑한 가장하기도 우리 엄마다. 힘들게 한 것이 너무 많아서 어디부터 죄송하다 해야할지 모르겠다. | | 바뀌수 1 |

아주 어렸을 때부터 나 때문에 가장 힘들었던 사람은 당연하게도 우리 엄마이다.
힘들게 한 것이 너무 많아서 어디부터 죄송하다 해야할 지 모르겠다.

# 수학과 명상, 새로운 시작~



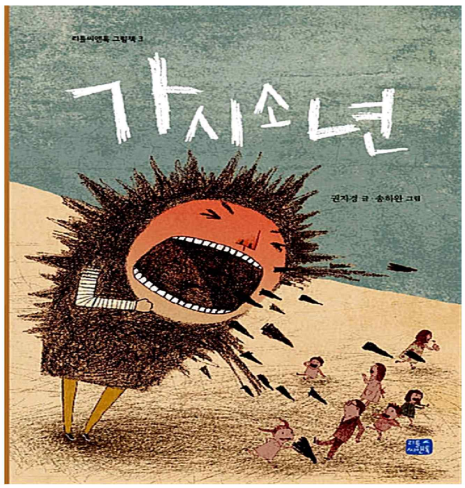




# 성환이 이야기

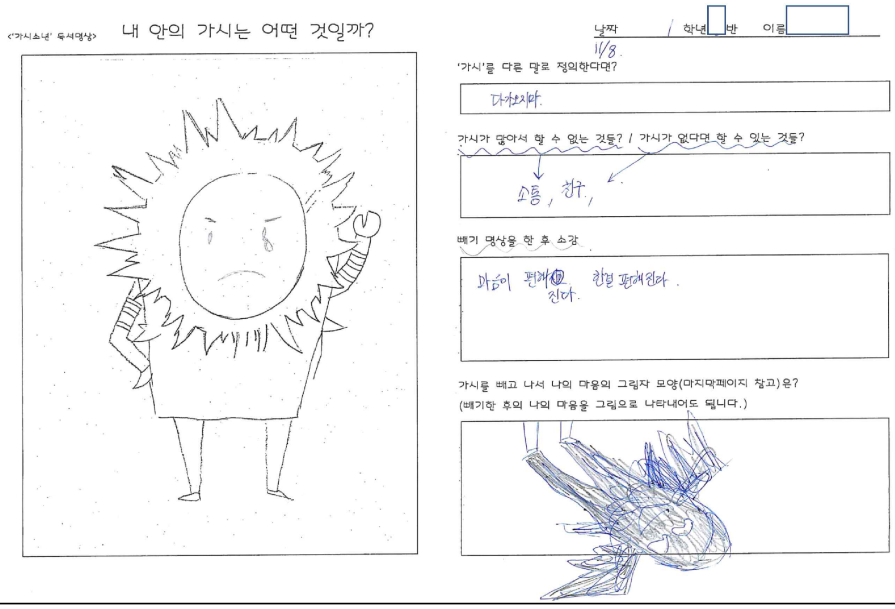
## 다양한 텍스트를 활용한 명상

- 독서명상 '가시소년'을 읽고
- 학생의 시로 자기 돌아보기

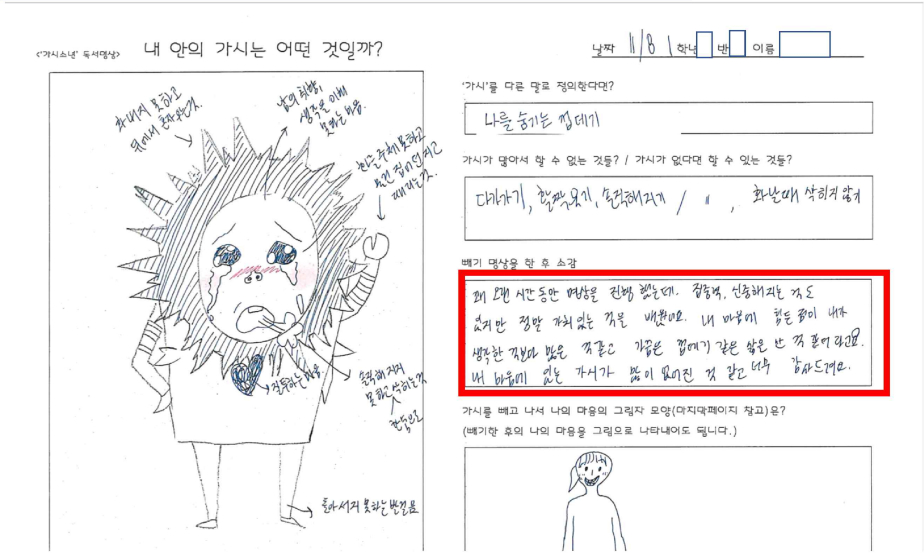
## 독서 명상 '가시소년'



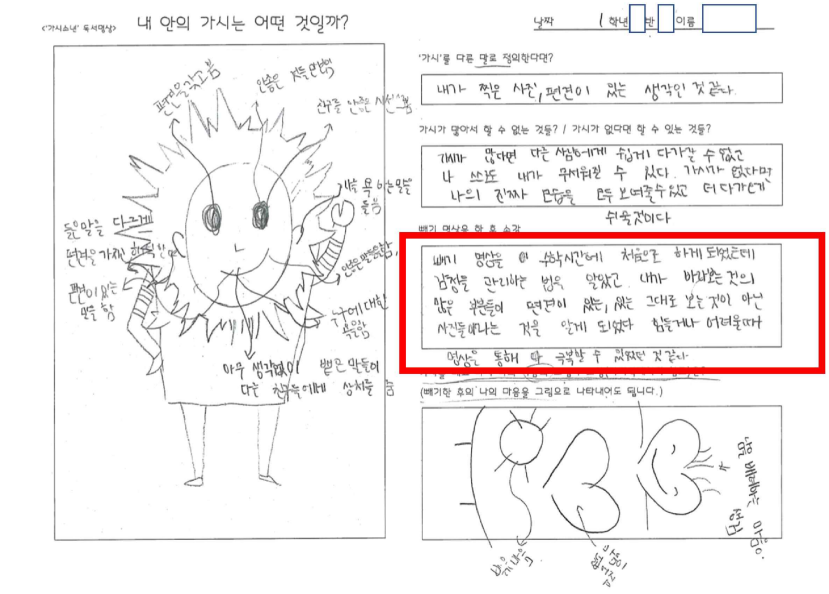
# 독서 명상 활동지



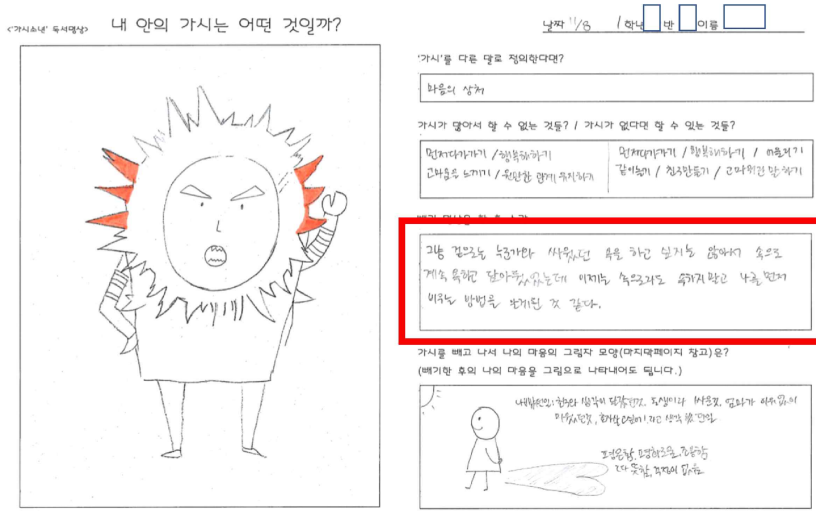

# 독서 명상 활동지



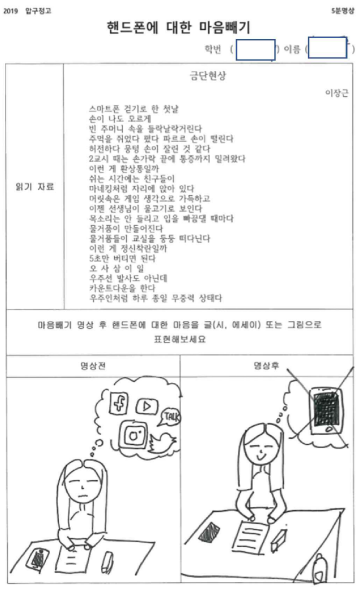
# 독서 명상 활동지




# 독서 명상 활동지



# 학생의 시로 자기 돌아보기



2019 압구정고 5분명상

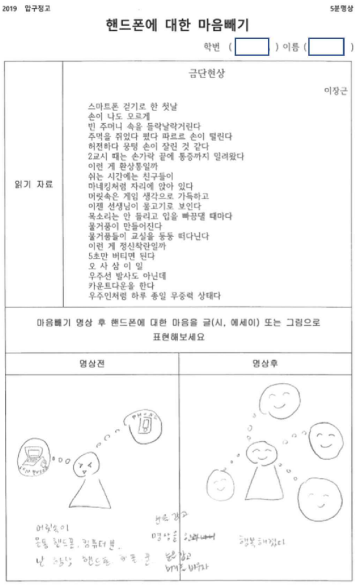
핸드폰에 대한 마음빼기

학번 ( ) 이름 ( )

| | |
|---|---|
| 읽기 자료 | 금단현상<br>이장근<br>스마트폰 걷기로 한 첫날<br>손이 나도 모르게<br>빈 주머니 속을 들락날락거린다<br>주먹을 쥐었다 폈다 파르르 손이 떨린다<br>허전하다 뭉텅 손이 잘린 것 같다<br>2교시 때는 손가락 끝에 통증까지 일려왔다<br>이런 게 환상통일까<br>쉬는 시간에는 친구들이<br>마네킹처럼 자리에 앉아 있다<br>머릿속은 게임 생각으로 가득하고<br>이젠 선생님이 꼴고기로 보인다<br>목소리는 안 들리고 입을 빠끔댈 때마다<br>물거품이 만들어진다<br>물거품들이 교실을 둥둥 떠다닌다<br>이런 게 정신착란일까<br>5초만 버티면 된다<br>오 사 삼 이 일<br>우주선 발사도 아닌데<br>카운트다운을 한다<br>우주인처럼 하루 총일 무중력 상태다 |

마음빼기 영상 후 핸드폰에 대한 마음을 글(시, 에세이) 또는 그림으로 표현해보세요

| 영상전 | 영상후 |
|---|---|



2019 압구정고 5분명상

핸드폰에 대한 마음빼기

학번 ( ) 이름 ( )

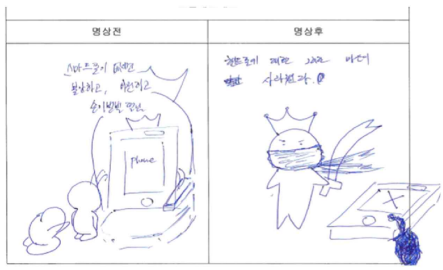
| | |
|---|---|
| 읽기 자료 | 금단현상<br>이장근<br>스마트폰 걷기로 한 첫날<br>손이 나도 모르게<br>빈 주머니 속을 들락날락거린다<br>주먹을 쥐었다 폈다 파르르 손이 떨린다<br>허전하다 뭉텅 손이 잘린 것 같다<br>2교시 때는 손가락 끝에 통증까지 일려왔다<br>이런 게 환상통일까<br>쉬는 시간에는 친구들이<br>마네킹처럼 자리에 앉아 있다<br>머릿속은 게임 생각으로 가득하고<br>이젠 선생님이 꼴고기로 보인다<br>목소리는 안 들리고 입을 빠끔댈 때마다<br>물거품이 만들어진다<br>물거품들이 교실을 둥둥 떠다닌다<br>이런 게 정신착란일까<br>5초만 버티면 된다<br>오 사 삼 이 일<br>우주선 발사도 아닌데<br>카운트다운을 한다<br>우주인처럼 하루 총일 무중력 상태다 |

마음빼기 영상 후 핸드폰에 대한 마음을 글(시, 에세이) 또는 그림으로 표현해보세요

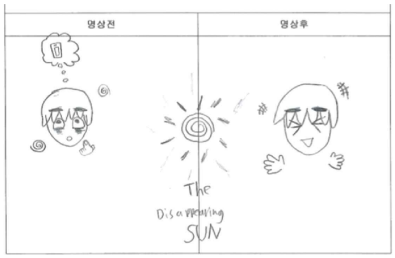
| 영상전 | 영상후 |
|---|---|

# 학생의 시로 자기 돌아보기

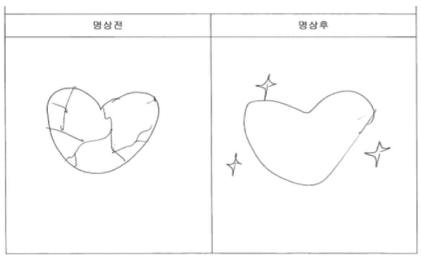
| 영상전 | 영상후 |
|---|---|



| 영상전 | 영상후 |
|---|---|



| 영상전 | 영상후 |
|---|---|



| 영상전 | 영상후 |
|---|---|

# 나 자신을 돌아볼 수 있다는 것

# 빼기 명상 후 학생들의 변화

- 수학 성적 향상
- 수학 공포의 짐을 덜어버리다
- 즐거운 수업분위기 형성된 교실
- 인성교육의 현장이 된 수학수업
- 친구문제의 어려움을 해결

# 1학기 소감문

## 마음빼기 명상 소감-1학기

( / )학년 ( )반 ( )번 이름 :

♥ 나에게 명상이란 ( 나를 랜턴로 사랑으로 만들어 주는 존재 ) 이다.

왜냐하면 ( 명상으로 내가 가지고 있던 나쁜 생각들을 없애주기 )이기 때문이다.

♥ 마음빼기 명상 전 후의 상태를 그림과 글로 표현해 봅시다.

(전)

· 짜증나는 것을 비우지 못함.
· 기분 나쁜 것을 마음속에 가지고 있음
· 슬픈일을 계속 기억하고 있음.

(후)

· 나의 잘못된 행동을 반성하고, 그런 행동을 하지 않는다.
· 기본 나쁜 것을 싫고 긍정적으로 생각함.

♥ 생활 속에서 마음빼기를 실천해야 하는 이유는?

마음빼기를 해야 내 용안에 있던 부정들이 사라지는 것 같고, 착한 사람으로 만들어주는 것 같다.

♥ 생활 속에서 마음빼기를 실천할 수 있는 방법을 적어봅시다.

· 지하철, 버스 같은 대중교통을 탈때 명상을 한다.
· 잠들 자기전에 명상을 한다.

# 1학기 소감문

## 마음빼기 명상 소감-1학기

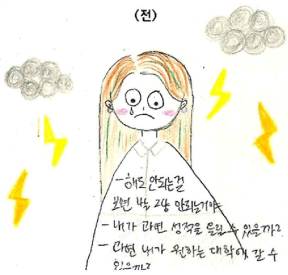
( / )학년 ( )반 ( )번 이름 :

♥ 나에게 명상이란 ( 조금이라도 편해질 수 있는 방법 ) 이다.

왜냐하면 ( 마음빼기를 통해서 걱정이 조금이나마 사라지면 편해지기 )이라 때문이다.

♥ 마음빼기 명상 전 후의 상태를 그림과 글로 표현해 봅시다.

(전)




(후)

♥ 생활 속에서 마음빼기를 실천해야 하는 이유는?

마음빼기를 안해도 살아갈 수는 있지만 마음빼기를 통해서 없어지는 나를 힘들게하는 내 속의 말들이 계속 내 마음에 있는 것이 신경쓰이고 마음이 편해질 수가 있기 때문에 마음빼기가 명상이 필요하다고 생각한다.

♥ 생활 속에서 마음빼기를 실천할 수 있는 방법을 적어봅시다.

가끔 지만 힘들때는 원래 하려고 했던일도 멈추고 그냥 컴퓨터하고 하지 않고 학 나를 내려놓는 노력으로 가만히 그냥 혼자는 시간을

# 1학기 소감문

## 마음빼기 명상 소감-1학기

( 1 )학년 ( □ )반 ( □ )번 이름 : □

♥ 나에게 명상이란 ( 정리 정돈 ) 이다.

왜냐하면 ( 명상이란 마음의 청소를 하는 것 )이기 때문이다.

♥ 마음빼기 명상 전 후의 상태를 그림과 글로 표현해 봅시다.

(전)

마음 공간 부족
마음 공간을 확보할 수 있는지 확인하려면 여기를 클릭하십시오.
20 MB

(후)

마음 공간 및 정리

마음 공간
500GB 중 348GB 사용 가능

♥ 생활 속에서 마음빼기를 실천해야 하는 이유는?

너무 많은 생각을 가지고 살면 좋지 못한 길로 가는 선택을 할 수 있고 억으로 시야가 좁아져 주변을 둘러보기 힘들다. 또한 필요치 않은 걱정을 하며 크게 힘들지 않아도 되는 상황에서도 불필요한 마음 고생을 하게 되어 자칫 마음의 병에 걸릴지도 모른다.

♥ 생활 속에서 마음빼기를 실천할 수 있는 방법을 적어봅시다.

잠들기 전 내게에 고개를 눕힌 채 편한 상태로 그날 그날 있었던 일을 떠올리며 마음빼기를 한다.

버스나 지하철 등에서 잠시 휴대폰은 손에서 떼고 생각을 정리한다.

# 점심시간에 명상하는 동아리-서초고

## 동아리 소감문

저는 처음 coexist 명상동아리를 시작할 때는 크게 기대를 하지 않았습니다. 단순히 제 친구들이 다 하기에 저도 아무 생각 없이 따라 들어갔던 것이었습니다. 그러나 명상 활동을 하면서 점점 변화되어 가는 제 자신을 발견하게 되었고, 제 내면을 다스리고 조절하는 법을 배우게 되었습니다. 고등학교 생활을 하면서 달라진 주변환경으로부터 받은 스트레스를 스스로 해소하는 방법도 터득하게 되었습니다. 별 도움이 되지 않을 것이라고 생각했던 제 예상과 달리 명상이 제 삶을 변화시키는데 큰 작용을 했던 것 같습니다. 사실 이 **학교에 처음 들어오고 나서 삶에 회의감과 무력감이 너무 많이 들었고, 제 자신이 싫었던 적도 많아서 스스로 자책했던 적도 많았습니다. 그런데 이 명상을 통해 제 자신을 되돌아 볼 수 있는 시간을 가질 수 있어서 너무 좋았고 평소에도 마음 빼기를 하면서 생각을 정리할 수 있어서 많은 도움이 되었던 것 같습니다.**

## 동아리 소감문

초반에 친구들이 명상 동아리 활동을 한다기에 '무슨 명상을 한다는 거지?'하며 진부하고 지루한 동아리를 들고 있는 것이 아닌가 하는 생각을 갖고 있었습니다. 그런데 빠지지 않고 꾸준히 명상을 하러 가는 친구들을 보고 명상동아리가 궁금해져 친구들을 따라 들어온 것이 제 인생의 전환점이 된 순간이었습니다.

**명상을 하는 모든 순간이 인상 깊었습니다. 명상을 하면서 갖고 있던 무거운 마음을 하나 버리고, 둘 버리고, 셋 버리고...**
**그렇게 나를 되돌아보며 더 이상 과거에 머물러 그 때를 후회하던 내가 아닌 긍정적이고 밝은 내가 되어 있었습니다. 또한 힘든 일이 있을 때마다 나는 컨트롤할 수 있는 효과적인 방법을 배운 것 같아 너무나 뜻 깊은 활동이었습니다.**

## 마음으로 교감하다

## 감사합니다

후원해 주셔서 감사합니다.

세브란스치과
SEVERANCE DENTAL CLINIC

세브란스치과
충북 청주시 상당구 용담로 7
박준규 heayoons@naver.com 043-256-2828

에스메디센터

에스메디센터내과외과의원
서울시 성북구 오패산로 99
서형민 smedi6925@nate.com 02-6925-0700

Yonsei FIRST Plastic Surgery Clinic
연세퍼스트성형외과

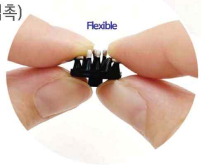
연세퍼스트성형외과
서울시 강남구 논현로 837
박일 ysfirst1@hanmail.net 02-516-0013

# QCap-32

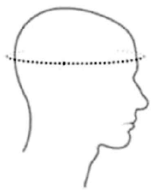
*Flexible Ag-Agcl dry electrodes Cap*

## Flexible Ag-Agcl dry electrodes Cap

-캡 착용시 전극 두피 압박 통증 최소화
-젤 없이 사용하는 건식 전극으로 간편하고 쾌적한 검사 환경
-캡 착용후, 건식전극 두피 접촉, 1분 이내 검사 시작
-부분 전극 접촉 불량 개선 압착망
(다양한 머리 모양, 머리숱 많은 경우에도 양질 전극 접촉)
-최대 32채널. 8ch/16ch/24ch/32ch 선택 가능
(채널 확장 가능. 채널 위치 임의 선택 가능)
-QEEG-64FX / QEEG-32FX 전용 연결




## QCap-32 스펙

| | |
|---|---|
| 크기 |  S : 50 - 54cm<br>M : 54 - 58cm |
| 무게 | 채널별 상이 |
| Montage | 10-20 system<br>32 channels |
| Color | Only Black |

## QCap-32 사용 예시

QEEG-64FX에 아래와 같이 연결하여 사용합니다.

(주)뉴로메디
neuroMedi
http://www.neuromedi.com
대전광역시 유성구 테크노2로 106 락싸 3층(관평동 691) Tel : 042-342-8617

# 전인교육학회 임 · 위원 명단

## ■ 회장

이덕주(KAIST 명예교수)

## ■ 부회장

이인수(한국교통대학교 교수), 신덕일(생기한의원 원장)

## ■ 집행위원회

- 학술위원회

위원장(이사) 김미한(경일대학교 교수)
부위원장(이사) 박경숙(부산대학교 강사)

- 편집위원회

위원장(이사) 유양경(군산대학교 교수)
부위원장(이사) 조영란(오산대학교 교수)
위원 손영학(카이스트 인류세연구센터 연구원)

- 교육위원회

위원장(이사) 신나민(동국대학교 교수)
부위원장(이사) 조윤정(경기도교육연구원 연구위원)
위원 신하나(구미 동계동부초등학교 교사)

- 연구위원회

위원장(이사) 최은희(을지대학교 교수)
부위원장(이사) 전민영(성신여자대학교 교수)
위원 김혜영(우송대학교 교수)

- 홍보위원회

위원장(이사) 김진옥(전인교육신문 편집장)
위원 백홍채(KIST 뇌공학전공 박사과정)

- 재무위원회

위원장(이사) 이상률(부산대학교 교수)

- 사업위원회

**위원장(이사)** 목경수(전인교육센터 부원장, 전 LG화학 전무)

- 기획위원회

**위원장(이사)** 김재환(목포중앙병원 정신건강의학과 과장)

- 국제위원회

**위원장(이사)** Boas Yu(Fairleigh Dickinson University, Professor)
**위원** Lauren Houtz(Holy Name Medical Center, Registered Nurse)
Darragh Sheehan (Licensed Master of Social Work)
Neal Clark (Hospital for Special Surgery NY, Laboratory supervisor)

- 총무위원회

**위원장(이사)** 윤미라(중앙대학교 교수)
**위원(간사)** 김미경(서울문화예술대학 강사), 조윤형(아이신AW)

## ■ 분과위원회

- 교원교육위원회

**위원장(이사)** 박채화(삼각산고등학교 교사)
**위원** 최명진(전 불암고등학교 교사), 이향숙(전 와부초등학교 교사), 권리라(전 보은중학교 교사)

- 청소년교육위원회

**위원장(이사)** 김무신(부산중앙고등학교 교사)
**부위원장(이사)** 하미진(반송중학교 교사)
**위원** 심숙희(사천중학교 상담교사), 서정남(전 대구과학고등학교 교사)

- 대학교육위원회

**위원장(이사)** 박이순(강원대학교 교수)
**위원** 이우열(한국폴리텍대학 교수)

- 기업교육위원회

**위원장(이사)** 이경재(전인교육센터 원장)

- 사회교육위원회

**위원장(이사)** 유진우(팜씨어터 예술감독, 전 자끄르꼭 국제연극학교 책임교수)

- 보건의료위원회

위원장(이사) 이지원(대정요양병원 원장)

위원 김경아(대정요양병원 과장), 정희명(온누리약국 약사),
조혜영(대정요양병원 약사), 허유정(대정요양병원 간호사)

## ■ 지역학회

- 서울강남동부지역 학회장 장인숙(전 무학여고 교사) 부학회장 심현경(청소년명상지도사)
- 서울강남서부지역 학회장 한미경(전 동해대학교 교수) 부학회장 김연옥(청소년명상지도사)
- 서울강북지역 부학회장 임승은(청소년명상지도사)
- 강원지역 학회장 이경신(청소년 명상지도사)
- 인천지역 학회장 강윤숙(영종중학교 교사)
- 경기북부지역 학회장 정연희(대곡중학교 교감)
- 경기남동부지역 학회장 조범희(전 홍덕중학교 교장) 부학회장 하태영(청소년명상지도사)
- 대전지역 학회장 정지원(닥터스미 성형외과 원장) 부학회장 윤미선(복수초등학교 교사)
- 충남지역 학회장 서정욱(서정욱 치과의원 원장) 부학회장 이경선(청소년명상지도사)
- 충북지역 학회장 신미선(청주 서원 중학교교사) 부학회장 정미경(청소년명상지도사)
- 대구지역 학회장 이미경(대구서부보건소 주무관) 부학회장 김진영(청소년명상지도사)
- 경북지역 학회장 이미경(대구서부보건소 주무관) 부학회장 박영숙(청소년명상지도사)
- 부산지역 학회장 손휘복(전 예원초등학교 교사)
- 울산지역 학회장 박경숙(부산대학교 강사) 부학회장 박주연(청소년명상지도사)
- 창원지역 학회장 정순열(청소년명상지도사) 부학회장 신재호(청소년명상지도사)
- 진주지역 학회장 김미남(청소년명상지도사 부학회장 김갑정(청소년명상지도사)
- 전북지역 학회장 손순아(진안중학교 교사) 부학회장 박정민(어양중학교 교사)
- 전남/제주지역 학회장 엄석만(구례북부초등학교 교사) 부학회장 정윤미(청소년명상지도사)

## ■ 인성교육지원단

- 단장 정기언(전 교육부 차관보, 전 동신대 총장)
- 기획홍보팀장 정환철(청소년명상지도사)
- 자유학년제지원팀장 최설하(전 경기도교육청 중등교사)
- 프로그램개발팀장 이오남(구항초등학교 교사)
- 기획홍보부팀장 한서은(망포중학교 교사)

## ■ 자문위원회

이종범(고려대학교 명예교수, 전 한국행정학회장)

강희돈(전 한국대학교육협의회 연구위원)

박일대(마음수련 메인센터 책임강사)

## ■ 감사

윤진일(법무법인 낮은 변호사/공인회계사), 양성보(공인회계사)

2019.11.19. 발간
사단법인 전인교육학회

[34141]대전광역시 유성구 대학로 291
한국과학기술원[KAIST] 기계공학동 3305호
042-350-3716
djlee@kaist.edu