



2019-2

# 학습멘토링 프로그램

1주차 교육



# 1주차 교육 목차

1. 성공적인 대학생들이란?

2. 대학생들의 특성

3. 멘토링의 개념

4. 멘토링의 활동분야

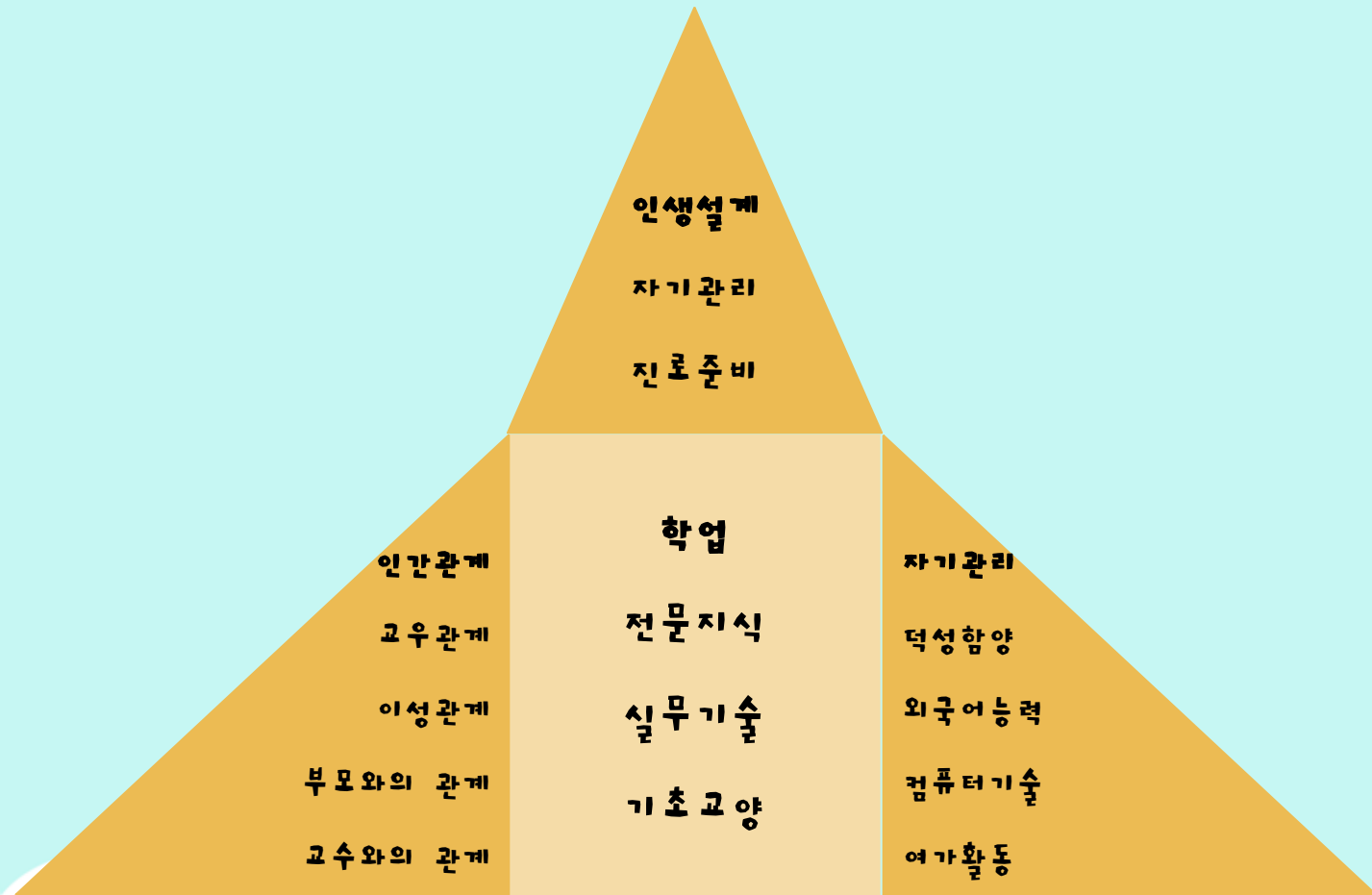
5. 멘토링의 효과

6. 멘토와 멘티의 역할 및 관계

7. 멘토의 자세



# 1. 성공적인 대학생활이란?



대학생활 4대 과제의 구조



## 2. 대학생들의 특성

시간의 자유

공간의 자유

일정한 대인관계 부재

학교생활 관리자 부재



### 3. 멘토링이란?

#### 목 적

- 경험과 지식을 가진 사람이 도움을 필요로 하는 대상자(멘티)를 꾸준히 지도하거나 조언하면서 그 대상자의 실력과 잠재력을 향상시키는 것

#### 정 의

- 멘토(mentor): 조력자(도움자) 역할을 하는 사람
- 멘티(mentee): 조력(도움)을 받는 사람



## 4. 멘토링의 주요 활동 분야는?

### 학 습

- 대학생 멘토링에서 가장 핵심적인 부분
- 멘티 스스로 학업에 대한 의욕과 목표를 가질 수 있도록 도움.

### 진 로

- 멘티 스스로 자신의 적성을 탐색하고 진로 목표를 설정하여 실천할 수 있도록 도움.

### 대 인 관 계

- 타인과의 관계에서 지켜야 할 배려와 예의, 책임 있는 행동 등 인성과 관련된 부분들 다룸



## 5. 멘토링 효과(멘티)

(1) 학교 출석, 과제물 제출율 증가

(2) 학업 성취 및 학교 적응에 도움

(3) 대인관계 기술 향상

(4) 자존감 또는 자기효능감 향상

(5) 미래 및 진로에 대한 목표설정



## 5. 멘토링 효과(멘토)

(1) 리더십과 관계 능력이 향상

(2) 이타성 증가

(3) 자신에 대한 긍지나 사회적인 책임감 향상

(4) 타인에 대한 공감능력 향상

(5) 목표의식 향상





## 6. 멘토와 멘티의 역할은?



가르치는 교사

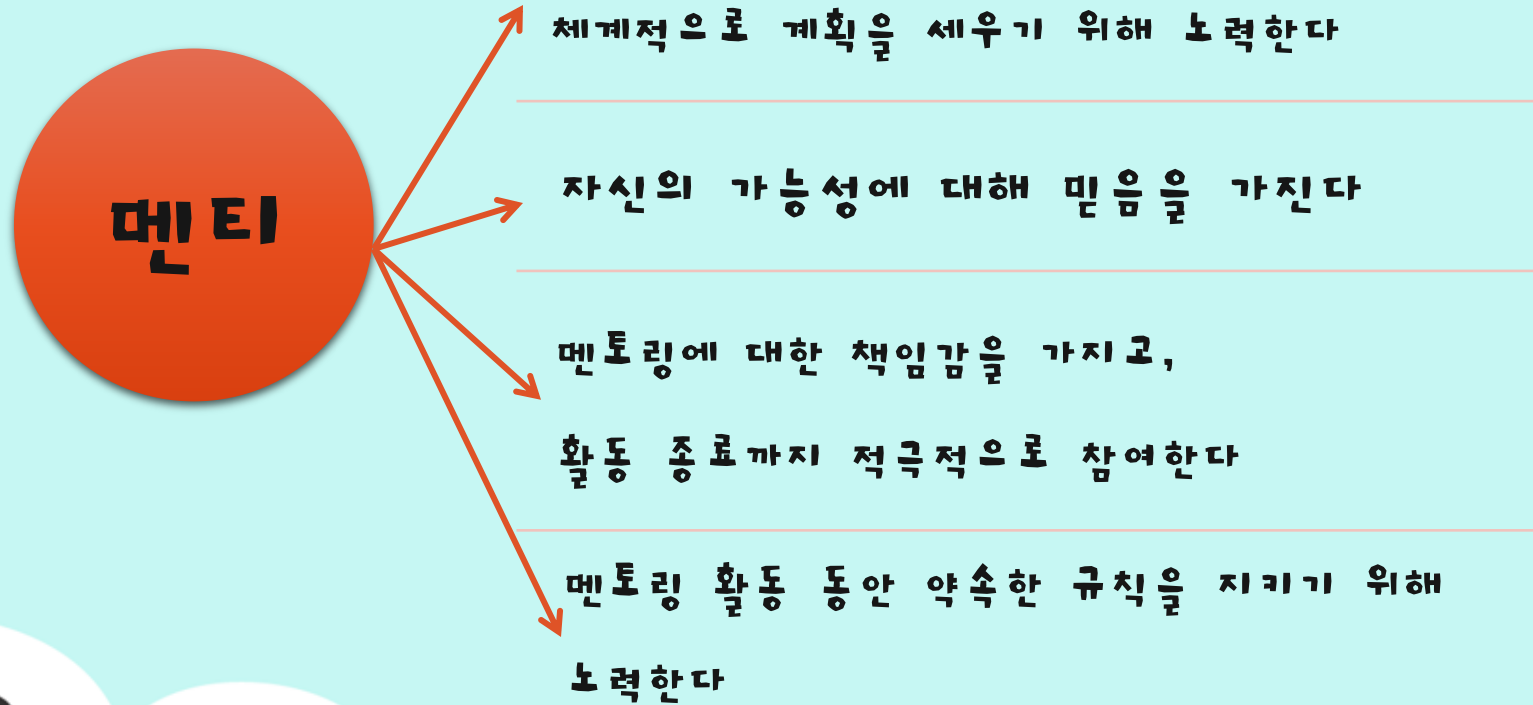
들어주는 상담자

같이 뛰어주는 코치

지지해주는 후원자

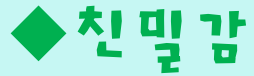


## 6. 멘토와 멘티의 역할은?



## 6. 멘토와 멘티의 관계는?

■ 상호작용에서의 **라포형성(Rapport)**: 신뢰와 친밀감으로 이루어진 인간관계



### 친밀감

“자연스럽고 편한 사람,  
잘 보이려고 애쓸 필요도 없고  
화제가 없어도 긴장할 필요가 없으며, 같이 있으면 그냥 좋은 그런 사람.  
내가 무슨 이야기를 해도 흥미 있어 하고  
의지를 해도 편하고 그런 나를 의존적이라고 비난하지도 않는다.  
간혹 내 부탁을 거절해도 섭섭해지지 않는 사람.  
그 사람에게선 잘못을 지적받아도 비난받았다는 느낌이 들지 않는다. 오히려 그런 관심이 고맙다.  
피치 못할 사정으로 거리상 떨어져 있어도 그립긴 하지만 버림 받았다는 느낌이 들지 않는다.  
각자의 자리에서 열심히 일하고 나는 나대로 내 인생을 효율적으로 산다.  
서로 소유하려 하거나 간섭하려 들지 않는다.  
서로를 믿고 그 인간됨을 신뢰하기 때문이다.  
그 사람을 생각하면 기분이 좋아지고 잠도 깊이 든다”  
- 이무석(2007)의 ‘나를 행복하게 하는 친밀함’을 토대로 재구성

■ 시간을 함께 보낸다.

■ 사람들은 자기 말을 잘 들어주는 사람에게 친밀감을 느낀다.



## 6. 멘토와 멘티의 관계는?

### ✓ 신뢰: 굳게 믿고 의지함

- 상대방에 대한 긍정적 기대
- 위험을 감수할 용의
- 상호의존성

### ✓ 신뢰형성에 영향을 미치는 평가

- 멘토가 얼마나 멘티에게 호의적 태도를 지니고 있는가?
- 성실성(멘토가 얼마나 일관성있게 행동하며, 공정하고 책임감 있는 사람인가?)
- 유능성(멘토가 특정한 영역에서 영향력을 미칠 수 있는 역량과 전문적 기술이 있는가?)



## 7. 멘토의 자세!

**긍정적 관심:** 장점을 알아주고 칭찬

**경청능력:** 관심을 가지고 주의깊게 들어주기

**공감능력:** 경험과 감정을 있는 그대로 이해하고 반영

**이해심:** 상황, 형편을 잘 헤아려 주는 것

**돕고자 하는 의지**

**진정성:** 솔직하게 표현

**긍정적 삶의 태도:** 삶의 전반적인 것에 대한 만족감을 느낌



## 7. 멘토의 자세! (나는 어떤 멘토가 될 까?)

- ✓ 후배의 성적관리를 적극적으로 도와주는 멘토가 되고 싶다.
- ✓ 내가 직접 경험한 학교생활에 대한 정보를 공유해주는 멘토가 되고 싶다.

✓ 나<sub>는</sub>

멘토가 되고 싶다.



## 멘토링 운영 TIP

Q1. 멘티에게 선배라고 하는 것이 좋을까요?

형, 누나, 오빠, 언니처럼 대하는 것이 좋을까요?

Q2. 멘티가 임의로 친구를 데려와요. 어떡해요?

Q3. 멘티가 연락도 없이 결석이 잦아요. 꾸준히 참석하도록 하려면 어떡해야 할까요?

A3.(1) 결석 예방방법

- 멘토링 목적에 대한 재교육  
및 규칙 재설명

- 가급적 멘토링 시간  
변경하지 않기

- 멘티가 잊지 않게 미리  
문자 공지

(2) 무단결석이 발생한 경우

- 멘티에게 따로 전화하여  
사정을 파악

\*지속적 무단결석은  
담당자에게 전화!



## 멘토링 운영 TIP

Q4. 멘티가 다른 일 때문에 멘토링 시간에 올 수 없다고 해요.

Q5. 멘티가 갑자기 멘토링을 그만둔대요.

Q6. 멘티에게 잘 해주고 싶은데 화가 나요.

A4. 정해진 횟수 이상 결석할 경우 계획한 목표가

A5. 멘토 스스로 마음을  
다잡고 멘티와 멘토링을

A6. 화가 날때 '타임 아웃'  
화가 치밀 때 "잠깐" 이라고  
외친 후 심호흡을 크게 한  
두번 하고 난 후 자리를  
벗어나 마음 다스리기.  
그 후 자리에 돌아와 다시  
이야기 하기.  
멘티와 솔직하게 자신의 감정  
나누기.





# ★1회기 멘토링 활동 안내

✓ 자기소개하기

✓ 멘토와 멘티가 서로 라포형성 하기

✓ 대학생활적응 설문지 실시 하기

✓ 학습멘토링 프로그램에 대한 설명 해주기

✓ 멘토링 활동 시간과 요일 협의하기

✓ 멘토링 활동에서 함께 할 약속 정하기



시작이 반이다!

17기 학습멘토들 파이팅 ♥

감사합니다 ^^

