



KPA 2201

한국심리학회 공인인증

META 학습종합검사 전문해석 보고서

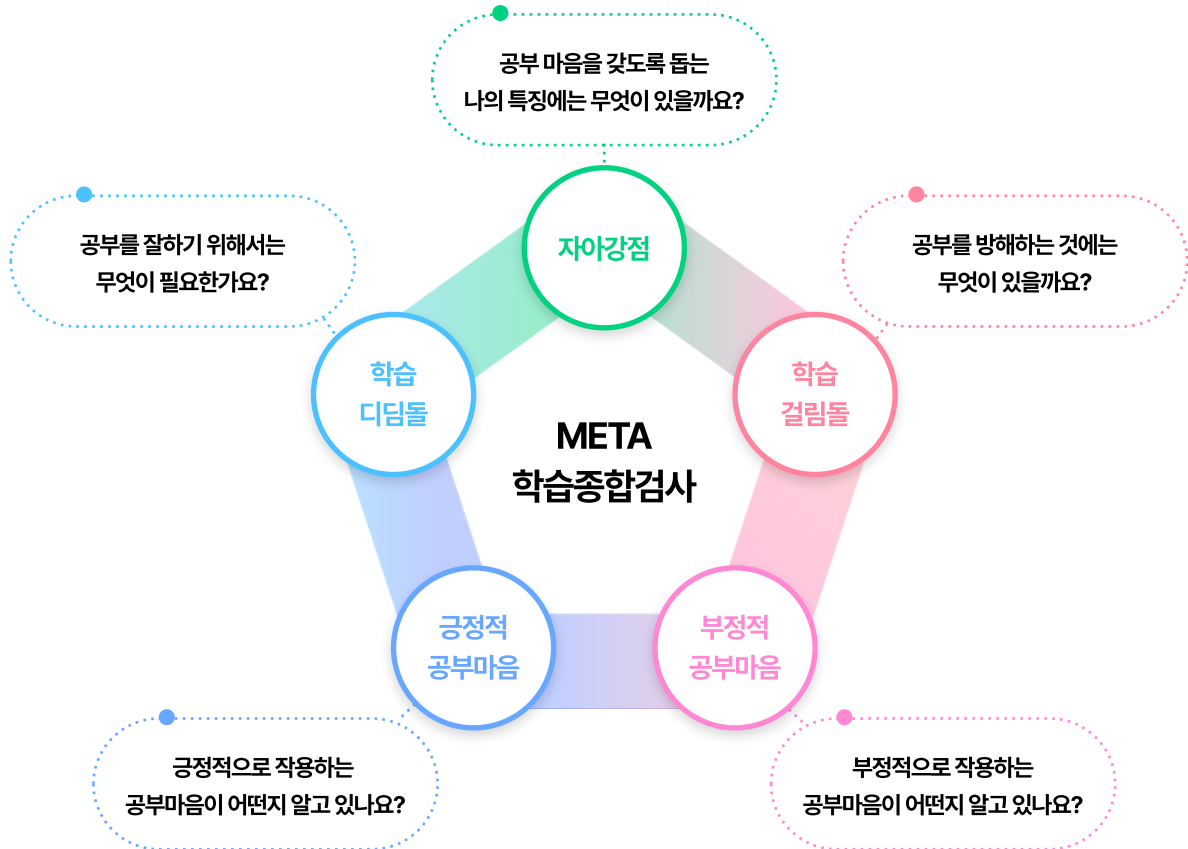
이름	
검사일	
학교	
학년 반	
번호	



전문해석 보고서 소개

1 검사 소개

META 학습종합검사는 한국심리학회 공인 인증을 받아 신뢰도와 타당도가 검증된 진단도구로서 자아강점, 학습 디딤돌, 학습 걸림돌, 긍정적·부정적 공부마음을 측정하여 산출된 결과를 토대로 상세한 해석과 함께 보완이 필요한 요인에 대한 개발 방법을 제시하고 있습니다.



자아강점

긍정적 자아 대인관계능력

자신의 가치와 능력에 대한 긍정적인 인식과 대인관계능력을 파악할 수 있습니다.



학습 디딤돌

메타인지 학습기술 지지적 관계

학습에 도움이 되는 메타인지, 학습기술, 학습 지지적 관계를 확인할 수 있습니다.



긍정적 공부마음

학업열의 성장력

공부하고 싶은 마음, 심리적 욕구를 알아볼 수 있습니다.



학습 걸림돌

학업스트레스 학업관계 스트레스 학습 방해물

공부하고 싶은 마음을 어렵게 하는 스트레스와 집중에 방해되는 원인을 찾을 수 있습니다.



부정적 공부마음

학업소진

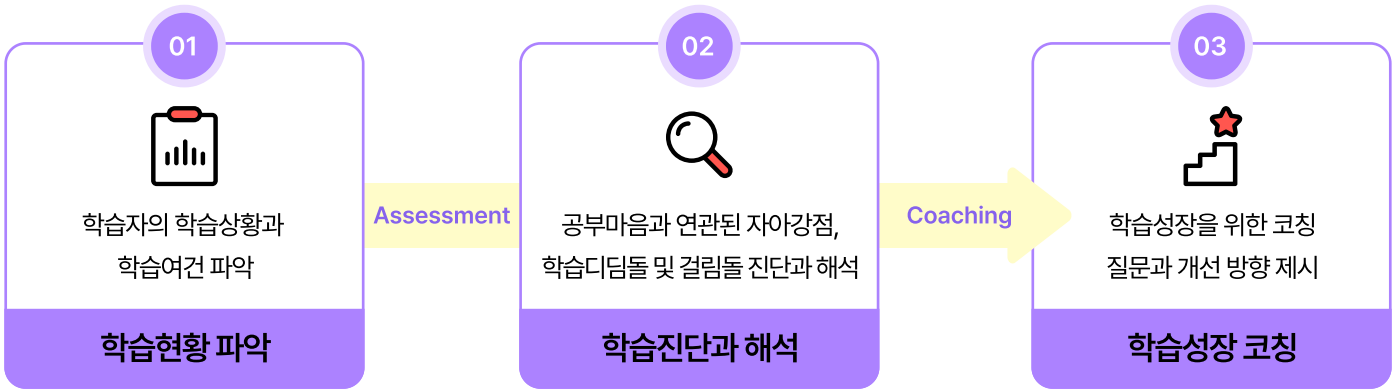
공부하기 싫은 마음, 심리적으로 불편한 부분에 대해 알아볼 수 있습니다.



전문해석 보고서 소개

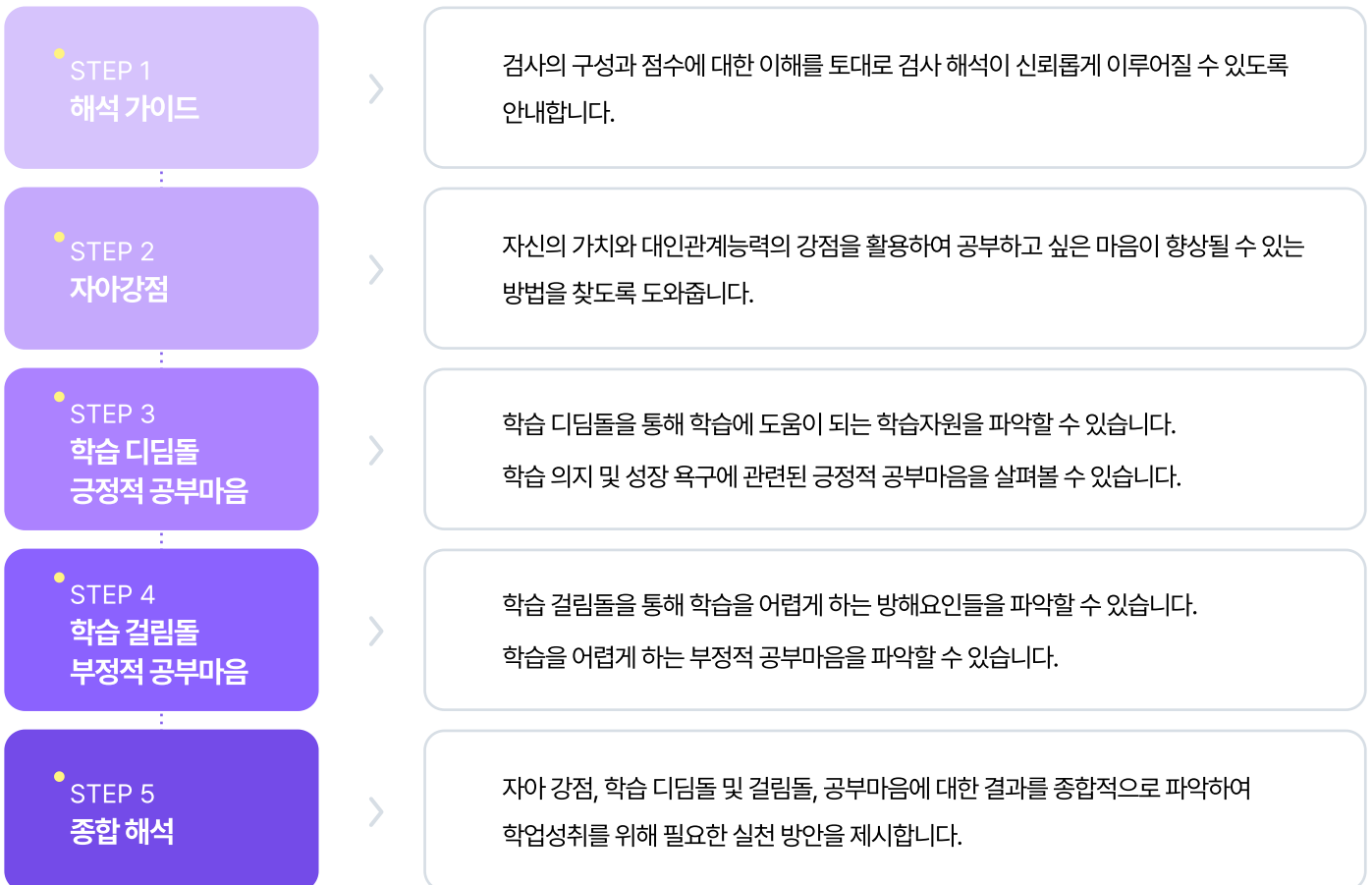
2 해석 체계

META 학습종합검사 전문해석 보고서는 심리검사 기반 학습코칭 (Assessment Based Coaching)이 이루어질 수 있도록 ① 학습현황 파악 ② 학습진단과 해석 ③ 학습코칭의 3개 요소로 구성되어 있습니다.



3 해석 단계

본 해석 보고서는 총 5개의 STEP을 통해 심리검사 해석이 이루어질 수 있도록 구성되어 있습니다. 각 단계에서는 학업성취에 영향을 미치는 긍정적·부정적 요인들을 종합적으로 해석하여 학업에 적용할 수 있도록 안내하고 있습니다.



I 해석 가이드

■ 신뢰도

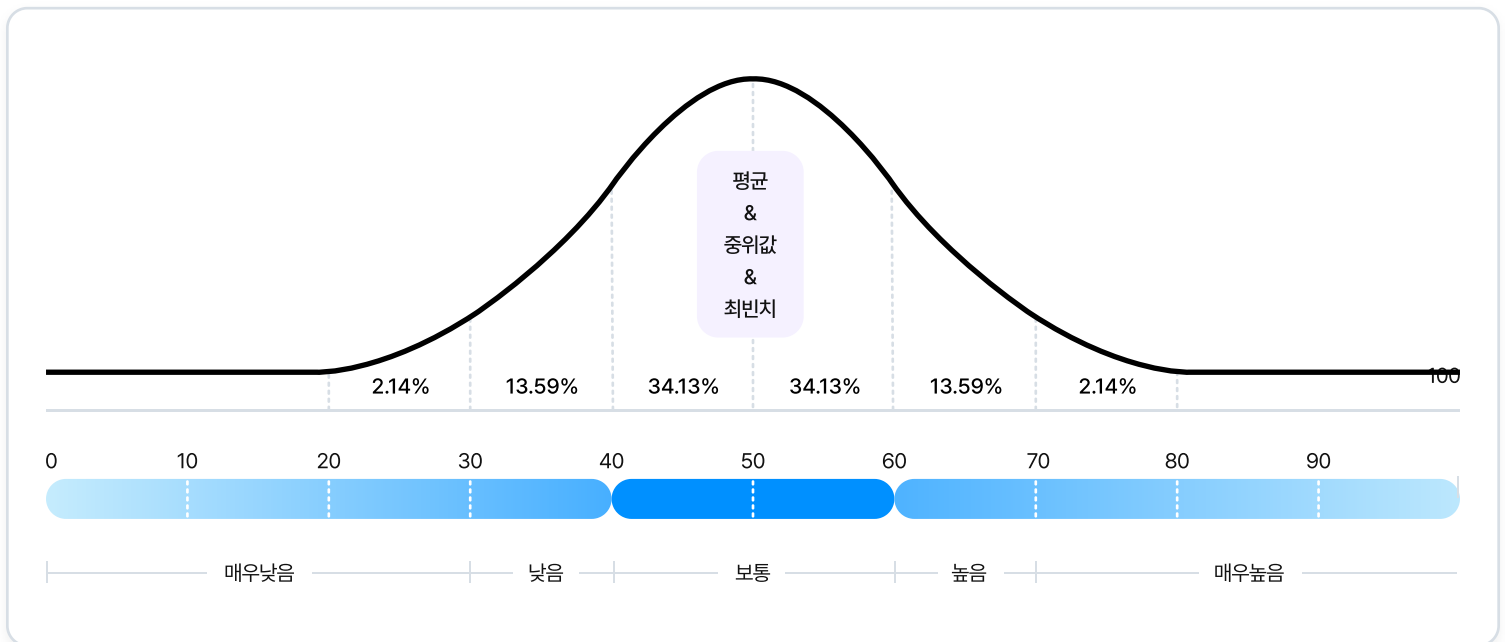
검사를 해석하기 전에 참고할 신뢰도 지표입니다. 아래 나온 2가지는 검사문항에 올바르게 적절하게 반응하였는지에 관한 정보를 제공해주는 신뢰도 지수입니다. 만약 결과가 주의라면, 검사의 신뢰성을 다시 확인하는 것이 좋습니다.

구분	결과	정의
사회적 바람직성		타인에게 의도적으로 잘 보이려고 하는 정도를 의미합니다.
반응 일관성		유사한 문항에 동일하게 응답하는 정도를 의미합니다.
연속동일반응		문항의 제시된 순서를 기준으로 연속해서 동일한 반응을 한 경우를 의미합니다.

■ 측정 점수의 이해

• 진단검사 결과는 T점수와 백분위로 제공됩니다.

- 1) T점수: 평균이 50, 표준편차가 10인 점수로 전체 평균에서 어느 정도 높고 낮은지를 상대적으로 비교할 수 있습니다.
- 2) 백분위: 전체를 100으로 볼 때, 한 개인의 점수가 아래부터 몇 번째에 해당하는지를 나타내는 수치입니다.
(예: 백분위 80은 본인보다 점수 낮은 학생이 79명, 높은 학생이 20명 있다는 것을 의미합니다.)



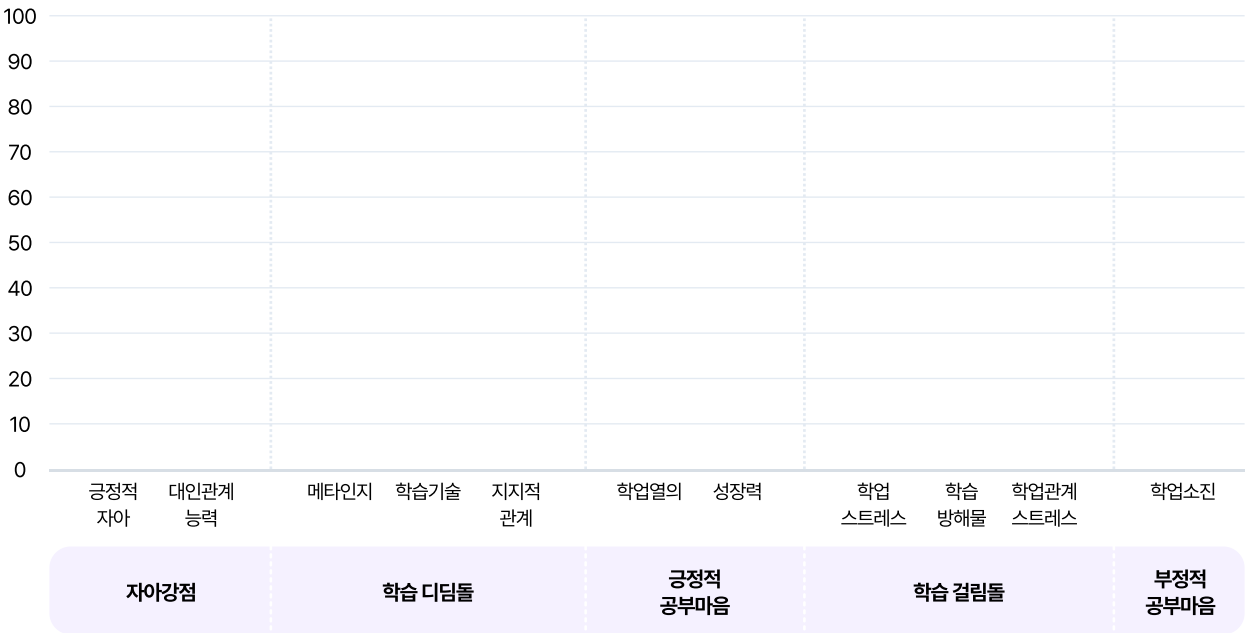
■ 검사 해석 시 유의사항

- 본 검사의 목적은 개인이 자신을 더 잘 이해하고 파악하여 더 나은 방향으로 나아갈 수 있도록 돕는 것입니다.
- 결과는 측정 당시의 자신의 모습을 반영합니다. 검사 시기에 따라 각 내용의 점수는 변동할 수 있습니다.
- 본 검사는 자신의 전체를 완벽하게 설명해주는 것이 아니라, 일부를 설명해 주는 것입니다. 따라서 이번 결과가 나 자신의 전부를 설명해주는 것이 아니므로, 결과는 언제든지 바뀔 수 있다는 점을 명심하고 보고서를 살펴보시길 바랍니다.

I 해석 가이드

■ 종합결과

아래 그래프는 님의 자아강점, 학습 디딤돌, 학습 걸림돌, 공부마음 수준을 설명하고 있습니다. 각각의 하위 내용을 확인하면서 부족한 점은 개발하고, 보통 이상의 영역에 있는 부분은 더욱 강화한다면 학습 능력을 향상시킬 수 있습니다.

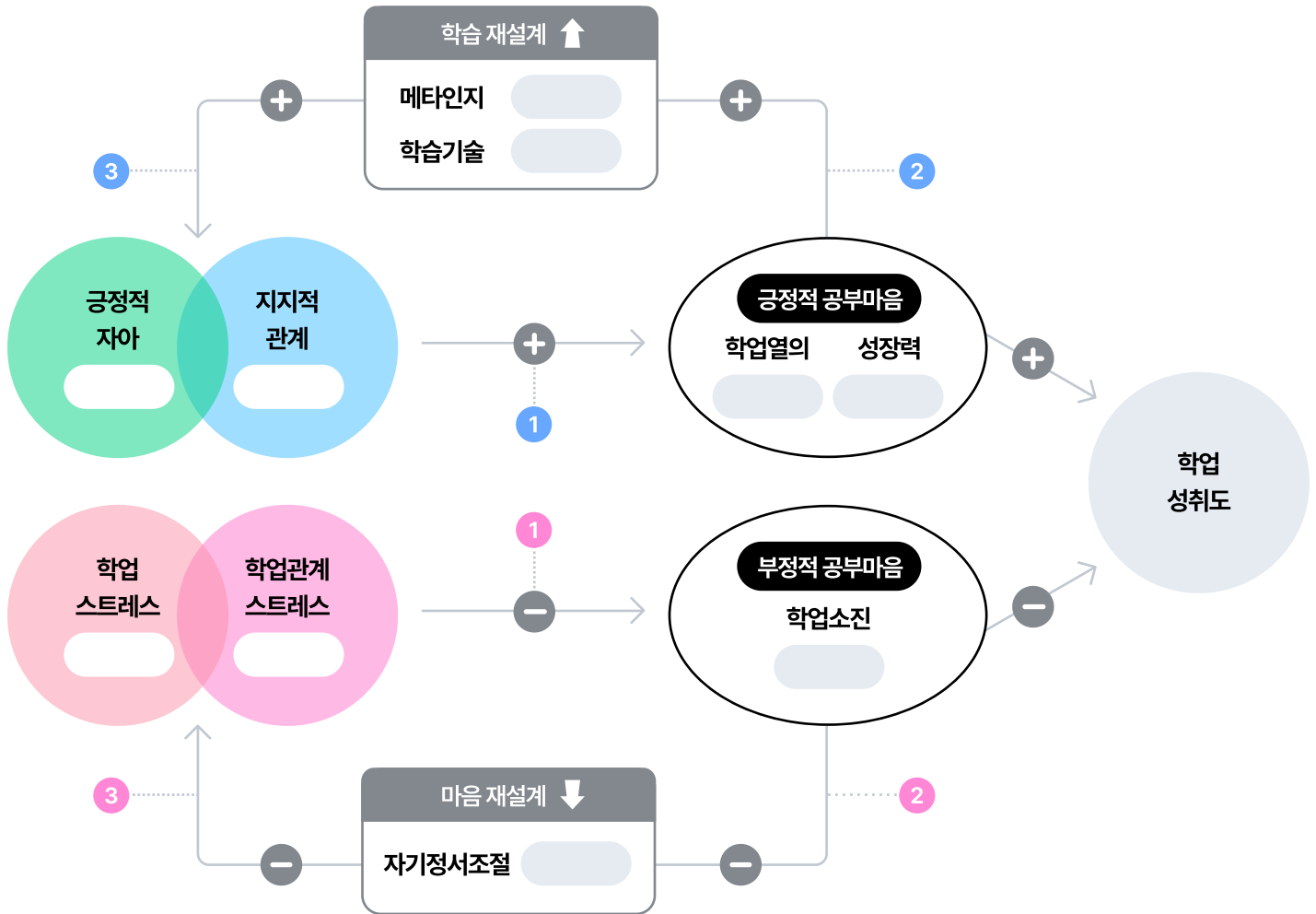


자아강점	<div>· 긍정적 자아</div> <div>· 대인관계능력</div>	자신의 가치와 능력을 인정하고, 성장성을 믿는 정도를 의미합니다. 나와 타인의 정서를 인식하고 공감하는 능력을 나타냅니다.
학습 디딤돌	<div>· 메타인지</div> <div>· 학습기술</div> <div>· 지지적 관계</div>	무엇을 알고, 모르는지를 정확히 파악하고 있는 정도를 나타냅니다. 효과적으로 학습할 수 있는 학습전략과 기술을 나타냅니다. 학습자를 격려하고 응원하는 관계적인 자원을 의미합니다.
긍정적 공부마음	<div>· 학업열의</div> <div>· 성장력</div>	공부하는 의미를 알고, 학습에 몰두하는 정도를 의미합니다. 학업성취에 영향을 미치는 내재적 동기 수준을 나타냅니다.
학습 걸림돌	<div>· 학업스트레스</div> <div>· 학업관계 스트레스</div> <div>· 학습 방해물</div>	학업에 대한 부담으로 인해 나타나는 심리적 어려움을 의미합니다. 주변사람들로부터 받는 학업부담과 성적압력의 정도를 나타냅니다. 스마트폰, 게임 이용으로 학습에 방해가 되는 정도를 나타냅니다.
부정적 공부마음	<div>· 학업소진</div>	심리적으로 지쳐서 공부를 지속하기 어려운 상태를 의미합니다.

I 해석 가이드

■ 종합결과

아래 그림은 _____ 님의 학업 성취도를 예측하는 데 사용되는 자아강점, 학습 디딤돌, 학습 걸림돌, 공부마음의 각 요인들의 수준을 확인할 수 있습니다. 각 하위 요인의 관계를 이해하여 긍정적 공부마음은 높이고, 부정적 공부마음을 낮출 수 있다면 학업성취도가 향상될 수 있을 것입니다.



긍정적 자아 & 지지적 관계 → 긍정적 공부마음

- 1 긍정적 자아와 지지적 관계가 높으면 긍정적 공부마음이 향상됩니다.
- 2 긍정적 공부마음이 높아지면 학업열의를 가지고 메타인지와 학습기술이 향상될 가능성이 높습니다.
- 3 높은 메타인지와 학습기술은 공부의 자신감을 키우고 긍정적인 자아를 형성하는데 큰 도움을 줍니다.

학업스트레스 & 학업관계 스트레스 → 부정적 공부마음

- 1 학업스트레스와 학업관계 스트레스가 높을수록 부정적 공부마음인 학업소진을 느낄 가능성이 높아집니다.
- 2 부정적 공부마음이 높으면 자기정서조절이 약해지고 정서적 어려움이 생길 수 있습니다.
- 3 자기정서조절이 낮으면 공부를 미루기 쉽고, 이는 학업스트레스 증가로 이어질 수 있습니다.

I 해석 가이드

■ 학습현황 점검

님의 학습현황 점검

① 나의 학습현황을 살펴보고, 해석 결과를 읽는다면 보완이 필요한 부분을 더욱 잘 파악할 수 있습니다.

■ 나의 학업 성취도



■ 나의 성적 만족도



■ 내가 생각하는 학습 이유

	학습 이유	1순위
1	공부에 흥미를 느껴서	
2	나의 미래를 위해서	
3	대학을 가기 위해서	
4	주변 사람들(부모님, 선생님)의 기대 때문에	
5	솔직히 왜 하는지 모르겠다.	

■ 나의 1일 평균 학습 시간



■ 나의 학습 고민 상담사

학업 성취도는 학습한 내용을 이해하고 습득한 정도를 나타내는 학업 성적입니다. 학업 성취도가 낮을 경우, 공부에 대한 마음, 심리적으로 불편한 부분이 없는지 확인하는 것이 도움이 됩니다.

살펴보기 ▶ 학업열의

살펴보기 ▶ 학업소진

성적 만족도는 본인의 학업 성적에 대한 만족도를 나타냅니다. 성적 만족도가 낮을 경우, 성적과 공부 그리고 실패에 대한 부담감이 어느 정도인지 먼저 확인하는 것이 도움이 됩니다.

살펴보기 ▶ 학업스트레스

학습 동기는 학습 과정에서의 관심과 노력을 주요 원동력으로, 학업 성취에 큰 영향을 미칩니다. 학습 동기를 향상시키기 위해서는 공부하는 의미와 목적을 이해하며, 학습에 투여할 수 있는 에너지를 지속적으로 유지하는 것이 중요합니다.

살펴보기 ▶ 학업열의와 성장력

공부 시간을 효과적으로 계획하고 조절하는 능력은 학생들이 적절한 학습 계획과 시간 관리 습관을 갖게 되어 학습 능력을 향상시킬 수 있습니다.

살펴보기 ▶ 학습기술 "시간관리"

학습 어려움을 극복하기 위해 적절한 시기에 도움을 요청하고 협력을 통해 어려움을 극복하는 과정은 학습 능력을 향상시키는데 필요한 첫 번째 단계입니다.

살펴보기 ▶ 지지적 관계

II 자아강점



긍정적 자아

긍정적 자아는 스스로를 가치롭게 여기고, 성장하고 싶은 마음의 상태를 측정합니다.

- 스스로를 긍정적으로 생각하는 마음이 높을수록 학업열의가 향상될 수 있습니다.
- 스스로의 능력을 믿고, 성장할 수 있다는 마음을 가질수록 학업에 몰두할 수 있습니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음		보통		높음		매우 높음	
		10	20	30	40	50	60	70	80	90	
긍정적 자아											
자아존중감											
자기효능감											
성장마인드셋											

자아존중감	자신의 능력과 가치에 대한 전반적인 평가와 태도
자기효능감	자신이 어떤 일을 성공적으로 수행할 수 있는 능력이 있다고 믿는 기대와 신념
성장마인드셋	지능이나 능력이 노력을 통해 변화하고 성장할 수 있다고 생각하는 정도

II 자아강점



대인관계능력

대인관계능력은 나와 타인의 정서를 인식하고 공감하는 정도를 측정합니다.

- 나의 정서를 인식하고 조절하는 능력은 공부하면서 나타나는 감정을 잘 다스릴 수 있게 합니다.
- 타인의 정서를 인식하고 공감하는 능력은 협동학습에서 좋은 성과를 갖도록 도와줍니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음		보통		높음		매우 높음	
		10	20	30	40	50	60	70	80	90	
대인관계능력											
자기정서인식											
자기정서조절											
타인정서인식											
타인공감능력											

자기정서인식

나의 정서적 상태를 알아차릴 수 있는 정도

자기정서조절

자신의 감정을 상황에 맞게 조절하고 대처할 수 있는 정도

타인정서인식

상대방의 기분이나 처한 상황에서 느끼는 감정을 이해할 수 있는 정도

타인공감능력

상대방의 감정, 의견, 주장 등에 대하여 자신도 동일하게 느끼는 정도

III 학습 디딤돌



메타인지

메타인지는 내가 무엇을 알고, 모르는지를 명확히 파악하고 있는지를 측정합니다.

- 메타인지가 높을 경우 모르는 부분을 잘 알기 위한 학습전략을 세우는데 효과적입니다.
- 메타인지가 낮은 경우 학습 과정을 점검하여, 놓친 부분이 무엇인지를 파악하는 것이 필요합니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음	보통		높음	매우 높음		
		10	20	30	40	50	60	70	80	90
메타인지										
계획능력										
점검능력										
조절능력										

계획능력	공부 목표를 세우고, 목표에 따라 순차적으로 학습을 계획하는 능력
점검능력	공부 목표 달성 정도와 공부 방법이 적절했는지를 전반적으로 파악할 수 있는 능력
조절능력	공부 과정 중에 나타난 문제를 반복하지 않도록 더 나은 공부방법을 찾아 조정하는 능력

III 학습 디딤돌



학습기술

학습기술은 학업을 실제로 수행하는 데 필요한 실행력과 실천기술을 측정합니다.

- 학습기술이 높은 경우 현재의 학습기술이 습관화되어 유지되게 하는 것이 필요합니다.
- 학습기술이 낮은 경우 수업태도를 바르게 갖는 것부터 조금씩 개선해 보기 바랍니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음		보통		높음		매우 높음	
		10	20	30	40	50	60	70	80	90	
학습기술											
공부환경											
시간관리											
수업태도											
노트하기											
시험준비											

공부환경	학습에 최적화된 공부환경이 될 수 있도록 정리, 정돈하는 습관
시간관리	규칙적으로 공부할 수 있는 시간을 계획하고, 관리하는 습관
수업태도	수업에 집중하여 선생님 말씀을 경청하고, 수업에 필요한 물품을 사전에 준비하는 습관
노트하기	학습한 핵심 내용을 정리하여 기록하고, 기억하기 위해 활용하는 공부습관
시험준비	평소에 시험 준비 전략을 학습에 잘 적용하고, 시험 상황에서도 실수를 줄이기 위해 노력하는 정도

III 학습 디딤돌



지지적 관계

지지적 관계는 학습자를 격려하고 응원하는 관계적 자원을 측정합니다.

- 지지적 관계가 좋을수록 스스로를 긍정적으로 인식하고, 자신감을 가질 수 있습니다.
- 지지적 관계는 공부가 힘들거나 하기 싫을 때에도 할 수 있는 마음을 갖도록 도움을 줍니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음	보통		높음	매우 높음		
		10	20	30	40	50	60	70	80	90
지지적 관계										
부모 의사소통										
부모 학업지지										
친구 정서지지										
교사 정서지지										

부모 의사소통

부모님과 자신의 생활과 생각에 대해 편안하게 대화하는 정도

부모 학업지지

부모님이 공부와 관련하여 자신의 의견과 노력을 지지한다고 생각하는 정도

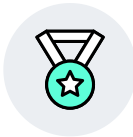
친구 정서지지

친구들이 자신의 의견과 고민을 잘 이해하고, 들어준다고 생각하는 정도

교사 정서지지

교사가 자신의 의견과 고민을 잘 이해하며, 격려한다고 생각하는 정도

IV 긍정적 공부마음



학업열의

학업열의는 학업성취를 가장 잘 예측하는 요인으로서 공부에 대한 동기 전반을 측정합니다.

- 학업열의가 높을수록 공부를 꾸준히 지속할 수 있어서 성적이 향상될 수 있습니다.
- 학업열의를 높이는 요인을 파악하여 강화한다면 학업성취에 도움이 될 수 있습니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음	보통		높음	매우 높음		
		10	20	30	40	50	60	70	80	90
학업열의										
활기										
몰두										
의미감										

활기

공부를 할 때 힘이 나거나 재미와 즐거움을 느끼는 정도

몰두

시간과 장소에 관계 없이 공부에 집중할 수 있는 정도

의미감

공부하는 의미와 목적을 알고, 보람을 느끼는 정도

IV 긍정적 공부마음



성장력

성장력은 기본적인 심리욕구로서 학습자의 내재된 동기를 측정합니다.

- 성장력이 높을 경우 타인에 의사가 아닌 자율적으로 학업에 임하는 특징이 있습니다.
- 성장력이 높을수록 주도적으로 학업에 임할 가능성이 높습니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음		보통		높음		매우 높음	
		10	20	30	40	50	60	70	80	90	
성장력											
자율성											
유능성											
관계성											

자율성	공부를 할 때 힘이 나거나 재미와 즐거움을 느끼는 정도
유능성	어떤 일을 남들보다 잘하는 능력이 있다는 느낌
관계성	사람들 사이에서 관심을 주고 받으며, 그 속에서 소속감을 느끼는 정도



총평

■ 학습 디딤돌 분석

자아강점과 학습 디딤돌을 파악하여 긍정적인 공부마음을 갖도록 도와주는 요인을 강화하고, 개발하는 것이 필요합니다.

		낮음	보통	높음	종합 등급	종합 순위
긍정적 자아	자아존중감					
	자기효능감					
	성장마인드셋					
대인관계능력	자기정서인식					
	자기정서조절					
	타인정서인식					
	타인공감능력					
메타인지	계획능력					
	점검능력					
	조절능력					
학습기술	공부환경					
	시간관리					
	수업태도					
	노트하기					
지지적 관계	시험준비					
	부모 의사소통					
	부모 학업지지					
	친구 정서지지					
	교사 정서지지					
학업열의	활기					
	몰두					
	의미감					
성장력	자율성					
	유능성					
	관계성					

V 학습 걸림돌



학업스트레스

학업스트레스는 학업에 대한 부담감으로 인한 심리적인 적응 정도를 측정합니다.

- 학업스트레스를 유발하는 요인을 파악하여 이를 낮출 수 있는 방법을 찾는 것이 필요합니다.
- 학업에 대한 높은 기대심리를 줄이고, 달성 가능한 목표를 정하는 것이 필요합니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음	보통		높음	매우 높음		
		10	20	30	40	50	60	70	80	90
학업스트레스										
성적부담										
공부부담										
수업부담										

성적부담	기대와 목표에 비해 성적이 낮게 나올 수 있다는 부담을 느끼는 정도
공부부담	공부의 필요성과 공부 방법을 알지 못하거나, 공부 양이 많아 부담을 느끼는 정도
수업부담	수업 내용이 어렵거나 지루하여 답답함이나 부담을 느끼는 정도

V 학습 걸림돌



학업관계
스트레스

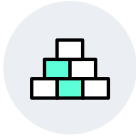
학업관계 스트레스는 주변 사람들에게 받는 학업 부담과 성적 압력 정도를 측정합니다.

- 학업관계 스트레스가 높을 경우 학업에 대한 기대와 요구를 많이 받을 수 있습니다.
- 과도한 학업관계 스트레스는 부정적 자아상을 갖게 할 수 있고, 학습소진을 유발할 수 있습니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음		보통		높음		매우 높음	
		10	20	30	40	50	60	70	80	90	
학업관계 스트레스											
부모 성적압력											
부모 공부부담											
친구 공부비교											
교사 성적압력											
교사 수업부담											

부모 성적압력	성적과 관련된 부모님의 높은 기대나 꾸중에 대해 부담감을 느끼는 정도
부모 공부부담	공부와 관련된 부모님의 비교와 압박으로 인해 부담감을 느끼는 정도
친구 공부비교	친구에 비해 성적이 떨어지는 것을 불안해 하거나 열등감을 느끼는 정도
교사 성적압력	교사의 성적비교, 꾸중에 대한 불안감, 기대에 부응하지 못한 성적으로 인한 좌절감의 정도
교사 수업부담	수업 중 교사의 질문에 답을 못하거나 수업 내용을 잘 이해하지 못할까봐 부담을 느끼는 정도

V 학습 걸림돌



학습 방해물

학습 방해물은 학습에 부정적인 영향을 미치는 스마트폰, 게임 의존 정도를 측정합니다.

- 학습 방해물 점수가 높을 경우 학습 시 집중력을 발휘하지 못할 수 있습니다.
- 의지로 극복하려 하지 말고, 책상에서 스마트폰과 게임을 치우는 것이 필요합니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음		보통		높음		매우 높음	
		10	20	30	40	50	60	70	80	90	
학습 방해물											
스마트폰 의존											
게임 과몰입											

스마트폰 의존

스마트폰 의존도가 높아서 일상생활과 공부에 방해 받는 정도

게임 과몰입

인터넷 게임 의존도가 높아서 일상생활과 공부에 방해 받는 정도

VI 부정적 공부마음



학업소진

학업소진은 자원이 고갈되어 공부하기 어려운 마음의 상태를 측정합니다.

- 학업소진이 높은 경우 무리한 목표를 세우기 보다 쉬면서 충전하는 것이 필요합니다.
- 학업소진에 미치는 원인을 살펴보고, 이를 낮출 수 있는 방법을 찾는 것이 필요합니다.

척도	T점수 (백분위)	매우 낮음		낮음	보통		높음	매우 높음		
		10	20	30	40	50	60	70	80	90
학업소진										
고갈										
무능감										
반감-냉소										

고갈	공부 때문에 지쳐서 아무 즐거움이나 흥미가 없는 피로 상태
무능감	노력해도 성적이 만족스럽지 않고, 노력한 만큼 좋은 결과가 나오지 않아 실망감을 느끼는 상태
반감-냉소	공부 흥미가 줄거나 하기 싫다고 느끼며, 공부의 필요성을 느끼지 못하는 정도

STEP 04

- 학습 결핍률 관련 요인과 학업소진이 높을수록 학업성취에 부정적인 영향을 미칩니다.
- 학업스트레스와 학업관계 스트레스를 비교하여 스스로가 받는 스트레스와 주변 사람들에게 받는 스트레스 중 어떠한 스트레스가 공부할 때 더욱 소진되게 하는지를 살펴보시기 바랍니다.
- 스트레스 해소를 위해 스마트폰과 인터넷 게임에 많은 시간을 할애할 경우, 주의 집중력과 수면의 질이 저하되어 학업소진에 영향을 줄 수 있습니다.

VII 종합 해석



01. 종합분석

종합 프로파일은 시간이 지남에 따라 자아 강점과 학습 디딤돌 및 걸림돌을 통해 공부마음이 어떻게 발전하고 있는지를 파악하기 위한 것입니다. 이를 통해 학습 디딤돌을 강화하고, 학습 걸림돌을 제거하여 학업열의를 지속시킬 수 있는 방법을 탐색하는 것이 중요합니다.

검사 영역			매우 낮음 10 20 30 40	낮음	보통 50 60 70	높음	매우 높음 80 90			변화
자아 강점	긍정적 자아	자아존중감								
		자기효능감								
		성장마인드셋								
	대인관계 능력	자기정서인식								
		자기정서조절								
		타인정서인식								
		타인공감능력								
학습 디딤돌	메타인지	계획능력								
		점검능력								
		조절능력								
	학습기술	공부환경								
		시간관리								
		수업태도								
		노트하기								
		시험준비								
	지지적 관계	부모 의사소통								
		부모 학업지지								
		친구 정서지지								
		교사 정서지지								
긍정적 공부마음	학업열의	활기								
		몰두								
		의미감								
	성장력	자율성								
		유능성								
		관계성								

VII 종합 해석



01. 종합분석

종합 프로파일은 시간이 지남에 따라 자아 강점과 학습 디딤돌 및 걸림돌을 통해 공부 마음이 어떻게 발전하고 있는지를 파악하기 위한 것입니다. 이를 통해 학습 디딤돌을 강화하고, 학습 걸림돌을 제거하여 학업열의를 지속시킬 수 있는 방법을 탐색하는 것이 중요합니다.

검사 영역			매우 낮음 10 20 30 40	낮음	보통 50 60	높음 70 80 90	매우 높음			변화
학습 걸림돌	학업 스트레스	성적부담								
		공부부담								
		수업부담								
	학업관계 스트레스	부모 성적압력								
		부모 공부부담								
		친구 공부비교								
		교사 성적압력								
		교사 수업부담								
	학습 방해물	스마트폰 의존								
		게임 과몰입								
부정적 공부마음	학업소진	고갈								
		무능감								
		반감-냉소								

■ 해석 시 유의사항

- 학습 걸림돌과 부정적 공부마음이 높을수록 학업에 부정적인 영향을 미칩니다. 그래프 곡선이 우측에 위치할수록 공부하면서 어려움을 겪을 수 있습니다.
- 학습 걸림돌과 부정적 공부마음의 변화 칸은 1차로 실시한 점수 값보다 상승될 경우 부정적으로 해석되어 ▲으로 표기되고, 낮아질 경우에는 긍정적으로 변화된 것으로 해석할 수 있어 ▼으로 표기됩니다.

VII 종합 해석



02. 척도조합해석

학습 디딤돌 및 걸림돌의 종합분석 결과를 토대로 학업성취도를 높이는데 활용합니다.

- 학생 개인이 가진 학습 특성과 친구, 교사, 부모 등 환경적인 요인을 종합적으로 파악하여 학업열의는 높이고, 학업소진은 낮출 수 있는 전략을 마련하는 것이 필요합니다.

■ 학습 디딤돌 & 걸림돌 종합분석

	나의 학습 디딤돌 순위			낮음	보통	높음	나의 학습 걸림돌 순위			낮음	보통	높음
개인 요인	1						1					
	2						2					
	3						3					
환경 요인	1						1					
	2						2					
	3						3					
활용 예시	학습 디딤돌 활용 Tip						학습 걸림돌 제거 Tip					
	<div>개인</div> 나의 강점을 학습활동에 적용하기 ① 대인관계능력 : 선생님과 친구들에게 모르는 것 물어보기 ② 계획능력 : 부족한 학습기술을 개선할 수 있는 구체적인 계획 세우기 <div>환경</div> 나를 지지해 주는 사람들과 대화하기 ① 나를 이해해 주는 친구와 대화 하면서 긍정적 공부마음 높이기						<div>개인</div> 학습습관 개선을 위한 작은 시도하기 ① 공부 중에는 스마트폰을 책상 서랍에 넣어두기 ② 공부 부담이 큰 경우 눈을 감고 심호흡하며 안정감 갖기 <div>환경</div> 학습 고충 상담 요청하기 ① 학습 고충에 대해 상담 선생님, 학습코치에게 상담 받기					

■ 공부마음 종합분석

		낮음	보통	높음
공부마음	학업열의			
	성장력			
	학업소진			

