

## 뇌기반 창의융합교육을 통한 행복학교 만들기

### 행복교육, 뇌에서 답을 찾다 -

2021. 4. 5.

인성교육연구원

※문의처: 임운나 선임연구원 010-8498-3689

## 1 교원 대상 프로그램 안내

### 가 뇌파 측정을 통한 상담 프로그램

프로그램명	주요내용	시간
뇌파 코칭상담	◦ 뇌파 측정 및 실습 ◦ 두뇌 심리 성향 진단 ◦ 두뇌 심리 성향별 맞춤형 상담 및 처방	2

### 나 두뇌가 행복한 교사 힐링 프로그램

프로그램명	주요내용	시간
몸, 마음, 두뇌가 행복한 힐링 연수	◦ 마음을 여는 성찰놀이, 교사의 자기성찰 ◦ 내 몸과 마음의 힐링 : 활기찬 몸, 행복한 뇌 ◦ 학생 이해의 폭 넓히기, 행복한 스승되기	2

### 다 마음돌봄을 위한 정서조절 프로그램

프로그램명	주요내용	시간
마음돌봄을 위한 그림책 영상 연수	◦ 정서조절을 위한 생활영상 ◦ 감정과 관계 맺기를 위한 그림책 영상 ◦ 마음돌봄을 통한 나의 꿈 찾기	3시간

### 라 행복한 학급 문화 만들기

프로그램명	주요내용	시간
행복한 학급을 만드는 6대 프로젝트	◦ 뇌교육 영상을 활용한 정서조절 ◦ 긍정, 사랑으로 소통하는 학급문화 ◦ 집중력과 자신감을 키우는 뇌교육 ◦ 세상과 소통하는 꿈과 비전그리기	4-8

### 마 진로교육을 통한 창의인성교육

프로그램명	주요내용	시간
진로탐색을 위한 창의인성연수	◦ 뇌파 진단을 통한 진로탐색 ◦ 직업탐색을 위한 두뇌활용원칙과 체험 ◦ 뇌파조절 영상기법 : 소통놀이, 교류기법, 브레인영상	15

## 2 학부모 대상 프로그램 안내

### 가 내 자녀가 행복한 뇌파코칭 상담 프로그램

프로그램명	주요내용	시간
자녀의 두뇌 심리성향 이해하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>자녀의 두뇌 심리성향 진단 결과 이해</li> <li>자녀의 두뇌 심리성향별 맞춤형 상담 및 처방</li> <li>두뇌가 행복한 자녀를 기르는 방법</li> </ul>	2

### 나 행복한 가정을 위한 소통 및 공감 프로그램

프로그램명	주요내용	시간
부모의 정서조절이 아이의 두뇌에 미치는 영향	<ul style="list-style-type: none"> <li>부정정서가 우리 아이에게 미치는 영향</li> <li>감정에 슬기롭게 대처하기</li> <li>부모 코칭의 첫 단계, 정서조절</li> </ul>	2
소통 대화법1 표현하는 심리기술, “자녀와 화해하기”	<ul style="list-style-type: none"> <li>현재 나의 표현심리 살펴보기</li> <li>아이에게 주고 있는 상처 돌아보기</li> <li>내가 어려서 받은 상처 살펴보기</li> </ul>	2
소통 대화법2 자존감의 키워드, 칭찬도 기술이다. “자존감을 키우는 칭찬기술”	<ul style="list-style-type: none"> <li>칭찬도 기술이 필요, 독이 되는 칭찬</li> <li>칭찬의 방법 실습</li> <li>아이의 자존감 키우기 위해 먼저 아이의 정체성을 바로 잡는다.</li> </ul>	2
소통 대화법3 스스로 생각하고 행동할 수 있게 하는 대화법	<ul style="list-style-type: none"> <li>스스로 선택하고, 책임감을 키우는 대화법 체험과 실습</li> <li>자신감과 용기를 가질 수 있는 마인드 컨트롤</li> </ul>	2
두뇌 유형별 진로코칭 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>두뇌 유형별 양육 방법</li> <li>두뇌 유형별 학습 코칭</li> <li>두뇌 유형별 진로 코칭</li> </ul>	2
꿈꾸는 아이가 세상을 바꾼다 '우리 아이 꿈과 희망 찾아주기'	<ul style="list-style-type: none"> <li>부모가 가져야 할 교육철학</li> <li>우리 아이 꿈과 희망 찾아주기</li> <li>스스로 꿈과 비전을 찾고 몰입하게 하기</li> </ul>	2
뇌과학으로 자기주도적인 자녀로 키우기	<ul style="list-style-type: none"> <li>두뇌 발달단계에 맞는 양육 방법</li> <li>두뇌 기능을 활성화하는 방법</li> <li>두뇌 우호적인 분위기 만들기</li> <li>우리 아이 꿈과 희망 찾아주기</li> </ul>	2

## 3 학생 대상 프로그램 안내

### 가 뇌파 측정을 통한 두뇌 심리 유형 진단 프로그램

프로그램명	주요내용	시간
두뇌 심리성향 진단 및 이해	<ul style="list-style-type: none"> <li>두뇌 심리성향 진단 결과 이해</li> <li>두뇌 심리성향별 맞춤형 상담</li> <li>두뇌 심리성향별 맞춤형 처방 방법</li> </ul>	2

### 나 뇌기반 인성놀이 프로그램

프로그램명	주요내용	시간
뇌기반 인성놀이	<ul style="list-style-type: none"> <li>오감을 활용한 두뇌놀이</li> <li>뇌기반 인성놀이를 통한 교류, 소통하기</li> <li>인성놀이를 통한 두뇌 계발</li> </ul>	2

### 다 두뇌 심리 유형별 맞춤형 개별화교육 프로그램

프로그램명	주요내용	시간
집중력 향상 및 스트레스 조절 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> <li>신체 활동을 통한 몸 감각 깨우기</li> <li>팀 미션 집중게임 도전 활동</li> <li>자석놀이를 통한 몰입 체험</li> </ul>	4
인지력 향상 및 두뇌 균형 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> <li>신체 활동을 통한 좌,우뇌 활성화하기</li> <li>99초 도전을 통한 문제해결력 향상</li> <li>두뇌게임을 통한 정보처리속도 향상</li> </ul>	4

### 라 인성교육 프로그램

프로그램명	교육운영	내용
건강증진 '파워브레인즈'	<ul style="list-style-type: none"> <li>주1회 재량수업</li> <li>관계 개선 프로그램</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>뇌와 신체와의 관계이해</li> <li>건강한 신체발달과 성장 촉진</li> <li>스트레스 해소, 긍정과 자신감 키우기</li> </ul>
방과후 뇌교육	<ul style="list-style-type: none"> <li>주1-2회 방과후</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>소통놀이를 통한 교류와 배려, 마음열기</li> </ul>

'해피브레인 인성'	<ul style="list-style-type: none"> <li>인성교육 특강</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>마음다루기를 통한 자기조절력 키우기</li> <li>공정, 사랑나누기 등 행복습관 만들기</li> </ul>
정서조절을 위한 행복 명상	<ul style="list-style-type: none"> <li>주1회 재량수업</li> <li>명상 특강</li> <li>명상 캠프</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>뇌파조절력, 마음다루는 힘 키우기</li> <li>자신에 대한 소중함 자각</li> <li>교류감각, 집중력, 지구력, 인지력 향상</li> </ul>
자기주도적 학습력을 높이는 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>주1회 재량수업</li> <li>1회성 특강</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>공부 의욕, 학습동기 높이기</li> <li>학습 자신감과 성취동기 높이기</li> <li>학습플래너를 활용한 자기관리</li> </ul>
청소년을 위한 뇌활용 감정 조절법	<ul style="list-style-type: none"> <li>주1회 재량수업</li> <li>1회성 특강</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>정서이해, 정서조절을 통한 감정다루기</li> <li>타인 이해, 공감, 배려, 사회성 증진</li> <li>활동게임을 통한 마음열기</li> </ul>
뇌활용 인성캠프	<ul style="list-style-type: none"> <li>3~4시간 인성캠프</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>자신감 키우기</li> <li>부모님 마음 느끼기</li> </ul>
스마트폰 및 게임 중독 예방 및 치유	<ul style="list-style-type: none"> <li>2시간 특강</li> <li>1박2일 캠프 등</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>스마트폰 및 게임 중독과 뇌의 관계</li> <li>자존감을 회복하고 자기를 조절하는 힘 기르기</li> </ul>
행복한 학교생활을 위한 인권교육	<ul style="list-style-type: none"> <li>2시간 특강</li> <li>1박2일 캠프 등</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>인권익식 함양 및 인간답게 살 수 있는 환경</li> <li>소통과 존중의 문화로 행복한 학교생활 조성</li> <li>세계 시민교육을 통해 글로벌 리더 자질 함양</li> </ul>
자신감 향상을 위한 뇌활용 리더십 캠프	<ul style="list-style-type: none"> <li>2시간 특강</li> <li>1박2일 캠프 등</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>신체 활동 강화를 통한 자기조절 능력 함양</li> <li>좌우뇌를 통합하여 통찰력 함양</li> <li>팀원들의 마음 이해하고 리더로서 자질 함양</li> </ul>
자유학기제 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> <li>2시간 특강</li> <li>1박2일 캠프 등</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>직업 및 진로 인식 프로그램</li> <li>직업 및 진로 탐색 프로그램</li> <li>직업 및 진로 체험 프로그램</li> </ul>
뇌파 및 두뇌활용능력 진단 및 상담 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> <li>2시간 특강</li> <li>1박2일 캠프 등</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>뇌파 및 두뇌활용능력 검사</li> <li>직업, 진로, 인성, 성격, 학습 등 코칭 및 상담</li> </ul>

## 4 가족 대상 프로그램 안내

### 가 행복한 가정을 위한 가족 캠프 프로그램

프로그램명	주요내용	시간
소통과 공감을 위한 행복한 가족 힐링 캠프	<ul style="list-style-type: none"> <li>소통 놀이를 통한 가족간의 관계 개선</li> <li>가족 간의 교류와 소통, 힐링체험</li> <li>건강하고 행복한 가족문화 만들기</li> </ul>	4

### 나 두뇌가 행복한 부모자녀 놀이 프로그램

프로그램명	주요내용	시간
부모와 자녀가 함께하는 뇌기반 놀이	<ul style="list-style-type: none"> <li>감정자극 두뇌놀이</li> <li>아이와 놀이로 교류, 소통하기</li> <li>놀이를 통한 두뇌개발 및 인성 함양</li> </ul>	2

## 뇌파 및 두뇌활용능력 진단 프로그램

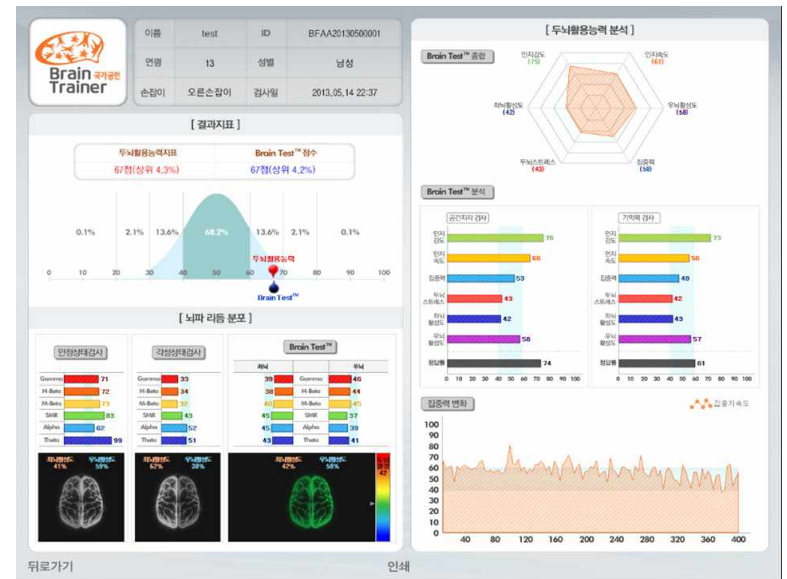
### 1. 뇌파 종류

종류	진동수	정신상태	각성시
델타파( $\delta$ )	0-3 Hz	깊은 수면	육체적 안정
세타파( $\theta$ )	4-7 Hz	수면	주의각성
알파파( $\alpha$ )	8-12 Hz	안정, 휴식	정신적 안정
저베타파( $\beta$ )	13-20 Hz	작업중	각성활동
고베타파( $\beta$ )	21-Hz	작업중 스트레스	정신적 불안
SMR파	12-15 Hz	각성, 준비	주의각성

### 2. 뇌파 및 두뇌활용능력 검사 분야

- 진로, 인성, 성격, 학습 등 다양한 분야

### 2. 뇌파 및 두뇌활용능력 검사 내용



## 두뇌 훈련 전문가 프로그램

프로그램 명	주요내용	시간/ 차시
<b>리틀 브레인트레이너 (자유학기제 프로그램)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 국가공인 브레인트레이너 자격교육 과정을 기반 자기 이해와 성찰 과정을 통해 직업관과 진로관 함양</li> <li>○ 두뇌 능력을 향상 시킬 수 있는 자기주도적 PDCA(Plan-Do-Check-Act) 과정 체험</li> <li>○ 미래 유망 직종 브레인트레이너 간접 체험 및 진로 설계</li> </ul>	16차시
<b>우리 아이 집중력 향상을 위한 두뇌 계발 부모코칭</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 집중력에 대한 뇌과학적 이해</li> <li>○ 뇌파측정을 통한 부모와 자녀의 두뇌 특성 파악 및 상담</li> <li>○ 집중력을 향상 시킬 수 있는 두뇌 트레이닝 방법과 부모의 역할</li> </ul>	4시간 (※뇌파측정 및 상담별도)
<b>코로나블루 우울감 극복! 스트레스 관리 프로그램</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 코로나블루 우울감에 대한 뇌과학적 이해</li> <li>○ 스트레스 관리 메카니즘</li> <li>○ 우울감 극복, 스트레스 관리를 위한 두뇌 훈련법 체험</li> </ul>	2시간
<b>뇌교육 지도사</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 뇌교육을 배우고, 지도할 수 있는 국제뇌교육협회 인증 자격증</li> <li>○ 이론과정 6시간, 실습과정 15시간</li> <li>○ 다양한 뇌교육 원리, 실습 체험</li> </ul>	21시간
<b>국가공인 브레인트레이너 자격 대비반</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 두뇌훈련 분야 국가공인 브레인트레이너 자격 취득을 위한 교육 과정</li> <li>○ 필기 및 실기 시험 대비</li> <li>○ 두뇌훈련 이론과 실습 동시 교육</li> </ul>	39시간