

나에게 필요한 만큼만 적어도 괜찮아요.

학습 S01 · 마음 대화 M01 / 인쇄용

학습편은 내 설명과 다시 풀어본 답을 남깁니다. 마음 대화편은 가상 사례를
사용하거나 읽기만 해도 됩니다. 개인적인 내용을 제출하지 않아도 됩니다.

오늘 해보고 싶은 활동

도움이 필요한 동작: 입력 / 복사 / AI 화면 전환 / 저장

이 PDF는 인쇄용입니다. 실습북에서 전자 입력할 수 있습니다. 마음 대화의 기록은 선택이며 수업에서
수거하지 않는 것을 원칙으로 합니다.

이해하고 내 말로 설명하기 · 준비

한 번에 막힌 부분 하나만.

연습용 자료

연습용 독서 기록: 다섯 사람이 읽은 쪽수는 10, 10, 10, 10, 60쪽입니다. 평균은 모두 더한 값을 사람 수로 나눈 값입니다. 이 기록의 평균은 20쪽입니다. 중앙값은 크기순으로 놓았을 때 가운데 값이며 여기서는 10쪽입니다.

어디가 헛갈리나요?

외부 AI에 보내도 되는 자료인지 확인한 점

이해하고 내 말로 설명하기 · 대화

내 차례를 남겨요.

진행 방식: 준비된 가상 대화 / 외부 AI 대화 / 읽기만 하기

AI가 물어볼 수 있는 질문

평균 20쪽이면 모두 20쪽씩 읽었다고 말해도 될까요?

내가 먼저 답해보기

피드백을 받고 고친 점

AI 답변이 자료와 다르면 근거를 확인하고 미확인으로 남겨도 됩니다.

이해하고 내 말로 설명하기 · 확인

독서 기록 예시 전용입니다. 내 자료라면 문제도 바꿔 적으세요.

내 말로 설명: 평균과 중앙값의 차이

다른 모임의 독서량은 5, 5, 5, 5, 30쪽입니다. 평균과 중앙값은 각각 얼마일까요? 평균만 보고 모두 그만큼 읽었다고 말할 수 있을까요?

새 문제의 내 답

교재 풀이 또는 내 원자료와 비교해 고칠 점

이해하고 내 말로 설명하기 · 마무리

다음에 다시 써볼 곳을 정해요.

지금 상태: 확인한 내용을 노트로 남기기 / 아직 헛갈려 다시 확인하기

다음에 물어볼 질문

저장한 파일 이름이나 보관 위치

다음에 배워보고 싶은 내용

일·감정·바람을 나눠보기 · 준비

가상 사례만 써도 됩니다.

연습용 상황

모임에서 내 이야기를 하려는데 다른 주제로 넘어가서 서운했어요.

참여 방법: 가상 사례 읽기 / 가상 대화 연습 / 편한 만큼 내 내용 쓰기 / 건너뛰기

AI에게 바라는 방식 (선택)

예: 해결책부터 말하지 말고, 한 가지씩 물어봐 주세요. 이름이나 민감한 내용은 쓰지 마세요.

일·감정·바람을 나눠보기 · 대화

내 차례를 남겨요.

진행 방식: 준비된 가상 대화 / 외부 AI 대화 / 읽기만 하기

가상 질문

지금 그 상황에서 가장 아쉬웠던 점은 무엇인가요?

가상 사례의 답을 써봐도 좋아요 (선택)

AI 요약에서 고치거나 빼고 싶은 말 (선택)

예: 상대가 나를 무시했다고 단정하지 말아 주세요. 내 실제 경험을 자세히 적지 않아도 됩니다.

일·감정·바람을 나눠보기 · 확인

정답이나 감정 점수를 매기지 않습니다.

가상 사례에서 있었던 일

그 사람이 느꼈다고 말한 감정

그 사람이 바랄 수 있는 것

상대의 속마음은 아직 모른다고 구분했나요? 개인 마음을 쓰는 대신 가상 사례만 살펴봐도 됩니다.

일·감정·바람을 나눠보기 · 마무리

남기지 않고 끝내도 됩니다.

내 선택: 아무것도 남기지 않기 / 가상 사례의 한 줄만 남기기 / 내가 고른 한 줄만 개인 보관

남기고 싶을 때만 쓰는 한 줄 (선택)

이 페이지를 제출하지 않아도 됩니다. 다 썼더라도 저장하거나 공유할 의무는 없습니다.

마칠 때 확인

실습북의 내용 지우기는 외부 AI 대화·클립보드·다운로드 파일까지 지우지 않습니다. 공용 기기에서는 필요한 정리를 따로 하세요.

내용을 공개하지 않고도 사용법을 돌아볼 수 있어요.

짧은 자기 점검

첫 요청과 이어 보낼 요청을 구분할 수 있나요?

혼자 할 수 있어요 / 조금 도와주면 돼요 / 다시 해보고 싶어요

AI의 답이 틀리거나 나와 다르면 고치거나 거절할 수 있나요?

혼자 할 수 있어요 / 조금 도와주면 돼요 / 다시 해보고 싶어요

저장하지 않고 마치는 방법을 찾을 수 있나요?

혼자 할 수 있어요 / 조금 도와주면 돼요 / 다시 해보고 싶어요

사용 중 가장 막힌 동작 (개인 대화 내용은 쓰지 않아요)

AI가 맞장구쳤다는 사실만으로 원인이나 상대 의도가 사실이 되는 것은 아닙니다. 필요할 때는 사람의 도움으로 연결하세요.