

## [인싸의 공부법] 공모 양식

| 주 제 | 나만의 맞춤(Custom) 공부 개발하여 적용하기  |
|-----|--|
|     | <p>직전학기 당시 데이터베이스 외 6 과목을 수강하였을 때, 모든 과목 A+을 받아 4.5의 성적으로 2022-1학기를 마무리 하였다. 2021-2학기에도 20학점으로 모든 과목 A+을 받아 4.5 우수한 성적을 거두었다. 이러한 우수한 성적을 계속 받을 수 있었던 이유는 나만의 공부 방법을 찾았고 계속해서 찾기 위해 생각하고 나에게 맞도록 계속해서 조절했기 때문이다. 그렇게 하기 위해서는 먼저 자신을 분석해야한다. 나의 장점은?, 집중력은 어느 정도 되는지?, 다른 사람의 유무로 집중력의 차이가 확연하게 나는지?, 어느 장소에서 더 집중이 잘 되는지? 등을 분석하고 파악하여 자신의 집중력에 맞는 시간을 설정하고, 자신이 공부에 집중할 수 있는 장소 등을 찾아서 계속해서 본인의 공부가 잘 되기 위해 스스로 조절하며 나만의 공부법을 개발해본다. 진부한 이야기일 수 있을지도 모른다. 나는 무조건 앞자리를 사수했다. 왜냐하면 날 믿을 수 없기 때문이다. 뒷자리에 앉게 될 경우 딴 짓을 하게 될 확률은 높아진다고 생각한다. 실제로 앞에 앉아서도 딴 짓을 하는 경우도 종종 있다. 그런데 뒷자리에 앉게 된다면 딴 짓을 안 한다고 확답할 수 있는가? 그렇지 않기 때문에 절대 뒷자리에는 앉지 않는다. 그리고 철칙을 세웠다. 무조건 수업시간에 최대한의 집중력을 발휘하고, 앞자리에 앉아 교수님께 시선을 고정하여 계속해서 눈을 교수님을 향해 움직인다. 마치 옛날 조선왕조실록을 만들 듯이 말이다. 조금 과한 비유를 들자면, 관리가 왕의 말과 행동 일거수일투족을 빠짐없이 기록해 놓은 것처럼 수업시간에는 본인도 그러한 관리가 된 것같이 교재 여백 혹은 노트에 세세하게 기록함과 동시에 제한된 시간 내에 본인만이 알아볼 수 있도록 간결하게 기록한다. 노트에는 교수님의 사담을 제외한 수업내용 전부를 적을 수 있도록 노력한다. 그렇게 하다보면 어느 순간 정리를 위해 노트를 확인하게 되면 수업시간 때 교수님께서 하셨던 말씀들이 기억나는 경우도 생기고, 또 시험공부를 하기 위해 정리할 때 보다 수월하게 정리할 수 있다. 그렇게 되면 본인이 수업을 열심히 집중해서 들었다는 증거로 남게 된다.</p> <p>19년도 2학기 당시 코로나로 인해 비대면으로 수업을 진행해야 했기에 태블릿PC의 필요성을 느껴 스스로 자금을 마련하여 태블릿 PC를 구입했다. 너무 높은 가격에 금전적인 부담이 있었지만, 공부에 있어 효율적인 효과를 낸다면 투자를 아끼지 않았다. 본인과 같은 형편이 되지 않는다면 학교 공지사항에 가끔 태블릿 PC를 일정기간 대여해주는 신청기간이 있다. 학기 초 학과사무실에서 태블릿PC를 대여해주는 프로그램이 있는데, 이를 이용하여 기간 내 신청하여 대여한 태블릿PC를 활용하는 방법을 활용하는 것을 추천한다. 본인은 수강할 때, 태블릿 PC에는 교재를 스캔하여 담아 종이 부담없이 자유롭게 필기를 했다. 가끔은 블루투스 키보드를 사용하여 더 빠르게 교수님의 말씀을 태블릿PC에 담기도 했다. 태블릿 PC로 교수님이 말씀하시는 부분을 작성하고, 밑줄을 그으며 수업시간에만 최대의 집중력을 발휘한다. 수업 이후에 기억이 나면 더할 나위 없이 좋지만 기억이 나지 않아도 괜찮다. 그리고 태블릿 PC를 마련할 수 없는 경우, 태블릿 PC를 꼭 사용할 필요는 없다. 우리는 태블릿PC가 상용화되기 전에는 교재를 이용하여 공부했다. 없는</p> |

경우에는 교재에 밑줄을 긋고, 교재 여백 혹은 노트에 필기를 한다. 노트에 필기할 때에는 상단에 날짜, 요일, 과목을 표기하고 수업내용을 노트에 간결하게 옮겨 적는다.

전공과목을 비롯하여 교양과목을 수강하다보면 한 학기에 최소 한 개 이상의 과제를 교수님께서 내어주신다. 과제가 주어지게 되면 첫 번째, 표지를 정성스럽게 만든다. 과제표지를 구글로 검색하게 되면 다양한 레포트 표지가 있는데, 인터넷에 있는 다른 사람이 만든 다양한 과제 표지를 참고하여 정갈하고 깔끔하게 자신만의 표지를 만든다. 두 번째, 왜 이러한 주제를 선택했는지에 대한 내용을 작성한다. 왜 이러한 주제를 선택했는지에 대한 나의 생각을 작성하고 그 생각을 뒷받침 해줄 타당한 이유와 근거를 들어서 작성한다. 세 번째, 자료를 참고해야할 때에는 KISS, RISS와 같은 학술논문사이트를 이용하여 과제를 한다. 과제를 작성하게 되면 인터넷을 이용하게 되는데, 자료를 참고할 때에는 최대한 신뢰성이 높은 사이트를 활용하고, 공신력 있는 사이트에서 발췌 해 와야 한다. 그리고 내용을 인용하거나 참고할 때에는 출처를 분명하게 입력하고, 참고 문헌을 바로 확인할 수 있도록 각주를 입력한다. 그리고 만약 내용에 대한 정의를 작성해야한다면 위키백과를 활용한다. 위키백과는 나무위키와는 달리 하단에 출처가 명확히 표기되어 있고, 공식 홈페이지를 인용해오기 때문에 나무위키에 비해 신뢰성이 높다고 생각한다. 그리고 자료를 참고할 때에는 출처가 불분명한 네이버 블로그, 지식인, 나무위키는 절대 제외한다. 그리고 마지막에는 본인이 과제를 수행하면서 느낀 점과 인상 깊었던 점, 본인의 생각을 최소 300자 이상 작성한다. 교수님께서서는 과제를 내주시는 의도가 있다. 이 과제를 하면서 어떤 것을 배울 수 있었는지, 어떤 생각을 가지게 되었는지, 생각의 폭을 넓혀주는 다양한 것이 포함되어 있다. 그렇기에 자신의 생각과 느낀 점을 잘 작성하고, 마무리로 글씨와 맞춤법 검사 등을 조정하면 과제는 완벽하게 완성이 된다.

시험공부의 경우 1주일 전에 미리 시험공부를 준비한다. 각 자 개인의 학습역량차이가 있을 수 있으니 2주일 전에 미리 준비하고 시작하는 것도 좋다. 시험 기간일 경우 본인은 무조건 종이로 시험공부를 시작한다. 태블릿 PC와 본인의 언어로 내용을 정리한 출력본 두 방법을 이용하여 시험공부를 진행해보았는데, 전자기기를 활용할 경우 기억을 하는 것조차 너무 힘들었고, 머릿속으로 기억되는 시간보다 기억에서 휘발되는 시간이 더 빨랐으며, 공부의 효율성이 굉장히 떨어졌다. 그러한 경험을 했었기 때문에 무조건 시험공부에 있어서는 먼저, 컴퓨터로 한글프로그램을 이용하여 나만의 언어로 번역한 다음 내용을 빠르게 압축하고 정리하여 정리본을 작성하고 프린트로 출력하여 색연필과 샤프, 연필을 이용하여 말하는 활동을 비롯한 모든 신체활동을 이용하며, 밑줄을 그으며 공부하였다.

먼저 정리하는 법을 알려주려고 한다. 정리본은 A4용지가 반이 넘어가지 않는 선에서 작성한다. 아래는 직전학기에 수강했던 전공의 내용 중 일부이다.

Ex) 현실공간에 가상의 2D 또는 3D 물체를 겹쳐보이게 하여 상호작용하는 환경으로, 위치기반 기술과 네트워크를 활용하여 스마트 환경을 구축하는 활동을 한다. 예시로는 포켓몬 GO, Sky Guide가 있다.

## 증강현실

현실 공간에 가상의 2D or 3D 물체를

겹쳐보이게 하여 상호작용하는 환경

- 위치기반기술, 네트워크 활용 → 스마트 환경 구축

ex) 포켓몬 GO, Sky Guide

제목은 굵고, 크게 설정하여 작성하고, 내용은 제목보다 작은 크기로 작성하고, 글씨는 최대한 본인들이 읽기 편한 글씨를 선택한다. 본인의 경우 맑은 고딕 혹은 나눔 고딕을 추천한다. 그리고 문단모양을 이용하여 줄 간격도 130~150%로 설정한 뒤 최대한 본인이 알아보기 쉽고 이해하기 쉽도록 압축하고 압축하여 정리한다. 내용을 정리할 때, ~다, 조사와 같은 글은 제외하거나 자신의 언어로 번역하여 정리한다. 즉, 자신의 언어로 알아보기 쉽게 정리해야 하는데, 자신의 언어로 정리하게 되면 보다 쉽게 기억하게 되고 그 흐름을 파악하게 되고, 이해하기 수월해지며, 연상을 하여 기억을 꺼내기가 수월해진다. 그리고 A4용지를 기준으로 최대한 반 정도 가량 넘어가지 않는 선에서 작성하게 되면 눈이 왼쪽 끝에서 오른쪽 끝까지 이동하는 눈의 피로도를 줄일 수 있고, 왼쪽 끝에서 오른쪽 끝으로 긴 글 한 문장을 읽는 시간을 단축할 수 있어 보다 다른 내용들을 조금 더 눈에 많이 담을 수 있다. 이러한 방식을 이용하여 공부를 하다 보니 전공을 포함한 다른 교양과목에서도 A+을 놓친 적이 없었고, 현재도 계속 높은 성적을 유지하는 성과를 보여주고 있다.

자신이 보기 쉽게 정리본을 만들었다면 이후에는 반복적인 학습만이 남았는데, 학습을 하기 전 제일 비추천하는 것이 있다. 음악을 틀고 공부하는 것과 앞 글자만 따서 외우는 것인데, 다들 그런 경험은 있지 않은가? 시험이 시작되기 직전에 앞 글자만을 따서 외우는 것을 종종 한다. 한국사로 예를 들면 태정태세문단세와 같은 경험 말이다. 이렇게 외우게 되면 그 안에 있는 종과 조를 모두 구분할 수 있는가? 나는 아니라고 생각한다. 그렇기 때문에 급하지만 앞 글자만 따서 외우는 것은 매우 큰 위험이 있다고 생각하여 추천하지 않는다. 시험 당시가 되면 외웠던 앞자리만 기억나고 당황하며, 정신을 추스르지 못하고 다른 문제조차 풀지 못하고 말리게 된다. 그렇기에 귀찮고, 시간이 부족하더라도 앞 글자만 따서 외우려고 하지 말고 모든 내용을 한 번에 꿰뚫어 외우는 것이 시간절약이 된다. 그리고 정적인 상황에서 공부하는 것을 추천하지 않는다. 시험을 치르게 되면 필기소리 등 크고 작은 소리가 발생하기 마련이다. 정말 예민한 사람은 모든 감각이 예민해져서 작은 소리로 인해 기억이 휘발될 수 있는 위험이 있었다. 이러한 소리에 휘말려 시험을 망칠 수 있다. 그렇기 때문에 미연의 상황을 방지하기 위해 연필소리 ASMR 혹은 서울대학교 도서관 ASMR과 같은 백색소음이 담긴 영상을 틀어서 잡음이 많이 나는 상황에 익숙해지도록 하며 공부하는 것을 추천한다. 그리고 본인은 정리하고 나면 반복적인 학습에 다양한 도구를 활용하는데, 아날로그 방식의 도구와 디지털 기기를 사용한다. 아날로그 방식의 도구인 색연필 공부법을 소개한다. 색연필 공부법은 위에서 언급한 것과 같이 본인의 언어로 정리한 내용을 담은 출력본과 색연필을 준비하여야 한다. 색연필 색깔이 가장 중요한데, 본인은 노란색, 연두색, 하늘색 과 같은 연하고 밝은 색깔의 색연필을 사용한다. 색연필 공부법은 고등학교 2학년 때, 친구로 인해 전과 당하였는데 색연필 공부법을 접하고 난 뒤, 등급이 최소 한 단계, 최대 세 단계 이상 올라가는 효과를 보았

다. 왜 색깔이 중요한가?에 대한 답을 하자면 본 공부법은 프린터로 출력된 종이위에 색연필을 이용하여 계속해서 글씨 위에 색연필을 밀줄 그으며 암기하는 방식으로 공부한다. 그렇게 되면 글씨 위로 색연필을 덧칠할 수밖에 없는데, 만약 빨간색이나 초록색과 같은 진한 색의 색연필을 사용하게 된다면 출력된 검은색 글씨를 덮어버려 내용을 읽기가 어려워진다. 20번, 30번 이상 스스로 눈감고 말할 수 있을 정도로 외울 때까지 밀줄을 그어야하기 때문에 무조건 밝은 색, 연한 계열의 색연필을 사용하는 것이 중요하다. 그리고 색연필 공부법에 있어 정리본을 읽을 때에도 방법이 있다. 읽을 때에는 무조건 입으로 소리를 내고, 손으로는 색연필을 잡고 내용을 밀줄 쳐 가며 읽는다. 눈으로 한 번 읽고, 입으로 한 번 읽고, 귀로 한 번 듣고, 손을 움직이는 등 모든 신체를 이용해서 읽기 때문에 눈으로 읽는 것보다 암기효과가 뛰어나 공부에 있어 효율을 높일 수 있다. 그리고 처음 읽을 때는 당연히 본인이 스스로 내용을 정리해놓고도 막상 출력하고 공부하려고 출력본을 보면 내용을 잘 모를 수도 있다. 그렇기에 자책하지 말고, 부담감 없이 그냥 한 번 훑는 식으로 읽는다. 그 다음 두 번째, 세 번째에도 계속해서 흐름을 이해하며 내용을 의식하면서 읽는다. 다섯 번째 정도 읽게 될 때는 어느 정도 내용이 익숙해지고, 흐름이 보일 것이다. 물론 개개인의 차이가 있으니 흐름이 파악될 때까지 부담 없이 가볍게 읽으면 된다. 그리고 이후에는 두 가지 방법이 있다. 첫 번째, 위에서 언급한 것과 같이 모든 신체를 이용해서 한 장 당 20번, 30번 이상 반복암기 하는 방법이다. 옛날 피아노학원에서 연습할 당시 한 곡을 연주할 때마다 빈 포도송이에 색을 칠하여 포도송이를 완성 과정이 떠올랐고, 이를 공부에 접목시켜 재미있게 할 수 있도록 하였다. 빈 종이에 동그라미를 먼저 10개를 그려놓고 모든 신체를 활용해서 한 장 내에 있는 개념을 한꺼번에 암기한 뒤 색칠하거나 긋는다. 10개가 다 채워졌음에도 암기가 되지 않는다면 10개의 동그라미를 또 추가로 그려서 암기가 완벽하게 될 때까지 계속해서 이 과정을 반복한다. 두 번째, 뽀모도로 공부법을 활용한다. 본인의 집중시간에 맞게, 역량에 맞게 조절하는 것이 중요하다. 본인은 한 과목당 최소 1시간~ 최대 2시간의 시간을 배분해 놓고 설정해둔 시간을 달성하게 되면 본인의 컨디션에 맞게 적절한 휴식을 취한다. 뇌에 잠시 휴식을 주면 뇌가 잠시 그동안 기억능력을 회복하거나 더욱 활성화시킬 수 있기 때문에 적절한 휴식은 필요하다. 하지만 최대 30분 이상을 넘기면 안 된다. 30분 이상을 넘기게 된다면 나도 모르게 계속해서 늘어지고 딴 짓을 하게 되고, 공부한 만큼 보상받고 싶어 하기에 휴식시간은 절대 30분 이상을 넘기지 않는다. 그리고 휴식을 취하는 동안에는 커피를 마시거나, 잠시 물을 마시러 움직이거나, 제자리에서 일어나서 걷거나 잠시 눈을 붙여도 좋다. 하지만 절대 잠이 오고 피곤하다고 침대로 가서 휴식을 취하는 행동은 금물이다. 침대는 수면공간이기 때문에 침대에 눕게 되면 쪽잠이 아니라 밤에 잠을 자는 것과 같이 푹 자게 된다. 그렇기 때문에 침대에서 쪽잠을 잔다고 눕는 것은 그냥 자겠다는 말과 똑같기 때문에 비추천한다. 차라리 의자에서 10분~20분 정도의 쪽잠이 더 낫다. 아니면 휴대폰을 잠시 해도 좋다. 하지만 휴식시간에 휴대폰 사용은 그렇게 추천하지 않는다. 물론 잠시 보고 휴식을 취하여 기분을 환기시킬 수 있겠지만, 휴대폰을 보게 되면 다 까먹는 느낌이 들어서 시험을 보기 직전까지는 휴대폰 사용을 절대로 하지 않고, 정리한 출력본으로 계속 암기한다. 위와 언급한 것과 방법으로 계속해서 암기하여도 머릿속에 잘 들어오지 않을 때가 있다. 그럴 때마다 나는 집중력을 환기시키기 위해 공부하는 자세를 바꾼다. 앉아 있다면

일어서서 공부하고, 일어서서도 공부에 집중이 되지 않으면 제자리 걸음을 해서라도 암기한다. 그렇게 계속해서 눈으로, 귀로, 입으로, 손으로, 발로 모든 신체를 이용해서 쓰는 활동을 무한 반복한다. 마지막으로 방금까지 공부하였던 내용이 담긴 종이를 덮고 혼자 스스로 테스트를 하고, 빈 종이를 꺼내어 샤프나 볼펜으로 본인이 암기한 내용들을 적는다. 중간에 버벅이거나 막힌다면 다시 모든 신체를 이용하며 암기할 때 까지 계속해서 읽으며 공부한다. 그렇게 반복적인 학습을 하다보면 이해하지 못하는 내용도 반복학습으로 인해 흐름을 이해하게 되고, 내용을 이해하게 되면서 더 쉽게 기억하게 되고 장기기억으로 남게 된다. 그리고 과목을 해당 시간 안에 모든 범위를 다 끝내는 것이 좋다. 갑자기 본인이 설정한 시간이 다 되어서 중간에 읽던 것을 마무리 하지 않고, 다른 과목을 공부하게 되어버리면 머릿속이 뒤죽박죽으로 섞이고, 그 흐름이 끊겨 쉽게 기억했던 것도 잊어먹는다. 그렇기 때문에 시간 할당량이 지나도 그 과목을 꼭 마무리를 짓고 다음 과목을 공부하도록 하는 것이 중요하다.

2021-2학기에는 색연필 공부법이 지루하여 나만의 장점을 살린 새로운 공부법을 만들었다. 바로 키보드를 활용한 타자 암기법이다. 사실 이 공부법도 색연필 공부법과 다를 것이 없다. 눈으로 읽음과 동시에 말하면서 손으로는 타자를 치면서 계속해서 10번, 20번 이상 그 개념을 완벽히 암기할 때 까지 타자를 치는 방식이다.

본인은 6살 때부터 게임을 시작하여 컴퓨터와 친하게 지내다보니 자연스레 키보드 타자 속도가 늘어 평균 700타~800타를 보유하며, 키보드에 위치한 모든 글자와 기능들의 위치를 기억하고 있는 장점을 가지게 되었다. 그러하여 나는 공부하다가 갑자기 재미있는 생각을 했다. 타자기에 있는 모든 글씨의 위치를 외우고 있는 장점이 있고, 타자속도가 매우 빠르기 때문에 이것을 공부에 접목시켜서 타이핑을 하면서 공부하면 더 재밌고 더 빠르게 암기할 수 있지 않을까? 라는 생각을 했다. 그 생각을 시작으로 타자기 위치와 타자기 소리, 그리고 손끝의 느낌 등을 이용하고, 또 연상기법을 활용하면서 암기하다보니 확실히 색연필로 직접 그으며 하는 것보다 시간단축이 2배~ 최대 5배 이상 시간이 절감되는 것을 느꼈다. 이 방법 또한 색연필 공부법과 동일하게 한글 프로그램을 이용하여 나만의 언어로 정리하고, 암기할 때 까지 지정한 숫자만큼 혹은 추가로 암기하고, 최종 마지막으로 테스트를 한다. 눈을 감고 타자를 부드럽게 칠 수 있을 만큼 완벽하게 외웠는지 테스트하는 과정을 거쳤는데, 확실히 타이핑을 하면서 다양한 자극을 주다보니 뇌를 더 활성화 시켜서 장기적인 기억이 더 잘 되는 느낌을 받았다. 향후에는 최소 300~ 최대 500장 이상의 교재를 A4 15장 내로 축약하는 것을 10장내로 더 축약할 수 있도록 간결성을 살리도록 하고, 또 다른 나만의 장점을 분석하고 파악하여 공부를 더 재밌게 할 수 있는 키보드 타자 암기법과 같은 나만의 공부법을 또 개발할 계획이다. 그리고 나만의 공부법을 활용한 결과 일주일 내에 모든 과목의 시험공부를 완벽하게 공부할 수 있었고, 현재 평균성적 4.48을 유지할 정도로 우수한 성과를 보였다.

지금까지 공부해 왔던 과정이나 사용했던 공부 방법을 작성하면서 느낀 점은 분명 개인의 차이가 있겠지만 나의 공부 방법 사례를 참고하여 본인에게 맞게 조절하여 잘 활용해보았으면 좋겠다는 생각이 들과 동시에 공부 방법을 작성하면서 지금까지 얼마나 열심히 해왔는지 알 수 있게 되었고, 지금까지 해온 것을 보았을 때, 앞으로의 인생에 있어서 못할 것은 없을 것이며, 지금처럼 해왔던 만큼 하면 계속 열심히 하면 안 될 것은 없을 것이라는 생각이 들었다.