



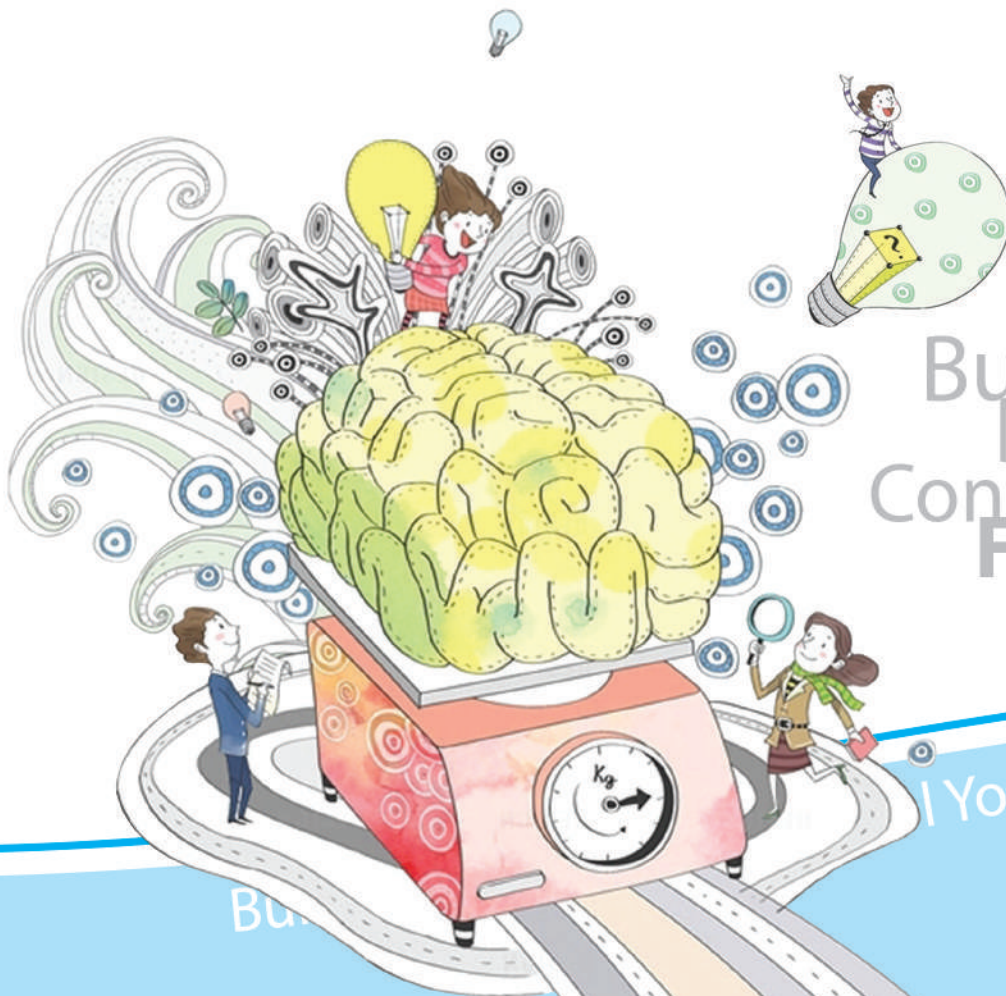
학습능력을 쭉쭉 올리는 집중력 충전소



Attention

T H E L E A R N I N G B R A I N

Time



Build Your
Dreams,
Control Your
Future!

Build Your Future!

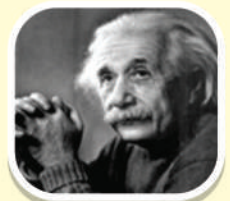
중요한 것은 바로 집중력 이다



! 집중력 향상의 중요성

- 성적에 영향을 미치는 것은 지능이 아니라 바로 집중력이다!
- 인간의 두뇌는 환경이나 경영학습에 의해 계속 바뀌는 신경가소성에 의해 진화한다.
- 성적을 올리려면 집중력부터 키워야 한다. 학습의 기초체력과 같기 때문이다.
- 초·중·고생 약 100만명 우울증 / 주의력결핍
- 공부를 잘하기 위해서는 먼저 학습자원의 바탕이 되는 두뇌 능력을 개선해야 합니다.

-아인슈타인-



! 어텐션타임의 훈련

어텐션타임은 집중력을 향상시키도록 가르쳐 줄 뿐 아니라, 집중을 방해하는요소를 무시하도록 하며, 기억력을 개선하며, 일처리를 잘 마무리 짓도록 하고, 차분하고 체계적인 사람이 될 수 있도록 가르쳐 줍니다. 이러한 훈련을 통한 효과는 학업의 성과와 자신감을 향상시키고, 의사소통이 좋아지며 대인관계가 원만해집니다. 더불어 가정에서의 삶이 더욱 행복할 수 있도록 해 줍니다.



- ✓ 초·중·고등학생
- ✓ IQ 65 이상
- ✓ 5.5세 이상
- ✓ 집중력 부족

집중력 훈련

- ✓ 집중력 향상
- ✓ 조직력의 향상
- ✓ 기억력 향상
- ✓ 운동 능력 향상
- ✓ 사회 적응 능력 향상
- ✓ 내부 행동 조절 능력 향상
- ✓ 인지 능력 향상
- ✓ 과제 마무리 능력 향상
- ✓ 행복한 생활 학교 & 가정

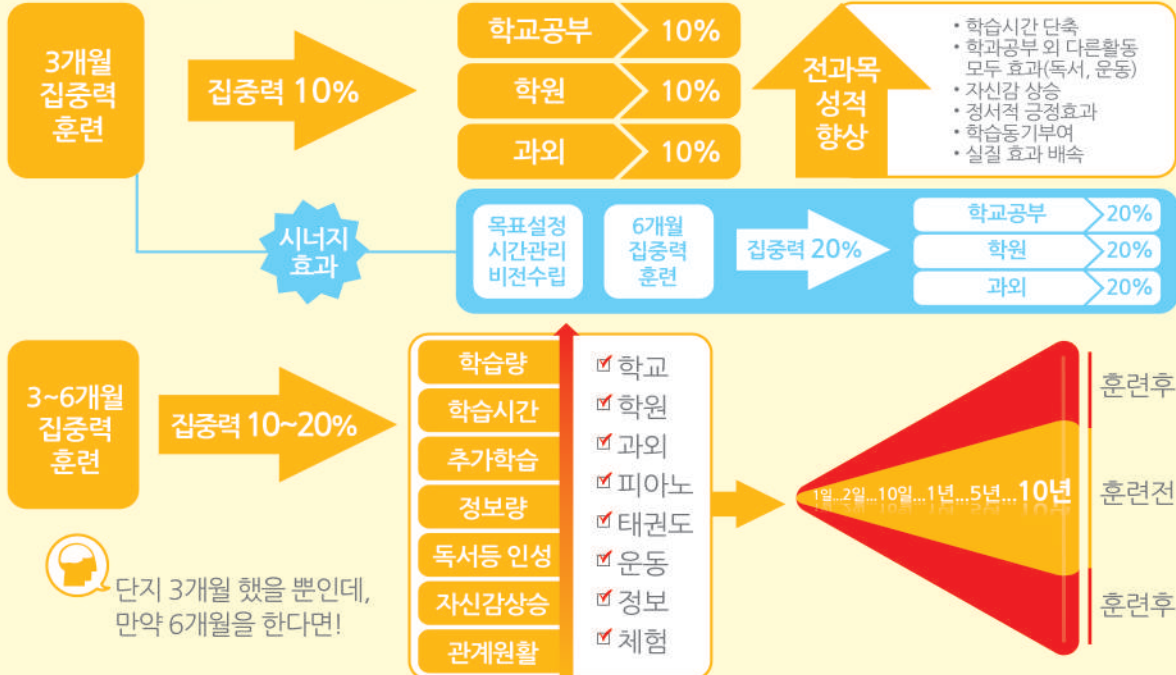
학습능력
성적
up

+ 집중력 훈련을 시작하고 나서...



순수집중력 훈련을 하고 부터...	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 수업시간 집중이 잘 됨 ✓ 방해요소가 있어도 집중 할 수 있음 ✓ 집중하는 시간이 두세배는 길어졌어요
시각 주의집중력 훈련을 하고 부터...	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 수업시간 분위기가 산만해도 집중이 잘 됨 ✓ 문제 풀이하는 속도가 빨라졌어요 ✓ 선생님 말씀이 머리에 쏙쏙 잘 들어와요
과제 완성력 증진 훈련을 하고 부터...	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 숙제를 끝마치는 시간이 빨라졌어요 ✓ 모든 학습을 시작하면 끝까지 마치게 됨 ✓ 공부하는 시간이 쫓겨갔어요
단기 기억력 증진 훈련을 하고 부터...	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 영어단어가 빨리 잘 외워져요 ✓ 문제를 풀때 실수가 확 줄었어요 ✓ 선생님 질문에 적극적으로 발표 하게 됐어요
인지식별력 향상 훈련을 하고 부터...	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 선생님 하시는 질문의 의도를 잘 알겠어요 ✓ 공부할 때 핵심을 잘 파악하게 됨 ✓ 공부가 예전보다 쉬워졌어요

! 어텐션타임의 집중력 훈련 효과



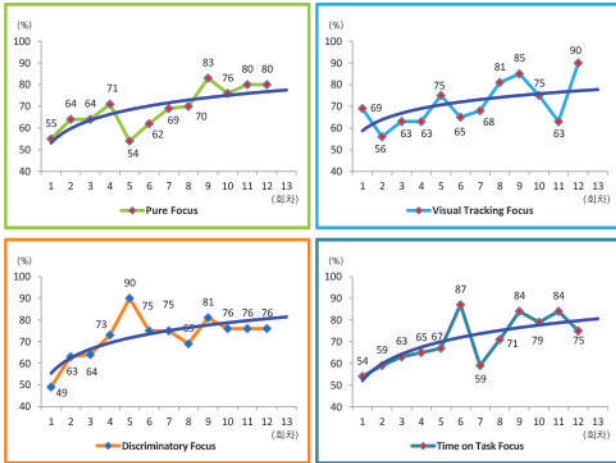
우리 아이도 이젠 집중력 왕

어텐션타임의 성공사례

초등학생 4학년 판교 센터 여학생 김 OO양 20회차 증감
 성적이 중상위권인 초등학교 4학년 이 모 군(11세)



작년 여름 방학동안 판교 집중력 센터에서 주 2회 집중력 향상 훈련을 받았다. 훈련을 하는 동안 아이의 변화가 더디자 오히려 이 모 군의 어머니는 조바심이 났었다. 하지만 지금은 꾸준한 훈련으로 집중력이 점차 향상됐고 칭찬해졌으며 집중시간이 늘어났다. 중상위권 성적이 이군은 가을 중간시험에 반에서 2등을 하는 등 어머니뿐만 아니라 아버지도 깜짝 놀랄만한 성적의 향상을 이루었다고 이군의 어머니로부터 감사의 선물을 받았다.

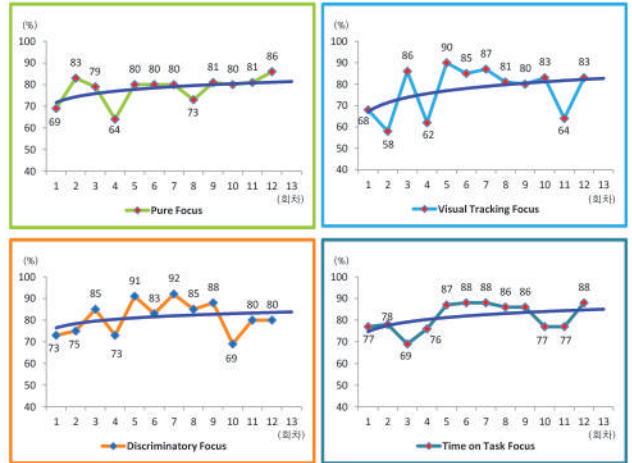


어텐션부모님의 추천사

초등학생 4학년 판교 센터 여학생 김 OO양 15회차 증감
 성적이 상위권인 초등학교 4학년 김 모 양(11세)



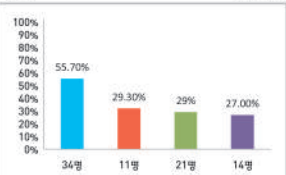
김양 어머니는 "평소 아이가 성적은 좋았으나 시험공부를 한 번 시키려면 엄마는 적당히 하려는 아이와 더 시키고 싶은 욕심에 다투도 많았다. 판교 집중력센터에서 집중력 향상 훈련 45세션을 훈련 후 김양 어머니는 시험기간 중 아이와 신경전이 없어져서 행복하다."
 "지금은 아이가 스스로 알아서 하니 다투도 없고, 오히려 '어? 공부 벌써 다했어?'라고 칭찬을 할 정도이다"라고 말하며 덧붙여 "딸이 더욱 긍정적이고 적극적인 성격으로 변했으며, 성적뿐 아니라 자신감도 많이 향상되었다고 한다."



(PlayAttention 임상효과)

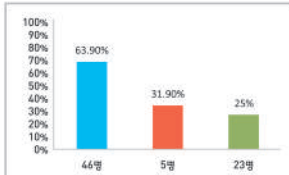
집중력 증가

인원	집중력 증가
34명	55.70%
11명	29.30%
21명	29%
14명	27.00%



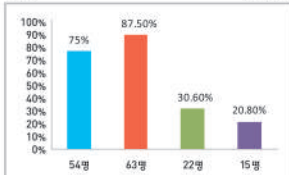
충동성 저하

인원	충동성 저하
46명	63.90%
5명	31.90%
23명	25%



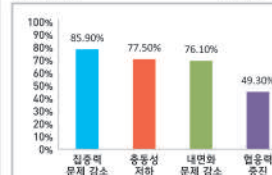
내면화 문제 개선

인원	집중력 증가
54명	75%
43명	87.50%
22명	30.60%
15명	20.80%



ADHD(72명)

구분	분포도
집중력문제 감소	85.90%
충동성 저하	77.50%
내면화 문제 감소	76.10%
협응력 증진	49.30%



어텐션타임의 프로그램



어텐션타임 프로그램은 미국의 NASA 우주 비행사들이 다양한 환경하에서도 주의 집중력을 잃지 않도록 훈련시키기 위한 프로그램으로 NASA 기술에 의해 최초 개발되었으며 민간회사로 기술 이전되어 교육용으로 최초로 개발된 강력한 학습 시스템입니다. NASA와 우주재단에서 인증되어 미국의 600여 초등학교와 교육 기관에서 사용되고 있으며 훈련 효과를 크게 인정 받고 있습니다.

집중력으로 컴퓨터 게임을 제어 할 수 있으며 여러분의 집중력이 마우스 또는 조이스틱의 역할을 하게 됩니다

1 집중력 베이직 훈련

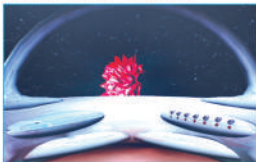
순수 집중력 향상 훈련
Attention Stamina



기억력 향상 및 집중력
Short Term Memory



인지 식별력 향상 및 집중력
Discriminatory Processing



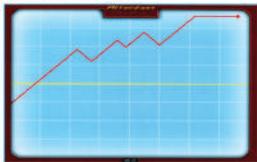
과제수행 능력 및 집중력
Time on Task



시각적 주의집중력
Visual Tracking

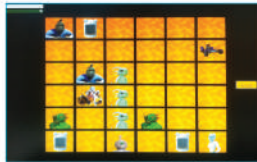


집중력 모니터링
Academic Bridge



2 옵션 강화 훈련

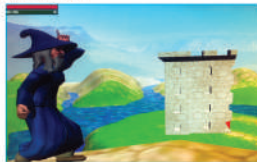
작동기억력 및 집중력
Working Memory



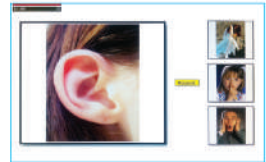
청각 실행 및 집중력
Auditory Processing



운동 스킬 및 집중력
Motor Skill



사회성 및 집중력
Social Skills Module



공간 기억력 및 주의집중력
Spatial Memory



핸드아이
Hand-eye Coordination



3 프로그램의 단계



4 프로그램 마스터



이것이 집중력 훈련의 원리



집중력 훈련의 원리



거울효과 - 거울속 자신의 모습을 들여다보듯 집중력을 실시간 눈으로 확인하며 훈련



자전거훈련의 원리 - 자전거 훈련과 동일한 훈련의 지속성 및 효과의 유지

우리의 뇌는 학습 기관이기 때문에 훈련을 일정기간 반복하면 학습되어 더 이상 훈련을 하지 않더라도 자동으로 기억되어 의식적 노력 없이도 자동적으로 습득된 기능을 발휘 할 수 있다.

자전거를 배우는 학습과정을 예를 들어 보자.

어렸을 때 열심히 연습하여 자전거를 타는 기술을 습득한 경우, 어른이 되어서도 새로 자전거를 타는 학습과정이 없이 탈 수 있다.

이것이 어떻게 가능한 것일까요?

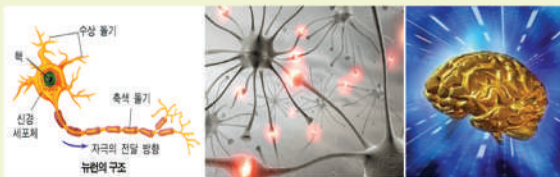
사람의 인체 내부에 자연적인 피드백을 가지고 있어 자전거를 탈 때는 내이(inner ear)안의 전정 기관이 피드백 역할을 한다. 반복적 학습과정을 통해 두뇌는 영원히 저장하고 있으며 자동적으로 신체의 근육을 조절하여 언제든지 다시 탈 수 있는 것이다.



집중력과 연관되는 뇌의 2가지 원리

■ 두뇌의 신경 가소성

두뇌는 환경과 학습에 의해 더욱 강하고 유연하게 변화합니다. 이것은 바로 '두뇌의 가소성'이 있기 때문입니다.



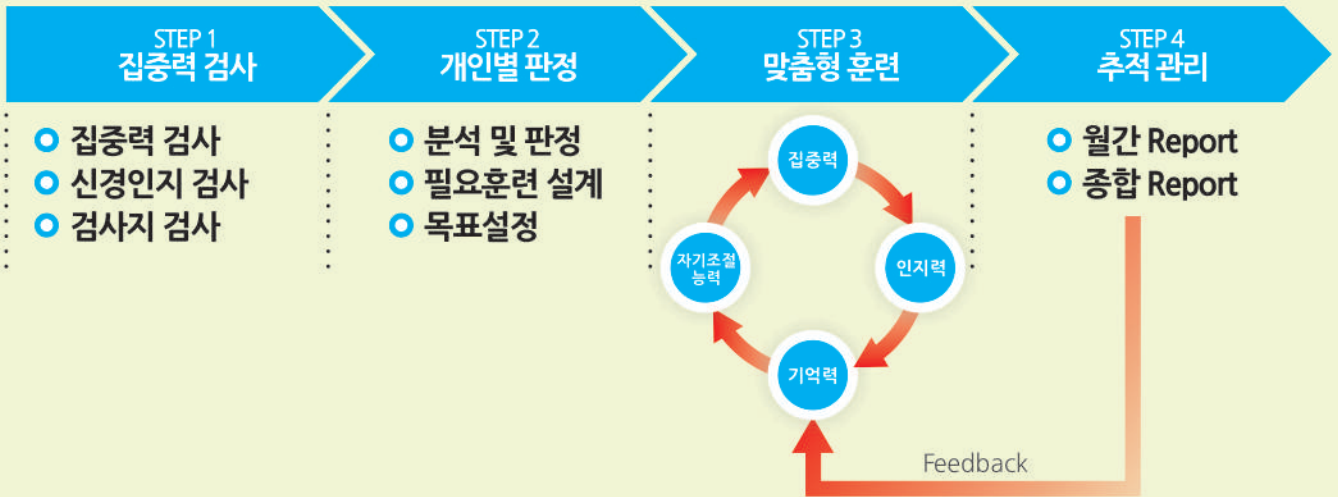
두뇌과학분야 연구 중 인간의 두뇌는 평생 동안 특정한 훈련이나 자극, 학습을 통해서 새로운 환경에 적응하며 끊임없이 개발되고 변화합니다. 두뇌 가소성은 길이 없는 산에 등산로를 만드는 과정과 같습니다. 누군가 길이 없는 산을 처음 올라갈 때 험미한 길이 생깁니다. 그리고 점점 많은 사람들이 그 길로 계속해서 산행을 하다 보면 길은 더욱 뚜렷하고 넓어진 완전한 등산길로 변화하게 됩니다. 우리의 두뇌 또한 집중력 훈련을 일정기간 훈련하게 되면 집중력을 높게 오래 지속할 수 있어 학습에 있어서 많은 정보를 보다 빨리, 오래 기억하고, 중요 핵심 정보를 구별 할 수 있는 무한한 두뇌 능력을 갖게 됩니다.

■ 두뇌의 신경회로



두뇌 회로란 뉴런간의 연결 상태를 의미하며 1000억 개의 신경세포는 무성한 정글에 비유하며 두뇌 회로는 깔끔하게 조직화된 시스템이 아니고 개인마다 서로 다른 두뇌 회로를 갖고 있습니다.

성인의 두뇌는 1,400그램 정도이고 영양분의 20%를 두뇌가 소비하는 만큼 두뇌는 많은 일을 하고 있으며 컴퓨터에서 중앙처리장치(CPU)와 같은 일을 하고 있습니다. 두뇌는 가소성과 탄력성을 동시에 가지고 있어 언제라도 변화할 수 있는 능력이 있습니다. 우리에게 필요한 집중력 훈련을 지속적으로 실시하면 우리의 두뇌는 언제든지 자동으로 집중을 잘 할 수 있게 두뇌 회로가 재구성될 수 있습니다. 하지만 아무것도 하지 않으면 목적 없는 무성한 뉴런 정글로 구성된 두뇌에 불과합니다.



★ 학업성적에 영향을 미치는 것은 ‘지능’이 아니라 ‘집중력’입니다.

아이들은 어렸을 때부터 학원 순례로 바쁘고, 부모들은 아이들 사교육비로 허리가 휠 지경입니다. 하지만, 성적을 올리고 공신(공부의 신)이 되려면 학습능력의 기초체력인 집중력부터 키우라는 게 교육전문가들의 공통된 조언입니다. 집중력은 학업을 마칠 때까지는 학습성과를 좋게 해주며, 사회에 진출해서는 자기의 분야에서 업무성과를 높여주는 힘이 됩니다. 학생시기에는 사회성 발달을 도와줄 뿐만 아니라 사회에 진출해서는 대인관계를 원만하게 해주는 원천이기도 합니다. 집중력이야말로 인생 전 시기에 걸쳐 성패를 좌우하는 주요 영향요인이라고 할 것입니다.

★ 강력한 학습 집중력 강화시스템으로 집중력을 높이고 두뇌를 마음대로 조절 하세요

자신의 주의 집중력을 직접 눈으로 보면서 실시간 확인하며 집중력을 향상시키는 방법을 배우고 장 단기 기억력, 인내력, 과제 수행 마무리 능력, 시각적 추적력, 그리고 집중을 방해하는 요소들을 제거 하는 정보식별력 훈련을 통해 학습에 필요한 계획력과 실행력을 키우게 됩니다. 이러한 훈련을 통해 학생들은 점차 교실 혹은 집에서 필요한 스킬들을 성공적으로 학습 하게 됩니다.

학교에서

- ☑ 수업중 주의력 높이기
- ☑ 주어진 과제 완수하기
- ☑ 선생님 말씀 잘 따르기
- ☑ 학교 규칙 따르기
- ☑ 과제에 대해 체계 갖추기
- ☑ 친구 만들고 사람들과 잘 지내기

집에서

- ☑ 지루하고 하기 싫은 일 완수하기
- ☑ 가정 규칙 따르기
- ☑ 부모님 말씀 잘 따르기
- ☑ 스스로 공부와 학습물 입
- ☑ 숙제 끝마치기
- ☑ 형제, 자매들과 잘 지내기

학습능력 UP 주의집중력 UP 집중력 훈련의 7가지 효과

- 1 주의 집중력 향상
- 2 시각적 집중력 향상
- 3 주어진 시간 내 과제 수행 완수 향상
- 4 기억력 향상
- 5 인지 식별의 처리과정 향상
- 6 과제 수행능력 향상
- 7 사회성 발달





집중력은...

- 성공의 열쇠다.
- 공부력이다.
- 버티는 능력이다.
- 모든 학습능력의 기초체력이다.
- 마음의 근육이다.
- 인내력이다.
- 충동을 조절하는 힘이다.
- 일상생활뿐 아니라 공부나 일을 하는데 꼭 필요한 능력이다.
- 뇌에서 정신작용을 통솔하는 오케스트라의 지휘자 역할을 한다.
- 모든 성취에 반드시 필요한 능력이다.
- 우리의 행복을 이끄는 핵심적인 열쇠다.

“저는 20년 넘게 특수 교육에서 일을 하고 있습니다만 제가 경험한 것 중 플러제어텍션은 과학에 기반을 둔 집중력에 관한 최고의 시스템입니다.”

- Dr. Sam Dempsey, Executive Director Exceptional Children's Programs, Winston-Salem Forsyth Co. Schools

“플러제어텍션은 아이들의 부정과 긍정의 모두를 조절하고 이해하는데 도움을 주는 행동에 근거한 최초의 시스템입니다.”

- Dr. Jean Guertin, Ph.D., Educational Psychologist

