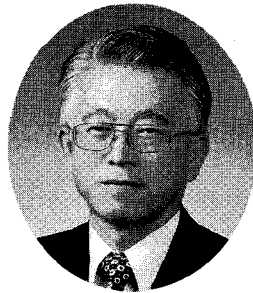


지·면·보·수·교·육

효과적인 강의법

# 강의능력 향상 교육 Program



안 상 민  
(한국산업안전공단 서울지역본부 교육홍보부장)

## 1. 머리말

보라매공원에는 계절과 관계없이 거동이 불편한 腦卒中(중풍) 재활 요양자들이 부인이나 남편의 부축을 받으면서 열심히 걷는 모습을 흔히 볼 수 있다.

그분들 가운데는 자신의 지병관리를 잘 하지 못 해서 발병한 사람뿐만 아니라 직장에서 일을 하다 과로로 고혈압이 악화되신 분들도 많이 있을 것이다.

근간에 뇌·심혈관계 질환 및 사망 재해가 크게 늘어나고 있다 (99년 11월까지 사망 289명, 요양 858명). 식생활이 서구화되고 고령화 사회로 변했는데도 건강에 대한 관심은 옛 상태에 머물러 있기 때문일 것이다.

산소결핍에 의한 질식사나 난청, 누적외상성질환, 요통, 화학물질과 중금속중독 등 새로운 직업성질환도 발생하고 있다.

그 밖에도 산업재해보상신청을 하지 않고 있거나, 신청중임에도 아직 판정을 받지 못하고 있는 근로자까지 포함하면 산업재해로 인해 고통을 받고있는 근로자 가족의 숫자는 더 많을 것으로 생각된다.

단순히 통계숫자로서의 재해자가 아니라 내 자신이 재해를 입었다고 생각해보자, 사랑하는 내

가족이 직업병에 시달리고 있다고 가정해보자, 회사가 얼마나 원망스럽고, 한 많은 삶이 되겠는가?

직업병을 예방하기 위해서는 작업환경시설측면에서 조치할 사항이 있고, 정기적인 건강진단과 작업전환 등 제도적, 관리적 측면에서 해야할 일도 많지만 일차 보건의료에서 강조하는 보건교육이 중요하다. 이는 근로자 스스로 자기의 건강관리 능력을 향상시킬 수 있는 유용한 전략이기도 하다.

## 2. 강의 목적과 목표의 설정

보건관리자인 산업간호사가 보건교육을 하려면 먼저 『나는 왜 이 교육을 해야 하는가?』 하는 물음에 대답을 해야 한다. 단순히 법에서 정해진 보건관리자로서의 직무와 직업병 발생시 대외적인 회사의 책임을 면하기 위해서라면 그런 교육은 의미가 없다.

적어도 건강에 문제가 있고, 직업성 질환에 이환되어 있는 근로자가 곧 나 자신과 내 가족이었을 경우 재해예방을 위해 필요한 교육을 하는 것이 중요하다.

그 다음은 『무엇을 가르칠 것인가?』의 물음에 대한 대답이다.

오늘 1시간동안에 『뇌·심혈관계 질환의 종류와

증상, 발병과정, 비만관리, 식이요법, 운동요법 등』(지식)을 가르칠 것인가? 인력운반작업의 『인양자세』를 실습(기능) 시킬 것인가? 약 먹기를 소홀히 하는 고혈압환자에게 어떻게 약을 복용하게 할 것인가?(태도)의 강의목표를 구체적으로 설정해야 한다

1회에 한가지씩 충분한 사례를 들어 재미있게, 기억이 잘 되고, 그리고 반드시 실천하도록 가르쳐야 한다. 한번에 많은 것을 전달하려는 과욕은 강의실패의 주요 원인이 된다.

### 3. 강의자료수집, 강의방법의 선정

세 번째 물음은 『어떻게 강의 할 것인가?』이다. 좋은 자료는 성공적인 강의의 관건이라고 할 수 있다.

기술적이고, 이론적인 자료는 한국산업안전공단, 산업보건협회, 보건복지부 및 산하 전문기관, WHO, NIOSH 등에서 발간된 각종 도서와 INTERNET을 통해 구할 수 있다.

반드시 검증된 자료이어야 하고, 민간요법이나 개인적인 경험, 대체의학 등의 자료를 함부로 사용해서는 안된다.

사례와 Humor는 생활주변에서 수집하여 강의주제별로 Filing 해두는 것이 좋다.

지식과 기능 교육을 할 경우 수강생의 수는 동질 집단(신규채용자, 같은 직종 근로자, 40대 여성근로자 등) 20명 내외, 태도형성 교육시에는 40명을 기준으로 하되 최대한 60명을 초과하지 않도록 하는 것이 좋다.

부득이 100명 이상의 집합교육을 해야 한다면 황수관 박사의 TV 강의와 같이 웃음거리 반, 내용 반 정도로 별도의 강의안을 준비하는 것이 효과적이다.

강의 수준은 수강생의 『눈 높이』에 맞추어서 쉬운 것부터 한가지씩 매월 단계적으로 높여 가면 좋다.

전문용어는 쉬운 말로 풀어서 한사람도 이해 못하는 사람이 없도록 하고, 그리고 오래 오래 기억 되도록 표현하는 배려도 필요하다.

교육방법은 강의식, 질문식, 시범·실습식, 토의식, 역할연기식, 문제해결식, 사례연구식(Case Study) 등을 강의할 내용에 따라 선택하거나 적절히 혼용해서 구사해도 좋다.

### 4. 강의안 작성

강의를 계획하고, 준비하고, 시행하는 과정은 집을 짓는 과정과 흡사하다.

집을 지을 계획은 교육계획(강의전략), 건축설계는 강의안의 작성과 같은 과정을 밟게 된다.

강의안은 강의의 설계도이므로 강의의 일관성을 유지하고, 강의 도중에 중요한 내용을 빠뜨리는 것을 방지하기 위해 반드시 작성할 것을 강조한다.

강의안을 구성할 내용은 『도입』, 『전개』, 『마무리』의 3단계로 하고, 도입부분은 다시 『주의집중』과 『동기부여』 『학습개요』의 3단계로 한다.

마무리 부분도 다시 『요약』, 『재 동기부여』, 『감사와 당부』의 3단계로 구성한다.

도입단계에서 주의를 잘 집중시키고 본 강의를 들어야 하겠다는 학습동기를 이끌어 내는 것은 강의의 성과를 좌우하는 중요한 과정이다.

전개단계에서는 매 주제마다 해당하는 사례를 삽입하여 사례위주의 강의를 하면 근로자들이 강의 내용을 쉽게 이해하게 된다.

이를테면 성인병예방을 위한 『비만』에 대한 강의를 할 경우에 수강생 중 40대 중반으로 보이는 뚱뚱한 분을 지명해서 『죄송하지만 현재 선생님의 체중과 키는 얼마입니까? 몇 세에 군에 가셨습니까? 그때의 체중을 기억하십니까?』문고, 대답을 칠판에 기록한 후, 표준체중과 현재의 상태를 비교해서 계산해주면 각자 자기의 비만정도를 구체적으로 이해하게 된다.

영양소와 Kcal이해시키고자 할 경우 회식의 사례를 들어서 1인당 소주 1병 몇Kcal, 삼겹살 몇 Kcal, 공기 밥 몇Kcal를 먹고 마시면 에너지가 얼마나 되고, 또 그 속에 포함된 필수영양소가 얼마나 들어 있는지를 설명해주면 열량 과잉에도 불구하고 필수 영양소는 오히려 부족하다는 것을 구분하게 된다.

성인교육은 사실상 예습, 복습이 불가능하므로 배운 것은 그 시간에 완전히 익히고 실천으로 옮길 수 있도록 중요 내용마다 중간 요약해 주고, 마무리 때는 다시 한번 더 중요사항을 구체적으로 요약해서 강조한다.

강의 내용이 마련되면 단계별, 주제별로 시간을 배분하고 매 시간당 50분이 초과되지 않도록 한다.

50분이 초과하거나 점심시간, 퇴근시간이 지나면 산만해지기 쉽고 앞에서 강의한 부분까지 손실될 우려가 있다.

그 다음 유머를 삽입한다. 유머는 강의에 활력을 주는 중요한 요소로서 매 10분마다 하나씩 터뜨려서 수강생의 피로를 풀어주고, 집중력을 다시 모을 수 있도록 해야한다.

유머의 내용은 강의주제와 관련이 있는 것으로 한정하고 알맞은 유머가 없으면 차라리 생략하는 것이 좋다.

그 다음 판서계획, TP, 모형, 실물 등 학습 보조 자료 활용 계획을 세운다.

강의안 작성의 마지막 단계는 수강생의 학습분위기가 가라앉을 경우를 대비하여 스트레칭, 박수, 복창 등 강의활성화 방안을 별도로 준비한다.

### 5. 강의연습과 평가

강의안이 마련되면 반드시 강의를 연습할 필요가 있다.

실제상황과 꼭 같은 여건(MIC 사용, 강의 보조 자료 활용 등)을 마련하여 연습하면 더욱 좋고, 시간이 허락되지 않으면 거울을 보면서 혼자 연습해도 좋다.

연습 중 앞뒤의 논리가 맞지 않는 부분이나 설명이 잘 안 되는 부분은 보완하거나 빼도록 한다.

친구나 가족 등으로부터 연습과정의 솔직한 강평을 받을 수 있으면 크게 도움이 될 수 있다.

### 6. 학습도구와 강의 보조자료의 활용

수강생들의 여러 감각기관을 최대한 동원하면 교육효과를 크게 높일 수 있다.

듣는 것보다는 보는 것이 좋고, 보고 들을 수 있으면 더 좋고, 만져볼 수 있으면 더욱 좋겠다

#### 교육효과(질문)

1 읽는 것	10%
2 듣는 것	20%
3 보는 것	30%
4 보고 듣는 것	50%
5 다른 사람과 함께 토론	70%
6 개인적으로 경험하는 것	80%
7 다른 사람을 가르치는 것	95%

POWER-POINT를 이용한 동화상 자료를 제시

하면 가장 바람직하고, OHP의 COLOR TP를 이용한 사진, 자료의 활용도 권장한다.

POWER-POINT나 TP를 만들 때는 교육장 맨 뒤쪽 좌석에서도 잘 볼 수 있는 크기의 글씨나 자료가 되게 하는 것이 중요하다.

칠판에 판서를 할 때는 미리 판서계획을 세워서 칠판의 어느 한 쪽으로 판서가 치우치지 않도록 하고, 글씨는 정자로 또박또박 쓰도록 한다.

근로자가 작업 중 고쳐야할 부분을 지적할 때는 가능하면 현장의 실제장면을 녹화해서 보여주면 좋고(녹화가 어려우면 사진도 좋음), 실물이나 모형을 제시하면 학습효과에 크게 도움이 된다.

### 7. 교육장소

성인은 교육시설이 자기 집이나 사무실(작업장)에 있을 때 보다 조금만 불편하면 그 불편한 느낌 때문에 교육이 지장을 받게 된다.

조명, 의자, 냉·난방, 소음관리 등에 특별한 주의를 기울이고, 식당을 상설 교육장으로 사용하는 것은 재고해야 할 것이다.

교육을 시작하기 2시간 전에 MIC, VTR, OHP 등 학습시설을 점검하고 CABLE 등이 산만하게 드리워지지 않도록 정돈한다.

### 8. 산업보건교육의 특성

산업보건교육은 회사의 실질적인 필요보다는 산업안전보건법의 의무규정에 의해서 반강제적으로 이루어지는 경우가 많다.

수강자의 입장에서 보면 학습동기가 갖추어지지 않은 비자발적 교육이므로 강사에게 부담이 될 수 있다.

시간대로 보면 오전작업의 피로가 쌓인 11시, 식곤증이 엄습하는 오후 1시, 그날의 피로가 누적된 퇴근하기 1시간 전으로 하루 중 집중력이 가장 떨어지는 시간을 배정받기 일췌이다.

좀더 심한 경우는 업무종료 후 또는 심야근무를 막 끝내고 빨리 집에 가서 씻고, 자고 싶은 시간인 경우도 있어서 사실상 강사로서는 엄청난 부담이 된다.

강의 주제(THEME) 측면에서 보면 수강자가 살아온 과정에서 어릴 때부터 형성된 자기 나름대로의 가치관과 잘못 습득된 건강지식·정보, 오래된 나쁜 습관 등이 있어서 그 생각이 비록 옳지 못하다고 하더라도 바꾸기가 대단히 어려운 것이다.

또한 매월 1~2시간씩 정기적으로 교육을 하게 되면 2년 정도 후에는 같은 주제가 반복될 수 있기 때문에 자칫하면 수강자가 식상하기 쉽다.

강사는 비록 산업간호사 자격과 임상 경험이 있는 전문가이지만 교육에는 비전문가이고, 늘 같은 직장에서 수강자와 얼굴을 대하면서 때로는 상사로 부터 꾸중을 받는 모습까지도 수강자들이 봤을 수 있기 때문에 강사의 권위에도 어려움이 따를 수 있다.

강의준비에는 많은 시간을 몰입해야 하는데 다른 업무를 겸하고 있기 때문에 언제나 준비시간 부족의 아쉬움을 갖기 마련일 것이다.

그럼에도 불구하고 소홀히 할 수 없는, 아니 조금만 소홀히 했을 경우에는 한 근로자가 엄청난 불행할 수 밖에 없는 중요한 업무이므로 때로는 울고 싶은 경우도 많았을 것으로 생각된다.

그러나 이 모든 어려움을 극복하는 것이 보건관리자의 사명이 아니겠는가?

개인건강의 문제는 세상의 어떤 것보다 중요하고 관심이 많기 때문에 생활주변이나, TV와 신문에서 생생한 사례를 쉽게 구할 수 있는 장점도 있다.

수강자의 학습동기가 낮고 최악의 강의시간대를 배정 받은 난관을 극복하는 기술을 익히면 힘이 들었던 만큼 더 훌륭한 강사가 될 수 있는 보람도 있다.

같은 주제의 교육이 2~3년 안에 반복될 때는 사례를 바꾸고 참신한 호기심을 자극할 내용을 가미하면 된다.

## 9. 강사의 자세

성인교육은 교사가 학생을 가르치는 경우와 다르다.

강사는 다만 수강생보다 먼저 배웠거나 경험한 것을 나누어 갖는다는 겸손한 자세가 요구된다.

수강자에게 존댓말을 쓰고, 어떤 경우에도 수강자의 자존심을 상하게 해서는 안된다.

강의 전달은 모임이나 음주를 피하고 충분한 수면으로 휴식을 취해야 한다.

강의시간 30분전에 교육장 입구에 서서 들어오는 수강생을 웃음으로 반갑게 맞이하고, 강의가 끝났을 때도 교육장 출구에 서서 한분 한분과 악수를 나누면서 환송한다.

강사는 전문지식과 인격과 가르치는 기술을 함께 갖추고 정성을 다 했을 때만 소정의 내용을 전달할 수 있다.

아기를 키우는 엄마와 같은 정성이 필요한 업무이다. 우리 조상들은 1,235년 몽고군의 침공을 불력으로 막기 위해 8만대장경을 만들 때 1,000명이 16년간 글자 한자를 새길 때마다 3배를 하면서 84,685장을 제작하는 정성을 들였다.

동료의 생명을 지키려는 교육은 이런 정성이 있어야 하지 않겠는가?

이런 정성을 갖들인다면 그 다음 일은 수강자의 몫이 되리라고 본다.

## 10. 맺는 말

평생 강의를 하는 대학교수들 중에도 강의를 잘하는 분이 흔치 않은 것을 보면 강의가 얼마나 어려운가를 알 수 있다.

상냥한 목소리나 부드러운 인상, 재치있는 유머 감각 등 필요한 자질의 일부를 타고난 사람도 있기는 하지만 모든 요건을 타고난 사람은 없다.

평소에 계속해서 자료를 수집하고, 자신의 『삶 자체가 한편의 강의』가 되도록 꾸준히 노력하고, 강의가 끝날 때마다 장단점을 memo해서 보완해 가면 5년, 또는 7년 후에는 자연스런 호소력이 나오게 될 것이다.

21C 유망산업으로 건강과 의료분야를 전망하고 있다. 가정의료시대가 도래하면 간호사의 활동 영역이 크게 넓어질 전망이다.

또한 유망 직업으로서 성인교육, 사내교육강사의 비중이 커질 것이다.

산업간호사 여러분! 훌륭한 강사의 문을 두드리자.

Knock! The Door Will Be Opened To You.

5일간의 강사양성과정 내용 중 이론은 제외하고 실무경험으로 알아야 할 내용만 설명했으나 지면관계로 강의기술부분은 포함시키지 못했음을 아쉽게 생각한다.

평소에도 격무로 고생하시는 산업간호사 여러분께 위로와 격려를 보내며 이 글이 보건교육에 작은 보탬이라도 되기를 바란다.

(E-Mail : safedu@netian.com HomePage : my.netian.com/~safedu)