

3. 주의력 결핍-과잉행동 장애

2000 주의력 결핍-과잉행동장애					
영역	하위 영역	훈련목표	요육 단계	요육 내용	제 재
주의 력 결핍 · 과잉 행동 장애	I.개인정서 확립 (14단계)	· 개인 내적인 정서를 확립하여 자신의 감정과 행동을 조절하고 긍정적인 자아개념을 형성할 수 있다.	1.자기통제하기 (6단계)	1) 주의집중하기	① 주의환경에 주의기울이기 ② 하던 활동중지하고 주의집중하기 ③ 잠시동안 특정한 물건에 시선고정하기 ④ 이야기 소리 들리면 활동 중지하고 집중하기 ⑤ 주의 물건에 주의 기울이기 ⑥ 말하는 사람 쳐다보기 ⑦ 움직이는 물건 시각적을 쫓기
				2) 충동통제하기	① ‘안돼’라는 말에 반응하고 기다리기 ② 차례 기다리기 ③ 요구한 음식물 기다리기 ④ 자신의 요구를 말이나 행동으로 표현하기 ⑤ 행동하기전 생각하기 ⑥ 식사시간동안 자리 지키기 ⑦ 수업시간동안 자리에 앉아 있기 ⑧ 발표할 때 손들고 조용히 기다리기 ⑨ 게임 중 차례 기다리기
				3) 욕구불만 자제하기	① 울지 않고 원하는 것 가르치기 ② 분노를 말로 표현하기 ③ 불만을 말이나 행동으로 표현하기
				4) 변화 순응하기	① 갑작스런 변화에 화내지 않기 ② 여러 장소를 다녀보기 ③ 하루의 계획을 이야기하고 다음에 일어날 일 알기 ④ 여러 가지 변화된 상황 놀이하기

영역	하위 영역	훈련목표	요육 단계	요육 내용	제 재
주의 력 결핍 · 과잉 행동 장애	I.개인정서 확립 (14단계)	· 개인 내적인 정서를 확립하여 자신의 감정과 행동을 조절하고 긍정적인 자아개념을 형성할 수 있다.	1.자기통제하기 (6단계)	5) 불안-위축 행동 변화하기	① 명상음악 들으며 명상하기 ② 음악에 맞추어 몸을 이완시키기 ③ 불안할 때 노래 부르기 ④ 불안-위축할 때 자신의 느낌을 이야기하기 ⑤ 친구와 함께 행동하기 ⑥ 자기 스스로에게 '괜찮아' 말하기
				6) 과제 완수하기	① 주위를 빼앗기지 않고 일에 열중하기 ② 다른 사람을 방해하지 않고 다른 과제로 넘어가기 ③ 남은 시간 잘 활용하기 ④ 주어진 시간 안에 정해진 일 끝내기 ⑤ 책상이나 물건 정리하기 ⑥ 숙제 잘하기
			2. 자신의 감정조절하기 (3단계)	1) 자신의 감정 이해하기	① 여러 가지 감정상태 알아보기 ② 상황에 맞는 감정 알아보기 ③ 여러 가지 상황에서 자신이 느끼는 감정 이야기하기
				2) 자신의 감정을 적절히 표현하기	① 분노를 언어로 표현하기 ② 기쁨을 언어로 표현하기 ③ 슬픔을 언어로 표현하기 ④ 좌절을 언어로 표현하기 ⑤ 감정을 행동으로 표현하기 ⑥ 음악에 맞추어 감정을 표현하기
				3) 감정적 행동 조절하기	① 여러 가지 행동으로 감정상태 알기 ② 행동 중에 적절한 행동과 적절하지 못한 행동 알기 ③ 바람직하지 못한 감정적 행동 자제하기
			3. 자아개념 획득하기 (5단계)	1) 신체상 파악하기	① 자신의 신체부위와 그 기능 알기 ② 자화상 그리기 ③ 모든 사람이 공통적인 신체적 특징 알기 ④ 자기의 자신 있는 부분 이야기하기 ⑤ 자기의 신체를 사용하여 뜻깊은 일 하기

영역	하위 영역	훈련목표	요육 단계	요육 내용	제 재
주의 력 결핍 · 과잉 행동 장애	I.개인정서 확립 (14단계)	· 개인 내적인 정서를 확립하여 자신의 감정과 행동을 조절하고 긍정적인 자아개념을 형성할 수 있다.	3.자아개념 획득하기 (5단계)	2) 자신을 지각하기	① 거울 안의 자기 모습보기 ② 자기 이름에 반응하기 ③ 자신이 누구인지 알기 ④ 자신을 다른 사람에게 행동이나 말로 표현하기 ⑤ 자기 개방하기
				3) 자아정체감 확립하기	① 자신의 소중함을 알기 ② 자신을 사랑하는 마음 알기 ③ 삶의 소중함 알기 ④ 장래 생활 설계하기 ⑤ 자신의 가치 경험하기
				4) 자존감·자립심 키우기	① 자기 존중하기 ② 자기 존재 인식하기 ③ 타인에게 기대지 않고 스스로 하기 ④ 스스로 알아서 하기 ⑤ 스스로 보상하기 ⑥ 실패 조절하기
				5) 자기 지도하기	① 어려운 상황 대처하기 ② 좌절하기 않기 ③ 스스로 자신을 통제하기 ④ 자신이 스스로 계획을 세우기
	II. 대인관계 형성 (7단계)	· 원만한 대인관계를 형성하여 올바른 개인생활과 사회생활을 영위한다.	1.원만한 대인관계 기 초 마련하기 (4단계)	1) 타인에 대한 인식하기	① 다른 사람의 표정에 호응하기 ② 사람들과 적극적으로 상호작용하기 ③ 말하는 사람의 얼굴을 바라보고 호응하기 ④ 타인의 신체적 특징을 알기 ⑤ 타인의 도움을 받아들이기 ⑥ 가족과 이웃 알기

영역	하위 영역	훈련목표	요육 단계	요육 내용	제 제
주의 력 결핍 · 과잉 행동 장애	II. 대인관계 형성 (7단계)	· 원만한 대인관계 를 형성하여 올바른 개인생활과 사회생 활을 영위한다.	1. 원만한 대인관계 기 초 마련하기 (4단계)	2) 타인의 정서 알기	① 여러 감정을 알기 ② 타인의 행동으로 정서 알기 ③ 타인의 말로 감정 알기
				3) 자신과 타인과의 관계인식하기	① 가족과 나와의 관계 알기 ② 친구와 나와의 관계 알기 ③ 다른 사람과 나와의 관계 알기 ④ 타인과의 관계에서 적절한 행동하기 ⑤ 타인과의 관계를 유지하기 위한 말하기 ⑥ 타인을 신뢰하기
				4) 자기 중심적 행동 바꾸기	① 타인 중심의 행동하기 ② 타인의 입장을 알고 배려하기 ③ 겸손하게 행동하기 ④ 다른 사람에게 순서 양보하기 ⑤ 다른 사람에게 협력하기 ⑥ 다른 사람의 권리 존중하기
			2. 적절한 대인관계 형 성하기 (3단계)	1) 적절한 상황파악하기	① 여러 가지 상황파악하기 ② 장소, 시간, 대상에 따른 적절한 행동 취하기 ③ 일어날 수 있는 상황에 대하여 이야기하기
				2) 개인간 문제 해결하기	① 서로의 의견 이야기하기 ② 상대방의 이야기 듣기 ③ 자신을 괴롭게 하는 행동 무시하기 ④ 다툼이 일어나는 상황에서 해결책 이야기하기 ⑤ 부모, 교사에게 의견 물어보기 ⑥ 잘못을 시인하기 ⑦ 미안하다고 말하기
				3) 공감하기	① 타인의 입장 알기 ② 상대방의 주장듣기 ③ 여러 가지 이야기 듣고 공감하기 ④ 상대방이 되어 행동해 보기

영역	하위 영역	훈련목표	요육 단계	요육 내용	제 재
주의 력 결핍 · 과잉 행동 장애	Ⅲ.사회성 기 능 (12단계)	· 기초적인 행동적 응능력이 포함된 사 회성 기술을 익혀 앞으로 사회 구성원 으로 원만하게 사회 생활을 영위하게 한 다.	1. 지시 따르기 (2단계)	1) 단순 지시 따르기	① 간단한 신체동작 따라하기 ② 간단한 언어적 지시 따라하기 ③ 연속적 신체동작 따라하기 ④ 연속적 언어적 지시 따라하기
				2) 복잡한 지시 따르기	① 울동 따라하기 ② 안전적 지시 따라하기 ③ 규칙 지키기 ④ 과제하기
			2. 자기 주장하기 (3단계)	1) 자기소개하기	① 인사하기 ② 같은 또래 친구에게 말 걸기 ③ 다른 사람의 말 들어 주기 ④ 친구의 이름 외우기 ⑤ 자신의 신상에 관한 정보 이야기하기 (성별, 이름, 나이, 형제, 주소, 생일, 전화번호)
				2) 대화하기	① 상황에 맞는 주제선정하기 ② 대상에 맞는 이야기하기 ③ 자신이 원하는 것을 말하기 ④ 다른 사람의 말 들어 주기 ⑤ 전화하기 ⑥ 하고자 하는 것을 표현하기 ⑦ 각자의 느낌 주고받기 ⑧ 사건에 대하여 이야기하기
				3) 생각 전달하기	① 생각나는 것 이야기하기 ② 자신의 느낌을 이야기하기 ③ 편지나 글로 표현하기 ④ 그림으로 표현하기
			3. 함께 활동하기 (3단계)	1) 함께 놀기	① 짝을 이루어 활동하기 ② 여럿이 악기 연주하기 ③ 함께 울동하기 ④ 운동하기 ⑤ 스스로 참여하기

영역	하위 영역	훈련목표	요육 단계	요육 내용	제 재
주의 력 결핍 · 과잉 행동 장애	Ⅲ.사회성 기 능 (12단계)	· 기초적인 행동적 응능력이 포함된 사 회성 기술을 익혀 앞으로 사회 구성원 으로 원만하게 사회 생활을 영위하게 한 다.	3. 함께 활동하기 (3단계)	2) 상호작용하기	① 친구와 손잡기 ② 친구와 안아주기 ③ 친구의 잘한 점 칭찬하기 ④ 서로 양보하기 ⑤ 잘못된 점 이야기하기 ⑥ 서로에 대하여 관심 갖기 ⑦ 활동에 참여하도록 돕기
				3) 규칙 지키기	① 규칙의 개념에 대하여 알기 ⑧ 규칙 따르기 ⑨ 친구와 협력하기 ④ 간단한 경쟁적 놀이하기
			4. 책임감 기르기 (2단계)	1) 행동의 결과 알기	① 생각하고 행동하기 ② 행동의 바름과 그름 알기 ③ 행동 후 의 결과 알기
				2) 권리 및 의무 알기	① 자유 알기 ② 권리 알기 ③ 자유와 권리를 바르게 사용하는 법 알기 ④ 자유에 따른 책임 알기 ⑤ 의무 알기
			5. 도덕성 기르기 (2단계)	1) 도덕성 알기	① 도덕 의미 알기 ② 우리사회의 도덕적 가치관 알기 ③ 도덕의 필요성 알기
				2) 도덕성 기르기	① 사회에 맞는 가치기준 지키기 ② 인간적인 감성 기르기