

역량강화 교육프로그램 가이드북 진행 안내서

더 멋진 미래를 계획하는 힘 !

자기이해와 성장 프로그램



한국자활복지개발원
한국자활연수원

역량강화 교육프로그램 가이드북 진행 안내서

더 멋진 미래를 계획하는 힘 !

자기이해와 성장 프로그램



한국자활복지개발원
한국자활연수원

머리말

한국자활복지개발원 한국자활연수원은 자활사업현장 실무자들을 늘 응원하고, 현장 실무에 도움이 되는 교육프로그램은 물론 교육자료들을 지원하기 위해 노력하고 있습니다.

2019년에는 연구용역사업을 통해 <청년자립도전사업 역량강화 교육프로그램 가이드북>을 개발하여 배포하였습니다.

<청년자립도전사업 역량강화 교육프로그램 가이드북, 한국자활연수원(2019)>

구 분	프로그램명	회기수
마음의 힘 기르기 프로젝트	회복탄력성 셀프코칭	4회기
	자기이해증진 프로그램	5회기
사회적 힘 기르기 프로젝트	경제관리 프로그램	4회기
	생활관리 프로그램	5회기
진로발달 프로젝트	진로설계 프로그램	7회기
	직업인 인터뷰 프로그램	1회기
	마을공동체나눔 프로그램	1회기

○ 역량강화 교육프로그램 가이드북 개발 배경

- (개발목적) 청년자립도전사업단 임파워먼트 I 단계 운영 활성화 및 지역자활센터 참여자 자활역량 강화 지원
- (연구기획) 연수기획부 손흥범 부장, 오재환 대리
- (연구기간) 2019.10.~2019.12.
- (수행기관) 휴먼임팩트 정병오 이사장, 김교연 연구원, 백아름 연구원

올해는 <역량강화 교육프로그램 가이드북>의 프로그램 중 세부적인 진행방법을 설명하는 <역량강화 교육프로그램 진행안내서>를 제작하였습니다. 진행안내서는 2019년 개발한 7개 프로그램 중 2개 프로그램(회복탄력성 셀프코칭, 자기이해와 성장프로그램)을 선정하여 지역자활센터 실무자들이 바로 활용할 수 있도록 집필하였습니다. 각 프로그램의 활동을 2회기씩 추가하였고, 회기별로 상세한 진행방법, 진행 Tip, 지문예시, 활동지 작성 방법 등이 정리되어 있습니다.

2개 프로그램을 진행하면서 사용하는 몇 가지 진단도구(다중지능검사, 다중지능직업분류카드, 에니어그램, SWOT분석)를 활용하는데 도움이 되는 동영상 클립도 제작하여 진행안내서와 함께 제공할 예정입니다.

또한 참여자 교육, 워크숍 등 각종 활동의 도입단계에서 활용할 수 있는 <마음열기 활동 모음집>도 개발 하였습니다. 10분 내외로 진행 가능한 20개의 마음열기 활동자료는 참여주민과 함께하는 다양한 활동들의 도입단계 프로그램 진행 시 실제적인 도움이 될 것으로 기대합니다.

<역량강화 교육프로그램 진행 안내서(3종), 한국자활연수원(2020)>

역량강화교육프로그램진행안내서	세부 구성		회기수
삶의 어려움을 견디고 이겨낼 수 있는 힘! <회복탄력성 셀프코칭 프로그램>	· 역경을 이겨낸 사람들 · 감사일기 쓰기 · 회복탄력성 높이는 비법*	· 감정표현하기 · 봉사하는 삶 · 좌절방지 꾸러미*	6회기
더 멋진 미래를 계획하는 힘! <자기이해와 성장 프로그램>	· 나의 직업흥미유형분석 · 나의 성장스토리 성찰 · 나의 SWOT 분석 · 나의 위대성 탐색 *	· 나의 다중지능분석 · 나의 가치관 점검하기 · 나의 에니어그램*	7회기
부드럽고 친밀한 분위기를 만들고, 창의적인 생각과 감수성 증진을 위한 <마음열기 활동모음>	· 커뮤니케이션 강화활동 · 강점재능 활용 활동 · 감정이해 및 표현 활동	· 과제해결형 활동 · 신체 및 예술활동	20종

*한국자활연수원(2019), 『청년자립도전사업단 역량강화 교육프로그램 가이드북』에서 추가된 프로그램

2019년 개발한 가이드북과 올해 제작한 3가지 진행안내서는 청년자립도전사업단의 프로그램 뿐 아니라 게이트웨이단계, 사업단 소양·직무교육 등 다양한 프로그램에 응용해서 활용할 수 있을 것으로 생각합니다.

이번 연구사업을 성심을 다해 수행해주신 (주)하가 류숙희 박사님을 비롯한 (주)다중지능연구소 연구진의 수고에 감사드립니다. 연구사업 기획과 진행은 자활역량강화센터 강명진 주임이 맡아 수고하셨습니다. 지역자활센터에서 본 자료를 많이 활용해 주실 것을 기대하며, 앞으로도 현장에서 필요로 하는 자료들을 지속적으로 개발해 지원할 수 있도록 많은 관심과 고견을 부탁드립니다. 감사합니다.

2020년 6월

한국자활복지개발원 한국자활연수원



Contents

자기이해와 성장 프로그램

프로그램 소개	8
활동1. 나의 직업흥미유형분석	
활동 안내	13
활동 진행	16
활동지	21
활동2. 나의 다중지능분석	
활동 안내	30
활동 진행	32
활동지	43
활동3. 나의 성장스토리 성찰	
활동 안내	52
활동 진행	54
활동지	61
활동4. 나의 가치관 점검하기	
활동 안내	73
활동 진행	75
활동지	80
활동5. 나의 SWOT 분석	
활동 안내	91
활동 진행	93
활동지	103
활동6. 나의 에니어그램	
활동 안내	115
활동 진행	117
활동지	127
활동7. 나의 위대성 탐색	
활동 안내	135
활동 진행	137
활동지	141

프로그램 소개

1. 프로그램 목표

- 이 프로그램은 참여자들의 자기이해를 통해 성장하고자 하는 심리적 힘을 높이기 위한 것이다. 참여자들의 자활의지를 북돋기 위해서는 먼저 자신이 감정, 강점, 약점을 이해하고 더 멋진미래를 만들기 위해 자신을 성장 시키려는 의지가 중요하기 때문이다.
- 자기이해란 자기의 단점, 장점, 특성을 이해하는 것인데, 여기서 중요한 것은 자기가 아직 찾아내지 못했던 잠재력이나 강점을 이해하는 것이다. 자신에게 강점이 있다는 것을 알고, 그에 대한 믿음만 있어도, 무엇인가 해보고자 하는 의욕을 북돋울 수 있다.
- 자기성장이란 현재의 모습을 인정하되, 강점을 부각하여, 자기 인생을 더욱 윤택하게 만들고자 하는 의지, 보람된 일을 하고자 하는 의욕, 자기를 실현시키고자 하는 욕구를 가지고 어떤 행동을 하는 것이다. 그러한 행동이 보상받았던 경험이 있다면 성장의 욕구는 더욱 커질것이다. 그러한 행동이 어떤 것이 있는지 생각해보고, 작은 것이라도 실천 해보고, 그에 대한 보상과 보람을 얻는 순간을 통해 참여자들은 성장의 의지를 다질 수 있을 것이다.

2. 프로그램구성

★ 활동내용

- 아래의 회기들은 참여자 특성에 따라 순서대로 진행하거나 취사선택해서 진행하면 된다.
- 본 프로그램에서는 집단프로그램의 시작회기 및 종료회기가 포함되어 있지 않다. 필요시 추가 또는 다른 프로그램들과 함께 재구성하여 진행해도 좋다.

- | | |
|---------------|--|
| ① 나의 직업흥미유형분석 | 어떤 종류의 일에 얼마나 흥미를 느끼고 있는가를 알아봄으로써, 참여자에게 알맞은 직업을 탐색 |
| ② 나의 다중지능분석 | 자신의 강점지능과 약점지능을 파악. |
| ③ 나의 성장스토리 성찰 | 과거성장스토리를 돌아봄으로써, 자신에 대해 더 긴 안목으로 이해할 수 있음 |
| ④ 나의 가치관 점검 | 좋은 인생에 대한 7가지 계명을 이해하고, 자신의 삶과 연결할 수 있음 |
| ⑤ 나의 SWOT분석 | 좋은 인생에 대한 7가지 계명을 이해하고, 자신의 삶과 연결할 수 있음 |
| ⑥ 나의 에니어그램 | 자신의 성격특성을 이해하고, 보다 더 발전적인 모습에 대해 생각해볼 기회와 다른 사람의 개인적 독특성을 이해하고, 상호작용방법을 생각할 수 있음 |
| ⑦ 나의 위대성 탐색 | 위대한 사람의 예를 통해 자기 속에 숨어있는 위대성을 찾는 경험과 자신의 잠재력을 실현하기 위한 생애 계획을 세우기 |

★ 활동별 기본 구성

- 활동 시간 90분 내외 - 참여인원 3~8명 - 활동 흐름 마음열기 → 주제열기 → 주제활동 → 다짐하기

★ 주요 참고문헌

정병오·김교연·백아름(2019), 청년자립도전사업단 역량강화 교육프로그램 가이드북, 한국자활연수원 활동별 (진단검사별) 참고문헌 및 별도 자료 기입

3. 안내서 사용법

구 분	활동내용
활동순서	활동의 개요, 목표, 준비물, 전체 활동의 구성으로 이루어져 있다.
활동흐름	마음열기 → 주제열기 → 주제활동 → 다짐하기 순서로 진행된다.
활동운영방법	각 단계마다 진행자가 활동참여자에게 설명할 수 있는 발문, 활동참여자들의 작성 예시를 표기하여, 쉽게 활동을 진행해갈 수 있도록 한다.
활동지	출력해서 사용할 수 있는 활동지이다.
활동지 작성 예시	활동지를 사용했을 때 나올 수 있는 내용의 예시. 정답이 있는 활동지가 아니므로, 참고로 활용하면 된다.
안내자	활동을 이끌어가는 종사자, 활동운영자, 활동 안내자를 의미한다.
참여자	활동에 참여하는 청년, 참여자 등을 의미한다.

4. 안내자 진행 원칙

- ① 안내자로서의 활동진행 과정에 있어 주도력을 발휘해야 한다.**
 안내자로서의 활동의 목표를 충분히 이해하고, 활동의 원활한 진행을 위해 준비가 철저할 뿐만 아니라, 활동을 소개하고 진행할 때 주도적 역할을 해야한다.
- ② 안내자로서 참여자의 주관적인 입장을 존중하되, 객관적인 정보와 견해를 줄 수 있어야 한다.**
 이와 같은 심리활동은 참여자의 주관성이나 특성, 독특한 입장이 드러날 수 있다. 이에 대해 존중하고 수용하는 태도를 갖되 바람직한 방향, 사실에입각한 정보, 보다 더 긍정적으로 생각할 수 있어야 한다는 신념 들을 친절하고 적극적으로 알려줄 수 있어야 한다.
- ③ 좋은 집단 분위기를 유지해야 한다.**
 좋은 집단 분위기는 교육효과를 배가시킨다. 안내자로서 참여자들의 인간관계에 있어서도 상호협력적이며, 수용적으로 반응할 수 있도록 노력해야 한다.
- ④ 안내자로서 참여자들이 공평하게 활동경험을 가질 수 있도록 부드럽게 조절해갈 수 있어야 한다.**
 참여자 중에는 이런 활동에 익숙하지 않거나, 소극적인 성향을 가진 사람이 있을 수 있다. 혹은 어떤 참여자는 적극적이고 활동적이어서 의도치않게 시간과 관심을 독점할 수 있다. 상황에 따라 기다려주기도 하고, 공평한 기회를 위한 규칙을 정하기도 하는 등 유연하게 운영할 수 있어야 한다.

활동1



나의 직업흥미유형분석

- 활동안내

- 활동진행

진행 1 마음열기 : 이심전심 예술가, 활동 안내

진행 2 주제열기 : 동영상 시청

진행 3 주제활동 : 자신의 직업흥미유형 찾기

진행 4 다짐하기 : 검사결과 확인

- 활동지

활동지 1-1. 동영상 강좌: 나의 직업흥미유형 예측

활동지 1-1. 동영상 강좌: 나의 직업흥미유형 예측 (작성예시)

활동지 1-2. 직업흥미유형 체크리스트

활동지 1-3. 직업흥미유형탐색

활동지 1-3. 직업흥미유형탐색 (작성예시)

[한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 5] 직업카드

[한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 5] 직업카드 (작성예시)



◎ 활동 개요

오늘 주제는 참여자들이 자신의 직업을 선택하기에 앞서, 자신에 대한 이해를 하도록 돕는 것입니다. 자신에 대한 이해를 위해서는 자신이 어떤 직업유형에 흥미를 가지고 있는지 파악하는 것이 필요합니다. 이에 본 프로그램에서는 Holland가 제시한 직업성격 유형이론과 RIASEC의 성격특성을 가지고 참여자들이 자신의 직업흥미유형을 파악할 수 있도록 하였습니다. 참여자들이 프로그램에 좀 더 재미를 느낄 수 있도록 인물카드를 활용하여 자신의 직업흥미유형을 찾아보는 활동을 시행할 것이며, 커리어넷에서 온라인 직업흥미검사를 시행할 것입니다.

◎ 활동 목표

1. 참여자들이 어떤 종류의 일에 얼마나 흥미를 느끼고 있는가를 알아봄으로써, 참여자에게 알맞은 직업을 탐색할 수 있다.

TIP

홀랜드 유형 적성찾기_우리아이 진로지도(~17분) <https://www.youtube.com/watch?v=Qu9D4yhQy1w>
→ 사람의 흥미를 6가지 유형으로 구분하여 진로를 탐색해 볼 수 있는 '홀랜드 흥미육각형'에 대해 알아봅니다.

2. Holland 직업흥미유형 이론과 RIASEC의 기본개념을 이해한다.

TIP

홀랜드 직업흥미유형 이론에서 RIASEC의 여섯가지 분류는 직업흥미를 크게 분류한 것입니다.
R형(실재형, Realistic)은 현실적인 일을 좋아하고, 기계를 조작하거나 등의 신체적인 활동하기를 선호하며 그런 일을 잘하는 유형을 말합니다.
I형(탐구형, Investigative)은 생각하고 조사하는 일을 좋아하는 유형으로, 책을 읽는다거나, 여러 자료를 수집, 정리하고 논리적이고 분석적으로 연구하고 탐구하는 것을 즐기는 유형입니다.
A형(예술형, Artistic)은 예술적인 성향이 높은 유형으로, 감성이 풍부하고 미적 감각이 뛰어나고, 늘 새로운 것, 독특한 것을 좋아하는 유형입니다.
S형(사회형, Social)은 사회성이 높은 유형으로 친절하고 예의바르며, 이해심과 포용력이 있으며, 다른 사람들과 잘 지내며, 즐기는 유형입니다. E형(기업형, Enterprising)은 기업가 형이라고도 하며, 외향적이고, 리더십이 있으며, 설득력이 있고, 자기 주장이 강하며, 사교적인 유형입니다.
C형(관습형, Conventional)은 체계적이고 모든 것이 짜임새 있고, 보수적으로 일을 하는 유형으로 체계와 서열을 중시하며, 책임감이 강한 유형입니다.

3. 직업흥미유형 심리검사를 통해 자신의 직업흥미를 파악해본다.

TIP

주)한국콘텐츠미디어 발행되는 인물 직업카드 Premium을 인터넷 서점을 통해 구매하는 것을 권장합니다. 1매당 정가 13,800원입니다. 인물직업카드는 사용빈도가 많으니 되도록 참여자들의 인원수에 맞추어서 구매하면 좋습니다. ←단 여기서 제시한 인물직업카드 외의 도구를 활용해도 좋습니다.

◎ 준비물

출석부, 현수막, 빔프로젝터, 이동식스크린, 노트북, 스피커, 명찰, 펜, 싸인펜, A4용지, 활동자료, 스마트폰(인터넷 접속 가능해야함)

TIP

활동지는 참여자 숫자만큼 복사하여 사용합니다.
필수 준비물: 동영상을 보기위한 기자재 (노트북, 이동식스크린, 스피커 등), 펜, 활동지



◎ 활동 구성

구분	활동	세부진행내용	자료
도입	마음열기 (15분)	○ 마음열기 : 마음열기를 위한 공동체 활동 ○ 프로그램의 목표, 흐름에 대한 안내	-
전개	주제열기 (20분)	○ 동영상 시청 - <홀랜드 유형 적성찾기-우리아이진로지도(~17분)>을 시청한다. - R-I-A-S-E-C의 특성을 이해하고, 자신의 유형이 무엇인지 추측해 보도록 한다.	활동지 1-1
	주제활동 (40분)	○ 자신의 직업흥미유형찾기 활동지 작성 - R-I-A-S-E-C의 특성을 읽어보고 체크리스트에 V표시를 한다. - 가장 많이 체크한 유형이 무엇인지 파악하도록 한다. - 인물카드를 가지고, 뒤의 설명을 꼼꼼히 읽고 내가 좋아하는 직업/보통직업/싫어하는 직업 3가지로 구분한다. - 내가 좋아하는 직업을 5개만 순서대로 나열한다. - 각 직업이 어떤 유형인지 적어본다. - 나에게 가장 많이 나온 유형이 무엇인지 적어본다. - 내가 좋아하는 직업의 인물QR코드를 찍어 동영상을 관람한다. ○ 홀랜드직업흥미유형 검사 - 커리어넷(http://www.career.go.kr)에서 청소년용 직업흥미검사 K시행 (* 회원가입 후, 청소년용 직업흥미검사K 실시를 하면 구체적인 검사가 가능함) - 검사 소요시간 20분/ 검사문항 130문항 - 직업흥미검사를 통해 나의 성격과 생활모습, 어떠한 직업적 활동들에 흥미를 느끼는지 검토해보고, 이와 더불어 나의 직업흥미유형과 관련 된 직업들의 정보를 탐색해본다.	활동지 1-2 활동지 1-3 업무메뉴얼 필수서식5
정리	다짐하기 (15분)	○ 자신이 예측한 직업흥미유형과 실제 검사를 통해 나온 결과가 일치 하는지 발표해본다. ○ 자신의 검사결과가 자신의 성격과 생활모습, 평소 흥미를 가졌던 직업분야와 일치하는지 발표해본다.	활동지 1-3



◎ 외부 자원 연계

TIP

1. 커리어넷(<http://www.career4u.net>) 에서의 직업흥미검사를 활용해보세요.

- 커리어넷(<http://www.career.go.kr>)에서 청소년용 직업흥미검사K 시행
(* 회원가입 후, 청소년용 직업흥미검사K 실시를 하면 구체적인 검사가 가능합니다.)
- 검사 소요시간 20분/ 검사문항 130문항
- 직업흥미검사를 통해 나의 성격과 생활모습, 어떠한 직업적 활동들에 흥미를 느끼는지 검토해보고, 이와 더불어 나의 직업흥미유형과 관련된 직업들의 정보를 탐색해봅니다.

TIP

2. 외부전문가의 도움을 받고 싶을때는 <http://www.career4u.net>/에서 정보를 파악해보세요. 또는 STRONG 검사 자격을 가지고 있는 전문가를 섭외해보세요.

- 이곳에서는 STRONG®검사를 온라인으로 시행하고 있습니다. Strong 검사는 홀랜드의 이론을 바탕으로 하여 개발된 검사이며 개인이 어떤 활동에 가치를 두는지, 어떤 직업에 적합한지, 어떤 환경이 그 개인에게 적합한지, 어떤 사람들과 일하는 것을 좋아하는지에 대한 결과를 파악할 수 있습니다. 이 검사는 미국의 직업 심리학자 에드워드 스트롱(E. K. STRONG)에 의해 개발되었습니다. STRONG은 개인의 직업흥미에 적합한 진로가 무엇인지 알려주기 위해 검사를 개발하기 시작했습니다. 각 직업 종사자들의 흥미 패턴을 분석함에 따라 특정 직업에 종사하는 사람들이 공통적인 흥미패턴이 있다는 것을 발견하고, 이 정보를 개인의 능력, 직업에 대한 가치 정보와 함께 사용한다면 교육 및 진로 계획 수립에 도움을 줄 수 있다고 생각했습니다. STRONG® 검사는 1927년 처음으로 개발된 이후 1994년 최근의 개정판이 나올 때까지 관련 이론의 발달에 맞춰 끊임없는 개정 작업을 하였고, 직업 변화를 검사 개발에 반영하였습니다. 현재 진로 및 직업상담, 경력개발(CDP), 전환배치, 컨설팅 분야에서 세계적으로 가장 많이 사용하는 심리검사로 자리 잡고 있습니다.

활동진행1. 마음열기:이심전심 예술가, 활동 안내

◎ 활동 방법

- 마음열기 활동으로 '이심전심 예술가 활동'을 진행하면서 참여자들의 긴장을 풀고 집중력을 높입니다.

TIP 여기서는 마음열기 활동으로 '이심전심 예술가 활동'을 제시했으나, <마음열기 활동모음 안내서> 및 다양한 자료들을 참고하여 진행자가 자유롭게 활동내용을 구성해서 진행해도 좋습니다.

- 마음열기 활동으로 '이심전심 예술가 활동'을 진행하면서 참여자들의 긴장을 풀고 집중력을 높입니다.

TIP 오늘 주제는 참여자들이 자신의 직업을 선택하기에 앞서, 자신에 대한 이해를 하도록 돕는 것입니다. 자신에 대한 이해를 위해서는 자신이 어떤 직업유형에 흥미를 가지고 있는지 파악하는 것이 필요합니다. 이에 본 프로그램에서는 Holland가 제시한 직업성격 유형이론과 RIASEC의 성격특성을 가지고 참여자들이 자신의 직업흥미유형을 파악할 수 있도록 하였습니다. 참여자들이 프로그램에 좀 더 재미를 느낄 수 있도록 인물카드를 활용하여 자신의 직업흥미유형을 찾아보는 활동을 시행할 것이며, 커리어넷에서 온라인 직업흥미검사를 시행할 것입니다.

◎ 활동지문 예시

· 마음열기 : 마음열기를 위한 '이심전심 예술가 활동'

👤 '이심전심 예술가' 활동을 해보려고 합니다. 두 명씩 짝을 지어주세요. 그리고 다섯 팀씩 앞으로 나와서 그림을 그릴 것입니다. 제가 알려드리는 미션 사물을 등 위에 종이를 대고 그리면, 등을 내어 준 사람은 등에 닿는 감각을 바탕으로 나름대로 그림을 그리는 것입니다. (사물: 공룡, 케이크, 토끼, 가방, 선인장 등)

👤 (두 명씩 다섯 팀이 칠판 앞으로 나온다. 한 사람은 칠판 위에 종이를 대고 서고, 다른 한 사람은 짝의 등 위에 종이를 대고 선다.)

👤 그러면 제가 미션 사물을 전달하겠습니다. 칠판을 보고 계신 분들은 뒤를 돌지 말아주세요.

(미션 사물을 알려준다.) 자, 미션을 받았으니 짝의 등 위에 종이를 맨 채로 그림을 그려주시기 바랍니다. 그러면 등에서 느껴지는 감각을 따라 나름대로 그림을 그려주세요.

👤 (그림을 그린다.)

👤 어떤가요? 두 사람의 그림이 똑같은가요?

👤 아니요!!

👤 이 중에 가장 서로 비슷하게 그린 팀이 어떤 팀인가요?

(투표를 정해 가장 서로 비슷하게 그린 팀을 정하여 작은 선물을 줄 수 있다.)

· 프로그램의 목표, 흐름에 대한 안내

👤 오늘 주제는 직업흥미입니다. 진로를 찾기 위해서는 먼저 자신에 대한 이해가 필수죠. 자신이 어떤 직업 유형에 흥미를 가지고 있는지 알아보는 것이 중요합니다. 오늘은 홀랜드의 RIASEC 성격특성을 통해 여러분의 직업흥미를 파악해 보도록 합니다.

활동진행2. 주제활동 : 동영상 시청

◎ 활동 방법

- 홀랜드 유형 적성찾기_우리아이 진로지도 동영상 자료를 시청합니다.

TIP

- <홀랜드 유형 적성찾기-우리아이진로지도(~17분)>을 시청합니다.
- R-I-A-S-E-C의 특성을 이해하고, 자신의 유형이 무엇인지 추측해보도록 합니다.

- 동영상을 시청하며 느낀 점을 활동지에 메모하고 발표합니다.

TIP

활동지 1-1. 동영상 강좌: 나의 직업흥미유형 예측 활동지를 활용합니다.

◎ 활동지문 예시

동영상을 통해 직업흥미유형에 대해 알아보시다. 영상을 보면서 내 유형은 무엇일지 추측해 보세요.
나의 직업흥미유형 예측해보기 활동지에 흥미유형별 특징을 메모해 보세요.

(동영상을 시청한다.)

동영상을 통해 흥미유형을 예측해 보셨나요? 6가지 유형에는 무엇이 있었나요?

실재형, 탐구형, 예술형, 사회형, 기업형, 관습형이요.

그렇습니다. 각 유형의 특징을 활동지에 적으셨나요?

네

함께 특징을 간단히 짚어봅시다. 먼저 실재형은 어떤 유형이죠?

기계를 좋아하고, 신체활동을 좋아해요.

탐구형은요?

분석이나 조사같이 하나를 깊이있게 연구하는 유형입니다.

예술형은 어떤 특징이 있죠?

창작활동을 좋아하고 체계적인 것을 싫어해요

사회형은요?

다른 사람을 상대하는 일과 교육을 좋아합니다.

기업형은 어떻게?

리더십이 있고 상대를 설득하고 판매 하는 일에 맞습니다.

관습형은요?

회계와 자료정리를 좋아하고, 지시받은 일을 잘 해냅니다.

네, 이렇게 여섯가지 흥미유형에 대해 알아보았습니다. 자신과 가장 가까운 흥미유형을 골라보았나요?

네!

그러면 다음 활동지를 통해 더 확실하게 찾아보도록 합니다.

◎ 동영상 자료



홀랜드 유형 적성찾기_우리아이 진로지도(~17분)

→ 사람의 흥미를 6가지 유형으로 구분하여 진로를 탐색해 볼 수 있는 '홀랜드 흥미유형'에 대해 알아본다.

영상URL : <https://www.youtube.com/watch?v=Qu9D4yhQy1w>

활동진행3. 주제열기 : 자신의 직업흥미유형 찾기

◎ 활동 방법

- 직업흥미유형 찾기 체크리스트와 활동지를 작성합니다.

- TIP** 활동지 1-2. 직업흥미유형 체크리스트를 활용합니다.
활동지 1-3. 직업흥미유형탐색 활동지를 활용합니다.
[한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 5] 직업카드 활동지를 활용합니다.
- 가장 많이 체크한 유형이 무엇인지 파악하도록 합니다.
 - 인물카드를 가지고, 뒤의 설명을 꼼꼼히 읽고
내가 좋아하는 직업/보통직업/싫어하는 직업 3가지로 구분합니다.
 - 내가 좋아하는 직업을 5개만 순서대로 나열합니다.
 - 각 직업이 어떤 유형인지 적어봅니다.
 - 나에게 가장 많이 나온 유형이 무엇인지 적어봅니다.
 - 내가 좋아하는 직업의 인물QR코드를 찍어 동영상을 관람합니다

-작성한 활동지를 발표합니다.

- 커리어넷(<http://www.career.go.kr>)에 있는 검사를 합니다.

TIP 검사 후에 검사 결과를 직업흥미유형탐색 활동지에 기입합니다.

◎ 활동지문 예시

· 직업유형흥미찾기 활동지 작성하기

- 이번에는 체크리스트를 작성하여 보다 정확히 흥미유형을 파악해 봅시다.
체크리스트 활동지에 내가 해당하는 것을 체크해 주세요.
- (체크리스트를 작성한다.)
- 가장 많이 체크한 유형이 여러분의 직업흥미유형일 가능성이 있습니다. 그리고 하나 더 확인을 해보도록 합시다. 지금부터 인물 직업카드를 나누어 드릴 거예요.
- (카드를 받는다.)
- 인물카드를 자세히 읽어보고, 내가 좋아하는 직업, 결정할 수 없는 직업, 싫어하는 직업 3가지 그룹으로 분류해 보세요.
- (카드를 분류한다.)
- 3종류로 분류했다면, 내가 좋아하는 직업 그룹에 있는 직업들 중에 가장 좋은 것 5개를 순서대로 나열해 보세요.
- (카드 5개를 골라 좋은 순서대로 나열한다.)
- 이번에는 싫어하는 직업 그룹에 있는 직업들 중 가장 싫은 것 5개를 순서대로 나열해 보세요.
- (카드 5개를 골라 싫은 순서대로 나열한다.)
- 이제 활동지에 선택한 직업과 그 이유를 적어봅시다. 중앙자활센터 업무매뉴얼 필수서식 5에 적어주시면 돼요.
- (활동지를 작성한다.)



◎ 활동지문 예시

- 작성한 활동지를 발표합니다.

 그러면 가장 좋아하는 직업 5가지에 해당하는 직업흥미코드를 세어봅시다. R,I,A,S,E,C 이 각각 몇 개씩 있는지 개수를 세어보세요. 그 중에 가장 많이 나온 유형이, 여러분의 직업흥미유형일 가능성이 높습니다. 어떤가요? 체크리스트와 일치하나요?

 네. / 아니요.

- 커리어넷(<http://www.career.go.kr>)에 있는 검사를 합니다.

 그러면 마지막으로, 활동지 7번에 나와있는 커리어넷 검사를 해봅시다. 커리어넷에 접속해서 청소년용 직업 흥미검사(K)를 실시해 보세요. 약 20분이 걸립니다.

 (직업흥미검사를 실시한다.)

 검사결과 나온 흥미유형을 3순위까지 활동지에 적어보세요. 어떤가요?

여러분이 예측한 흥미유형과 일치하나요?

 네. / 아니요.

 검사를 하기 전에 다양한 방법으로 흥미유형을 추측해 본 이유는, 직업흥미유형 6가지의 특성을 알아보고, 직업흥미유형과 관련된 인물, 직업들을 탐색하는 과정에서 흥미유형을 확실하게 이해해보기 위해서였습니다. 자신에게 해당하는 유형이 무엇인지 알고, 그 특성과 관련된 직업들에 대한 정보를 충분히 갖고 있다면, 앞으로 진로를 정하는 데 큰 도움이 될 것입니다.

활동진행4. 다짐하기 : 검사결과 확인

◎ 활동 방법

- 자신이 예측한 직업흥미유형과 실제 검사를 통해 나온 결과가 일치하는지 발표해 봅니다.

TIP 일치하는 경우에는 비교적 자기 자신에 대해 관심을 가지고 잘 이해하고 있었다고 볼 수 있습니다. 일치하지 않는 경우는 새로운 자기 모습을 발견하게 된 예라고 볼 수 있습니다.

- 자신의 검사결과가 자신의 성격과 생활모습, 평소 흥미를 가졌던 직업분야와 일치하는지 발표해 봅니다.

TIP 그 직업에는 어떤 성격, 생활모습을 가진 사람이 어울리는지 먼저 말하게 하세요. 그리고 나서 자신의 성격, 생활모습이 어떠한지 생각해보게 하세요.

◎ 활동지문 예시

· 자신이 예측한 직업흥미유형과 실제 검사를 통해 나온 결과가 일치하는지 발표해본다.

☞ 이번에는 내가 예측한 직업흥미유형과 실제 검사 결과를 비교하여 주세요.

☞ (비교해본다)

☞ 일치하나요?

☞ (달라요/ 같아요.)

☞ 일치하지 않는 경우는 자기에게 맞지 않다고 생각하는 의외의 직업에 대해 생각해볼 기회가 되었나요?
일치하는 경우는 자기에 대한 이해를 잘 하고 있었던 경우라고 볼 수 있지요.

· 자신의 검사결과가 자신의 성격과 생활모습, 평소 흥미를 가졌던 직업분야와 일치하는지 발표해본다.

☞ 직업과 자기의 성격을 비교해볼 때 어떤 생각이 들어요?

☞ 해보면 재미있을 것 같아요. 내가 관심없었던 직업이 나랑 잘 맞을 수도 있겠다는 생각이 들었어요.

☞ 세상에는 다양한 직업들이 있고, 그 직업에 다다른 방법도 다양해요. 한 번 내가 생각지 못했던, 혹은 내가 오랫동안 생각해왔던 직업에 대해 다시 한 번 생각해보는 시간이었기를 바랍니다.



활동지 1-1. 동영상 강좌: 나의 직업흥미유형 예측

[동영상강좌활동지] 나의 직업흥미유형 예측해보기

년 월 일 (요일)

작성자 :

"홀랜드의 직업성격 유형이란 무엇인가요?"

홀랜드(Holland)가 구분한 것으로 직업과 관련한 인간의 성격 특성의 여섯 가지 유형을 뜻한다. 홀랜드는 개인과 환경 간의 적합성(person-environment fit) 즉 개인과 환경은 서로에게 영향을 미치며 두 관계에 일치할수록 직업 만족도가 높아지는데, 이런 이유로 개인은 자신의 성격유형과 일치하는 직업을 선택하게 된다고 하였다. 그가 제시한 성격유형은 실재형(realistic), 탐구형(investigative), 예술형(artistic), 사회형(social), 기업형(enterprising), 관습형(conventional)의 여섯가지로 구분되며, 이를 육각형 모형(RIASEC model) 이라고 한다. [네이버 지식백과 참조]

R실제형

I 탐구형

A예술형

"동영상 강좌에서 소개된 각 유형별 특징을 메모해 보세요."

S사회형

E기업형

C관습형

* 나와 가장 유사한 특성을 가지고 있는 직업 유형은?



활동지 1-1. 동영상 강좌: 나의 직업흥미유형 예측 (작성예시)

[동영상강좌활동지] 나의 직업흥미유형 예측해보기

2020 년 06 월 30일 (화요일)

작성자 : 홍길동

"홀랜드의 직업성격 유형이란 무엇인가요?"

홀랜드(Holland)가 구분한 것으로 직업과 관련한 인간의 성격 특성의 여섯 가지 유형을 뜻한다. 홀랜드는 개인과 환경 간의 적합성(person-environment fit) 즉 개인과 환경은 서로에게 영향을 미치며 두 관계에 일치할수록 직업 만족도가 높아지는데, 이런 이유로 개인은 자신의 성격유형과 일치하는 직업을 선택하게 된다고 하였다. 그가 제시한 성격유형은 실재형(realistic), 탐구형(investigative), 예술형(artistic), 사회형(social), 기업형(enterprising), 관습형(conventional)의 여섯가지로 구분되며, 이를 육각형 모형(RIASEC model) 이라고 한다. [네이버 지식백과 참조]

R실제형

기계, 건설
신체활동
기계를 좋아함
교육 싫어함

I 탐구형

분석이나 조사, 연구와
같이 하나를 깊이 있게
연구하는 유형
반복적인 것 싫어함

A예술형

창작활동을 좋아함
체계적인 것 싫어함

"동영상 강좌에서 소개된 각 유형별 특징을 메모해 보세요."

S사회형

교육, 서비스,
종교활동 좋아함
타인상대, 교육, 봉사 좋아함

E기업형

판매, 홍보, 설득, 관리, 리더십
관찰하는 것 좋아하지않음

C관습형

회계, 자료정리 좋아함
지시받은 일 잘함

나와 가장 유사한 특성을 가지고 있는 직업 유형은?

사무형



활동지 1-2. 직업흥미유형 체크리스트

현실형 R

다음문항을 읽고 나의 성격에 해당하는 내용에 ☒ 표 해보세요.
가장 많이 표시한 부분이 나의 주된 흥미 유형이에요.

- ☐ 솔직하고 직설적으로 표현한다.
- ☐ 성실하고 검소하다.
- ☐ 직접 몸을 움직이는 체험을 좋아한다.
- ☐ 말수가 적고 친구와 이야기 할 때 주로 듣는 편이다.
- ☐ 고집이 세다는 말을 자주 듣는다.
- ☐ 핵심 위나 방을 자주 정돈한다.
- ☐ 도구, 기계를 조작하고 다루는 것을 좋아한다.

탐구형 I

다음문항을 읽고 나의 성격에 해당하는 내용에 ☒ 표 해보세요.
가장 많이 표시한 부분이 나의 주된 흥미 유형이에요.

- ☐ 새로운 사실에 대한 호기심이 많다.
- ☐ 라다가되는 것보다는 혼자서 내일을 집중하는 편이 좋다.
- ☐ 깊게 탐구하는 과정을 즐긴다.
- ☐ 반복적인 일보다 새로운 일이 더 좋다.
- ☐ 내성적이고, 수줍음이 많다.
- ☐ 수학, 과학 과목을 좋아한다.
- ☐ 논리적이고 합리적인 사고를 한다.

예술형 A

다음문항을 읽고 나의 성격에 해당하는 내용에 ☒ 표 해보세요.
가장 많이 표시한 부분이 나의 주된 흥미 유형이에요.

- ☐ 감수성이 풍부하고 상상하는 것을 좋아한다.
- ☐ 감정을 솔직하고 자유롭게 표현한다.
- ☐ 틀에 박힌 것보다 변화를 좋아한다.
- ☐ 예술분야(미술, 음악, 문학 등)에 관심이 많다.
- ☐ 일을 계획하여 수행하는 것이 어렵다.
- ☐ 생각이 자유분방하고, 나만의 개성이 뚜렷하다.
- ☐ 창의성을 발휘할 수 있는 주제에 흥미를 느낀다.



▶자료출처 : 네이버 카페 '진로와 직업수업' <https://cafe.naver.com/jobcard>

진취형 E

다음문항을 읽고 나의 성격에 해당하는 내용에 ☒ 표 해보세요.
가장 많이 표시한 부분이 나의 주된 흥미 유형이에요.

- ☐ 감수성이 풍부하고 상상하는 것을 좋아한다.
- ☐ 감정을 솔직하고 자유롭게 표현한다.
- ☐ 틀에 박힌 것보다 변화를 좋아한다.
- ☐ 예술분야(미술, 음악, 문학 등)에 관심이 많다.
- ☐ 일을 계획하여 수행하는 것이 어렵다.
- ☐ 생각이 자유분방하고, 나만의 개성이 뚜렷하다.
- ☐ 창의성을 발휘할 수 있는 주제에 흥미를 느낀다.

사회형 S

다음문항을 읽고 나의 성격에 해당하는 내용에 ☒ 표 해보세요.
가장 많이 표시한 부분이 나의 주된 흥미 유형이에요.

- ☐ 사람들과 어울리는 것을 좋아하고, 사교적이다.
- ☐ 다른 사람을 돕는 일이나 봉사 활동이 즐겁다.
- ☐ 친구의 이야기를 잘 들어준다
- ☐ 기계 작동 원리에는 관심이 없다.
- ☐ 다른 사람의 감정을 잘 이해한다.
- ☐ 혼자 일하는 것 보다 함께 일하는 것을 좋아한다.
- ☐ 남을 위해 헌신한 인물, 위인처럼 살고싶다.

관습형 C

다음문항을 읽고 나의 성격에 해당하는 내용에 ☒ 표 해보세요.
가장 많이 표시한 부분이 나의 주된 흥미 유형이에요.

- ☐ 세심하고 꼼꼼하다.
- ☐ 새로운 것보다 익숙한 것이 좋다.
- ☐ 맡은 일에 대한 책임감이 강하다.
- ☐ 정해진 원칙과 약속을 지켜야 마음이 편하다.
- ☐ 책상에 앉아서 하는 일을 즐긴다.
- ☐ 구체적이고 명확한 일을 선호한다.
- ☐ 미리 계획하는 걸 좋아하지만, 탐구력은 부족하다.



활동지 1-3. 직업흥미유형탐색

직업흥미유형탐색 활동지

년 월 일 (요일)

작성자 :

1 위의 유형 특성 중에서 가장 많이 체크된 유형은 _____ 입니다.

2 인물카드의 뒷면 설명을 자세히 읽어보고 내가 좋아하는 직업 / 결정할 수 없는 직업 / 싫어하는 직업 3가지로 구분하세요. (*청년자립도전사업단 업무매뉴얼 필수서식 5에 기록)

3 내가 좋아하는 직업과 그 이유, 내가 싫어하는 직업과 그 이유를 5가지씩 기록해봅시다. (*청년자립도전사업단 업무매뉴얼 필수서식 5에 기록)

4 좋아하는 직업에 해당되는 직업흥미코드 RIASEC가 각각 몇 개씩 있는지 개수를 세어보세요. (*청년자립도전사업단 업무매뉴얼 필수서식 5에 기록)

5 가장 많이 나온 유형은 _____ 입니다.

6 내가 좋아하는 직업의 인물 QR코드를 찍어 동영상을 시청해보세요.

7 커리어넷(www.career.go.kr)에 접속하여 청소년용 직업흥미검사(K)를 시행해보세요 (*소요시간 20분)
#직업흥미유형 1순위 _____ 2순위 _____ 3순위 _____

8 온라인 직업흥미검사결과가 인물카드로 예측한 흥미유형과 일치 합니까?



활동지 1-3. 직업흥미유형탐색 (작성예시)

직업흥미유형탐색 활동지

2020 년 06 월 30일 (화요일)

작성자 : 홍길동

1 위의 유형 특성 중에서 가장 많이 체크된 유형은 관습형 입니다.

2 인물카드의 뒷면 설명을 자세히 읽어보고 내가 좋아하는 직업 / 결정할 수 없는 직업 / 싫어하는 직업 3가지로 구분하세요. (*청년자립도전사업단 업무매뉴얼 필수서식 5에 기록)

3 내가 좋아하는 직업과 그 이유, 내가 싫어하는 직업과 그 이유를 5가지씩 기록해봅시다. (*청년자립도전사업단 업무매뉴얼 필수서식 5에 기록)

4 좋아하는 직업에 해당되는 직업흥미코드 RIASEC가 각각 몇 개씩 있는지 개수를 세어보세요. (*청년자립도전사업단 업무매뉴얼 필수서식 5에 기록)

5 가장 많이 나온 유형은 관습형 입니다.

6 내가 좋아하는 직업의 인물 QR코드를 찍어 동영상 시청해보세요.

7 커리어넷(www.career.go.kr)에 접속하여 청소년용 직업흥미검사(K)를 시행해보세요(*소요시간 20분)
#직업흥미유형 1순위 관습형 2순위 실재형 3순위 사회형

8 온라인 직업흥미검사결과가 인물카드로 예측한 흥미유형과 일치 하니까? 네



[중앙자활센터 업무매뉴얼 필수서식 5] 직업카드

직업카드 활용하기

성명 :

날짜:

1. 직업카드 분류단계

구분	좋아하는 직업	결정할 수 없는 직업	싫어하는 직업
카드개수			

2. 주제찾기 분류단계

순위	좋아하는 직업	선택 이유	싫어하는 직업	선택 이유
1				
2				
3				
4				
5				

3. 선호유형 찾기 단계

홀랜드 유형	좋아하는 직업			합계
	카드 개수	점수		
R(Realistic, 실재형)		×3	=	
I(Investigative, 탐구형)		×3	=	
A(Artistic, 예술형)		×3	=	
S(Social, 사회형)		×3	=	
E(Enterprising, 진취형)		×3	=	
E(Enterprising, 진취형)		×3	=	



[중양자활센터 업무매뉴얼 필수서식 5] 직업카드 (작성예시)

직업카드 활용하기

성명 : 홍길동

날짜: 2020.06.30

1. 직업카드 분류단계

구분	좋아하는 직업	결정할 수 없는 직업	싫어하는 직업
카드개수	3	4	4

2. 주제찾기 분류단계

순위	좋아하는 직업	선택 이유	싫어하는 직업	선택 이유
1	방송작가	재미있어 보여서	간호사	힘들어 보여서
2	수의사	동물이 좋다	사회복지사	일이 고될 것 같다.
3	배우	유명해지면 좋겠다	은행원	퇴근을 늦게한다.
4			행정공무원	재미없을 것 같다.
5				

3. 선호유형 찾기 단계

홀랜드 유형	좋아하는 직업			합계
	카드 개수	점수		
R(Realistic, 실재형)	0	×3	=	0
I(Investigative, 탐구형)	1	×3	=	3
A(Artistic, 예술형)	2	×3	=	6
S(Social, 사회형)	1	×3	=	3
E(Enterprising, 진취형)	2	×3	=	6
E(Enterprising, 진취형)	0	×3	=	0

활동2



나의 다중지능분석

- 활동안내

- 활동진행

- 진행 1 마음열기 : 미로찾기 게임, 활동 안내
- 진행 2 주제열기 : 동영상 시청- 아이의 사생활
- 진행 3 주제활동1 : 다중지능검사 해석동영상 시청
- 진행 4 주제활동2 : 나의 다중지능 검사결과와 직업진행
- 진행 5 다짐하기 : 강점지능 직업 확인

- 활동지

- 클립영상 시나리오1. 다중지능검사 방법
- 클립영상 시나리오2. 다중지능 직업분류카드 사용법
- 활동지 2-1. 동영상강좌: 다중지능
- 활동지 2-1. 동영상강좌: 다중지능(작성예시)
- 활동지 2-2. 읽기자료 '다중지능의 이해'
- 활동지 2-3. 다중지능 약식검사지
- 활동지 2-4. 나의 강점지능과 직업
- 활동지 2-4. 나의 강점지능과 직업 (작성예시)



◎ 활동 개요

오늘 주제는 참여자들이 자신의 직업을 선택하기에 앞서, 자신에 대한 이해를 하도록 돕는 것입니다. 자신에 대한 이해를 위해서는 자신이 어떤 특정 활동이나 작업을 수행하는데 필요한 능력인 적성을 파악하는 것이 필요합니다. 이에 본 프로그램에서는 하워드가드너가 제시한 다중지능이론과 8가지 영역의 지능들을 이해하며 참여자들이 자신의 적성을 파악할 수 있도록 하였습니다. 이를 위해서는 다중지능의 이해를 돕기 위해 동영상 을 시청하고, 온라인테스트검사를 시행하며, 인물카드를 활용하여 자신의 적성에 적합한 직업을 찾아보는 활동을 시행 할 것입니다.

◎ 활동 목표

1. 참여자들이 직업을 선택하는데 있어서 어떤 특정 활동이나 작업을 수행하는데 필요한 능력인 적성을 파악하는 것이 중요한 요인임을 이해한다.

TIP

직업을 선택하는 데에는 급여나 보수, 성장가능성, 명예 등 여러 가지 기준이 작용합니다. 그런데 그 무엇보다도 성공한 직업이 되는 가장 중요한 기준은 자기의 적성입니다. 적성에 맞는 일이야말로 즐겁게 할 수 있으며, 잘 할 가능성이 크고, 직업생활을 하는 중 어려움이 생겨도 꾸준히 지속할 수 있게 되기 때문입니다. 당장은 손에 잡히는 혹은 쉽게 구해지는 직업을 선택하고 싶지만, 꾸준히 제대로 일을 하고자 한다면 반드시 적성에 맞는 일을 찾아야 합니다. 그러려면 먼저 적성이 무엇인지를 잘 탐색해야 합니다.

2. 하워드 가드너가 주창한 다중지능이론에 대해 이해하고, 자신의 강점지능과 약점지능을 파악한다.

TIP

적성을 설명하는 이론이 많지만 그 중에서 2000년에 전세계적으로 가장 설명력이 높고, 교육적으로 활용가치가 높은 이론이 다중지능이론입니다. 이 세상에 존재하는 사람 수 만큼 다양한 적성이나 재능이 있는데, 다중지능 이론에서는 먼저 그러한 수많은 재능을 8가지 지능영역으로 묶었습니다. 다중지능의 8가지 영역은 인류역사의 문화, 학문, 예술 등이 발전되어온 영역으로 인간의 삶에 가장 많이 영향을 끼친 영역이며, 그로 인해 관련된 직업이나 직종이 많이 발달되어 있습니다. 먼저 이 다중지능이론, 그리고 이 이론에 따른 강점지능과 약점지능을 파악한다면 적성과 직업을 좀 더 수월하게 찾아낼 수 있을 것입니다.

* 적성은 능력+흥미를 포함합니다. 따라서 잘하기만 한다고 혹은 좋아하기만 한다고 적성이라기보다 이 두가지가 같이 가는 것이 좋은데, 아직 다양한 경험이나 노력을 하지 않았던 사람은 이를 파악하기가 어려울 수 있습니다. 따라서 먼저 정말 좋아하는 것이 무엇인지 찾아보고 그 중에서 좀 더 빨리 배울 수 있고, 계속 잘 하고 싶은 의욕이 생기는 분야를 찾도록 안내해주시요.

3. 직업은 자신의 강점지능 3개가 조합되었을 때 가장 이상적인 것을 이해한다.

TIP

하나의 강점지능으로 직업생활을 하기 보다는 2-3개의 강점지능이 이상적으로 조합되었을 때 더 행복하고, 유능한 직업생활이 가능하다고 합니다. 따라서 2,3개의 강점지능을 찾고, 이것이 조합된 직업을 탐색해볼 기회를 갖는 것이 중요합니다.

◎ 준비물

출석부, 현수막, 빔프로젝터, 이동식스크린, 노트북, 스피커, 명찰, 펜, 싸인펜, A4용지, 활동자료, 스마트폰(인터넷 접속 가능해야함)

TIP

활동지는 참여자 숫자만큼 복사하여 사용합니다.

필수 준비물: 동영상을 보기위한 기자재(노트북, 이동식스크린, 스피커 등), 펜, 활동지



◎ 활동 구성

구분	활동	세부진행내용	자료
도입	마음열기 (15분)	- o 마음열기 : 마음열기를 위한 공동체 활동 - o 프로그램의 목표, 흐름에 대한 안내	-
전개	주제열기 (20분)	- o 동영상 시청 - <EBS Docuprime, 아이의 사생활 4부 다중지능편>을 시청한다. - 동영상을 청취하며 퀴즈를 푼다. - 하워드가드너의 삶과 업적에 대한 자료를 읽어본다.	활동지 2-1
		※동영상자료 EBS 다큐프라임 - 아이의 사생활 4부 다중지능 (처음~12분30초, 35분~47분 총 25분)  → 재능은 무엇일까? 사람마다 가지고 있는 소질과 적성, 능력도 모두 다르다고 한다. 자신이 가지고 있는 강점과 약점을 알아볼 수 있도록 한다. 영상URL : https://www.youtube.com/watch?v=Mr0lnKyGu-s	
	주제활동 (40분)	- o 다중지능에 대한 이해 동영상 시청 - <MIQ 다중지능검사 해석동영상>을 관람하고 읽기자료를 읽으며 다중지능이론에 대한 이해와 8가지 지능의 특성에 대해서 이해한다.  → 재능은 무엇일까? 사람마다 가지고 있는 소질과 적성, 능력도 모두 다르다고 한다. 자신이 가지고 있는 강점과 약점을 알아볼 수 있도록 한다. - o 나의 다중지능테스트 활동지 작성 - 다중지능약식검사지 체크리스트에 V표시를 한다. - 각 지능별로 V표시가 몇 개인지 적는다. - 온라인 접속을 통해 다중지능테스트 (http://multiqtest.com/)를 시행해본다. (소요시간 10분 내외) - 나의 강점지능 3개와 약점지능 3개를 작성해본다. - 검사결과가 자신의 재능이나 소질을 잘 나타내주는지 파악해본다. - 직업카드를 활용해 자신의 강점지능이 조합되는 직업을 찾아본다.	활동지 2-2 활동지 2-3 활동지 2-4
정리	다짐하기 (15분)	- o 다중지능검사 결과가 나 자신을 잘 설명하고 있는지, 내가 예측했던 결과가 맞는지 파악해본다. - o 자신의 다중지능검사결과를 발표해보고 상위3개가 조합된 직업이 무엇인지 파악해본다.	

활동진행1. 마음열기 : 미로찾기 게임, 활동 안내

◎ 활동 방법

- 마음열기 활동으로 '미로찾기 게임'을 진행하면서 참여자들의 긴장을 풀고 집중력을 높입니다.

TIP 여기서는 마음열기 활동으로 '미로찾기 게임'을 제시했으나, <마음열기 활동모음 안내서> 및 다양한 자료들을 참고하여 진행자가 자유롭게 활동내용을 구성해서 진행해도 좋습니다.

- 이번 활동의 목표와 흐름에 대해 간략히 소개합니다.

TIP 이번 활동에서 제일 중요한 것은 자신의 강점을 찾아내는 일입니다. 그리고 그 강점이 조합된 직업을 찾아내는 것입니다. 먼저 강점을 설명하는 동영상과 보고, 자기 강점을 찾는 약식검사를 하고, 관련된 직업을 찾는 활동을 하게 될 것입니다.

◎ 활동지문 예시

· 마음열기: 미로찾기 게임

☞ '미로찾기 게임'을 해봅시다. 짝을 지어서 앉아주세요. (홀수일 경우 세 명이 한 조를 이루도록 한다.) 그리고 종이에 달팽이집 모양의 나선형 미로를 그려주세요. 나선형 안쪽이 미로의 시작점이고, 바깥으로 나가면 탈출에 성공하는 것입니다.

☞ (나선 미로를 그린다.)

☞ 가위바위보를 해서 진 사람이 펜을 들고 눈을 감습니다. 이긴 사람은 눈을 감은 사람이 나선형 미로를 빠져 나갈 수 있도록 말로 방향을 이끌어줘야 합니다. 가위바위보에서 이긴 사람이 진 사람이 들고있는 펜을 미로의 시작점에 놓아주세요. 자, 시작!

☞ (눈을 감은 사람은 설명에 의존하여 나선 미로를 빠져나간다.)

☞ (눈을 감은 사람은 설명에 의존하여 나선 미로를 빠져나간다.)

☞ 네!

☞ 너무 어려워요.

☞ 그래도 힘을 합쳐 미션을 해결하다보니 협동심이 쑥쑥 생기지 않았나요?
오늘도 한 마음 한 뜻으로 즐겁게 수업을 해봅시다.

· 활동의 목표, 흐름에 대한 안내

☞ 오늘은 다중지능을 통해 자기 자신을 이해해 보는 시간을 가질 것입니다.
나에게 어떤 적성이 있는지 다중지능 검사를 통해 8가지 영역에서 확인해 봅시다.
그리고 직업카드를 가지고 내 강점에 맞는 직업을 찾아보도록 합시다.

활동진행2. 주제열기 : 동영상 시청-아이의 사생활

◎ 활동 방법

- 아이의 사생활 4부 다중지능' 동영상 자료를 시청합니다.

TIP - 모든 사람에게 서로 다른 재능이 있다는 내용에 주목하여 볼 수 있도록 합니다.

- 동영상을 시청하며 활동지의 퀴즈를 풀고, 함께 이야기를 나눕니다.

TIP - 활동지2-1을 활용합니다.

◎ 활동지문 예시

동영상을 통해 다중지능에 대해 알아보시다. 영상을 보면서 동영상 강좌 퀴즈 활동지의 답을 찾아보세요. 그리고 인상 깊은 부분을 메모해도 좋습니다.

(동영상을 시청한다.)

퀴즈를 풀어보셨나요? 함께 답을 맞춰 봅시다. 자, 1번부터 함께 읽어봅시다.

(1번부터 5번까지 퀴즈에 대한 답을 함께 읽으며 맞춰 본다.)

퀴즈 아래쪽을 보시면 다중지능이론 창시자인 하워드 가드너에 대한 이야기가 나와있어요. 이 내용을 함께 잠깐 읽고 넘어갑시다.

◎ 동영상 자료



EBS 다큐프라임 - 아이의 사생활 4부 다중지능
(처음~12분30초, 35분~47분 - 총 25분)

→ 재능은 무엇일까? 사람마다 가지고 있는 소질과 적성, 능력도 모두 다르다고 한다. 자신이 가지고 있는 강점과 약점을 알아볼 수 있도록 한다.

영상URL : <https://www.youtube.com/watch?v=Mr0InKyGu-s>

활동진행3. 주제활동1 : 다중지능검사 해석동영상 시청

◎ 활동 방법

- <다중지능검사 해석동영상>을 시청합니다.

TIP 다중지능의 용어와 강점을 찾는 것이 중요하다는 내용이 포함되어 있습니다. 이 부분을 참여자들이 찾아볼 수 있도록 해주세요.

- 활동지 2-2의 읽을거리를 읽어봅니다. 다중지능이론에 대한 이해와 8가지 지능의 특성에 대해서 이해합니다.

TIP 활동지2-2의 동그라미 부분을 함께 소리내어 읽어봅니다. 다중지능의 여덟가지 용어에 익숙해지면 자기와 다른 사람의 특성을 이해하는 데에 큰 도움이 됩니다.

◎ 활동지문 예시

이번에는 다중지능의 8가지 지능에 대해 알아봅시다. 동영상을 보면서 나의 강점지능은 무엇일지 생각해 보세요.
(동영상을 시청한다.)

'다중지능의 이해' 읽기자료를 읽어보면 8가지 지능에 대해 더 자세히 알 수가 있을 것입니다. 읽기자료를 보며 하나씩 이야기해 볼까요? 언어지능은 어떤 능력과 관련이 있나요?

글이나 말로 생각을 표현하는 능력입니다. / 작문 능력입니다.

논리수학지능은요?

숫자를 사용하는 능력입니다. / 논리적으로 생각하는 능력이요.

신체운동지능은 어떤 능력과 관련이 있죠?

춤, 운동, 연기를 하는 능력입니다. / 몸으로 표현하는 능력이요.

음악지능은요?

음악의 표현형식을 알고 표현하는 능력입니다.

공간지능은 어떤 능력과 관련이 있죠?

그림을 그릴 때 사용되는 능력이요. / 공간을 인식하는 능력입니다.

자연지능은요?

동식물을 구분하는 능력입니다. / 환경을 인식하는 능력입니다.

자기성찰지능은 어떤 능력과 관련이 있죠?

자기 자신을 이해하는 능력이요. / 자기 문제를 해결하는 능력이요.

인간친화지능은요?

타인을 이해하는 능력입니다. / 대인관계, 리더십과 관련된 능력이요.

이 중에서 나의 강점지능이 어느 것일지 예상할 수 있겠습니까?

네 / 아니요.



◎ 활동지문 예시

- ☞ 그러면 활동지 2-2로 넘어가봅시다. 여기에 다중지능 여덟가지가 있지요? 동그라미를 언어지능부터 왼쪽으로 소리내어 같이 읽어봅시다. 시작~!
- ☞ 언어지능, 논리수학지능, 신체운동지능, 음악지능, 공간지능, 자연지능, 자기성찰지능, 인간친화지능 저는 언어지능이 높아요.
- ☞ 좋아요. 그 아래에 지능에 대한 설명이 있습니다. 먼저 자기의 강점지능부터 찾아서 표시를 하고 읽어보세요. 잘 모르는 부분은 스마트폰으로 찾아보면 좋아요. 예를 들면 언어지능에 엘리엇이 누구인지 모르면 한번 찾아보세요
- ☞ 예. 강점지능 읽어보았어요.
- ☞ 다른 지능들도 꼭 읽어보세요. 나의 재능이 어떤 것인지 아는 것, 그리고 사람들에게 어떤 재능이 있는지 이해하는 것은 매우 중요합니다.

◎ 동영상 자료



MIQ 다중지능검사 해석동영상(학생용) (~12분20초)

→ 총8가지 구분으로 되어있는 다중지능 검사 해석을 통해 내가 가진 강점과 약점을 알아볼 수 있다.

영상URL : <https://www.youtube.com/watch?v=Mr0InKyGu-s>

활동진행4. 주제활동2 : 나의 다중지능 검사결과와 직업

◎ 활동 방법

- 다중지능 약식검사 체크리스트를 실시합니다.

TIP 활동지 2-3. 다중지능 약식검사지를 활용합니다.

- 다중지능 약식검사 결과를 살펴봅니다.

TIP 활동지 2-3. 다중지능 약식검사지의 <한 눈에 보는 강점&약점 지능>, <강점 지능 & 약점 지능>을 활용합니다.

- 다중지능 직업카드 활용하여 내게 맞는 직업을 찾아봅니다.

TIP 다중지능연구소(www.multiiq.com)의 다중지능직업카드를 구매하여 활용하면 더욱 다양한 활동으로 유도할 수 있습니다. 활동지 2-4 나의 강점지능과 직업이라는 활동지를 활용합니다.

◎ 활동지문 예시

- 👤 지금부터 나의 강점지능을 찾아보는 활동을 해봅시다. 먼저 다중지능 약식검사 체크리스트가 있어요. 나에게 해당하는 항목에 체크를 하여 점수를 합산해 주십시오. 그러면 강점지능을 알 수 있습니다.
- 👤 (체크리스트를 작성한다.)
- 👤 강점지능이 무엇인지 확인하셨나요? 강점으로 나온 지능을 '나의 다중지능 테스트' 활동지 아래에 한 눈에 보는 강점 & 약점 지능에 적어주세요.
- 👤 결과가 어떻게 나왔나요? 강점지능 2가지와 약점지능 2가지를 활동지에 적어주세요. 어떤가요? 결과가 나의 적성과 재능을 잘 설명해 주고 있나요?
- 👤 네.
- 👤 나에게 가장 적합한 직업 3가지를 찾아주세요. 그리고 찾아낸 카드를 활동지 2-4에 적어주시면 됩니다. 카드를 보시면 직업흥미유형도 나와 있으니 흥미유형도 나와 맞는지 살펴보면 좋겠지요?
- 👤 (활동지를 작성한다.)
- 👤 마지막으로 직업카드를 활용하여 나와 맞는 직업을 찾아봅시다. 다중지능 직업카드를 나누어 드리겠습니다.
- 👤 (직업카드를 받는다.)
- 👤 직업카드를 꺼내 보시면 다중지능별로 색깔이 다릅니다. 나의 강점지능에 해당하는 색깔의 카드 위주로 살펴봐 주세요. 카드 상단에는 제1강점지능이 적혀 있고, 우측에 제2강점지능도 명시가 되어 있습니다. 나의 첫 번째 강점과 두 번째, 혹은 세 번째 강점이 조합된 직업이 나와 가장 잘 맞는 직업이 되겠죠? 내가 하고 싶은 직업 또는 관심이 있는 직업을 골라보세요.



◎ 활동지문 예시

자연지능 (N)

제1 강점지능

■ **직업명 (번호)** 환경운동가 (N-10)

■ **흥미유형** 사회형 (S), 진취형 (E) + 인간친화지능

■ **설명**
환경과 관련된 문제들을 연구하고 평가하는 방법 및 정책을 제안하고 이를 관철시키기 위한 사회운동을 전개하는 사람

제2 강점지능

■ **역할 (하는 일)**

- 환경문제를 연구하고 평가하는 역할
- 문제 해결을 위한 자금을 모으는 역할
- 사람들이 환경문제를 이해하고 관심을 가질 수 있도록 홍보하는 역할

■ **관련학과** 사회학과, 환경학과 등

■ **자격조건**
요구능력 자연에 순응하며 조화롭게 사는 방법을 아는 능력

■ **지능개발 방법 예시**
환경 문제에 대해 관심 갖고 정보 수집하기

← 첫 번째 강점이 자연지능, 두 번째 강점이 신체운동 지능인 경우 선택할 수 있는 카드

(나의 강점에 맞는 카드를 찾는다.)
 지능 조합은 다양하게 해볼 수 있습니다. 나의 두 번째 강점이 제1강점지능이고, 나의 첫 번째 강점이 제2 강점지능인 카드를 찾아도 좋겠지요.

신체운동지능 (B)

제1 강점지능

■ **직업명 (번호)** 배우 (B-10)

■ **흥미유형** 예술형 (A), 사회형 (S) + 언어지능

■ **설명**
연극, 영화, TV 등에서 인물의 역할을 맡아 연기하는 사람

제2 강점지능

■ **역할 (하는 일)**

- 다양한 극중 인물을 분석하여 표현하는 역할
- 대본을 통해 극중 인물의 성격을 파악하는 역할
- 대사를 암기하고 그에 걸맞는 얼굴 표정이나 행동을 연습하는 역할

■ **관련학과** 연극영화과, 연기과, 코미디연기학과 등

■ **자격조건**
요구능력 효과적으로 신체를 활용하는 능력 / 신체의 다양한 상징 인식력

■ **지능개발 방법 예시**
다양한 직업과 성격의 사람들을 관찰하고 그들의 행동과 언어를 모방해 보기

← 첫 번째 강점이 자연지능, 두 번째 강점이 신체운동지능인 경우 이 카드도 가능하다.

(다양한 조합을 통해 나의 강점에 맞는 카드를 찾는다.)

활동진행5. 다짐하기 : 강점지능 직업 확인

◎ 활동 방법

- 다중지능검사 결과가 나 자신을 잘 설명하고 있는지, 내가 예측했던 결과가 맞는지 파악해 봅니다.

TIP 다중지능물(www.다중지능물.com)의 성인용 다중지능 온라인검사를 구매하여 실시하면 표준화 된 보다 정확한 검사결과를 받아볼 수 있습니다.

- 자신의 다중지능검사결과를 발표해보고 상위 3개가 조합된 나를 위한 강점 직업이 무엇인지 확인해 봅니다.

TIP 이미 참여자가 관심을 가졌던 직업이라면, 이에 대해 더 실천적인 계획을 세울 수 있도록 격려하고, 이번에 새로운 직업을 알게 되었다면, 이 직업에 대해 더 찾아볼 수 있도록 합니다.

◎ 활동지문 예시

· 다중지능검사 결과 확인하기

👤 오늘 했던 다중지능검사로 나의 적성과 재능을 발견할 수 있었나요?

👤 네

👤 내가 예상했던 결과와 같았나요?

👤 네 / 아니요.

👤 예상했던 대로 나온 분도 있을 거고, 그렇지 않은 분도 있을 거예요. 중요한 것은 이 다중지능검사 결과는 얼마든지 바뀔 수 있다는 것입니다. 앞으로 여러분의 경험과 노력에 따라 프로파일의 모양과 점수는 달라질 것입니다.

· 강점지능 직업 확인하기

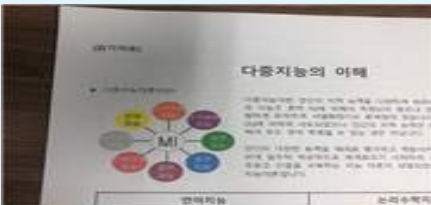
👤 나의 강점지능으로 잘 할 수 있는 직업을 이야기해 봅시다.

👤 제 강점지능은 자연, 신체운동, 인간친화지능입니다. 이 중에 자연지능과 신체운동지능의 조합으로 할 수 있는 동물조련사, 쇼 다이버가 적합해 보입니다. 동물과 가까우면서 몸을 많이 움직일 수 있는 직업이 잘 맞을 것 같습니다.

👤 좋습니다. 내가 가진 강점지능들로 무엇을 잘 할 수 있을지 고민하는 것은, 진로를 결정하는 데 많은 도움이 될 것입니다.

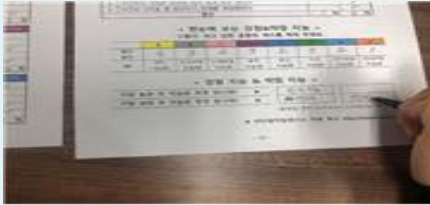


클립영상 시나리오1. 다중지능검사 방법

다중지능검사 방법 클립영상 시나리오	
S#1 다중지능이론 소개 	화면 가운데에 ‘다중지능의 이해 읽기자료’가 있다. 다중지능이론에 대한 안내를 한다. “다중지능검사를 통해 나의 강점지능을 찾아봅시다. 다중지능이란 인간의 지적 능력을 다양하게 바라보는 시각입니다. 다중지능이론은 인간의 다양한 능력을 설명하는 이론이지요.”
S#2 다중지능영역 설명 	읽기자료의 왼쪽 상단의 다중지능 8가지 영역 그림을 펜으로 가리키며 다중지능의 8가지 영역을 설명한다. “다중지능은 8가지 영역이 있습니다. 언어지능, 논리수학지능, 신체운동지능, 음악지능, 공간지능, 자연지능, 자기성찰지능, 인간친화지능입니다. 사람은 모두 이 8가지 영역의 능력을 갖고 있으나, 그 발달 모습은 모두가 다릅니다.”
S#3 강점지능과 약점지능 설명 	읽기자료를 화면에 두고, 강점지능과 약점지능을 설명한다. “8가지 지능영역 중에서 가장 발달한 영역을 ‘강점지능’이라고 말합니다. 반대로 다른 영역에 비해 발달이 적은 영역은 ‘약점지능’이라고 하지요. 다중지능검사를 통해 강점지능과 약점지능을 알 수 있습니다.”
S#4 다중지능검사 사용방법 안내 및 예시 	읽기자료를 들어 올리면 ‘다중지능 약식검사 체크리스트’가 놓여 있다. 다중지능검사의 목적을 안내하고 사용 방법을 설명한다. 그리고 직접 체크리스트에 체크한다. “여기에 다중지능 약식검사 체크리스트가 있습니다. 나의 강점지능과 약점 지능을 알 수 있는 약식 검사입니다. 각 항목별로 나에게 해당하는 부분에 체크합니다.”
S#4 다중지능검사 사용방법 안내 및 예시 	체크를 완료한 후, 점수 합산을 시작한다. A, B, C, D, E, F, G, H를 순서대로 합산한다. 점수를 합산하며 점수 합산 방법을 설명한다. “체크를 끝냈으면, 알파벳 항목별로 점수를 합산해 주십시오. ‘그렇다’에 표시한 개수를 더하면 점수가 됩니다. 예를 들어 A영역에 ‘그렇다’가 4개지요? 그렇다면 4점으로 적어주시면 됩니다.”



S#6 다중지능검사 결과확인 예시1



합산한 점수를 토대로 강점지능과 약점지능을 확인하는 방법을 설명한다. 강점지능과 약점지능을 직접 적으며 예시를 보여준다.

“합산한 점수들 중에 가장 높은 점수를 받은 영역이 강점지능입니다. 이 경우 4점을 받은 A 영역에 해당하는 언어지능이 첫 번째 강점지능입니다. 약점지능은 0점을 받은 F 영역과 2점을 받은 H 영역입니다. 자연지능과 인간친화지능이 약점지능이네요.”

S#7 다중지능검사 결과확인 예시2



합산한 점수가 동점이 나왔을 때의 예시를 보여준다. B영역과 D영역이 동시에 3점이 나왔을 경우의 우선순위를 정하는 방법을 설명한다.

“만약 이렇게 동점이 나온 경우에는, G-H-A-B-C-E-D 순으로 적어주세요. 이 경우에는 B와 D가 동점이 나왔으니, 두 번째 강점지능은 B, 즉 논리수학지능이 됩니다. 약점지능에서 동점이 나와도 동일하게 해 주시면 됩니다.”

S#8 활동 마무리



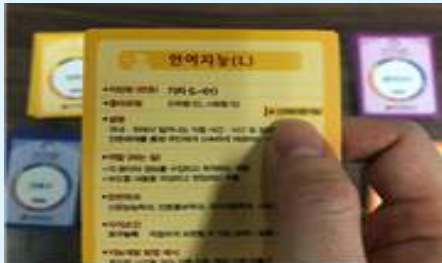
다중지능검사의 의미와 다중지능의 계발 가능성을 언급하며 활동을 마무리한다.

지금까지 다중지능검사를 통해 강점지능과 약점지능을 알아보았습니다. 강점지능을 아는 것은 나의 적성과 재능을 파악하는 데 지표가 되어줍니다. 강점지능과 약점지능은 학습과 경험에 의하여 바뀔 수 있으며, 지속적으로 계발이 가능하다는 것을 잊지 말아주시기 바랍니다.”



클립영상 시나리오2. 다중지능 직업분류카드 사용법

다중지능 직업분류카드 사용법 클립영상 시나리오

S#1 활동 소개 및 직업카드 안내 	화면 가운데 다중지능 직업카드 1세트가 놓여있다. 카드는 색깔별로 8더미로 나뉘어 있으며, 노란색과 회색 카드를 예로 들며 카드의 구성을 설명한다. 언어지능 카드 중에 가장 상단에 있는 카드 한 장을 들고 앞장과 뒷장의 구성을 보여준다. “직업카드를 활용하여 나와 맞는 직업을 찾아봅시다. 직업카드를 꺼내 보시면 다중지능별로 색깔이 다릅니다. 언어지능은 노란색, 논리수학지능은 회색으로 되어있지요. 앞장에는 직업명이, 뒷장에는 해당 직업에 대한 설명이 나와 있습니다.”
S#2 카드 분류 방법 설명 	카드 뒷면에 명시되어 있는 제1강점지능과 제2강점지능을 손가락으로 짚으며 설명한다. 자신의 강점지능에 해당하는 카드 더미에서 희망 직업을 탐색해야 함을 안내한다. “뒷면 카드 상단에는 제1강점지능이 적혀 있고, 우측에 제2강점지능도 명시가 되어 있습니다. 나의 강점지능에 해당하는 색깔의 카드 위주로 살펴봐 주세요. 자연지능이 첫 번째 강점일 경우, 초록색 카드 더미에서 나와 맞는 직업을 찾아볼 수 있습니다.”
S#3 활동 예시1 	첫 번째 강점이 자연지능, 두 번째 강점이 신체운동지능인 경우 선택할 수 있는 카드를 예시로 보여준다. 자연지능 카드 더미에서, 신체운동지능이 제2강점으로 표시된 동물조련사 카드로 예를 든다. “첫 번째 강점지능이 자연지능, 두 번째 강점이 신체운동지능인 경우 어떤 직업이 잘 맞을지 살펴봅시다. 일단 자연지능 카드 더미에서, 제2강점지능 표시를 찾아보면, 여기 동물조련사 카드에 신체운동지능이 표시되어 있습니다. 강점지능이 자연지능과 신체운동지능이라면 이 직업이 잘 맞을 수 있습니다.”
S#4 활동 예시2 	첫 번째 강점이 자연지능, 두 번째 강점이 신체운동지능인 경우 신체운동지능(빨간색) 카드 더미에서 직업을 탐색할 수 있음을 설명한다. 신체운동지능 카드 더미에서, 자연지능이 제2강점으로 표시된 쇼 다이버 카드로 예를 든다. “지능 조합은 다양하게 해볼 수 있습니다. 예를 들면 두 번째 강점이 신체운동지능 이므로, 빨간색 카드 더미를 살펴보겠습니다. 그리고 여기에서 첫 번째 강점지능인 자연지능 표시를 찾아볼 수 있겠지요. 여기 쇼 다이버 카드가 딱 맞네요.”



S#5 직업 선택 방법 설명



자신의 강점지능을 고려하여 해당하는 카드를 찾아볼 것을 안내한다. 첫 번째, 두 번째, 세 번째 강점까지 고려할 수 있음을 설명한다.

물론 강점지능이 한 가지만 겹쳐도 자신과 맞는 직업이 될 수 있음을 짚어준다. 선택한 카드의 직업을 활동지에 적을 수 있도록 안내한다. 활동지에 직업명과 관련지능을 적는 모습을 보여준다.

이런 방법으로 나에게 가장 적합한 직업 3가지를 찾아주세요. 세 번째 강점지능도 염두에 두고 찾으시면 더 좋습니다. 물론 강점지능과 카드의 강점지능이 한 가지만 일치해도 괜찮습니다. 원하는 직업을 선택한 뒤, 찾아낸 카드를 활동지에 적어주시면 됩니다. 이렇게 직업명을 쓰고, 관련 지능을 두 가지 적어주세요.”

S#6 흥미유형 확인 방법 설명



합산한 점수를 토대로 강점지능과 약점지능을 확인하는 방법을 설명한다. 강점지능과 약점지능을 직접 적으며 예시를 보여준다.

“합산한 점수들 중에 가장 높은 점수를 받은 영역이 강점지능입니다. 이 경우 4점을 받은 A 영역에 해당하는 언어지능이 첫 번째 강점지능입니다. 약점지능은 0점을 받은 F 영역과 2점을 받은 H 영역입니다. 자연지능과 인간친화지능이 약점지능이네요.”

S#7 활동 마무리



합산한 점수가 동점이 나왔을 때의 예시를 보여준다. B영역과 D영역이 동시에 3점이 나왔을 경우의 우선순위를 정하는 방법을 설명한다.

“만약 이렇게 동점이 나온 경우에는, G-H-A-B-C-E-D 순으로 적어주세요. 이 경우에는 B와 D가 동점이 나왔으니, 두 번째 강점지능은 B, 즉 논리수학지능이 됩니다. 약점지능에서 동점이 나와도 동일하게 해 주시면 됩니다.”



활동지 2-1. 동영상강좌: 다중지능

「다중지능」 동영상 강좌 퀴즈

년 월 일 (요일)

작성자 :

1. 자신의 분야에서 모두 뛰어난 업적을 보이고 있는 사람들은, 다중지능테스트에서 자신의 _____ 지능과 직업이 일치하였다.
2. 감추어진 소질, 적성, 능력도 그 사람 고유의 그림, _____ 이 있다.
3. 자신이 분야에서 뛰어난 사람들은 모든 영역에서 잘한다. (O / X)
4. 성공한 사람들은 상위강점 3개가 조합된 직업을 선택한 경우가 많다. (O / X)
5. 성공한 사람들의 상위강점 3개 중에는 _____ 지능이 포함되어 있다.

※ 다중지능 이론의 창시자 하워드 가드너에 대해서 알아보시다.

하워드 가드너의 부모는 유대인에 대한 나치의 박해가 날로 심해지던 1938년 고향인 독일을 버리고, 미국행 배에 몸을 실었다. 미국에서 하워드 가드너의 7살난 형은 끔찍한 사고로 부모가 보는 앞에서 목숨을 잃었다. 하워드 가드너는 선천적으로 눈동자가 안쪽으로 쏠린 심한 내사시여서 두눈으로 초점을 맞추는 양안시의 능력이 없었다. 게다가 색맹이었으며 지독한 근시였다. 독일인으로써 미국의 이민자 가족으로써의 삶은 고단했을 것이다. 눈에도 여러 가지 질병이 있었던 하워드 가드너가 이러한 역경을 이겨내고 하버드대학의 교수가 되고, 다중지능의 창시자로 세계적으로 많은 사람들에게 영향을 끼치고 있는 것은 매우 감동적이며 교훈을 주고 있다.

하워드 가드너는 하버드 교육대학원 교육심리학과 교수이자 하버드대학 심리학과 겸임 교수이다. 다중지능이론 (Multiple Intelligence)의 창시자이며, 그의 교육심리이론은 여러 나라에 도입되었다. 또한 다중지능이론을 교육 현장에서 실천하는 학교와 연구소가 세계적으로 운영되고 있다. 하버드대학에서 인간이 갖는 예술적·창조적인 능력의 발달 과정을 분석하는 프로젝트 제로(Project Zero)연구소의 책임자로서, 20여 년간 지능과 창조성, 리더십, 교육방법론, 두뇌개발에 관한 연구 결과를 꾸준히 발표해왔다. 1981년에 맥아더 팔로우십, 2000년에는 구겐하임 팔로우십 등 수많은 상을 받았다. 또한 1990년대 중반부터 심리학자 미하이 칙센트미하이, 윌리엄 데이몬과 함께 '굿 프로젝트(Good Project)' 활동을 하며, 바른 사람, 바른 노동자, 바른 시민을 길러 사회를 변화시켜나가는데 열정을 기울인다.

<경향신문> 을 통해 소개 되었던 '문명, 그 길을 묻다.' 하워드 가드너 편에서 발췌



활동지 2-2. 읽기자료 ‘다중지능의 이해’

다중지능의 이해



다중지능이란 인간의 지적 능력을 다양하게 바라보는 시각입니다. 기존의 지능은 흔히 IQ에 의해서 측정되어 왔으나 인간의 지능을 너무 편협하게 파악하여 서열화한다는 문제점이 있습니다. 감성에 대한 평가도 EQ에 의하여 시도되었으나 인간의 지적 능력은 단순히 IQ 및 EQ에 의해서 모든 것이 측정될 수 있는 것은 아닙니다. 인간의 다양한 능력을 제대로 평가하고 계발시키고자하는 노력은 1970년대 말부터 학문적으로 체계화되기 시작하여, IQ 및 EQ의 개념을 아우르고 단점을 극복하는 지능 이론이 성립되었는데 그것이 바로 다중지능이론입니다.

언어지능		논리수학지능	
언어의 상징체계를 익히며, 상징체계들을 창조하는 능력, 글이나 말을 통해 생각이나 느낌을 표현하고, 언어를 구사하는 능력		숫자를 효과적으로 사용하고 연역적, 귀납적 사고를 잘하는 능력, 논리적으로 추론하여 규칙이나 법칙을 발견하거나 체계를 마련할 수 있는 능력	
관련된 능력	모국어능력 외국어능력 작문능력	관련된 능력	논리력 사고력 수학적 사고력, 수리력
대표적 인물	셰익스피어, 엘리엇, 윈스턴 처칠, 안데르센, 톨스토이	대표적 인물	아인슈타인, 갈릴레이, 장영실, 뉴턴, 빌게이츠, 스티븐 호킹
관련 직업	작가, 연설가, 방송인, 변호사, 번역가	관련 직업	과학자, 수학자, 컴퓨터프로그래머, 은행원

신체운동지능		음악지능	
자신의 모든 신체를 이용하여 생각이나 감정을 표현하는 능력, 춤, 운동, 연기 등을 쉽게 익히고 창조하는 능력		음악 표현형식을 지각하고 변별, 변형, 표현할 수 있는 능력, 가락, 리듬, 소리에 민감하고, 그러한 상징들을 창조할 수 있는 능력	
관련된 능력	자신의 손을 이용해 사물을 만들거나 변형시키는 능력 운동, 균형, 민첩성	관련된 능력	소리, 리듬, 음색에 대한 민감성 음악유형 구분
대표적 인물	마서 그레이엄, 마이클 조던, 타이거 우즈, 베이브 루스	대표적 인물	모차르트, 베토벤, 하이든, 바흐, 헨델
관련 직업	운동선수, 무용가, 조각가 스포츠 해설가, 카레이서	관련 직업	작곡가, 연주자, 피아노조율사, 음반제작자



공간지능		자연지능	
공간적 세계를 명확히 지각하고 형태를 바꿀 수 있는 능력, 도형, 그림, 지도, 입체 설계 등에서 사용되는 능력		식물, 동물, 광물을 포함한 자연에 흥미, 관심이 있으며 자신의 환경으로부터 최상의 것을 얻어내는 능력, 환경에 관심을 갖고 자연을 연구하는 능력	
관련된 능력	색깔, 모양, 공간, 형태에 관한 민감성	관련된 능력	동식물에 대한 민감성 환경에 대한 인식능력
대표적 인물	피카소, 레오나르도 다빈치, 백남준, 월트 디즈니, 스티븐 스피버그	대표적 인물	파브르, 허준, 헬렌이어링, 석주명, 윤무부
관련 직업	미술가, 건축가, 항해사, 디자이너, 미술가, 애니메이터	관련 직업	유전공학자, 의사, 조련사, 천문학자, 요리평론가

자기성찰지능		인간친화지능	
자기 자신에 대한 객관적 이해 및 지식과 그에 기초하여 잘 행동할 수 있는 능력, 자신과 관련된 문제를 잘 풀어내는 데 필요한 능력		타인이 가지는 기분, 의도, 동기, 감정 등을 지각하고 구분할 수 있는 능력. 즉 대인관계를 잘 이끌어 가는 사람들의 능력	
관련된 능력	자기 존중감 자기향상 욕구 스스로 문제를 해결하기 위한 노력	관련된 능력	자신의 생각을 잘 전달하는 능력 좋은 인간관계를 맺고 유지해나가는 능력
대표적 인물	버지니아 울프, 프로이트, 석가모니, 공자, 달라이 라마	대표적 인물	간디, 링컨, 마더 테레사, 슈바이처, 마틴 루터킹, 넬슨 만델라
관련 직업	심리치료가, 종교지도자, 철학자, 심리학자	관련 직업	카운슬러, 정치지도자, 웨딩플래너, 개그맨

▶ (※)다중지능연구소 자료 참고 <http://www.multiiq.com>



활동지 2-3. 다중지능 약식검사지

A		그렇다	아니다
1	소설책이나 신문, 잡지 등 항상 읽을거리를 찾아 읽는다.		
2	여러 사물이나 사람의 모습을 다양하고 재미있는 말로 표현한다.		
3	직장이나 일터에서 있었던 일을 구구절절 말하는 편이다.		
4	TV에서 나오는 새로운 말을 쉽게 기억하고 사용한다.		
5	다른 사람을 말로 웃기는 재주가 있다.		
합산		개	개

B		그렇다	아니다
1	경험한 일을 시간 순서에 따라 조리 있게 설명한다.		
2	물건을 살 때 암산이 정확하고 빠른 편이다.		
3	새로운 전자제품의 사용법을 잘 알아내거나 쉽게 익힌다.		
4	어려운 문제를 보면 쉽게 포기하지 않고 문제를 풀려고 노력한다.		
5	수학을 좋아하며 수학을 잘 하는 편이다.		
합산		개	개

C		그렇다	아니다
1	체육대회에서 항상 상위권에 드는 운동이 있다.		
2	몸으로 하는 놀이를 좋아한다.		
3	춤 동작이나 운동 동작을 쉽게 배우는 편이다.		
4	몸이 유연하다는 소리를 자주 듣는다.		
5	텔레비전에 나오는 가수들의 춤이나 요가 동작을 즐겨 따라 한다.		
합산		개	개

D		그렇다	아니다
1	악기를 다루거나 배우는 것을 좋아한다.		
2	자주 노래를 흥얼거리는 편이다.		
3	노래를 하면 '가수 나왔다.'는 소리를 자주 듣는다.		
4	주변의 소리에 대해 매우 민감하다.		
5	노래 또는 악기와 관련된 모임에 잘 참여하는 편이다.		
합산		개	개

E		그렇다	아니다
1	목적지로 가는 길을 지도로 그릴 수 있다.		
2	어려운 내용은 그림으로 그려가면서 이해한다.		
3	조립하거나 만들기 활동을 즐겨한다.		
4	한 번 갔던 길을 잘 찾는 편이다.		
5	어림짐작으로 사물 간의 크기를 쉽게 비교한다.		
합산		개	개



F		그렇다	아니다
1	애완동물을 기르는 것을 좋아한다.		
2	집에서 기르는 새나 금붕어, 개 등을 관찰하고 달라진 점을 말한다.		
3	꽃, 동물, 곤충 등 자연 생물에 대해 관심이 많아 관련된 책을 많이 읽는다.		
4	비슷하게 생겼으나 각기 다른 식물이나 동물의 종을 잘 구별할 수 있다.		
5	사람의 건강과 먹을거리에 대하여 다른 아이들보다 질문이 많다.		
합산		개	개

G		그렇다	아니다
1	하루 일과를 일기로 꼭 정리한다.		
2	스스로 계획을 세우며 실천하는 편이다.		
3	자기의 장점을 다섯 가지 이상 알고 있다.		
4	장래 직업이나 하고 싶은 일을 뚜렷하게 정해놓았다.		
5	명상이나 요가를 좋아한다.		
합산		개	개

H		그렇다	아니다
1	주변에 친구가 늘 들끓는 편이다.		
2	주변 사람들의 기분을 잘 알아채는 편이다. 한마디로 눈치가 빠르다.		
3	모임의 대표나 임원으로 자주 선출되었다.		
4	지인들의 다양한 모임에 자주 초대 받는 편이다.		
5	지인의 고민을 잘 들어주고, 문제를 해결해준다.		
합산		개	개

〈 한눈에 보는 강점&약점 지능 〉

‘그렇다’ 라고 답한 문항의 개수를 적어 주세요.

	A	B	C	D	E	F	G	H
합산 점수								
MI	언어 지능형	논리수학 지능형	신체운동 지능형	음악 지능형	공간 지능형	자연 지능형	자기성찰 지능형	인간친화 지능형

〈 강점 지능 & 약점 지능 〉

가장 높은 두 지능은 무엇입니까? ▶		
가장 낮은 두 지능은 무엇입니까? ▶		

(동점일 경우 G-H-A-B-C-E-D순으로 적어주세요.)

▶ (취다중지능연구소 자료 참고 <http://www.multiiq.com>)



활동지 2-4. 나의 강점지능과 직업

나의 강점지능과 직업

년 월 일 (요일)

작성자 :

1. 나는 어떤 강점에 가장 많이 V표시가 되어있나요?

2. 나의 다중지능을 테스트 해 봅시다.

*온라인 접속(<http://multiqtest.com>, 온라인검색어 다중지능검사)

구분	순위	다중지능	구분	순위	다중지능
강점지능	1		약점지능	1	
	2			2	
	3			3	

3. 다중지능결과가 나의 적성 및 재능을 잘 설명해 주고 있나요?

4. 나의 3개의 상위 강점지능을 조합했을 때, 나에게 가장 적합한 직업은 무엇일까요? 작업카드 활동을 통해 내가 갖고 싶은 직업을 찾아봅시다.

순위	나의 강점지능에 적합한 직업	관련된 강점지능		직업흥미유형
		제1강점지능	제2강점지능	
1				
2				
3				



활동지 2-4. 나의 강점지능과 직업 (작성예시)

나의 강점지능과 직업

2020 년 6월 30 일 (화요일)

작성자 : 홍길동

1. 나는 어떤 강점에 가장 많이 V표시가 되어있나요?

자기성찰지능, 자연지능

2. 나의 다중지능을 테스트 해 봅시다.

*온라인 접속(<http://multiqtest.com>, 온라인검색어 다중지능검사)

구분	순위	다중지능	구분	순위	다중지능
강점지능	1	자기성찰지능	약점지능	1	신체운동지능
	2	자연지능		2	음악지능
	3	언어지능		3	공간지능

3. 다중지능결과가 나의 적성 및 재능을 잘 설명해 주고 있나요?

네. 그렇습니다.

4. 나의 3개의 상위 강점지능을 조합했을 때, 나에게 가장 적합한 직업은 무엇일까요? 작업카드 활동을 통해 내가 갖고 싶은 직업을 찾아봅시다.

순위	나의 강점지능에 적합한 직업	관련된 강점지능		직업흥미유형
		제1강점지능	제2강점지능	
1	원예치료사	자연지능	자기성찰지능	사회형, 탐구형
2	다큐작가	자기성찰지능	언어지능	사회형, 예술형
3	종교학자	자기성찰지능	언어지능	탐구형

활동3



나의 성장스토리 성찰

· 활동안내

· 활동진행

- 진행1 마음열기 : 이행시 짓기 활동, 활동 안내
- 진행2 주제열기 : 미래를 디자인하는 4가지 방법 읽기
- 진행3 주제활동 1 : 자기 분석 하기
 - 나의 경쟁력 파악하기 동영상 시청
- 진행4 주제활동 2 : My Story 성찰
- 진행5 주제활동 3 : 내 인생의 10대 뉴스 & 인생곡선 그리기
- 진행6 다짐하기 : 내 인생의 최대뉴스 발표

· 활동지

- 클립영상 시나리오1. 다중지능검사 방법
- 클립영상 시나리오2. 다중지능 직업분류카드 사용법
- 활동지 2-1. 동영상강좌: 다중지능
- 활동지 2-1. 동영상강좌: 다중지능(작성예시)
- 활동지 2-2. 읽기자료 '다중지능의 이해'
- 활동지 2-3. 다중지능 약식검사지
- 활동지 2-4. 나의 강점지능과 직업
- 활동지 2-4. 나의 강점지능과 직업 (작성예시)

자기이해와 성장 프로그램 진행안내서



◎ 활동 개요

오늘 주제는 참여자들이 자신의 직업을 선택하기에 앞서, 자신에 대한 삶의 과정을 이해하도록 돕는 것입니다. 성장을 위해서는 자신의 과거를 돌아보는 것이 우선되어야 합니다. 과거에 대한 성찰과 진단을 바탕으로 미래에 대한 계획을 세워야 하기 때문입니다. 이러한 과정을 통해 참여자들은 자신의 장단점을 알게 되고, 어떠한 영역에서 커리어를 개발시켜나아가야 하는지에 대해서도 알 수 있게 됩니다.

경제적으로 취약한 환경에서 성장한 참여자들은 자신이 원하는 것을 얻었던 기회가 적었을 것이며, 성장과정에서 아픔과 상처가 있었을 것입니다. 그러한 자신의 성장과정을 그저 아픔으로만 돌 것이 아니라 보다 더 긴 인생의 한 부분으로 자리매김시키고, 보다 더 발전하고, 행복한 미래의 모습을 만들어가는 과정으로 보는 것이 필요합니다. 그리고 자신의 현재를 발전하는 미래를 가져다 줄 중요한 시점으로 인식하여, 상황을 객관적으로 보려는 노력도 필요합니다. 이러한 목표를 위해 본 프로그램은 참여자들이 자신에 대해서 성찰해 볼 수 있는 다양한 활동들로 구성되어 있습니다.

◎ 활동 목표

1. 참여자들이 자신의 과거성장스토리를 돌아봄으로써, 긴 인생의 한 부분이고 앞으로 어떻게 성장해 갈 수 있을지, 어떤 부분을 성장시켜갈 지를 생각해볼 수 있게 한다.

TIP

이런 활동을 어려워하는 참여자가 있을 수 있습니다. 그런 경우 존경하는 사람 혹은 제임스딘, 루이 암스트롱, 윈스턴 처칠, 월트 디즈니, 오프라 윈프리, 조앤 케이 롤링, 스티브 스피버그를 스마트폰으로 찾아보면 연대기 및 생애가 나와 있습니다. 모두 가난하고, 힘들었던 청소년, 청년 시기를 거쳤던 사람들입니다.

2. 자신에게 있었던 10대 사건들을 되돌아봄으로써, 그것에 자신이 어떠한 영향을 받았는지 알 수 있도록 한다. 그리고 앞으로 나의 긴 인생에 그 사건의 교훈이 어떻게 적용될 수 있을지 객관화시켜 본다.

TIP

자신의 과거 사건을 반추할 때 사건을 떠올려보는 것, 그리고 그 자체 보다 더 중요한 것은 긴 삶의 과정에서 어떤 교훈을 주는 사건으로 인식하느냐인 것 같습니다. 참여자들에게 교훈을 강요할 것은 아니지만, 활동 말미에는 교훈을 찾아내는 순간 아무리 불행한 사건이라도 내게 자양분이 된다는 말씀을 해주십시오.

◎ 준비물

출석부, 현수막, 빔프로젝터, 이동식스크린, 노트북, 스피커, 명찰, 펜, 싸인펜, A4용지, 활동지

TIP

활동지는 참여자 숫자만큼 복사하여 사용합니다.

필수 준비물: 동영상을 보기위한 기자재(노트북, 이동식스크린, 스피커 등), 펜, 활동지



◎ 활동 구성

구분	활동	세부진행내용	자료
도입	마음열기 (15분)	- o 마음열기 : 마음열기를 위한 공동체 활동 - o 프로그램의 목표, 흐름에 대한 안내	-
전개	주제열기 (20분)	- o 읽기자료 - 읽기자료 3-1 <미래를 디자인하는 4가지 방법>을 읽는다. - 저자가 이야기 하듯이, 미래를 디자인하기 위해서는 일기쓰기와 같이 자신을 돌아보는 활동이 매우 중요함을 이해한다.	읽기자료 (3-1)
	주제활동 (40분)	- o 나의 경쟁력 파악하기 - 자기분석하기 - 나의 경쟁력 파악하기 (12분30초) 시청 - 자신을 되돌아보는 것이 왜 필요한지에 대해서 이해한다. - 취업을 하기 위해서 자신의 이력을 개발시키는 것도 필요하지만 그보다 앞서 내가 누구인가를 파악하는 것이 우선되어야 함을 이해한다. ※ 동영상 자료 자기 분석 하기-나의 경쟁력 파악하기/정광식 (12분30초)  → 자기판단, 타인판단, 객관적판단을 통해 진정한 나의 모습을 성찰해보며, 취업에 대한 역량을 분석해 볼 수 있다. https://www.youtube.com/watch?v=k3UyHTimmj4	활동지 3-2 활동지 3-3
		- o My Story 성찰 활동지 작성 - 자신이 누구인가를 이해하기 위해서는 자신을 성찰하는 작업이 필요함을 인식시킨다. - 제시한 주제에 맞게 자신이 생각나는 것을 선을 그어 적는다. - 정답이 있는 것이 아니므로 자신이 경험한 것을 자유롭게 적을 수 있도록 격려한다. - o 내 인생의 10대뉴스&인생곡선그리기 활동지 작성 - 내 인생의 10대뉴스에는 가장 행복했던 사건, 가장 불행했던 사건, 긍정적인 영향을 준 사람이나 사건을 적는 것이다. - 그러한 사건을 떠오르면 어떤 기억이 나고, 어떠한 감정이 느껴지는지, 나는 그 사건을 어떻게 평가하는지에 대해서도 적어본다. - 인생곡선을 그릴 때는 10개의 사건에 대해서 가로는 일어난 시기, 세로는 나의 기분이나 느낌을 +10점에서 -10점으로 배치하여 표시하도록 한다.	활동지 3-4 활동지 3-5
정리	다짐하기 (15분)	- o 내 인생의 10대 뉴스 발표하기 - 인생의 10대 뉴스 중에서 사업단 동료들과 공유할 수 있는 사건을 골라 발표해보도록 한다. - 다른 동료들이 발표를 할 때, 경청과 공감을 잘 할 수 있도록 격려한다.	

활동진행1. 마음열기 : 이행시 짓기 활동, 활동 안내

◎ 활동 방법

- 마음열기 활동으로 '이행시 짓기 활동'을 진행하면서 참여자들의 긴장을 풀고 집중력을 높입니다.

TIP 여기서는 마음열기 활동으로 '이행시 짓기 활동'을 제시했으나, <마음열기 활동모음 안내서> 및 다양한 자료들을 참고하여 진행자가 자유롭게 활동내용을 구성해서 진행해도 좋습니다.

- 이번 활동의 목표와 흐름에 대해 간략히 소개합니다.

TIP 오늘 주제는 참여자들이 자신의 직업을 선택하기에 앞서, 자신에 대한 삶의 과정을 이해하도록 돕는 것입니다. 성장을 위해서는 자신의 과거를 돌아보는 것이 우선되어야 합니다. 과거에 대한 성찰과 진단을 바탕으로 미래에 대한 계획을 세워야 하기 때문입니다.

◎ 활동지문 예시

· 마음열기: 이행시 짓기 활동

👤 이행시 짓기를 해보려고 한다. 짝을 지어서 앉아주세요. (홀수일 경우 세 명이 한 조를 이루도록 한다.) 그리고 내 이름으로 이행시를 하나 짓고, 짝의 이름으로 이행시를 하나 짓는 겁니다.

👤 (이행시를 짓는다.)

👤 이행시를 지어보니 어떤가요? 내 이름으로 짓는 것이 쉬운가요, 아니면 짝의 이름으로 짓는 것이 쉬운가요?

👤 내 이름으로 짓는 거요.

👤 그렇지요. 짝의 이름으로 지으려고 하니 좋은 뜻으로 지어야 될 것 같고, 조심스러운 부분이 있죠?

여러분 모두 소중하게 대우받아야 하는 사람들입니다. 짝 이름뿐만 아니라 내 이름으로 짓는 이행시도, 좋은 뜻이 담기도록 지어보세요.

👤 (이행시를 마무리한다.)

👤 그러면 발표를 해봅시다.

👤 (3~4명 정도 발표한다.)

· 활동의 목표, 흐름에 대한 안내

👤 오늘은 내가 누구인가에 대한 생각을 해 보도록 합니다. 나의 과거를 돌아보는 방식으로 나를 들여다볼 것인데요, 내 인생에서 겪었던 사건, 성취했던 일들을 정리해보고 그것들이 나에게 어떤 의미가 있었는지 생각해 볼 것입니다. 내 인생에서 중요한 사건들로 그래프를 그려보면서 나의 인생을 정리해봅시다.

활동진행2. 주제열기: 미래를 디자인하는 4가지 방법 읽기

◎ 활동 방법

- '미래를 디자인하는 4가지 방법' 읽기자료를 읽어봅니다.

TIP 활동지 3-1. 읽기자료 '미래를 디자인하는 4가지 방법'을 참여자들이 돌아가면서 한 절 씩 읽도록 합니다.

- 미래를 디자인하기 위해서는 일기쓰기와 같이 자신을 돌아보는 활동이 매우 중요함을 이해합니다.

TIP 읽기자료에서 읽은 내용 중에서 그동안 해왔던 일에 대해 이야기를 나누고, 그 중에서 일기쓰기의 가치를 생각해보도록 합니다.

◎ 활동지문 예시

☞ 먼저 '미래를 디자인하는 4가지 방법' 읽기자료를 읽어보세요. 우리가 미래를 그려나가는 데 필요한 방법들이 나와있습니다.

☞ (읽기자료를 읽는다.)

☞ 4가지 방법 중에 그동안 실천해왔던 것이 있었나요?

☞ 네, 일기쓰기요.

☞ 일기를 쓰면 왜 미래가 디자인 되는 것일까요?

☞ 꿈을 쓰면서 결심하니까요. 일기쓰면서 반성하게 되니까요

☞ 그럼 오늘 우리도 과거 생애 전체에 대한 내용을 한 번 정리해보는 시간을 가집시다.

그리고 미래를 디자인하는 나머지 세 개도 한 번 생각해보죠.

4가지 방법을 모두 실천하면 좋겠지만, 쉬워 보이는 것이나 하고싶은 것부터 시작하는 것도 미래를 설계하는 데 큰 도움이 될 것입니다.

활동진행3. 주제활동1 : 자기분석하기-나의경쟁력 파악하기 동영상시청

◎ 활동 방법

- '자기분석하기-나의 경쟁력 파악하기' 동영상 자료를 시청합니다.

TIP 활동지 3-2. 동영상 강좌 메모를 활용합니다.

- 동영상을 시청하며 느낀 점을 메모하고 발표합니다.

TIP 동영상에 제시한 나를 아는 방법은 아래 세 가지입니다. 이 부분을 짚어주면서 자기 이해의 중요성을 강조해 주세요

1. 자기판단 : 성장한 환경, 적성, 성격, 흥미 등과 자신의 희망, 꿈 등 고려
2. 타인판단 : 부모, 친척, 친구들에게 평가를 부탁
3. 객관적 판단 : 적성, 흥미, 성격, 신체적 조건이나 능력을 측정해 나에 대한 객관적 정보제공

◎ 활동지문 예시

동영상강좌를 보도록 합니다. 자기 분석에 대한 동영상입니다.
우리가 과거를 돌아보는 것이 왜 필요한지에 대해 이야기할 것입니다.
자신을 분석하기 위해 무엇을 해야 하는지 알아봅시다.
동영상 강좌를 보면서 인상 깊은 부분, 기억하고 싶은 부분, 느낀 점을 활동지에 메모해 보세요.

(동영상을 시청한다.)

동영상 강좌에서 나를 아는 방법이 무엇이 있다고 했죠?

자기판단, 타인판단, 객관적 판단이요.

동영상을 보고 느낀 점을 발표해 봅시다.

(3~4명 발표한다.)

좋습니다. 이제 본격적으로 나를 알아보기 위해 나를 성찰하고, 나의 10대뉴스와 인생곡선그리기 활동을 해봅시다.

◎ 동영상 자료



자기 분석 하기 - 나의 경쟁력 파악하기/ 정광식(총 12분30초)

→ 자기판단, 타인판단, 객관적판단을 통해 진정한 나의 모습을 성찰해보며, 취업에 대한 역량을 분석해 볼 수 있다.

영상URL : <https://www.youtube.com/watch?v=k3UyHTimmj4>

활동진행4. 주제활동2 : My Story 성찰

◎ 활동 방법

- My Story 성찰 활동지를 작성합니다.

TIP 활동지 3-3. My Story 성찰의 동그라미 위에 자신의 이야기를 쓰도록 하면 됩니다. 정답이 있는 것이 아니므로 자신이 경험한 것을 자유롭게 적을 수 있도록 격려합니다. My Story 성찰에서는 참여자들이 작성하지 못하는 주제들도 있을 것으로 파악됩니다. 참여자들이 자신의 경력개발이 되지 않았고, 나는 누구인지에 대한 성찰이 부족했음을 깨닫게 하는 것도 중요합니다. 앞으로 교육프로그램을 통해 작성하지 못했던 영역에 대해서 생각해 볼 수 있는 기회가 많음을 상기시켜주세요.

- 작성한 My Story 성찰 활동지를 발표합니다.

TIP 안내자는 참여자들이 자신의 성장스토리를 편안한 분위기에서 이야기 할 수 있도록 분위기를 만들어 주는 것이 필요합니다. 참여자들이 자신의 과거를 꺼내는 것은 용기가 필요한 일입니다. 그러나 자신의 이야기를 시작하는 것에서부터 자신에 대한 이해가 더욱 객관화 될 수 있습니다. 참여자들이 한 가지라도 자신의 이야기를 할 수 있도록 지지하고 격려해주세요.

◎ 활동지문 예시

- 👤 'My Story 성찰' 활동지를 작성해 봅시다. 동그라미 속에 다양한 경험들이 제시되어 있죠? 동그라미에 짧게 선을 그어서 나에게 해당하는 경험들을 간단히 적어주시면 됩니다.
- 👤 안 해본 것이 있으면 어떻게 해요?
- 👤 그러면 적지 않으셔도 됩니다. 만약 좌우명이 없다면 쓰지 않아도 좋지만, 이번 기회에 생각해서 만들어 보는 것도 좋겠죠?
- 👤 수상 경력이 없습니다.
- 👤 수상 경력도 마찬가지입니다. 아직은 경력이 없지만, 앞으로 내가 도전해보고 싶은 공모전이나 대회를 생각해보는 기회를 가지면 좋겠습니다.
- 👤 네 알겠습니다. (활동지를 작성한다.)
- 👤 작성한 내용을 발표해 봅시다. 발표하고 싶은 항목 세 가지를 정해서 발표해 주세요.
- 👤 저는 제주도과 전주에 여행갔던 적이 있습니다. 자격증은 조리사 자격증이 있습니다. 학원은 영어학원에 다닌 적이 있습니다.
- 👤 제 취미는 그림그리기입니다. 좌우명은 부지런하게 살자입니다.
- 👤 나의 가장 큰 경쟁력은 성실함이라고 생각합니다. 아르바이트는 음식점에서 일한 적이 있습니다.
- 👤 좋습니다. 그러면 이어서 내 인생의 10대 뉴스를 생각해 봅시다.

활동진행 5. 주제활동3:내 인생의 10대 뉴스&인생곡선그리기

◎ 활동 방법

- 내 인생의 10대 뉴스 활동지를 작성합니다.

TIP 활동지 3-4. 내 인생의 10대 뉴스를 사용합니다. 앞서 활용했던 my story 성찰과 관련된 뉴스가 포함되어도 좋습니다. 혹은 그것과 별개로 특히 슬프거나, 기쁘거나, 화났던 사건을 중심으로 써도 좋습니다.

인생의 10대 뉴스는 동영상 제작 어플을 이용하여 카드뉴스로 만들 수도 있습니다. 참여자들이 간단하고 쉽게 동영상 제작을 하는 기술을 가르쳐준다면 참여자들이 사진자료들을 넣어서 카드뉴스로 재작할 수 있으며 훨씬 더 재미있게 프로그램에 참여할 수 있습니다. 동영상제작기술 교육은 휴먼임팩트협동조합(<https://humanimpact.modoo.at>)에서 복지현장실무자들에게 실시하고 있습니다. 이밖에 실무자들이 현장에서 활용가능한 동영상제작 기술을 가르쳐 주는 기관들을 찾아 배워보는 것이 필요합니다.

- 내 인생의 인생곡선그리기 활동지를 작성하여 발표하도록 합니다.

TIP 활동지 3-5. 인생곡선 그리기 활동지를 활용합니다. 발표를 할 때 시간이 부족하다면 기준선보다 아래로 내려갔던 것 하나, 위로 내려갔던 것 하나를 발표하도록 하십시오.

◎ 활동지문 예시

👤 '내 인생의 10대 뉴스' 활동지를 쳐주세요. 지금부터 여러분이 겪었던 사건들 중에 가장 인상 깊었거나, 가장 충격적이었거나, 기억에 남는 10가지 일을 정해 볼 것입니다. 그것은 좋은 일이었을 수도 있고, 나쁜 일이었을 수도 있겠지요.

👤 아주 어릴 때 있었던 일도 해당이 되나요?

👤 여러분의 기억에 있는 모든 사건이 해당됩니다. 행복했던 일이든 불행했던 일이든 모든 사건들이 지금의 여러분을 만들어 온 것이니까요. 먼저 10대 뉴스부터 작성해 봅시다.

👤 시간 순서대로 적어야 하나요?

👤 그러면 좋겠지만 굳이 연연하지 말고 생각나는 대로 적어주세요. 시간 순서는 그래프를 그릴 때에 고려하면 됩니다.

👤 사건에 대한 기억, 감정, 평가에는 무엇을 쓰나요?

👤 그 사건이 있었을 때 여러분의 감정이 어땠는지 적으셔도 되고, 그 사건이 내 인생에 있어서 어떤 의미가 되었는지를 평가하셔도 좋습니다.

👤 (내 인생의 10대 뉴스 활동지를 작성한다.)



◎ 활동지문 예시

- 👤 10대 뉴스 활동지를 완성했으면, '나의 인생 곡선 그리기' 활동지를 할 수가 있습니다. 10대 뉴스를 시간 순서대로 순서를 매긴 후, 그래프 가로축에 점을 찍어서 나타내면 됩니다.
- 👤 세로축은 무엇인가요?
- 👤 세로축은 그 사건이 있었을 때 여러분의 기분입니다. 행복했다면 위로, 불행했다면 아래로 내려갑니다. 최고로 기분이 좋았다면 10에, 최고로 기분이 좋지 않았다면 -10에 점을 찍으면 되겠지요.
- 👤 (나의 인생 곡선 그리기 활동지를 작성한다.)
- 👤 그래프를 그리면서 나의 인생에 대해 정리해보는 시간을 가져 보았나요? 나의 인생에서 행복했던 시기는 언제이고, 불행했던 시기는 언제였나요. 한 번 이야기해보시겠어요?
- 👤 제게는 동생이 태어났을 때가 가장 행복했고, 아버지의 사업이 망했던 것이 가장 힘든 일이었던 것 같아요.
- 👤 중요한 것은 그 사건들이 미래의 여러분에게 어떤 의미로 남았는지입니다.
불행은 괴롭지만 사람을 변화시키기도 하죠. 그로 인해서 어떤 것을 더 주의하게 되었다면, 그리고 교훈을 얻었다면, 이제부터는 그것은 불행했지만 교훈을 준 사건이 될 것 같습니다. 인생의 10대 뉴스들이 여러분을 어떻게 바꾸었는지를 생각해 보고, 앞으로 그 사건을 어떻게 볼지도 생각해 보세요.

활동진행 6. 다짐하기: 내 인생의 최대뉴스 발표

◎ 활동 방법

- 작성한 내 인생에 교훈을 남긴 최대 뉴스를 발표합니다.

TIP 다른 동료들이 발표를 할 때, 경청과 공감을 잘 할 수 있도록 격려합니다.
그리고 교훈을 찾아내도록 격려해 주세요.

◎ 활동지문 예시

- ☞ 그러면 내 인생의 최대 뉴스를 발표해 봅시다. 그래프를 그리면서 내게 이 사건이 나를 크게 변화시켰구나 하는 사건을 발표해주세요. 물론 발표하고 싶지 않은 사건이라면, 다른 사건을 이야기해도 좋습니다. 발표를 원하는 것만 이야기해 주세요.
- ☞ 저는 어릴 때 아버지께서 사업 실패를 하셔서 어린 나이에도 슬펐던 기억이 납니다. 그래서 사업은 하지 않으려고 해요.
- ☞ 초등학교 때 그림그리기로 상장을 처음 탔던 날이 인상적이었어요. 그런데 그 때 한 번 뿐이었어요. 어쨌든 제가 재능은 있다는 생각을 했습니다.
- ☞ 중학교 때는 교외 미술대회에서 입상을 했습니다. 그리고 자신감을 얻었던 것 같아요.
- ☞ 고등학교 때 고백을 했다가 차였어요. 그 뒤로 갑자기 고백하지 않기로 했지요. 보다 상대방을 잘 살피려고 노력합니다.
- ☞ 정말 잘 들었습니다. 사건을 일어난 일이고 앞으로 그 사건을 자양분삼아 우리가 어떻게 발전해가느냐가 중요합니다.



활동지 3-1. 읽기자료 ‘미래를 디자인하는 4가지 방법’

미래를 디자인하는 4가지 방법

미래를 꿈꾸는 청년들이, 구체적인 계획을 해볼 때 참고하면 좋은 도서를 추천 합니다.
아래 글은 저자 김애리님의 『여자에게 공부가 필요할 때』의 일부를 발췌하여 소개하는 내용입니다.

여자에게 공부가 필요할 때

1년 배워 10년 써먹는 인생을 바꾸는 성장 프로젝트



미래설계를 위한 시간은 구체적으로 다음과 같이 보낼 것을 권한다.
대부분 내 경험에 비추어 효과가 가장 드라마틱했던 방법들이다.
물론 각자 사정에 맞게 더하거나 덜해도 된다.

<첫째, 3개월간 매일 일기를 쓴다.>

내면과 대화하는 시간을 얼마나 가져봤는가? 누군가 말했다.
사색의 시간은 인류를 구원한다고. 하물며 나 자신은? 고요한 아침
시간을 활용해 ‘나’를 공부해보자. 내 삶을 구원할 철용성을 쌓는
것이다. 오랜 시간 일기 쓰기의 효과에 관해 연구한 로라 킹 박사는
일단 목표를 글로 적으면 목표달성에 도움이 될 만한 사람이나 상황
을 찾기 위해 자동으로 주변 환경과 머릿속을 검색하기 시작한다는
가설을 세웠다.

오프라 윈프리도 말하지 않았던가? 일기장이야말로 내 꿈이 실현된
첫 번째 장소라고. TV 방송국을 설립하겠다는 그녀의 꿈은 일기장에
서 처음 탄생했다고 한다. 내적 성장과 발전을 위해 지금 당장 필요한 배움은 무엇인지? 업무와 관련하여 익히고
강화해야 할 스킬은 무엇인지? 급변하는 사회에 대처하는 학문에는 무엇이 있을지? 또 나의 중장기 목표?비전
을 실현하기 위해 시작해야 할 것들은 무엇인지를 점검해보자.

이뿐만이 아니다. 일기는 과거의 아픔과 상처를 치유하는 힘도 갖고 있다. 글을 통한 자기 노출은 가장 안전한
정서적 배출구가 되어주기 때문이다. 일기는 또 그날 하루의 스트레스를 기록하며 휴식과 긴장 이완의 역할
도 한다. 미래의 꿈과 희망을 자신에게 주입하는 긍정적인 효과는 말할 것도 없다. 키플링은 ‘이야기는 인류가
사용하는 가장 강력한 약물’이라고 말했다. 일기는 종류도 매우 다양하다. 매일의 일상에서 감사할 일을 찾고
싶은 사람은 감사일기를, 내면을 다스리고 누군가를 용서하길 원하는 사람은 치유 일기를 쓰면 된다. 그 밖에도
행복일기, 그림일기, 축복일기, 독서일기, 미래일기까지 다양한 종류의 일기 쓰기 방법이 있다. 딱 3개월만
일기 쓰기를 친구 삼아 보자. 꿈이 구체화되고 점진적으로 발전하며, 궁극적으로는 삶이 달라지는 것을 느낄 것이다.

<둘째, 관심 분야를 전부 스크랩한다.>

스크랩의 장점은 아이디어를 샘솟게 한다는 것이다. 이견 일종의 ‘나 홀로 브레인스토밍’과 같다. 신문기사,
잡지, 인터넷뉴스, 방송 다큐멘터리, 학술논문 등 각종 매체에서 관심 키워드를 검색하고 필요한 정보를 수집한다. 이는
창의력과 아이디어가 생명인 패션계, 방송계 직업을 가진 사람들이 자주 쓰는 방법이기도 하다.故 앙드레 김
선생님은 생전에 매일 16개의 신문, 잡지를 구독했던 것으로 유명하다.



그 밖에도 이방주 현대산업개발 고문, 힐러리 클린턴 美 국무장관, 한경희 환경희생과학 대표, 워런 버핏 버크셔 해서웨이 회장, 故 정주영 현대그룹 회장까지. 전혀 다른 분야에서 활동한 이들의 공통점은 무엇일까? 자신이 몸담은 분야에서 정상에 올랐다는 점을 제외한다면 이들은 국적도 나이도 성별도 직업도 각기 다양하다. 이들의 공통점은 매일 아침 5개 이상의 매체를 읽었다는 것이다. 지구상에서 바쁘기로 둘째가라면 서러울 이들이 매일 아침 5개 이상의 매체를 꼼꼼히 구독한 이유에 대해서는 각자 깊이 생각해보자.

<셋째, 꿈을 위한 마인드맵, 스토리보드를 작성한다.>

마인드맵과 스토리보드의 장점은 꿈을 시각화할 수 있다는 점이다. 목표의 시각화, 그 중요성에 대해서는 이미 많은 책과 언론에서 언급해왔다. 목표의 시각화란 한 마디로 손에 닿지 않는 물건을 손에 닿는 곳에 놓아두는 일이다. 컴퓨터 배우기가 목표인 사람과 2개월 안에 포토샵으로 블로그 꾸미기가 목표인 사람은 그 시작부터 다르다. 전자가 불완전한 목표라면 후자는 구체적 목표의 마지막 단계가 된다. 행복해지기를 목표해본 적이 있는가? 그렇다면 그 목표가 얼마나 허무맹랑한지는 경험으로 알 터. 그런 두루 몽실한 목표를 세울 바에는 치즈케이크를 한 덩어리 먹는 편이 정신 건강에 더 이롭다. 물론 훨씬 더 행복할 거고. 목표를 구체화하는 것도 목표를 이루는 데 도움이 되는데 하물며 목표를 '생생하게 시각화'하는 것은 어떻겠는가? 그건 베이킹파우더처럼 꿈을 부풀리고 풍미를 더 해주는 역할을 한다.

마인드맵은 문자 그대로 '생각의 지도'라는 뜻이다. 사전적 의미를 그대로 풀이하면 이렇다.

자기 생각을 지도 그리듯 이미지화해 사고력과 창의력, 기억력을 한 단계 높인다는 두뇌 계발 기법. 핵심 단어를 중심으로 거미줄처럼 사고가 파생되고 확장되어 가는 과정을 확인하고, 자신이 알고 있는 것을 동시에 검토하고 고려할 수 있는 일종의 시각화된 브레인스토밍 방법.

마인드맵을 그려 방안에 붙여 놓으면 일단 꿈을 한눈에 볼 수 있어 명쾌하다. 꿈이 얼마간 실현된 것 같은 기분마저 들어 유쾌하다. 나에게 중요한 것이 무엇이고, 그 중요한 일을 하기 위해서는 어떤 단계들을 거쳐야 하는 지 매일 점검할 수 있어 통쾌하다.

드림보드, 스토리보드도 마찬가지다. 이걸 '대놓고' 꿈을 시각화하는 거대한 콜라주다. 이를테면 이렇다. 잡지나 신문, 단행본 등에서 갖고 싶거나 되고 싶은 이미지를 한데 모아 두꺼운 하드보드 지에 붙여 놓는다. 빨간색 스포츠카, 바다가 보이는 별장, 스페인의 산티아고 순례길, 44치수의 일본모델이나 기타를 연주하는 모습 같은 것도 좋겠다. 꿈에서도 갖길 원하는 것들, 혹은 꿈을 이미 이룬 사람의 이미지를 갖는 것은 생각보다 큰 효과를 발휘한다. 잘 보이는 곳에 놓아두면 매일 꿈을 점검하는 엄청난 동기부여 자극제가 됨은 물론이다. 중요한 것은 드림보드? 스토리보드가 '가능성의 장'이 되어야 한다는 것이다. 이를 가능성이 높은 꿈들만 적어 놓는 것은 의미가 없다. 꿈꾸는 최고의 내 모습을 적는 게 진짜다.

<넷째, 나만의 '치어 리더'를 만난다.>

나를 무조건 지지하고 응원하는 '사람들'을 만난다. 같은 목표 아래 같은 길을 걷고 있다면 더욱 좋다. 혼자만 잘 먹고 잘 살 수 있는 시대는 갔다. 아니 애초에 그런 시대는 없었을 거다. 1인 기업가라 해도 반드시 누군가의 도움이나 협력이 필요하다. 제 3자의 눈은 잊고 있던 무언가, 발견 못 한 어떤 것을 돌아보게 한다. 새로운 시각과 새로운 방법론을 제시한다. 때론 100권의 책을 읽는 것보다 한 명의 친구와 깊이 있는 대화를 나누는 일이 나를 더 채찍질하고 앞으로 이끄는 것은 물론이다. 오래 묵은 고민의 실타래가 친구의 한 마디로 풀리거나, 잡힐 듯 피해 가던 문제의 해답이 명쾌하게 해결되는 경우는 누구나 경험해봤을 것이다.



활동지 3-2. 동영상 강좌 메모

동영상 강좌 MEMO

년 월 일 (요일)

작성자 :

동영상 강좌를 보며 필요한 내용, 느낀 점을 메모해보세요.



활동지 3-2. 동영상 강좌 메모 (작성예시)

동영상 강좌 MEMO

2020년 06월 30일 (화요일)

작성자 : 홍길동

동영상 강좌를 보며 필요한 내용, 느낀 점을 메모해보세요.

스킬외주 직업으로 준비하니 나를 알아가는 시간 부족
내가 알고 있는 것이 빛을 발하는 순간이 나를 알아가는 순간(나에 대한 이해)

----- 나를 아는 방법 -----

1. 자기판단 : 성장한 환경, 적성, 성격, 흥미 등과 자신의 희망, 꿈 등 고려
2. 타인판단 : 부모, 친척, 친구들에게 평가를 부탁
3. 객관적 판단 : 적성, 흥미, 성격, 신체적 조건이나 능력을 측정해 나에 대한 객관적 정보제공

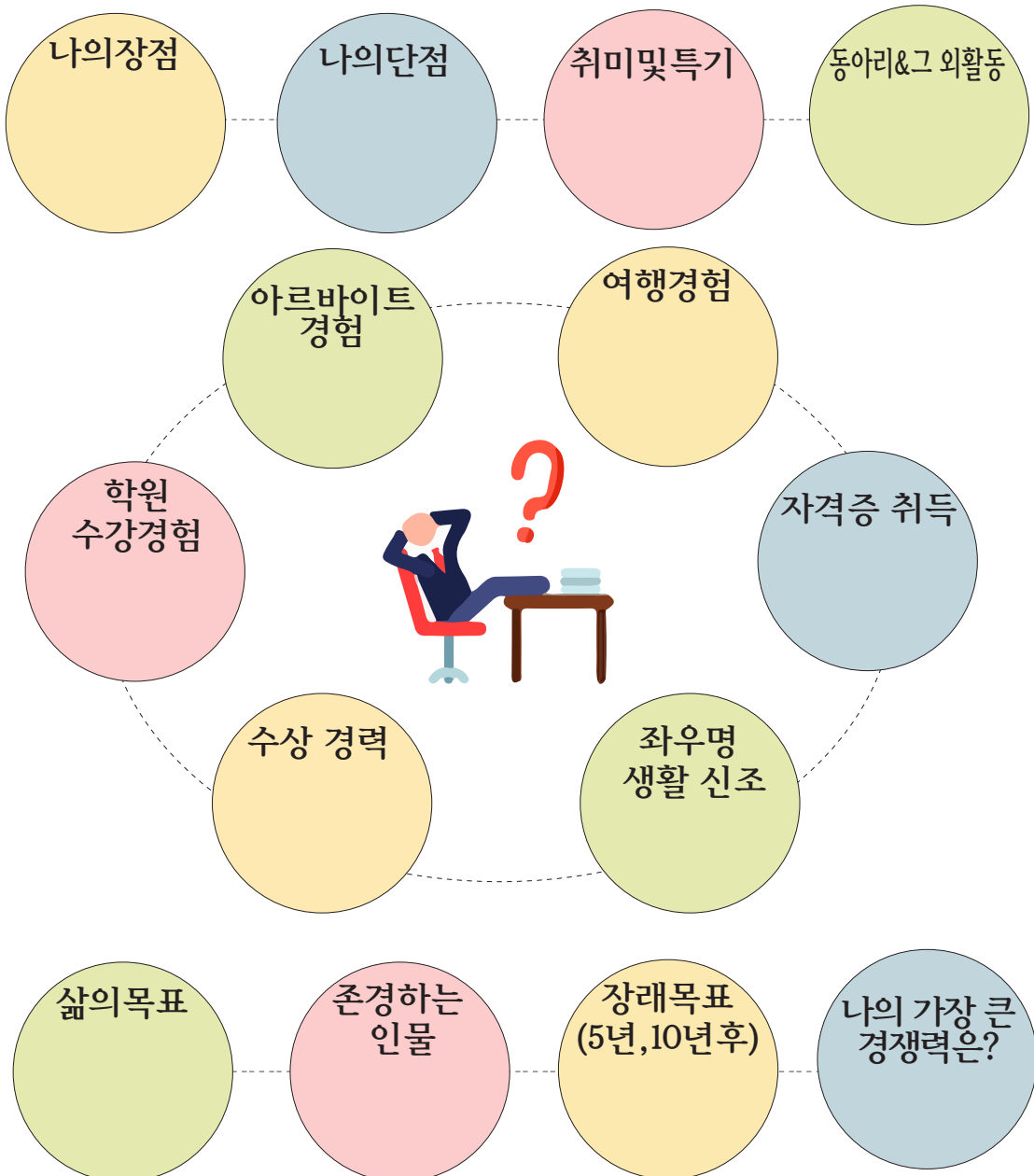
-----자신의 취업 포트폴리오 작성

자기분석이 가장 중요함 - 내 인생의 10대뉴스, 나의 인생곡선그리기,
생애진로무지개 등

이를 토대로 전략 세우기



My Story 성찰





My Story 성찰





활동지 3-4. 내 인생의 10대 뉴스

내 인생의 10대 뉴스

년 월 일 (요일)

작성자 :

	사건	사건에 대한 나의 기억, 감정, 평가
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		



활동지 3-4. 내 인생의 10대 뉴스 (작성예시)

내 인생의 10대 뉴스

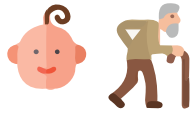
2020년 6월 30일 (화요일)

작성자 : 홍길동

	사건	사건에 대한 나의 기억, 감정, 평가
1	가고 싶었던 회사 입사	짜릿하고 뿌듯했다.
2	첫사랑	설레고 행복했다. 그때의 기억 덕분에 사랑의 의미를 알게 되었다.
3	월급으로 부모님께 생신선물	부모님이 기뻐하셔서 좋았다.
4	우수사원 표창	내가 자랑스러웠다. 뭐라도 해낼 수 있겠다는 생각을 하게 되었다.
5	진로에 대한 고민으로 교육까지 참가	고민이 많고 불안하다. 하지만 인생의 전환점이 될 것이라고 생각한다.
6	내 인생 처음으로 받는 상장	신기하고 놀라웠다.
7	교외 미술대회 입상	얼떨떨하고 진짜 기분이 좋았다.
8	이성친구에게 고백	부끄러웠다. 조금 후회된다.
9	부모님께 거짓말하다 혼남	다시는 거짓말을 하지 않겠다고 결심한 계기가 되었다.
10	아버지의 사업실패	슬프고 무서웠다.



활동지 3-5. 인생곡선 그리기



나의 인생 곡선 그리기



년 월 일 (요일)

작성자 :



+10

+5

-5

-10



10대

20대

30대



활동지 3-5. 인생곡선 그리기 (작성예시)



나의 인생 곡선 그리기



2020년 6월 30일 (화요일)

작성자 : 홍길동

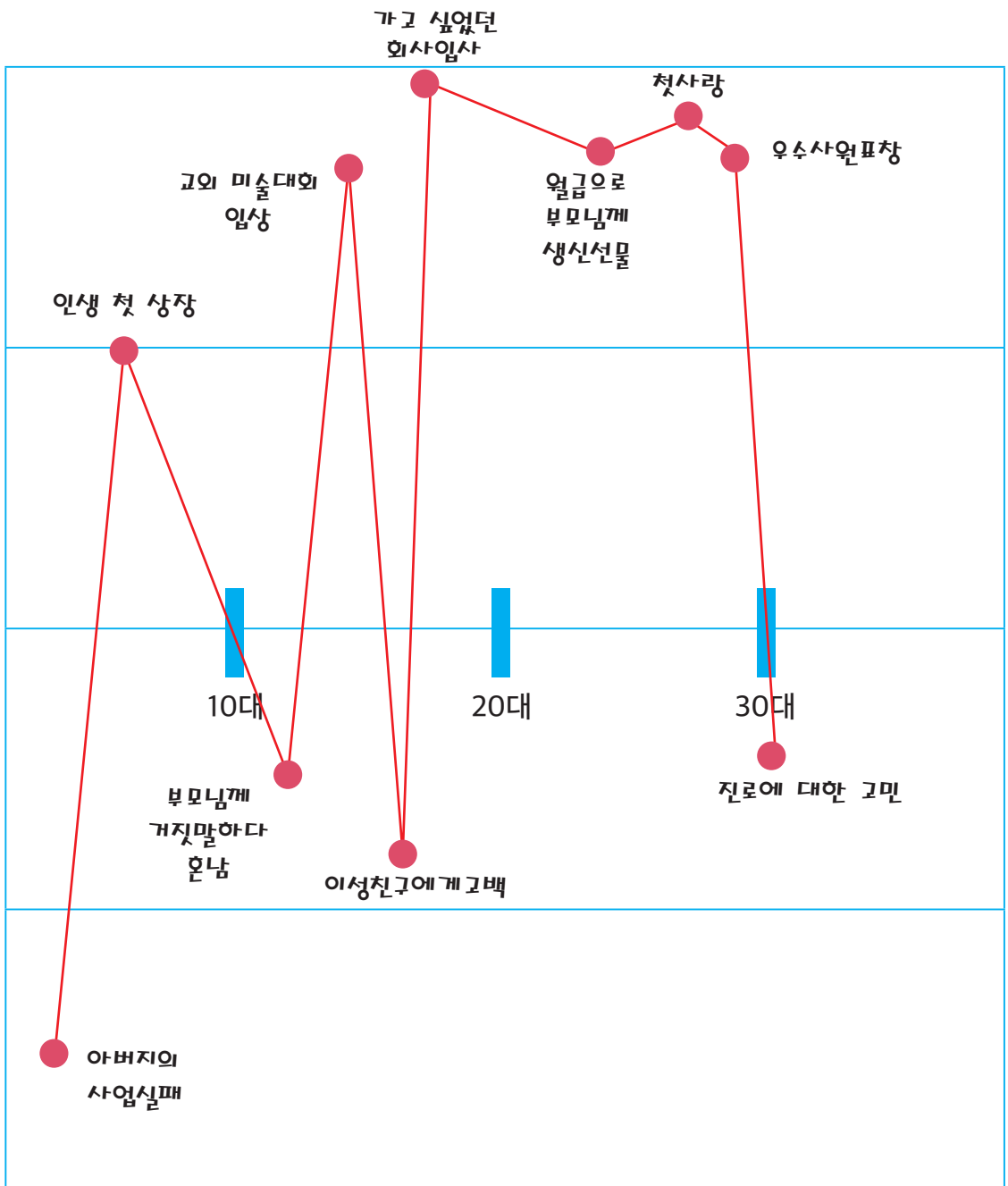


+10

+5

-5

-10



활동4



나의 가치관 점검하기

· 활동안내

· 활동진행

- 진행1 마음열기 : 시간 맞추기 활동, 활동 안내
- 진행2 주제열기 : 굿라이프 동영상 시청
- 진행3 주제활동1 : 굿 라이프를 위한 7가지 계명
- 진행4 주제활동2 : 소명의식이 있는 삶 & 나의 가치관 점검
- 진행5 다짐하기 : 일에 대한 나의 가치관 발표

· 활동지

- 활동지 4-1. 동영상 강좌: 굿 라이프가 뭔가요?
- 활동지 4-1. 동영상 강좌: 굿 라이프가 뭔가요? (작성예시)
- 활동지 4-2. 읽기자료① 굿라이프(좋은 인생)를 위한 7계명
- 활동지 4-3. 내가 중요하게 여기는 가치
- 활동지 4-3. 내가 중요하게 여기는 가치 (작성예시)
- 활동지 4-4. 읽기자료② 소명의식이 있는 삶
- 활동지 4-5. 일에 대한 나의 가치관 점검
- 활동지 4-5. 일에 대한 나의 가치관 점검 (작성예시)



◎ 활동 개요

오늘 주제는 참여자들이 자신에 대한 이해를 할 때, 자신이 어떤 가치를 중요하게 여기고 있는가를 분석해보고, 전문가가 좋은 인생의 계명으로 제시한 7가지 가치들이 삶에서 얼마나 지켜지고 있는지 자신을 평가해보는 것이다. 이를 통해서 참여자들은 자신의 삶에서 중요하게 여길 가치에 대해서 인식할 수 있는 기회가 될 것이며 자신의 인생을 좀 더 의미 있고 만족스럽게 이끌어가기 위한 동기부여가 될 수 있을 것이다. 또한 자신이 가지고 있는 직업에 대한 생각을 점검해보므로써 직업을 소명으로 여길 때, 만족스럽고 성실하게 일할 수 있다는 것을 알게 될 것이다. 이를 통해 참여자들은 직업을 소명으로 연결시켜보는 작업을 시행함으로써 직업에 대해서 어떤 가치를 가져야 하는지를 생각해볼 수 있는 기회가 될 것이다.

◎ 활동 목표

TIP

1. 좋은 인생(굿라이프)을 위해서는 자신의 가치관이 명확해야 함을 이해한다.

좋은 인생의 의미를 생각해 볼 기회를 주는 것입니다. 그냥 흘러가는 대로 두는 것은 좋은 인생이라고 보기 어렵지요. 가치관이란 값을 매기는 관점입니다. 즉 나는 즐거운 것에 더 큰 값을 매기는 지, 발전하는 것에 더 큰 값을 매기는지, 그리고 더 큰 값을 매기는 것을 하기 위해 노력하는지를 생각해 보는 시간이 되도록 해주세요.

2. 좋은 인생에 대한 7가지 계명을 이해하고, 자신의 삶과 연결할 수 있다.

내 삶에는 좋은 사람들, 좋은 돈, 좋은 직업, 좋은 시간, 좋은 건강상태, 내 마음에 드는 자신, 긍정적인 생각을 가지고 있는지 생각해 보고, 이를 자신의 삶에서 만들어 낼 수 있는 방법을 생각해 보도록 합니다.

TIP

3. 직업을 선택할 때 중요한 가치는 소명의식임을 이해한다.

7가지 계명 모두를 이루는 것이 좋지만, 그 안에서 순위를 매기고 더 중요한 가치를 결정해보게 하는 시간이 되도록 해주시요.

◎ 준비물

초시계(핸드폰으로 가능), 출석부, 현수막, 빔프로젝터, 이동식스크린, 노트북, 스피커, 명찰, 펜, 싸인펜, A4용지, 활동자료

TIP

활동지는 참여자 숫자만큼 복사하여 사용합니다.

필수 준비물: 동영상을 보기위한 기자재(노트북, 이동식스크린, 스피커 등), 펜, 활동지



구분	활동	세부진행내용	자료
도입	마음열기 (15분)	○ 마음열기 : 마음열기를 위한 공동체 활동 ○ 프로그램의 목표, 흐름에 대한 안내	-
전개	주제열기 (20분)	○ 동영상 시청 - <굿 라이프가 뭔가요? 총 14분>을 시청하며 『굿 라이프』의 저자와 책에 담긴 핵심내용들을 이해한다. - 동영상 시청을 하면서 활동지에 메모를 하며 집중도를 높인다. ※ 동영상 자료 굿 라이프가 뭔가요? (총 14분)  → 최인철교수의 인터뷰를 보면서, 다양한 형태로 표현되는 행복의 모습을 알아보고, 행복한 삶을 살기 위해 우리가 할 수 있는 것들을 알아볼 수 있다. https://www.youtube.com/watch?v=r9gBE_sDeow	활동지 4-1
	주제활동 (35분)	○ 읽기자료 굿 라이프를 위한 7가지 계명 읽기 - 최인철 교수가 제시한 7가지 계명 읽어보기 - 1일 아나운서를 뽑아 읽기, 1가지씩 돌아가면서 읽기, 함께 크게 읽기 등의 방법을 통해 참여자들이 집중하며 읽을 수 있도록 한다. - 7가지의 가치들은 삶을 의미 있고, 만족감을 주며, 즐거움을 준다는 것을 이해해한다. ○ 내가 중요하게 여기는 가치 활동지 작성 - 7가지 가치 중에서 중요하게 여기는 가치 1,2,3순위를 매겨보고 그 이유에 대해서 작성해본다. - 7가지 가치가 내 삶에서 얼마나 작동되고 있는지 점검해본다. - 최인철교수가 제시한 7가지 이외에도 자신이 인생에서 중요하게 여기는 가치는 무엇인지 작성해본다. ○ 읽기자료 <소명의식이 있는 삶> 읽기 - 직업에 대해서 자신이 어떤 가치관을 가지고 있는지 점검해본다. - 직업을 소명으로 여기고, 나의 일이 세상을 좀 더 나은 곳으로 만든다는 확신이 있을 때 직업을 즐길 수 있고, 성실하게 유지할 수 있다는 것을 이해한다. ○ 일에 대한 나의 가치관 점검해보기 활동지 작성 - 자신이 가지고 있는 일에 대한 생각을 점검해본다. - 자신이 고려중인 직업에 대해서 그 직업이 세상을 어떻게 좀 더 나은 곳을 만들 수 있는지 연결시켜 생각해본다.	활동지 4-2 활동지 4-3 활동지 4-4 활동지 4-5
정리	다짐하기 (20분)	○ 발표하기 & 피드백 받기 - 내가 중요하게 여기는 가치, 일에 대한 나의 가치관 점검 활동지를 발표하며 동료, 안내자로부터 지지 및 공감, 피드백 받기	

활동진행 1. 마음열기 : 시간 맞추기 활동, 활동 안내

◎ 활동 방법

- 마음열기 활동으로 '시간 맞추기 활동'을 진행하면서 참여자들의 긴장을 풀고 집중력을 높입니다.

TIP 여기서는 마음열기 활동으로 '시간 맞추기 활동'을 제시했으나, <마음열기 활동모음 안내서> 및 다양한 자료들을 참고하여 진행자가 자유롭게 활동내용을 구성해서 진행해도 좋습니다.

- 이번 활동의 목표와 흐름에 대해 간략히 소개합니다.

◎ 활동지문 예시

· 마음열기: 시간 맞추기 활동

- 👤 '시간 맞추기' 활동을 해봅시다. 모두 눈을 감고, 시계를 보지 않은 채 시간의 흐름을 알아맞히는 것입니다. 제가 '시-작!'이라고 말한 직후 초시계를 누를 것입니다. 모두 눈을 감아주세요.
- 👤 (눈을 감는다.)
- 👤 먼저 20초를 맞춰 봅시다. 소리를 내어 초를 세면 안 되고, 눈을 감고 마음속으로 시간을 맞추는 것입니다. 내 생각에 20초가 되었다면 손을 들어주세요. 준비, 시작!(초시계를 누른다.)
- 👤 (20초를 마음속으로 세어본다.)
- 👤 (초시계로 20초를 체크한다. 20초가 되면 말한다.) 20초! (20초와 동시에 손을 든 참여자를 확인한다.) 맞추신 분들도 계시네요. 감으로 시간의 흐름을 느껴보니 어떨까요?
- 👤 생각보다 빨리 가요. / 생각보다 늦게 가요.
- 👤 이번에는 난이도를 높여 봅시다. 1분을 세는 것입니다. 모두 준비 되셨나요? 눈을 감아주세요.
- 👤 (눈을 감는다.)
- 👤 1분, 즉 60초를 세겠습니다. 준비, 시작!(초시계를 누른다.)
- 👤 (1분을 마음속으로 세어본다.)
- 👤 (초시계로 1분을 체크한다. 1분이 되면 말한다.) 1분! (1분과 동시에 손을 든 참여자를 확인한다.) 어때셨나요? 20초보다 어려웠나요?
- 👤 네, 아예 감이 오지 않았어요. / 너무 일찍 손을 들었어요.
- 👤 1분의 시간이 어떻게 느껴졌나요?
- 👤 너무 길게 느껴졌어요.
- 👤 그렇지요. 눈을 감고 시간에만 집중하니 1분의 시간이 짧지 않았지요? 우리가 무심코 흘려보내는 1분은 절대로 짧은 시간이 아닙니다. 우리에게 주어진 시간을 충실하게 보내도록 합시다.

· 활동의 목표, 흐름에 대한 안내

- 👤 오늘은 좋은 인생에 대한 이야기를 해봅시다. 좋은 인생이 무엇이라고 생각하나요?
- 👤 행복한 인생이요. / 성공한 인생이요.
- 👤 그렇다면 여러분을 행복하게 해 주는 것이 무엇인가요?
- 👤 가족입니다. / 취미생활이요. / 꿈이요. / 돈이요.
- 👤 사람마다 행복의 기준이 다릅니다. 인생에서 우선시하는 가치가 다르기 때문이죠. 그것을 가치관이라고 하고, 가치관은 사람마다 다릅니다. 오늘은 좋은 인생을 만드는 가치들에 대해 알아보고, 내가 중요시 여기는 가치가 무엇인지, 그리고 직업을 선택할 때 어떤 가치를 생각해야 좋은 인생을 만들어갈 수 있는지 알아보도록 합시다.

활동진행2. 주제열기 : 굿라이프 동영상 시청

◎ 활동 방법

- ‘굿 라이프가 뭔가요?’ 동영상 자료를 시청합니다.
- 동영상을 시청하며 느낀 점을 활동지에 메모하고 발표합니다.

◎ 활동지문 예시

- 동영상강좌를 보도록 합니다. ‘굿 라이프’가 무엇인지에 대한 동영상입니다. 행복이란 무엇인지, 행복해지려면 어떻게 해야하는지, 굿 라이프를 만들어 가는 것이 무엇인지 알아봅시다. 동영상 강좌를 보면서 필요한 내용, 느낀 점을 활동지에 메모해 보세요.
- (동영상 강좌를 시청한다.)
- 굿 라이프란 무엇이라고 했죠? 그렇습니다. 자기의 기준을 갖는 삶이죠. 행복을 만들기 위한 요소들이 기억 나시나요?
- 좋은 사람, 좋은 일, 좋은 건강이요.
좋은 돈, 좋은 자신, 좋은 프레임이요.
- 그렇습니다. 동영상 강좌를 보면서 느낀 점을 발표해 봅시다.
- (3~4명 발표한다.)

◎ 동영상 자료



굿 라이프가 뭔가요? (총 14분)

→ 최인철교수의 인터뷰를 보면서, 다양한 형태로 표현되는 행복의 모습을 알아보고, 행복한 삶을 살기 위해 우리가 할 수 있는 것들을 알아볼 수 있다.

영상URL : https://www.youtube.com/watch?v=r9gBE_sDeow

활동진행 3 . 주제활동1 : 굿 라이프를 위한 7가지 계명

◎ 활동 방법

- ‘굿 라이프를 위한 7계명’ 읽기자료를 읽고, 7가지 가치들에 대해 이해합니다.

TIP 활동지 4-2. 읽기자료①를 활용합니다.

굿 라이프를 위한 7계명 : 좋은 사람들, 좋은 돈, 좋은 직업, 좋은 시간, 좋은 건강상태, 내 마음에 드는 자신, 긍정적인 생각

- ‘내가 중요하게 여기는 가치’ 활동지를 작성합니다.

TIP 활동지 4-3. 내가 중요하게 여기는 가치를 활용합니다.

자신이 무엇을 가장 중시하는지를 생각해보는 것, 그리고 그것을 위해 포기하지 말도록 당부하는 것이 필요합니다.

◎ 활동지문 예시

· ‘굿 라이프를 위한 7계명’ 읽기자료 읽어보기

동영상 강좌에서 언급되었던 7가지 행복을 위한 요소에 대한 읽기자료가 있습니다.

‘굿 라이프를 위한 7계명’ 인데요, 7가지 가치들에 대해 자세히 알아봅시다. 하나씩 읽어볼까요?
(참여자를 한 명씩 지목하여, 일어서서 계명 하나씩을 읽도록 한다.)

(지목된 참여자가 읽기자료를 읽는다.)

좋은 삶을 만들기 위해 이 7가지 가치들은 모두 중요하지만, 사람마다 우선순위는 다를 것입니다.
어떤 가치가 가장 끌리나요? 각자 나에게 가장 소중한 가치가 무엇인지 생각해 보세요.

· ‘내가 중요하게 여기는 가치’ 활동지 작성하기

살펴본 7개의 가치들 중에 중요하게 생각하는 가치를 선택해 보세요. 3위까지 선정해 주시면 됩니다.
선정한 가치는 ‘내가 중요하게 여기는 가치’ 활동지에 적어주세요.

그 가치가 나에게 중요한 이유도 함께 적어주셔야 합니다.

(활동지를 작성한다.)

가치의 순위를 선정했으면, 내 삶의 7가지 가치를 점검해보는 활동을 해봅시다.

내 삶에 좋은 사람들이 많은지, 내 삶에 좋은 시간들이 많은지, 어떤지를 체크해보고
나의 인생이 굿 라이프로 가기 위해 필요한 가치들이 무엇인지 알아봅시다.

(활동지를 작성한다.)

7가지 가치들 중에서 Yes가 표시된 가치도 있고, No가 표시된 가치가 있을 것입니다.

No라고 표시된 가치들을 앞으로 채워나간다면, 굿 라이프에 가까워질 수 있겠지요?

네.

그리고 제시된 7가지 가치 외에, 살아오면서 여러분 스스로가 중요하다고 생각한 가치가 있을 것입니다.
그런 가치가 있다면 활동지 마지막 빈 칸에 적어주세요.

(활동지를 작성한다.)

활동진행4.주제활동2:소명의식이 있는 삶&나의가치관점검

◎ 활동 방법

- 소명의식이 있는 삶' 읽기자료를 읽고, 직업을 소명으로 여기는 것의 중요성을 이해합니다.

TIP 4-4. 읽기자료② 소명의식이 있는 삶을 활용합니다.

소명이란 뜻을 가지고 꼭 이루거나 해야되는 일로서 자신에게 맡겨진 임무라고 볼 수 있습니다. 자신이 소명이라고 생각되는 것을 성심껏 해나가면서 스스로에게 자신의 가치를 증명할 수 있다는 것을 알려주세요

- '일에 대한 나의 가치관 점검해보기' 활동지를 작성합니다.

TIP 활동지 4-5. 일에 대한 나의 가치관 점검 을 활용합니다.

자신의 중요하다고 생각하는 일을 선택할수록 그 일을 잘 할 수 있습니다.

◎ 활동지문 예시

· '소명의식이 있는 삶' 읽기자료 읽어보기

이어서 '소명의식'에 대한 읽기자료를 읽어봅시다.

내가 나의 일을 어떻게 바라보는가에 따라 삶에 대한 만족도가 달라진다는 내용입니다.

(읽기자료를 읽는다.)

모두 읽어 보셨나요? 소명의식이란 자신의 일이 자기 삶을 이루는 중요한 일부이며, 내가 하는 일이 더 나은 세상을 만들어간다는 믿음으로 임하는 태도입니다. 그렇다면 소명의식이 어떻게 생길 수 있을까요? 이제부터 소명의식을 가져야지, 다짐한다고 생기는 것일까요?

제가 하는 일이 옳다고 믿어야 합니다.

제 일을 좋아해야 합니다.

그렇습니다. 나의 직업이, 나의 가치관과 일치해야 소명의식이 생길 수가 있습니다. 나는 좋은 사람들을 얻는 것이 중요한데, 사람과 전혀 만나지 않는 일을 한다면 소명의식이 생기기가 어렵겠죠. 나의 일이 나의 가치관과 맞고, 나의 일이 세상을 더 좋게 변화시키고 있다는 의미를 발견하는 삶이 바로 소명이 이끄는 삶입니다.

· '일에 대한 나의 가치관 점검해보기' 활동지 작성하기

소명의식에 대한 이해를 바탕으로, 일에 대한 나의 가치관을 점검해 보도록 합니다. '일에 대한 나의 가치관 점검해보기' 활동지를 펴 주세요. 일을 했던 경험을 되살려보고, 나는 어떤 생각으로 일을 했는지를 적어 주세요. 읽기 자료의 A유형, B유형, C유형 중에 무엇인지를 적어주시면 됩니다. 그리고 앞으로 하고 싶은 일이 여러분의 가치관과 맞는지, 세상을 더 나은 곳으로 만들 수 있을지를 생각해 봅시다.

(활동지를 작성한다.)

활동진행5. 다짐하기 : 일에 대한 나의 가치관 발표

◎ 활동 방법

- 내가 중요하게 여기는 가치, 일에 대한 나의 가치관 점검 활동지를 발표합니다.

TIP 활동지를 모두 작성하지 않았다고 해도 괜찮습니다. 생각해보는 기회, 그리고 다른 사람 앞에서 자신이 중요하다고 생각하는 것을 주장하는 기회를 갖는 것이 중요합니다.

- 발표 내용에 대해 동료, 안내자로부터 지지 및 공감, 피드백을 받습니다.

◎ 활동지문 예시

👤 오늘 생각한 것을 발표해 봅시다. 먼저 7가지 가치들 중에 중요하게 여기는 3가지 가치를 말씀해 주시고, 7가지 가치 외에 중요하게 여기는 가치가 있다면 발표해 주시기 바랍니다.

👤 제가 가장 중요하게 생각하는 가치는 Good Self입니다. 나 자신이 가장 중요하다고 생각하기 때문입니다. 두 번째는 Good Health입니다. 일단 건강해야 뭐든지 할 수 있기 때문입니다.

세 번째는 Good Frame입니다. 내가 삶을 바라보는 방식에 따라 모든 것이 달라지기 때문입니다. 그리고 저는 이 7가지 가치 외에, 꿈이 중요하다고 생각합니다. 나에게 어떤 꿈이 있는가에 따라 인생이 달라진다고 생각합니다.

👤 멋진 발표였습니다. 특히 꿈이라는 가치가 인상 깊었습니다. 지금 갖고 있는 꿈을 이루실 수 있기를 응원하겠습니다.

👤 이번에는 일에 대한 가치관에 대한 발표를 해봅시다.
고려하고 있는 직업과, 그 일이 세상을 더 나은 곳으로 만들 수 있을지를 발표해 주세요.

👤 저는 한식조리사를 하고 싶습니다. 저는 요리를 하는 것이 좋고 재미있습니다. 그리고 제 요리를 먹은 사람들이 행복해한다면 세상이 더 나은 곳이 될 것 같습니다. 더 나아가 제가 실력을 더 키워서, 한식을 전 세계에 알리는데 조금이라도 기여한다면, 저에게도, 우리나라에 있어서도 멋진 일이 될 것 같습니다.

👤 요리는 정말 많은 사람들을 행복하게 해 주지요. 발표해주신 것처럼 요리사는 세상을 행복하게 하는 일이라고 생각합니다. 이런 소명을 갖고 일을 한다면, 자기 자신도, 세상도 행복해질 수 있을 것입니다.



활동지 4-1. 동영상 강좌: 굿 라이프가 뭔가요?

‘굿 라이프가 뭔가요?’ 동영상 강좌 MEMO

년 월 일 (요일)

작성자 :

동영상 강좌를 보며 필요한 내용, 느낀 점을 메모해보세요.





활동지 4-1. 동영상 강좌: 굿 라이프가 뭔가요? (작성예시)

‘굿 라이프가 뭔가요?’ 동영상 강좌 MEMO

2020년 6월 30일 (화요일)

작성자 : 홍길동

동영상 강좌를 보며 필요한 내용, 느낀 점을 메모해보세요.

* 행복의 정의

- 즐거움과 의미가 충만해서 만족감을 느끼는 상태
- 이 순간의 기분이 행복이다.

* 행복에 지는 방법

- 마음, 관점, 태도 - 긍정적으로 재해석
- 환경주의자의 기술 - 개입
- 마음보다 환경을 바꾸는 것이 중요.

* 잘하는 것과 좋아하는 것 중 무엇을 골라야 하나

- 좋아하는 일을 선택하는 것이 유리하게 보임
- 좋아하는 것을 열심히 하다보면 잘할 수 있다

* 굿 라이프에서 중요한 건? 좋은 사람이 중요(함께 누리는 행복이 진정한 행복)

* 우울을 극복하는 방법

- 운동, 가족과 보내는 시간 늘리기, 친구 만나기, 글쓰기로 감정정리

* 진정한 굿 라이프란?

- 자기의 기준을 갖는 삶이다

* 행복의 주관적 시그널(기분, 만족, 의미)

- 행복의 객관적 요소

(좋은 사람, 좋은 돈, 좋은 일, 좋은 건강,
좋은 시간, 좋은 자기, 좋은 프레임)





활동지 4-2. 읽기자료① 굿라이프(좋은 인생)를 위한 7계명

40만 독자가 선택한 『프레임』 서울대학교 최인철 교수 굿라이프(좋은 인생)를 위한 7계명

서울대학교 최인철 교수가 말하는 굿 라이프(좋은 인생)을 위한 7가지 계명을 소개하는 도서입니다.
청년들이 좋은 인생을 계획할 때 참고하면 도움이 될 듯 합니다.
아래 글은 저자 최인철님의 『굿 라이프』의 일부를 발췌한 내용입니다.



Good People : 좋은 삶은 좋은 사람들이 있는 삶이다. 좋은 사람이란 착한 사람이 아니라 우리에게 좋은 기분, 삶에 대한 만족, 그리고 삶의 의미를 느끼게 해주는 사람이다.

Good Money : 좋은 삶은 좋은 돈이 많은 삶이다. 좋은 돈이란 많은 돈이나 착하게 번 돈이 아니라 우리에게 좋은 기분, 삶에 대한 만족, 그리고 삶의 의미를 느끼게 해주는 돈이다.

Good Work : 좋은 삶은 좋은 일이 있는 삶이다. 좋은 일이란 급여가 많거나 복지혜택이 많은 일이 아니라 일하는 동안 좋은 기분, 삶에 대한 만족, 그리고 삶의 의미를 느끼게 해주는 일이다.

Good Time : 좋은 삶이란 좋은 시간이 많은 삶이다. 좋은 시간이란 단순히 편안하거나 신나는 시간이 아니라 좋은 기분, 삶에 대한 만족, 삶의 의미를 느끼게 해주는 시간이다.

Good Health : 좋은 삶이란 좋은 건강상태로 사는 삶이다. 몸이 아픈 상태에서도 행복을 경험할 수 있고 또 행복해지지 위해 노력해야 하지만 처음부터 몸을 건강하게 유지하도록 노력하는 것이 중요하다.

조금 과장하자면 우리 모두는 운동선수가 되어야 한다. 좋은 기분, 삶에 대한 만족, 그리고 삶의 의미를 경험하면서 살 수 있도록 좋은 건강을 유지해야 한다.

Good Self : 좋은 삶이란 좋은 자기로 사는 삶이다. 자기 삶의 가장 중요한 요소는 자기 자신이다. 따라서 좋은 삶은 자기 자신에 대해서 좋은 기분, 만족 그리고 삶의 의미를 경험하면서 사는 삶이다.

Good Frame : 좋은 삶이란 좋은 프레임(생각의 틀)으로 세상을 보는 삶이다. 좋은 프레임(생각의 틀)이란 좋은 기분, 삶에 대한 만족, 그리고 삶의 의미를 발견하도록 도와주는 생각이다. 또한 자신의 삶에 품격을 더해주는 생각이다.



활동지 4-3. 내가 중요하게 여기는 가치

‘내가 중요하게 여기는 가치

성명 :

날짜:

7가지 가치 중에서 내가 가장 중요하게 여기는 가치는 무엇인가요?

순위	가치	중요한 이유
1순위		
2순위		
3순위		

내 삶의 7가지 가치 점검해보기!

좋아하는 직업	나의 삶 점검해보기 (Yes / No / 그 이유 적기)
Good People 내 삶에는 좋은 사람들이 많은가?	
Good Money 내 삶에는 좋은 돈이 많은가?	
Good Work 내 삶에는 좋은 직업이 있는가?	
Good Time 내 삶에는 좋은 시간들이 많은가?	
Good Health 나는 좋은 건강상태로 살고 있는가?	
Good Self 나는 오늘 내 자신이 마음에 드는가?	
Good Frame 나는 긍정적인 생각의 틀을 가지고 있는 사람인가?	

나의 인생에서 중요하게 여기는 가치!

삶에 대한 자기 기준이 명확하고, 그 기준이 건강할 때 흔들림 없는 삶을 살 수 있다고 합니다.
최인철 교수가 제시한 것 7개 이외에 내가 나의 인생에서 중요하게 여기는 나만의 가치와 그 이유는 무엇인가요?



활동지 4-3. 내가 중요하게 여기는 가치

‘내가 중요하게 여기는 가치

성명 : 홍길동

날짜:2020.06.30

7가지 가치 중에서 내가 가장 중요하게 여기는 가치는 무엇인가요?

순위	가치	중요한 이유
1순위	Good Self	나 자신이 가장 중요하다고 생각한다.
2순위	Good Health	일단 건강해야 뭐든지 할 수 있다.
3순위	Good Frame	내가 삶을 바라보는 방식에 따라 모든 것이 달라지기 때문이다.

내 삶의 7가지 가치 점검해보기!

좋아하는 직업	나의 삶 점검해보기 (Yes / No / 그 이유 적기)
Good People 내 삶에는 좋은 사람들이 많은가?	Yes 나를 믿어주는 사람들이 있다
Good Money 내 삶에는 좋은 돈이 많은가?	No 돈이 없다
Good Work 내 삶에는 좋은 직업이 있는가?	No 아직 직업이 없다
Good Time 내 삶에는 좋은 시간들이 많은가?	Yes 새로운 직업을 준비하고 있다
Good Health 나는 좋은 건강상태로 살고 있는가?	No 운동부족인 것 같다
Good Self 나는 오늘 내 자신이 마음에 드는가?	No 그렇게 마음에 들진 않는다.
Good Frame 나는 긍정적인 생각의 틀을 가지고 있는 사람인가?	Yes 앞으로 나아질 것이라 믿는다.

나의 인생에서 중요하게 여기는 가치!

삶에 대한 자기 기준이 명확하고, 그 기준이 건강할 때 흔들림 없는 삶을 살 수 있다고 합니다.
최인철 교수가 제시한 것 7개 이외에 내가 나의 인생에서 중요하게 여기는 나만의 가치와 그 이유는 무엇인가요?

꿈이라는 가치가 중요하다. 나에게 어떤 꿈이 있는가에 따라 인생이 달라진다고 생각한다.



활동지 4-4. 읽기자료② 소명의식이 있는 삶

소명의식이 있는 삶

미국의 존 F. 케네디 대통령이 나사(NASA)를 방문하던 중, 복도에서 한 직원을 만나 그의 업무가 무엇인지 물었다. 그 직원은 이렇게 대답했다. “I’m helping put a man to the moon.” (나는 인류를 달에 보내는 일을 돕고 있습니다.) 답변의 내용만을 가지고 그의 직업을 추론해보면, 아마도 천체물리학자거나 엔지니어거나 아니면 컴퓨터 프로그래머가 아닐까? 그러나 그 뜻밖에도 그 직원은 미화원이었다. 예일대학의 경영학 교수로 재직 중인 에이미 브제시니에프스키가 미시간 대학 심리학과 박사과정에 재학 중일 때 진행한 연구이다. 에이미는 대학교 교직원들에게 세 가지 유형의 인간형을 제시하고 자신이 각 유형의 사람과 얼마나 닮았는지를 ‘아주 많이, 어느 정도, 아주 조금, 전혀’의 척도에서 보고하도록 했다. 그녀가 제시한 세 유형 사람들의 특징은 다음과 같았다.

A형 자신의 일을 생계를 위한 수단으로 보는 유형	B형 자신의 일을 커리어의 과정이라고 보는 유형	C형 자신의 일을 소명이라고 보는 유형
· 일하는 주목적은 돈을 벌기 위해서이다. · 경제적 여유가 생긴다면 지금하고 있는 일은 결코 하지 않을 것이다. · 일터에서의 시간이 빨리 흐르기를 바라고 주말과 휴가를 고대한다. · 다시 태어난다면 지금의 일은 절대하지 않을 거라고 다짐한다. · 자식들에게는 결코 같은 일을 권하지 않는다.	· 현재 하고 있는 일이 싫지는 않지만 5년 후에도 같은 일을 하고 싶지는 않다고 생각한다. · 더 높은 지위로 승진하기 위해 지금의 일을 참고 한다. · 승진이 주된 목표다. · 지금 하는 일이 때로는 시간 낭비라고 생각되지만, 더 좋은 자리로 가기 위해 참는다.	· 지금 하고 있는 일이 자기 삶의 중요한 일부라고 생각한다. · 비록 돈을 벌기 위해 일하는 면도 없지 않으나, 지금의 일이 자기 정체성을 구성하는 핵심이라고 생각한다. · 지금 하고 있는 일을 즐긴다. · 자기가 하고 있는 일이 세상을 더 나은 곳으로 만드는데 기여한다고 믿는다. · 자식들에게도 이 일을 권장한다.

C유형과 유사하다고 답할수록 삶에 대한 만족도가 높을 뿐 아니라 회사에 결근하는 날이 적었다는 사실이다. 자신의 일을 소명이라고 보는 사람들이 행복할 뿐 아니라 직장에서도 성실하다는 점을 보여주는 결과다. 굿 라이프(좋은 삶)란 좋은 일을 하며 사는 삶이다. 좋은 일이란 높은 연봉, 좋은 복지, 승진의 기회가 보장된 직업만을 의미하지 않는다. 좋은 일이란 직업의 종류와 상관없이 자신은 누구이며 어디서 왔고 어디로 향해 가고 있는지에 대한 해답을 제공해주는 일이다. 자신의 일이 세상을 더 나은 곳으로 만들고 있다는 의미와 목적을 발견하는 삶, 즉 소명이 이끄는 삶이 굿 라이프다.



활동지 4-5. 일에 대한 나의 가치관 점검

일에 대한 나의 가치관 점검해보기

성명 :

날짜:

Q.나는 일에 대해서 어떤 생각을 가지고 있나요? (A유형, B유형, C유형)

Q.내가 고려하고 있는 직업을 머릿 속에 떠올려봅시다. 내가 그 일을 즐겁게 할 수 있고, 그 일이 세상을 더 나은 곳으로 만드는데 기여한다고 생각합니까?

Q.내가 현재 고려하고 있는 직업들을 모두 적어봅시다. 나사(NASA)에서 소명을 가지고 일하고 있는 청소부처럼 나도 내가 고려중인 그 일을 소명을 가지고 할 수 있는지 생각해봅시다. 나의 직업이 어떻게 세상을 좀 더 나은 곳으로 만들 수 있는지 생각해봅시다.

고려중인 직업(1)	
고려중인 직업(2)	
고려중인 직업(3)	



활동지 4-5. 일에 대한 나의 가치관 점검

일에 대한 나의 가치관 점검해보기

성명 : 홍길동

날짜: 2020.6.30

Q.나는 일에 대해서 어떤 생각을 가지고 있나요? (A유형, B유형, C유형)

C유형

Q.내가 고려하고 있는 직업을 머릿 속에 떠올려봅시다. 내가 그 일을 즐겁게 할 수 있고, 그 일이 세상을 더 나은 곳으로 만드는데 기여한다고 생각합니까?

나는 요리를 하는 것이 좋고 재미있다. 그리고 내 요리를 먹은 사람들이 행복해한다면 세상이 더 나은 곳이 될 것이다. 만약 더 실력을 더 키워서, 한식을 전 세계에 알리는데 조금이라도 기여한다면, 저에게도, 우리나라에 있어서도 멋진 일이 될 것이다.

Q.내가 현재 고려하고 있는 직업들을 모두 적어봅시다. 나사(NASA)에서 소명을 가지고 일하고 있는 청소부처럼 나도 내가 고려중인 그 일을 소명을 가지고 할 수 있는지 생각해봅시다. 나의 직업이 어떻게 세상을 좀 더 나은 곳으로 만들 수 있는지 생각해봅시다.

고려중인 직업(1)	한식조리사 - 맛있는 요리로 사람들을 행복하게 한다.
고려중인 직업(2)	제과사 - 맛있는 과자로 사람들을 행복하게 한다.
고려중인 직업(3)	음식평론가 - 요리의 질을 높일 수 있다.

활동5



나의 SWOT 분석

- 활동안내

- 활동진행

- 진행1 마음열기1 : 강점소개 활동
- 진행2 마음열기2 : 활동 안내
- 진행3 주제열기 : 동영상 시청- SWOT분석을 잘 하려면?
- 진행4 주제활동1 : SWOT 분석하기
- 진행5 주제활동2 : 자활성공을 위한 전략수립
- 진행6 주제활동3 : 실천할 과제
- 진행7 다짐하기 : 실천할 과제 활동지 발표

- 활동지

클립영상 시나리오 - SWOT 분석법

활동지 5-1. SWOT 분석 동영상 강좌

활동지 5-1. SWOT 분석 동영상 강좌 (작성예시)

활동지 5-2. 읽기자료 'SWOT분석의 이해'

한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 6. SWOT 자기 분석

한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 6. SWOT 자기 분석 (작성예시)

한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 7. 자활성공을 위한 전략 수립

한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 7. 자활성공을 위한 전략 수립(작성예시)

한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 8. 실천 과제

한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 8. 실천 과제 (작성예시)

자기이해와 성장 프로그램 진행안내서



◎ 활동 개요

오늘 주제는 참여자들이 자신의 직업을 선택하기에 앞서, 자신의 강점(Strength), 약점(Weakness), 기회(Opportunity), 위협(Threat) 요소를 분석하도록 하는 것입니다. 자신에 대한 이해를 위해서는 앞서 다루었던 다중지능과 인생곡선 그리기와 같은 자신의 삶을 돌아보는 활동을 통해서 파악한 자신의 특성을 가지고, SWOT분석을 시행해보는 것입니다. SWOT분석이란 경영학에서 기업의 마케팅전략을 세우는데 사용되는 툴이나 최근에는 한 개인을 분석하고 성공전략을 세우는데 사용되고 있습니다. 본 프로그램에서는 참여자들의 내부 환경을 분석하여 강점과 약점을 발견하고, 외부환경을 분석하여 기회와 위협을 찾아내어 이를 토대로 강점은 살리고 약점은 죽이고, 기회는 활용하고 위협은 억제하는 성공전략을 수립하도록 하는 목표를 가지고 있습니다. 이를 위해 참여자들이 스스로 자신의 강점, 약점, 기회, 위협을 찾아보고 성공전략을 짜는 활동을 시행할 것입니다.

◎ 활동 목표

1. 참여자들이 자신의 미래를 준비하는 단계에서 자신을 객관적으로 분석할 수 있다.

TIP

자신을 객관적으로 살펴보는 것은 자기발전을 위해 매우 중요합니다. 이번 기회에 SWOT 분석방법을 배우고, 자신은 물론, 자신이 선택한 일, 고민에 대해 적용해서 사용할 수 있도록 격려해주세요.

2. SWOT 분석을 시행함에 있어서 S,W,O,T, SO, ST, WO, WT 에 대해서 이해한다.

TIP

SWOT: 강점(Strength), 약점(Weakness), 기회(Opportunity), 위협(Threat) 요소를 결합한 용어입니다.
SO : 강점(Strength) + 기회(Opportunity)
ST : 강점(Strength) + 위협(Threat)
WO : 약점(Weakness) + 기회(Opportunity)
WT : 약점(Weakness) + 위협(Threat)

3. SWOT 틀에 맞춰 자신을 분석하고 하고 자활성공을 위한 전략을 수립한다.

TIP

어떤 전략을 선택할 것인가를 결정하도록 도와주세요.

◎ 준비물

출석부, 현수막, 빔프로젝터, 이동식스크린, 노트북, 스피커, 명찰, 펜, 싸인펜, A4용지, 활동지

TIP

활동지는 참여자 숫자만큼 복사하여 사용합니다.

필수 준비물: 동영상을 보기위한 기자재(노트북, 이동식스크린, 스피커 등), 펜, 활동지



구분	활동	세부진행내용	자료
도입	마음열기 (15분)	○ 마음열기 : 마음열기를 위한 공동체 활동 ○ 프로그램의 목표, 흐름에 대한 안내	-
전개	주제열기 (20분)	○ 동영상 시청 - <취업전략 SWOT분석을 잘 하려면>을 시청한다. - 동영상을 시청하며 퀴즈를 푼다. - 동영상강좌에서 중요한 사항을 메모하며 청취한다. ※ 동영상 자료 취업전략 SWOT분석(1)-SWOT분석을 잘 하려면? → 나의 모습을 내부요인, 외부요인, 긍정요인, 부정요인으로 구분하여 분석할 수 있다는 것을 알고 그에 따라 취업에 대한 세부적인 전략을 고민해본다. https://www.youtube.com/watch?v=s-7ovuuNTFQ	활동지 5-1
	주제활동 (40분)	○ 읽기자료 <사회생활은 처음입니다만, 박하연 저> - 참여자들과 함께 SWOT에 대해 설명하는 자료를 읽는다. - 참여자들에게 SWOT에 대해서 기초적인 설명을 시행한다. - 자기분석 사례를 설명하여 쉽게 이해하도록 한다. - 자기분석과정은 어려운 과정이 아님을 설명하고 독려한다. ○ SWOT 자기분석활동지 작성 - SW는 내부적요인, OT는 외부환경요인인 것을 강조한다. - 참여자들이 직접 SWOT표를 작성하도록 안내한다. - 참여자들이 제대로 작성하고 있는지 살피고, 어려워하는 참여자와는 1:1로 작성을 도와준다. ○ 자활성공을 위한 전략수립 및 실천할 과제 양식지 작성 - 강점은 강화하고, 약점은 보완할 수 있는 전략을 세우는 것임을 설명한다. - SO, ST, WO, WT 에 대해서 참여자들이 어려워 할 수 있으므로 쉬운 이해를 통해 다시 한 번 설명해준다. - 수립한 전략을 성공적으로 달성하기 위하여 내가 실천할 과제를 작성하도록 안내(5개 이하로 작성 안내) - 실천과제 도출을 어려워하는 참여자와는 일대일로 작성을 도와준다.	활동지 5-2 업무메뉴얼 필수서식6 업무메뉴얼 필수서식7 업무메뉴얼 필수서식8
정리	다짐하기 (15분)	○ SWOT 분석, 전략수립, 실천할 과제 활동지 발표 - 자신이 작성한 SWOT 분석지, 전략수립활동지, 실천할 과제에 대해서 스마트폰으로 사진을 찍어 안내자에게 전송하고, 안내자는 자료를 취합한다. - 안내자는 참여자들이 스마트폰으로 보낸 사진을 컴퓨터에 저장하고 스크린에 출력될 수 있도록 하여, 스크린화면을 보고 발표하도록 한다.	업무메뉴얼 필수서식8

활동진행 1. 마음열기1 : 강점소개 활동

◎ 활동 방법

- 마음열기 활동으로 '강점소개 활동'을 진행하면서 참여자들의 긴장을 풀고 집중력을 높입니다.

TIP 여기서는 마음열기 활동으로 '강점소개 활동'을 제시했으나, <마음열기 활동모음 안내서> 및 다양한 자료들을 참고하여 진행자가 자유롭게 활동내용을 구성해서 진행해도 좋습니다.

◎ 활동지문 예시

👤 '강점소개' 활동을 해봅시다. 모두 짝을 지어주세요.

👤 (짝을 지어 앉는다.)

👤 오늘 하게 될 SWOT(스왓)분석과도 관련이 있는 활동인데요, SWOT 중에 S에 대한 이야기를 해볼 것입니다. S는 Strength, 즉 강점을 뜻합니다. 각자 자신의 강점을 두 가지씩 이야기하는 거예요.

👤 강점이라는 게 어떤 거죠?

👤 내가 잘하는 것, 혹은 자신 있는 것입니다. 다중지능검사를 통해 나왔던 강점지능도 강점이라고 할 수 있겠죠.

👤 내 강점을 짝한테 이야기하나요?

👤 네, 일단 짝에게만 이야기합니다. 그리고 나서, 짝의 강점을 기억한 뒤에, 짝의 강점을 모두의 앞에서 발표 하시면 됩니다.

👤 제 강점이 아니라 짝의 강점을 발표하나요?

👤 네 그렇습니다. 잘 기억을 해야겠죠? 그러면 짝에게 강점 두 가지를 이야기해 주세요. 딱 3분 드리겠습니다.

👤 (짝에게 서로 강점을 이야기한다.)

👤 (3분 뒤) 그러면 한 팀씩 발표를 해보도록 합시다.

👤 제 짝의 강점은 언어지능입니다. 그리고 말하기에 자신 있다고 합니다.

👤 (짝에게 확인한다.) 이 내용이 맞나요?

👤 맞습니다.

👤 제 짝의 강점은 요리를 잘하는 것입니다. 그리고 강점지능은 인간친화지능입니다.

👤 (짝에게 확인한다.) 이 내용이 맞나요?

👤 아니요. 제 강점지능은 자기성찰지능입니다.

👤 (위와 같이 발표와 내용 확인을 번갈아가며 진행한다. 참여자들은 이 활동을 통해 SWOT분석 중 S에 대한 생각을 미리 해볼 수 있으며, 본 수업에 대한 부담감을 해소할 수 있다.)

활동진행 2. 마음열기2 : 활동 안내



◎ 활동 방법

- 이번 활동의 목표와 흐름에 대해 간략히 소개합니다.

TIP 📌 SWOT 자기분석에 대한 이해를 좀 더 심층적으로 배우고 싶을 때는 다음의 동영상강의를 활용해보세요. 한국 HRD 교육센터에서는 「사회생활은 처음입니다만」 저자 박하연의 강의를 온라인 강의로 들을 수 있습니다. 단 강의를 수강하는데 22,000원의 비용이 소요됩니다.

◎ 활동지문 예시

- 👤 오늘은 지금까지 해왔던 다중지능, 인생곡선 그리기 등의 활동을 통해 다루었던 여러분의 적성과 삶을 기초로, SWOT(스왓)분석을 해볼 것입니다. SWOT분석은 일반적으로 회사에서 마케팅전략을 세울 때 사용하는 방식인데, 최근에는 한 개인을 분석하는 데에도 사용되고 있습니다.
- 👤 **SWOT 분석의 SWOT는 무슨 뜻인가요?**
- 👤 좋은 질문입니다. SWOT는 영어 단어 4개의 약자로 조합된 단어인데요, S는 Strength(스트렝스) 즉 강점을 뜻합니다. 그리고 W는 Weakness(위크니스) 즉 약점이지요. 그리고 O는 Opportunity(어퍼투니티) 즉 기회입니다. 마지막으로 T는 Threat(트렛) 즉 위협이지요. 다시 말해 나의 강점, 약점, 기회, 위협을 찾아보는 것입니다.
- 👤 **어려울 것 같아요.**
- 👤 차근차근 해보면 전혀 어렵지 않습니다. 먼저 SWOT분석 방법에 대한 동영상을 시청하고, 4가지 요인을 하나씩 분석해본 뒤, 분석 결과를 바탕으로 나의 성공을 위한 전략을 짜 보도록 합시다.

활동진행3. 주제열기: 동영상 시청- SWOT분석을 잘 하려면?

◎ 활동 방법

- '취업전략 SWOT 분석을 잘 하려면' 동영상 자료를 시청합니다.

TIP ▶ 동영상자료 취업전략 SWOT분석-SWOT분석을 잘 하려면?을 시청합니다.
시간이 부족하다면 클립영상(5분이내)를 시청하여도 좋습니다.

- 동영상을 시청하며 활동지의 퀴즈를 풀고, 중요한 사항을 메모합니다.

TIP ▶ 활동지 5-1. 동영상 강좌를 활용합니다.

◎ 활동지문 예시

👤 SWOT분석에 대한 동영상강좌를 보도록 합시다. SWOT분석을 할 때 중요한 것이 무엇인지, 주의해야 할 것이 무엇인지를 알 수 있을 것입니다. 그리고 분석 결과를 바탕으로 어떻게 전략을 짜면 될지도 확인할 수 있습니다. 동영상 강좌를 보면서 활동지의 빈 칸을 채워보시고, 기억하고 싶은 부분을 활동지에 메모해 보세요.

👤 (동영상을 시청한다.)

👤 활동지의 빈 칸을 채워보았나요? 함께 읽으며 답을 맞춰봅시다.

👤 (함께 문장을 읽으며 빈 칸의 답을 맞춘다.)

👤 그렇습니다. SWOT분석의 체크포인트는 내부요인과 외부요인이 잘 구분되어있는지 확인하는 것이죠. 내부요인은 S와 W, 즉 강점과 약점으로 나뉘고, 외부요인은 O와 T, 즉 기회와 위협으로 나뉩니다. 그리고 각 요인들을 교차하여 조합하면 전략을 세울 수 있죠.

◎ 동영상 자료



취업전략 SWOT분석-SWOT분석을 잘 하려면?

→ 나의 모습을 내부요인, 외부요인, 긍정요인, 부정요인으로 구분하여 분석할 수 있다는 것을 알고 그에 따라 취업에 대한 세부적인 전략을 고민해본다.

영상URL : <https://www.youtube.com/watch?v=s-7ovuuNTFQ>

활동진행 4 . 주제활동1 : SWOT 분석하기

◎ 활동 방법

- 읽기자료를 읽고 SWOT 분석에 대해 이해합니다.

TIP 활동지 5-2. 읽기자료 'SWOT분석의 이해'를 활용합니다.

■ SWOT분석이란

- 자신의 성장과 발전을 위해 가장 먼저 해야 할 것은 자기 안에 좋은 습관들을 만들어 가는 것입니다. SWOT분석은 나에 대해 천천히 관찰하고 생각하여 좋은 행동을 만들어가는 전략을 짜는 것입니다.
- 나의 강점(Strength), 약점(Weakness), 기회(Opportunity), 위협(Threat) 요소들을 파악하는 것입니다.
- 나의 강점과 기회요소들을 드러내고, 약점과 위협요소들을 보완할 수 있는 방안을 모색하는 것입니다.

- 'SWOT 자기분석' 활동지를 작성합니다.

TIP 활동지 한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 6 'SWOT 자기 분석'을 활용합니다.

◎ 활동지문 예시

· 읽기자료 'SWOT분석의 이해'를 읽는다.

이어서 읽기자료를 읽어봅시다. 읽기자료 'SWOT분석의 이해'에는 동영상으로 본 내용이 자세하게 정리되어 있습니다. 나의 강점과 약점, 기회와 위협 요소를 찾을 때 무엇을 생각할 수 있는지 요령이 나와 있습니다. 각자 읽어보도록 합시다.

(읽기자료를 읽는다.)

읽기자료에서 SO전략과 ST전략, WO전략, WT전략에 대한 부분을 읽어보셨나요?

네. 그런데 조금 어렵습니다.

무슨 말인지 잘 모르겠어요.

아직 무슨 뜻인지 확실하게 감이 오지 않으실 거예요. 이 전략들을 활용하기 위해서는 먼저 나의 SWOT를 분석하는 것이 우선되어야 합니다. 먼저 SWOT분석을 해 봅시다.



· ‘SWOT 자기분석’ 활동지를 작성합니다.

- 👤 SWOT 자기 분석 활동지를 작성해보도록 합니다. 상단의 두 칸은 내부요인, 즉 여러분의 개인적인 강점과 약점입니다. 하단의 두 칸은 외부요인, 즉 여러분을 둘러싼 환경에 해당하는 것입니다. 여러분에게 기회를 제공하는 환경과, 여러분을 방해하는 환경들이죠.
- 👤 **예를 들면 어떤 것이 있을까요?**
- 👤 예를 들기 위해서, 조리사가 꿈인 친구 이야기를 해드릴게요. 먼저 S, 즉 강점에 대한 예시입니다. 이 친구의 강점지능은 자연지능과 자기성찰지능이고, 저는 요리를 꽤 잘 합니다. 요리 중에서도 재료 활용을 잘 하죠. 한식조리기능사 자격증도 있답니다. 제과제빵도 할 줄 알구요. 그리고 불임성 좋은 성격도 강점이라고 생각합니다.
- 👤 **W의 예도 들어주세요.**
- 👤 W는 약점이죠? 이 친구는 전공이 요리가 아닙니다. 요리 관련 경력도 전무해요. 또 체격이 왜소한 편입니다. 이런 것들이 약점이 되겠죠. 모두 이 친구의 내부적 요인이죠?
- 👤 **외부 요인이 어려울 것 같아요.**
- 👤 외부 요인 중에 O, 즉 기회 요인의 예를 들어 드릴게요. 이 조리사를 꿈꾸는 친구는 이모가 음식점을 운영 중입니다. 부대찌개집이지만 음식점이니 뭔가 배울 것이 있겠죠? 분명히 기회일 것입니다. 그리고 전 직장에서도 모아둔 돈으로 요리학원에 다니고 있죠. 그리고 지역자활센터에 다니고 있습니다. 이것 또한 기회가 되겠지요.
- 👤 **T의 예도 들어주세요.**
- 👤 외부 요인 중에 T는 위협이죠. 이 친구의 경우에는 취업을 원하는 직장의 선호 인재가 위협요인이 되었습니다. 경력을 중시하는 곳이 많다는 점, 그리고 체격이 좋은 사람을 선호하는 곳이 많다는 점을 위협 요인으로 꼽았지요. 이런 내용들로 자기 자신을 분석해보면 됩니다. 부담 갖지 말고 항목 별로 2~3가지 정도씩 채워보세요. (화면에 작성 예시를 띄운다.)
- 👤 **(활동지를 작성한다.)**

활동진행5. 주제활동2: 자활성공을 위한 전략수립

◎ 활동 방법

- 한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 7 '자활성공을 위한 전략수립' 활동지를 작성합니다.

TIP 참여자들이 어려워 할 경우에는, 강점을 기회를 활용하여 어떻게 극대화 할 수 있을지에 대해서 만이라도 작성해보도록 하세요. 가장 중요한 것은 강점을 참여자들이 가지고 있는 기회를 활용하여 '어떻게 개발시킬 수 있을 것인가' 입니다. 약점을 보완하는 전략보다는 강점을 어떻게 살릴 수 있을지에 대한 전략을 짜는 것이 가장 중요합니다.(예를 들면 나는 지금 현재 자활사업에 참여하고 있기 때문에 자격증도 취득할 수 있고, 생활비도 마련할 수 있는 기회를 가지고 있다. 그러나 이 기회는 평생 주어지는 것이 아니고 얼마간의 기한이 있는 것이다. 나는 이러한 자활사업에 참여하는 기회를 이용해 이 기간 동안 '요리를 잘하는 나의 강점을 활용해 요리사 자격증을 취득하고, 인턴으로의 경험을 가져 취업을 위한 준비에 최선을 다하겠다)

◎ 활동지문 예시

👤 SWOT분석을 끝냈으니, 이제 전략수립을 해 볼 차례입니다. 하나씩 이야기해볼까요?

먼저 SO는 무엇과 무엇의 조합이죠?

👤 **강점과 기회요.**

👤 그렇죠. 강점을 사용해 기회를 활용하는 전략입니다. 아까 예를 들었던 요리사가 꿈인 친구의 경우, 요리 실력을 사용 해서 이모에게 인정을 받고, 이모 음식점에서 일을 하는 전략을 세웠어요. 또 불임성 좋은 성격을 무기로, 요리학원과 자활센터에서 동료들과 취업 스테디를 할 수 있겠다는 생각도 했습니다.

👤 **WO의 예도 들어주세요.**

👤 WO는 무엇과 무엇의 조합이죠?

👤 **약점과 기회요.**

👤 맞습니다. 기회를 활용해서 약점을 극복하는 전략을 세울 수 있죠. 이 친구의 경우에는 요리학원을 다니고 있으니, 요리학원에서 공부를 하며 더 많은 자격증을 취득하겠다고 했습니다. 조리 전공이 아니라는 약점, 자격증으로 보완하겠다는 거죠. 그리고 이모 음식점에서 일을 하면서 경력을 쌓아서, 경력이 없다는 약점을 극복하려는 전략도 세웠습니다.

👤 **그렇군요.**

👤 이어서 ST도 살펴볼까요? ST는 무엇과 무엇의 조합이죠?

👤 **강점과 위협이요.**

👤 그렇지요. ST 전략은 강점을 사용해서 위협을 최소화하는 전략입니다. 나의 강점으로 차별화를 하는 거죠. 이 친구의 경우에는 경력도 없고 조리 전공도 아니지만, 요리 실력으로 승부를 하겠다는 전략을 세웠습니다. 그러려면 더 많은 연습이 필요하겠죠? 그리고 하나 더, 취업 면접 때 불임성 있게 웃으면서 일을 잘 할 수 있음을 어필하는 것도 전략으로 택했어요. 자신의 적극적인 성격을 차별화 포인트로 생각한 거죠.

👤 **ST는 차별화 전략이군요.**

👤 그렇습니다. 마지막으로 WT가 있네요. 무엇과 무엇의 조합이죠?

👤 **약점과 위협이요.**

👤 딱 들어도 위험한 단어들이죠. 그렇기 때문에 이 경우에는 회피 전략이 들어가야 합니다. 이 친구의 경우 취업할 때 쓰는 자기소개서에 전공과 경력보다 자격증과 의욕, 노력을 부각시키는 전략을 세웠습니다. 그리고 면접을 볼 때 왜소한 체격이 부각되지 않게 크고 명확한, 신뢰감 주는 목소리로 말해야겠다는 전략을 짰죠. 각자 자신에게 맞는 전략을 이렇게 생각해 보시면 되겠습니다.(화면에 작성 예시를 띄운다.)

👤 **(활동지를 작성한다.)**

👤 작성하실 때 어려운 부분이 있으시면 언제든지 손을 들어주세요.

활동진행6. 주제활동3 : 실천할 과제

◎ 활동 방법

- 한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 8. 실천 과제 활동지를 작성합니다.

TIP 실천할 과제는 5개 이하로 작성하도록 안내합니다. 억지로 여러 개를 적지 말고, 실제로 실천 가능한 과제 1개를 적는 것이 더 좋습니다. 실천과제 도출을 어려워하는 참여자와는 일대일로 작성을 도와줍니다.

◎ 활동지문 예시

- ☞ 전략 수립이 끝났으니, 이제는 구체적인 실천을 해볼 차례입니다. 실천 과제 활동지를 펴주세요.
- ☞ 실천 과제에는 무엇을 적나요?
- ☞ 전략을 실행할 방법을 쓰면 됩니다. 예를 들면, 이모 음식점에 취직을 어떻게 하겠다, 혹은 요리학원 친구들과 스터디 그룹을 언제 만들겠다. 이러한 조금 더 구체적인 과제를 설정하는 것이죠.
(화면에 작성 예시를 띄운다.)
- ☞ (활동지를 작성한다.)
- ☞ 다섯 개를 전부 채우기 어렵다면 다 채우지 않아도 좋습니다. 중요한 것은 구체적인 실천 계획을 한 가지라도 수립하는 것입니다. 전략만 짜고 실천하지 않으면 의미가 없으니까요.

활동진행7. 다짐하기 : 실천할 과제 활동지 발표

◎ 활동 방법

- 작성한 '실천할 과제' 활동지를 발표합니다.

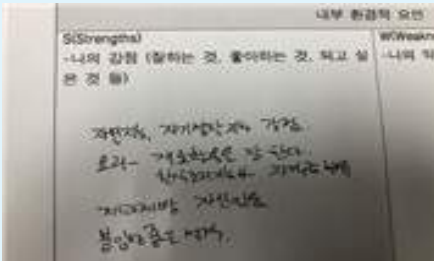
TIP 참여자는 작성한 SWOT 분석지, 전략수립활동지, 실천할 과제에 대해서 스마트폰으로 사진을 찍어 안내자에게 전송합니다. 안내자는 참여자들이 스마트폰으로 보낸 사진을 컴퓨터에 저장하고 스크린에 출력될 수 있도록 하여, 참여자가 스크린화면을 보고 발표하도록 합니다.

◎ 활동지문 예시

- 👤 수고 많으셨습니다. 지금까지 작성한 SWOT 분석지, 전략수립활동지, 실천과제 활동지를 사진으로 찍어서 저에게 전송해 주세요.
- 👤 (활동지 사진을 전송한다.)
- 👤 그러면 발표를 해보도록 합시다. (전송받은 활동지 중에 발표자를 선정하여 스크린에 활동지를 출력한다.)
- 👤 (스크린 화면을 보며 발표한다.)

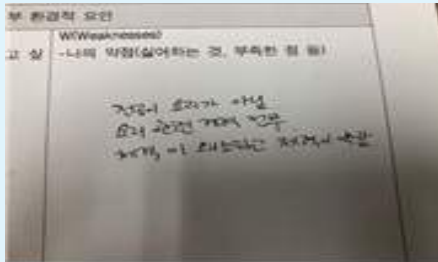


클립영상 시나리오 - SWOT 분석법

SWOT 분석법 클립영상 시나리오	
S#1 활동 소개 	화면 가운데에 'SWOT 자기 분석' 활동지가 있다. SWOT분석에 대한 설명을 한다. “SWOT(스왓)분석을 해볼 것입니다. SWOT분석은 일반적으로 회사에서 마케팅전략을 세울 때 사용하는 방식인데, 최근에는 한 개인을 분석하는 데에도 사용되고 있습니다.”
S#2 SWOT분석 안내 	SWOT분석의 뜻을 설명한다. SWOT 네 단어의 의미를 설명하면서 무엇을 분석해야 하는지를 설명한다. “SWOT는 영어 단어 4개의 약자로 조합된 단어인데요, S는 Strength(스트렝스) 즉 강점을 뜻합니다. 그리고 W는 Weakness(위크니스) 즉 약점이지요. 그리고 O는 Opportunity (어퍼투니티) 즉 기회입니다. 마지막으로 T는 Threat (트렛) 즉 위협이지요. 다시 말해 나의 강점, 약점, 기회, 위협을 찾아보는것입니다.”
S#3 SWOT분석 활동지 설명 	‘SWOT 자기 분석’ 활동지를 작성하는 방법을 설명한다. 내부 요인과 외부요인을 나누어 생각해야 한다는 것을 안내한다. “SWOT 자기 분석 활동지를 작성해보도록 합시다. 상단의 두 칸은 내부요인 즉 여러분의 개인적인 강점과약점입니다. 하단의 두칸은 외부요인 즉 여러분을둘러싼환경에해당하는것입니다. 여러분에게 기회를 제공하는 환경과, 여러분을 방해하는 환경들이죠.”
S#4 SWOT-강점 분석 예시 	‘SWOT 자기 분석’ 활동지의 ‘S(강점)’ 요인을 작성한다. 구체적인 예시를 언급하며 활동지를 작성한다 “조리사가 꿈인 친구 이야기를 해드릴게요. 먼저 S, 즉 강점에 대한 예시입니다. 이 친구의 강점지능은 자연지능과 자기성찰 지능이고, 저는 요리를 꽤 잘 합니다. 요리 중에서도 재료 활용을 잘 하죠. 한식조리기능사 자격증도 있습니다. 제과제빵도 할 줄 알고요. 그리고 불임성 좋은 성격도 강점이라고 생각합니다.”



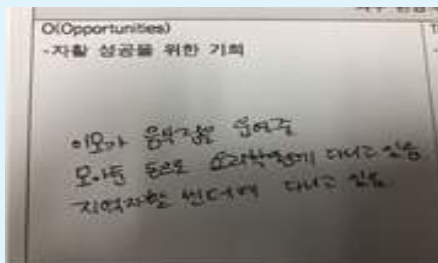
S#5 SWOT-약점 분석 예시



‘SWOT 자기 분석’ 활동지의 ‘W(약점)’ 요인을 작성한다. 구체적인 예시를 언급하며 활동지를 작성한다.

“W는 약점이죠? 이 친구는 전공이 요리가 아닙니다. 요리 관련 경력도 전무해요. 또 체격이 왜소한 편입니다. 이런 것들이 약점이 된다고 생각합니다. 모두 이 친구의 내부적 요인입니다.”

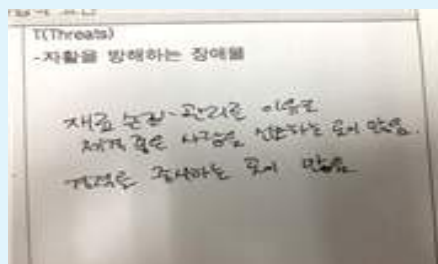
S#6 SWOT-기회 분석 예시



‘SWOT 자기 분석’ 활동지의 ‘O(기회)’ 요인을 작성한다. 구체적인 예시를 언급하며 활동지를 작성한다.

“이번에는 O, 즉 기회 요인의 예를 들어 드릴게요. 이 친구는 이모가 음식점을 운영 중입니다. 그것은 분명히 기회 일 것입니다. 그리고 전 직장에서 모아둔 돈으로 요리학원에 다니고 있죠. 그리고 여러분들처럼 지역자활센터에 다니고 있습니다. 이것 또한 기회가 되겠지요.”

S#7 SWOT-위협 분석 예시



‘SWOT 자기 분석’ 활동지의 ‘T(위협)’ 요인을 작성한다. 구체적인 예시를 언급하며 활동지를 작성한다.

“T는 위협이죠. 이 친구의 경우에는 취업을 원하는 직장의 선호 인제가 위협요인이 되었습니다. 경력을 중시하는 곳이 많다는 점, 그리고 체격이 좋은 사람을 선호하는 곳이 많다는 점을 위협 요인으로 꼽았지요.”

S#8 활동 마무리



SWOT분석의 의의와 SWOT분석 시 주의할 점을 강조하며 활동을 마무리한다.

“SWOT분석의 체크포인트는 내부요인과 외부요인을 잘 구분하는 것입니다. 내부요인은 S와 W, 즉 강점과 약점으로 나뉘고, 외부요인은 O와 T, 즉 기회와 위협으로 나뉩니다. 그리고 각 요인들을 교차하여 조합하면 전략을 세울 수 있죠. 이처럼 SWOT분석은 나의 성장을 위한 전략을 파악할 수 있게 해주는 도구입니다.”



활동지 5-1. SWOT 분석 동영상 강좌

「SWOT 분석」 동영상 강좌 퀴즈

성명 :

날짜:

빈칸에 알맞은 말을 적어보세요.

1. SWOT분석이 잘되어 있는지의 체크포인트는
_____ 요인과 _____ 요인이 잘 구분되어 있는지 확인해야 한다.
2. 내부요인의 긍정적인 부분은 강점이며 부정적인 부분은 _____ 으로 나뉜다.
3. 외부요인의 긍정적인 부분은 기회이며, 부정적인 부분은 _____ 이다.
4. _____ 전략은 강점을 기회에 십분 발휘 할 수 있는 전략, 적극적 공세라고도 한다.
5. _____ 전략은 약점을 보완할 수 있는 전략, 단계적 시책이라고 한다.

MEMO



활동지 5-1. SWOT 분석 동영상 강좌 (작성예시)

「SWOT 분석」 동영상 강좌 퀴즈

성명 : 홍길동 날짜: 2020.6.30

빈칸에 알맞은 말을 적어보세요.

1. SWOT분석이 잘되어 있는지의 체크포인트는

내부 요인과 외부 요인이 잘 구분되어 있는지 확인해야 한다.

2. 내부요인의 긍정적인 부분은 강점이며 부정적인 부분은 약점 으로 나뉜다.

3. 외부요인의 긍정적인 부분은 기회이며, 부정적인 부분은 위협 이다.

4. SO 전략은 강점을 기회에 십분 발휘 할 수 있는 전략, 적극적 공세라고도 한다.

5. WO 전략은 약점을 보완할 수 있는 전략, 단계적 시책이라고 한다.

MEMO

내부, 외부 요인의 구분이 중요

- 크로스 SWOT 분석- SO, WO, ST, WT
- SO전략: 적극적 공세. 장점을 기회에 발휘하기. 잘하는 것을 부각하고 노출시킨다.
- WO전략: 단계적 시책. 약점을 보완하고 해결하는 방법 찾기.
- ST전략: 차별화 전략. 강점을 위협 타계에 활용. 위협을 감소하며 차별화를 내세우기.
- WT전략: 소극적 방어. 약점을 위협에 드러내지 않는 회피전략.



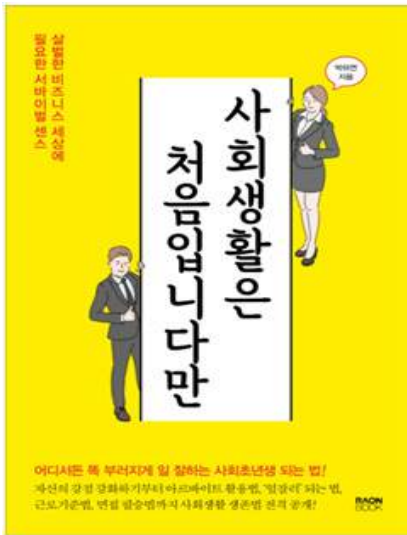
활동지 5-2. 읽기자료 ‘SWOT분석의 이해’

SWOT분석의 이해

SWOT 분석을 통해 나의 강점과 약점 등을 알아볼 수 있는 도서를 추천합니다.

『사회생활은 처음입니다만』에서는 커리어코치 하니가 SWOT 분석 뿐만 아니라 다양한 꿀팁을 소개합니다.

아래 내용은 책의 내용 일부를 발췌한 것입니다.



■ SWOT분석이란

- 자신의 성장과 발전을 위해 가장 먼저 해야 할 것은 자기 안에 좋은 습관들을 만들어 가는 것이다. SWOT분석은 나에 대해 천천히 관찰하고 생각하여 좋은 행동을 만들어가는 전략을 짜는 것이다.
- 나의 강점(Strength), 약점(Weakness), 기회(Opportunity), 위협(Threat) 요소들을 파악하는 것이다.
- 나의 강점과 기회요소들을 드러내고, 약점과 위협요소들을 보완할 수 있는 방안을 모색하는 것이다.

■ 강점(Strength)

내가 잘하고 있는 것, 그리고 현재 하고 있지는 않지만 언제든지 상황이 되면 잘할 수 있는 것들, 강점은 객관적으로 자신을 나타내는 지표이다. 다중지능검사에서 나타난 강점지능과 일치한다.

『사회생활은 처음입니다만』 저자: 박하연

■ 약점(Weakness)

약점이란 잘하고 싶지만 못하는 것, 그리고 상황이 주어지더라도 피하게 되는 것이다. 다중지능검사에서 나타난 약점지능에 해당이 된다.

■ 기회(Opportunity)

자신의 외부적인 환경과 요건에 대한 것, 자신을 도와줄 수 있는 주변의 물적자원이나 인적자원. 긍정적인 영향을 주는 주변사람들을 생각할 때 가장 먼저 떠오르는 사람은 누구인가? 내가 무언가를 시작하려고 할 때 물질적이나 정신적인 도움으로 지원해주는 사람이나 기관, 장소를 모두 뜻한다. 예를 들면 청년자활참여자들에게는 청년들의 꿈을 응원하는 지역자활센터와 안내자가 기회요소가 될 수 있다.

■ 위협(Threat)

자신에게 위기가 되는 상황이나 자신의 꿈을 방해하는 물적자원이나 인적자원을 뜻한다. 기회를 활용하는 법 못지 않게 위기를 인지하고 대처하는 법을 아는 일도 중요하다. 자신에게 위기가 될 만한



환경적인 요소가 있다면 여기에서 최대한 벗어나기 위해 노력해야 하고, 위협이 되는 사람이 주변에 존재한다면 관계를 멀리하기 위해 노력해야 한다.

예를 들면 청년들이 꿈을 이루어 가는데 있어서 방해가 되는 조건, 사람, 어려움 이 모든 것이 해당된다.

■ SO전략 : 강점(Strength) + 기회(Opportunity)

기회를 활용하여 강점을 살릴 수 있는 전략을 뜻한다.

예를 들면, 지역자활센터에서 자격증을 취득할 때 수강료를 지원해줌으로 요리사가 꿈인 나는 요리사 자격증을 따기 위해 학원을 다닌다.

■ ST전략 : 강점(Strength) + 위협(Threat)

위협을 최소화하면서 강점을 살리는 전략을 뜻한다.

예를 들면, 어떤 한 청년에게 지체장애인 동생을 돌보아야 하기 때문에 바리스타 자격증을 취득하고 싶어도 할 수 없었던 상황이 계속되었다고 생각해보자. 이 경우, 지체장애인인 동생의 돌봄을 위해 복지제도를 활용해 장애인 활동보조의 도움을 받고 그 시간을 이용해 자신이 하고 싶은 바리스타 자격증 공부를 하는 것이 ST전략에 해당된다.

■ WO전략 : 약점(Weakness) + 기회(Opportunity)

기회를 활용해 약점을 보완하는 전략을 뜻한다.

예를 들면, 웃을 때 썩은 치아가 보여, 자신의 모습에 자신감이 없었던 한 청년이 있다. 그런데 이 청년은 지역자활센터의 안내자로부터 무료치아치료사업에 연계받아 무료로 이빨의 치료를 받을 수 있었다. 기회를 활용하여, 자신의 약점을 보완하는 것이 WO전략이다.

■ WT전략 : 약점(Weakness) + 위협(Threat) 전략

위협을 최소화하면서 약점을 보완하는 전략이다.

예를 들면, 어떤 청년이 자신의 의사를 표현하는 것을 어려워 하는 것이 취업을 하는데 있어서 약점으로 작용하고 있다. 그런데 이 청년은 자주 만나는 친한 친구중에 청년의 이야기를 무시하면서 무엇이든지 자기마음대로 하는 특성을 가지고 있는 친구가 있었다. 이럴 경우, 청년은 청년을 무시하는 친구를 만나는 빈도를 줄이고, 자신의 이야기를 잘 들어주는 친구를 만나는 기회들을 자주 만드는 것이 필요하다.

■ 실천과제를 세울 때 유의점

강점을 발전시키고 약점은 보완하는 전략을 세우는 것이 필요하다.

마릴린 보스 사반트는 ‘성공은 약점을 제거함으로써 이루어지는 것이 아니라, 강점을 발전시킴으로써 이루어지는 것이다’라고 말했다. 먼저, 기회를 활용해 강점을 어떻게 살릴 수 있을지에 대한 전략(SO전략)을 짜는 것이 가장 중요하다. 두 번째로는 기회를 활용해 약점을 보완할 수 있는 전략(WO전략)이 중요하다. 취업을 할 때 가지고 있는 약점이 크게 작용하여 지속적인 실패의 요인이 됨으로 약점을 보완시키는 것도 중요하다.



한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 6. SWOT 자기 분석

SWOT 자기 분석

SWOT방식을 통한 자기 분석 : ○○○의 강점, 약점, 기회, 장애물을 기록

내부 환경적 요인	
S(Strengths) -나의 강점 (잘하는 것, 좋아하는 것, 되고 싶은 것 등)	W(Weaknesses) -나의 약점 (싫어하는 것, 부족한 점 등)
외부 환경적 요인	
O(Opportunities) -자활 성공을 위한 기회	T(Threats) -자활을 방해하는 장애물



한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 6. SWOT 자기 분석 (작성예시)

SWOT 자기 분석

SWOT방식을 통한 자기 분석 : 홍길동 의 강점, 약점, 기회, 장애물을 기록

내부 환경적 요인	
S(Strengths) -나의 강점 (잘하는 것, 좋아하는 것, 되고 싶은 것 등) - 자연지능, 자기성찰지능 강점 - 요리 - 재료 활용을 잘 한다. - 한식조리기능사 자격증이 있다. - 제과제빵에도 자신이 있음 - 불임성 좋은 성격	W(Weaknesses) -나의 약점 (싫어하는 것, 부족한 점 등) - 전공이 요리가 아님 - 요리 관련 경력이 전무함 - 체격이 왜소하고 체력이 약한 편
외부 환경적 요인	
O(Opportunities) -자활 성공을 위한 기회 - 이모가 음식점을 운영중(부대찌개집) - 모아둔 돈으로 요리학원에 다니고 있음. - 지역자활센터에 다니고 있음.	T(Threats) -자활을 방해하는 장애물 - 재료 손질이나 재료 관리를 이유로 체격이 좋은 사람을 선호하는 곳이 많음. - 경력을 중시하는 곳이 많음.



한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 7. 자활성공을 위한 전략 수립

○○○의 자활성공을 위한 전략 수립

	S(Strengths/강점)	W(Weaknesses/약점)
O (Opportunities /기회)	SO는 강점을 사용해 기회를 활용하는 전략	WO는 약점을 극복함으로써 자신의 기회를 활용하는 전략
T (Threats) /위협)	ST는 강점을 가지고 위협을 회피하거나 최소화하는 전략	WT는 약점을 최소화하고, 위협을 회피하거나 최소화하는 전략



한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 7. 자활성공을 위한 전략 수립 (작성예시)

홍길동 의 자활성공을 위한 전략 수립

	S(Strengths/강점)	W(Weaknesses/약점)
O (Opportunities /기회)	SO는 강점을 사용해 기회를 활용하는 전략 - 이모에게 내가 직접 만든 요리와 과자를 보여주고 이모 음식점에서 일을 시작해보기 - 지역자활센터와 요리학원에서 동료, 선생님께 취업에 대한 정보 알아내고 내 정보도 함께 공유하기	WO는 약점을 극복함으로써 자신의 기회를 활용하는 전략 - 요리학원에서 더 많은 자격증을 취득해서 조리 전공이 아닌 것을 보완하기 - 이모 음식점에서 꾸준히 일하면서 경력을 만들고 체력도 키우기
T (Threats /위협)	ST는 강점을 가지고 위협을 회피하거나 최소화하는 전략 - 경력이 없고 요리 전공이 아니지만, 요리 실력으로 인정받기. 즉, 요리 실력을 더 확실하게 키워야 함! - 면접에서 불임성 있게 웃으면서 일을 잘 할 수 있음을 어필하기. 불임성 좋은 성격을 차별화 포인트로!	WT는 약점을 최소화하고, 위협을 회피하거나 최소화하는 전략 - 취업할 때 전공, 경력보다 자격증과 노력들을 부각시켜 말하기 - 왜소한 체격이 부각되지 않게 크고 명쾌한 목소리로 말하기



한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 8. 실천 과제

○○○의 전략 성공을 위한 실천 과제

1	
2	
3	
4	
5	



한국자활복지개발원 업무매뉴얼 필수서식 8. 실천 과제 (작성예시)

홍길동 의 전략 성공을 위한 실천 과제

1	중식조리기능사, 일식조리기능사 자격증 따기 (WO전략 성공을 위해)
2	이모에게 내 요리 실력을 인정받고, 이모 음식점에서 일해보기 (SO전략 성공을 위해)
3	요리학원 친구들과 그룹을 만들어서 함께 취업 정보를 공유하기 (SO전략 성공을 위해)
4	요리를 더 많이 연습해서, 나의 요리 실력을 확실하게 만들기 (ST전략 성공을 위해)
5	이모 음식점에서 꾸준히 일하며 경력을 만들기 (WO전략 성공을 위해)

활동6



나의 에니어그램

- 활동안내

- 활동진행

- 진행1 마음열기 : 단체 가위바위보 게임, 활동 안내
- 진행2 주제열기 : 나의 에니어그램 유형 알기 & 상대방 유형 이해하기
- 진행3 주제활동 : 에니어그램 깊이 있게 이해하기
- 진행4 다짐하기 : 에니어그램 유형 소개 발표

- 활동지

클립영상 시나리오 - 나의 에니어그램

활동지 6-1. 나는 어떤 유형에 들어갈까?

활동지 6-2. 내 생각에 나는, 내 생각에 당신은

활동지 6-2. 내 생각에 나는, 내 생각에 당신은 (작성예시)

활동지 6-3. 읽기자료① '에니어그램 설명 그림'

활동지 6-4. 읽기자료② '나는 어떤 유형에 들어갈까?'



◎ 활동 개요

오늘 주제는 참여자들이 자신의 성격 및 성향에 대한 이해를 하도록 돕는 것입니다.

오늘 하게 될 에니어그램(Enneagram)은 사람을 9가지 성격으로 분류하는 방식으로 자신의 성격적 장단점과 자신과는 다른 유형의 사람들을 이해하기 위한 좋은 이해의 틀입니다. 참여자들이 스스로 자신의 성격적인 강점과 약점을 찾아보고, 보다 더 잘 적응할 수 있는 방법을 찾아볼 기회를 제공할 것입니다.

◎ 활동 목표

1. 자신의 성격특성을 이해하고, 보다 더 발전적인 모습에 대해 생각해볼 기회를 갖는다.

TIP

에니어그램은 여러 가지 성격이론 중에서 성격적 성장에 특히 초점을 둔 이론입니다. 자신의 성격의 특성을 이해하고, 단점을 발전시키려면 나와는 반대되는 성격유형과의 소통을 통해서 발전시키도록 제안합니다. 즉 '나는 그냥 이런 사람이야'가 아니고 그래서 이런 장, 단점이 있고, 이런 것을 잘 이해하는 사람과 그렇지 못한 사람이 있음을 이해하는 것이 목적입니다.

2. 다른 사람의 개인적 독특성을 이해하고, 상호작용방법을 생각할 수 있다.

TIP

사회에서 적응한다는 것은 다른 사람의 독특성을 인정하고, 함께 협력하고 소통할 수 있는 방법을 찾을 수 있다는 의미입니다. 직업생활에 잘 적응하기 위해서는 무조건 순응하거나, 다른 사람을 수용하는 것이 아니라, 서로의 특성을 이해하여, 서로의 요구를 소통을 통해 표현하고, 합의점을 찾는 것입니다. 참여자들이 이 활동을 통해 보다 더 부드럽고 유익한 상호작용을 할 수 있도록 해주세요.

◎ 준비물

펜, 싸인펜, A4용지, 활동지

TIP

활동지는 참여자 숫자만큼 복사하여 사용합니다.

필수 준비물: 동영상을 보기위한 기자재(노트북, 이동식스크린, 스피커 등), 펜, 활동지



◎ 활동 구성

구분	활동	세부진행내용	자료																																										
도입	마음열기 (15분)	- o 마음열기 : 마음열기를 위한 공동체 활동 - o 프로그램의 목표, 흐름에 대한 안내																																											
전개	주제열기 (20분)	- o 활동지 1 작성 - <나는 어떤 유형에 들어갈까?> 활동지를 통해 자신의 에니어그램 유형을 체크해 본다. - 자신이 9유형 중에 어떤 유형에 들어가는지를 확인한다. - o 활동지 2 작성 - <내 생각에 나는, 내 생각에 당신은> 활동지를 통해 다른 유형의 상대방을 이해해 본다. - 짝을 지을 때는 아래와 같이 다른 유형끼리 묶는 것이 좋다. <table><tr><td>나의 유형</td><td></td><td>상대방 유형</td><td></td><td>나의 유형</td><td></td><td>상대방 유형</td></tr><tr><td>1</td><td>→</td><td>7</td><td></td><td>6</td><td>→</td><td>9</td></tr><tr><td>2</td><td>→</td><td>4</td><td></td><td>7</td><td>→</td><td>5</td></tr><tr><td>3</td><td>→</td><td>6</td><td></td><td>8</td><td>→</td><td>2</td></tr><tr><td>4</td><td>→</td><td>1</td><td></td><td>9</td><td>→</td><td>3</td></tr><tr><td>5</td><td>→</td><td>8</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	나의 유형		상대방 유형		나의 유형		상대방 유형	1	→	7		6	→	9	2	→	4		7	→	5	3	→	6		8	→	2	4	→	1		9	→	3	5	→	8					활동지 6-1 활동지 6-2
	나의 유형		상대방 유형		나의 유형		상대방 유형																																						
1	→	7		6	→	9																																							
2	→	4		7	→	5																																							
3	→	6		8	→	2																																							
4	→	1		9	→	3																																							
5	→	8																																											
	주제활동 (40분)	- o 읽기자료 1 - <에니어그램 설명 그림>을 읽는다. - 에니어그램이 무엇인지에 대해 이해한다. - 에니어그램 성격유형을 나누는 방식에 대해 알아본다.(몸의 에너지가 어디를 중심으로 순환하느냐에 따라 장 중심, 가슴 중심, 머리 중심으로 나뉘며, 각 중심은 다시 3개의 유형으로 나뉜다.) - o 읽기자료 2 - <나는 어떤 유형에 들어갈까?>를 읽는다. - 에니어그램 9가지 유형에 대해 이해한다. - 9가지 유형별 명칭과 신념 및 특징에 대해 알아본다.	활동지 6-3 활동지 6-4																																										
정리	다짐하기 (15분)	- o 에니어그램 유형 소개 발표 - 화살표의 반대방향의 유형에 대해 발표하는 시간을 갖는다. - 화살표의 반대방향의 성격유형과 잘 지낼 때에 우리는 더욱 많은 사람들과 친하고 즐겁게 지낼 수가 있다. <table><tr><td>나의 유형</td><td></td><td>상대방 유형</td><td></td><td>나의 유형</td><td></td><td>상대방 유형</td></tr><tr><td>1</td><td>→</td><td>7</td><td></td><td>6</td><td>→</td><td>9</td></tr><tr><td>2</td><td>→</td><td>4</td><td></td><td>7</td><td>→</td><td>5</td></tr><tr><td>3</td><td>→</td><td>6</td><td></td><td>8</td><td>→</td><td>2</td></tr><tr><td>4</td><td>→</td><td>1</td><td></td><td>9</td><td>→</td><td>3</td></tr><tr><td>5</td><td>→</td><td>8</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>	나의 유형		상대방 유형		나의 유형		상대방 유형	1	→	7		6	→	9	2	→	4		7	→	5	3	→	6		8	→	2	4	→	1		9	→	3	5	→	8					
나의 유형		상대방 유형		나의 유형		상대방 유형																																							
1	→	7		6	→	9																																							
2	→	4		7	→	5																																							
3	→	6		8	→	2																																							
4	→	1		9	→	3																																							
5	→	8																																											

활동진행1. 마음열기 : 단체 가위바위보 게임, 활동 안내

◎ 활동 방법

- 마음열기 활동으로 '단체 가위바위보 게임'을 진행하면서 참여자들의 긴장을 풀고 집중력을 높입니다.

TIP 여기서는 마음열기 활동으로 '단체 가위바위보 게임'을 제시했으나, <마음열기 활동모음 안내서> 및 다양한 자료들을 참고하여 진행자가 자유롭게 활동내용을 구성해서 진행해도 좋습니다.

- 이번 활동의 목표와 흐름에 대해 간략히 소개합니다.

TIP 읽기자료와 활동지를 순서대로 소개하는 것도 활동의 흐름을 이해시키는 좋은 방법입니다.

◎ 활동지문 예시

· 마음열기: 단체 가위바위보 게임

- ☞ 단체 가위바위보 게임을 해봅시다. 모두 한쪽 손을 들어주세요.
- ☞ (손을 든다.)
- ☞ 지금부터 저와 여러분이 가위바위보를 해보도록 합시다. 최종 승리자는 누가 될지 확인해 봅시다.
- ☞ (가위바위보를 진행한다. 인원이 많아서 계속해서 비길 경우, 조별로 나누어 한조씩 가위바위보를 진행한다.)
- ☞ 최종 승자에게 박수를 보내주세요!

· 활동의 목표, 흐름에 대한 안내

- ☞ 에니어그램을 활용해서 나에 대해 알아볼 것인데요. 에니어그램에 대해 들어본 적이 있나요?
- ☞ 있어요. / 없어요.
- ☞ 에니어그램(Enneagram)은 사람을 9가지 성격으로 분류하는 성격이론중의 하나입니다. 히랍어에서 9를 뜻하는 ennear와 점, 선, 도형을 뜻하는 grammos의 합성어로, 원래 '9개의 점이 있는 도형'이라는 의미로 쓰였습니다. 오늘은 에니어그램의 분류 방식을 통해 나의 성격특성을 이해하고, 다른 사람의 특성도 이해해 보는 시간이 될 것입니다.

활동진행2. 주제열기 : 나의 에니어그램 유형 알기 & 상대방 유형 이해하기

◎ 활동 방법

- ‘나는 어떤 유형에 들어갈까?’ 활동지를 통해 나의 에니어그램 유형을 찾아봅니다.

TIP 활동지 6-1. 나는 어떤 유형에 들어갈까? 를 활용하세요

- ‘내 생각에 나는, 내 생각에 당신은’ 활동지를 작성하고 인터뷰합니다.

TIP 활동지 6-2. 내 생각에 나는, 내 생각에 당신은 을 활용하세요.
 성격유형을 배우는 것의 가장 큰 장점은 우리가 모두 독특한 존재임을 알 수 있다는 것입니다.
 그래서 어떤 일이나 사람과는 잘 맞을 수 있고, 그렇지 않을 수도 있으며, 그것이 자신의 잘못은
 아니라는 것입니다. 그러나 이것은 또한 다른 사람도 나와 다른 타입이 있을 수 있고 이들에 대한 수
 용과 존중이 필요하다는 의미이기도 합니다.

◎ 활동지문 예시

활동지 6-1. ‘나는 어떤 유형에 들어갈까?’ 활동지를 보면 9가지 유형이 나와있습니다.

내가 어떤 유형에 가장 가까운지를 체크해 보세요.

여러 개 해당되는 것 같아요.

고르기가 어려워요.

그렇다면 소거법을 이용해서 선택해 보세요. 가장 나와 다른 것을 지우고, 그 다음 다른 것을 지우고,
 차례 차례 지워가다가 가장 마지막에 남는 것이 나와 가장 가까운 유형이 되겠지요?

(활동지에 자신의 유형을 체크해 본다.)

나의 유형		상대방 유형	나의 유형		상대방 유형
1	→	7	6	→	9
2	→	4	7	→	5
3	→	6	8	→	2
4	→	1	9	→	3
5	→	8			

이번에는 상대방을 이해해보는 활동을 해 볼 건데요, 나와 가장 다른 유형과 이야기를 나누어 볼 것입니다.
 그 전에 ‘내 생각에 나는, 내 생각에 당신은’ 활동지의 상단 박스를 먼저 작성해 주세요.

‘내 생각에 나는’ 박스만 작성해 주시면 됩니다. 하단 박스는 상대방과 이야기를 나누면서 작성할 것입니다.

(활동지 상단을 작성한다.)

작성을 다 하셨으면 인터뷰를 해보겠습니다. 자신과 다른 유형에게 인터뷰를 해야 하니 유형을 확인하고
 인터뷰를 하도록 하겠습니다. (꼭 아래와 같은 형태가 아니더라도, 다른 유형에게 인터뷰 활동을 하면 된다.)



◎ 활동지문 예시

 (자신과 다른 유형을 찾아간다.)

 다른 유형을 찾았으면, 활동지의 하단 박스를 묻고 대답을 적어주세요. 나와 다른 유형의 상대방의 가치관과 장점을 이해해 보면 좋겠습니다. 그리고, 나와 다른 유형의 사람을 대할 때 어떻게 해야 잘 지낼 수 있는지도 알게 되는 좋은 기회가 될 것입니다.

 (활동지를 작성한다.)

 Tip. 주의. 모두 같은 유형이 나왔다면: 서로 인터뷰를 해도 좋을 것이므로 다음과 같이 진행하실 수 있습니다. 자신과 다른 유형이 없으면 참고자료 '에니어그램 9가지 유형 이해'를 보고 해당되는 유형의 성격을 읽고 나서, 자신이 답을 대신할 수 있습니다.

나의 유형		상대방 유형	나의 유형		상대방 유형
1	→	7	6	→	9
2	→	4	7	→	5
3	→	6	8	→	2
4	→	1	9	→	3
5	→	8			

 내가 5유형이라면 참여자들 중에 8유형이 있으면 8유형에게서 인터뷰를 하면 됩니다.

그런데 8유형이 참여자들 중에 없다면, 자신과 다른 유형을 인터뷰 하여 답을 쓰면 됩니다.

활동진행3. 주제활동 : 에니어그램 깊이 있게 이해하기

◎ 활동 방법

- ‘에니어그램 설명 그림’ 읽기자료를 읽고 에니어그램의 구조에 대해 이해한다.

TIP 활동지 6-3. 읽기자료① ‘에니어그램 설명 그림’을 같이 읽어봅니다.

- ‘나는 어떤 유형에 들어갈까?’ 읽기자료를 읽고 에니어그램의 9가지 유형을 자세히 알아본다.

TIP 활동지 6-4. 읽기자료② ‘나는 어떤 유형에 들어갈까?’의 내용을 읽어봅니다.
여기서 중요한 것은 화살표의 방향입니다. 반대방향의 성격적 특성을 이해하면,
많은 사람의 서로 다른 특성을 수용하고, 편안하게 소통을 해갈 수 있습니다.
즉 1유형은 7유형과 잘 소통할 수 있다면, 대부분의 사람들과 잘 소통할 수 있게 됩니다.

◎ 활동지문 예시

이번에는 나의 에니어그램 유형에 대해 더 자세히 알아봅시다. 읽기자료 ‘에니어그램 설명 그림’을 보시면 에니어그램의 구조에 대해 알 수 있습니다. 9가지 유형이 크게 몇 가지로 나누어지나요?

세 가지요.

세 가지가 무엇이죠?

장형, 가슴형, 머리형입니다.

그렇습니다. 장 중심 유형은 본능과 습관이 중추입니다. 현재중심적이고 주관심사는 환경에 대한 저항과 통제이며, 그로 인해 독립성을 강하게 추구합니다. 장 중심 유형이 주로 느끼는 감정은 분노입니다.

그리고 가슴 중심 유형은 감정과 정서가 중추입니다. 과거중심적이고 주관심사는 자아이미지와 인간관계이며, 타인에게 인정과 사랑을 받기를 원합니다. 가슴 중심 유형이 주로 느끼는 감정은 수치심입니다.

마지막으로 머리 중심 유형은 사고와 논리가 중추입니다. 미래중심적이고 주관심사는 객관적 이치와 정보 수집이며, 안전을 추구합니다. 이들이 주로 느끼는 감정은 두려움입니다.

내가 해당하는 유형의 특징을 확인하고, 내면 욕구의 극복 방법을 체크해 보세요. 읽기자료 하단의 표를 보시면 극복 방법이 나타나 있습니다.

(읽기자료를 정독한다.)

두 번째 읽기자료인 ‘나는 어떤 유형에 들어갈까?’를 보면 내 유형의 이름을 알 수가 있습니다. 개혁가, 조력자, 경쟁자 등 9가지 유형에 대한 명칭이 나와있고, 그 유형에 대한 설명도 되어있습니다. 자신의 유형을 확인해 보세요.

(읽기자료를 정독한다.)



1번

이성적이고 완벽주의적인 유형. 스스로의 이상을 실현하기 위한 노력을 아끼지 않는다. 이들의 근본적인 두려움은 부도덕함과 결함이 있는 것에 대한 두려움이다. 이 때문에 완벽하고 올바른 것에 집착한다. 이들은 ,완벽주의자', 혹은, 개혁가'라는 별칭을 가지고 있다.

1번 유형의 장점 : 매사에 완벽하고 끝맺음이 정확하다. 공정하고 정직하다. 깔끔하다. 자제력이 있다. 믿음직하다.
1번 유형의 단점 : 세부사항에 지나치게 집착한다. 지나치게 비판적이다. 인간관계를 별로 중요시하지 않는다. 독선적이고 강박적이다. 매우 완고하다. 사소한 일에 걱정이 많고, 흡집기를 좋아한다.

2번

매우 사교적이고 남을 도와주기 좋아하는 유형이다. 타인들에 대해 민감하고 예리하기 때문에 남들의 기분을 이해하고 잘 맞춰준다. 이들의 근본적인 두려움은 자신이 사랑받지 못하는 것에 대한 두려움이다. 자신이 사랑받기 위해서 남에게 베푸는 데 집착한다. 이들은 ,조력가'라는 별칭을 가지고 있다.

2번 유형의 장점 : 정이 많고 마음이 넓다. 친절하고 세심하다. 사람을 잘 돌본다. 눈치가 빠르다.다른 사람의 기분을 잘 이해하고 칭찬해 준다.
2번 유형의 단점 : 헌신의 뒷면에 대가를 바란다는 욕구가 있다. 남을 돌보느라 자신의 문제를 보지 못한다. 뭐든지 돌려서 표현한다. 타인을 조종하고 독점하려 한다. 감정이 너무 강해 논리적이지 못하다. 히스테리가 심하다.

3번

성공과 유능함을 추구하며, 야망이 있고 역할이나 지위에 대해 주목받기를 원하는 유형이다. 또한 실용적이고 실적 중심적이다. 이들은 성공하기 위해서는 몸의 희생도 불사할 수 있으며, 가슴 중심 유형이지만 성공을 위해 감정을 내려놓기도 한다. 이들의 근본적인 두려움은 자신이 가치없는 사람이라는 것에 대한 두려움이다. 그래서 성공에 집착하게 된다. 이들은 ,성취자', 혹은 ,선동가'라는 별칭을 가지고 있다.

3번 유형의 장점 : 유능하고 어디서나 주목받는다. 자신감이 많다. 판단력과 화술이 뛰어나다. 정열적이고 실용적이다.
3번 유형의 단점 : 지나치게 성공에 집착한다. 겉치레를 중시하며 허영적인 모습을 보인다. 약간의 나르시즘을 갖는다. 주변 인물을 등한시 하는 경향이 있다.

4번

매우 개인주의적이며 독특함과 유일무이함을 원하는 유형이다. 특별해지고 싶어하여 에니어그램의 어느 유형에 (자신을 축소시켜) 속하기를 가장 거부하는 유형이다. 감정이입에 능하기에 타인의 정서를 읽거나 공감하는데에도 능하지만 자신의 정체성을 찾는것에 더욱더 큰 에너지가 향한다. 평범하고 보통인것을 거부하고 자신이 가지지 않은것에 대해 갈망하고 시기한다. 이들의 근본적인 두려움은 자기 존재감을 잃는것에 대한 두려움이다. 스스로의 자아 정체감을 강화하기 위해 스스로를 타인과 차별화시켜려 한다. 이들은 ,예술가', 혹은 ,개인주의자'라는 별칭을 가지고 있다. 수줍음이 많고, 감동적인 것을 추구한다.

4번 유형의 장점 : 섬세하고 서정적이며, 정서적인 면에서의 통찰력이 뛰어나다. 자기성찰이 뛰어나다. 독창적이고 개성이 뚜렷하다. 예술적 재능이 있다. 감수성이 풍부하다.
4번 유형의 단점 : 사소한 일에도 쉽게 상처받고 우울해진다. 자의식과 수치심이 지나치게 심하다. 지나치게 내성적이다. 쉽게 고민에 빠진다. 질투심이 심하다. 감정의 기복이 심하다. 자신에게 지나치게 몰입해서 다른 사람에게 무심하다. 원한의 뒤끝이 길다.



5번

분석력과 통찰력이 있고 지식을 탐구하는 것을 좋아하는 유형이다. 객관적이고 관찰력이 뛰어나다. 말수가 적고 조심스러운 행동을 보이기도 한다. 혼자 있는 것을 즐기며, 혼자만의 시간과 공간을 중요시한다. 그래서 사생활에 대해 경계심이 강하다. 이들의 근본적인 두려움은 자신이 무능한 사람이라는 것에 대한 두려움이다. 유능한 사람이 되기 위해 지식과 정보수집에 집착한다. 이들은 ,사색가', 혹은 ,관찰자'라는 별칭을 가지고 있다.

5번 유형의 장점 : 분석적이고 객관적이다. 현명하다. 끈기가 있다. 통찰력과 자제력이 뛰어나다.
지적이고 사려깊다. 지식이 풍부하다.

5번 유형의 단점 : 오만하고 고집이 세다. 지식을 나누기를 아까워한다. 흠잡기를 좋아한다. 지나치게 내성적이고 소극적이다. 참여하지도 않은 일에 대해 한걸음 물러서서 판단만 한다. 행동하기 전에 항상 생각하지만 생각을 너무 하느라 막상 행동하지 못할 때가 많다.

6번

폐쇄적이고 겁이 많으며, 짜여진 지침과 틀에 잘 적응하는 유형이다. 책임감이 강하고 안전을 추구하며,전통이나 단체, 혹은 친구에게 특히 충실하다. 협동심이 강하고 주위로부터 믿음직하다는 이야기를 많이 듣는다. 이들의 근본적인 두려움은 다른 사람의 도움을 받지 못하는 것에 대한 두려움이다. 따라서 자신을 옳은 방향으로 가이드해 줄 사람에게 는 남다른 충성심을 보인다. 이들은 ,충성가'라는 별칭을 가지고 있다.

6번 유형의 장점 : 규범과 규칙에 충실하다. 공동체의식이 강하다. 주변과 조화롭게 지낸다. 정이 많고 다른 사람을 잘 돌본다. 책임감이 있다. 상대방에게 호감을 준다.

6번 유형의 단점 : 지나치게 신중하다. 피해망상적이다. 자기방어가 심하다. 사고에 융통성이 없다. 화를 잘 낸다. 안전하고 확실한 것이 아니면 절대 하지 않는다. 자신감과 주체성이 없이 남이 시키는 대로만 하려고 한다. 우유부단하다. 지나치게 보수적이다.자립심이 부족하다.

7번

낙천적이고 명랑하고 아이디어가 넘치는 유형이다. 자기도취적인 면이 다소 있으며 언제나 쾌락과 재미를 추구한다. 무언가에 도전하기를 좋아해서 남다른 재능이 많다. 아이디어가 많지만 그 아이디어의 질을 생각하지 않는다. 이들의 근본적인 두려움은 고통받는 것에 대한 두려움이다. 자신이 고통받지 않고 불행해지지 않기 위해 어떤 일에서든 즐거움을 찾으려고 노력한다. 이들은 ,낙천가', 혹은 ,만능가'라는 별칭을 가지고 있다.

7번 유형의 장점 : 항상 남들을 즐겁게 해 준다. 자신감과 자주성이 강하다. 상상력과 호기심이 많다.
건설적이고 변화를 추구한다. 다재다능하다.불안을 웃음과 즐거움으로 해소한다고 한다.

7번 유형의 단점 : 지나치게 자기도취적이고 충동적이다. 한가지에 오래 집중하지 못한다. 낙관주의가 과장되어 있다.
깊은 인간관계를 회피하는 경향이 있다. 쉽게 열광적인 상태에 빠진다. 고통에 대한 공포가 지나치게 심하다.



8번

리더십이 강하고 권력과 승리를 추구하는 유형이다. 이들은 자신이 옳다고 생각하는 것에 대해서는 모든 것을 걸고 싸울 준비가 되어 있다. 나는 강하고 힘이 넘친다는 자아이미지를 가지고 있어 자신의 힘을 발휘할 수 있는 위치에 올라가려고 노력한다. 이들의 근본적인 두려움은 통제당하는 것에 대한 두려움이다. 통제당하지 않기 위해 거꾸로 남을 통제하는 데 집착한다. 이들은 '지도자'라는 별칭을 가지고 있다.

8번 유형의 장점 : 단도직입적이고 단호하다. 권위있다. 자신감이 넘치고 성실하다. 게으름을 피우지 않는다. 상대방에게 안정감을 준다. 남다른 행동력이 있다.

8번 유형의 단점 : 남을 조종하려 한다. 지나치게 반항적이고 오만하다. 고집이 세다. 자신이 원하는 것만을 중요하게 생각한다. 자신만의 정의를 너무 추구한다. 자신의 행동을 부끄러워하지 않는다. 자신의 약점과 한계를 인정하지 않는다. 파괴적이고 독재적이다. 자신의 몸만을 지키려 하기 때문에 동료를 쉽게 버린다.

9번

안정과 평화를 추구하고 넓은 포용력을 가진 유형이다. 갈등이나 긴장을 피하는 사람들이며 주위 사람들의 영향을 쉽게 받는다. 편견이 없고 냉정하게 생각하기 때문에 다른 사람의 고민을 잘 들어주기도 한다.

어떤 상황이 와도 불만을 표출하지 않으며 언제나 만족감에 차 있다. 이들의 근본적인 두려움은 혼자 남겨지는 것에 대한 두려움이다. 친구와 동료를 잃지 않기 위해 평화로운 것에 집착한다. 이들은 '조정자', 혹은 '평화주의자'라는 별칭을 가지고 있다.

9번 유형의 장점 : 불임성이 있고 온순하다. 인내심이 강하다. 포용력이 많다. 편견이 없다. 타인의 입장에서 생각한다.

9번 유형의 단점 : 현실적인 대처능력이 부족하다. 자신에게 무관심하다. 강박관념이 심하다. 둔감하고 수동적이다. 타인에게 지나치게 쉽게 동일시한다. 자신의 의견을 표현하지 못한다. 자아존중감이 낮다. 게으르고 나태하다.

활동진행4. 다짐하기 : 에니어그램 유형 소개 발표

◎ 활동 방법

- 자신의 유형과 인터뷰한 에니어그램 유형을 소개 발표합니다.

TIP

활동지 6-2. 내 생각에 나는, 내 생각에 당신은 작성한 내용을 가지고 발표하도록 합니다.
에니어그램 자기분석에 대한 이해를 좀 더 심층적으로 배우고 싶을 때는 다음의 책을 활용해보세요.
- 에니어그램의 지혜, 돈 리처드 리소, 러스 허드슨 공저 | 주혜명 역 | 한문화 | 2015년
- 에니어그램의 이해, 돈 리처드 리소, 러스 허드슨 지음 | 김순미 옮김 | 미래를소유한사람들 | 2016년

◎ 활동지문 예시

☞ 먼저 자신이 어떤 유형인지 소개해 보도록 합니다.

☞ 저는 8유형입니다. 8유형은 인생을 잘 살았다고 생각하려면 이 세상에 도움이 되는 무언가를 해야 합니다. 또한 절친한 친구는 함께 보내면 에너지가 충전되는 사람입니다. 나의 좋은 점은 선후배를 잘 챙깁니다. 내 생각에 나의 삶은 점은 주변의 눈치를 너무 많이 보는 것 같습니다. 나와 잘 지내려면 협조를 잘 하는 것이 좋구요. 스스로를 위한 조언 한마디라면 좋아하는 사람과 싫어하는 사람의 구분을 너무 심하게 하지마라 입니다.

☞ 아까 인터뷰했던 상대방의 유형을 소개해 보도록 합니다.

나와 다른 유형에 대해 알 수 있는 기회가 되겠지요? 내 유형을 아는 것도 중요하지만, 나와 다른 유형에 대해서도 이해한다면 우리는 더 많은 사람들과 친하고 즐겁게 지낼 수 있습니다.

☞ 저는 2유형을 인터뷰했어요.

상대방은 인생에서 제일 중요한 것이 다른 사람에게 필요한 사람이 되는 것이라고 합니다.

장점은 성격이 원만한 것이고요. 잘 지내려면 일단 밥을 같이 먹으면서 이야기를 해 보자고 합니다.

나의 유형		상대방 유형	나의 유형		상대방 유형
1	→	7	6	→	9
2	→	4	7	→	5
3	→	6	8	→	2
4	→	1	9	→	3
5	→	8			



클립영상 시나리오 - 나의 에니어그램

나의 에니어그램 클립영상 시나리오	
S#1 에니어그램 설명 	화면 가운데에 '나는 어떤 유형에 들어갈까?' 활동지가 있다. “에니어그램은 사람을 9가지 성격으로 분류하는 성격이론 중의 하나입니다. 희랍어에서 9를 뜻하는 ennear와 점, 선, 도형을 뜻하는 grammos의 합성어로, 원래 9개의 점이 있는 도형’이라는 의미로 쓰였습니다.”
S#2 에니어그램 유형 찾기 예시 	‘나는 어떤 유형에 들어갈까?’ 활동지의 다른 유형을 소거하여 없앤 뒤, 8유형에 표시를 한다. “9가지 유형 중에 하나를 고르기 어렵다면 소거법을 이용해서 선택해 봅니다. 가장 나와 다른 것을 지우고, 그 다음 다른 것을 지우고, 차례차례 지워가다가 가장 마지막에 남는 것이 나와 가장 가까운 유형이 될 것입니다.”
S#3 '내 생각에 나는, 내 생각에 당신은' ' 활동지 작성 방법 안내 	‘나는 어떤 유형에 들어갈까?’ 활동지를 들어올리면 그 밑에 '내 생각에 나는, 내 생각에 당신은' 활동지가 있다. 8유형의 참여자가 작성한 활동지라는 표시가 되어있다. 활동지 우측상단의 '8유형 작성'이라는 메모를 손가락으로 가리킨다. 다른 유형을 어떻게 찾는지 안내한다. “이 활동지는 에니어그램 유형이 8번인 참여자가 작성 하였습니다. 활동지의 상단을 작성했고, 지금부터 다른 유형을 찾아가서 인터뷰를 통해 하단을 작성해야 합니다.”
S#4 인터뷰할 상대를 찾는 방법 안내 	유형 매칭표로 화면을 이동한다. 유형 8번을 손가락으로 가리키며 유형 8번의 상대방 유형이 2번임을 설명한다. “이 유형 매칭표는 서로 다른 성격유형의 상대방을 알려줍니다. 8번 유형의 참여자인 경우, 2번 유형의 참여자를 만나서 인터뷰를 하면 좋습니다. 만약 참여자들 중에 2번 유형이 없다면, 다른 번호의 참여자와 인터뷰를 하면 됩니다.”



S#5 인터뷰를 통한 활동지 작성 예시



8번 유형이 작성한 활동지가 2번 유형이 작성한 활동지와 마주본다. 8번 유형이 2번 유형에게 인터뷰를 하여 하단 박스를 작성한다.

“2번 유형을 찾아가서, 활동지의 하단 박스에 대한 내용을 묻고 대답을 적습니다. 나와 다른 유형의 상대방의 가치관과 장점을 이해하는 경험이 될 것입니다.”

S#6 인터뷰할 상대를 찾는 방법 안내 2



‘8번 유형이 활동지 작성을 모두 마쳤습니다. 상단과 하단 박스가 모두 채워졌습니다. 이번에는 2번 유형 참여자가 하단 박스를 채울 차례입니다. 유형 매칭표로 화면을 이동하여 유형 2번의 상대방 유형이 4번임을 설명한다.

“2번 유형은, 4번 유형을 찾아가야 합니다. 4번 유형과 인터뷰를 해서 하단 박스를 채워야 합니다. 마찬가지로 참여자들 중에 4번 유형이 없다면, 다른 번호의 참여자와 인터뷰를 하면 됩니다.”

S#7 인터뷰를 통한 활동지 작성 예시 2



2번 유형이 작성한 활동지가 4번 유형이 작성한 활동지와 마주본다. 2번 유형이 4번 유형에게 인터뷰를 하여 하단 박스를 작성한다.

“4번 유형을 찾아가서, 활동지의 하단 박스에 대한 내용을 묻고 대답을 적습니다. 이와 같은 방식으로 자신과 다른 유형을 찾아가 인터뷰를 하면 됩니다.”

S#8 활동 마무리



다른 사람의 성격유형을 알고, 어떤 생각을 하며, 어떤 태도를 가졌는지 이해하는 일의 중요성에 대해 설명한다.

“성격유형을 배우는 가장 큰 장점은 우리가 모두 독특한 존재라는 것입니다. 이것은 다른 사람에 대한 수용과 존중이 필요하다는 의미이기도 합니다. 그러므로 자신과 다른 유형의 사람과 만나서 대화를 나누는 경험이 중요합니다. 나와 다른 유형의 사람을 대할 때 어떻게 해야 잘 지낼 수 있는지 알게 되는 좋은 기회가 될 것입니다.”



활동지 6-1. 나는 어떤 유형에 들어갈까?

나는 어떤 유형에 들어갈까?

주소 : <http://www.leadersclub.org/enneagramtest.htm>

명칭	내게 해당된다면 표시하세요
1. 바르게 살고 자신과 남이 더 가치 있는 인간이 되도록 힘쓰고 화내지 않으려 한다.	
2. 사랑받고자 하고 고맙다는 말을 듣고 남에게 좋은 감정을 표현하고 도움이 필요한 사람으로 보이지 않고 싶다.	
3. 생산적이고 성공적이고 실패하지 않으려는 욕구에 따라 행동합니다.	
4. 자신의 감정을 이해하고 또 이해받고 사람의 의미를 찾으며 평범한 것을 거부한다.	
5. 세상 모든 것을 알고 이해하며 자기만족을 추구하고 혼자 있고 싶어하며 대책 없고 어리석은 인간으로 보이지 않고 싶다.	
6. 타인의 동의를 얻어내고 보살핌을 받고 반항적으로 보이지 않고 싶다.	
7. 유쾌하게 지내고 재미난 일을 계획하고 세상에 기여하고 고통을 피하고자 한다.	
8. 자기 자신을 믿고 강해지고 세상에 영향을 주는 사람이 되고 약해지지 않고 싶다.	
9. 평온을 유지하고 타인과 융화하고 어떤 충돌이든 피하고 싶다.	



활동지 6-2. 내 생각에 나는, 내 생각에 당신은

내 생각에 나는

내 생각에 나는	
1. 인생을 잘 살았다고 생각하려면 인생이 어때야 하나?	
2. 절친한 친구를 정의내리면?	
3. 내 생각에 나의 좋은 점은?	
4. 내 생각에 나의 싫은 점은?	
5. 나와 잘 지내려면?	
6. 나 자신을 위한 조언 한마디	

내 생각에 당신은	
1. 당신에게서 인생에서 제일 중요한 것은?	
2. 그렇게 생각하는 이유는?	
3. 당신의 장점은?	
4. 당신과 잘 지내려면?	



활동지 6-2. 내 생각에 나는, 내 생각에 당신은 (예시답안)

내 생각에 나는

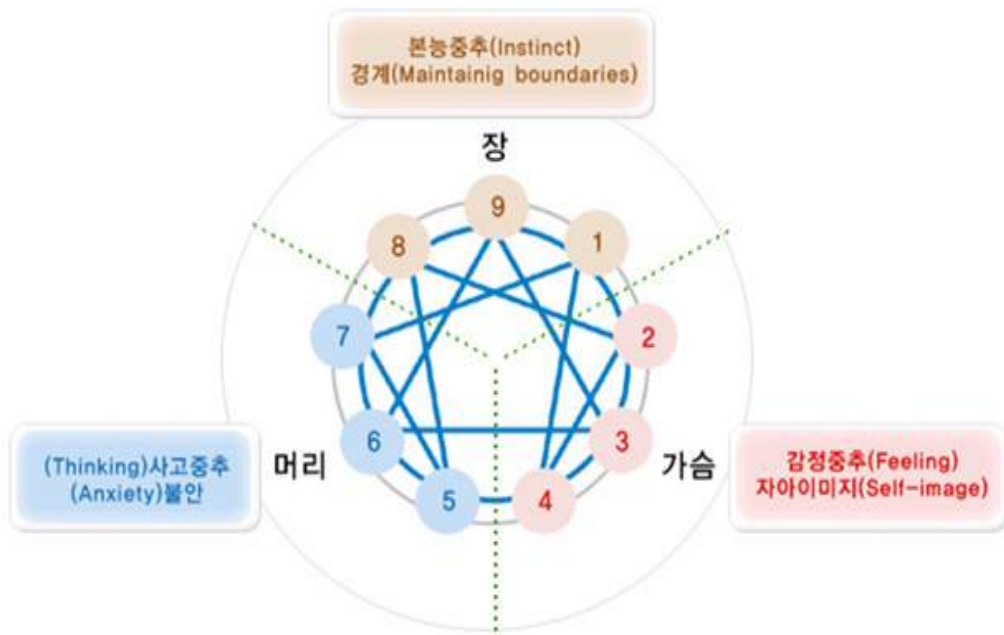
내 생각에 나는	
1. 인생을 잘 살았다고 생각하려면 인생이 어때야 하나?	이 세상에 도움이 되는 무언가를 해야 한다. (그것이 큰 일이건 작은 일이건 간에)
2. 절친한 친구를 정의내리면?	함께 시간을 보내면 에너지가 충전되는 사람
3. 내 생각에 나의 좋은 점은?	선호배를 잘 챙긴다.
4. 내 생각에 나의 싫은 점은?	주변의 눈치를 너무 많이 본다.
5. 나와 잘 지내려면?	내가 하는 일에 협조를 잘 한다면
6. 나 자신을 위한 조언 한마디	좋아하는 사람과 싫어하는 사람의 구분을 너무 심하게 하지마라

내 생각에 당신은

내 생각에 당신은	
1. 당신에게서 인생에서 제일 중요한 것은?	다른 사람에게 필요한 사람이 되는 것 누군가를 돌보는 것
2. 그렇게 생각하는 이유는?	사람들이 좋아서
3. 당신의 장점은?	성격이 원만하다.
4. 당신과 잘 지내려면?	먼저 밥을 한 번 먹읍시다.



활동지 6-3. 읽기자료 ① ‘에니어그램 설명 그림’



9 가지 유형중

2-4 유형은 가슴형

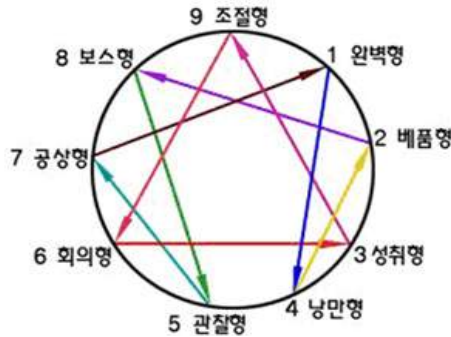
5-7 유형은 머리형

8-1 유형은 장 형

구분	장형	가슴형	머리형
주요 관심사	자신의 힘과 존재	타인과의 관계	전반적인 상황
관심시제	현재	과거	미래
말투	단도직입적, 명령적	주변상황 설명이 길다	논리적,간단명료
내면의 욕구	통제, 지배하려는 욕구	인정 받으려는 욕구	인정에 대한 욕구
방어기제	분노	수치심	불안
극복방법	분노를 들여다 본다	다른사람에게 자신을 말한다	혼자만의 시간을 갖는다
의사결정스타일	원칙과 주관, 당연과 의무에 따른결정	관계된 사람, 영향 받는 사람이 누구냐에 따라 결정	논리와 이성, 타당성 유무에 따라 결정



활동지 6-3. 읽기자료 ② ‘나는 어떤 유형에 들어갈까?’



유형	신념	명칭	설명
유형 1	완전해야 한다.	개혁가, 노력가	무슨 일이 있어도 완벽을 기하고 항상 공정과 정의를 마음에 새기고 있다. 얼핏보아 냉정하지만 마음 속에 분노를 숨기고 다른 사람 앞에서는 잘 나타내 보이지 않는다.
유형 2	필요한 사람이 되어야 한다.	조력자, 지원자	친절로 곤란해하거나 고민하는 사람에게는 구원의 손길을 내밀지 않고는 못배긴다. 그러나 상대가 도움을 필요로 하지 않는다고 이해하면 낙담하고, 고마워하지 않는다고 분노한다. 다른 사람에게 사랑을 쏟아 붓고 그 대가로 자신이 사랑받으려고 한다.
유형 3	성공해야 한다.	경쟁자, 동기부여인	인생에 있어서 살아있는 가치는 일을 성공시키는 것이다. 실패는 용서할 수 없다고 생각하며 성장해온 사람이기 때문에 자신의 전 인생을 성공하는 척도로 평가하려고 한다. 성공을 위해 전력투구하며 자신의 생활도 희생할 정도이지만, 다른 사람에게는 똑같이 희생을 요구하며 저돌적으로 맹진하는 면이 있다.
유형 4	특별해야 한다.	낭만인, 몽상가	독특하고 창조적이며 독창적이며 무엇보다도 감동을 중요시한다. 예술적, 행동적이며 평범하다는 것, 다른 사람과 같다는 것을 싫어하는 경향이 있으며, 질투, 선망하는 경향도 있다.
유형 5	알아야 한다.	관찰자, 사색가	현명하고 신중하며 자신을 잘 알고 있다. 다양한 것을 조사하는 연구자 타입으로 정보를 중시하고 일을 추진하려고 한다. 공허함을 느끼고 있기 때문에 여러 가지 지식을 거두어 들이는 데에 마음을 빼앗기고, 특히 시간을 내어주는 데 인색한 면이 있다.
유형 6	안전하고 확실해야 한다.	성실인, 의심인, 충성인	무슨 일에 대해서나 충실하고 성실한 사람이다. 규칙이나 규범을 존중하고 항상 그것에 맞추어 행동하려고 한다. 두려운 감정이 강하고 겁이 많다.
유형 7	고통을 피해야 한다.	모험가, 낙천가, 만능인	가능한 한 고통이나 괴로움을 회피하려고 한다. 고통스러운 때에도 장래를 낙천적으로 생각하고 언제나 명랑하고 밝은 기분으로 행동한다. 약간 안정성이 부족한 편이다.
유형 8	맞서고 싶다.	지도자, 통솔자, 주창자	자기 주장이 강하고 무슨 일이나 제 1인자를 지향한다. 절대적인 힘을 믿으며, 그 힘에 의해서 사람을 움직이기를 좋아한다. 약함을 싫어하고 오만한 데가 있다.
유형 9	회피해야 한다.	조정자, 평화주의자, 적응자	평화를 사랑하고 다른 사람들과 싸우는 것을 싫어하기 때문에 주위를 온화하게 한다. 귀찮은 일은 될 수 있으면 피하려는 경향이 있다.

활동7



나의 위대성 탐색

- 활동안내

- 활동진행

진행1 마음열기 : ‘나와 위대한 사람’ 활동, 활동 안내

진행2 주제열기 : 백범 김구 이야기

진행3 주제활동 : ‘나의 위대성 탐구’

진행4 다짐하기 : ‘나의 위대성 탐구’ 발표

- 활동지

활동지 7-1. 마음열기 - 나와 위대한 사람

활동지 7-1. 마음열기 - 나와 위대한 사람 (작성예시)

활동지 7-2. 읽기자료① ‘백범 김구 이야기’

활동지 7-3. 읽기자료② ‘백범 김구 생애사건’

활동지 7-4. 나의 위대성 탐구

활동지 7-4. 나의 위대성 탐구 (작성예시)



◎ 활동 개요

오늘 주제는 자신의 위대성 찾기 활동입니다. 백범 김구 사례를 통해서 시작하지만, 자기 분야나 자기가 평소 존경하는 인물의 생애를 찾아서 그 사람의 생애를 탐색해보고, 자신과 유사한 점을 찾아보는 과정을 통해 자신의 위대성을 파악하는 활동입니다. 참여자들은 모든 위대한 사람들이 가난하고, 힘들고, 좌절했던 청년 시절이 있음을 알게 될 것입니다. 그리고 우리가 우리의 위대성을 찾아내기 위해 노력한다면, 우리도 더 멋진 사람이 될 수 있다는 것을 깨닫도록 하기 위한 활동입니다.

◎ 활동 목표

TIP

참여자들이 자신의 미래를 준비하기 위해 실제 존재했던 위대한 사람의 예를 통해 자기 속에 숨어있는 위대성을 찾는 경험을 한다.

사람들은 누구나 장점이 있습니다. 이 장점을 가지고 많은 사람들에게 혜택을 준다면 사람들이 칭송을 하게 됩니다. 그렇게 위인이 탄생하는 것입니다. 자기의 강점을 찾아서, 이를 다른 사람에게 혜택을 줄 수 있는 일을 하는데 사용하도록 하는 것이 이 활동의 목표입니다. 우리는 모두 장점이 있기 때문에 위대해질 수 있습니다.

◎ 준비물

펜, 활동지

TIP

활동지는 참여자 숫자만큼 복사하여 사용합니다.
필수 준비물: 펜, 활동지



구분	활동	세부진행내용	자료
도입	마음열기 (15분)	○ 마음열기 : 마음열기를 위한 공동체 활동 ○ 프로그램의 목표, 흐름에 대한 안내	
전개	주제열기 (20분)	○ 읽기 자료 - '백범 김구 이야기'를 읽는다.	활동지 7-2 활동지 7-3
	주제활동 (40분)	○ 활동지 작성 - '나도 청년 백범이다' 활동지를 작성한다. - 백범 김구와 자신이 존경하는 인물의 위대한 점을 찾아본다. - 자신의 모습에서도 위대성을 찾아보는 시간을 갖는다. ○ 존경하는 인물 발표 - 작성한 활동지를 바탕으로 존경하는 인물에 대한 이야기를 발표한다.	활동지 7-4
정리	다짐하기 (15분)	○ 내가 실천할 과제 발표 - 자신이 작성한 활동지를 스마트폰으로 사진을 찍어 안내자에게 전송하고, 안내자는 자료를 취합한다. - 안내자는 참여자들이 스마트폰으로 보낸 사진을 컴퓨터에 저장하고 스크린에 출력될 수 있도록 하여, 스크린화면을 보고 발표하도록 한다.	

활동진행 1. 마음열기: '나와 위대한 사람' 활동, 활동 안내

◎ 활동 방법

- 마음열기 활동으로 '나와 위대한 사람 활동'을 진행하면서 참여자들의 긴장을 풀고 집중력을 높입니다.

TIP 활동지 7-1. 마음열기 - 나와 위대한 사람을 활용하시면 됩니다.

- 이번 활동의 목표와 흐름에 대해 간략히 소개합니다.

◎ 활동지문 예시

👤 '나와 위대한 사람' 활동을 해보려고 합니다. 활동지를 보시면 6개의 질문이 있어요.

여러분이 위대하다고 생각하는 사람이 있나요?

👤 네!

👤 누구인가요?

👤 세종대왕이요. / 이순신장군이요.

👤 누구든 좋습니다. 위인전에 나오는 위인이든, 현재를 살고 있는 사람이든, 여러분이 위대하다고 생각하는 인물에 대해 답하면 돼요. 활동지에 위대한 인물에 대한 생각을 적어봅시다.

👤 (활동지를 작성한다.)

👤 그러면 발표를 해봅시다.

👤 (3~4명 발표한다.)

👤 위대한 인물에 대해 이야기를 해봤는데, 마지막 질문에 대한 대답은 모두가 다르군요. 스스로 위대해질 수 있다는 생각을 하는 사람도 있고, 그렇지 않은 사람도 있네요. 이번 시간은 우리 모두에게 숨겨진 위대성을 찾는 여정이 될 것입니다.

활동진행 2. 주제열기 : 백범 김구 이야기

◎ 활동 방법

- '백범 김구 이야기' 읽기 자료를 읽고 백범 김구의 삶을 살펴봅니다.

TIP 활동지 7-2. 읽기자료① '백범 김구 이야기'를 읽어봅니다.
내용이 조금 길기 때문에 각자 읽고 이야기를 나누어 봐도 좋습니다.

- 읽기 자료 속의 백범 김구의 평범성과 위대성을 찾아봅니다.

TIP 활동지 7-2. 읽기자료① '백범 김구 이야기'에서 위대해 보이는 부분을 표시를 하도록 합니다. 그리고 왜 위대하다고 생각하는지 이야기를 나누어봅니다.
활동지 7-3. 읽기자료② 백범 김구 생애사건 자료를 보고 이야기를 나눕니다.

◎ 활동지문 예시

👤 오늘 우리는 위인들의 위대성을 찾아볼 것인데요. 심층적으로 탐구해 볼 인물은 백범 김구 선생님입니다. 김구 선생님의 생애에 대한 읽기자료를 나누어 드렸습니다. 활동을 하기에 앞서 김구 선생님의 삶을 들여다 보는 시간을 갖도록 합니다.

👤 (읽기자료를 읽는다.)

👤 읽으면서 백범 김구 선생이 위대하다고 생각되는 점이 있었나요?

👤 어린 나이에 동학 장군이 되었던거요. 일본 중위 스치다를 맨 주먹을 때려 눕힌거요. 국모원수 갇은거요. 감옥에서 고문에도 당당한거요. 감옥에서 선생님이 되신 거요. 아버지 위독할 때 살을 베어 드린거요.

👤 읽으면서 백범 김구 선생이 우리와 비슷하다고 생각되는 점이 있었나요?

👤 장난꾸러기 였던거요. 흥터요.

👤 백범 김구 선생의 호인 백범이 무슨 뜻일까요?

👤 백정범부의 준말로 아주 평범한 사람이라는 뜻입니다.

👤 우리가 보기에 위대한 사람인데 왜 평범하다는 뜻의 호를 지으셨을까요?

👤 김구 선생님만한 정도의 애국심을 가져야, 우리나라가 좋은 나라가 될 수 있겠다는 바람에서였습니다. 그리고 그 평범한 사람들이 사람으로 대접받고 사는 나라를 꿈꾼다는 의미에서요.

👤 백범 김구 선생은 우리처럼 잘난 점도 못난 점도 있으신 분입니다. 잘난 점이 많다고 위인이 되는 것이 아니죠. 자기 장점을 가지고 많은 사람을 위할 수 있을 때 위인이 되는 것입니다. 평범하지만 위인이 될 수 있는 방법은 내 장점이나 의지로 많은 사람을 위하려는 행동을 하는 것입니다.

백범김구 생애사건을 살펴보세요. 각 사건에서 백범 김구가 어떻게 대응했는지 생각해봅시다.

활동진행 3. 주제활동 : ‘나의 위대성 탐구’

◎ 활동 방법

- ‘나의 위대성 탐구’ 활동지를 작성하며 자신의 모습에서 위대성을 찾아봅니다.

TIP

활동지 7-4. 나의 위대성 탐구를 활용합니다.

참여자들이 탐구할 존경하는 인물을 선택할 때에는, 자신이 직업을 갖고자 하는 분야에서 두각을 나타내거나 해당 분야와 유사한 업종에서 업적을 남긴 인물을 탐구할 수 있도록 유도하면 좋습니다. 그러나 이것은 강제 사항은 아니므로, 청년들이 원하는 인물을 탐구할 수 있도록 하되, 제안을 하는 정도로 충분합니다.

◎ 활동지문 예시

- 자, 그러면 이번에는 나의 위대성 탐구를 위해 활동지를 작성해봅시다. 먼저 백범김구의 생애사건을 통해 위대해지는 과정에서 어떤 심리적 힘이 있었는지 알 수 있습니다. 이제 여러분이 존경하는 한 사람의 예를 찾아보세요. 그리고 그 사람에게 어떤 일들이 있었는지 읽어보고 둘째 칸을 작성해봅시다.
- 존경하는 사람이 파바로티인데, 스마트폰을 보고 어떻게 살았는지를 찾아봐야지요?
- 스마트폰으로 파바로티의 생애를 찾으면 내용이 잘 나올거예요. 알고 있는 내용으로 작성해도 괜찮습니다.
- 자, 이제 자기의 생애 사건을 생각해봅시다. 백범 김구나 존경하는 사람의 행동과 비슷한 행동이 있었나요? 없었다면 그에 대처한 모습을 긍정적인 대처 모습으로 바꾸어서 써도 괜찮습니다.
- (활동지를 작성한다)

활동진행 4. 다짐하기 : ‘나의 위대성 탐구’ 발표

◎ 활동 방법

- 작성한 활동지를 바탕으로 존경하는 인물에 대한 이야기를 발표합니다.

TIP

자신이 작성한 활동지를 스마트폰으로 사진을 찍어 안내자에게 전송합니다.
안내자는 참여자들이 스마트폰으로 보낸 사진을 컴퓨터에 저장하고 스크린에 출력될 수 있도록 하여,
스크린화면을 보고 발표하도록 합니다.

◎ 활동지문 예시

- 👤 자, 그러면 이번에는 여러분의 이야기를 들어봅시다. 활동지를 작성하면서 여러분에게 숨겨진 위대성을 찾아 보았지요? 각자 자신의 위대성을 크고 당당히 발표할 수 있도록 합시다.
- 👤 (활동지의 ‘나’에 대한 발표를 한다.)
- 👤 우리 모두의 삶은 즐거운 일만 있는 것도 아니고, 그리고 끝없는 절망만이 있는 것도 아닙니다. 왜냐하면 우리는 누구나 고난을 맞이하게 되고, 또 어떻게든 그 고난을 이겨내기 때문입니다. 어려움을 극복하려는 의지는 인간이 가진 본성입니다. 그렇기에 우리 모두에게는 위대성이 있는 것입니다. 그것을 잊지 말고, 여러분이 맞이하게 될 사건이 무엇이든, 이겨낼 수 있음을 기억해 주시기 바랍니다.



활동지 7-1. 마음열기 - 나와 위대한 사람

나와 위대한 사람

1. 가장 위대하다고 생각한 인물 한 사람을 써주세요.

.....

2. 위에서 쓴 사람이 위대하다고 생각되는 이유는 무엇입니까?

.....

3. 자기가 하고 싶은 직업분야를 쓰고, 관련분야에서 위대한 인물을 한 사람 써주세요.

.....

4. 위에서 쓴 사람이 위대하다고 생각되는 이유는 무엇입니까?

.....

5. 당신이 스스로 정말 훌륭하다고 생각된 때는 언제입니까?

.....

6. 당신이 위대해질 수 있다고 생각합니까? ① 예 ② 아니오

①을 선택한 경우 이유는?

.....

②를 선택한 경우 이유는?

.....



활동지 7-1. 마음열기 - 나와 위대한 사람 (작성예시)

나와 위대한 사람

1. 가장 위대하다고 생각한 인물을 한 사람 써주세요.

세종대왕

2. 위에서 쓴 사람이 위대하다고 생각되는 이유는 무엇입니까?

한글을 만드셨고, 백성들을 가장 위하는 왕이었다.

3. 자기가 하고 싶은 직업분야를 쓰고, 관련분야에서 위대한 인물을 한 사람 써주세요.

생명과학자, 파스퇴르

4. 위에서 쓴 사람이 위대하다고 생각되는 이유는 무엇입니까?

질병과 미생물을 최초로 명확하게 연결해 전염성 질병의 원인이 병원성 미생물이라는 사실을 밝혔다. 그래서 감염성 질병을 해결하는 데에 큰 도움이 되었다.

5. 당신이 스스로 정말 훌륭하다고 생각된 때는 언제입니까?

눈앞이 캄캄한 절망 속에서 희망을 찾아 일상으로 돌아왔을 때

6. 당신이 위대해질 수 있다고 생각합니까? ① 예 ② 아니오 예 그렇습니다.

①을 선택한 경우 이유는?

내가 앞으로 남은 삶을 어떻게 사는 지에 따라 위대해질 수 있을 것이다.

②를 선택한 경우 이유는?



활동지 7-2. 읽기자료 ① ‘백범 김구 이야기’

백범白凡 김구金九 선생 (1876.8.29 ~ 1949.6.26)

백범 김구 선생님은 1876년 8월 29일 황해도 해주 백운방 텃골에서 가난한 농부의 아들로 태어나셨습니다. 김구 선생님이 태어나신 해는 우리나라가 일본과 치욕적인 병자수호조약을 맺은 해이니, 선생님의 평생에 걸친 독립운동은 태어나면서부터 정해진 것인지도 모릅니다. 선생님의 어려서 이름은 창암昌巖이었습니다.

김구 선생님도 어렸을 적엔 여러분과 마찬가지로 억지가 센 장난꾸러기였습니다. 비가 오는 날엔 가지가지 색깔의 물감을 가지고 나가 시냇물에 풀어놓는 장난도 치셨고, 옛장수의 가위 소리에 혹하여 멀쩡한 손가락을 동강내 엿을 바꾸어 먹기도 하고 말이죠. 또 여러 아이들이 패를 지어서 선생님을 때리자 화가 나서 칼을 들고나가 맞서다, 결국은 칼도 빼앗기고 흠씬 얻어맞기도 하셨습니다. 얼굴에 우둘투둘한 곰보자국은 어렸을 적에 천연두라는 병을 앓아 생긴 흉터입니다.

이렇게 장난꾸러기였다 억지가 세었던 김구 선생님은 나이가 들면서 점차 의젓해졌습니다. 열두 살이 되던 해부터 집안을 일으키기 위해 과거 준비를 시작하여, 열일곱 살 되던 해 과거에 응시했지만 실력보다는 돈이나 권력으로 관직을 사고팔던 당시의 썩어빠진 벼슬아치들에게 실망과 분노를 느껴, 높은 벼슬을 얻어 집안을 일으키려던 생각을 버렸습니다.

과거를 포기하고 실의에 빠져 있던 김구 선생님은 아버지의 권유로 점쟁이가 되기로 마음먹고, 관상과 풍수 같은 것들을 공부하기 시작했습니다. 관상을 열심히 공부하던 어느 날, 김구 선생님은 당신의 손금이며 관상을 자세히 뜯어보았습니다. 그러나 결과는 실망이었습니다. 아무리 열심히 뜯어보아도 당신의 손금도 그렇고, 관상도 그렇고, 조금도 좋은 구석이 없어서였지요. 그래도 책 속에 한 구절이 김구 선생님에게 희망을 주었습니다.

사람은 얼굴이 좋은 것보다는 몸이 좋은 것이 낫고,
몸이 좋은 것보다는 마음이 좋은 것이 낫다.

그래서 김구 선생님은 평생 동안 마음이 좋은 사람이 되려고 노력하셨습니다. 열여덟 살이 되던 해, 김구 선생님은 동학에 빠져듭니다. 동학이란, 사람은 양반이나 상놈이나 할 것 없이 모두 다 평등하다는 주장을 담고 있는 사상입니다. 양반 상놈 구분 없이 평등한 새 백성들끼리 외국의 압력이나 간섭을 받지 않는, 새 나라를 세울 수 있다고 이야기하는 동학에 김구 선생님은 폭 빠져들어 어린 나이로 동학의 접주가 됩니다. 18살의 어린 나이로 접주(동학군의 장군)가 된 김구 선생님은 다음해, 동학군의 선봉장으로 해주성을 공격했지만 뜻을 이루지 못하고 안태훈 진사의 집에 피신하게 됩니다.



그 곳에서 나중에, 우리나라를 강제로 빼앗는 데 가장 앞장섰던 일본의 우두머리 이토 히로부미를 하얼빈 역에서 사살한 안중근 의사를 알게 됩니다. 안중근 의사는 안 진사의 아들입니다. 그 덕에서 평소 안 진사와 친분이 있던 고능선 선생님을 만나 학문도 익히고 마음 좋은 사람이 되는 길을 배우게 됩니다.

이 해에는 일본 깡패들이 경복궁에 침입하여 우리나라의 왕비인 명성황후를 죽이는 사건이 벌어집니다. 나라는 점점 혼란스러워졌고, 김구 선생님은 중국인 친구를 만나 새로운 계획을 세우기 위해 이듬해인 1896년 다시 중국으로 가는 도중, 단발령이 풀어지자 고향으로 돌아오는 길에 '치하포'라는 나루터에 이르렀을 때였습니다. 나루터에 모인 사람들 사이에서 김구 선생님은 수상한 사람을 발견하게 됩니다. 그 사람은 한복을 입고 우리나라 말을 했지만 말투가 어색했습니다. 언뜻 두루마기 속에서 일본 군인들이 차고 다니는 칼집이 눈에 띄었습니다. 나중에 알게 되었지만 그 놈은 일본군 중위로 스치다라는, 우리나라를 염탐하던 자였습니다. 김구 선생님은 저 놈이 우리의 국모를 직접 죽인 일당이거나, 그렇지 않다고 하더라도 우리나라를 염탐하고 괴롭히고 모욕하는 일본의 끄나풀인 것이 분명하니, 내가 저 한 놈을 죽여서라도 우리 국모의 원수를 갚아야겠다고 생각하였습니다. 일단 이렇게 마음을 먹은 김구 선생님은 밥부터 든든히 먹고, 그 일본놈을 맨주먹으로 때려 뉘였습니다.

그리고는 모인 사람들에게 종이와 붓을 가져오게 해 '국모의 원수를 갚기 위해 내가 이 왜놈을 죽였노라. 해주 텃골 김창수' 이렇게 쓴 후 사람들을 시켜 안악 군수에게 보고하라고 이르고는 유유히 그곳을 떠났습니다. 그 이야기를 듣고 부모님과 주위 사람들은 어서 도망하라고 야단이었습니다. 그러나 김구 선생님은 '지금 왜놈이 궁궐 안에 들어와 왕비를 죽여도 백성들이 그것을 모르고 있으니, 내가 잡혀가 크게 소문이 나면, 나라가 이렇게 위태롭다는 걸 백성들이 알아서, 모두 힘을 합해 나라를 구할 수만 있다면, 나 하나쯤은 죽어도 좋습니다.'고 하셨습니다.

그로부터 석 달이 지난 1896년 5월, 김구 선생님은 인천 감옥으로 잡혀가 모진 고문을 당하며 조사를 받으셨지만 언제나 당당하고 의연한 모습은 그대로였습니다. 결국 김구 선생님을 사형한다는 결정이 내려졌습니다. 선생님은 감옥에서 사형집행을 기다리는 동안 서양 문물에 관한 여러 가지 책을 읽게 됩니다. 그리고는 우리 것만이 옳다는 고집보다는 서양의 것이라도 좋은 것은 받아들여야 한다는 생각을 갖게 됩니다. 또한 우리가 일본에게 지배당하는 것은 배우지 못한 것이 제일 큰 이유이니 우선 여기 있는 죄수들부터 가르쳐야겠다고 생각하시고 동료 죄수들을 가르치기 시작합니다. 감옥 속의 선생님이 되신 것이지요.

1898년 선생님은 감옥 속에서 만난 몇몇 죄수들과 모의하여 탈옥할 것을 결심합니다. 왜냐하면 우리나라 사람들은 김구 선생님을 풀어주고 싶어도, 일본 사람들이 간섭을 하여 선생님을 풀어주지 못하게 막고 있었기 때문입니다. 그래서 감옥에 그대로 있는 것은, 일본 사람들에게 우리나라 사람들이 얹잡아 보이기만 할 뿐이라고 생각을 하셨습니다. 그때에 벌써 일본 사람들은 우리나라의 재판이나 그밖에 여러 가지 일에 감 나라, 배 나라 하고 참견을 하고 있었습니다.



탈옥을 결심하고 감옥에서 나온 김구 선생님은 피신도 하고 세상 구경도 할 겸, 이리저리 방랑하시다가 공주 마곡사라는 절에서 잠시 승려 생활을 하기도 하였습니다. 그러다가 그리운 집에 돌아온 지 얼마 되지 않아 아버님을 잃는 슬픔을 겪습니다. 아버님이 위독하자 김구 선생님은 허벅지의 살을 베어서 피를 내어 입에 넣어 드리는 등 온갖 정성을 다하였지만, 결국 아버님은 김구 선생님의 무릎을 베고 돌아가시고 말았습니다.

이후 김구 선생님은 이동녕·안창호·양기탁 등과 함께 신민회를 결성하여 구국운동을 펴는 한편, 우리 백성이 배워서 깨우쳐야 일본을 이길 수 있다는 믿음 아래 양산학교, 보강학교를 세워서 교육 운동에 힘씁니다. 이즈음 안중근 의사가 일본의 우두머리 이토 히로부미를 하얼빈에서 사살하였습니다.

1910년 안중근 의사의 사촌동생 안명근이 독립운동을 꾀하려다 거사 전에 잡히자, 김구 선생님도 그 사건의 관련자로 체포되었습니다. 이 사건으로 체포된 사람은 김구 선생님만이 아니었습니다. 이승훈·양기탁·이동휘·유동열 같은 황해도와 평안도 일대의 애국자가 모두 잡히고 말았습니다. 김구 선생님은 악랄한 고문을 받았습니다. 그러나 결코 살려 달라고 사정하거나 비굴하게 행동하지 않았습니다. 오히려 밤을 새워 선생님을 심문하는 왜놈 순사를 보고 ‘저 놈은 이미 빼앗아 먹은 남의 나라를 잘 살펴보려고 저렇게 밤잠을 안자고 노력을 하는데 나는 애국자라고 하면서 나라 걱정하는 일로 며칠 밤을 새웠던고!’ 하고 반성하며 더욱 굳세게 마음을 다지셨습니다. 결국 15년형을 받았습니다.

다시 옥에 갇힌 선생님은 이름을 구九로 고치고 호를 백범白凡이라 지으셨습니다. 백범이란 아주 평범한 사람이란 뜻입니다. 그것은 아주 평범한 사람일지라도 김구 선생님만 한 정도의 애국심을 가져야, 우리나라 좋은 나라가 될 수 있겠다는 바람에서였습니다. 그리고 그 평범한 사람들이 사람으로 대접받고 사는 나라를 꿈꾼다는 의미도 포함되어 있습니다. 15년형은 5년으로 감형이 되고, 40세 되던 해에는 가석방이 됩니다. 그 후 선생님은 황해도 동산평에서 농장 관리인으로 있으면서, 농민을 깨우치는 농민계몽운동에 힘쓰십니다. 농촌계몽운동에 힘쓰고 있던 1919년, 우리나라는 3·1독립만세 운동의 열풍에 휩싸입니다. 일본 경찰들의 감시가 심해지자 선생님은 국내에서는 독립운동이 어려울 것으로 판단하고 중국의 상하이로 망명하십니다.

이리하여 선생님의 길고 긴 27년 동안의 망명생활이 시작됩니다. 상하이에 도착한 김구 선생님은 여러 사람들과 같이 대한민국 임시정부를 만드는 일을 하게 되었습니다. 당시 임시정부는 국무총리를 우두머리로 하고 그 밑에 내무·외무·법무 등 각 부처를 두었습니다. 내무총장 안창호 선생님은 국무총리의 일까지 함께 맡아보고 있었습니다. 김구 선생님은 안창호 선생님을 찾아가서 ‘내가 일찍이 감옥에서 뜰을 쓸고 유리창을 닦을 때마다 하느님께 소원하기를, 우리나라 정부가 서거든 내가 그 집 마당을 쓸고 유리창을 닦게 해 달라고, 그러니 내가 임시정부의 문지기 노릇을 꼭 해야겠소.’ 안창호 선생님을 비롯한 다른 사람들이 모두 그럴 순 없으며, 경찰의 우두머리 격인 경무국장을 권하였습니다. 김구 선생님은 사양하였으나, 모든 사람들의 정성어린 권유로 결국 경무국장의 자리에 앉았습니다.



해가 갈수록 임시정부의 사정은 점점 나빠졌습니다. 한 자리에 모여 힘을 합치면 금방 일본을 물리칠 수 있을 거라고 생각했던 사람들은 점점 더 힘이 세어지는 일본을 보면서, 하나 둘 위험하고 힘든 독립운동에서 멀어져 갔습니다. 그러나 아무리 위험하고 힘이 들더라도, 이 독립운동은 우리나라 사람으로서 당연히 해야 할 일임을 잘 알고 계신 분들은 끝까지 독립운동을 하셨습니다. 독립운동을 하려면 돈이 있어야 합니다. 그러나 돈이 잘 들어오지 않았습니다. 대한민국 임시정부가 국내와 비밀히 연락하여 독립운동 자금을 보내오던 연락망이 일본에게 일망타진된 까닭입니다. 이렇게 어려운 때에 김구 선생님은 내무총장을 거쳐 임시정부의 우두머리인 국무령, 주석의 자리에 올랐습니다. 정부의 우두머리가 된 김구 선생님의 생활은 너무도 어려웠습니다. 임시정부의 청사에서 잠을 자고, 동포들의 집을 돌아다니며 끼니를 이었습니다.

이렇게 어렵게 임시정부를 이끌어 가는 한편, 김구 선생님은 ‘한인애국단’을 조직하여 그 단장이 되어 독립투사를 키워 냅니다. ‘한인애국단’ 작은 희생으로 큰 효과를 얻기 위한 김구 선생님의 처절한 몸부림과도 같은 것이었습니다. 우리나라의 씩씩한 젊은 청년들이 목숨을 바쳐 일본과 대결을 하는 것입니다. 김구 선생님은 이 ‘한인애국단’의 단원인 이봉창·윤봉길 두 분을 통해 일왕 저격사건과 홍커우 공원 폭탄투척사건 등을 일으킵니다. 이 두 사건이 계기가 되어, 한민족은 일본의 통치에 만족한다고 세상에 떠들던 일본은, 만천하에 터무니없는 거짓말쟁이가 되고 말았습니다. 그런데 안타깝게도 두 분 모두 붙잡혀서, 이봉창 의사는 교수형을, 윤봉길 의사는 총살형을 당하셨습니다. 이런 일들이 계기가 되어 중국이 우리의 독립운동에 관심을 갖기 시작했습니다. 사실 두 의사의 장한 일이 있는 후, 중국 사람들은 30만 중국 군인들도 하지 못한 일을 한국의 한 청년이 해냈으며, 우리나라 사람들을 우러러보기 시작하였습니다. 그리고 당시 중국을 이끌던 장제스가 우리나라 임시정부를 도와주기로 약속하였습니다.

1940년 김구 선생님은 광복군을 조직합니다. 이어 일본에 선전포고도 하였습니다. 전쟁의 흐름으로 보아 일본의 패망은 불을 보듯 뻔했고, 우리도 연합군과 합세하여 우리의 손으로 우리나라를 되찾아야겠다고 김구 선생님은 생각하셨습니다. 그리하여 연합군 중 미군과 같이 군사훈련을 하기로 하였습니다. 힘든 미군과의 훈련을 마치고 우리나라로 들어가기 위한 마무리 작업을 하던, 1945년 8월 15일 일본은 연합군에게 항복을 하였습니다. 우리나라도 일본의 지배에서 벗어난 것입니다. 일본의 항복소식을 전해들은 김구 선생님은 기쁨보다는 하늘이 무너지는 듯한 커다란 충격을 받으셨습니다. 여러 해 정성을 쏟아 훈련한 광복군이 일본군과 싸움을 하기 직전에, 우리가 우리의 발로 우리의 땅을 밟기 바로 직전에, 일본이 항복했기 때문에 일본을 항복시킨 연합국의 간섭을 걱정하지 않을 수 없었기 때문이었습니다.

1945년 11월, 마흔 넷의 나이에 시작한 27년 간의 긴긴 망명생활을 끝내고 꿈에도 그리던 조국으로 돌아왔습니다. 김구 선생님의 나이 일흔이었습니다. 그러나 그리던 조국은 이미 38도선을 경계로 북쪽은 소련이 남쪽은 미국이 자리 잡고 군사정부를 세워놓고 있었습니다. 결국 김구 선생님이 걱정하던 대로 또 다른 나라의 간섭이 시작된 것입니다. 1948년 미국은 이승만을 내세워 남한만의 단독정부를 세울 것을 계획하고 추진하였습니다. 김구 선생님은 남한만의 단독정부는 나라를 두 동강내고, 언젠가는 같은 거래가 서로 피를 흘리는 전쟁을 하고야 말 것이라며 강력히 반대하셨습니다.



그래서 김구 선생님은 민족의 분열을 막겠다는 생각에서 통일정부와 민주국가 건설에 관하여 의논하자는 편지를 북한의 지도자에게 보냈습니다. 얼마 후 북한의 지도자에게서 통일정부를 세우는 일에 관해 함께 의논하자는 연락이 왔고, 김구 선생님은 통일을 위해서라면 그 누구와도 이야기할 수 있다며 '남북협상'의 길에 오릅니다. 각가지 모략 속에서도 오직 통일정부를 세우는 일만이 우리 민족이 살길이라는 일념으로 38선을 넘나들며 고심하는 동안에, 남한과 북한은 각각 단독정부를 세우게 됩니다. 그래도 선생님은 여전히 통일정부로 가기 위한 여러 가지 일을 준비하고 계셨습니다.

1949년 6월 26일 안두희라는 육군소위가 선생님을 만나 뵈겠다고 찾아왔습니다. 비서가 선생님 방으로 안내하고 아래층으로 내려온 지 2,3분이 지났습니다. 총소리가 났습니다. 놀란 비서가 뛰어올라갔지만 이미 때는 늦었습니다. 너무도 어이없게 평생을 겨레와 나라를 위해 사셨던 김구 선생님은 선생님이 그토록 사랑했던 겨레의 손에 돌아가셨습니다. 선생님의 죽음은 온 국민의 슬픔이었습니다. 선생님의 장례는 그 해 7월 5일 국민장으로 치렀습니다. 그리고 효창원에 묻히셨습니다.

선생님이 돌아가신 다음 해인 1950년, 선생님이 걱정하신 대로 우리 겨레는 서로 피를 보는 전쟁을 하였고, 그 이후로도 계속하여 갈라져 살고 있습니다. 선생님의 주장대로 통일정부를 이루었다면 흘리지 않아도 될 피였습니다. 선생님의 생각처럼 통일정부를 이루었다면 없었을 시기와 미움과 질투입니다.

선생님이 돌아가신 지 60년이 다가오지만, 선생님이 그토록 간절하게 원했던 통일된 나라, 문화가 아름다운 나라, 자유가 가득한 나라는 우리의 현실이 아닙니다. 《백범일지》의 표지에서 환하고 푸근하게 웃고 계시는 선생님의 사진을 볼 때마다 왠지 모를 죄스러운 마음이 드는 것도 이런 이유 때문입니다.

자료 참조 : 《백범일지》·청년백범 홈페이지 정리 : 홍소연



활동지 7-3. 읽기자료② ‘백범 김구 생애사건’

번호	사건이름	개 요	연령 (연도)	공간
1	양반아이들과 싸움	양반아이들에게서 이유 없이 맞은 물매에 복수 하러 하였음	5~7세 (1880~82)	황해도 해주
2	글 선생과 결별	글공부를 위해 어렵게 글 선생을 구하였으나 함께 다니던 아이 아버지 신 존위의 질시 때문에 이선생은 쫓겨남	12세 (1887)	황해도 해주
3	과거 응시	신분상승을 위해 과거 응시하였으나 실패함	17세 (1892)	황해도 해주
4	동학접주 로서의 실패	해주지역 동학군의 팔봉 접주로 활약하였으나 알력관계에 있던 동학접주 이동엽에게 패함	19세 (1894)	황해도 해주
5	스승 고능선과 만남	동학군전투에 패하고 안진사덕으로 피신생활을 하던 중 스승 고능선을 만남	20세 (1895)	황해도 청계동
6	스치다 살해	국모시해에 복수하고자 왜병 스치다를 치하포에서 살해함	21세 (1896)	황해도 치하포
7	탈옥	스치다 살해 범인으로 투옥되었으나 탈옥함	23세 (1898)	인천
8	승려생활 종결	탈옥 후 승려생활을 하다가 삶의 지향이 다른 곳에 있음을 깨닫고 승려 생활을 그만둠	24세 (1899)	평양
9	재투옥	신민회 사건에 다시 투옥 됨	36세 (1911)	경성
10	백범으로 호를 지음	투옥 중에 독립 의지를 더욱 다지며 스스로 백범으로 작호	37세 (1912)	경성
11	상해 망명	3·1운동이 일어나자 독립운동을 계속하기 위해 상해로 망명함	44세 (1919)	중국 상해
12	이봉창 사건	임정활동을 하며, 이봉창을 동경에 파견하여 일황 살해를 의도함	57세 (1932)	중국 상해
13	윤봉길 사건	윤봉길로 하여금 상해 홍구 공원에서 천장절 기념식장에 폭탄을 던지게 함	57세 (1932)	중국 상해
14	장개석과의 회담 및 임정규합	장개석과의 회담 덕으로, 김구는 임시정부내 입지를 굳히면서, 점차 약해지는 임시정부를 추슬러 세움	60세 (1935)	중국 가흥
15	한국독립당 재정비	정치 및 건국이념이 갈리면서 당이 서로 갈릴 때 민족민주주의를 표방한 한독당 재정비	65세 (1940)	중국 기강
16	반탁 운동	미, 소, 중의 결정으로 일본에게서 해방되고 김구는 반탁운동을 시작함	70세 (1945)	서울
17	남북 연석회의 및 김 일성과 회담	통일된 민족국가를 만들기 위해 남북연석회의 를 제안하고, 방북하여 김일성과 회담함	73세 (1948)	평양



활동지 7-4. 나의 위대성 탐구

위대성을 찾는 질문	백범 김구	내가 존경하는 인물 ()	나
1. 어렸을 때 겪은 어려움	양반 70%일 때, 상민 30%에 속했던 소년 김창수는 양반아이들에게 이유없이 매를 맞고 당연하다고 생각하지 않았다.		
2. 배울 기회의 상실	어렵게 구한 선생님과 이별해도 또 다른 선생님을 찾기 위해 노력했다		
3. 시험 탈락	과거응시에 실패했으나 이것이 끝이라고 생각하지 않았다		
4. 실패 경험	동학장군으로 패장이 되었으나 이게 끝이라고 생각지 않고, 다른 방법을 찾았다.		
5. 스승과의 만남	리더십을 가르쳐주신 중요한 스승을 만났다. 8개월도 배우지 못했지만.. 그 가르침을 평생 간직하려고 노력했다.		
6. 세상이 알아주지 않음	국모시해에 복수하였으나 살인자로 투옥되었다. 내가 중요하다고 하는 일을 한 것이다		
7. 주어진 환경에서 용기를 냄	일제감옥에서 탈출했다		
8. 중요하다고 생각하는 것을 놓치지 않음	편안한 승려생활을 버리고 중요한 일을 하고자 하였다		
9. 늘 새롭게 결심을 함	백범(백정과 범부)라고 호를 바꾸고 독립운동을 꿈꾸다. 이름까지 바꾸면서 새롭게 결심을 한다		
10. 늘 열심히 노력함	생애 50년을 독립운동 한 일에 집중한다. 어떤 어려움이 있었어도.		
11. 많은 사람들에게 혜택을 줌	우리나라 사람들이 독립에 대한 자존심을 갖게 했다		



활동지 7-4. 나의 위대성 탐구 (작성예시)

위대성을 찾는 질문	백범 김구	내가 존경하는 인물 (파스퇴르)	나
1. 어렸을 때 겪은 어려움	양반 70%일 때, 상민 30%에 속했던 소년 김창수는 양반아이들에게 이유없이 매를 맞고 당연하다고 생각하지 않았다.		돈 문제로 한 집에 오래 살지 못하고 여러 번 이사를 다녀야 했지만, 그래서 친구를 많이 사귄 수 있었다.
2. 배울 기회의 상실	어렵게 구한 선생님과 이별해도 또 다른 선생님을 찾기 위해 노력했다	미술에 소질을 보였지만 공부하지 않음. 그 분야보다는 다른 더 흥미로운 분야를 찾기 위해 노력했다.	중학교 입학하면서 학교에서 배울 수 없어서 유튜브로 공부했다.
3. 시험 탈락	과거응시에 실패했으나 이것이 끝이라고 생각하지 않았다		음악공부에 나간 적이 없지만 해 볼 수 있다고 생각한다.
4. 실패 경험	동학장군으로 패장이 되었으나 이게 끝이라고 생각지 않고, 다른 방법을 찾았다.	파리의 고등사범학교에 입학했으나 양수병을 버티지 못하고 돌아온다. 다른 방법을 찾는다.	피아노와 노래 모두 나보다 훨씬 뛰어난 사람이 있었다.
5. 스승과의 만남	리더십을 가르쳐주신 중요한 스승을 만났다. 8개월도 배우지 못했지만 그 가르침을 평생 간직하려고 노력했다.	다시 사범학교에 입학해 물리교사가 되려 했으나 교수들의 만류로 연구를 계속했다. 좋은 스승을 만났다.	동아리 기타부에 들어갔었는데 지도 선생님이 전자기타를 가르쳐주었다.
6. 세상이 알아주지 않음	국모시해에 복수하였으나 살인자로 투옥되었다. 내가 중요하다고 하는 일을 한 것이다	화학을 전공했지만 처음은 재능을 보이지 못하고 지도교수 중 한 명은 그를 ‘평범하다’ 라고 평가했지만 노력했다.	내가 기타를 잘 연주하는 것을 사람들이 모른다. 그런데 기회가 되면 기타연주를 해주고 싶다
7. 주어진 환경에서 용기를 냄	일제감옥에서 탈출했다	투각을 나타내지 못했지만 끈질기게 화학 연구에 몰두했다.	기타연주자들을 모임에 들어가고 싶다.
8. 중요하다고 생각하는 것을 놓치지 않음	편안한 승려생활을 버리고 중요한 일을 하고자 하였다	주석산의 성질을 애명해냈다	틈틈이 다시 기타연습을 한다.
9. 늘 새롭게 결심을 함	백범(백정과 범부)라고 호를 바꾸고 독립운동을 꿈꾸다. 이름까지 바꾸면 새롭게 결심을 한다	주석산 성질을 해명한 이후 발효학에 관심이 생겨 생물학, 의학의 분야로 나아갔다	기타를 매일 닦기로 결심했다.
10. 늘 열심히 노력함	생애 50년을 독립운동 한 일에 집중한다. 어떤 어려움이 있었어도.	죽을 때까지 생명과학을 연구하여 미생물학의 아버지가 되었다.	기타를 잘 치기위해 노력하고 있다.
11. 많은 사람들에게 혜택을 줌	우리나라 사람들이 독립에 대한 자존심을 갖게 했다	좋은 미생물을 통해 사람들을 건강하게 하였다	슬픈 사람들에게 위로가 되는 기타연주를 하고 싶다.

자기이해와 성장 프로그램 진행안내서

발행일 : 2020년 7월

발행인 : 한국자활복지개발원 원장

발행처 : 한국자활연수원

연구진 : 류숙희 박사(주식회사 하가) 외

한국자활연수원

주 소 충청북도 충주시 안심1길 143

전 화 043)841-3700 / 팩 스 043)841-3769

본 안내서의 무단복제행위를 금합니다.

역량강화 교육프로그램 가이드북 진행 안내서

자기이해와 성장 프로그램



한국자활복지개발원
한국자활연수원