

강 의 계 획 서

강좌명	‘마음 온(溫)’ 그림책테라피	강사명	김진희
강의일정	2025년 9월 26일 ~ 11월 21일 금요일 10:00 ~ 12:00	강의장소	문화교실
대 상	성인		
강의목표	■ 그림책 깊이 읽기와 더불어 마음에 위로와 격려, 타인 공감 능력이 향상될 수 있다. ■ 그림책이 어린이뿐만 아니라 어른들에게도 좋은 매체임을 알고 그림책의 마음 치유 효과와 예술적 가치를 알 수 있다. ■ 나 자신뿐만 아니라 타인과의 건강한 관계에 도움이 될 수 있다.		
강사소개	■ 향기나무그림책 연구소대표, 사과나무그림책방 대표 ■ 그림책을 통한 부모교육, 그림책 교사 연수 등 학교 공공기관 그림책 교육 지도 ■ 부산교육대학교 교육 대학원 졸		
준비물 (준비사항)	■ 재료비 15,000원(꽃바구니, 백드롭페인팅) , 필기구		
강 의 내 용	차시 (월/일)	세부목표	선정자료
	1 (9/26)	■ 나에게 다정하기 - 자신을 안아주는 말들과 행위를 발견하고 타인이 아닌 자신에게 먼저 친절하기	마음약한고슴도치
	2 (10/10)	■ 완벽하지 않아도 충분해요 - 나를 나답게 하는 것, 내가 진정으로 원하는 것이 무엇인지 살펴보고 충분히 잘 해내고 있는 나에게 선물하기 < 미니 꽃바구니 만들기 >	구멍
	3 (10/17)	■ 나의 가능성 - 내가 생각하는 나 - 내 안에 내재 되어 있는 활기찬 에너지 발견	작은 눈덩이의 꿈
	4 (10/24)	■ 내 안의 감정 마주하기 - 일상에서 가장 많이 느껴지는 감정 들여다보기 - 감정을 처리하고 표현하는 방식을 나누고 있는 그대로 인정해 주기 < 내 마음의 색 ‘백드롭 페인팅’ 그려보기 >	감전호텔
	5 (10/31)	■ 나를 만든 말 - 현재 그리고 앞으로의 나를 격려하는 말 찾기 - 긍정의 에너지 확언 필사 캘리	문장부호
	6 (11/7)	■ 나를 보는 시선들 - 인정해주고 수용해주고 싶은 나 - 나의 자화상 팝아트 표현	엄마의 초상화
	7 (11/14)	■ ‘삶’ 모두가 예쁜날들 - 내 삶의 연대기 그려보기 - 내가 현재를 살아가는 힘 젠탱글아트로 표현	세계 모두가 예쁜 날들
	8 (11/21)	■ 오늘도 응원해! - 하루하루를 지탱하는 힘이 무엇인지 다시 오지 않을 오늘을 잘 살아가기 위해 필요한 것 찾아보기	오늘 상회
기대효과	■ 그림책을 읽고 현재의 느낌, 감정, 생각을 알아차리고 영혼의 현실과 마주하는 어른들을 위한 마음의 휴식과 이완 정화의 시간을 가져 볼 수 있다 ■ 쉽고 친근하고 아름다운 그림책을 읽으며 자신에 대한 이해를 증가시켜 대인관계를 편안하게 해주고 알아차림의 폭을 늘려 행복감을 키워나가는 것을 소중히 할 수 있다		