

[서식 1]

2025년 2기 (8월~10월)

제주시평생학습관 시민교육강좌 강의계획서

프로그램명	어른을 위한 그림책 테라피	강사명	김해숙 (눈꽃해숙)
교육기간	<u>8월 12일</u> ~ <u>10월 21일</u>		매주 <u>화요일</u>
※실제 교육기간을 표시 하십시오 (세부강의내용의 일자와 일치해야 함)			
교육시간	총 10차시 20시간 (주1회)		
	<input type="checkbox"/> 오전반 (10:00~12:00)	<input type="checkbox"/> 오후반 (14:00~16:00)	<input checked="" type="checkbox"/> 야간반 (19:00~21:00)

1. 학습목표

- 자기수용, 사랑, 관계, 나이 듦, 죽음 등을 주제로 물질주의와 경쟁 위주의 삶에 지친 어른들을 따뜻하게 위로한다.
- 행복한 중년과 아름다운 노년, 품위 있는 죽음을 위한 건강한 死生觀을 정립하도록 돕는다.

2. 프로그램개요

- 자기이해, 자기수용을 통한 건강한 자아 존중감 형성
- 죽음을 이해하고 삶을 통찰하는 사랑의 메시지

3. 교육준비사항

강 사 (교육도구 등)	학습자 기본 준비물
그림책 노트북 (PPT 자료)	재료비 5천원(수강생 부담) 필기도구

4. 재료비 및 교재비

- 재료비 : 5,000원 (무선 노트) 수강생 부담
- 교재명 : 회차별 주제에 맞는 그림책 (강사지참)

5. 학습 후 기대효과

- 건강한 자존감과 삶에 대한 긍정적 가치관을 형성한다.
- 자신만의 건강한 死生觀으로 의미 있는 삶을 살아간다.

6. 세부강의내용

회차	강 의 일 자 (주1회)	세 부 내 용	학습자 준비물
1	8월 12일	○ 주제: 그림책이 삶에 묻는 질문들 • 내 삶에 물어야 할 첫 번째 질문	필기도구
2	8월 19일	○ 주제: 이게 정말 나일까? • 나로 존재한다는 것	필기도구
3	8월 26일	○ 약점까지도 • 그대로 완전한 당신에게	필기도구
4	9월 2일	○ 주제: 관계가 어려운 당신이라면 • 건강한 거리, 편안한 관계	필기도구
5	9월 9일	○ 주제: 삶이 그대를 속일지라도 • 그럼에도 불구하고, 살아 갈 기적들	필기도구
6	9월 16일	○ 주제: 행복이란 • 우리, 지금 여기에	필기도구
7	9월 23일	○ 주제: 행복한 중년, 아름다운 노화 • 하강의 미학, 나이 듦에 대하여	필기도구
8	9월 30일	○ 주제: 사별의 슬픔, 성숙한 이별 • 상실과 애도, 추억, 회복의 시간	필기도구
9	10월 14일	○ 주제: 품위있는 죽음, Well Dying • 세상에서 가장 아름다운 이별	필기도구
10	10월 21일	○ 주제: 다시, 오늘의 충만한 삶을 위해 • Carpe Diem, Amore Fati	필기도구

※ 강의 일정은 추후 변경될 수도 있습니다. / 법정공휴일(대체휴무일 포함)은 강의 없습니다.