

## 코로나19 속에서도

### 소통되어 행복한 '가족' 이야기

홍용인(Ph.D)

#### [강의 개요]

현재 길어지는 코로나19 시대에 사는 우리는 여러 영역에서 변화를 경험하고 있습니다. 과거부터 현재까지의 시간흐름 속에서 요구되는 가족의 모습도 변화의 요인에 따른 순기능의 가족구조로 변화가 필요합니다. 가족은 가족원 개개인이 자기 자신의 행복과 가족관계에서 만들어가는 과정속의 행복을 위해 노력할 때 코로나와 같은 위기시대를 지나갈 수 있습니다. 개인의 정신건강뿐만 아니라 사회적으로 건강한 대인관계 형성은 모든 대인관계의 기초가 되는 가정에서부터 출발해야 개인도 그 가족도, 나아가 행복한 사회를 함께 만들어 갈 것입니다.

따라서 본 강좌는 가족의 관계심리를 통해서 본 '나 자신', '부부', '부모-자녀' 관계의 원리를 이해하여 어려운 코로나19 시기에 갈등보다는 소통이 되고 가족원의 관계회복이 있는 '가족'이야기의 교육을 제공하는 프로그램입니다.

#### [강의목표]

1. 원가족과 자신의 이미지 이해를 통해 현재 가족의 관계심리 학습하기
2. 소통 vs 갈등의 원리 이해와 자존감 향상시키기
3. 가족 의사소통 유형 탐색과 이마고 대화법 연습하기
4. WANT-ONE FAMILY 이해하기

#### [프로그램 내용]

주차	주제	세부 내용	준비물 및 과제
1주	오리엔테이션 가계도 이야기-1	가족의 이해 overview 원가족과 자신의 이미지 탐색하기 가계도 작성하기	한국형 자기분화척도지 A4용지, 펜
2주	가계도 이야기-2	가족의 분화/미분화 특징 학습 자신의 분화수준 파악하기 자기주도적 대화 예시 학습	가계도 점검
3주	대상관계 이야기-1	애착대상으로서의 가족 자아의 분리/개별화 과정 학습	
4주	대상관계 이야기-2	오토컨버그의 자아 분화 수준 학습 분화수준별 대화예시 학습	
5주	의사소통 이야기-1	교류분석의 의사소통 원리 학습 3가자 자아상태의 교류분석	일상의 가족대화 분석
6주	의사소통 이야기-2	사티어의 일치형 의사소통 학습 자존감 향상을 위한 개인 빙산탐색	가족대화의 분석
7주	이마고 이야기-1	이마고 원리 이해 가족원의 이마고 짝 탐색하기	자신의 이마고 찾기
8주	이마고 이야기-2	이마고 대화법 학습 질문지를 활용하여 연습하기	

