

나눔과 힐링

한국형에니어그램이 만들어 가는 상담 · 복지 · 교육 매거진

2015 꿈과 끼를 키우는 행복교육
교육기부 & 방과후학교 바자회

AUGUST 2015

Vol. 29



2015 꿈과 끼를 키우는 행복교육
교육기부 & 방과후학교
출발! 교육기부 어드벤처

행사장 내 교육기부 어드벤처
체험하고 8개의 스탬프
모으고 어드벤처 성공!
특별한
인사를

이모데
기대를 응원

이러 프로그램은 참여하
프로그램으로 이루어

www.kerheagram.com blog.naver.com/kerheagram



박터 윤
심리상담발달센터

정심인성연구원

2015년 9월 25일~2015년 10월 24일
발행인 · 편집인 : 윤운성
기사제보 : 02-3446-3165 / FAX : 02-515-6784
인쇄 : 한국에니어그램교육연구소

ISSN 2288-2251
등록번호 : 금전 라 00139호



'월간 나눔과 힐링'은 매월 25일에 발간하여 한국형에니어그램의 소식과 학술단체 및 복지단체의 소식을 전하는 통합 매거진입니다.

C · O · N · T · E · T · N · S



<ul style="list-style-type: none"> • 10월의 문을 엽니다 반기통의 10월의 사극 • 학피플 제1회 2015 교육기부행복박람회 • 성심 소식 종합심리검사(Full-Battery) 워크숍 • 에니어그램 북카페 한국형에니어그램 포칭 (머리중심의 포칭 스킬 : 질문하기 1편) • 에니어그램과 웰빙 한국형에니어그램 4기 전문강사 이휴경 (자신감, 자부심 키우고 한신하라) • 에니어그램으로 보는 세상 유형별 인간관계 (직장과 업무에서 소통이 원활한 유형) • 에니어그램과 영화 영화로 배우는 심리학개론 (보노보노) 편 	03	<ul style="list-style-type: none"> • 에니어그램과 여행 거리의 피아노 • 에니어맷지도 지금 출발하십니까? • 책 · 교육도구 소개 검사도구 및 교육도구 소개 • 문화소식 연극, 영화, 콘서트 등 이달의 문화소식 • 연구소 소식 및 회원동정 연구소&센터소식, 회원전문강사 동향 • 교육일정 한국형에니어그램교육연구소 10월 교육일정 	19
	05		21
	09		23
	11		25
	13		27
	15		29
	17		

한국형에니어그램이 만들어 가는 상담 · 복지 · 교육 매거진

한국형에니어그램교육연구소 www.kenneagram.com
서울특별시 금천구 가산동 60-19 SJ테크노빌 1116호 한국형에니어그램교육연구소
TEL. 02) 3446-365 | FAX. 02) 515-6784 | Email. help@kenneagram.com

10월의서곡

가을 햇살 내리쬐는 시월의 첫날,
 땀방울이 물러오고 실컷은 전율을 한다.
 그리움의 언어가 넘실대고
 황금물결이 수를 놓으며
 숲 속은 피톤치드의 향으로 그윽하다.
 머지않아 피사공원으로 개새된
 정관을 가리라.

여름내 더위와 투쟁을 하였던 나무들도
 이제 전원의 여울목에서 자연의 율리에
 스스로 몸을 내어 주리라.

아름다운 옷으로 몸을 나뭇잎이
 벌써 손짓을 하듯 팔랑거린다.
 세월의 수레바퀴는

어김없이 산과 들에 깊은 새조로 조각하여
 인산인해를 이루리라.

어떤 것은 노랑색으로
 또 다른 것은 노란색으로
 청형색채 물들은

단풍의 행렬이 침잠 날갯짓 하며
 이산 지 산 섬 없이 불결을 이루리라.
 어느 날 그대에게 단풍 옷 입고 다가갈 때
 시월의 서곡은 힘차게 출발하였다고
 힘주어 말씀 하더오.

- 반기룡의 '10월의 서곡' -



2015년 제4회 교육기부행복박람회

한국에너그림교육연구소가 2015년 9월 17일 오장부 장관이 교육기부를 통해 실현되는 모

부터 20일까지 일산 킷텍스에서 열리는 '대한 습을 제시하기도 했습니다.

민국 교육기부 행복박람회에 참가했습니다. 또한 기업 등과 같은 다양한 교육기부 참여 기

교육부가 주최하고 한국과학창의재단이 주관 관들에 대한 사회적 장찬과 격려를 통해 잠재

하는 '2015 꿈과 끼를 키워는 행복교육' 「대한 적 참여 기원에 다양한 교육기부 모델을 소개

민국 교육기부 행복박람회는 다채로운 교육 함으로써 교육의 신장을 지향하고 있습니다.

기부 프로그램은 홍보하고 장소님들에게 다양 한국에너그림교육연구소는 박람회에서 총

한 진로분야 체험 기회를 제공하고자 2013년부터 6,000만원 상당의 검사지 및 포토포일 물품을

터 해마다 열리는 교육기부 축제입니다. 기부하고 검사 실시 및 결과분석 제공을 통한

박람회는 기업과 대학, 출연연, 공공기관 등 교육기부와 운영관리지원을 통한 자원봉사를

이 운영 중인 다양한 교육기부 프로그램을 학 제공했습니다. 교육기부는 '한국에너그림

교현장과 일반국민들에게 홍보하고 연계하고 으로 보는 드림메이커' 라는 명칭으로 교육기

자 개최되었습니다. 이를 통해 학생들이 자신 부 특별부스에서 한국에너그림 검사를 동

의 꿈과 끼를 실현할 수 있는 다양한 진로분야 해 참가자 20,000여 명에게 한국에너그림

에 대한 체험의 기회를 제공하는 기회를 주고 을 통한 성격특성 이해를 통한 건강인상 계

차 하는 것입니다. 자유학기제 진로체험, 창의 발과 진로 적성 정보를 안내했습니다.

적 체험활동 등 유·초·중등 교육과 연계된 주

교육부 차관 및 관료, 교육증서자들이 한데 모

인 가운데 최초 아나운서의 사회를 시작으로

박람회개최가 성대하게 개막식이 열렸습니다. 운

운성 최정은 교육부 차관 및 관료, 한국도로공

사, 현대자동차와 같은 각 부스참가자와 어깨

를 나란히 하며 커튼쇼에 동참했습니다.

한국과학창의재단의 김승환 이사가 개회사를



한국에너그림교육연구소는 박람회 참가자 단체성격유형검사를 진행했습니다.

20,000명 가운데 초·중·고·대학생 및 학부모 일산 킷텍스 2~3층 회의실에서 진행된 강의

모, 교사 7,000명을 대상으로 한국에너그림 는 한국에너그림교육연구소의 이지영, 황은

람을 통한 비전인성교육과 상담' 강의를 진행 신, 지미신 전임교수가 맡아 진행했습니다.

했습니다. 10,000명에게는 부스에서 상시 개인

별 성격유형검사를 실시했고, 1,000명에게는

17일부터 20일까지 강의가 연일 진행되었습니

다. 강연이 있고, 도움이 되고, 도움이 되는 진시부스를 추진

하면서 참가자들이 효율적으로 체험할 수 있

도록 도왔습니다.

한국에너그림 성격유형검사, 유형별 특징 한국에너그림 직업카드를 한국에너그림

과 차이를 이해하는 것을 기본하고 하여, 성격 그림 진로 및 학습유형검사를 토대로 유형별

유형에 따른 교육과 상담에 대한 목적으로 심 선호하는 직업을 담은 것으로, 이날 참여한 학

화하여 진행했습니다.

이 날 행사에서 성격유형검사를 미친 분들에게는

개는 자신의 유형과 별칭, 캐릭터가 들어간 스 의 준비방법 등 자세한 부분에 대해 적혀 있

터가기 배부되었습니다.

박람회는 투모로우 랜드, 영장갤러리, 그림마

운트, 행복광장, 편편빌리지, 드림스퀘어, 창의

마켓, 방과후학교 박람회, 해피드림캐슬, 나눔

의 생 등 총 10개로 나누어진 전시 및 체험프

로그램으로 구성되었습니다. 한국에너그림

교육연구소는 성격유형검사 후 배부되는 스티

커와 180매(유형별 20매)로 구성된 한국에너

그림 직업카드를 통해 성격유형에 따라 보





2015년 제4회 교육기부행복마감회

9월 17일부터 20일까지 4일간 상격유형감사와 이지영, 박현경 전임교수는 상인검사와 부모교 육을 황은신 전임교수는 상인검사와 교사교 육, 지미신 전임교수는 학생 단계검사와 진행, 박현경, 조선희, 이도경, 김정희, 김정은 전임 교수가 입구에서 개별 감사분석에 도움을 주 었습니다.

감사도구는 기존의 8문항을 36문항으로 축소 하여 간소화시킨 한국형에너그램 간편성격 유형감사, 이동·청소년용과 한국형에너그 램 간편성격유형감사 상인용을 사용했습니다. 간편성격유형감사지는 36문항으로 구성되어



9월 17일부터 20일까지 4일간 상격유형감사와 이지영, 박현경 전임교수는 상인검사와 부모교 육을 황은신 전임교수는 상인검사와 교사교 육, 지미신 전임교수는 학생 단계검사와 진행, 박현경, 조선희, 이도경, 김정희, 김정은 전임 교수가 입구에서 개별 감사분석에 도움을 주 었습니다.

감사도구는 기존의 8문항을 36문항으로 축소 하여 간소화시킨 한국형에너그램 간편성격 유형감사, 이동·청소년용과 한국형에너그 램 간편성격유형감사 상인용을 사용했습니다. 간편성격유형감사지는 36문항으로 구성되어

있지만, 재검사 신뢰도와 정확성에서 기존 검 사지와 상등한 결과를 나타냅니다. 다양한 연령층이 함께하는 비림원인만큼 부스 에서 빠른 시간 내에 진행되어야 하는 감사이 기에 간편성격유형감사가 많은 보탬이 되었습 니다.

총 2만 7천부의 감사도구를 사용하여 진행된 성 격유형감사는 한국에너그램교육연구소의 기밀부설연구소에서 결과분석과 검토회를 가진 후 통제처리될 예정입니다. 추후 한국인의 성 격유형 통계치를 분석할 때 유의미한 분석이 되리라 예상됩니다.

행은신 이지영 전임교수의 지도 하에 시전교 육 워크숍을 진행한 후 참여했습니다.



대표 2015 교육기부행복마감회에서 참가하면 리와 에너그램에 대한 즉각적인 Feedback 을 받을 수 있을 뿐만 아니라, 잠재 고객과 의 새로운 관계 또한 개척하는 가능성을 엿볼 수 있었습니다.

각각각종의 다양하고 많은 분들께 한국형에 너그램을 소개하고 전파할 수 있는 기회였 의 기회를 제공할 수 있었습니다.



기 때문에 매우 소중한 행사였으며, 앞으로 도 한국형에너그램 검사도를 통해 한국형에너그램 검사를 학생 들이 직접 체험할 수 있도록 기회를 제공하여 한국형에너그램의 보급에 노력을 기울여 건 효과적인 홍보를 할 뿐만 아니라, 학생들에게 강한 사회를 실현하도록 하였습니다. 참여해주 신 많은 분들께 감사드립니다.

이로써 기존 한국형에너그램 회원에 대한 관





내면을 들여다보기 종합심리검사(Full- Battery)

종합심리검사 워크숍(Full-Battery)은 개인의 성격, 지능, 적성 같은 인간의 다양한 심리적 특성들에 대해서 파악하고자 하는 목적을 가지고 다양한 도구들을 이용하여 이런 특성들을 양적, 질적으로 측정하고 평가하는 일련의 절차를 말합니다.

심리검사를 통해서 우리는 각 사람마다의 개인차에 대해서 파악할 수 있으며 또한 심리적인 과정 자체에 대한 이론적인 통찰을 얻을 수 있게 됩니다. 본 워크숍은 각종 심리검사에 대한 이해를 높이고 해석과 보고서 작성에 대해서 심층적으로 접근하고 있습니다. MMPI, 지능검사, 로사 기프, 그림 검사, 로사상화, TAT 등 다양한 심리검사도구에 대한 기초와 전문적인 슈퍼비전 등을 제공받을 수 있습니다.

다면적인성검사(MMPI)는 양과 다양성 측면에서 진례가 없을 정도로 많은 연구가 수행되어 왔으며 이를 통해 보다 다양한 평가 상황에 적용가능한 검사가 되었습니다. 1990년대에 이르러서는 세계에서 가장 널리 사용되는 성격 평가 도구가 되었으며, 개인의 일반적인 성격 특성 및 정신병리적 상태를 평가할 수 있는 가장 강력한 검사로 발전하였습니다.

지능검사는 영재아동을 판별하는 도구로 많이 사용되는데 중 전세계적으로 신뢰도가 높고 많이 사용되는 웨슬러 지능검사를 통해 진행하게 됩니다. 상인용(WAS)과 아동용(WISC)을 탐구하게 됩니다. 지능에 대한 관심을 자기의 상황에 대한 이해능력과 환경에 대한 적응력, 유연성, 또는 훈련가능성 뿐만 아니라 초기 교육환경 이후 교육과 직업 경험 현재의 정서적 상태 및 기질적, 기능적 정신장애, 검사 당시의 상황요인 등 상호작용의 결과로 나타나는 개인의 전체적인 능력으로 보고 있습니다.

로사 검사(Rorschach test)는 잉크 반점을 해석하는 방식으로 그 안에 투사되는 사람의 심리를 검사하는 로사검사는 1921년 Herman Rorschach의 논문 Psychodiagnostik에서 최초로 소개되었습니다. 로사(Rorschach)가 우연히 잉크반점에 대한 정신분열증 환자의 반응이 정상인의 반응과 차이가 있다



는 점을 일어난 것이 이 검사법을 발견한 단초였습니다. 사람들이 잉크 반점의 모양을 읽는 그 차이를 40여개의 표준화된 반점을 통해 정리했고, 그 후에 많은 심리학자와 정신과 의사들에 의해서 응용 연구되어 왔습니다.

1940~50년대에는 임상가의 주요역할이 심리진단(여서 로사검사가 임상심리학과 거의 동의어로 여겨질 정도였으며 1960~70년대에 임상가의 역할이 확대됨에 따라 가장 일반적으로 사용되는 종합 심리 검사 가운데 하나로 지금까지 이어져오고 있습니다.

그림검사는 BGT, HTP, KFD를 학습하게 됩니다. BGT(Bender Gestalt Test)는 Bender(1938)가 지각과 다양한 유형의 정신 병리의 관계를 연구하기 위한 검사로서 개발한 것이다. 그는 시지각의 원리에 대한 연구 중에서 Wertheimer(1923)가 개발한 많은 도형들 중 9개 도형을 주로 사용합니다. HTP(House, Tree, Person)검사는 내담자에게 집과 나무, 사람을 그려보게 하여 현재 내담자의 심리 상태를 분석하는 것입니다. KFD(Kinetic Family Drawing)검사는 동작가족화 검사라고 하며 내담자가 가족을 그리도록 하여 자신의 가족, 가족화 모습을 표현하도록 하면서 가족의 상호작용을 추론하고자 하는 심리 검사입니다. 문장완성검사(Sentence Completion Test)는 다수의 미완성 문장을 피검자가 자기 생각대로 완성하도록 하는 검사로 단어연상 검사의 변형으로 발전되었습니다. 초기에는 지능검사를 하기 위해서 사용되었으나 점차적으로 성격검사를 하는 상황에서 활용되었습니다.

심리검사는 내담자가 인식하거나 표현할 수 없는 내용, 그리고 표현하기 꺼려지는 잠재된 욕구, 감정, 태도, 야망 등이 보다 잘 드러낼 수 있도록 합니다. 상담자는 다양한 심리검사의 해석과 함께 이해와 표현의 다양한 분석을 통해 정확히 진단하고, 개인별 특성에 맞도록 고안한 접근방법으로 치료할 수 있어야 합니다.

전문가의 평가와 심리검사 슈퍼비전을 함께 제공하는 사상성인성연구원의 종합심리검사에 대해 자세히 알고 싶은 분은 사단법인 성심인성연구원의 홈페이지를 통해 확인해주시기 바랍니다.

MMPI
HTP
RORSCHACH

한국형에너그램 코칭

힘의 중심별 라포 스킬

▶ 머리중심 라포 스킬 : 질문하기

코칭에서 질문을 중시하는 이유는 질문을 받게 되면 그 순간 사람의 인식은 질문의 답을 찾는 방향으로 집중되는 경향을 갖고 있기 때문이다. 질문을 통해서 코치이는 그동안 잊고 지나왔던 소중한 것을 떠올릴 수도 있고 자신의 비효율적인 행동을 알아차릴 수도 있으며 자신을 성장시키기 위한 행동이 무엇인지 통찰하는 경험을 하기도 한다. 또한 그동안 생각지 못했던 미지의 영역을 탐색할 기회를 갖게 되고 자신이 알고 있는 능력을 넘어서는 영역이 존재함을 알고 열망하게 된다.

에너그램코치는 전략과 아이디어에 관심이 크며, 사고적 기능을 가지고 있고 내면의 지원과 인내를 받을 수 있는 자기만의 머리중심 에너지를 활성화하여 질문하기 역량을 강화시킨다.

- * 지금까지 자신의 삶에 큰 영향을 준 질문이 있다면 무엇인가?
- * 그것이 나에게 어떤 변화를 만들어 주었는지 적어보자.
- * 질문의 중요성에 대한 인식을 나누어보자.

(1) 열린 질문 : 생각을 자극하게 하는 질문

질문을 선택할 때 고객이 '에/아/나오' 또는 누구에게 질문하더라도 기본적으로 같은 답이 나오는 질문은 좋지 않다. 이러한 질문을 닫힌 질문, 특정 질문이라고 한다. 코치이가 즉각적으로 쉽게 답할 수 있도록 하는 질문보다는 보다 깊이 있게 내면을 성찰하게 하고 조금 길게 자신의 생각을 탐색하고 말로 표현하게 하는 열린 질문이 좋다. 이러한 열린 질문은 코치이의 사고를 확장하게 하여 보다 넓게 자신의 상황적 인식을 이끌어 낸다. 따라서 코칭을 할 때 코치는 코치이의 기능성과 잠재력을 이끌어내기 위해 열린 질문을 늘여려는 노력을 끊임없이 해야 한다.

- * 내가 무엇을 도와드릴까요?
- * 그 임무를 마칠 수 있었던 이유는 무엇이었습니까?
- * 어떻게 그런 결정을 내리시게 되었습니까?
- * 이 일을 좀 더 잘 하려면 어떤 점을 바꾸면 좋겠습니까?
- * 어떤 일이 당신을 그토록 흥분시키십니까?
- * 당신은 앞으로 어떤 일을 하고 싶습니까?
- * 당신이 가장 소중하게 여기는 것은 무엇입니까?

(2) 미래 질문 : 문제 해결을 위한 질문

과거 행위나 생각이 초점을 맞춘 질문은 의식의 화살을 과거로 돌리기 때문에 코치이의 상상력을 자극하거나 가능성을 확대시키는데 별 도움이 되지 않는다. 과거 기억 속에는 현재의 문제 해결과 자아실현에 방해가 되는 것들이 많다. 따라서 이런 과거의 부정적 기억이 코치이의 가능성을 한정해 버리는 경우가 많기 때문에 일반적으로 과거질문은 그다지 좋은 질문이 아니다. 미래 질문은 미래의 행위가 가능성에 초점을 두는 질문으로서 미래행의 단어가 포함된다. 코칭은 항상 코치이의 가능성에 초점을 맞추고 있기 때문에 기본적으로 미래지향적이다. 기능성은 과거에 존재하는 것이 아니라 미래에 존재한다.

- * 앞으로 어떻게 해나가고 싶습니까?
- * 그것을 완수하기 위해서 앞으로 어떻게 하는 것이 좋겠습니까?
- * 앞으로 무엇을 새롭게 더 해보고 싶습니까?
- * 반드시 성공한다면 어떤 일을 하고 싶습니까?
- * 앞으로 다시 일을 하게 된다면 무엇을 다르게 해 보시겠습니까?
- * 자기소개를 다시 할 기회가 있다면 어떻게 다르게 해 보시겠습니까?

(3) 긍정 질문 : 긍정 해답이 나오게 하는 질문

질문 속에 '아니다'라는 의미의 부정형 단어를 포함하는 질문은 왠지 좁고 어두운 어감이 느껴지고, 이런 질문을 받았을 때는 대개 의식의 방향이 부정적인 방향으로 틀리다. 그래서 코치이의 의식을 부정적인 방향으로 흐르게 하여 스스로 한계나 벽을 만들어 버리는 경우가 많다. 이에 비해 긍정질문을 받았을 때는 폭이 넓고 밝은 어감이 느껴져 대답을 하는 코치이의 의식이 긍정적인 방향으로 틀리기도록 함으로써 문제해결에 많은 도움을 준다. 대개 긍정적인 질문을 하면 긍정적인 대답을 얻는다.

- * 어떻게 하면 일이 순조롭게 진행되었습니까?
- * 여기서 확실한 것은 무엇입니까?
- * 잘 되고 있는 것은 무엇입니까?
- * 어떤 멋진 대책을 세우셨습니까?
- * 앞으로 일어날 수 있는 결과에 대비해서 할 수 있는 일은 무엇입니까?
- * 이 문제를 진화위주로 만들 수 있는 방법이 있습니까?

자신감 · 자부심 키우고 헌신하라

*** 부러움 · 수치 · 질투 · 연민 · 불안 등으로 열등감 나타남**
 "회사에서 언제 질릴지 몰라 불안해요. 제가 성실하고 그냥 주어진 것을 잘 하긴 하지만, 뭔가 창의적이진 않거든요. 진 남들이 일고 있는 것보다 너무 부족해요. 영어실력도 모자라구요, 업무능력도 뒤처지고, 맘을 잘 하는 것도 아니고... 승진은 아예 꿈도 안 꿩요."
 그는 지방대를 졸업하고 누구나 아는 회사에 입사했다. 입사 당시 다른 친구들에 비해 학력과 기틀과 스펙도 모자랐다. 누구보다 그런 점을 잘 알았던 그는 입사 후 부족한 부분을 배우기 위해 동료들과의 좋은 관계형성을 위해 많은 노력을 기울였다. 모두가 하기 싫어하는 일에 먼저 하겠다고 나섰고, 자주 식사를 대접하고 간식을 제공하는 것은 물론, 상사에게도 잘 보이기 위해 무척 신경 썼다. 그 결과 직장 내에서 좋은 사람으로 인식되고 있다.

대인(大인) 욕심도 내지 않고 능히 부하고, 출세도 하지 않고 능히 귀하다. 싸우지 않고 능히 강하고, 이는 게 하나도 없고 능히 신명하다.

후박사의 마음건강 강연시리즈

자신감을 키우고, 열등감을 극복하기 위한 종합심리치료!

후박사 마음건강 강연시리즈
www.kkocf.com (02-625-8916)

1. 나의 열등감? (나의 열등감? 열등감은 왜 생기며, 어떻게 극복할까?)
2. 열등심 극복하기 (열등심 극복하기 열등심은 왜 생기며, 어떻게 극복할까?)
3. 자부심 키우기 (자부심 키우기 자부심은 왜 생기며, 어떻게 키울까?)
4. 자부심 키우기 (자부심 키우기 자부심은 왜 생기며, 어떻게 키울까?)
5. 자부심 키우기 (자부심 키우기 자부심은 왜 생기며, 어떻게 키울까?)

후박사 마음건강 강연시리즈 5권 세트 (후박사 마음건강 강연시리즈 1~5권) (후박사의 열등심(대인(大인)욕심) 등 10여권의 책을 저술했다.)

*** 성실하지만 해고될까 불안**

그럼에도 그는 해고에 대한 불안감에 늘 사로잡혀 있다. 업무에서 인정을 못 받고, 경쟁에서 낙오될 거라는 생각이 떠나지 않는다. 하루에도 여러 번 열등감을 느낀다. 실수나 잘못이 드러날까 봐 두렵고, 누군가에게 칭찬을 받으면 오히려 부끄러워한다. 벌써 3번차인데, 직장생활이 날로 버겁기만 하다.
 <토론회>결의자 자 이희범은 이렇게 말한다. "사람들이 원하는 게 네 가지가 있다. 밖으로는 부자와 권인이 되려 하고, 안으로는 강하고 신명해지려 한다. 부자는 욕심을 안 내는 것이 제일 부자고, 권인은 출세를 안 하는 것이 제일 권인이다. 강한 것은 싸우지 않는 것이 제일 강하고, 신명한 것은 아는 것이 없는 것이 제일 신명하다. 그러나 사람들은 보통 이렇다. 욕심도 안 내고 부자도 못 되는 것은 빈곤한 자다. 출세도 안 하고 귀하지도 못한 것은 비천한 자다. 싸우지도 않고 강하지도 못한 것은 나약한 자다. 이는 짓도 없고 신명해지도 못한 것은 우매한 자다."

이희범의 통찰은 인간의 열등감을 잘 표현하고 있다. 열등감은 남보다 뒤떨어지거나 능력이 없다고 느끼는 감정이다. 외부 · 실력 · 학벌 · 집안이 차지고 생각된다. 열등감은 성장과 동기부여의 원동력이다. 우리는 열등감을 가지고 태어나고, 경쟁을 통해 열등감을 극복한다. 열등감은 부러움 · 수치 · 질투 · 연민 등 다양한 감정으로 표현된다. 사람들은 남이 잘난 것을 부러워하고, 내가 못한 것을 부끄러워한다. 나보다 행복한 사람을 시기하고, 나보다 불행한 사람을 동정한다. 남만큼 잘난 것에 질투심을 느끼고, 남만큼 못난 것에 연민을 느낀다.

자신감은 열등감의 반대이다. 자부심 · 자긍심 · 자존심 · 자기효능감 등 다양한 감정으로 표현된다. 우리는 성장하면서 주위 사람의 영향을 받으며 자아개념을 형성한다. 자아개념(ego-concept)은 세상에서 비취지는 자신의 모습이다. 자아이상, 자아미미지, 자부심(ego-ideal)은 현실적인 나이고, 자부심은 나를 좋아하는 정도다. 자아미미지(ego-mimicry) 너무 크면 열등감에 떨어지기 쉽다. 자아미미지가 올라가면 자부심이 부풀어 오르고, 자신감도 들어선다. 반대로, 자아미미지가 내려가면 자부심이 쪼그라들고, 자신감도 사라진다. 자기효능감(self-efficacy)은 업무능력에 대한 확신이다. 동기부여와 성과가 높을수록 확신도 커진다. 자기효능감이 높을 사람은 어려운 과제를 잘 해내고, 쉬운 과제에서 반대의 결과를 보인다. 자기효능감은 과거 성공경험에 좌우된다. 작은 경험도 의외로 큰 영향력을 미친다. 관찰학습은 매우 중요하다. 상성은 벤치마킹을 통해 세계적 기업으로 성장했다. 나는 할 수 있다'와 같은 언어적 실득도 필요하다. 강력한 자기최면 효과를 띤다. 스트레스관리도 중요하다. 신체적 과로와 정신적 피로는 자기효능감을 떨어뜨린다.

자금은 살면한테, 누가 봐도 괜찮은데, 왠지 부족하지만 한 끼때는 무엇일까? 열등감의 탓에 빠졌기 때문이다. ①어려서부터 신체적 결함이 있거나, 열악한 환경에서 성장한 경우다. 어쩔 수 없이 빈곤함과 비전향, 낙인찍히고 우매함 가운데 살았다. ②사랑을 지나치게 받거나, 이에 못 미치는 경우다. 사랑은 자부심과 자신감의 원천이다. 꽃과 나무도 적당한 물과 양분이 필요하다. ③유위 사랑과 지속적으로 비교당한 경우다. 부모님은 자주 양언어를 들으며 실망감을 전달했다. '넌 그것도 못하니?' '어려서 늘 남보다 못하니? 무가지 한 인간으로 평가된 경우다.

이제, 그에게로 돌아가 보자. 어떻게 하면 열등감에서 벗어날 수 있을까? 핵심 단어 셋으로 요약해 보자. 첫째, 자신감(Self-confidence)이다. 자신감을 떨어뜨리는 세 가지가 있다. ①외모와 목표 상충이다. 자신감을 가지려면 인생의 뚜렷한 의미와 분명한 목표가 있어야 한다. ②미완성 과제다. 매사 모든 일에서 매듭을 짓는 것이 중요하다. 상처받은 자신감을 증폭시킨다. 대우가 높아 관계 자라는 것은 매듭을 잘 짓기 때문이다. ③실패와 거절에 대한 두려움이다. 실패에 대한 두려움은 '나는 못해'에서 온다. 어릴 적, 부모의 파괴적 비판이 원인이자, 거절에 대한 두려움은 '절해야 돼'에서 온다. 어릴 적 부모의 조급부 사랑에서 온다. 자, 아침마다 일어날 때 박수를 크게 쳐 보자. 그리고 크게 외쳐라. "나는 할 수 있다. 나는 해낼 수 있다. 나는 반드시 해 낼 수 있다."

둘째, 자부심(Self-esteem)이다. 자부심은 자기사랑에서 출발한다. 자부심을 유지하는 비결이 있다. ①나를 좋아하고 존중한다. ②남이나 나를 좋아하고 존중하는 것을 바라지 않는다. 기대는 강등과 상치만 남길 뿐이다. ③남을 충분히 좋아하고 존중한다. 자부심은 긍정적인 피드백을 통해 생긴다. 아무도 안 좋아해도 좋다. 스스로 나의 장점을 찾아 칭찬해 보자. '이만큼이면 아주 잘한 거야!' '시소한 나의 행위를 찾아 격려해 보자. '이대로라면 잘하고 있는 거야!' '일이 마무리되면 나에게 작은 선물을 주자. '이번엔 만난 한우구이!' 그리고 쪼그라들 때마다 다음 말을 반복하자. "나는 내기 좋다. 나는 내기 좋다. 나는 내기 정말 좋다."

*** 나에게 작은 선물을 주자**
 셋째, 헌신(Commitment)이다. 헌신이란 모든 것을 바치는 것이다. 무언가를 위해 헌신해 보자. 누구나 하나쯤 재능을 가지고 태어난다. 한 가지만 잘해도 성공하는 세상이다. 좋아하면서 잘하는 것에 집중해 보자. 한 분야를 위해 헌신해 보자. 어떤 보상이의 연습이 필요하다. 누군가를 위해 헌신해 보자. 어떤 보상이 기대해서는 안 된다. 애수는 목숨을 바쳐 많은 사람의 대속물이 됐다. 생면부지의 남을 위해 헌신해 보자. 나의 작은 힘이 남에게 큰 힘이 될 때 자신감이 들어선다. 남에게 도움을 주는 존재라는 것을 인식할 때 자부심이 올라간다. 이희범은 이렇게 글을 맺는다. "대인(大인)이란 욕심도 내지 않고 능히 부하고, 출세도 하지 않고 능히 귀하다. 싸우지 않고 능히 강하고, 이는 게 하나도 없고도 능히 신명하다."



한국형에너그램 4기 전문강사 이희경 박사
 경상과목사, 경영학박사, LP(마음건강 대표)
 연세대 의과대학교 동대학원을 거쳐 정신과 전문의를 취득하고 연세대 경영대학원과 중앙대에서 경영학을 전공했다.
 <임상집단정신치료>, <후박사의 마음건강 강연시리즈 1~5권> <후박사의 열등심(대인(大인)욕심) 등 10여권의 책을 저술했다.

한국형에니이그램 유형별 인간관계

조사기관 : 한국에니이그램교육연구소 기립부설연구소
조사기간 : 2012년 3월 ~ 2012년 12월
응답자수 : 총 550명



직장과 업무에서 소통이 원활한 상사 유형

1번 유형	1번 유형	1번 유형
2번 유형	2번 유형	9번 유형
3번 유형	3, 5번 유형	9번 유형
4번 유형	1번 유형	9번 유형
5번 유형	9번 유형	1, 9번 유형
6번 유형	1번 유형	5번 유형
7번 유형	9번 유형	7번 유형
8번 유형	9번 유형	9번 유형
9번 유형	9번 유형	9번 유형

한국형에니이그램 3단계 교제 중 별칭에니이그램 적용내외 내기 함께 가는 여행 운동성 저

여기가 직장과 업무에서 소통이 원활한 상사로 생각하는 유형의 경우.

1번 유형은 1번 유형을, 2번 유형은 2번 유형을, 3번 유형은 3번 유형과 9번 유형을, 4번 유형은 1번 유형을, 5번 유형은 9번 유형을, 6번 유형은 7번 유형을, 7번 유형은 7번 유형을, 8번 유형은 2번 유형을, 9번 유형은 9번 유형을 꼽았다. 남자가 직장과 업무에서 소통이 원활한 상사로 생각하는 유형의 경우.

1번 유형은 1번 유형을, 2번 유형은 9번 유형을, 3번 유형은 9번 유형을, 4번 유형은 9번 유형을, 5번 유형은 1번 유형과 9번 유형을, 6번 유형은 9번 유형을, 7번 유형은 7번 유형을, 8번 유형은 9번 유형을, 9번 유형은 9번 유형을 꼽았다.



직장과 업무에서 소통이 원활한 부하 유형

1번 유형	1, 2번 유형	1, 9번 유형
2번 유형	2번 유형	2번 유형
3번 유형	3, 6번 유형	2, 3번 유형
4번 유형	1, 2번 유형	6번 유형
5번 유형	9번 유형	9번 유형
6번 유형	6번 유형	2번 유형
7번 유형	6번 유형	1, 9번 유형
8번 유형	6번 유형	2, 6번 유형
9번 유형	1, 2, 9번 유형	1, 9번 유형

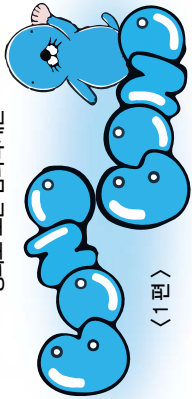
한국형에니이그램 3단계 교제 중 별칭에니이그램 적용내외 내기 함께 가는 여행 운동성 저

여기가 직장과 업무에서 소통이 원활한 부하로 생각하는 유형은.

1번 유형은 1번 유형과 2번 유형을, 2번 유형은 2번 유형을, 3번 유형은 3번 유형과 6번 유형을, 4번 유형은 1번 유형과 2번 유형을, 5번 유형은 9번 유형을, 6번 유형은 6번 유형을, 7번 유형은 9번 유형을, 8번 유형은 9번 유형을, 9번 유형은 1번 유형과 6번 유형을 꼽았다. 남자가 직장과 업무에서 소통이 원활한 부하로 생각하는 유형은.

1번 유형은 1번 유형과 9번 유형을, 2번 유형은 2번 유형을, 3번 유형은 2번 유형과 3번 유형을, 4번 유형은 9번 유형을, 5번 유형은 9번 유형을, 6번 유형은 2번 유형을, 7번 유형은 1번 유형과 6번 유형을, 8번 유형은 2번 유형과 9번 유형을, 9번 유형은 9번 유형과 9번 유형을 꼽았다.

영화로 보는 심리학개론



< 1 편 >



성격심리학적 관람

머리중심 성격의 캐릭터 분석

에너메이션 '보노보노'의 주요 캐릭터 중 머리중심 애너지의 성격특징을 가진 인물은 바로 보노보노이다. 보노보노의 머리중심 성격특징을 살펴보면 다음과 같다.

(1) 성격적 특징 : 자기보존, 사고, 지식

자기보존에 심리애너지가 집중되기 때문에 자신의 안전에 관심이 많고, 지나치게 조심하는 경향이 있다. 안전에 지나치게 신경을 많이 쓰다 보니 걱정이 많고 불안 수준이 높다. 불안10만 막연한 두려움이다. 구체적 대상이 없다. 그러다보니 불안에서 벗어나기 위해 선이런 자연 방법에 대해 생각을 많이 할 수밖에 없다. 상황에 대해 많이 알고 있음으로써 안전해지려고 한다. 보노보노 캐릭터를 살펴보면, 늘 공한 것이 많고 생각이 많다. 그런데 그의 생각을 자세히 들여보면, 일러지도 없는 막연한 일에 대한 걱정이 대부분이다. 늘 질문하고 걱정하고 두려워져서 어쩔 줄 몰라 하는 캐릭터로 머리중심의 성격적 특징을 잘 나타내고 있다. 1화 에피소드에서도 보노보노는 포로리에게 놀라 있는데, 놀라긴 것도 잊은 채 왜 모두들 집에 사는 지 궁금해하며 그것에 대해 일러는 행동을 주로 한다. 너부리가 이런 저런 짐을 찾아주지만, 보노보노는 집에 대해 살아보지도 않고 온통 걱정 뿐이다. 지붕이 무너져서 죽으면 어쩌나, 자가 물에 떨어져서 죽으면 어쩌나 등 자신의 안전에 대해 계속 걱정하는 모습을 보여준다.

(2) 핵심 감정 : 공포

머리중심 성격을 가진 인물의 핵심 감정은 공포심이다. 공포는 두려움에 압도된 상태이다. 압도되어 있기에 행동을 할 수가 없다. 보노보노는 늘 걱정만 하고 공포에 질린 상태로 어쩔 줄 몰라 하면서도 대응 행동을 하지 않는다. 정확하게 말 하면 대응 행동을 할 수 없는 상태인 것이다. 그저 무서운 생각만을 끊임없이 하면서 그 자리에서 울고 있을 뿐이다. 보노보노 캐릭터를 묘사하는 특징 중 대표적인 것이 바로 머리 위에 땀방울이 솟아오르면서 '뽀로로롱~'하는 의성어가 들리는 장면이다. 이 모습은 보노보노가 공포에 질려 어쩔 줄 몰라하는 모습을 상징화한 것으로 보인다.

(3) 관심사 : 수수께끼, 진반, 미래

보노보노는 수수께끼에 관심이 많다. 1화 에피소드 장면을 살펴보면 보노보노가 얼마나 수수께끼에 관심이 많고 진반적인 것을 파악하려고 하는지 알 수 있다. 그리고 아직 일어나지 않은 미래의 일에 관심이 많은 것 또한 확인할 수 있다.

(4) 상황파악 : 관찰, 비교, 분석

보노보노는 상황을 파악할 때 관찰하고 비교하고 분석하는 성격적 특징을 보여 준다. 7화 에피소드에서 갑자기 무슨 소리가 들리자 보노보노는 공중증을 해소 하기 위해 이리저리 정보를 모으려 다닌다. 그러면서 그 정보가 맞는지 끊임없이 비교해보고 분석해 본다.

(5) 의사결정 : 논리적, 이성적

보노보노는 관찰하고 비교, 분석하면서 상황을 파악한 후 의사 결정을 할 때는 매우 논리적이고 이성적이다. 1화 에피소드에서 자기에게 맞는 집을 찾으려 다니다 결국 마지택엔 아옹이 형 말을 듣고 자기가 늘 먹고 잠을 자는 바다가 자기 집이 라는 것을 받아들인다. 의사결정은 논리적 근거에 따라 이성적으로 하는 것이다.

성격심리학적 관람

가슴중심 성격의 캐릭터 분석

에너메이션 '보노보노'의 주요 캐릭터 중 머리중심 애너지의 성격특징을 가진 인물은 바로 포로리이다. 포로리의 가슴중심 성격특징을 살펴보면 다음과 같다.

(1) 성격적 특징 : 사회적, 사교적, 인간중심

보노보노에게 늘 먼저 놀러오는 캐릭터가 바로 포로리이다. 심지어 포로리는 자기를 때리기도 하고 벌칙 벌칙 화를 내기도 하는 너부리에게도 같이 놀라고 찾아 가는 인물이다. 매우 사교적인 성격적 특징을 갖고 있는 것이다. 보노보노가 등장할 때 대부분 화면엔 보노보노 혼자인 경우가 많다면, 포로리는 늘 여러 명의 친구나 사람에게 둘러싸여 있다.

(2) 핵심 감정 : 수치심

포로리의 핵심 감정은 수치심이다. 영화 속에서 포로리의 수치심이 잘 드러나진 않는다. 내가 혼자 남아졌을 땐 참피하지 않지만, 친구들 앞에서 남아졌을 땐 참 피하다. 수치심이란 다른 사람이 날 잘못하는 존재를 볼 것이라고 느끼는 것이다. 포로리가 걱정이 되어 서 '어떡하지, 어떡하지' 하면서 이리저리 뛰어다니다지 너부리가 좀 가만히 있으라고 화를 낸다. 영화 속 이 장면에서는 너부리가 포로리를 저 멀리로 불러버리기 때문에 포로리가 어떤 기분을 느꼈을지 나오지 않지만, 유추해 보건데 부끄러웠을 것이다.

(3) 관심사 : 인간, 상징, 과거

포로리의 관심은 사람, 즉 친구이다. 세상사, 진반을 궁금해 하면서 관심을 갖고 있는 보노보노와는 달리 포로리는 궁금해하는 보노보노에게 관심이 있다. 그래서 늘 보노보노가 걱정을 할 때 함께 걱정하고 반응해 준다. 1화 에피소드에서도 보노보노가 물 속에서 잠을 자려고 하다가 숨이 막혀하면서 물 밖으로 나오자, 포로리가 숨이 막혔을 보노보노를 따라서 표현해 준다. 무서웠을 보노보노에 대한 깊은 공감의 표현이라고 해석할 수 있다. 또한 포로리는 가슴형으로 상징에 관심이 있는데 그것은 상징이나 현상이 의미하는 바에 관심이 크다는 뜻이다.

(4) 상황파악 : 직관적, 감정적, 타인관심

포로리는 상황을 직관적이고 감정적으로 파악한다. 그러다보니 논리나 근거가 부족하고 설명하는 데 시간이 오래 걸린다. 자신이 알고 있는 것에 대해 친구에게 이해시키는 것이 어렵다. 특히 상황을 파악할 때 주로 초점을 두는 것은 사람이다. 7화에서 보노보노가 저 멀리 들리는 소리에 대해 나쁜 아이 집어가는 귀신이네는 소리라고 하자 포로리는 갑자기 걱정에 휩싸여서 걱정강증 뒤며 어쩔 줄 모르는 모습을 보인다. 소리에 대해 보노보노처럼 생각하고 장부를 모아서 상황을 파악하려고 하지도 않고, 너부리처럼 직접 찾아가지도 않는다. 그저 그때 느껴지는 감정에 따라 직관적으로 상황을 파악하는 것이다.

(5) 의사결정 : 관여된 사람

의사를 결정할 때 그 일에 관여된 사람을 보고 결정한다. 그 결과 상태에 따라 결정이 달라질 수 있다. 보노보노가 자신만 집이 없다고 슬퍼하자 그 순간 포로리는 앞뒤 재지 않고 바로 같이 살자고 제안한다. 그러나 포로리는 높은 나무 위에 살기 때문에 보노보노와 같이 살 수 없다. 이런 점을 고려하지 않고 그저 친구인 보노보노가 슬퍼하기 때문에 같이 살기로 결정해 버리는 것이다.

어느 날, 거리에서 만난 한대의 피아노

거리의 피아노

한 대의 피아노가 길을 떠난다.

명동 한복판, 여의도 증권가, 바닷가와 시골 장터 등, 세상의 거리 곳곳을 찾아가 피아노는 로드무비의 주인공이 되어 다양한 해외님과 만남을 겪어낸다. 총 제작기간 1년, 전국 50여 개에 달하는 로케이션 피아노 간편을 스쳐가 이들이란 한여 명이 남는다.

한때 음악이 없으면 죽을 것 같았던 김진성씨(30)는 이제 연방 2억5천의 보형 왕이 되었다. 성공한 사업가가 되기 위해 음악을 버렸노라고 한다. 그의 꿈은 1초쯤 버는 것이다. 여의도 증권가 밤포장마차에서 술 취한 셀러리맨들은 자신들을 모두 피아노 학원에 보내고 있다. 그러나 누구도 아이가 피아노로 웰 치지는 모른다. 육망을 내려놓으면 피아노는 사적인 추억의 통로가 된다. 탐물공원의 강강술래가씨는 아들과 함께 불렀던 동요를 치며 울음을 터뜨린다. 이들은 자신보다 앞서 세상을 떠났다. 절을 때 그렇게 무겁게 들리던 리츠나노브프가 가볍게 들린다는 김민수(75)씨는 죽음을 바라보는 나이의 작별함을 말한다.

간편을 두드리는 이들에게 피아노는 자신들의 삶을 비추는 거울이 된다. 그리고 피아노 앞에 앉은 사람들은 자신만의 소박한 음악을 연주하며 마음속에 간직해 둔 목석한 삶의 진심을 꺼내 놓는다. 한 대의 피아노가 그려내는 친 개의 음악, 친 개의 삶 <거리의 피아노>는 피아노를 통해 오늘을 살아가는 우리 시대의 자화상을 그려낸다. 악기의 하나, 큰 공명 상자인데 85줄 이상의 강철선과 양자를 설치

하고, 건반과 발판으로 연주한다. 음역이 넓고 표현력이 풍부하다. 사자의 피아노에 대한 함목이다. 그런데 18세기 초에 만들어져 1900년대 신교사를 통해 이 땅에 첫 발을 들인 피아노란 악기가 우리 현대사에서 차지하는 지평은 바다보다. 그 현대사의 문화적 상징이자 추억인 피아노가 거리로 나선다.

여유 있는 문화의 상징 '피아노'

중년의 기저에게도, 노오란 피아노 기쁨을 들고 피아노 교실을 다니던 언니는 신망의 상징이었다. 그 언니가 흑백의 건반을 돌려 음악을 만드는 장면은 일찍이 보지 못한 피터지를 선사했다. 이후 내게도 그 기회가 주어졌을 때, 기계적 연습의 반복에 질리면서도 판타지 같은 연주의 아름다움을 놓을 수가 없었다.

하지만 그 시절 박물관은 작은 이층집에서 흘러나오는 피아노 소리는 광고 문구에도 같은 문장에서도 알 수 있듯이, 피아노는 당시 서민들로서는 부담하기 힘든 경제적 능력의 상징이었다. 즉, 피아노는 문화를 누릴 수 있는 여유, 필수품이 되었다. 나 역시 고학년 이 되어서 배우라 했지만, 사실은 매일 피아노 학원을 보내 줄 경제적 형편이 되지 못해서였다.

거리로 나선 피아노에 노인들은 멍쩍하니 앉았다. 차마 다가가지 못한다. 그리고 두란두란 아이기를 나눈다. 우리 아이가 피아노를 배우고 싶다고 했는데 달걀 열 일을 온전하게 살 수 없었던 그때 황편으로 꿈도 꾸지 못할 이야기였다고 한다. 그 반대편의 이야기도 있다. 월남에서 참전하고 중동에 가서 돈을 벌었던, 하지만 이젠



물러간 아버지는 구름마을 칠거 전 비닐하우스 구석에서 온갖 물건들을 떠받치며 걷고 있는 낡은 피아노를 버리지 못한다. 왜 피아노를 버리지 못하는 재직자의 질문에 아버지는 '미련'이라고 답한다. 딸들의 성화에 못 이겨 비싼 피아노를 무리해서 일부로 샀던 늙은 어머니는 이제 딸들조차 가져가지 않는 피아노를 집을 옮길 때가 되어서야 버린다.

피아노 키드의 탄생

피아노란 악을 구별 듯하게 연주하기 위해서는 오랜 기계적 연습 시간이 필요하다. 그래서 피아노가 발명된 18세기 이래, 집안에서 아이들의 피아노 소리를 듣기 위해 무수한 연주법이 쏟아져 나왔다. 우리나라 역시 예외가 아니다. 피아노가 문화적 여유와 상징으로 우리 사회에 등장하면서 피아노 학원은 호황을 누리기 시작하였다. 부모들은 자신의 여유를 피아노를 통해 증명하기 시작하였고, 그 여유를 누리지 못한 자식들은 포한이라도 풀 듯이 자신의 아이들에게 피아노를 가르쳤다. 그래서 언제인가부터 피아노는 초등학교 무렵 아이들이 거쳐 가야 할 필수 학원 코스 중 하나가 되어버렸다. 여의도 증권가 그곳에 피아노가 놓이자, 뜻밖에도 깨끗한 와이셔츠에 넥타이를 둘러 맨 남자들이 피아노를 친다. 그것도 제법, 비로 피아노 학원을 전전했던 세대이다. 거기서 만난 한 보형맨. 그는 한때 앨범까지 낸 친직 가수였지만 훗날 전 보형맨으로 이직했다. 장자는 시골에서 이었다는 그는 직을 목표로 보형맨으로 승승장구하고 있다. 이제는 악기를 만지 지 오래 되어 피아노 코드조차 헛갈리는 그 는 기타를 둘러싼 거리의 젊은이들을 보면 가슴이 아프다. 삶이 얼마나 박박한지를 경험해 본 사람만이 할 수 있는 이야기다. 그래서 그는 신업사원 교육에서 말한다. 대한민국에서의 삶은 담이 없다고.

거리의 피아노, 거리의 삶

거리로 나선 피아노에서는 펑펑한 현실도 엿볼 수 있다. 봉대를 감고 커피 찌꺼기가 긴 손톱으로 피아노를 연주하는 영웅의 젊은이, 한때 호를 전공했던 그녀는 어려우진 잠만 흥면 때문에 버리스티를 하 다 인대까지 늘어남 치에 놓여있다. 부모님이 마음 아파하길까봐 짐센션 호른조차 꺼내지 못한다는 그녀에게 피아노는 유보된, 아니 어쩌면 영영 조우하지 못할 꿈의 상징이다.

우리 사회로 쏟아져 들어온 조선족들의 집단거주지 가리봉동에서 만난 중년의 여인은 낯설게 그리면서도 애증의 대상으로 피아노를 대한다. 연변 방송국 PD로 오십평생 '선생님' 소리를 듣고 싶었던 그녀. 하지만 이전 사들의 어느 집 가시도우마로 날마다 피아노를 닦아야 한다. 뒤에도 뒤에도 닦은 티가 나지 않는 피아노가 그녀는 이 채 쉼다. 하지만 그 피아노를 닦아 모은 돈이 연변의 아파트 한 채이며, 과거의 흔적을 지운 채 오늘날도 아줌마로 살아간다. 거리로 나선 피아노를 통해 단 한 시간 만난 우리들의 삶은, 지난 1년간 거리로 나선 피아노를 통해 완성된 이야기이다. 한때 문화적 여유와 상징이었던 피아노는 이제 사는 사람보다 파는 사람이 더 많은 사회기에 접어들었다. 피아노 배달만 해도 먹고 살 수 있었던 중개상은 이제 낡은 피아노를 중국으로 옮기는 일을 한다. 공작 인을 가득 채운 허름한 피아노들, 그것은 마치 경제부흥기를 겪고 지지버린 우리들의 모습과도 같다.

피아노를 통해 산업 자본주의 시대를 살아왔던 우리 삶을 꿰뚫어 보 고자 했던 <거리의 피아노>, 그 시선은 끊임없이 올라 파지는 피아노 연주에 맞춘 자본주의 시대를 살아가는 우리들의 추제기도 같았다. 사정적이었지만, 결코 사가 숨겨지지 않는.

당신의 '혼밥' 레벨은?

아래의 테스트를 해보자. 당신의 혼밥(혼자서 밥 먹기) 레벨을 측정할 수 있다. 만약 레벨 9단계까지 도달했다면, 당신은 진정한 혼밥 강자다.

- 1단계 : 편의점에서 혼자라면 먹기
- 2단계 : 푸드코트에서 혼자 먹기
- 3단계 : 분식집에서 혼자 먹기
- 4단계 : 패스트푸드점에서 혼자 먹기
- 5단계 : 중국집, 냉면집에서 혼자 먹기
- 6단계 : 일식집이나 전문요리집에서 혼자 먹기
- 7단계 : 피자나 스파게티 등 패밀리 레스토랑에서 혼자 먹기
- 8단계 : 고깃집에서 혼자 먹기
- 9단계 : 술집에서 혼자 술 마시기

'혼밥'민의 매력이 있으니

그리고 혼밥에겐 혼밥민의 매력이 있다. 문화저널2에 따르면, 구인규직 포탈 일반분야 대학생 674명을 대상으로 실시한 설문 조사에서 대학생들은 혼밥을 하는 기근 큰 이유로 '편하고 익숙하기 때문'(83.9%)을 꼽았다. 낮은 비용(13.9%)과 시간 절약(12.3%)도 혼밥의 장점이다. 지난달 28일 방송된 MBC 다큐 스페셜 '지금 혼밥 하십니까?'에는 집에서 편하고 건강하게 혼밥을 즐기는 인기구의 사례가 등장하기도 한다.

'혼밥'을 즐기 위한 팁

- 직접 혼밥 레벨 1~9단계를 체험해 본 경남도민일보 기자는 2월 26일 기사에 혼자 밥 잘 먹는 법을 소개했다. 아래는 기사 내용을 요약한 팁이다. 혼밥족이라면 참고해도 좋겠다. 더불어 자신만의 '혼밥 즐기기 팁'이 있다면 댓글을 통해 허핑턴포스트코리아에 제보해주길 바란다.
- 한식을 먹을 경우 일명 피크 시킨다는 피하라.
- 늦 12시를 기준으로, 20분 정도 미리 움직이면 주인공 눈치를 볼 필요 없다.
- 저녁시간에는 식당 대부분이 술집으로 변하니, 차라리 집에 서식하려는 게 훨씬 마음이 편하다.
- 인기구는 피스타 집이 오히려 혼밥하기 좋을 수 있다.



지금 혼밥하십니까?

혼자라는 즐거움, 혼밥을 추천합니다.

혼자서 밥 먹는 것 그것은 더 이상 부끄러운 일이 아니다. 인기구가 급증하는 시대에, 지극히 자연스러운 현상 아니겠는가. 주간경향의 22일 온라인판 보도에 따르면 2014년 현재 인기구 수는 약 488만 기구로 전체 기구 4분의 1을 남긴 것으로 조사됐다. 2000년 15.6%였던 인기구 비중은 점차 늘어나 2035년에는 34.3%까지 높아질 것이라는 예측도 나왔다. 인기구 비율이 30%를 넘고, 특히 수도 도쿄의 인기구 비율은 42.5%에 달하는 일본의 추세를 뛰어가는 실정이다.

한국에너지그림교육연구소 검사도구 및 출판도서를 소개합니다.

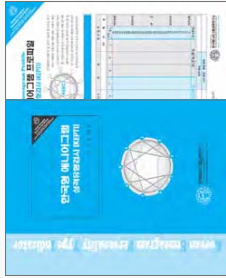
구매문의 02)3446-3165

※ PDF 파일을 다운받아 도서 표지를 클릭하시면, 보다 상세한 도서 정보를 확인할 수 있습니다.

검사도구



KEPSTI 한국형에너지그림 간판상각유형검사서



KEPPI 한국형에너지그림 상각유형검사서



KEPPI-J 한국형에너지그림 상각유형검사서 청소년용



KEPPI-CLS 한국형에너지그림 진로 및 학습유형검사서



KEPPI-C 한국형에너지그림 이등용 상각유형검사서



KEPPI-Y 한국형에너지그림 2면상각유형검사서 이등용 청소년용



KEPSTI 한국형에너지그림 상각유형검사서

출판도서



에너지그림 영상 가이드



에너지그림 지능 가이드



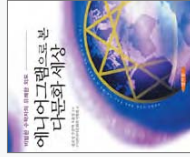
에너지그림 실제 가이드



에너지그림과 함께 영혼잠재력 발견하기



에너지그림 상각유형 가이드



에너지그림으로 본 다문화 세상



상공자인 자녀양육을 위한 9가지 성격



에너지그림의 이해



에너지그림 2



에너지그림과 돈 : 두라움에서 사랑까지



에너지그림을 통한 지혜러리더십



에너지그림의 깨달음



정답자능과 변명을 위한 9가지 설계원리



행심에너그램 가이드



필수 에너지그림



영화로 배우는 심리학개론



한국형에너지그림 사례집



변화하는 사회 속에서의 자기효능감

한국에너지그림교육연구소 검사도구 및 출판도서를 소개합니다.

구매문의 02)3446-3165

※ PDF 파일을 다운받아 도서 표지를 클릭하시면, 보다 상세한 도서 정보를 확인할 수 있습니다.

더 많은 도서 확인하려면 가세요

위 검사서는 한국에너지그림교육연구소에서 판매하고 있으며 한국형에너지그림 단계 이상 수강자에 한해 홈페이지 및 전화로 구매할 수 있습니다.

한국에너지그림교육연구소
Korean Enneagram Education Center

서울특별시 금천구 가산동 60-19 S.테크노빌 116호
TEL. 02)8446-3165 FAX. 02)515-6784 Email. help@keneagram.com



시도

장르 드라마 **개봉예정일** 2015.09.16 **개봉** **출연** 유이인, 송강호, 문근영

줄거리 "절하지, 자신이 잘 해야 아버지가 산다" 재위기간 내내 왕위계승 정통성 논란에 시달린 영조는 학문과 예법에 있어 완벽한 왕이 되기 위해 끊임 없는 노력을 기울인다. 뒤늦게 얻은 귀한 아들 세자빈은 모두에게 인정받지는 않기 되길 바랐지만 기대와 달리 어긋나는 세자에게 실망하게 된다. "인제부터 나를 세자로 생각하고, 또 자신으로 생각해서!"

어린 시절 남다른 총명함으로 아버지 영조의 기쁨이 된 아들, 아버지와 달리 예술과 무예에 뛰어났고 자유분방한 기질을 지닌 사도는 영조의 바람대로 완벽한 세자가 되고 싶었지만 자신의 진심을 몰라주고 다그치지만 하는 아버지를 점점 원망하게 된다. 왕과 세자로 만나 아버지와 아들의 연을 잊지 못 한 운명, 역사상 가장 비극적인 가족사가 시작된다.

에버랜드 가을축제 할로윈&호러 나이트

일시 2015.09.04 ~ 11.01
장소 경기도 용인시 처인구 포곡읍 진대리 30
입장료 에버랜드 이용권 구입
행사소개 에버랜드는 9월 4일부터 11월 1일까지 59일간 가을 대표 축제 할로윈 & 호러나이트(Halloween & Horror Nights)를 개최한다. 올해 할로윈 축제는 고개 개중빌로 다양한 컨테츠를 준비한 것이 특징이다. 청은층을 위해서는 코스튬 플레이(costume play), 사파리, 플래시몹 등 다양한 분야에 재미를 집중해 더욱 강력해진 호러테이먼트 컨테츠를 선보이고, 온 가족이 함께 즐길 수 있는 할로윈 키즈퍼티, 3D 맵핑쇼, 퍼레이드 등 컨테츠를 강화했다.

에버랜드는 지난 해 할로윈 축제 때 처음 선보여 좋은 반응을 얻었던 좀비 분장 체험을 올해 의상 대여까지 확대했다. 축제 오전요일인 4일부터 운영되는 미담좀비 분장살롱에서는 분장 전문가가 직접 좀비 메이크업을 해주고, 드라큘라, 마녀, 호박유령 등 15종 200여 점의 귀신 의상을 빌릴 수 있어 좀비로 완벽 변신할 채 실감나게 할로윈 축제를 즐길 수 있다. 미담좀비 분장살롱은 티니스프레스 옆에 있는데, 좀비 분장 강도에 따라, 만원~10만원까지 다양한 상품이 구성돼 있으며 귀신 의상은 종류에 따라 하루 만원~만원천원의 대어료가 있다. 또한 티니스프레스 옆 오픈하우스 광장에는 대형 공동묘지 테마의 좀비 그라운드 체험존이 올해 새롭게 마련돼 손님들은 거대한 무덤을 배경으로 다양한 호러 사진을 담아낼 수 있고, 3D포토 촬영도 체험해볼 수 있다.

도서 소개



에너그램과 함께 영혼잠재력 발견하기

에너그램이란 사람들이 느끼고 생각하는 행동 유형을 9가지로 분류하고, 이중 하나의 유형을 타고난다는 행동과학적 용어이다. '에너그램과 함께 영혼잠재력 발견하기'는 에너그램의 유형을 통해 잠재력을 발휘할 수 있도록 안내하는 책이다.

후버시의 마음건강 강연시리즈

정신과 의사 강영학 박사, CEO로서 30년 동안의 임상 경험과 10년 동안의 경영 경험을 총 정리한 인문계학, 자기계발을 위한 종합산문서입니다. 구성품은 다음과 같습니다.

1. **외이 엠 아이?**
자기이해 : 나의 생물적, 심리적, 사회적, 영적 정체성에 관한 강연
2. **힐링 스토레스**
스트레스 관리 : 몸과 마음과 영혼을 다스리는 토털힐링에 관한 강연
3. **관계 방정식**
인간관계의 해법 : 나사랑, 남사랑, 남사랑에 이르는 길에 관한 강연
4. **변화의 신**
변화와 혁신 : 내 안에 잠든 신력을 깨우기에 관한 강연
5. **신체의 힘장**
행동경제학 : 무엇이 올바른 선택과 결정인가에 관한 강연

제15회 구리 코스모스축제

일시 2015.10.09 ~ 10.11
장소 구리한강시민공원(구리시 토평동 883-2)
코스모스 꽃 개화문의 : 031-650-2047(공민복지과)
코스모스 축제문의 : 031-650-2065(문화예술과)
행사소개 매년 9~10월이 되면 코스모스 만발한 아름다운 구리한강시민공원에서 구리 코스모스축제가 개최된다. 실랑가리는 코스모스가 강변을 따라 끝없이 피어 있으니 그 길 따라 신천을 해도 좋고, 자전거를 타며 시원한 강바람을 즐길 수도 있다. 3일간 개최되는 축제는 관내 모든 시민을 비롯한 수도권 지역에서 약3000명의 관람객이 다녀가는 명실상부한 수도권 지역축제로 자리잡아가고 있다.

2015 제4회 대한민국 교육기부행복박람회



2015년 9월 17일~20일 4일간, 일산 킨텍스 제2전시장 1호A·B·3층에서 진행된 2015 제4회 대한민국 교육기부행복박람회에 본 연구소가 참여하며 한국행에너지그림 교육기부와 장학유형김사를 진행하였다.

에너지그림 상담실제



2015년 9월 19일 10시부터 18시까지 8시간 동안 한국에너지그림교육연구소에서 이지영 전임교수의 지도 하에 에너지그림 상담실제 과정을 진행하였다. 본 과정은 전문상담사 및 청소년진문가 자격취득 및 자격인증을 위한 필수과정으로 매월 1차례 진행된다. 2015년 인정은 10월 16일(금), 11월 22일(일), 12월 19일(토)이 남아있다.

홍성교육지원청 학부모지원센터 학부모교육



2015년 9월 17일 10시부터 12시까지 2시간 동안 홍성교육지원청 학부모지원센터에서 박원경 전임교수의 지도 하에 자녀의 학습과 진로를 고민하는 학부모를 위해 자녀와의 행복한 대화 교육을 진행하였다.

사) 한국전인상담문화원 MOU



2015년 9월 11일 본연구소는, 상담을 통한 자녀아이의 만남, 그리고 '성장', 훈(誨) 상담을 통하여 건강한 개인, 건강한 가정, 건강한 사회를 만들어가는 <사)한국전인상담문화원(OCCO)>과 건강 한 사회의 건설 및 국가 발전에 필요한 건강한 개인과 가정의 행보를 위한 상담 및 심리서비스, 교육 체계의 연계성을 강화하고, 상호협력 할 것을 협의 하였다.

2015교육기부행복박람회 대학생 자원봉사자 교육



2015년 9월 5일 황은신 전임교수의 지도하에 9월 17~20일 일산 킨텍스 제2전시장 1호A·B·2층A, 3층에서 개최한 2015교육기부행복박람회에 자원봉사자로 활동하는 대학생들을 대상으로 한국행에너지그림 교육을 진행하였다. 교육부 신화 한국과학 교의재단에서 주관하는 <2015년 제4회 대한민국 교육기부 행복박람회>의 퍼드너로서 박람회 참가자들에게 대상으로 한 <한국행에너지그림장학유형김사>의 질서에 관련된 가부를 제공한다.

한국행에너지그림 전문강사훈련 1단계



2015년 9월 5일 한국에너지그림교육연구소에서 박원경 전임교수의 지도 하에 한국행에너지그림 전문강사훈련 1단계를 진행하였다. 전문강사훈련 1단계에서는 한국행에너지그림 1단계 강의를 위한 수퍼비전을 제공하며, 단계교육에 대한 중요한 사항을 실습을 통해 알아간다.

충청남도 홍성교육청 MOU



2015년 9월 10일 홍성교육지원청 중회의실에서 충청남도 홍성교육지원청과 한국에너지그림교육연구소, 청소년리더십진로교육센터 간 공동협약식을 진행했다. 홍성교육지원청의 조인복 교육감과 한국에너지그림교육연구소의 윤은성 회장은 건강한 개인과 가정 지원에 대한 상호 협력을 통해 두 기관을 더욱 발전시켜 나가기 위해 동반성장을 위한 협약을 체결했다.

한국행에너지그림 도구워크숍



2015년 9월 12일 한국에너지그림교육연구소에서 이도경 전임교수의 지도 하에 한국행에너지그림 도구워크숍을 진행하였다. 도구워크숍은 본 연구소에서 발간된 교육도구(작업카드, 배스터디 게임 등)를 중심으로 도구 활용방법을 습득하고, 진로 및 학습 유형감사지를 통해 자신의 유형과 진로를 찾고, 도구를 사용해 진로에 대한 뚜렷한 방향을 제시하는 방법을 교육하고 있다.

에너지그림 힐링 프로그램 연구개발 회의



2015년 9월 11일 에너지그림 힐링 프로그램을 위한 연구개발을 위하여 회의가 있었다. 윤은성 회장을 비롯한 공동 개발자인 조주영 교수, 그리고 김세현박 국장, 박원경, 지미진 전임교수가 함께 하였다. 에너지그림 힐링 프로그램의 구조화와 프로그램 세부내용등을 회의하며 더욱 프로그램이 탄탄해지는 시간이 되었다. 10월 9일~10일 에너지그림 힐링 프로그램에 진행될 예정이다.

드림잡고 진로교육연구회 한국행에너지그림 교육



2015년 9월 1일 드림잡고 진로교육연구회에서 이도경 전임교수의 지도 하에 한국행에너지그림 1단계 교육 및 도구워크숍을 진행하였다. 교사들은 대 상으로 진행된 본 워크숍은, 한국행에너지그림을 통해 자신의 유형을 탐색하고, 타인을 이해함으로써 유형에 대한 이해를 넓힐 수 있도록 돕는 과정이다. 도구의 다양한 활용방법을 통해 학생들에게 꿈과 미래를 보여줄기 기대한다.

사단법인 한국전인상담문화원 에너지그림 교육



2015년 9월 5~6일 경기대학교에서 사단법인 한국전인상담문화원 경찰리사단장사님 대상자 에게 윤척성 전임교수의 지도 하에 한국행에너지그림 일방강사과정을 진행하였다. 심리상담분야에서 한국행에너지그림이 다양한 방법으로 활용 및 활성화될 수 있기를 기대한다.

1기 전문강사 김희정 발간



한국에너지그림교육연구소 1기 전문강사이자 한국에너지그림학회 이사인 김희정 박사가 이혼위기를 극복한 사람들의 이야기 책을 발간했다. 저자는 직접 상담한 분들의 동의를 얻어 이혼 신청의 구체적인 원인을 분석하고 그림평 함은 물론 이혼신청을 철회하게 된 상담 과정을 세세하게 정리함으로써 결혼 생활을 되돌아보는 계기를 제공한다고 설명했다.

이후 일정은 한국에너그램교육연구소 홈페이지에서 확인 가능합니다

www.kenneagram.com

SUN

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

10

OCTOBER 2015

27

28

29

30

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

*코칭
10:00-18:00 / 서울교육장
이지영 전임교수

*2단계
09:00-19:00 / 서울교육장
황임란 전임교수

*2단계
09:00-19:00 / 서울교육장
지미신 전임교수

*대구통합과정
09:00-19:00 / 서울교육장
박현경 전임교수

*인천통합과정
09:00-19:00 / 서울교육장
이도경 전임교수

*에너그램 힐링
10:00-18:00 / 서울교육장
조주영 전임교수

*에너그램 힐링
10:00-18:00 / 서울교육장
조주영 전임교수

*1단계
09:00-19:00 / 서울교육장
황임란 전임교수

*2단계
09:00-19:00 / 서울교육장
소희정 전임교수

*3단계
09:00-19:00 / 서울교육장
조주영 전임교수

*단기심재
10:00-18:00 / 서울교육장
이지영 전임교수

*4단계
1박 2일 /
천안 국립중앙청소년수련원

*코칭
10:00-18:00 / 서울교육장
이지영 전임교수

*4단계
1박 2일 /
천안 국립중앙청소년수련원

*1단계
09:00-19:00 / 서울교육장
김정희 전임교수

*대구통합과정
09:00-19:00 / 서울교육장
김정진 전임교수

*인천통합과정
09:00-19:00 / 서울교육장
이지영 전임교수

*가족상담
10:00-18:00 / 서울교육장
김명수, 류정자 전임교수

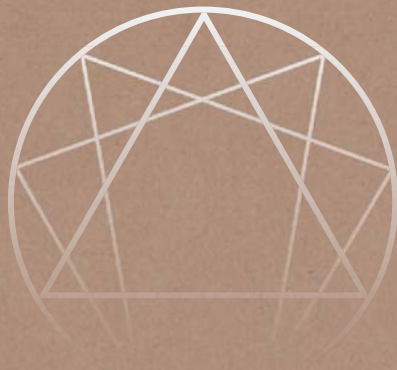
*김서지 교육
14:00-17:00 / 서울교육장
황은신 전임교수

*가족상담
10:00-18:00 / 서울교육장
김명수, 류정자 전임교수

*가족상담
10:00-18:00 / 서울교육장
김명수, 류정자 전임교수

*가족상담
10:00-18:00 / 서울교육장
김명수, 류정자 전임교수

*가족상담
10:00-18:00 / 서울교육장
김명수, 류정자 전임교수



ISSN 2288-2251
등록번호 : 금천 라 00139호
2015년 9월 25일~2015년 10월 24일
편집기획 및 디자인 : 류재현

발행인 · 편집인 : 윤운성
기사제보 : 02-3446-3165 / FAX : 02-515-6784
인쇄 : 한국에너지그림교육연구소
편집위원 : 김새한별, 김은비, 김성주, 안신영, 김경은, 윤완진

'월간 나눔과 힐링'은 매월 25일에 발간하여 한국형에너지그림의 소식과 학술단체 및 복지단체의 소식을 전하는 통합 매거진입니다.