



닥터 윤
심리상담발달센터

성심인성연구원

한국형에니어그램이 만들어 가는 상담 복지 교육매거진

월간

나눔과 힐링

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

www.kenneagram.com

ISSN 2288-2251

등록번호 : 금천 라 00139호

제 38 호

2016년 6월 25일~2016년 7월 24일

발행인 · 편집인 : 윤운성

기사제보 : 02-3446-3165 / FAX : 02-515-6784

인쇄 : 한국에니어그램교육연구소

blog.naver.com/kenneagram



C · O · N · T · E · N · T · S

<ul style="list-style-type: none"> • 시를 통한 힐링 나와 나, 나와 너의 연결됨 - Virginia Sair 	03	<ul style="list-style-type: none"> • 애니그람과 영화 나를 찾아 떠나는 영화여행 (어린왕자) 편 	17
<ul style="list-style-type: none"> • 책 읽어주는 상담가 박현경 진암교수 (오이디푸스 콤플렉스) 	05	<ul style="list-style-type: none"> • 애니그람과 여행 상하이 도시 탐구 	19
<ul style="list-style-type: none"> • 사단법인 상심안성연구원 · 국제학술대회 · 감성포장상리상담사 · 솔리언또래상담사 	07	<ul style="list-style-type: none"> • 애니어릿지도 상하이에서 즐기는 소소한 이침시사 	21
<ul style="list-style-type: none"> • 애니그람과 성장프로그람 애니그람과 함께 영혼강제라 발견하기 (9면 유형의 영혼강제라) 	09	<ul style="list-style-type: none"> • 책 · 교양도구 소개 감사도구 및 교양도구 소개 	23
<ul style="list-style-type: none"> • 애니그람 복카페 신성한 사교의 애니그람 (7면 유형) 	11	<ul style="list-style-type: none"> • 문화소식 연극, 영화, 콘서트 등 이달의 문화소식 	25
<ul style="list-style-type: none"> • 애니그람과 웹민 한국형애니그람 4기 전문강사 이후경 (스타입 성격극복) 	13	<ul style="list-style-type: none"> • 연구소 소식 및 회원동정 연구소상생센터소식, 회원 및 전문강사 동향 	27
<ul style="list-style-type: none"> • 애니그람으로 보는 세상 9면 유형의 원만한 관계를 위한 사례 	15	<ul style="list-style-type: none"> • 연구소 소식 및 회원동정 한국애니그람교육연구소 7월 교육일정 	29



한국형애니그람이 만들어 가는 상담 · 복지 · 교육 매거진

한국애니그람교육연구소 www.kenneagram.com
 서울특별시 금천구 가산동 60-19 SJ테크노빌 1116호 한국애니그람교육연구소
 TEL. 02) 3446-3865 | FAX. 02) 515-6784 | Email. help@kenneagram.com



나와 나, 나와 너의 연결됨

Virginia Satir



자신의 몸의 모든 부분과 친밀한 관계를 갖도록 하십시오.

마음이 원하는 대로 하고 싶은 일을 하시고,
자유롭고 창의적으로 원하시는 일을 찾으시기 바랍니다.

그것은 과거에 일어난 일일 수도 있고
우리가 과거에 최선을 다한 일일 수도 있습니다.

그러한 것들은 우리가 가장 잘 알고 있는 것이며
우리의 의식 속에서 가장 익숙한 것입니다.

우리가 자신에 대해 좀 더 알아가함에 따라
우리의 의식도 좀 더 깨어지고,
또한 우리 자신과도 좀 더 연결됩니다.

우리가 우리 자신과 연결될 때,
다른 사람과도 연결될 수 있습니다.



책 읽어주는 상담가 오디푸스 콤플렉스 신화와 심리학

프로이드의 오디푸스 콤플렉스는 신화 저본에 걸린 인간 내면의 깊고 잔재적이고 창의적인 프로이드의 통찰에서 비롯됩니다. 프로이드가 이 신화를 통해서 시사하는 의미를 보다 상식적이고 심층적으로 살펴보면 4세 아동의 내면세계를 이해하고, 그 전에 오디푸스 신화에 대한 자세한 이해가 필요합니다.

클 박헌경
서남병원성형외과연구원 창의성(신)동분담소장
덕터문상담심리상담센터 센터장
한국에비이그래프교육연구소 전임교수

이것이 프로이드가 이야기한 오디푸스 콤플렉스의 신화적 근원입니다. 우리 안에 있는 태배의 부모와 포린토스 부모, 사실 우리는 이 신화를 보면서 오디푸스에게 무슨 죄가 있어야 그토록 처참한 고통을 받아야 했는지 의문하게 될 것입니다. 물론 그는 성격이 급하고 결과 함부로 길을 휘둘러 결과적으로 자신의 아버지를 살해했습니다. 또 어머니와의 사이에서 아이를 낳은 생각하기도 힘든 죄악을 저질렀습니다. 그러나 그가 페탈의 운명 에 놓이게 된 것은 전적으로 어머니 자신의 아버지를 라이오스 왕의 죄가 그에게 대수되었을 뿐입니다. 오디푸스는 아무것도 모르고 태어났고 아무것도 모른 채 그의 기혹한 운명에 놓이게 되었습니다. 프로이드가 오디푸스 콤플렉스를 통해 이야기하고자 한 것은 이러 한 운명에 놓인 3~5세 경의 생물학 적인 존재인 아동의 발달과정의 복잡하고도 설명하기 어려운 복합적인 심리상태를 이야기하고자 한 것입니다. 정상적 지배(테이네아 ~2개월)를 거쳐 공생기(2~6개월), 분리와 개별화(6~24개월)를 경험 하고 대상형성(24~36개월)을 성 공적으로 마친 아동들은 어른과 남자와 여자를 구별하고 아버지도 좋고 어머니도 좋은 대상으로 여 게 것입니다. 즉 나를 사랑해주고 인정해주며, 잘 양육해주는 코린 토스의 부모 같은 양육자와, 무 리 때로는 아둔하고, 기축이고, 무 이해하며, 욕구를 좌절시키는 부 장적인 양육자의 모습인 태배의 부 모와 같은 양기적인 부모상이 오디 푸스 시기의 아동 안에 공존하는

것입니다. 이 시기에 남아가 가진 어머니에 대한 애정, 욕망으로 경 제할 것이라든가 세물인(castration anxiety)에 대한 해석도 혁신적으 로 생각해 보아야 합니다. 자신의 욕구를 좌절시키고 분화된 심세한 감정을 이해해주시 못하고 끊임없이 좌절시키는 부모, 나와 대상, 환경에 대한 질문에 성실히 답변해주고, 호 기심을 충족시켜주지 못하는 무관 심하거나 아둔한 부모, 실수나 좌절했을 때 자존감을 세우주기 보다는 수치심과 좌절감을 키워주는 부모를 통해 아동들이 기가 죽어버 리는 상태, 즉 심리적 거세로 해석 하는 것이 이 시기의 아동을 이해 하는데 도움이 될 것입니다. 그래서 굳이 이 시기에 예외와 남아의 경우 를 구분하기보다는 이 시기에 느낄

수 있는 아동의 발달단계상의 전체 적인 심리 상태를 이해하는 것이 더 중요하리라 생각합니다. 나를 살리기도 하고 나를 죽이기도 하는 부모, 엄마, 아빠가 너무 좋으면 엄마가 아빠 보다 낫다 좋아할 것이 라는 생각이나, 때로는 엄마를 더 좋 아하는 아빠와 아빠의 사랑을 앓고 싶지 않은 복잡하고 불안하고, 답 당한 심리상태를 오디푸스 콤플 렉스라고 할 수 있습니다. 우리 안 의 대단한 남녀관계, 애착관계의 기 본들을 구성하는 경험들을 이 시기 에 하는 것입니다. 아들은 오디푸 스 콤플렉스를 포기 또는 극복하고 부모와 동일시하면서 사회적 존재 로서 진정한 가족으로서 자기 항 충과 애정, 욕구, 결핍을 통하여 사랑을 통해 사회인이 되는 경험을 하게 됩니다. 따라서 오디푸스 시기는 자기 역할, 자기 위치에 적응

하는 중요한 시기이며, 2차 관계엄 마와 나에서 3차 관계, 3차 관계엄 마와 나에 대해 가는 결정적인 시기인 것 입니다. 프로이드가 성인의 신경증 의 근원을 오디푸스시기로 보고 이 시기를 중요하게 여긴 것도 이 때문입니다. 그러므로 신화가 우리 에게 들려주는 지혜는 오디푸스 시기에 있는 자녀에게 부모가 얼마나 현명하게 행동하고 양육자로서의 선행적 역할을 하느냐가 중요하 다는 것입니다. 이 시기에 동이 수 없이 많이 분화한 감정과 사고들을 부모가 언어화 해주고 양기적이고 복합적인 감정들을 적절히 표현 해주고 인정해 주며, 적절한 욕구 충족과 적절한 욕구 결핍을 통하여 사랑을 통해 사회인이 되는 초차이의 형성과 다시 초차이를 극복하면서

자유로운 사람이 되도록 도와주 어야 합니다. 또한 오디푸스는 자기가 원하지 않는 운명에 놓이더라도 신을 탓하지 않고 나의 삶을 신 것은 나이므로 책임은 내가 질 수밖에 없다고 생각하고 스스로 눈을 찌르고 죽음의 신을 찾았습니다. 이처럼 우리 인간들 모두는 원하지 않는 부모, 적절하지 못한 양육 하에 자신의 운명이 놓이더라도 자신의 인생에 책임을 질 줄 알고 건강한 사회인으로 성장할 힘이 있는 가능성이 있는 존재이고, 긍정적인 존재로 봐야 하는 것도 오디푸스 콤플렉스의 시사점이라 생각합니다.

이것이 프로이드가 이야기한 오디푸스 콤플렉스의 신화적 근원입니다. 우리 안에 있는 태배의 부모와 포린토스 부모, 사실 우리는 이 신화를 보면서 오디푸스에게 무슨 죄가 있어야 그토록 처참한 고통을 받아야 했는지 의문하게 될 것입니다. 물론 그는 성격이 급하고 결과 함부로 길을 휘둘러 결과적으로 자신의 아버지를 살해했습니다. 또 어머니와의 사이에서 아이를 낳은 생각하기도 힘든 죄악을 저질렀습니다. 그러나 그가 페탈의 운명 에 놓이게 된 것은 전적으로 어머니 자신의 아버지를 라이오스 왕의 죄가 그에게 대수되었을 뿐입니다. 오디푸스는 아무것도 모르고 태어났고 아무것도 모른 채 그의 기혹한 운명에 놓이게 되었습니다. 프로이드가 오디푸스 콤플렉스를 통해 이야기하고자 한 것은 이러 한 운명에 놓인 3~5세 경의 생물학 적인 존재인 아동의 발달과정의 복잡하고도 설명하기 어려운 복합적인 심리상태를 이야기하고자 한 것입니다. 정상적 지배(테이네아 ~2개월)를 거쳐 공생기(2~6개월), 분리와 개별화(6~24개월)를 경험 하고 대상형성(24~36개월)을 성 공적으로 마친 아동들은 어른과 남자와 여자를 구별하고 아버지도 좋고 어머니도 좋은 대상으로 여 게 것입니다. 즉 나를 사랑해주고 인정해주며, 잘 양육해주는 코린 토스의 부모 같은 양육자와, 무 리 때로는 아둔하고, 기축이고, 무 이해하며, 욕구를 좌절시키는 부 장적인 양육자의 모습인 태배의 부 모와 같은 양기적인 부모상이 오디 푸스 시기의 아동 안에 공존하는

이것이 프로이드가 이야기한 오디푸스 콤플렉스의 신화적 근원입니다. 우리 안에 있는 태배의 부모와 포린토스 부모, 사실 우리는 이 신화를 보면서 오디푸스에게 무슨 죄가 있어야 그토록 처참한 고통을 받아야 했는지 의문하게 될 것입니다. 물론 그는 성격이 급하고 결과 함부로 길을 휘둘러 결과적으로 자신의 아버지를 살해했습니다. 또 어머니와의 사이에서 아이를 낳은 생각하기도 힘든 죄악을 저질렀습니다. 그러나 그가 페탈의 운명 에 놓이게 된 것은 전적으로 어머니 자신의 아버지를 라이오스 왕의 죄가 그에게 대수되었을 뿐입니다. 오디푸스는 아무것도 모르고 태어났고 아무것도 모른 채 그의 기혹한 운명에 놓이게 되었습니다. 프로이드가 오디푸스 콤플렉스를 통해 이야기하고자 한 것은 이러 한 운명에 놓인 3~5세 경의 생물학 적인 존재인 아동의 발달과정의 복잡하고도 설명하기 어려운 복합적인 심리상태를 이야기하고자 한 것입니다. 정상적 지배(테이네아 ~2개월)를 거쳐 공생기(2~6개월), 분리와 개별화(6~24개월)를 경험 하고 대상형성(24~36개월)을 성 공적으로 마친 아동들은 어른과 남자와 여자를 구별하고 아버지도 좋고 어머니도 좋은 대상으로 여 게 것입니다. 즉 나를 사랑해주고 인정해주며, 잘 양육해주는 코린 토스의 부모 같은 양육자와, 무 리 때로는 아둔하고, 기축이고, 무 이해하며, 욕구를 좌절시키는 부 장적인 양육자의 모습인 태배의 부 모와 같은 양기적인 부모상이 오디 푸스 시기의 아동 안에 공존하는

2016

에너그램 국제학술세미나

통합으로 가는 여행

WE ARE A SEEKERS AFTER TRUTH

2016. 6. 28 ~ 7. 1 중국 상하이

주최: 한국에너그램교육연구소 Korean Eneagram Education Center

주관: 닥터윤심리상담센터

이해 사진은 2008년 국제학술세미나 사진입니다.



감정코칭심리상담사 과정

2016년 7월 8~10일 (9:00-19:00)

감정코칭심리교육과정은 인간의 감정을 이해하고, 감정을 인지해 조절하는 능력을 키움으로써 인간 간의 행동을 바람직한 행동으로 이끄는 것이다. 이를 위해 성격유형별 핵심 감정을 다루고, 감정코칭의 5단계를 숙지하여 궁극적인 의사소통 방법을 학습하여, 건강하고 행복한 인간관계를 이루는데 있다.

- 지도자: 사단법인 성심인성연구원 및 한국에너그램교육연구소 전문교수진
- 수강료: 400,000원(교재 포함)
- 인문계외 국민은행 473-21-0614-001 윤운성 (입금 후 연락 요망)
- 장소: 사단법인 성심인성연구원 서울분원
- 문의: 한국에너그램교육연구소 02-3446-3165, help@kennegram.com



한국청소년상담복지개발원

2016 학교폭력 예방을 위한 또래상담 지도교사 기본교육

- 교육 일정** | 2016년 7월 15, 22일 **교육일** 10:00~17:00 (2일간 12시간, 5만원, 교재별도)
- 교육 대상** | 상담관련분야 및 청소년교육에 관심이 있는 분으로 ①, ②, ③, ④ **항 중 하나 이상의 자격을 충족한 자**
- ① 청소년관련기관 상담직 근무자
 - ② 상담관련학과 일반학사(4년제) 혹은 상담관련학과 석사 수료자
 - ③ 전문대 졸업이상이며 및 대만상담 208기 혹은 진단상담 40시간 이상 운영 경험자
 - ④ 초·중·고등학교 현직 교사
- 교육 장소** | 사단법인 성심인성연구원 서울 분원 (문의: 02-3446-3165) 인문캠퍼스 부영구 정제로 226(부개동 478-1) 2층 (등록전의 2번출구 5분거리)
- 교육 강사** | 김정희



온라인신청

한국청소년상담복지개발원 (http://www.kyci.or.kr) → 교육연수정보시스템 바로가기 → 회원가입 후 로그인 → 교육신청 → 지도교사정명서 → שלי언 또래상담지도사과정

* 공지사항

- 1) 총 교육시간의 90%이상 이수한 경우에만 수료증(한국청소년상담원장) 발급됩니다.
- 2) 이수 후 학교제 및 워드마크제등(매월반출) 및 שלי언 또래상담 지도교사참서 제공
- 3) 교육비는 환불되지 않으며 다음 기수로 이월됩니다. 단, 당일 위스는 안 됩니다.

9번 유형의 영혼잠재력

에니어그램과 함께 영혼잠재력 발견하기 (윤운성 역, 2015) 中 발췌

9번들은 직접적으로나 사회적으로 존경받는다. 때때로 권고나 비판을 받는다. 그러나 이들은 모든 종류의 갈등에 몰초리 들고, 감정적인 통에서 벗어나기 위해 수동적인 침묵으로 빠져든다. 이들은 일 측면에서는 신중하며 능력이 있고, 다른 사람들이 아주 어려워할 상황도 잘 다룰 수 있는 능력이 있다.

9번들은 자신의 에너지와 모두 사회적인 면에 세바리기 때문에 사회적인 세계는 감정적으로 우월적으로 영적으로 분리 되어 있기가 쉽다. 이들은 수동적이고 침묵하며 사람들과 잘 어울린다. 이들은 자신이 원치 않는 상황에 있기를 강요받 을 때 수동적인 공격성으로 폭발한다. 9번들은 혼란을 느끼면 그것을 피하려고 노력한다. 이들은 늘 마음이 초조함과 긴 안하기를 말한다.

강령	상당하다. 힘이 있다. 침울성이 있다. 부드럽다. 친절하다. 쉽게 동의되지 않는다. 겸손하다. 외교적이다. 허세를 부리지 않는다. 조화를 이룰 줄 안다. 판단하지 않는다.
단점	속을 드러내지 않는다. 의견을 직접적으로 표현하지 않는다. 쉽게 용서하지 않는다. 자신의 의견을 분명히 밝히지 않는다. 진중하지 않는다. 무지하다. 무관심하다. 태만하다. 자기만족에 빠져 있다. 재능이 많다. 수동적으로 공격한다. 자신을 잘 돌볼 줄 모른다.

체리리스트

- 당신이 9번이라면 이러한 것이다.
- 그렇게 하고 싶은 기분이 아닐 때에도 사람들에게 상냥하게 대한다.
- 사람들과 잘 지내며 다른 사람들에게 무조건 동의하는 것 같아 보여도 만약 의견이 다른면 그것을 내세우지 않고 혼자서 자신이 원하는 것을 한다.
- 어느 소수의 사람들에게만 자신의 진심을 내보낸다.
- 열심히 일하지만 즐거움과 휴식을 위해 충분한 시간을 남겨둔다.
- 싸우거나 논쟁하거나 자신을 방어하는 것을 좋아하지 않는다.
- 일반적인 경우의 경쟁심을 잘 억제하지만 스포츠나 게임을 할 때는 그렇지 않다.
- 일반적인 계획표에 따라 사는 것을 좋아하며 계획이나 일정이 바뀌면 짜증이 난다.
- 특별한 일이 없을 때는 집에 틀어박혀 있다.
- 갈등이 있거나 일이 잘못되었을 때는 "그것은 중요한 것이 아니야" 혹은 "큰 문제가 아니야"라고 생각하고 그것을 무시하려고 한다.
- 과거에 믿음, 신념, 일을 오래 기어오르고 있으며 해결되지 않은 감정에 묶여 있음으로써 다른 사람들이 당신을 존중하지 않는다고 믿는 경향이 있다.
- 자신이 좋은 평판과 존경을 받고 있다고 여겨질 때 가장 기분이 좋다.
- 외부 활동을 즐기며 자연 속에서 자유와 평화를 얻는다.

내면에서는 무슨 일이 일어날까?

9번들은 행동 중심을 통해서 세상을 보고 해석하지만 자신이 받아들인 정보를 처리할 때는 행동 중심을 사용하지 않는다. 이들의 선호된 중심인 행동 중심은 활동, 결단, 자신을 보호하는 것에만 집중한다. 이들이 정보를 처리할 때는 사고 지능과 감정 대응으로 삶을 이해한다. 이것은 이들이 정보를 내면화함에 있어 자신의 해석에 지나치게 큰 가치를 부여하지만 그 정보에 대해 어떤 행동을 취하는 것에 대한 가치는 무시한다는 것을 의미한다. 그래서 책임 없이 행동하지 않게 되면 결단력은 고집으로 변하고 자신의 입장을 지키는 것이 가장 중요한 일이 된다. 이들은 자신의 인간을 지키고 생각과 감정에 대해 속고 하며 그것을 혼자서 간직하는 것으로 삶에 기꺼웁으로 반응한다.

핵심적인 강점

9번들의 리더십 스타일은 안정적이며 조화롭다. 이들은 팀원들이 자신의 역할이 무엇인지 명확하게 알도록 해서 공동의 목표를 위해 자신의 책임을 다하도록 한다.

- 공정한 태도로 모든 사람의 의견을 듣고 이해할 수 있다.
- 다양한 사람들과 잘 어울릴 수 있는 능력, 친절함, 따뜻함을 가지고 있어서 사람들의 신뢰를 얻는다.
- 뛰어난 중재능력을 가지고 있어서 어려운 상황 속에서도 조화와 해결을 이끌어낼 수 있다.
- 직장에서의 문제에 대해 다른 사람들이 공감할 수 있는 해결책을 찾을 수 있는 능력이 일에서 책임감이 있고 인정적이고 열심히 일하기 때문에 사람들의 존경을 얻는다.

잠재적인 약점

- 평화로움을 유지하려는 욕구를 가지고 있어서 자신의 입장을 내세우고 주장을 해야 할 때 그렇게 하지 못한다.
- 다른 사람에게 너무 쉽게 동화되기 때문에 자신의 욕구를 표현하는 것을 잊어버린다.
- 다른 사람들과 부딪히지 않으려 하기 때문에 스스로를 존중하는 마음을 재버리거나 자신이 가장 가치 있다고 여기는 것에 대해 타협할 수 있다.
- 자신에게 필요한 것을 잘 알지 못하기 때문에 신체적, 감정적, 지적, 영적으로 자신을 잘 돌보지 못할 수 있다.
- 자신의 욕구나 욕망에 대해 말하지 않고 있다거나 이런 상태가 오래 지속되면 수동적인 공격의 방식으로 상대방에게 분노를 표현한다.
- 목표의식이 부족하기 때문에 중요한 일을 하지 않고 중요치 않은 일을 할 수도 있다.

인간관계에 원인이 하고 영적 활력을 되찾는 방법

- 자신의 입장을 분명히 밝힌다. 그리고 필요하면 나중에 바뀌어라.
- 차트를 만들거나, 일에는 자신이 흥미로워하는 일과 해야 할 일들을 적어라. 그리고 오른쪽은 세 가지로 나누어 "3개월 후에 어떤 일을 할 목표", "6개월 후에 어떤 일을 할 목표" 라고 적고, 각각의 칸을 채운다.
- 당신의 목표를 점검해볼 사람을 찾아라. 정기적으로 만나서 당신이 진행하는 상황을 평가해줄 수 있다.
- 해결되지 않은 내면의 분노를 명확히 인식하라. 얼마나 치유할 수 있는 방법과 해결을 찾고 놓아버려라.
- "주변 사람들에게 내가 그들을 사랑하고 있으며 그들이 내게 매우 중요하다는 것을 알릴 수 있는 방법이 무엇일까?"를 스스로에게 물어보십시오. 당신에게 의미 있는 사람들과 어떻게 관계 맺을지를 잘 생각해보라.
- 당신은 자적인 활동이나 예술적인 활동을 할 때 남들에게 그것을 드러내지 않으려는 경향이 있다. 보다 적극적으로 열정적으로 이런 것들을 추구하라.
- 당신의 삶과 직 주변에 필요한 실제적인 일들이 무엇인지 잘 살펴라. 해달라고 하기 전에 그 일들을 하라.
- 당신의 배우자나 당신에게 중요한 사람들과 어떤 부분에서 친해성이 서로 뒤섞여 있는지 살펴라. 이 부분에서 당신의 독특한 강점을 분명히 할 수 있는 방법을 찾아라.

9번이 스스로에게야 할 질문들

1. 내가 필요한 것을 직접적으로 말하지 않으므로써 나 자신과 인간관계에 상처를 입히는 일까지 방식은 무엇인가?
2. 나는 어떤 방식으로 나 자신을 무시하고 평가 절하하는가? 어떤 행동 때문에 무엇을 얻으며 어떤 고통을 겪는가?
3. 내 삶을 향상시킬 수 있는 것을 하지 않으므로써 내가 잃는 것은 무엇인가?
4. 나를 앞으로 나아가지 못하게 하는 분노는 무엇인가? 이 분노를 놓아버리는 데 도움이 될 것이라고 믿고자한 해결책 세 가지는 무엇인가?
5. 사회적 삶에서 내가 피하고 있는 일들은 무엇인가? 그 일을 피한다면 내 삶과 인간관계가 어떻게 개선될 수 있을까?
6. 상대방을 통제하기 위해 어떻게 침묵을 사용하는가? 내가 이것을 끊임없이 사용하는 이유는 무엇인가? 이런 행동을 통해서 내가 얻거나 잃게 되는 마지막 가치는 무엇인가?
7. 억압된 행동 차등을 일깨우기 위해 매일 내가 하기로 결정할 수 있는 것은 무엇인가?

신성한 사고의 에니어그램

7번 유형 : 신성한 계획

한심은 극히 현재로서 경험되는 순간의 연속들로 존재하며, 우주의 끊임없는 전개 경험되는 현재 존재함을 통해서만 자각된다. 현재에 일함을 통해서만이 진정한 일이 이루어지고 진정한 결과물이 이루어진다.

에니어그램 7번 유형의 신성한 사고는 신성한 지혜, 신성한 일, 또는 신성한 계획이다. 신성한 계획은 다른 신성한 사고들과 같이 자신과 현실을 전체로서 경험하는 어떤 방법이다. 만약 당신이 7번적 믿음을 가지고 있으며 존재하는 종이려면 진화와 발전하는 변화가 있고, 그리고 이러한 진화와 변화는 구체적인 설계가 있다는 것을 깨닫게 된다.

진개되는 설계

이 진개는 어떤 설계 또는 인간들에게 적용되는 설계에 의해 발생한다. 이 설계는 신성한 계획 혹은 신성한 일이라 불린다. 어떤 구체적인 표면적 설계가 있다는 차원에서 그것은 신성한 계획이다. 그 계획은 우주의 질자 혹은 대우주와 같은 것으로서 우주 속에서 자신을 복제한다. 신성한 일은 그 자체로 실재적인 진화이자, 실재적인 변형이므로, 그것을 통해 한 단계에서 다음 단계로 한 시가에서 다음 시기로 진화하며, 어떤 방향으로 나아가는 설계적인 변형이 있음을 보게 된다.

이 설계와 이 변형의 과정을 감지하는 것은 신성한 지혜로서, 신성한 일 또는 신성한 계획을 감지한다. 그러므로 다시 말해, 그것은 기능-설계의 관점으로 부터 가능하는 과-관계가 있다. 만약 당신이 이 과정을 가지고 있다면, 당신은 명백히 7번적인 믿음이 있을 것이다. 어떤 설계에 의해서 모든 것이 이 관계되는 것을 아는 한, 당신은 당신 자신의 계획이 필요 없다. 당신은 일이 어떻게 되어야 하는지 공상할 필요가 없다. 그러므로 우리는 이러한 사고의 부재 혹은 상실로 인해, 일이 어떻게 되어야 하는지, 당신이 어떻게 될지, 미래에 대한 계획을 어떻게 세우고 어떻게 실행해 나가야 하는지에 대해 당신이 공상하게 된다는 것을 알 수 있다.

고착은 보편적인 계획이 있다는 것, 고유한 기능도, 고유한 방향, 고유한 계획을 가진 진화라는 것이 있다는 것을 보지 못하는 사람과 대의 관계가 있

통합의 측면 : 신성한 사고의 에니어그램 7번 유형

다. 우리는 그것에 간섭할 필요가 없다. 만약 우리가 그것을 볼 수 있다면 우리가 무엇을 하든지 그저 현재를 믿고 그 자리에 있도록, 내버려 두는 것이 신성한 일이다. 우리가 어떤 일을 하든지 그것은 신성한 일이다. 왜냐하면 그것은 우주의 자발적 진화와 발전의 일부인 자원의 표명이기 때문이다. 그것은 신성한 계획에 의해 일어나는 신성한 일이다. 당신은 그 계획 전체를 반드시 알아야 하는 것이 아니고, 단지 그것이 설계에 따라 펼쳐지고 진행한다는 것을 알면 된다. 기쁨은 당신이 혼자 일하고 있을 때 통찰력을 얻게 될 수도 있다. 우주는 스스로 자신을 가지고 진화되고 있으며 스스로의 길을 가고 있다는 것을 깨닫는 것이다. 당신이 자신의 계획을 세우지 않고 느끼는 때는 당신에게 이것이 결핍되어 있는 때이다.

그러서 신성한 일의 한 가지 정치는 완전히 현재에 이루어지는 일이라는 것이다. 당신이 현재에 있을 때, 순간순간 당신이 무엇을 하든 그것은 신성한 일이다.

왜냐하면, 만약 당신이 진실로 현재에 있다면, 당신은 계획하는 마음으로 있는 것이 아니다. 그래서 사실은 자발적이다. 그것들은 모든 대로 일어난다. 보다, 자연의 설계인 신성한 계획에 의해 움직인다. 그래서 우리 스스로 일을 하는 것이 신성한 일을 하는 것이 된다. 우리는 무엇을 하고 있는가? 신성한 일은 단지 신성한 계획 자체로 진화하고 있다는 것 뿐, 즉, 우리의 계획, 우리의 조장을 내리놓고 진행 중인 일을 하며, 흐름을 따라가는 것이다. 7번적인 신념과, 만약 당신이 스스로를 존재하도록 허용한다면, 그리고 현실에 대한 연속성이 있다면, 무엇이 이루어져야 하는지를 이해하는 것 같을 것이다. 신성한 계획이 모든 필수적인 양상을 지능, 그리고 인식 등을 포함한 당신의 모든 신성한 자원이든 전개되는 것이다. 그래서 예를 들어 만약 당신이 지각했다면, 휴가를 계획하기 시작할 지도 모른다. 이것은 매번 여름 8월마다 정기적으로 휴가를 가는 사람과는 다르다. 그러나 만약 당신이 영신

히 일하고 극도로 피로하다면, "인제 휴식이 필요할까?" 생각하기 시작한다. 그래서 두세 달 전 휴가를 계획한다. 어떤 식으로 당신은 어떤 일이 일어나야 하는지 계획한 것만이 아니라 무슨 일이 일어나고 있는지에 민감하게 된다. 우리는 여기서 일정한 계획과 상반된다고 말하는 것이 아니라, 만약 당신의 계획이, 실재된 감각, 현실의 감각, 실제 일어나는 일로부터 분리된다면, 에니어그램 7번 유형에 고정되게 된다. 이 고착에 관한 7번적인 것은 계획이며, 단지 휴가가 아니라 당신이 어떻게 될지를 계획하는 것이다. 이것은 당신의 전체성, 당신의 삶, 우주, 모든 것을 계획하는 것이다. 그것은 훨씬 더 기본적인 것이다.

나는 여기서 자기가 중심이 되지 않을 때는 현실이 어떠한지 존재의 객관적인 것이 무엇인지, 만약 우리가 영성의 관점을 통해 바라보지 않으면 무엇이 실제로 존재하는지에 대한 전혀 혹은 경험을 당신에게 보여주려 하고 있다. 그래서 우리가 신성한 사고에 대한 에니어그램을 읽히고 있다. 그러므로, 그것은 진정한 에니어그램 학습은 아니다. 우리는 신성한 사고의 에니어그램을 조종도로 사용하고 있지만, 우리가 연구 하고 있는 것은 단지에 니어그램이 지적하고 있는 현실이 아니다.

내가 이를 가지 신성한 사고에 관하여 객관적인 인식을 재시하고 있지만, 그것은 이를 개의 관점을 통해 혹은 이를 가지 다른 방향에서 바라본 것 같은 현실인 것이다. 이러한 각 방향들로부터 객관적인 현실을 이해하는 것이 항상 목적으로 드러나는 것은, 존재 안에 내재하는 원리들과 자아의 삶이 가능한 것이며, 그래서 에니어그램은 이러한 믿음을 좋은 지도가 된다. 에니어그램 7번 유형을 위한 신성한 사고-신성한 계획, 신성한 지혜, 혹은 신성한 일, 를 명확히 하기 위해 우리는 신비주의 작가 카를로스 카스타네다의 그의 다양한 책에서 소개한 다른 가르침의 언어, 아카시마의 언어를 사용해보았다. 현실의 근본적인 본성은 우리가 잘라내 버리며, 그 진동 안에서는 "순수한 영혼"이라 지칭된다. 절대 혹은 순수한 영혼은 경험할 수 없고, 일상적인 자각이나 행위를 통해 분별되지 않는다는 뜻에서 비현(umantia)이다. 그것은 모든 것의 본질적 본성이고, 궁극적으로 존재하는 유일한 것이다. 그러나 만약 그것이 비현적이거나 우리가 항상 자각하는 것은 무엇인가? 아카시마의 관점에서 보면, 우리는 무한한 수의 "영혼의 소산"이라고 불리는 것을 자각한다. 이 소산들은 단지 순수한 영혼의 본성과 파장을 통한 무한한 존재력의 현일 뿐이다. 그래서 보이고 경험되고 알려질 수 있는 모든 것은 순수한 영혼의 소산이다. 이것은 물리적 차원 뿐 아니라, 우리가 본질적 측면과 차원이라고 부르는 것을 포함한다.

영혼의 소산들이 많은 차원과 함께, 그리고 미묘함으로 나타나는 반면, 우리 의 평소 의식은 우리가 실제 자각하는 것들을 한정된 영역으로 제한한다. 우리가 자각하는 그 영역은 우리가 주목하는 초점에 의해 결정된다. 그리고 그것은 카스타네다에 따르면 아카시마의 진동으로 우리의 "집합점"이라고 불린다. 고 한다. 현실의 어떤 소산이나 차원 내의 그 것이 존재할 때, 그것은 당신 이 보는 그 차원을 방해한다. 그렇다면 집중 조영되는 것은 당신이 보고 경험하는 것이고, 만약 어떤 소산의 집합체들이 계속적으로 이런 식으로 조 명을 받으면 당신은 이 영역을 현실로 받아들이고, 그래서 집합점은, 현존 의 점으로 어떤 소산의 무리들을 사용하여 현실과 자신에 관한 특정 세계 관을 모으고 창조한다.

대부분의 사람들은, 물리적 세계의 소산 영역에 고정된 집합점으로부터 얻은 세계관을, 그것에 물리되는 자아의 장소와 함께 취해 왔다. 이 영역에 대한 아카시마의 용어는 "이유"의 위치이며, 내가 시고의 위치라는 의미로 받아 들이는 것이다. 그것은 우리의 사고에 의해 결정되는 현실이고, 우리의 사고는 물리적 현실에 의해 무의미하게 좌우된다. 우리는 모든 영역과 소산들의 전체성을 경험할 잠재력을 가지고 있다. 그러나 우리는 비교적 작은 제한된 장소에 갇혀 있으며, 어떤 시고의 장소를 "현실"이라고 부른다. 이 영역은 실제이다. 이것은 우리 소산의 일부이지만, 아주 작은 영역이다. 그리고 이것은 우리가 가질 수 있는 모든 것이기 때문에, 우리의 전반적 자각, 우리가 무의미함에 대한 이해가 제한되고 왜곡된다. 결과적으로, 우리는 훨씬 더 큰 자각, 경험과 행동의 가능성을 포함한 다른 현실의 영역에 접근을 못하게 되고, 그리고 영의 목표는 당신의 잠재력의 전체성에 접근하는 것이다. 당신의 세계는 매우 제한적인 현실의 단편들에 의해 방해 받거나, 결정되거나, 그것에 주목하는 대신, 모든 소산과 모든 영역들을 포함하게 된다. 영은 따라서, 기본적으로 당신의 집합점을 자유롭게 하여, 당신이 인간으로서 잠재력의 유수에 접근하게 하고, 동시에 한 영역에서 다른 영역으로 자유롭게 이동할 수 있도록 하는 것이다.

A-Type 타임 소개글

프리미엄과 로켓맨은 심정병 환자의 공통 행동특성으로 S타입 성격을 발표했다. 둘은 우연히 병원의 의자들이 앞 모서리만 닿은 것을 발견했다. 그리고 환자들이 의자 깊숙이 편안하게 못 앉고, 대화가 항상 일과 시간에 집중된 것을 알았다. S타입 성격의 특징은 분노, 조급증, 경쟁심으로 요약된다. 쉽게 화를 내고, 시간에 쫓기며, 자는 것을 싫어한다. S타입 성격은 장난대다. 화를 잘 안 내고, 시간에 늦추하며, 흘라기는 대로 산다.



S타입 성격은 자본주의 사회의 주역이다. 경쟁을 선도하고, 성공 지상주의를 건설한다. 엘리트, 할배, 전문가, 원배주이다. 열정가 등으로 불린다. S타입 성격은 상회 지향적이다. S타입 성격은 스트레스와 더불어 살아간다.

스트레스는 우리의 몸과 마음을 모두 망가뜨린다. 모든 유기체는 원인이 무엇이든지 동일한 스트레스 반응을 보인다. 반응은 경고기, 저항기, 소진기로 구분된다. 노에서 는 신경전달물질이 작동하고, 몸에서 는 신경계와 호르몬이 작동한다.

스트레스 호르몬인 코르티솔과 카테콜아민이 증가한다. 저항기는 보통 수 시간에서 수십 분에 걸친다. 스트레스가 지속되면 소진기로 넘어간다. 이때 몸의 면역체계가 무너지고, 취약한 부위에 병이 오게 된다. 스트레스는 만병의 원인이다.

S타입 성격은 심장병에 취약하다. 심장병 환자의 대부분이 A타입 성격이다. 스트레스가 만성적이면, 카테콜아민 분비가



S타입 성격은 중풍에 걸릴 확률이 2배다.

증가하는 체질로 변한다. 그래서 혈관 내 암 력이 스트레스가 없을 때도 정상인보다 높 게 유지된다. 이런 상태가 오래 지속되면 혈 류 속도가 증가되어 혈관 벽을 이루는 세포가 상처가 난다. 여기에 혈소판이 달라 붙고 지방이 엉겨서 딱딱한 같은 죽상반이 만들어진다. 이는 동맥경화증이고 진행되고, 고혈압으로 발전한다.

죽상반이 생긴 사람이 큰 스트레스를 받으면 갑자기 혈관 수축이 일어나 죽상반이 상 차를 만든다. 이때 죽상반 주위에 혈소판이 응착 혈관을 막거나, 죽상반이 떨어져 돌아다니다가 다른 혈관을 막는다. 이런 일 이 관상동맥에서 일어나면, 심장병이 발병한 다. 뇌혈관에서 일어나면, 중풍이 발병한다.



한국형에너저그릴 4기 전문강사 이후경 박사
정신과 의사, 경영학박사, L1마음건강 대표 연세대 의과대학과 동대학원을 거쳐 정신과 전문의를 취득하고 연세대 경영대학원과 중앙대에서 경영학을 전공했다. (임상심리정신치료), (후박사의 마음건강 강연서리즈 1~5권) (후박사의 힐링시대프로젝트) 등 10여권의 책을 저술했다.



이는 흥연으로 인한 발병률과 비슷한 수치다. 특히 S타입 성격이 충격적인 사건을 경험한 경우, 4배까지 올라간다.

S타입 성격을 극복하는 차범은 무엇일까? 첫째, 분노를 다스리자. 분노는 자하고 힘을 때 온다.

충분한 휴식과 편안한 대화가 필요하다. 분노는 마음대로 안 될 때 온다. 운명을 받아 들이고, 순연을 떠러지. 분노는 기대에 못 미칠 때 온다. 남에 대한 지나친 기대를 버 리고, 나에게 대한 완벽한 기대를 버리자. 그 리고 반드시 화를 내는 것이 필요할 때는 대 리인을 활용하자.

화가 나는 순간, 즉시 60초 동안 심호흡 을 하자. 화는 나를 받아들이고, 그런 나 를 사랑하고, 마음의 평화를 선택하자. 분노가 자라는 순간, 즉각 자미를 피하자. 한 직한 곳을 관조하면서 세 가지에 집중해 본다. ① 왜 화가 나는가? ② 무엇을 위해 화 를 내는가? ③ 다른 효과적인 방법은 없는 가? 분노가 터지는 순간, 하루만 모든 결장 을 보류하자. 떠오르는 모든 생각을 종이 한 장에 써 보자.



둘째, 조급증에서 벗어나자.

조급증은 많은 일을 빨리하려고 할 때 온다. 시간관리기 필요하다. 중요한 일에 집중하 고, 그렇지 않은 일은 과감히 없애자. 남에 게 맡길 수 있는 일은 최대한 위임하자. 친 친히 말하고, 친척이 갖지 가끔 영한 시간 을 가져보자. 한적한 시골 풍경을 연상하고, 어린 시절 뛰놀던 장면을 떠올리자. 조급증 이 생기는 순간, 즉시 60초 동안 심호흡을 하자. 모든 아이디어는 남에 물 꼴듯이 생 긴다. 조급증은 순간, 창의적인 아이디어로 변할 수 있다. 모든 아이디어는 심판처럼 스 처간다. '바로 그거야! 너무 간단해!' 성취감 이 몰려오는 순간, 조급증에서 해방된다.

셋째, 경쟁심에서 벗어나자. 경쟁은 미더 이다.
우리는 서로 가투면서 성장한다. 같이 하는 친구가 있어 힘든 시기를 패스하고, 같이 뛰 는 동료가 있어 장거리를 완주한다. 선의의 경쟁은 약이 된다. 자닌 경쟁은 약덕이다. 과도한 경쟁은 독이 된다.

경쟁심이 생기는 순간, 즉시 60초 동안 심호 흡을 하자. 이기는 경우가 있으면 지는 경 우도 있다. 내가 이겼기 때문에 좋아하는 것 은 약함이고, 남이 졌기 때문에 기뻐하는 것 은 약함이다. 지는 경우가 있으면 이기는 경우도 있다. 남이 이겼기 때문에 싫었던 것 은 독이고, 내가 졌기 때문에 슬픈 것은 병 이다. "나보다 낫을 수 있구나!" 하면서, 성취 게 웃자. "나도 질 수 있구나!" 하면서, 슬며 시 웃자.

9번 유형들의

원만한 관계를 위한 사례

- 한두명에니그그램 사례집 II 중에서 발췌

사례1 ■ 9W1, 보통, SO

나는 조화와 평화를 중요시하기 때문에 타인과 특별한 갈등 없이 원만하게 지내려 하고 있다. 실제로, 타인의 의견과 감정을 존중하고, 잘 들어주기 때문에 타인과 관계를 잘 맺고 있는 편이다.

그러나 주변사람들이 가끔 답답해 할 때가 있다. 내가 무슨 생각을 하고 있고, 어떤 일을 추진하고 있는지를 모르기 때문에 답답해하고, 아무 것도 안하는 것처럼 비평할 때가 있다. 그럴 때마다 나는 나 나 나름대로 준비하고, 구성하고 있기 때문에 속상한 마음부터 들며, 화까지 날 때는 더욱 침묵은 금이라고 생각하게 된다.

결국에는 사람들에게 대한 무관심으로 대처하기도 하고, 친밀한 관계를 기피하게 된다. 이러한 나의 행동은 도움이 될 때보다 되지 않을 때가 더 많았던 것 같다. 현 직장에서도 나를 위해 조언해주는 말슴들이 “드러내라”였다. 사람들이 알아차릴 수 있도록 주장도 하고, 보이게끔 사업을 추진하라는 것이었다. 처음에는 어떻게 해야 할지 막막했지만 조금씩 자신을 표현하기 시작했다. 나의 의견을 분명하게 주장하기도 하고, 어떤 고민과 생각을 하고 있는지 도 이야기하기 시작했다. 물론 나의 기준에서 자신을 표현하는 것이기 때문에 그 정도가 미약할 수는 있지만 다른 사람들이 나를 이해하는 데에 도움이 되었으며, 관계 또한 친밀해졌다.

그런데 여전히 부족한 점이 있었다. 어떤 일을 결정만 했을 뿐 행동으로 옮기는 데에는 시간이 걸린다는 것이었다. 그러면 사람들은 다시 답답해하며 화를 낸다. 내에게도 시간이 필요함을 분명하게 전달해야 하지만 나 역시 다른 사람들을 위해 절정한 일을 재한된 시간 안에 마무리 짓도록 노력해야만 업무와 관계에서 부딪힘이 없을 것 같다.

사례2 ■ 9W1, 분열, SO

다른 사람과의 관계에 있어 불편한, 분쟁을 싫어한다. 그래서 되도록이면 문제가 일어나지 않게 그 문제를 덮어 두려 하거나, 모르는 척하러 할 경우가 많은 것 같다. 분명한 나의 주장을 내세우지 못하는 경우가 많으며, 우유부단하여 그냥 지나쳐 버리기도 하고, 쉽게 의사결정을 내리지 못한다. 다른 사람의 말을 잘 들어주면서도 고집이 있는 편이다. 나태할 때는 혐없이 나태해 지고, 귀찮아하는 나의 모습을 보기도 한다. 이런 나의 불간강한 편이 보일 때, 원만한 인간관계를 위해 나의 장적인 수고를 절하고, 서로 다른 의견이 있는 두 사람이 있을 경우 양쪽의 의견을 잘 들어주고, 총재자의 역할을 하는 것도 좋을 것이다. 하지만, 무엇보다도 우유부단함에서 벗어나 타인의 의견을 잘 들어줄 때와 동시에 나의 의견도 분명히 제시할 수 있는 주장이 강한 나의 모습을 그려 본다. 직장에서 내가 의견을 말해야 할 경우 부끄럽거나, 내가 이 말을 함으로 인해 다른 사람이 어떻게 생각할지 걱정하여 지레 겁먹지 말고, 분명한 의견을 제시하고, 업무가 있을 경우 나태함에서 벗어나 적극적으로 일에 임하는 태도가 필요할 것이다. 또한, 절정한 일을 질질 끌고만 있지 말고, 문제를 직면하며 타인의 문제를 해결해 주는 대신에 권한을 위임해야 할 것이다.

사례3 ■ 9W1, 보통, SO

에니어그램을 배우고 가장 크게 결심한 것은 첫째로 결단하는 습관을 기르고 우순순위에 따라 행동하자는 것이다. 타인에게 통화될 수 있는 능력을 지니고 있어서 모든 사람들의 의견이 정량하게 느껴지고 우순순위를 정할 필요성을 느끼지 못한다. 이렇게 결단을 피하는 성격은 일상생활에서도 문제를 일으킨다. 일상생활이나 업무에서 해야 할 일의 우순순위를 매기지 못한다. 중요하고 절박한 일에는 손을 대지 않고 별로 중요하지 않은 일을 한다. 아니, 중요하지 않은 일을 한다기보다는 더 중요한 일들을 미지마함으로 미루고 있는 것이다. 이것은 스스로 판단하고 결단하는 것을 회피하는 행위이다.

9번 유형 사람들이 사회생활을 하면서 겪게 되는 대부분의 문제들은 이렇게 우순순위를 정하지 못하기 때문에 발생한다. 따라서 9번 유형은 무엇보다도 결단하는 습관을 길러야 한다. 하지만 갑자기 중대한 결단을 내리는 것은 심리적으로 부담이 너무 크다. 따라서 주변의 자은 일부러 결단을 내리고 실행에 옮기는 훈련을 하는 것이 좋다. 예를 들어, 주어진 업무를 메우고 그 일들에 우순순위를 매기 그 순서에 따라 실천해보는 것도 좋은 방법이다. 기능하면 소요시간도 정해 두면 좋다. 우순순위를 확실하게 정하려고 노력한다면 지금까지 자신이 얼마나 수동적인 자세로 살아왔는지를 깨닫게 될 것이다.

감동을 피하려는 집착은 태만을 초래한다. 그들 중에는 실제로 게으른 사람도 있다. 하지만 그들의 나태함은 일을 게을리 하거나 늦게 일어나거나 하는 신체적인 나태함만을 의미하는 것은 아니다. 일은 잘해내지만 더 편안한 길을 찾으려 하거나 의식을 집중시키 일의 능률을 높일 생각을 하지 못하는 것도 그들의 나태함이다. 이렇게 타성에 따라 움직이는 것은 마치 수면에 빠진 상태와 같다. 우선해야 하는 일로부터 의식이 멀어지고 중요하지 않은 방향으로 흘러가는 상태로 사고가 정지된다는 의미에서 수면상태라고 말할 수 있다. 많은 문제를 갈등을 불러일으키기만 하는 사람들이 주위에 있으면 그들은 마동초차 하지 않는다. 즉, 행동을 거부함으로써 저항하는 것이다. 그리고 이렇게 바위덩이가 되어 버린 9번 유형을 다시 움직이게 해주는 것은 활기에 넘쳐 있고 자신을 이해해 주는 사람들뿐이다. 9번 유형은 다른 유형과 마찬가지로 외부세계와 관계를 맺어나갈 능력을 지니고 있으며 자신을 주장하고 자신의 인생을 훌륭한 것으로 만들 권리가 있다. 따라서 자신이 생각하는 만큼 주위 사람들이 자기를 무시하는 것은 아니라는 사실을 깨닫고 긍정적 자기 이미지를 가져야 한다.

사례4 ■ 9W1, 통합, SP

어떤 일이 일어날 때 기다리면 “모든 것이 잘 될 것이다. 흐르는 강물을 거스르지 마라.”를 신념으로 살아온 것 같다. 지나치게 안정과 평화에 대한 집착이 커서 어떠한 상황에도 불만이 없고, 그대로의 상태를 유지하거나 흘러가는데로 받아들이려는 삶을 살아왔다. 또한 나 자신의 감정과 의견을 표현하기 어려워 손해 보는 느낌으로 살아왔다. 특히 아픈 말이나 싫은 말을 못했는데 나의 의도나 의사표현을 솔직하게 말하는 것이 다른 사람을 위하는 길이며, 문제를 직면하지 않고 회피하려고 했던 것 또한 고쳐야 할 점이며 원만한 인간관계를 맺는 법이므로 생각한다. 직장에서 타인이 이끌어 주기만을 바라고 나서는 일이 없었는데 성취동기를 가지고 적극적인 자세로 자신의 감정과 의견을 제시하는 재해가 가끔은 필요함을 느낀다.



인 두려움은 아예 표어 같다. 즉, 사람은 9가지 신성한 모습을 가지고 태어난 존재이지만 사람마다 가지고 태어난 죽음에 대한 두려움은 생 존재에 대한 강한 욕망이 되어 이것을 왜곡되어 본질을 잃어버린 상태로 살아가게 되는 것이다.

사람들은 자신이 두려움을 회피하는 경향이 있다. 특히 죽음에 대한 두려움을 회피하려는 경향이 바로 삶에 대한 애착으로서의 무감이다. 예를 들면 2번 유형의 사람들은 본인들이 사랑받을 가치가 없기 때문에 죽을 것이라는 두려움을 가지고 있다. 이러한 두려움은 사랑을 받 고자하는 욕망을 볼게 하고 이러한 욕망의 모습에 의해 2번 유형의 사 람은 본인에게 도움을 주는 필요한 사람, 도와주는 사람의 모습으로 서 자신의 가면을 쓰게 되는 것이다. 하지만 사람들은 자신의 두려움 이 무엇인지에 대해 인식하지 못하고 살아가며 따라서 자신의 두려움 에 빠진 상태로 살아가게 된다.

우리는 사랑을 이해하기 위해 끊임없이 비교하고 구분하며 관찰한다. 많은 심리학자들이 인간을 이해하고 관찰하는 방법 중에 신체, 정신 그리고 정서적인 형태를 관찰하는 방법들을 발전시켰다. 신체, 정신 그리고 정서는 우리가 인식할 수 있는 인간 존재의 3가지 분명한 형 태이며, 이를 통해 광범위한 행동을 하게 되며, 사람이 이 세상에 서 어떻게 살아가는가를 외적으로 보여주게 된다(에너그램 저술, 움운칭 외).

어릴 적 오즈의 마법사는 영화를 본 적이 있는가? 자신의 고향(현)으로 돌아가고 싶어하는 도로시는 인간을 만드는 세 가지 요소 지혜, 마음, 용기(신체)를 상징하는 3명의 동반자와 함께 여행을 가게 된다. 즉 두마를 얻고 싶어하는 허주아비, 용기를 갖고 싶어하는 겁쟁이 사 자, 심장(마음)을 원하는 양철 나무꾼과 함께 미지의 여행을 떠나게 된 다. 이와 같이 우리는 인간 존재의 요소를 신체, 정신, 정서로 구성되었 다고 인정하고 있으며 에너그램 성격은 사람의 정서적 습관, 특징적 인 사고방식, 그리고 타인과의 인간관계를 맺는 방식 등이 서로 상호 작용하는 각각의 9가지 고유한 유형의 특성을 나타낸다.

따라서 에너그램 시스템에서는 기본적으로 인간 성격의 근간을 장 (배, 분노) 중심, 가슴(감정) 중심, 머리(사고) 중심의 사람의 3가지 요 소로 나누고 있다. 사람들은 특히 이 중 한 요소를 삶의 주된 에너지로 삼고 살아가게 된다.

분노(감정) 에너지의 중심을 두고 살아가는 이들은 자신들이 스스로 자라라고 여기는 것과 어기지 않는 것 사이에 벽을 형성하며 살아가 다. 즉 이들은 나의 생전에 대한 욕망을 자신을 보호하기 위해 끊임 없이 타인과 나를 구분하며 지키려하는 '경계의 유지, Maintaining boundaries'를 위해 삶을 투쟁하며 살아간다. 따라서 이들은 기본적 으로 자신의 경계로의 타인의 침입과 도전에 대한 분노를 기본정서 로 가지고 살아간다.

강경(기쁨)에 에너지의 중심을 두고 살아가는 이들은 자신의 존재간 을 세상에 관계하는 자신의 이미지에 의해 일한다. 이들은 삶을 느낌 을 통해 파악하고 타인과의 관계를 생각하면서 살아가는 사람이며, 삶 의 모습 속에서 자신이 스스로에게 또는 타인에게 어떻게 보여질 것인가에 대한 '자아 이미지, Self image'에 대해 항상 고민하며 자기 자신을 찾 기 위해 몸부림치며 살아간다. 따라서 이들은 기본적으로 자신의 이미 지가 타인에게 어떻게 비추어질까 대한 의식을 하면서 주치선들 기본 정서로 가지고 살아간다.

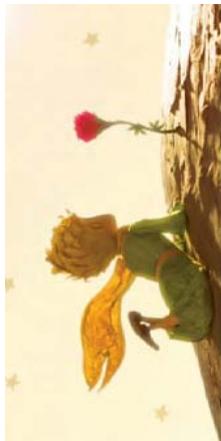
서코(머리)에 에너지의 중심을 두고 살아가는 이들은 자신에게 위협이 되는 불인하게 느껴지는 외부세계와 깊숙하게 발달한 자신의 내면의 세계를 통합하기 위해 끊임없이 생각하며 살아간다. 이들은 세상은 살 아가기에는 어떤 일이 일어날지 모른다는 것을 항상 생각하면서 살아 가게 되며 따라서 이들의 머릿속에는 항상 세상에 대한 '불안, Anxiety' 를 가지고 살아가며 불안으로부터 벗어나기 위해 생각하게 된다. 따 라 이들은 세상을 살아가는 것을 위협하다 느끼고 있기에 두려움을 기 본정서로 가지고 살아간다.

어린왕자는 기본적으로 믿음에 관한 이야기이다. 어린왕자의 비행사 처럼 우리는 삶의 여행 속에서 예상치 못한 시그널을 만나고 뜻밖의 사 람들을 만나며 살아간다. 이러한 예측하지 못한 미래로의 불안은 우리 를 더욱 더 불신과 추경 속에 빠져 들게 만든다.

어린왕자는 사고 중심의 6번의 비행사의 내레이션을 통해 세상에 대 한 끊임없는 안전에 대한 추구가 아닌 자신의 내면으로 돌아가서 자 신이 필요로 하는 믿을 수 있는 지혜의 만남을 보여주게 된다. 자신의 것이라고 여기는 것에 머물러 살고 있는 하나의혹성에서 자신의 삶 의 모습을 살피지 않고 허투루를 살아가는 고작된 각 유형의 모습 을 보여준다.



- 다음 주: 어린왕자! 만난 사람들 -



사람들은 인생이라는 길을 걷고 있다. 우리가 올버튼 삶을 위해서는 인생의 길을 출발하는 나는 누구인가라는 인식과 함께 그림 내기 가려 는 길이 어떠한 것인지, 그리고 그 길의 최종적인 목표가 무엇인지에 대한 정확한 판단이 필요로 한다. 하지만 많은 사람들이 여러 가지 바 랐 이유로 자기 인식 없이 살아하면서 내적 성장이나 창조적 삶을 추 구하지 못하고 있으며, 이로 인해 자기 정체성의 혼란과 타인과의 갈 등으로 인해 고민하면서 인생의 올버튼 길을 인도해줄 이정표를 찾아 헤매고 있다.

만족스럽고 효과적인 인간관계의 경험을 위해서는 가장 먼저 시작해 야 할 일은 나는 누구인가라는 인식과 함께 시작된다. 하지만 자신 의 정체성을 찾아내는 것은 매우 힘드는 과정이다. 특히 삶의 모습 속에서 사랑과 역할에 따라 다양한 가면을 쓰고 살아가는 현대인들이 자신을 이해하기에는 더욱 더 어려운 문제이다.

나를 객관적으로 생각해보고 내 자신에 대해 주관적인 내면의 깊이 를 찾아가는 방법으로는 여러 가지가 있다. 사람들은 창조적 귀의, 삶 을 통해, 직식을 가지고, 여러 심리학적 접근들을 통해 자기 자신을 돌

CHINA



상하이 도시 탐구

동양의 파리라 불릴 다양한 문화가 공존하는 도시, 상하이. 황푸 강을 사이에 두고 양쪽으로 자리한 와이탄과 푸둥은 전혀 다른 모습으로 이색적인 출거움을 선사한다. 17km에 걸쳐 이어진 와이탄 강변에는 유람식 건축물들이 옛 모습 그대로 남아 있고, 10년 전만 해도 농촌이었던 푸둥엔 화려한 고층 빌딩이 즐비하다. 이 두 곳을 비교하는 것만으로도 상하이에서 잊지 못할 추억이 될 것이다. 2016년 상하이에서 열리는 국제학술회의를 맞아 상하이를 소개하고자 한다.

Attraction.

세계적인 경제도시, 상하이. 상하이의 이름다운 야경을 한눈에 감상할 수 있는 동방명주부터 우리나라 이태원을 방불케 하는 리오와이지에 거리가까지, 상하이의 깨알 같은 출거움을 소개한다.

상하이의 자존심이자 랜드마크, 동방명주

상하이를 한눈에 내려다볼 수 있는 전망대. 2007년 완공 당시엔 중국에서 가장 높은 건물이었지만, 이후 상하이 월드퍼니셔널센터에 자리를 내주었다. 총 가운데 자리한 엘리베이터를 타고 283m 높이의 전망대에 오르면 온통 유리로 둘러싸인 인티어어가 시선을 사로잡는다. 짜릿함을 넘어 살짝 공포스럽게 느껴질 정도. 좌우 시방은 물론 바닥까지 투명해 공중에 뜬 듯 있는 기분이이다. 아찔한 높이의 투명 전망대에 서서 빌딩숲을 내려다보면 오금이 저릴 정도. 추가 티켓을 구입하면 스페이스 캡슐(Space Capsule)이라고 불리는 꼭대기 층으로 올라갈 수 있다. 우주복 복장을 한 직원들의 안내를 받아 꼭대기에 오르면 우주선에 온 듯 온통 새하얀 벽에 둘러싸인 공간을 마주한다. 마치 SF영화 속의 장면 같은 공간에서 바라보는 상하이의 밤 풍경은 더욱 특별하게 느껴진다.

중국공산당 설립을 선포한 역사적 장소, 중국공산당 1차 전국대표대회지

시신을 시토장을 밟을 화려한 건물은 아니지만, 중국 역사를 이야기할 때 결코 빼놓을 수 없는 곳. 신전에 자리한 이곳에서는 중국공산당의 역사적인 회의가 열렸다. 1921년 중국이 프랑스의 눈을 피해 연 첫 번째 회의에는 13명의 명사가 참여했고, 이후 중국공산당의 설립을 공식적으로 발표했다. 미오씨동도 이 회의에서 후베이 성 대표로 참석했다. 의미가 남다른 장소답게 1961년 중국의 중요문화유산으로 처음 지정되기도 했다. 역사적으로 중요한 곳인 만큼 이곳을 배경으로 기념사진을 찍는 건 지인도 쉽게 볼 수 있다.

여우루은 문화 공간, ET 스페이스

인민광장(Peoples Square) 역이나 대저게(Dashijie)역을 나와 걷다보면 상하이의 옛 날 풍경을 보는 듯 고즈넉한 분위기의 ET스페이스가 나타난다. 출연 공연장과 기념품점, 레스토랑이 있고, 별도의 입구를 따라 계단을 따라 오르면 티켓 창구와 로비가 나타난다. 공연장 2층에는 예술 작품들로 장식된 포근한 분위기의 카페가 자리하고 있다.



반직공장의 화려한 변신, 상하이 국제 패션 센터

과거 방직공장이었던 곳! 소핑센터로 재탄생했다. 지하철 12호선 애규 역(Aguo Rd. Station)에서 동해 로드(Donghai Rd.) 방향으로 걷다보면 국제 패션 센터가 나오는데, 빨간 벽돌과 골목이 옛 공장건축의 모습을 짐작케 한다. 거리를 따라 지리한 총 3개의 물에는 각각 50여 개의 다양한 브랜드가 임박해 있고, 광장에는 어린이를 위한 캐릭터 부스나 정물집 같은 놀이시설이 마련되어 있다. 매년 열리는 상하이 패션 위크와 상하이 국제 패션 문화 축제로 세계에 이름을 알리고 있다. 주말에는 앙슈 포크(Yangshupu Rd.)역과 상하이 국제 패션 센터를 연결하는 셔틀버스가 운행된다.

상하이 유일의 외곽인 거리, 리오와이지에

리오와이지에의 홍메이 로드(Hongmei Rd.)에 들어서면 마치 이태원에 온 것처럼 자유로운 분위기를 느낄 수 있다. 세계 각국의 레스토랑과 바가 모여있어 밤마다 젊음의 열기로 가득한 것. 세계의 다양한 문화가 공존하는 이곳에선 처음 본 사람과도 쉽게 친구가 될 수 있다. 외국인들이 많아 영어로 소통하는 데 불편함이 없는 것도 여행객 입장에선 커다란 출거움 중 하나. 상하이에서 조금은 색다른 분위기를 경험하고 싶다면 리오와이지에가 정답이다.

인기 절정의 에크르베티 샤피스, ERA 시공여행

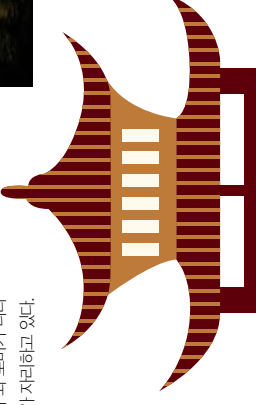
동근 구 모양의 간혹들이 바로 ERA 시공여행 공연장이다. 대체로운 매력은 지난 도 시 상하이를 끌어 ERA 시공여행 공연도 다이나믹하다. 사람의 몸을 예술로 승화한 에크르베티와 최신 영상 및 음향에 어우러진 환상적인 공연을 볼 수 있다. 시카노, 무용, 무술 등 다양한 예술 장르를 담아 지루할 틈 없이 공연이 이어진다. 가장 인기 있는 저녁 공연 중 하나로, 6년째 그 명성을 잊고 있다.

상하이 최고의 뮤지컬, 상하이탄

화려한 불교 사원 정안사를 지나 한 블록 더 들어가면 상하이를 대표하는 뮤지컬 <상하이탄> 공연장이 나타난다. 뮤지컬 <상하이탄>의 원작은 1980년에 TV로 방영된 드라마 <상하이탄> 드라마에 삽입된 노래 Seung Ho Tan(上海灘)은 중국인이라면 누구나 알 정도로 유명하다. 0미 영화와 TV 드라마로 리메이크된 상하이탄이 34백이 지난 지금 뮤지컬로 새롭게 태어난 것. 중국 특유의 감정과 세련된 무대를 동시에 즐기고 싶다면 뮤지컬 <상하이탄>을 추천한다.

로맨틱한 밤을 위한 선택, 더 캠티 크루즈

상하이 최초의 테마 유람선 북에는 푸둥의 산박 티미널에 머물러 있다. 밤이 되면 북쪽 양수포 역(Yangshupu Station) 주변 신차장으로 다간다. 크루즈 안에 들어서면 커다란 연화들을 중심으로 위층에 1층이 마련되어 있다. 더 캠티 크루즈를 운영하 는 해피크루즈 사에선 19세기 중기 배 스타일의 크루즈나 SF영화에 나올 법한 우주선 스타일의 크루즈도 운영하고 있는데 그중 인기 있는 크루즈는 캠티 8호 유람선 17세기 스페인 해적선과 비슷한 모양으로 꾸며지고 로맨틱한 분위기를 자아낸다. 와 이탄의 이국적인 정취와 고풍 빌딩 숲을 기득한 푸둥의 낭만적인 야경을 감상하 며 잊지 못할 추억을 만들어보자.



상하이에서 즐기는 소소한 아침식사



아침 7시에 깨서 김이 풀릴 오르는 어느 골목을 찾았다. 골목은 마치 백화점의 식료품 코너처럼 음식점이 쫄쫄 출저어 있다. 장장을 입은 회사원도, 강아지를 끌고 산책 나온 아가씨도 하나씩 사들고 간다. 든든한 아침 식사처곤 가격도 저렴하다. 1~10위안 정도.

오우타오

튀긴 과베기, 기름지고 멍멍하면 살탕을 뿌리면 된다. 중국의 일종의 토우장과 잘 어울린다.



젠자오

비식한 군민두, 중국민두의 육즙이 부엌스럼다면 관청은 선택.



조우

죽, 흰쌀죽과 검은쌀죽, 팥죽 등 다양한 죽이 있다. 배 속을 편안하게 해주는 음식으로 이만한 것이 없다.



저단빙

팬 위에 반죽을 얹게 팬 뒤 밀걸 1~2개를 넣고 피와 고수, 리지아도 등을 넣어 돌돌 만 것.



젠빙

얇게 부친 중국식 전병, 안에 소시지와 튀김 등을 추가해 먹으면 더욱 든든하다.



총요우빙

체스 전병, 피자를 조각조각 자른 것 같은 모양이다. 매콤한 맛이 우리 입맛에 더 잘 맞는다.



사오롱바오

대나무 짚통에 찌낸 중국식 민두. 얇은 만두피를 타뜨리면 육즙이 쭉 나온다. 일명 뿔대민두는 진한 육즙을 제대로 맛볼 수 있다.



산라핀

쫄깃쫄깃한 당면을 매운 국물에 밀어낸다. 한국인 입맛에도 잘 맞는다.



촨

양꼬치를 비롯해 오징어, 참새고기, 감자 등 다양한 재료를 끼워 양념을 한 후 숯불에 구워 먹거나 볶아 먹기도 한다. 맥주 안주로 제격이다.



탕후루

과일사탕꼬치, 베이징 진통 간식이지만 중국 전역에서 맛볼 수 있다. 산사나무 열매를 꼬지에 꿰어 물엿으로 굳힌 것이 가장 일반적. 산사나무 열매는 시큼하기에 달콤한 물엿과 잘 어울린다. 키위와 파인애플, 꿀, 마추 등 다양한 과일로도 만들 수 있다.



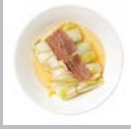
셰핀

개살로 만든 음식, 부드러운 개살이 듬뿍 들어간 셰핀사오롱바오가 대표적이다. 개살수프를 얹지만 한 빵 안에 채워 먹기도 한다.



외와차이

중국식 배추, 보통 배추보다 몸감도 비싸고 달다. 작은 배추를 통째로 기름에 볶아 먹는데 달고 약간 느끼하다.



훙귀

냄비 하나에 2~3가지 국물을 넣어 육류와 해산물, 채소 등을 익혀 먹는 사브 사브. 여기에 감칠맛을 더하는 것은 소스. 땅콩소스와 XO소스, 건과류, 파, 꿀 등 수삼종류의 소스를 입맛대로 섞어서 먹으면 더 맛있다.



한국에너지그림교육연구소 검사도구 및 출판도서를 소개합니다.



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 간판상격유형검사



KEP7I 한국형에너지그림 상격유형검사



KEPT-J 한국형에너지그림 상격유형검사 청소년용



KEP7T-CLS 한국형에너지그림 진로 및 학습유형검사



KEP7T-C 한국형에너지그림 이등용 상격유형검사



KEPT-Y 한국형에너지그림 2판상격유형검사 이등·청소년용



KEPSTI 한국형에너지그림 상격유형형검사

출판도서



에너지그림과 함께 영혼잡재력 발견하기



에너지그림과 함께 영혼잡재력 발견하기



한국형에너지그림 사례집 II



에너지그림 명상 가이드



에너지그림 상격유형



에너지그림으로 본 다문화 세상



상공자인 자녀양육을 위한 9가지 성격



에너지그림 지능



에너지그림과 돈: 두라움에서 사랑까지



에너지그림을 통한 지혜리더십



에너지그림의 깨달음



행심에너지그림 가이드



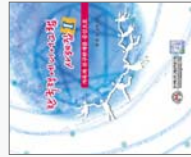
에너지그림 정복



영화로 배우는 심리학개론



필수 에너지그림



한국형에너지그림 사례집

더 많은 도서 확인하려면

구매문의 02)3446-3165

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

위 검사지는 한국에너지그림교육연구소에서 판매하고 있으며 한국형에너지그림 단계 이상 수강자에 한해 홈페이지 및 전화 통해 구매할 수 있습니다.

한국에너지그림교육연구소
Korean Enneagram Education Center

서울특별시 금천구 가산동 60-19 S.터크로빌 116호
TEL. 02)8546-3165 FAX. 02)615-6784 Email. help@keneagram.com

서울 일러스트레이션페어 2016

서울일러스트레이션페어 2016

일시 2016.07.08(금) ~ 11(월) / 4일간
장소 삼성동 코엑스 D2홀
입장료 일반 10,000원, 청소년 5,000원 (7세 이하·미취학 아동 무료)
행사소개 서울일러스트레이션페어는 국내 유일의 일러스트레이션과 그래픽 디자인 분야를 소개하는 전문 전시로 일러스트레이션과 그래픽 디자인 분야에서 활동하고 있는 창작자와 창작자를 꿈꾸고 있는 누구나 참여가 가능한 아트마켓입니다. 참여 작가는 패아를 통해 자신의 작품을 알리고 판매할 수 있는 기회는 물론, 다양한 분야의 전문 작가와 동료작가 그리고 대중들과의 소통을 통해 스스로의 발전과 활동 영역을 넓혀 나갈 수 있는 기회를 가질 수 있으며, 대중들에게 다양한 일러스트레이션과 그래픽 작품을 한자리에서 감상하고 구매할 수 있는 기회가 될 것입니다.



2016 키덜트페어 서울

기간 2016.07.28 ~ 2016.07.31
장소 코엑스 3층 M홀
관람료 성인 15,000원, 중고생 8,000원, 초등생 6,000원
행사소개
 "키덜트페어"는 특장 마니아이들이 선호한다는 인식의 틀을 깨고 남녀노소 누구에게나 어울리는 키덜트 상품을 만드는데 노력하고 있습니다. 이에 대중적이면서도 개성 있는 키덜트 제품들이 출시되면서 하나의 문화를 형성하여 많은 이들의 관심을 받고 있습니다.
 키덜트 시지점에서부터 함께 해 온 키덜트페어인 만큼 2016 키덜트페어는 서울에 이어 대구 개최를 확정지어 더 많은 곳에서 더 많은 키덜트들이 추억을 소비하고, 추억을 만들어 나가는 대표 전시회로 자리 잡기 위해 2016년에도 그 도전을 멈추지 않겠습니다.



우리들

장르 드라마
개봉일 2016.06.16
감독 윤기은
출연 최수인(신), 설혜인(지아), 이서민(보라), 강민준(윤)

도서 소개

한국형에이그렘 사례집 II - 인편간계를 중심으로-

이 책은 많은 사람들의 사례 중심으로 이루어졌기 때문에 전전히 흥미롭고 재미있고 읽으면서 많은 인편간계의 방식을 이해하게 될 것이다. 또한 자신의 삶과 비교하면서 접근하면 더욱 공감할 수 있을 것이다. 처음부터 읽을 수도 있지만 자신의 유형을 중심으로 중간 중간에 필요한 부분을 읽고 각각의 인편간계에 대한 도움을 받는다면 더욱 긍정적인 도움을 줄 수 있다.



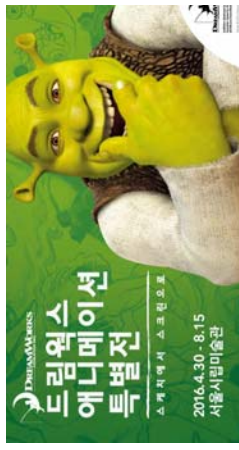
후박사의 마음건강 강연시리즈

정신과 의사, 경영학 박사, CEO로서 30년 동안의 임상 경험과 10년 동안의 경영 경험들 총 정리한 인편간계학, 자기개발을 위한 종합선물세트입니다. 구성품은 다음과 같습니다.

1. **외이 엠 아이?**
자기이해: 나의 생물적, 심리적, 사회적, 사회적, 영적 정체성에 관한 강연
2. **월링 스트레칭**
스트레칭 관리: 몸과 마음과 영혼을 다스리는 토달힐링에 관한 강연
3. **관계 발전식**
인편간계의 해법: 나사랑, 남사랑, 남사랑에 이르는 길에 관한 강연
4. **변화의 신**
변화와 혁신: 내 안에 잠든 신(神)을 깨우기에 관한 강연
5. **신체의 힘**
행동경제학: 무엇이 올바른 선택과 결정인가에 관한 강연

현대카드 컬처프로젝트 21 장 폴 고틀에 전

일시 2016.04.30 ~ 2016.08.15
장소 서소문본관 1층
입장료 일반 13,000원, 청소년 10,000원, 어린이 8,000원
행사소개 스케치에서 스크린으로(Journey from Sketch to Screen)라는 부제처럼 이번 전시는 작은 아이디어가 스케치로 옮겨지고, 마침내 큰 한 편의 영화로 탄생하는 창의적인 과정을 보여주기 위해 기획되었습니다. 이에 수백, 불후팬더, 마다가스카, 드래곤 길들이기 등 지난 20여 년간 세계적으로 사랑받은 드림웍스애니메이션 작품의 간판 드로잉, 스토리보드, 채색원화, 3D 캐릭터와 세트 모형, 영화의보, 미스 크 등 엄청난 400여점을 선보입니다. 또한 각 작품 관계자의 인터뷰를 볼 수 있고 애니메이션 제작에 사용하는 소프트웨어를 체험 가능하도록 준비하였습니다.



한국형에이그렘 13기 전문강사회



2016년 5월 24일 한국에이그렘교육연구소 서울교육장에서 서울·경인 지역의 한국형에이그렘 13기 전문강사들의 모임이 있었습니다. 전문강사회의 운영과 에이그렘의 학문적 탐구 방안을 논의하였으며 모임의 구성에 대한 구체적인 이야기를 나눌 수 있는 시간이었습니다.

앞으로 에이그렘의 통합을 추구하며 발전과 더불어 개인의 성장에도 도움이 되기를 바란다는 회와 연계하여 지속적으로 도움을 줄 예정입니다.

서울남부교육지원청 WEE 상담역량기쁨터



한국에이그렘교육연구소 부설 다터울심리상담센터 박현경 센터장은 2016년 5월 31일 서울남부교육지원청 남부WEE센터 소속 전문상담교사를 대상으로 (주)울 남부Wee 상담역량기쁨터 워크샵에서 상담사례 슈퍼비전을 진행하였습니다. 이번 슈퍼비전을 통하여 한국에이그렘교육연구소는 학생들의 심리정서적인 안정과 성장, 그리고 상담교사들의 전문가로서의 성장을 지역사회와 연계하여 지속적으로 도움을 줄 예정입니다.

에이그렘 성격연구회



2016년 6월 8일, 22일 저녁 7시부터 9시까지 한국에이그렘교육연구소에서 에이그렘 성격연구회 네번째와 다섯번째 모임을 가졌다. 프로이트의 방어기제 외에도 자아심리학자 들이 찾아낸 방어기제까지 23개의 방어기제를 다루었다. 진저레피드 보그다와 제롬 와그너 등과 같은 에이그렘전문가가 제시한 에이그렘유형별 방어기제와 비교하며 공부하였다.

업성고등학교 교사연수



2016년 6월 24일 업성고등학교에서 교사연수 특강을 진행하였다. 한국형에이그렘을 통한 학생들의 성격유형의 이해를 기반으로 진로탐색, 리더십 스타일의 파악과 혼린 성격유형에 따른 인성 개발 등에 대해 초점을 맞춰 교육을 진행하였다.

김수희 한국형에이그렘 13기 전문강사



2016년 4월 4일, 6월 22일 상동여성새로일하기 센터에서 김수희 한국형에이그렘 13기 전문강사의 지도 하에 각각 1, 2단계를 진행하였다.

전남사회복지협의회 한국형에이그렘 일반강사과정



한국에이그렘교육연구소는 (사)전남사회복지협의회(회장 이주계) 회원을 대상으로 6.18, 18, 24, 25일 4일간 사회복지지 지속가능한 역량강화 한국형에이그렘 일반강사양성과정을 진행하였다. 이 교육은 전라남도 내 사회복지사들의 지식기능역량 강화 및 충성을 위하여 전남사회복지공공포럼과 연계하여 진행되었다. 강의를 최성은 전문강사, 최경화 전문강사 및 윤친성 교수에 의해 진행되었으며, 이 교육을 통해 전라남도 내 사회복지사들의 에이그렘을 통한 자신과 타인의 이해 및 복지현장에서의 전문가운슬러로서의 역량을 강화하는 시간이 되었다.

달성군 WEE센터 특강



2016년 6월 17일 달성군 WEE센터에서 황원희 전문강사의 지도 하에 특강을 진행하였다.

본 과정은 한국형에이그렘의 상담과 학생지도 현장에서의 활동에 대해 전문·상담교사 및 상담사 선생님들과 함께 하였다. 본 교육에 참여한 선생님들은 성격유형의 이해를 기반으로 학생들의 진로 탐색, 리더십 스타일의 파악과 혼린, 성격유형에 따른 인성 개발 등에 대해 초점을 맞춰 이해할 수 있는 장이 되었다.

밀양산동농협 특강



2016년 6월 19일 밀양산동농협에서 지미선 전문강사의 지도 하에 한국형에이그렘 특강이 진행되었다. 제 6기 산동농협 주부대학에 참가한 주부를 대상으로 진행한 본 교육은 한국형에이그렘을 통해 성격유형을 파악하고, 이해하며, 가정 내에서 가족들의 성장을 아는 것을 기본으로 하였다. 가족과의 화합과 행복을 위해 자신의 성격을 어떻게 다뤄야 하는지, 자녀와의 관계 개선 등 가족에 초점을 맞췄다.

감정코칭심리상담사



2015년 7월 8(금)~10(일) 사단법인 성심인성 연구원 서울 분원에서 감정코칭심리상담사 과정을 진행한다. 본 과정은 감정코칭심리교육과정은 인간의 감정을 이해하고, 감정을 인지해 조절하는 능력을 기움으로써 인간의 행동을 바꿀 수 있는 행동으로 이끄는 것이다. 이를 위해 성격유형별 핵심 감정을 다루고, 감정코칭의 5단계를 숙지하여 궁극적으로 긍정적인 의사소통 방법을 풍요하게, 건강하게 행할 수 있는 인성관계를 이루는 데 있다.

한국형에이그렘 진로지도



2015년 7월 8(금)~10(일) 청소년리더십진로교육센터에서 한국형에이그렘 진로지도과정을 진행한다. 박현경, 조주영 전문강사의 지도 하에 진행되는 본 교육은 한국형에이그렘을 바탕으로 다양한 상황과 청소년 본인의 유형에 맞는 직업 및 진로상담을 위하여 에이그렘을 자기성장의 도구로 활용하고 효과를 체계적으로 이해하고 지 하는 과정이다.

솔리언트페어상담사



사단법인 성심인성연구원 서울 분원에서 2016년 7월 15, 22일(금) 학교폭력 예방을 위한 또래상담 지도교사 기본교육을 진행한다. 청소년과 또래상담에 관심이 있는 선생님 및 상담관련 전공자 또는 상담봉사를 대상으로 학교 내 동아리 또는 CM활동이나 지역 내 센터에서 솔리언트페어 상담자를 양성하고 관리할 수 있는 역량을 돕는 과정으로, 상담에 필요한 다양한 이론 및 상담기법을 쉽게 활용할 수 있는 연수를 실시한다.

이후 일정은 한국에너그램교육연구소 홈페이지에서 확인 가능합니다

www.kenneagram.com

SUN

MON

TUE

WED

THU

FRI

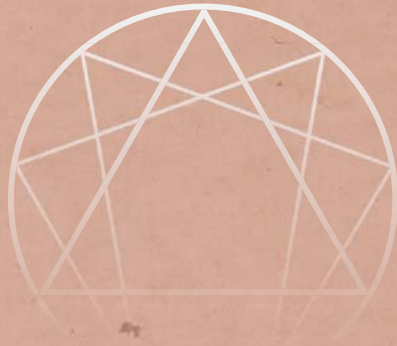
SAT

07

JULY 2016

26 * 2단계 09:00-19:00 / 서울교육장 황민관 전임교수 * 인천통합과정 09:00-19:00 / 서울교육장 황은신 전임교수	27	28	29	30	1	2
3 * 김포 WEE센터 1단계 윤진성 전임교수	4 * 김포 WEE센터 2단계 박한경 전임교수	5 * 김포 WEE센터 1단계 윤진성 전임교수	6 * 에너그램 성격 연구회 19:00-21:00 / 서울교육장 박한경 전임교수 * 1단계 09:00-19:00 / 서울교육장 이도경 전임교수	7	8 * 감정코칭심리상담사 09:00-19:00 / 서울교육장 박한경 전임교수, 박범석 박사 * 진로지도 10:00-18:00 / 서울교육장 박한경, 조주영 전임교수	9 * 감정코칭심리상담사 09:00-19:00 / 서울교육장 박한경 전임교수, 박범석 박사 * 진로지도 10:00-18:00 / 서울교육장 박한경, 조주영 전임교수
10 * 감정코칭심리상담사 09:00-19:00 / 서울교육장 박한경 전임교수, 박범석 박사 * 진로지도 10:00-18:00 / 서울교육장 박한경, 조주영 전임교수	11 * 김포 WEE센터 2단계 박한경 전임교수	12 * 김포 WEE센터 2단계 박한경 전임교수	13 * 2단계 09:00-19:00 / 서울교육장 지미선 전임교수	14	15 * 슬리인포대상담사 10:00-17:00 / 서울교육장 김정희 전임교수 * 4단계	16
17 * 2단계 09:00-19:00 / 서울교육장 지미선 전임교수	18	19	20 * 3단계 09:00-19:00 / 서울교육장 황은신 전임교수	21	22 * 슬리인포대상담사 10:00-17:00 / 서울교육장 김정희 전임교수 * 4단계	23 * 1단계 09:00-19:00 / 서울교육장 황은신 전임교수 * 상담실제 10:00-18:00 / 서울교육장 박한경 전임교수
24 * 2단계 09:00-19:00 / 서울교육장 지미선 전임교수	25	26	27 * 서울심사지 14:00-17:00 / 서울교육장 윤진성 전임교수	28	29 * 가족상담 10:00-18:00 / 서울교육장 김명수, 류정자 전임교수 * 서울통합과정 09:00-19:00 / 서울교육장 윤진성 전임교수	30 * 가족상담 10:00-18:00 / 서울교육장 김명수, 류정자 전임교수 * 서울통합과정 09:00-19:00 / 서울교육장 박한경 전임교수

본 지에 나온 내용의 무단전제및 복제를 불허합니다.



ISSN 2288-2251
등록번호 : 금천 라 00139호
2016년 6월 25일~2016년 7월 24일
편집기획 및 디자인 : 류재현

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

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