

한국교회지도력훈련원 자료 1

# 공동체훈련프로그램

성령의 코이노니아 훈련에 사용하는 과제들

정태일 편저

도  
출판서 사랑방



### 정태일

장로회신학대학 기독교교육학과를  
졸업(B.A.)하고 같은 학교  
신학대학원을 졸업(M.Div)했으며,  
같은 학교 대학원에서 기독교교육을  
전공(M.A)하여 졸업하였다.  
목회경력으로는 소망교회 교육목사,  
구로동교회 부목사,  
새문안교회 부목사를 거쳐,  
현재 사랑방교회 담임목사로 있다.  
장로회신학대학교등 여러곳에 강사로  
활동하며 현 한국교회지도력훈련원  
원장과 한국공동체교회 협의회  
회장을 맡고 있다.

도서출판 사랑방

새로운 공동체 형성  
사랑방교회 5주년사

### **뿌리 내리는 공동체**

사랑방교회 10주년사,  
목회원리와 목회자료

### **함께 사는 거 어렵지만...**

사랑방 교회 지체들의  
공동체 삶의 이야기

### **아빠 생일**

초등학교 1학년 생의  
생활 일기와 교육지도

### **그리스도인의 생활**

세례 받은 이들을 위한  
성경공부 교재

### **공동체 훈련 교재**

공동체 훈련 1단계,  
인간관계 훈련 교재

이 책은 코이노니아를 지향하는 교회, 즉 교회의 공동체성을 회복하려는 교회의  
공동체훈련 과제(Program)을 모은 자료집입니다.  
오랜 경험의 결과, 효과적인 것만을 선택하였으므로,  
실제로, 지도자들이 교회에서 효과적으로 사용할 수 있을 것입니다.

#### 인간관계훈련1

나를 소개합니다.

자신을 소개한다는 것은 형식적으로 외적인 소개만을 하는 것이 아니라 마음을 열고 자아를 드러낼 수 있어야 한다. 대화를 나누면서 자연스럽게 참여하도록 도울 수 있을 것이다.

## 이름 소개하기

이름의 뜻을 설명하면서 자신이 바라는 인간상과 자신에 대한 생각을 소개하여 다른 사람들로 하여금 자신에 대한 내면 세계까지도 이해를 갖게 한다.

### 그룹의 크기

약15명 정도, 그 이상일 경우에는 15명 단위로 나눈다.

### 소요 시간

1인당 1분 내외

### 준비 자료

이름표, 필기구(연필, 볼펜, 칼라펜, 크레파스, 색연필, 붓과 먹, 물감 등을 다양하게 준비해 놓는다.)

### 자리 모양과 분위기

원형으로 둘러앉는다. 여러 그룹으로 나눈 경우 각 그룹이 대화에 지장이 없도록 지도자가 위치를 분산시키도록 한다.

### 진행

- (1) 다양한 재료의 종이와 필기구를 가운데다 준비해 놓는다.
- (2) 각 사람은 종이와 필기구를 선택하여 자신의 이름을 쓴다. “이때 한글, 한문, 영어 등 자유롭게 기록한다.
- (3) 한 사람씩 앉는 순서대로 이름표를 보이며 자신을 소개한다. 특히 이름의 뜻과 유래 등을 재미있고 인상적으로 설명하도록 한다.  
<예> 제 이름은 정보람입니다. 한자로 보배 보자와 두루불 람자를 씁니다. 참

보배 즉, 믿음을 다른 사람들에게 드러내 보이는 사람을 살라는 뜻으로(고 후 4:7) 말씀을 근거로 하고 있습니다.

## 응용

- (1) 좀 더 큰 종이에 자화상이나 자신을 나타내는 그림을 그려 소개할 수도 있다.
- (2) 자신의 이름 대신 동물이나 사물 이름 중에서 선택하여 소개하도록 한다.

## 평가

(1) 이름은 자신을 대표하는 대명사이다. 그러므로 이름의 뜻은 대부분 부모 혹은 그 이름을 지어 주신 사람과 그리고 자신이 바라는 인간상을 나타내 준다. 자신은 이러한 이름이 보여주는 인간상을 확인하고 듣는 사람들은 외적으로 나타난 인상과 소개하는 이름의 뜻이 어떻게 일치하는가를 생각해 본다. 여기서 각 사람이 사용한 종지와 필기구의 표현에 따라서 대략적인 그 사람의 성격이 표현된다. 종지의 크기, 사용 면적 글씨나 그림의 크기, 굵기, 색깔 등을 관찰하여 보자

- (2) 이름 소개 후 소감을 서로 자유롭게 이야기해 준다.

## 별명 소개하기

사람은 자기 자신이 보는 자신의 모습이 있지만 다른 사람들이 보는 자신의 모습도 있다. 인격의 성숙이란 자신을 얼마나 객관화 할 수 있느냐에 있다. 그러므로 다른 사람들이 자신의 모습을 어떻게 이해하였는가를 소개함으로써 타인이 본 그 사람의 모습을 소개하도록 한다.

## 그룹의 크기

약 15명 정도, 그 이상일 경우에는 15명 단위로 나눈다.

## 소요시간

1인당 1분 내외

## 준비자료

다양한 재료의 종지와 필기구

## 자리모양과 분위기

원형으로 얼굴을 마주 대하고 앉는다. 여러 그룹으로 나눈 경우 각 그룹이 대화에 지장이 없도록 떨어져 모여 앉는다.

## 진행

- (1) 자기 자신에게 붙여진 별명 중에서 가장 마음에 드는 별명 하나를 생각한다.
- (2) 각 사람은 준비된 재료를 가지고 자신의 별명을 기록한다. 그림으로 표현해도 좋다.
- (3) 한 사람씩 앉은 순서대로 기록한 별명을 보이며 그 유래를 설명한다.

(예) 저의 별명은 뽕다구입니다. 몸이 마른 편이라는 의미도 있겠지만 주관이 있고 고집이 있다는 뜻으로 붙여진 것입니다. 어릴 때부터 지금까지 붙여졌고 제 마음에도 듭니다.

## 응용

- (1) 하나의 별명만이 아니라 자신이 가지고 있는 별명 전부를 소개할 수도 있다.
- (2) 또 연령 시기별로 구분하여 소개할 수도 있다(예:초등학교-올보, 중학교-떡보)
- (3) 기혼자인 경우 배우자가 나를 부를 때 별명을 소개하도록 한다.
- (4) 집안에서 자기 식구끼리 사용하는 애칭 혹은 별명을 소개한다.

## 평가

별명은 다른 사람들이 자신의 모습을 평가해 놓는 것이다. 자신이 좋게 느끼는 별명도 있겠고 그렇

지 못한 별명들도 있다. 그러나 그것들이 모두 자신아 다른 사람들에게 심어 준 자신 의 모습이다. 내가 좋게 느껴지는 별명은 내가 바라는 인간상과 접근되어 있는 모습이고 또 별명이 많다고 하는 것은 그만큼 자신의 모습이 여러 가지인 셈이다. 그리고 연령층 별로 자신의 별명을 관찰해 보면 자신이 성장해 온 모습을 알 수 있다. 그리고 그 별명들 속에 어떤 공통된 외적인 요소든지 내적인 요소든지 발견하게 될 것이다. 특히 배우자가 자신에게 지어 준 별명은 자신을 가장 많이 느끼고 있는 사람이 평가한 자신의 모습이다.

## 나는 누구인가?

### 기대효과

사람은 사춘기의 자아 확립 과정을 통하여 성인이 된다. 자신에 대한 이해와 추구하는 이상 그리고 삶의 자세 등을 확립한다는 것은 중요하다. 마찬가지로 그리스도인은 그리스도인으로서의 자아 확립이 필요하다. 이것은 그리스도인으로서의 자아 인식을 점검하는 기회가 되며 지금 각 사람의 문제와 상태를 알 수도 있다.

### 그룹크기

15명 이내로 하며 인원이 많을 경우 몇 개와 그룹으로 나눈다.

### 준비자료

16절지 1인당 1매, 필기 도구

### 소요시간

30분

### 자리모양과 분위기

조용하고 아늑한 분위기에서 편안한 마음으로 참여할 수 있어야 한다. 원형으로 앉되 서로의 이야기를 들을 수 있도록 가까이 앉는다. 나뉘는 경우에는 각 그룹이 서로 방해가 되지 않도록 주의한다.

### 진행

- (1) 준비된 종이를 각 사람에게 1장씩 나누어준다.
  - (2) 종이에다 위에서 아래로 일련 번호를 쓰게 한다.(15번 이상)
  - (3) 각 번호에 “나는 누구인가?”라는 제목으로 자신을 소개하는 짧은 문장을 쓰게 한다.
- 이때 너무 객관적인 것이나 피상적인 것(What am I?)만 소개되지 않고 자신의 생각과 삶의 자세(Who am I?)도 소개가 되도록 지도자는 주의시킬 필요가 있다.

나는 누구인가?

1. 나는 하나님을 영접한 ○○ 교회 교인이다.
2. 나는 1960. 11. 하나님이 이 세상에 보내셨다.
3. 나는 등산을 좋아하는 사람이다.
- .
- .
14. 나는 하나님과 맞바꾼 값비싼 존재이다.
15. 나는 나의 생애를 가난한 사람들을 위해 바치려고 노력하는 사람이다.

(4) 한 사람씩 자신의 글을 발표한다.

### **응용**

(1) 각자의 것을 발표하기 전에 자기의 종이를 가슴에 붙이고 침묵의 산책을 하여 서로 의 것을 본다. 이때 조용한 음악을 준비한다.

(2) 각자의 것을 발표한 후 각 사람은 그 느낌을 그 사람의 종이 위에 다 “당신은 ---입니다.”라고 쓴다. 모두의 것에 다 쓴 후 이제 각 사람은 “당신은”이란 표현을 “나는”으로 고쳐서 여러 사람에게 발표한다.

### **평가**

너무 피상적인 사실들만 나열하지는 않았는가?

크리스찬으로 내가 갖고 있는 자아 인식은 무엇인가?

서로가 듣고 느낀 점을 이야기하며 각자의 자아 인식에 자극이 되고 도움을 주는 분위기가 되도록 한다.



인간관계 훈련2  
나를 소개합니다

# 즉흥 연설

## 기대효과

많은 사람 앞에 나서는 태도, 상황을 수용하는 자세, 연설의 내용에 나타난 그 사람의 생각을 막연하지만 암시 받을 수 있다.

## 그룹크기

15명정도

## 준비자료

연설 제목 카드, 간단한 연단, 연설 카드를 담을 수 있는 그릇

## 소요시간

1인당 3분 이내

## 자리모양과 분위기

연단 쪽을 향해 반원형으로 앉는다.

## 진행

(1) 연단 위에 조그만 상자를 놓고 각자가 자유롭게 연설 제목을 적은 카드 2장씩 만들어 놓는다.

<연설 제목의 예>

내가 동물이라면, 20년 후의 나, 나를 슬프게 하는 것은, 옷을 입지 않고 산다면, 내가 선생님이라면, 무인도에 표류되어 혼자 살아 남았다면, 시험이 없다면, 내가 대통령이라면, 눈이 셋이 있다면, 내가 아버지라면(내가 어머니라면), 내가 만일 고아라면, 내가 가장 사랑하는 것은.

(2) 1명씩 연사로 나가서 상자 속의 섞인 카드 중에서 눈감고 한 장씩을 고른다.

가) 연설 제목은 재미있는 것으로 하되 즉흥적이므로 비밀리에 하는 것이 좋다.

나) 추첨한 연설 주제가 마음에 들지 않으면 공개하지 않는 채 한번에 한해 바꿀 수도 있다.

(3) 자기가 골라낸 연제에 대해 즉흥적으로 2-3분간 연설을 한다(이 시간 측정은 연설자 자신이 한다.)

(4) 연설을 끝낸 사람은 다음 연사를 지명한다.

## 응용

(1) 자신의 신체적인 특징을 주제로 하여 연설할 수도 있다.

(예 : 마른 몸, 높은 코, 벗겨진 머리 등)

(2) 자신을 소개하는 내용으로 연설할 수도 있다.

## 평가

연설은 많은 사람을 상대로 하는 것이다. 그런데 사람은 당황하게 될 때에 무의식중에 자신의 속사람을 드러내는 수가 있다. 즉흥 연설은 이러한 상황을 의도적으로 제공하여 일상적인 상황에서 잘 나타나지 않던 그 사람의 생각이나 대중 앞에서의 태도 그리고 성격 등을 소개받는 것이다. 이러한 것들이 얼마나 소개되었는지를 평가해 본다.

# 짧은 점 소개하기

## 기대효과

사람은 누구든지 자신의 장·단점을 말하기를 싫어한다. 다른 사람과 비교하여 자신의 모습을 말할 수 있도록 도움으로 단순한 장·단점의 소개가 아니라 자신을 타인에 비추어 보는 효과도 있다.

## 그룹의 크기

15명 정도, 동시에 여러 개의 그룹 운영이 가능하다.

## 소요시간

30분

## 준비자료

인쇄된 서식 또는 16절 깡지

## 자리모양과 분위기

자리 모양은 원형이어야 하며 서로의 대화가 진지할 수 있도록 가깝고 안정된 분위기가 필요하다.

## 진행

인도자를 따라 준비된 서식을 단계별로 함께 참여해 나간다.

## 응용

소개하는 것으로 끝나지 않고 다른 사람들이 듣고 느낀 점을 서로 이야기하며 피드백을 할 수 있다.

## 서식

### 짧은 점 소개

1. 먼저 자신이 소속한 그룹(가정, 직장, 학교, 이웃, 정치, 사회, 예술, 종교 등)을 생각해

중요한 것 4가지만 적는다.

1	2	3	4
---	---	---	---

2. 위에 기록한 네 그룹에서 나 자신과 가까운 인물을 3사람씩 생각하여 아래에 적는다.

1	2	3	4
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

3. 이번에는 위에 기록된 12사람 중에서 그룹에 관계없이 다시 자신에게 보다 더 중요한 사람 여섯을 선정한다.

_____	_____	_____
_____	_____	_____

4. 이제 위에 선정한 6사람의 장·단점을 자신이 아는 범위 내에서 생각하여 기록한다.

성명	장점 또는 적극적인 면	단점 또는 약점

5. 위의 표를 보면서 자신이 다른 사람과 닮은 점이 무엇인지 기록한다.

장점 \_\_\_\_\_

단점 \_\_\_\_\_

6. 위에 기록한 것을 서로 발표하고 소개한다.

# 자아 성찰표

## 기대효과

목록표를 체크하면서 자기 자신을 돌아볼 수 있는 기회가 되며 이것을 근거로 서로 소개할 때에 역시 각자의 내적인 모습을 조금씩 소개받게 된다.

## 그룹의 크기

한 그룹이 12-15명 이내

## 소요 시간

40분

## 준비자료

자아 성찰표, 필기구

## 자리 모양과 분위기

각 그룹은 원형으로 앉는다.

## 진행

- (1) 준비된 성찰표를 읽어 가면서 답란에 그렇게 하고 있으면 ○표, 그렇지 않다면 X표를 한다. 이때 한 문장씩 모두를 대답할 필요는 없다. 중요한 것만을 선택하여 답할 수 있다.
- (2) 각자가 기록한 것을 한사람씩 순서를 따라 소개한다.

## 응용

각자가 소개를 할 때 다른 사람들은 느낌을 이야기해 줄 수도 있으며 아니면 소개만 받고 표를 돌려 가며 뒷면에 간단히 글을 써 줄 수도 있다.

<자아성찰표>

자아 성찰	답	이유	개선 가능성
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 나는 남달리 큰 꿈을 가진 야심가이다.</li> <li>2. 나는 어려운 일 일수록 더 도전 의식을 느낀다.</li> <li>3. 나는 매사를 소홀히 하지 않는다.</li> <li>4. 나는 나의 목표를 향하여 꾸준히 노력한다.</li> <li>5. 나는 언젠가는 사람들이 깜짝 놀랄 만한 일을 이룩하게 될 것이다.</li> <li>6. 나는 나의 꿈을 실현할 만한 능력이 있다.</li> <li>7. 나는 어떠한 어려움이 있더라도 이겨낼 자신이 있다.</li> <li>8. 나는 남에게 비굴하기를 싫어한다.</li> <li>9. 나는 일단 약속하면 기어이 지킨다.</li> <li>10. 나는 무슨 일을 해도 지칠 줄을 모른다.</li> <li>11. 나는 타인과 실력으로 겨루기를 좋아한다.</li> <li>12. 나는 항상 새로운 방법을 좋아한다.</li> <li>13. 나는 경쟁자가 있을 때 더 힘이 난다.</li> <li>14. 나는 일에 몰두할 때 가장 즐겁다.</li> <li>15. 나는 매사에 적극적인 사람이다.</li> <li>16. 나는 한가하면 더 견디기가 어렵다.</li> <li>17. 나는 언제나 스스로 일을 찾아서 한다.</li> <li>18. 나는 나의 꿈이 반드시 실현되리라고 믿는다.</li> <li>19. 나는 내가 한 일에 대해서는 그 결과에 관계없이 책임을 지는 사람이다.</li> <li>20. 나는 약간의 모험이 따르는 일을 좋아한다.</li> <li>21. 나는 몇 번 실패를 해도 꺾이지 않는다.</li> <li>22. 나는 같은 일을 되풀이하는 것을 싫어한다.</li> <li>23. 나는 항상 목표를 분명히 하고 일을 시작한다.</li> <li>24. 나는 무슨 일이든 그 진행 과정을 수시로 검토하고 수정한다.</li> <li>25. 나는 일단 시작한 일은 끝이 날 때까지 중단하지 않는다.</li> </ol>			

## 문장을 완성합니다.

### 기대 효과

사람은 사회적 존재이기 때문에 집단에 소속하기를 원한다. 그러나 분명한 참여가 있기까지는 불안해하며 또 누구든지 처음 대하는 집단에서는 긴장하게 된다. 이것은 집단 내에서 한 개의 내적인 모습을 소개받는 방법이 될 것이다.

### 그룹의 크기

20명까지, 여러 개의 그룹을 동시에 운영할 수 있다.

### 소요시간

60분

### 준비자료

인쇄된 양식

### 자리모양과 분위기

원형으로 앉는다. 진지한 대화를 나눌 수 있는 분위기와 글을 쓰기에 편리한 곳이면 좋다.

### 진행

(1) 인쇄된 자료를 나누어주고 각자가 충분히 생각하며 쓰도록 한다. 이때 대형을 이탈할 수도 없으며 시간을 15분 이내로 제한한다.

(2) 시간이 되면 각자가 기록한 것을 한 사람씩 소개한다. 이때 설명은 필요하지 않고 기록한 대로 읽기만 하면 된다.

### 응용

산 사람씩 소개를 받을 때마다 다른 사람들의 느낌을 이야기해 주거나 용지를 돌려서 뒷면에 간단히 글로 피드백을 해줄 수 있다.

### 평가

개인과 집단의 관계, 그리고 집단 내에서의 인간 관계에서 어떤 개성을 갖고 있는지를 살펴본다.

<양식>



문장을 완성하십시오.

1. 내가 새로운 그룹에 들어왔을 때 느끼는 것은 \_\_\_\_\_
2. 그룹 안에서 모임이 시작되면 나는 \_\_\_\_\_
3. 사람들이 나를 처음 대했을 때 그들은 \_\_\_\_\_
4. 사람들이 침묵을 지키고 있을 때 나는 \_\_\_\_\_
5. 몇 사람이 화제를 독점할 때 나는 \_\_\_\_\_
6. 내가 그룹 안에서 불쾌하게 느껴질 때가 있는데 그것은 지도자가 \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. 그룹 안에서 내가 제일 무서워하는 것은? \_\_\_\_\_
8. 어떤 사람이 마음에 상처를 입었다고 느꼈을 때 나는 \_\_\_\_\_
9. 내가 쉽게 상처를 입게 되는 때는 \_\_\_\_\_
10. 내가 그룹 안에서 고독을 느낄 때는 \_\_\_\_\_
11. 내가 신뢰할 수 있는 사람이란 \_\_\_\_\_
12. 나를 잘 아는 사람이나를 소개할 때 \_\_\_\_\_
13. 다른 사람에게 가까이 접근하고 싶다고 느껴지는 때는 \_\_\_\_\_
14. 사람들이 나를 좋아하게 되는 것은 내가 \_\_\_\_\_
15. 사랑이란 \_\_\_\_\_
16. 내가 가장 사랑 받고 있다고 느끼는 때는 \_\_\_\_\_
17. 다시 할 수 있다면 나는 \_\_\_\_\_
18. 내가 가지고 있는 커다란 힘은 \_\_\_\_\_
19. 나의 가능성은 \_\_\_\_\_
20. 나는 \_\_\_\_\_

# 투시화 그리기

## 기대효과

개인이 가지고 있는 의식 세계의 적은 부분을 진단할 수 있으며 이러한 과정을 통하여 관념화된 의식 구조를 개선하고 또 사물을 전혀 다른 각도에서 관찰함으로써 새로운 차원의 체험을 갖게 한다.

## 그룹의 크기

15명 단위

## 소요시간

30분

## 준비자료

도화용구, 투시 대상물

## 진행

- (1) 투시 대상물을 중앙이나 전면에 잘 보이도록 제시한다.  
예) 포장된 상자, 속이 보이지 않는 유리컵이나 병, 혹은 작은 향아리 등
- (2) 투시 대상물을 바라보고 그 속의 것을 머리 속에 자유롭게 연상케 한다.
- (3) 그 연상을 그림으로 표현케 한다.  
예) 상자 속에 케익이 들어 있는 그림  
상자 속에 달걀이 들어 있는 그림  
상자 속에 패물이 들어 있는 그림 등
- (4) 각 자의 것을 발표하고 느낌을 나눈다.

## 응용

- (1) 생활 주변의 가까운 사물로부터 투시 대상물을 바꾸면서 반복할 수 있다.
- (2) 성숙한 그룹에서는 투시 대상을 선택할 대에 생활 경험 속에서 관념화 된 것보다는 (예:핸드백, 필통) 햇님의 내부, 사람 마음의 내부(구체적인 인물을 선정해도 좋다)등이 더 효과적임을 말해 줄 필요가 있다.

## 평가

관찰 결과 개념화된 각자의 이상을 발견할 수 있고 집단 구성원의 공통된 경향을 파악할 수 있다. 또 작품과 작가와의 관계를 여러 측면에서 고찰할 수 있다.

인

### 인간관계3

나를 소개합니다.

자료 (1)에서는 인간관계 훈련의 기초 과정 중에서 자연스럽게 부담 없이 자신을 소개할 수 있는 자료들을 소개하였고 지난 자료(2)에서는 피상적인 자기 소개에서 나아가 자신의 생각과 집단 내에서의 처신 등을 조금은 깊은 면을 소개할 수 있었다. 그러나 이제 자료(3)에서 부터는 자아의 여러 측면을 소개하도록 하는 자료들을 소개하게 될 것이다. 그러나 아직도 자신을 다른 사람들에게 드러내 보이는 첫 단계에 머무르고 있다는 것을 기억해야 하며 이 단계를 철저히 다루는 것은 이후의 단계에서 보다 효과적이고 부작용이 없는 결과를 얻기 위한 것이다.

# 좋아하는 것 소개하기

## 기대효과

사람은 개인마다 여러 가지 좋아하는 것들이 있다. 그리고 그러한 것들은 우연히 좋아하기보다는 각자의 개성에 따라 선택되어진 것일 수 있다. 그러므로 각자가 좋아하는 것들을 여러 종류로 소개하도록 함으로 서로의 성격이나 정서적인 상태, 삶의 모습 등을 소개할 수 있다.

## 그룹의 크기

1시간 정도

## 준비자료

필기도구, 백지

## 자리 모양과 분위기

원형으로 앉는다. 편안하고 자유롭게 대화를 나눌 수 있는 분위기가 필요하며 따뜻한 온돌방이면 더욱 좋겠다.

## 진행

① 나누어준 백지 뒤에 첫째 과제로 각자 자신이 좋아하는 계절(봄, 여름, 가을, 겨울)이나 달(1,2~12월)을 하나만 기록한다. 잠시 후 모두가 기록하였으면 한 사람씩 순서대로 기록한 것을 읽고 설명한다. 소개가 끝나면 다시 둘째 과제로 각자가 좋아하는 음식물(사라다, 된장국, 생선회, 육개장등)을 하나씩 선택하여 기록하고 앞에서와 같이 소개한다.

② 나누어 준 백지 위에 셋째 과제로 좋아하는 색깔을 소개한다. 소개 후 넷째 과제로 좋아하는 때를 기록하고 소개한다. 좋아하는 공간이란 일상생활 중에서 자주 찾는 곳이나 그곳에 있으면 편안함을 느끼는 곳으로 집 뒤에 있는 동산, 예배당, 뒷자리, 서재의 책상 앞, 은밀한 우리 집의 기도 장소 등이다.

③ 다섯째 과제는 좋아하는 과목, 또는 좋아했던 과목을 소개하고 여섯째 과제로 좋아하는 때를 소개한다. 좋아하는 때란 일상생활 중에 가장 기쁘거나 보람을 느끼는 순간으로 하루의 일과를 마치고 잠자리에 들었을 때, 아침에, 잠에서 깨어났을 때, 혹은 주부의 경우 식구들을 기다리며 저녁 식사를 준비하는 때 등을 말하는 것이다.

## 응용

① 6개의 과제가 기록된 종이를 옆으로 돌리면서 다른 그룹 원들이 뒷면에 그 사람에게 대한 느낌을 기록하여 줌으로 피드백으로 정리할 수 있다.

② 매 과정마다(둘째, 넷째, 다섯째 과제 후) 매번 피드백을 할 수 있다. 이 경우에는 느낌을 기록하여 주는 것보다는 대화로서 진행하는 방법이 바람직하다.

③ 피드백을 하게 될 경우 시간이 더 소요된다.

## **평가**

① 계절(달)이나 음식은 그 사람의 성격과 관계가 있을 것이다.(성격이 강하다, 부드럽다, 깔끔하다, 털털하다 등)

② 색깔이나 공간은 내면 세계의 상태나 정서적인 것과 관계를 지어본다.

③ 좋아하는 과목은 그 사람의 진로와 적성을 생각해 보고 시간(때)은 그 사람의 생활의 단면으로 연결하여 생각해 본다.

# 가치 투자

## 기대효과

일정한 액수가 주어졌을 때 어떻게 사용할 것인가를 소개하여 무슨 일 혹은 무엇을 중요하게 생각하는가를 소개하는 가치관 소개의 방법이다.

## 그룹의 크기

20명 이내

## 소요시간

30분

## 준비자료

필기 도구, 백지

## 자리모양

원형

## 진행

① 일정한 액수를 가정해 주도록 한다. 예) 올림픽 복권에 당첨되어 1억원을 받았다면 그것을 어떻게 사용할 것인가? (단 한달 이내에 모두 사용해야 한다.)

② 사용 항목과 액수를 기록한 후 소개한다.

## 응용

가치 투자 대신 가치 투매를 할 수도 있다. 이 경우에는 20개 정도의 가치 항목이 열거된 용지가 준비되어야 한다.

번호	가 치 항 목	순위
1	돈 많은 부자	
2	국제적 명성과 인기	
3	진실한 예수님의 제자	
4	자기 실현	
5	인류 문제 해결사	
6	좋은 건강, 아름다운 용모	

## 평가

각자 개인의 가치관을 소개하였으나 그룹 전체의 공통점을 함께 정리하며 대화하거나 여러 개의 그룹일 경우 각 그룹의 공통점을 함께 발표하여 집단 전체의 공통된 가치 성향을 알아볼 수 있다.



# 나의 비상 목록

## 기대효과

절박한 상황을 부여함으로 각자에게 있어서 무엇이 가장 소중하게 생각되는가를 소개하는 가치관 소개의 한 방법이다.

## 그룹의 크기

20명 이내

## 소요시간

20분

## 준비자료

필기 도구, 백지

## 자리모양

원형

## 진행

① 절박한 상황을 임의로 가상하여 부여한다. 예) 오늘 밤 내가 집에서 잠을 자다가 화재가 발생하여 급히 뛰어나가야 할 경우 나는 무엇을 가지고 나가고 싶은가? 단 사람은 제외되며 그 외에는 부피와 무게는 상관없다.

② 잠시 생각하도록 한 후에 백지에 가장 중요한 것부터 순위별로 3개만 기록한다.

③ 모두 기록한 후에 한 사람씩 소개하면서 간단한 이유를 설명하도록 한다.

## 응용

상황은 여러 가지로 변경하여 제시할 수 있다. 예(지금 갑자기 전쟁이 일어났다면 무엇을 가지고 가겠는가? 상황의 특징에 따라 선택의 범위가 다르게 된다.

## 평가

① 사진첩, 편지 모음, 일기장 등을 소개하는 것은 삶을 신중하게 생각하는 것으로 대개의 경우 과거에 만족한다.

② 현금, 패물, 예금 통장, 기사 도구 등을 소개하는 것은 현실적인 생각을 나타내는 것이며 연령이 높을수록 현실적이다.

③ 가방이나 직장의 서류 등을 소개하는 것은 일을 중요시하고 일에 충실한 사람들의 경

우다.

④ 옷을 먼저 입어야 한다거나 신발을 신는다는 것은 사람을 의식하며 살고 인간관계를 중요시하는 경우이다.

⑤ 책을 소개하는 것은 지금 공부가 중요하다는 뜻이고 성경을 소개하는 경우는 그 성경에 개인적인 사연이 있을 경우이다.

⑥ 그밖에 피아노, 타자기, 오디오 제품 등의 특별한 기재를 소개할 때에는 그와 관련된 깊은 사연이 있을 경우가 많다.

# 가족 선택

## 기대효과

선택의 문제에서 가장 갈등을 일으키는 가족 문제를 제시하여 인간이 가지고 있는 생리적 욕망, 사회적 욕망, 자아 성취의 욕망 중에서 무엇을 강하게 추구하고 있는가를 알아본다.

## 그룹의 크기

30명 이내

## 소요시간

20분

## 자리모양

원형

## 진행

① 상황에 대한 설명으로 과제를 제시한다. 옛날에 어떤 왕족이 다른 사람들과 함께 이웃 나라에 인질로 잡혀갔다. 오랜 시간이 경과 후 그 나라에서 그 왕족을 풀어 주게 되었다. 다만 다른 사람들은 모두 죽이고 왕족과 그가 선택한 한 사람만을 살려 주기로 하였다. 이 경우 선택의 대상은 세 종류 일 것이다. 부모, 배우자, 자녀 당신은 어떤 종류의 대상을 선택할 것인가?

② 잠시 생각하도록 한 후에 선택한 사람을 소개하면서 설명하도록 한다.

③ 소개할 때에 질문을 제기하거나 토론을 유발해서는 안된다.

## 평가

① 자칫하면 평론에 빠지고 쟁답을 노하게 된다. 그러나 이것은 정답이 없다. 다만 설명하는 중에 그 사람의 생각을 소개답게 되는 것이다.

② 자녀를 택하는 경우는 종족보존, 즉 생리적 욕망이 강하며 배우자를 택하는 경우는 사회적 욕망이 그리고 부모를 택하는 경우는 효를 이루고자 하는 자아 성취의 욕망이 강렬한 경유일 것이다.

③ 이것은 그룹의 연령별 구성에 따라 많은 차이를 보인다.

# 단어구성

## 기대효과

사람의 복잡한 행동과 삶의 과정은 그 사람의 의식 구조에서 오는 것이며 그 의식 구조의 원천은 하나의 개념이다. 개념은 개인의 자아에 중심 부분으로 깊은 곳을 소개하게 된다.

그룹의 크기

20명 정도

\* 소요시간

1시간 30분

\* 준비자료

필기도구, 백지

\* 자리모양 : 원형

\* 진행

① 일상생활 중에서 자주 사용하거나 다른 사람과의 대화에서 강조하거나 늘 마음에 품고 있는 단음별(글자 하나)로 된 단어가 무엇인지를 생각하여 백지에 기록한다.

예) 삶, 愛 등

② 기록한 것을 소개하며 설명한다.

③ ①의 요령으로 두 음절 이상(글자 둘 이상)으로 된 단어를 생각하여 기록된다.

예) 믿음, 보람, 그림에도 불구하고

④ 다시 소개하며 설명한다. 이때 지도자는 앞의 소개와 연결하여 들을 수 있도록 주의를 환기시킨다.

⑤ 이번에는 평소에 생각하고 있던 짧은 문장을 자유로이 작문하여 기록하고 소개한다.

⑥ 마지막으로 한 줄 또는 두 줄 정도의 짧은 문장을 자유로이 작문하여 기록하고 소개한다.

\* 평가

① 네 번의 과제를 풀어 가는 과정에서 각 사람마다 소개하는 내용에 일치하는 중심이 있음을 발견하게 된다. 이것이 그 사람의 개념이다.

예) 삶 - 생명 - 짧게 그러나 깊게 살자

② 혼하지 않게 일치하지 않는 사람이 있는데 그런 경우에는 생각의 중심이 흐트러져 있고 자아 확립이 미숙한 경우이다.

## 비상 탈출

기대효과

: 양면성이 있어서 선택에 갈등을 느끼게 하는 문제를 제시하여 개인의 의식 구조를 소개하고 특히 인간 관계에서 어떤 요소를 중요시하는 가를 알게 된다.

\* 그룹의 크기

: 20명 정도

\* 소요시간 : 60분

\* 준비 자료 : 인쇄된 양식, 필기 도구

\* 자리 모양 : 원형

\* 진행 : ①준비된 양식을 나누어주고 각자 생각하며 기록하도록 한다.

\* 평가 : ① 마찬가지로 정답이 따로 없다. 다만 설명 중에 그 사람의 의식 구조를 소개받게 되는 것이다.

② 인간 관계에서 도덕적인 요소를 중요하게 생각하는가 또는 단순히 인간의 가치를 중요하게 생각하는가 그리고 남·여 혹은 민족이나 특별한 분류의 사람들을 의식하고 있는가를 보도록 한다.

<양식>

비상 탈출

전 세계가 핵전쟁으로 파멸 당하는 위기에 있다. 이제 지구를 탈출하지 않으면 죽을 수밖에 없다. 그런데 지금 탈출할 수 있는 우주선이 있고 그 앞에는 아래와 같은 12명의 사람들이 타려고 기다리고 있다.

- 1) 물리학을 전공하는 대학생
- 2) 상습 마약 중독자이며 임신 중인 부인
- 3) 마리화나 상습 흡연자인 고고걸
- 4) 직업적이 농구 선수
- 5) 지적이고 아름다운 여배우
- 6) 호전적인 흑인 대학생
- 7) 유명한 일본계의 소설가
- 8) 유능한 의사
- 9) 칠십 고령의 목사
- 10) 무장된 경관
- 11) 자기 회사를 위해 열심히 일하고 출장 다닌 사업가
- 12) 광신적 애국주의자인 농부

그런데 이 우주선의 정원은 9명뿐이다. 탈 수 없는 3명을 선정하고 이유를 설명하라.

- 1)
- 2)
- 3)

#### 인간관계훈련4

나를 소개합니다.

자신의 외적인 모습을 소개하는 것은 물론이고 다른 사람들이 본 자신의 모습을 소개하고 그리스도인으로서 자신의 대한 인식을 소개하고 자신의 성격과 내적인 상태, 가치관과 개념, 그리고 집단 내에서 갖는 자신의 처신 등을 소개하였다. 이와 같은 내용은 자연스러운 방법을 통하여 자신을 드러내는 기본 과정으로 철저하게 정리되어야 할 과정으로 많은 시간을 필요로 한다. 이번 호에는 자신을 드러내는 과정의 마지막 부분으로 자신의 과거를 냉용으로 하는 것을 다루게 된다. 사람은 과거를 딛고 있는 문화적 존재이기 때문에 오늘의 그 사람을 충분히 이해하려면 그 사람의 과거를 이해하고 있어야 하며 때로는 오늘의 그 사람이 안고 있는 문제를 해결하기 위하여 그 사람의 과거를 풀어 주어야 하는 경우가 있다.

## 감명 깊은 책

### 기대효과

지금까지 살아오는 동안에 나에게 가장 영향을 많이 끼친 책이 무엇인지를 소개하여 오늘의 그가 되도록 한 과거의 한 부분을 소개받게 된다.

\* 그룹의 크기 : 15명 정도

\* 소요시간 : 30분

\* 자리모양과 분위기 : 과거에 관한 이야기는 분위기가 진지하게 성숙되지 않으면 불가능하다. 조용하고 편안하면서 마음의 문을 열 수 있도록 장난스러운 분위기가 되지 않도록 한다. 원형으로 앉되 가운데에 주위를 산만하도록 하는 불필요한 물건들이 없도록 한다.

### \* 진행

: 오늘의 내가 될 수 있도록 지금까지 “나에게 가장 영향을 끼친 책”이 무엇인가?를 생각하여 책이름, 지은이, 내용을 한사람씩 소개하도록 한다. 이때 이 책이 어떤 면에서 나에게 영향을 주었는지를 분명하게 설명할 수 있어야 한다.

### \*평가

(1) 어떤 사람은 책 한 권에 의해 생의 변화를 가져오며 평생 그 책에 이끌려 살아간다. 각자의 발표를 듣고 들은 소감과 생각을 대화함으로 피드백을 할 수 있다. 직접 말로 이야기하거나 어려우면 원하는 사람에게 편지를 쓰도록 할 수도 있다.

(2) 이 과제는 과거를 소개하는 과정에서 가장 쉬운 것이므로 이후에 다른 과제들을 계속 해야 할 경우에는 피드백을 생략해야 한다.



## 잊을 수 없는 사람

### 기대효과

앞의 과제와 마찬가지로 과거를 소개받을 수 있다. 그러나 환경의 영향을 받는 인간이 가장 강한 영향을 받을 수 있는 환경은 사람이기 때문에 좀 더 중요한 과거를 소개받을 수 있다.

\* 그룹의 크기 : 15명 정도

\* 소요시간 ; 40분

\* 자리 모양과 분위기 ; 진지한 분위기에서 원형으로 앉는다.

### \* 진행

지금까지 살아오는 과정에서 나에게 가장 영향을 준 사람이 누구인가? 왜 어떤 면에서 나에게 영향을 주었다고 생각하는가?를 소개하도록 한다. 여기에서 영향이란 좋은 면의 영향일 수도 있고 때로는 좋지 않은 면의 영향일 수도 있다. 친구, 선배, 학교 선생님, 교회 학교 선생님, 할아버지, 할머니, 아버지, 어머니, 목사님, 전도사님 등 충분히 생각하여 한 사람만을 소개하도록 한다.

### \* 평가

(1) 각자의 소개를 받은 후 느낀 점을 이야기한다. 사람은 다른 사람을 닮으면서 성숙한다. 성격과 가치관 또는 신앙에 관한 것까지도 다른 사람의 영향을 받아 닮는다. 오늘의 그 사람이 되도록 영향을 준 것이 무엇인지 좋은 점은 더욱 다짐하고 나쁜 점은 속히 떨쳐 버릴 수 있도록 돕는다.

(2) 느낀 점을 말할 때 직접 말로 하는 대신에 편지를 써서 전달하는 방법도 있다. 물론 이 경우에 전달된 편지를 본인이 읽으면서 공개하는 것이 바람직하다.

## 기쁜 일, 슬픈 일

### 기대효과

과거로부터 오는 영향 중에서 가장 부정적이고 큰 것은 어떤 사건의 경험에서 오는 것이다. 충격적인 경험이 무엇인가를 알아 열등의식, 좌절감, 부정적 사고방식, 죄의식 죽음에 대한 공포, 대인관계의 두려움 등 부정적인 면을 해결하는데 도움을 주고 그 사람에 대한 가장 깊은 이해를 가능하도록 한다.

\* 그룹의 크기 : 15명 정도

\* 소요시간 : 시간 제한을 두지 않는다.

\* 자리 모양과 분위기 : 각자의 속마음을 털어놓을 수 있는 진지한 분위기이면서 무엇보다 충분한 시간의 여유를 갖고 서두르지 않을 수 있어야 한다. 어떤 경우에도 마찬가지로이지만 특히 이 과정에서는 도중에 출입하거나 유통하는 인원이 없도록 해야 한다. 원형으로 앉도록 하고 중앙에 장애물이나 주위를 산만하게 하는 물체가 없도록 한다(기둥, 탁자, 꽃, 책 등)

### \* 진행

(1) 지금까지의 삶의 과정에서 잊을 수 없는 일 즉 나에게 충격적이라 할만큼 큰 영향을 준 사건이 무엇인지를 소개하도록 한다.

(2) 그것은 기쁜 일(입학 시험에 합격 좋은 생일 선물을 받음, 부모의 사랑을 경험, 신앙의 특별한 체험 등)일 수도 있고 대개의 경우는 슬픈 일(가까운 사람의 죽음, 어떤 일이 실패, 배신이나 실연, 질병이나 사고 등)의 경우이다. 솔직하게 이야기 할 수 있도록 인도한다.

(3) 이 과제에서는 특히 진행의 원칙에 어긋나지 않도록 하되 앉은 순서대로 말하도록 하여 이야기를 기피하는 사람이 없도록 하고 순서를 바꾸어 서로가 솔직하지 못한 말을 하는 분위기가 되지 않도록 한다.

### 평가

이 과제에서는 어떤 형태로든지 반드시 피드백을 해야 한다. 왜냐하면 자신을 소개하는 과정에서 가장 깊은 곳, 그러기에 어려운 것을 소개하는 과정이기 때문에 후회가 되지 않도록 하기 위해서다.

## 나의 모습 그리기

\* 기대효과 : 자신을 그림으로 표현하도록 하여 현재의 내면 세계와 앞으로 나아갈 삶의 목표 그리고 과거 성장 과정에서의 환경 등을 알아볼 수 있다.

\* 그룹의 크기 : 20명 이내

\* 소요시간 : 2시간

\* 준비자료 : 16절 모조 백지, 필기 도구(연필, 볼펜, 칼라펜, 크레파스, 색연필 등 다양한 종류와 색깔을 준비한다.)

\* 자리모양과 분위기 : 원형으로 앉으며 그림을 그리기에 불편하지 않도록 탁자를 사용할 수 있는 것이 바람직하다.

\* 진행

(1) 여러 종류의 필기 도구를 중앙에 놓아 자유롭게 선택하여 사용할 수 있도록 한다.

(2) 백지를 한 장씩 나누어준다.

(3) 첫 번째 그림은 백지 한쪽의 전면을 활용하여 현재의 자신을 그림으로 표현하여 그리도록 한다. 이때 그림의 종류는 인물화, 사생화, 정물화, 추상화 구성 등 무엇이든 가능하다. 모두가 그렸으면 한사람씩 차례대로 그림을 높이 들고 무엇을? 왜? 그렸는지 설명한다. 설명하는 시간은 30초 이내로 간단히 한다.

(4) 두 번째 그림은 다른 면의 반쪽 공간을 활용하여 20년 후의 자신의 활동 모습을 그리도록 한다. 모두 준비되었으면 그림을 설명한다.

(5) 세 번째 그림은 나머지 반쪽 공간을 이용하여 10살 때의 그림을 그리도록 한다. 이번에는 그림의 소재를 통일한다.(예. 10살 때의 모습을 나무로 표현하여 그린다). 그림이 완성되면 다시 차례대로 그림을 설명한다.

(6) 세 종류의 그림에 대한 설명을 듣고 각자에 대한 생각과 느낌을 피드백한다. 그림이 완성되면 다시 차례대로 그림을 설명한다.

(7) 종이가 본인에게 돌아오면 각자가 읽어본다.

(8) 이제는 다른 사람들이 나에게 대하여 써 준 내용을 한사람씩 전체 앞에서 읽는다. 이때 다른 사람들이 기록한 것을 감사한 마음으로 읽어야 하며 변명이나 설명을 붙이지 않고 기록된 대로만 또박또박 읽는다.

(9) 서로가 종이를 바꾸어 상대방에게 가장 적합한 기도의 제목이 무엇인지를 찾아 서로 기도해 주는 시간을 갖는다.

평가

(1) 현재의 그림은 현재 그 사람의 내적인 상태, 정서적인 것이나 신앙의 상태 등을 의미

한다.

(2) 미래의 그림은 그 사람의 삶의 자세 즉 삶의 목표가 삶의 방법, 그리고 가치관 등을 의미한다.

(3) 과거의 그림은 그 사람이 성장하는 과정에서의 환경, 부모와의 관계 또는 경제적인 여건이나 교육적인 환경을 의미한다.

(4) 색깔의 선택과 선의 사용 그리고 지면의 활용 등에서 그 사람의 성격 등을 살펴볼 수 있다.

응용

과거, 현재, 미래의 그림을 각각 별개의 과정으로 따로 구분하여 사용할 수 있다. 그럴 경우에는 종이를 각각 별도로 사용하게 된다.

인간관계훈련5  
당신을 소개합니다.

## 자아인식 증진표

### \* 기대효과

자신과 관계를 맺고 있는 사람들 중에서 이해가 깊은 몇 사람을 선택하여 그들의 장단점을 생각해 보면서 자신의 장단점을 비추어 볼 수 있기 때문에 자아 인식의 기회를 주게 된다.

### \* 그룹의 크기 : 8-12명

### \* 소요시간 : 40분

### \* 준비자료 : 인쇄된 자아 인식 증진표

\* 자리모양과 분위기 : 자리모양은 얼굴을 서로 마주 보고 앉을 수 있도록 원형으로 하고 분위기는 진지하게 생각하고 대화를 나눌 수 있는 조용하고 안정된 분위기가 필요하다.

### \* 진행 :

(1) 준비된 자료를 배부하여 지도자의 진행에 따라 함께 보조를 맞추어 단계적으로 기록해 나아간다.

(2) 모든 기록이 끝나면 4번에 기록한 내용을 발표하여 대화를 나눈다.

(3) 각자의 발표가 모두 끝나면 기록한 종이를 돌리면서 뒷면에 간단한 피드백을 메모한다.

### \* 응용

시간이 충분하고 소그룹의 단일 집단일 경우에는 한사람씩 발표할 때마다 그때그때 피드백을 위한 대화를 나눌 수 있다. 이런 경우에는 2시간 이상의 시간이 소요되며 준비된 분위기에서 대화가 이루어질 경우 깊은 이야기를 나눌 수 있을 것이다.

### \* 평가

타인의 장단점을 정리하는 과정에서 스스로 자기의 장단점을 인식하고 또한 다른 사람의 발표를 소개받으면서 자신의 모습 스스로 비추어 보도록 하는데 의의가 있다. 어떤 객관적인 평가의 기준을 가질 수는 없다.

### 자아인식 증진표

1. 먼저 아래의 ( )에 자신이 속한 그룹을 기록하고 각 그룹 내에서 자신과 가장 가까운 인물을 네 사람씩 차례로 적어 본다.(그룹이란 가정, 직장, 학교, 이웃, 정치, 사회, 문화, 종교 등 모든 분야에 해당)

(        ) (        ) (        ) (        )

1)

2)

3)

4)

2. 위에 기록한 16명의 사람들 중에서 그룹에 관계없이 다시 가장 중요한 사람을 4명씩 뽑아 기록한다.

1)                      2)                      3)                      4)

3. 위에 기록한 네 사람들의 장점(적극적인 면)과 단점 또는 약점을 생각나는 대로 적어 봅니다.

성 명	장점(3가지)	단점 또는 약점(한가지)
1)		
2)		
3)		
4)		

4. 위에 기록된 인물들의 장·단점을 정리하면서 자신에 대해 받는 암시가 있을 것입니다.

- 1) 나의 장점과 같은 타인의 장점은 무엇입니까?
- 2) 나에게는 없고 내가 본받고 싶은 타인의 장점은 무엇입니까?
- 3) 나의 단점과 같은 타인의 단점은 무엇입니까?
- 4) 나에게는 없지만 본받기를 원치 않는 타인의 단점은 무엇입니까?

## 자아성찰표

\* 기대효과 : 제시된 문제를 답하면서 자신이 가지고 있는 일의 목표가 무엇인가를 확인하고 일을 추진해 나가는 자신의 모습을 정리하도록 돕는다.

\* 그룹의 크기 : 8-12명

\* 소요시간 : 40분

\* 자리모양과 분위기 : 원형으로 앉는다.

\* 준비자료 : 인쇄된 자아성찰표

자아성찰표 예)



자아성찰	답	이유	개선 가능성
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 나는 남달리 큰 꿈을 가진 야심가이다.</li> <li>2. 나는 어려운 일 일수록 더 도전 의식을 느낀다.</li> <li>3. 나는 매사를 소홀히 하지 않는다.</li> <li>4. 나는 나의 목표를 향하여 꾸준히 노력한다.</li> <li>5. 나는 언젠가는 사람들이 깜짝 놀랄 만한 일을 이룩하게 될 것이다.</li> <li>6. 나는 나의 꿈을 실현할 만한 능력이 있다.</li> <li>7. 나는 어떠한 어려움이 있더라도 이겨낼 자신이 있다.</li> <li>8. 나는 남에게 비굴하기를 싫어한다.</li> <li>9. 나는 일단 약속하면 기어이 지킨다.</li> <li>10. 나는 무슨 일을 해도 지칠 줄을 모른다.</li> <li>11. 나는 타인과 실력으로 겨루기를 좋아한다.</li> <li>12. 나는 항상 새로운 방법을 좋아한다.</li> <li>13. 나는 경쟁자가 있을 때 더 힘이 난다.</li> <li>14. 나는 일에 몰두할 때 가장 즐겁다.</li> <li>15. 나는 매사에 적극적인 사람이다.</li> <li>16. 나는 안 가지면 더 견디기가 어렵다.</li> <li>17. 나는 언제나 스스로 일을 찾아서 한다.</li> <li>18. 나는 나의 꿈이 반드시 실현되리라고 믿는다.</li> <li>19. 나는 내가 한 일에 대해서는 그 결과에 관계없이 책임을 지는 사람이다.</li> <li>20. 나는 약간의 모험이 따르는 일을 좋아한다.</li> <li>21. 나는 몇 번 실패를 해도 꺾이지 않는다.</li> <li>22. 나는 같은 일을 되풀이하는 것을 싫어한다.</li> <li>23. 나는 항상 목표를 분명히 하고 일을 시작한다.</li> <li>24. 나는 무슨 일이든 그 진행 과정을 수시로 검토하고 수정한다.</li> <li>25. 나는 일단 시작한 일은 끝이 날 때까지 중단하지 않는다.</li> </ol>			

\* 진행 :

(1) 성찰 표를 나누어주고 각자가 (O, X) 답을 기록하도록 한다.

(2) 25개의 문항 중에서 자신이 중요하다고 생각하는 문항을 5개만 선택하여 설명하도록 한다.

(3) 각자의 설명이 끝난 후 표를 돌리면서 뒷면에 간단한 피드백을 기록한다.

\* 응용 : 각자의 설명이 끝날 때마다 한사람씩에 대한 피드백을 말로써 할 수 있다. 이 경우에는 많은 시간을 필요로 한다.

\* 평가 : 앞의 자아증진표와 마찬가지로 진행 과정에서 스스로 자신을 보도록 하는 것이 중요하다. 제시되는 문항에 답을 하는 과정과 다른 사람들이 각자의 것을 설명하는 것을 듣는 과정, 그리고 나에 대한 다른 사람의 간단한 피드백을 읽는 과정에서 스스로의 모습을 보게 된다.

## 성격유형 분류표

기대효과

자기 자신의 성격에 대한 형태를 이해함으로 인간 관계에 불필요한 긴장과 부담을 덜고 적응할 수 있는 마음의 준비를 돕는다.

\* 그룹의 크기 : 제한없음

\* 소요시간 : 40분

\* 자리형태와 분위기 : 강의 대형으로 앉아 각자가 작업할 수 있다. 자신에 대한 생각을 정리할 수 있도록 안정된 분위기가 필요하다.

\* 준비자료 : 인쇄된 분류표(가)와 (나)

분류표(가)

성격 유형 분류표(가)

예 잘모름 아니오

1. 나는 '내일의 걱정은 내일로' 미루는 성격이다.
2. 어떤 일이나 꼼꼼하며 매우 섬세한 점까지 찾으려고 한다.
3. 독서를 할 때에는 대체로 정독하는 편이다.
4. 계산할 때에는 세세한 숫자까지 계산하며 적당히 넘어가지 못한다.
5. 사소한 틀린 것이라 해도 발견되면 그것을 깊이 반성하고 행동하는 편이다.
6. 어떤 일에 대한 이야기를 들었을 경우에는 그것을 거저 받아들이지 않고 서적이나 문헌에 비추어 정확한 정보를 알려고 노력한다.
7. 물건을 살 때에는 그 제품의 장단점에 대해서 쉽게 결단을 내리지 못한다.
8. 사소한 일에도 신경을 쓰는 편이다.
9. 신문을 읽을 때에는 큰 대목 중심으로 대강 훑어보는 것이 아니라 본문까지 자세히 읽는 편이다.
10. 사소한 잘못에 대해서는 신경을 쓰지 않고 대국적으로 판단하는 편이다.

분류표(나)

성격 유형 분류표(나)	예 잘모름 아니오
1. 대체로 남들은 알고 있는데 나는 모르고 있을 때 매우 부끄럽게 생각한다.	
2. 신문을 매우 열심히 읽는 편이다.	
3. 베스트 셀러 작품이나 평이 좋은 책을 빼놓지 않고 읽는 편이다.	
4. 무엇이든지 가급적 자세히 그리고 철저히 알려고 한다.	
5. 어떤 사안에 대해서 신문이나 잡지 기타 참고 자료에 비추어 상세히 알려고 노력한다.	
6. TV, 라디오의 뉴스는 하나도 빼놓지 않고 듣는다.	
7. 어떤 일이나 문제에 대해서 좁고 깊게 아는 것보다는 얇고 넓게 아는 것이 좋다고 생각한다.	
8. 가족이나 친구들과 대화를 할 때 자신의 문제보다는 언제나 일반적인 문제를 화제로 하는 것이 좋다.	
9. 남이 알고 있는 사실을 자신이 모르고 있을 때에도 부끄럽게 생각지 않는다.	
10. 세상일에 대해서 비교적 무관심한 편이다.	

\* 진행

- (1) 먼저 분류표(가)를 배부하고 각자 답하도록 한다.
- (2) 기록이 끝났으면 채점한다. 채점 방법은 2-9번까지는 예(+1) 잘모름(0), 아니오(+1)로 계산한다.
- (3) 총계가 +이면 세심치밀형, -이면 자유개방형이다.
- (4) 다시 분류표(나)를 배부하고 각자 답하도록 한다.
- (5) 기록이 끝났으면 채점을 하되 1-5번까지는 예(+1), 잘모름(0), 아니오(-1)로 하고 7-10번까지는 예(-1), 잘모름(0), 아니오(+1)로 계산한다.
- (6) 총계가 +이면 정보 탐지형이고 -이면 무지 안주형이다. 각자가 자신의 성격을 스스로 평가하는 것으로 족하다.

평가

어느형이 좋고 나쁘고 하는 것을 말하는 것이 아니고 자신의 성격을 알아 대처하도록 하는데 의의가 있다. 세심치밀형은 매사에 조심스럽게 접근하며 원인 규명에 애쓰고 자유 개방형은 자신이 가지고 있는 형식에 의해 단순하게 생각한다. 정보 탐지형은 될 수 있는 대로 무엇을 자세하게 알려 하며 무지 안주형은 자신이 모르는 사실에 신경을 쓰지 않고 태연한 자세를 취한다. 결국 세심 치밀형적 정보 탐지형, 자유개방형적 정보 탐지형, 세심치밀형적 무지안주형, 자유개방형적 무지안주형으로 분류된다.

## 지도력 유형 분류표

### 기대효과

사람은 누구든지 각자 지도력을 갖고 있다. 이러한 지도력은 현재 지도자의 책임을 맡고 있는 경우뿐만이 아니라 일반 회원일지라도 보이지 않는 중에 집단 내에서 상호 영향을 끼치고 있다. 지도력의 좋고 나쁜 것을 평가하는 것이 아니고 자신의 지도력이 어떤 유형인가를 알아 이상적인 지도력으로 성숙케하고 공동체에 바람직한 영향을 주도록 한다.

그룹의 크기: 제한 없음

\* 소요시간: 30분

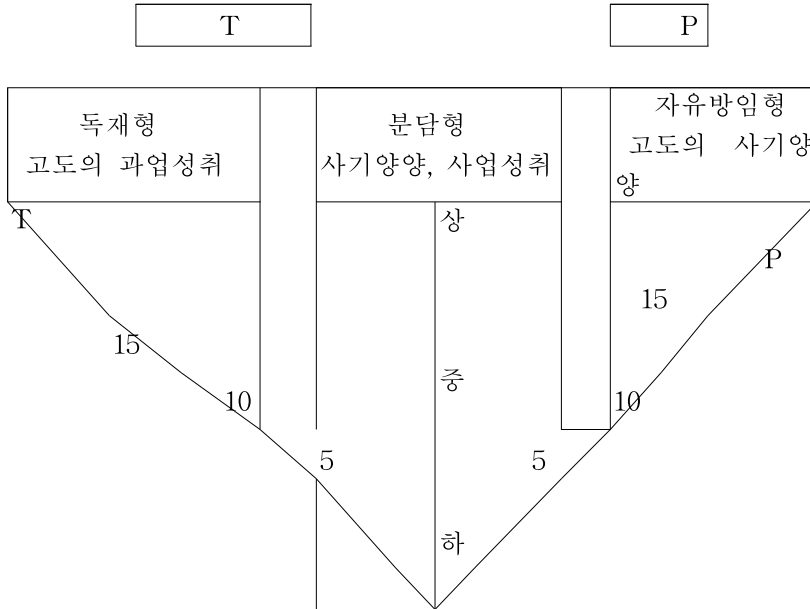
\* 자리모양과 분위기: 인원수가 적은 소그룹 일 경우에는 원형으로 하고 인원수가 많을 때에는 인원수의 제한없이 강의 대형으로 앉아도 좋다.

\*준비자료: 인쇄된 지도력 유형 분류표

지도력 유형 분류표

항상 자주 가끔 드물게 절대로  
않는다

1. 그룹의 대변인 같이 행동한다.
2. 모두에게 정한 시간보다 더 일하도록 권장한다.
3. 회원들에게 자율적으로 하도록 자유를 준다
4. 통일된 진행 과정을 밟도록 권장한다.
5. 자신들의 판단으로 문제 해결을 하도록 한다.
6. 우리의 그룹은 경쟁에서 이겨야 한다는 것을 강조한다.
7. 지도자가 그룹의 대표로서 말하는 것이 좋다.
8. 좀더 노력하도록 회원들을 촉구한다.
9. 내 의견을 관철시키려고 애쓴다.
10. 회원이 생각한 대로 일하도록 한다
11. 나의 진급을 위해서 열심히 일한다
12. 일의 연기나 불확실성을 관용할 수 있다.
13. 방문객이 있을 때 내가 그룹의 대표로서 말하는 것이 좋다
14. 일을 급속도로 진행시킨다.
15. 회원들에게 맡은 일을 마음대로 할 수 있게 해준다.
16. 그룹에서 생기는 갈등을 잘 해결한다.
17. 너무 세밀한 데까지 신경을 쓰는 소심 파다
18. 밖에 나가서도 그룹을 대표하기를 좋아한다.
19. 회원들에게 행동의 자유를 주는 것을 꺼려한다.
20. 해야 할 일과 진행 방법을 내가 결정한다.
21. 성과를 위해서 압력을 가한다.
22. 지도자로서 가질 수 있는 권위를 다른 회원에게 양보한다.
23. 보통 내가 예상했던 대로 일이 된다.
24. 그룹이 주도권을 가지도록 최대한으로 허용한다.
25. 회원들에게 더 열심히 일하라고 요구한다.
26. 변화에 대해서 두려워하지 않는다
27. 회원들에게 각각 특수 과업을 준다
28. 회원들의 판단력을 신뢰한다
29. 내가 할 일의 일정표를 만든다
30. 나의 행동에 대해서 설명하기를 싫어한다.
31. 나의 의견은 그들의 이익을 위한 것이라고 다른 사람을 설득시킨다.
32. 그룹이 가지고 있는 능력 한 도내에서 일하도록 한다
33. 그 전에 하던 것보다는 나아야 한다는 점을 회원들에게 강조한다.
34. 회원들과 의논함이 없이 나는 행동한다.
35. 회원들에게 원칙적인 규칙과 규정에 따르도록 요구한다.



**\* 진행:**

(1) 분류표를 나누어주고 지도자의 진행에 따라 다같이 보조를 같이하여 한 문제 씩 일고 답을 기록하도록 한다.

(2) 모두 기록이 끝났으면 다음 순서에 의하여 채점한다.

가) 설문지의 번호 8,12,17,18,19,30,34,35에 동그라미를 친다(예:⑧)

나) 동그라미 친 번호 중에서 자신의 대답이 “드물게”나 “절대로 않는다”에 답한 사람은 그 번호 앞에 \* 표시를 한다.

다) 이번에는 동그라미를 하지 않은 번호 중에서 “항상”이나 “자주”에 답한 사람은 역시 그 번호 앞에 \*표시를 한다.(예: \* )

라) 3,5,8,10,15,18,19,22,24,26,28,30,32,34,35번 중에서 앞에 \*표가 있으면 \*표에 동그라미를 한다.

마) 동그라미를 친 \*의 숫자를 세어서 P난에 동그라미 치지 않은 \*의 숫자를 세어서 T란에 적는다.

(3) P의 숫자를 오른편 P의 화살표에 표시하고 T의 숫자를 왼편 T의 화살표에 표시한다. 그리고 T의 화살표에 표시한다. 그리고 T점과 D점을 직선으로 연결하여 I화살표와 만나는 점을 얻는다. (예:)

**\*평가**

(1) T(Task)점이 높으면 업무에 대한 관심이 많은 독재형의 지도력으로 일을 추진하고 성취시키는 힘이 강하다

(2) P(Person) 점이 높으면 사람에 대한 관심이 높은 자유방임형의 지도력으로 분위기를 좋게 하고 사기를 양양시키는 강점이 있다.

(3) I(Idea)점이 (중)이상이면 사기양양과 추진력이 함께 있는 이상적인 지도력이며(하)하

면 한편의 강점만 가지고 있는 다소 불안한 지도력이다.



## 집단 안에서 나는 누구인가?

기대효과

간단한 질문에 답하므로 집단 구성원으로서의 자신을 재발견하고 답에 대한 다른 사람들과의 대화를 통해 집단에의 적극적인 참여에 용기를 주고 나아가 구체적인 개선의 과정이 되게 한다.

\*모임의 크기: 제한 없음

\*소요시간: 20-60분

\*준비자료: 필기도구, 질문지

\*진행:

(1) 다음의 질문지에 자기에게나 또는 자기가 속한 집단에 대하여 해당되는 곳에 ○ 표한다

<질문지 내용>

- ①참석하기 피곤함( ) 피곤치 않음( )
- ②열등의식을 가짐( ) 평등 의식 ( )
- ③자기 개방적이다( ) 자기 폐쇄 ( )
- ④권위 의식을 느낌 ( ) 무관심하다 ( )
- ⑤회의 진행 무관심( ) 관심 ( )
- ⑥책임 부서에 위치하고 있음( ) 소외 위치( )
- ⑦말재주만을 구사하고 있음 ( ) 건설적 의견 진술( )
- ⑧지도자를 신뢰하고 있음 ( ) 실망하고 있음( )

2) 4인 1조로 소집단을 만들어 서로 마주 앉아서 자신이 ○표한 이유를 설명한다. 이때 그룹 형성은 자유스럽게 구성하도록 한다.

3) 다시 원위치로 돌아와 전체적 느낌을 이야기한다.

\* 응용: 4인 1조로 모여서 한번만 대화하고 끝나지 않고 조를 바꾸어 여러번 대화를 하게 되면 더 많은 사람들과의 만남으로 적극적인 관계 형성과 함께 소속감을 강하게 느끼게 할 수 있다.

<설문지 보충 설명>

②번: 나는 따돌림받는 존재인가 혹은 형식적인 존재인가?

④번: 나는 권위 의식을 느끼거나 나타내고 있는가 아니면 지도자에 대하여 전혀 관심이 없

는가?

⑥번: 나는 항상 다른 사람으로부터 책임을 맞는 존재인가 아니면 도외시 당하고 있는 존재인가?

⑦번: 나는 남에게 보이기 위하여 말재주만을 구사하고 있는 존재인가 아니면 일을 당하여 건설적인 의견을 발표하는 사람인가?

## 인간관계훈련6

당신을 소개합니다.

인간관계 훈련의 둘째 단계는 나에게 바쳐진 다른 사람의 모습을 되돌려 보여주고 다른 사람들에게 비쳐진 나의 모습을 되돌려 받은 피드백의 과정이다. 지난 호에서는 설문지에 의한 방법으로 가장 쉬운 방법을 소개하였다.

이번 호에는 간단한 글을 쓰는 방법과 직접 말을 주고받는 방법을 몇 가지 소개한다. 피드백이란 서로의 느낌과 생각을 솔직하게 말해 주는 것이기 때문에 분위기의 성숙한 각자의 마음의 준비가 이루어지지 않으면 효과를 가져올 수 없으며 오히려 부작용과 역효과를 가져올 수도 있다. 설문에 의한 방법보다 글을 쓰는 방법은 좀 더 자극적이며 글쓰는 방법보다 직접 말을 주고받는 방법은 더욱 어려운 방법이 된다.

지도자는 진행하려는 동기에 집착하기보다는 예측되는 결과를 생각하면서 지혜롭게 선택하고 또 인내로써 이끌어야 할 것이다.

## 첫인상 소개

\* 기대효과

모임이 시작될 때 처음 만난 사람들이 어색하지 않게 대화의 분위기에 참여할 수 있도록 하기 위함이다. 자신을 드러내고 다른 사람에 대한 느낌을 말할 수 있는 계기를 마련해 주게 된다.

\* 그룹의 크기 : 제한 없음

\* 소요시간 : 인원수에 따라 결정된다.(40명이면 20분 정도)

\* 준비자료 : 인쇄된 인터뷰 기록용지

<인터뷰 기록 용지>

번호	조	이름	대화 내용	첫인상
1				
2				

\* 자리모양과 분위기 : 개인별로 대화를 나눌 때는 대화의 상대를 찾아다닐 수 있도록 자유로운 분위기이다. 대화 후에 소개할 때에는 원형으로 앉아 마주 볼 수 있도록 한다. 모임의 시작이나 식사 시간을 이용할 수도 있다.

### 진행

- 1) 인도자는 진행 방법을 미리 알려준다.
- 2) 자유롭게 대화의 상대를 찾아 서로가 몇 가지 질문과 대답을 주고받는다.  
예) 이름, 소속 교회와 맡은 일, 신체적인 특징, 좋아하는 것, 결혼관, 삶의 계획 등
- 3) 대화 후에 상대방에게 느낀 느낌을 기록한다.
- 4) 인정한 시간이 지나면 전체가 모여서 소개한다. 이때 대화의 상대자를 일어서도록 하고 대화의 내용을 소개하면서 느낀 첫인상을 함께 소개한다.

### 평가

: 타인에게 비추어지는 첫 인상을 알 수 있는 것으로 만족한다.

### 응용

: 전체 참가자가 많은 경우에는 한사람씩 일일이 소개할 수가 없다. 이 경우에는 대화의 상대자를 10명 정도로 하여 개인별로 대화를 나누는 중에서 느낀 첫인상까지도 말하도록 하고 전체 모임 앞에서의 소개는 생략할 수 있다.

## 소지품 교환

### \* 기대효과

그룹 내에서 다른 사람들과의 관계를 확인하게 된다. 다른 회원들로부터 어느 정도의 호감을 얻고 있으며 또는 소외되지는 않는가를 본다.

\* 그룹의 크기 : 15명 정도

\* 소요시간 : 30분

\* 준비자료 : 없음

\* 자리모양 : 원형

### \* 진행

(1) 각자의 소지품 중에서 한가지씩 꺼내어 그룹의 중앙에 모아 놓는다.

예) 만년필, 만원 지폐, 손수건, 반지, 버스 토큰, 주민등록증 등 인원수와 소지품의 숫자가 일치하는지를 확인한다.

(2) 모아진 소지품 중에서 각자가 원하는 순서대로 갖고 싶은 것을 한가지씩 가져온다. 마지막 사람이 마지막 물건을 가져올 때까지 기다린다.

(3) 각자가 가지고 온 물건을 소개하고 왜 그것을 가지고 왔는가? 이유를 설명한다.

(4) 설명이 끝나면 자신이 갖고 있는 물건을 주고 싶은 사람에게 주도록 한다.(물건을 주인에게 찾아 주라는 의미는 아니다)

(5) 전체 앞에서 소지품의 분배를 확인한다. 한 개를 주고 두개를 받은 사람, 한 개를 주고 세개를 받은 사람.... 그리고 한 개를 주고 하나도 받지 못한 사람.

### \* 평가

(1) 가져간 소지품을 설명할 때 그 사람의 생각을 소개받을 수 있고 소지품을 가져가는 순서를 보면서 성격을 소개받을 수 있다.

(2) 그러나 중요한 목적은 마지막 소지품의 분배이다. 똑같이 하나씩을 갖고 있었으나 후에 여러 개를 받은 사람은 그 물건의 의미와는 관계없이 그룹 내에서 그 한 사람의 호감도를 나타내는 것이다. 즉 많은 사람들로부터 관심의 대상이 되고 있으며 관계 형성을 요청받고 있다는 뜻이다. 반대로 한 개도 받지 못한 사람은 소외되어 있다는 의미가 된다.

### 응용

소지품으로 하지 않고 동전으로 할 수도 있다.(100원짜리, 50원짜리, 10원짜리, 1원짜리, 토큰) 소지품은 물건 자체가 갖는 의미가 있기 때문에 호감도를 분별하는데 혼선을 일으킬 수 있으나 동전으로 사용한 경우에는 같은 종류이기 때문에 이점이 더욱 분명하게 된다.

## 카드맞추기

기대효과

인간관계에 가장 중요한 요소는 신뢰이다. 신뢰 없이는 관계 형성이 불가능하며 신뢰가 깨질 때 인간 관계는 파괴된다. 함께 카드를 맞추면서 신뢰감을 점검해 보게 된다.

그룹의 크기 : 12명 정도

소요시간 : 30분

\* 준비자료 : 1) 카드 그림

2) 위의 그림을 자료 17개의 카드 조각

3) 인원 수 만큼의 백지

\* 자리모양과 분위기 : 자리 모양은 원형이며 분위기는 산만하지 않고 질서가 지켜져야 한다. 의자에 앉는 것보다 방바닥에 앉아야 편리하다.

\* 진행

1) 인도자는 먼저 진행에 대한 규칙을 말해 준다.

(1) 시작에서 끝날 때까지 어떠한 말도 해서는 안된다. 침묵 중에 마음과 마음이 통하면서 협조되어야 한다.

ㄴ) 합심하여 하나의 정사각형을 완성하는 것이나 작업은 한 사람씩 하도록 한다.

ㄷ) 맞추는 작업을 하는 사람은 먼저 자르지 않은 그림을 보고 와서 맞추도록 한다.