

너는 이래? 나는 이래!

강사: 이정아

1. 대상 및 시간

1)대상 및 인원

나와 타인에 대한 이해를 통해 대인관계 개선, 대인관계 능력 향상을 원하는 단국대학교 학생

2)시간

주1회 8회기(주 1회당 2회기-120분)

3)장소

단국대학교 대학생활상담센터 집단상담실

2. 목적 및 기대효과

1)심리검사(MBTI, 에니어그램, TCI)를 통해 나 자신과 타인에 대한 이해의 폭을 넓힌다.

2)집단 내 구성원의 역할과 관계패턴을 통해 ‘나와 너의 다름’을 알고 이해한다.

3)자아발견과 타인에 대한 이해, 집단 내 관계경험과 관계훈련을 통해 대인관계 기술을 향상시킬 수 있다.

3.전체일정

회기	주제	주요활동	준비물
1	내가 모르는 나 내가 더 모르는 너	1.프로그램 소개 (프로그램 목적, 진행과정, 회기별 내용, 집단상담 규칙 안내) 2.첫 인사 -첫인상 피드백 나누기(긍정 피드백) -자기소개 3.사전검사 안내와 실시 -사전검사에 대한 안내 (검사소개, 실시방법 안내) 4.사전검사 실시(4가지) -사전설문지(대인관계) -MBTI -에니어그램(Enneagram) -TCI(기질 및 성격검사) 5.소감나누기	검사지(MBTI, 에니어그램, TCI) A4용지 이름표 네임펜 포스트 잇
2			

3	MBTI 유형과 대인관계	1.아트게임 -빨강과 초록의 대화	이름표 A4용지 전지(4장) 크레파스 심리검사결과지
4		2.MBTI를 통한 나와 타인의 이해 -4가지 선호지표 -16가지 유형과 결과해석 -나는 어떤 유형인가? 3.내 관점의 틀 넘기 -서로의 편견 -유형별 의사소통 전략 4.MBTI의 활용전략 -대인관계 향상을 위한 탐색 5.발표와 소감나누기	
5	에니어그램 유형과 대인관계	1.에니어그램을 통한 나와 타인의 이해 -기본 성격유형, 힘의 중심, 날개 분열·통합 방향, 발달 수준 의미 탐색 -유형에 따른 행동특성 파악하기 -유형별 공통점, 차이점(그룹작업)	이름표 A4용지 도화지 색사인펜 크레파스 활동지 카툰프레임
6		2. 성격유형별 대인관계 전략 -대인관계 갈등상황과 갈등해소방안 탐색 -의사소통 실습 3.소감 나누기	
7	TCI와 대인관계	1.TCI를 통한 나와 타인 이해하기 -개별척도 해석, 기질유형 해석, 성격 척도와 기질유형 해석, 성격유형 해 석(기질별 상호작용, 성격별 상호작 용)	도화지(8절) A4용지 크레파스 색사인펜 활동지 카툰프레임
8		2.기질과 성격별 대인관계 전략 -갈등상황, 갈등해소방안 탐색 3.소감나누기 4.사후검사(대인관계 검사지)	

-기획안은 수정,보완 될 수 있습니다.