강의계획서

과 목 명	《책으로 걷는 마음의 결》 “나는 어떤 문장으로 살아왔을까”	**인 원**	10명
교육기간	10.1 ~ 12.10 (11회)	**교육일시**	목요일 10시~12시
강 사 명	신 화 진	**교 재 비**	교 재 비(25,000)원

과정 소개	문학 작품 속 문장을 매개로 자신의 삶을 다시 들여다보는 성인 독서테라피 프로그램입니다. 독서테라피(읽기) · 독서대화(나누기) · 글쓰기테라피(쓰기)의 세 단계가 순환하며 진행됩니다. 정체성, 관계, 욕망, 상실, 기억, 회복 등 삶과 맞닿은 정서적 주제를 따라 9권의 문학 작품을 읽으며, 나를 이루어 온 삶의 결을 하나씩 발견해 갑니다.
목표 및 방향	문학 작품을 정답처럼 해석하기보다 “이 문장이 내 삶의 어느 장면과 닿아 있는가”를 질문하는 데 중심을 둡니다. 작품 속 인물의 감정과 선택을 자신의 경험과 연결하며 지나온 시간과 관계를 새로운 시선으로 바라보고, 스스로에게 건네는 질문과 글쓰기를 통해 삶의 의미를 자기 언어로 정리해 갑니다. 개인적인 경험의 공개를 강요하지 않으며, 서로의 이야기를 판단하지 않고 존중하는 편안한 독서대화를 지향합니다.
강 의 소 개	
목표수준	성인 누구나 작품을 읽고 자신의 삶과 연결하여 생각과 경험을 편안하게 말하고 쓸 수 있는 수준을 목표로 합니다. 인물의 행동을 한 가지 성격이나 감정으로 단정하지 않고, 사람과 삶을 바라보는 시선을 넓혀 갑니다.
수강요건	수업 전 지정 도서 범위 읽어오기
수강대상	30대~60대 성인, 책을 통해 자신의 삶과 마음을 돌아보고 싶은 성인
교재	신화진의 독서테라피- 자체 제작 워크북
교재비	25,000원
준비물	교재 및 필기구 ※ 지정 도서를 소장하고 있는 경우 지참
강의특징 (차별성)	문학 작품의 ‘인물 읽기 → 마음 이해 → 삶과 연결 → 자기 언어로 표현하기’의 과정을 통해 독서를 삶으로 확장합니다. 인물의 행동을 단순한 성격이나 감정으로 판단하지 않고 개인의 기질과 경험, 가족과 관계, 시대와 사회적 환경을 함께 살펴보며 인간을 입체적으로 이해합니다. 11회기 동안 자신의 삶을 돌아보고, 지금까지 나를 살아오게 한 문장과 앞으로 품고 살아가고 싶은 한 문장을 발견합니다.

교육내용

회차	날짜	세부교육내용	교육방법(강의/실습)	비고
1	10/1	오리엔테이션 ─ 『첫 번째 질문』 질문과 자기이해 · 나의 순수함으로 질문에 다가가기	강의 30% · 독서 대화 40% · 글쓰기 30%	
2	10/8	『긴긴밤』 돌봄과 관계 · 나는 누구에게 기대어 살아왔고, 누구를 돌보며 살아왔을까		
3	10/15	『크눌프』 자기다움과 자유 · 타인의 기대와 나의 선택 사이에서 나는 어떻게 살아왔을까		
4	10/22	『오베라는 남자』상실과 회복 · 잃어버린 뒤에도 삶을 다시 이어가게 하는 것은 무엇일까		
5	10/29	『목걸이』 욕망과 타인의 시선 · 내가 원했던 것은 정말 나의 욕망이었을까		
6	11/5	『뜻대로 하세요』 오해와 관계의 재해석 · 나는 관계 속에서 사람과 상황을 어떻게 오해했을까		
7	11/12	『그 많던 싱아는 누가 다 먹었을까』 ① 기억과 유년 · 내 기억 속 어린 나는 무엇을 보고, 무엇을 느끼며 자라왔나요		
8	11/19	『그 많던 싱아는 누가 다 먹었을까』 ② 가족과 뿌리 · 부모의 삶을 한 사람의 인생으로 바라보면 무엇이 새롭게 보일까		
9	11/26	『채근담』 삶의 태도와 균형 · 지금의 나에게 필요한 문장은 무엇일까		
10	12/3	『여행의 이유』 ① 떠남과 변화 · 떠남과 낯선 경험은 나를 어떻게 바꾸어 왔을까		
11	12/10	『여행의 이유』 ② 삶의 재해석과 방향 · 나는 어떤 문장으로 살아왔을까, 내 삶에 남은 문장 돌아보기 · 앞으로 품고 살아갈 한 문장 완성 및 낭독		

※ 질문 → 돌봄 → 자기다움 → 상실과 회복 → 욕망 → 오해와 화해 → 기억 → 뿌리 → 균형 → 떠남 → 삶의 문장