

# 강 의 계 획 서

강 좌 명	내 인생의 찬란한 봄 ‘오늘쓰는 어제일기’		
학습목표	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 일상의 기록을 통해 주도적인 삶을 경영할 수 있다</li> <li>■ 어제일기를 통해 기억력과 인지력을 향상시켜 삶에 대한 통찰을 얻을 수 있다</li> <li>■ 일상의 기록을 통해 나의 감정과 자존감을 표현하는 자신감을 얻을 수 있다</li> </ul>		
교육방법	강의 영상 실습 활동		
교육대상	성인	교육인원	40명
교재명 (저자 및 출판사)	-	재료비	없음
		개인준비물	필기도구
차시	주 제	교육내용	비 고
1	일기에 얽힌 스토리 내 인생의 봄	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 일기에 얽힌 추억여행, 일기 쓰면 좋은 점</li> <li>- 내 인생의 봄날은 언제였는가?</li> <li>- 일기하면 떠오르는 사람들, 역사적 인물</li> <li>- 일기를 통해 변화된 사람들 (연예인 개그맨 일반인)</li> </ul>	
	어제일기 작성을 통한 미리보는 봄날 이야기	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 어제일기 쓰는법, 어제일기 쓸 때 필요한 것은?</li> <li>- 어제일기의 특별한 양식, 감정의 객관화 방법</li> <li>- 스트레스 관리, 내 삶의 성찰, 일상의 소중함</li> <li>- 어제일기를 통해 다시쓰는 내 인생의 봄날</li> </ul>	