

SINCE 1975 공익법인

KiHEA **인성교육**

상상력

가족 사랑의 힘



민 희진

한국인성교육협회 전문교수

1차시 소중한 가족과 소통하는 방법(사랑의 언어)

POINT

- 내가 가족과 소통하는 모습 성찰
- 사랑의 언어 이해하기
- 사랑의 언어 사용해보기



❖ 상상력의 뜻



서로의 생각을 듣고 나눔 커지는 가족 사랑의 힘

❖ 나에게 가장 소중한 것 찾기

나에게 소중한 것을 적어보세요~ 사람, 물건, 가치, 의미 등 8~10가지 생각나는 대로 적어보세요~

만일 소중한 것을 하나씩 버려야 한다면 어느 것부터 버릴 수 있을까요? 하나씩 지워보세요~
최종 2개만 남겨보세요 남은 것은 무엇인가요?

❖ 우리는 소중한 가족과 어떻게 지내고 있나요?



나는 왜? 사랑하는 가족에게
마음에 없는 말을 할까?

**우리는 생각보다
가족과 소통하는데 서툴다!!!**

**사랑하는 사람들 사이에 문제가 생기는 현상은
사랑하지 않기 때문이 아니라,
서로의 사랑 주파수가 맞지 않기 때문입니다.**

❖ 5가지 사랑의 언어(게리 채프먼)

가족과 함께 소통하는 공통된 주제가 있나요? 주로 어떤 주제로 대화를 나누고 있나요?
가족과 소통하기 위해서는 지속되는 공통 주제를 만들어가야 합니다.
그런데 대화가 생각만큼 쉽지가 않아요.
대화의 시작은 서로를 알아가는 것~ 서로를 알아갈 때 어떤 말로 하면 좋을까요?
(게리 채프먼 박사의 '사랑의 언어'는 부부, 자녀, 10대, 성인 등을 위한 언어로 대상 별 활용이
가능하도록 연구되어 있어요.)

내가 제1의 언어로 사용하는 것은 어느 것인가요?
나의 가족(부모님, 배우자, 자녀, 형제/자매 등)이 제1의 언어로 사용하는 것은 어느 것인가요?

사랑의 언어	특징	이렇게 해보세요! (영상을 보면서 쓰세요)
인정하는 말	구체적인 칭찬을 해주세요. 작은 일에도 꼭 고마움을 표현해주고, 원하는 일은 정중하게 부탁해보세요!	
함께하는 시간	단순히 함께 있는 것 뿐 아니라 짧은 5분이라도 가족에게 온전히 집중해주고 관심을 보여주세요!	
봉사 (필요한 도움)	자발적으로 서로 도울 수 있는 필요한 일을 실행해 주세요!	
스킨십	포옹, 손잡기, 등 쓰다듬기, 어깨 감싸기, 토닥이기 등 사랑을 표현해주세요!	
선물	사랑과 정성이 깃든 선물로 마음을 표현해주세요! 생각하고 준비하고 전달하는 과정까지	

2차시 가족과 함께 이야기 나누기

POINT

- 상상력(가족과 함께 만드는 달력) 활용
- 가족에게 하고 싶은 말 써 보기
- 우리 가족의 날 찾아보기



❖ 상상력(가족과 함께 만드는 달력)을 활용한 대화

상상력 사용방법

단 하나뿐인 우리가족달력-을 통해서 나를 표현하고, 마음을 전하고, 사랑을 느끼고, 알아가고, 함께 인내하며 사랑하는 가족 성장기를 담아보세요. 🍀

1 해오름달
우리가족이 22년 12월에는 어떤 모습으로 살고 있을까요?

이번달 상상 질문 서로 벌금 미루치면 무조건 웃어주기

상상 약속: 가족끼리 약속한 용구를 적어서 활용해보세요.

일	월	화	수	목	금	토
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

이번달 상상하기
상상 질문에 대한 우리가족의 생각을 이곳에 적어 보세요.

<우리 가족의 날>

배우자에게 하고 싶은 말 _____

자녀에게 하고 싶은 말 _____

부모님께 하고 싶은 말 _____

상상력

서로써의 생각들을
듣고 나누며
커지는 가족사랑의 힘

인생의 발원지, 삶의 근간, 모든 행복의 원천 **가족**
소소한 일상에서 365번 서로에게 스며드는 위대한 365일을 만들어 보세요.

상상력 사용방법

단 하나뿐인 우리가족달력-을 통해서
나를 표현하고, 마음을 전하고, 서로를 느끼고, 알아가고, 함께 인내하며 사랑하는 **가족 성장기**를 담아보세요. 🥰

1 해오름달

우리가족이 22년 12월에는
어떤 모습으로 살고 있을까요?

- 가족: 가족들과 즐거운 여행을 할 의 사주하는 모습
- 이사: 가족들에게 나의 생각과 마음을 편안하게 표현하는 모습
- 꿈: 스스로 해낼 수 있는 일이 생기게끔 준비하는 모습
- 행복: 자기 몸과 귀여운 아이를 돌보며 사랑하는 모습을

이번달 상상 질문

서로 설교 마무리하면 무조건 웃어주기

상상 약속:

가족끼리 약속한 문구를 적어서 활용해보세요.

일	월	화	수	목	금	토
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

이번달 상상하기

상상 질문에 대한 우리가족의 생각을 이곳에 적어 보세요.

상상력 스티커 활용하기!

- 서로를 객관적으로 이해하게 되면 사랑이 깊어지고 갈등이 줄어들었습니다.
- 긍정적 감정은 충분히 함께 느껴주고, 부정적 감정은 안전하게 해소할 수 있어요.

감정 스티커



오늘기분을 스티커를 활용해서 표현해 보세요.

- 그 순간 감정 바라는 것, 원하는 상태는 무엇이었는지 대화를 나눠주세요.
- 연두색 얼굴에 나의 감정표정을 그려서 표현해도 좋아요!



가족 메시지 스티커

서로 원하는 바람, 표현하고 싶은 마음을 적어보세요.

- 바람: 대화가 필요해요. 뒷장짜개 먹고 싶어요.
- 표현: 아침 챙겨줘서 고마워요. 투덜거려서 미안해요. 너무 아름다워요. 오늘 더 사랑해요.

기념일 스티커



우리 가족의 생일을 표시하고 축하하는 마음을 전달해보세요.

- 꼬옥 안아주면서 태어난 날을 축하한다고 한마디 건네기!
- 특별한 날, 기억하고 싶은 날, 말풍선 스티커와 함께 사용해 보세요.



"오늘은 ___ 날" 말풍선 스티커

우리 가족의 사소하면서도 특별한 날, 기억하고 싶은 날을 만들어 보세요.

- 오늘은 외식하는 날! 오늘은 00이 시험 보는 날! 오늘은 할머니 댁에 가는 날!
- 도전에 성공한 날, 포기하지 않고 노력하는 날, 많이 미소짓는 날, 산책하는 날

상상력

서로의 생각법을 듣고 나누며
커지는 가족사랑의 힘!

1 해오름달

우리가족이 22년 12월에는
어떤 모습으로 살고 있을까요?

일	월	화	수	목	금	토
						100
2	3	4	5 100	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20 100	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31 100					

2 들봄달

우리가족에게 나눌 수 있는
최고의 선물은 무엇인가요?

일	월	화	수	목	금	토
		1 100	2 100	3	4 100	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15 100	16	17	18	19 100
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

3 물오름달

결과를 떠나서 시작하는 것만으로도
신나고 즐거운 일은 무엇인가요?

일	월	화	수	목	금	토
		1 100	2	3	4	5 100
6	7	8	9 100 100	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 100	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

5가지 사랑의 언어 - 게리 채프먼 (Gary Chapman) -

인정하는 말

구체적인 칭찬을 해주세요
작은 일에도 꼭 고마움을 표현해주고,
칭찬은 일면 칭찬하게 부탁
어떻게 해보세요!
역시 최고야!
어떤 이런 멋진 생각을 떠올 수 있었어?

함께하는 시간

단순히 함께 있는 것 뿐만 아니라,
같은 5분이건도 가족에게
온전히 집중해주고 관심을 보여주세요
포인트!
눈을 마주보고 대화하기,
신체 언어 피라하기

선물

사랑과 정성이 깃든 선물로 마음을
표현해 주세요
포인트!
서로에게 소중한 날에 의미있는 물건
물건을 전하기

필요한 도움

자발적으로 서로를 도울 수 있는
필요한 일을 실행해 주세요
포인트!
단, 생색내기나 보상을 요구하지
않아주세요

스킨십

포옹, 손잡기, 등 쓰다듬기, 어깨 감싸기
등 사랑을 표현해 주세요
포인트!
만지는 감각을 통해
사랑을 느낄 수 있도록...



SINCE 1975 공익법인

KHEA **인성교육**

상상력 교재

Copyright© 이 교재는 (사)한국인성교육협회에 의해 출판된 것으로

무단복제 및 사용을 금합니다.

제작 2022년 6월

펴 내 곳 (사)한국인성교육협회

홈페이지 <http://www.edunet.or.kr>

이메일 insung@edunet.or.kr

전화 02-782-5678