

떠도는 마음 공부방

<떠도는 마음 사용법> 책을 읽고 내 삶의 주제를 찾아 실행해 봅니다

'떠도는 마음 사용법'은 지난 25년 동안 인지과학과 신경과학 학술논문에 발표된 수백편의 관련 논문과 수십 권의 책을 읽고 집필했습니다. 큰 그림 사고Big picture thinking을 했습니다. 높은 산에서 아래를 내려다 보듯이, 떠도는 마음을 연구하는 활동과 결과물을 조망했습니다. 이 과정에서 떠도는 마음의 핵심 속성과 가치를 발견했습니다. 그리고 지난 현장 코칭 경험에서 얻은 사례를 연계시키면서 경험한 통찰을 책에 담았습니다. 내용에 따라서는 25년보다 더 거슬러 올라가, 떠도는 마음과 관련된 특정 개념의 뿌리를 탐구했습니다.

- 21세기는 '떠도는 마음의 시대'로 선언 (Callard d, 2013)
- 성과와 평가적 사고에 길들여진 이성적 사고에서 벗어나 떠도는 마음에서 세상 보기
- 자신과 타인의 잠재성을 떠도는 마음 관점에서 깊게 탐구
- 타인의 잠재성을 객관화시켜 새로운 관점에서 보도록 돕기, 즉 see the unseen 돕기
- 목적중심의 삶과 의미 있는 삶을 추구하도록 돕기

● 과정 개요

	수요그룹	학습 주제
1	2/17	떠도는 마음과 삶의 주제
2	2/24	삶의 주제에 대한 구체적인 목표 설정
3	3/3	창의적인 관점 취하기
4	3/10	내면에서 실행의 촉진 요인을 찾기
5	3/17	떠도는 마음의 생산성을 강화시키기
6	3/24	마음의 중심을 잡고 불안 다스리기
7	3/31	경직성을 버리고 유연한 마음 갖기
8	4/7	실행과 존재의 균형 관점 취하기
9	4/14	마음과 뇌의 관점에서 나를 이해하기
10	4/21	나의 성취와 자기 수용

● 운영 방법

- 참가자는 매주 공부방의 학습 주제를 읽고 참석합니다(책, 떠도는 마음 사용법 참고).
- 학습 주제의 관점에서 개인별 삶의 주제와 실행계획 수립, 실천 및 평가, Q&A
- 그룹토의를 통해 집단지성과 교학상장의 기회를 갖고, 이를 통해 실행력을 제고
- 강의 방법: 줌(Zoom) 이용

● 공부방 참가자

- 기존 코칭과 상담, 기업교육, 리더십에 새로운 관점을 도입하고 적용하고 싶으신 분
- 떠도는 마음을 학습하여 개인코칭과 조직코칭에 대한 전문성을 향상시키고 싶은 분
- 떠도는 마음에 관심이 있는 코치, 기업교육 전문가, 전문상담사, HR담당자, 조직 리더

● 일정과 참가 방법

교육 일시 : 2021년 교육일정에 따름 (오후8:00~오후10:00)

참가비 : 22만원(VAT포함) *세금계산서 발행 가능

참가신청 : 참가자, 참가 동기를 작성해 이메일로 신청 후 참가비 입금

입금계좌 : 국민은행 085301-04-103044 이석재(코치올)

참가문의 : 이석재 코치 sukjae505@daum.net 연락처: 010-5347-2359

20년의 현장 코칭 경험을 공유합니다!

떠도는 마음, 코칭, 심리학의 통합적 접근!

Integrated Individual Coaching Approach!

● 학습의 효과성을 높이는 방법

- 참고도서를 미리 읽고 참가하면, 학습 활동에 더 도움됩니다.

<주교재>

- 이석재(2020). 떠도는 마음 사용법. 서울: 플랜비디자인

<참고도서>

- 이석재(2020). 코칭방법론. 서울: 한국코칭수퍼비전아카데미.

<SNS 활동>

- 생각 파트너 이석재 <https://thinkingpartner.co.kr>
- 생각 파트너 이석재 <https://coachall.tistory.com>
- 페이스북 www.facebook.com/thinkingpartner.sj



이석재 박사



코치올(Coachall) 대표
국제코치연맹 인증 전문코치(PCC, CPCC)
뉴욕주립대 사회심리학 박사
CEO, 임원, 핵심인재 1:1코칭, 팀/그룹코칭 (3,000 시간)
핵심인재선발, 역량모델구축, 교육체계수립 등의 컨설팅
효과적 리더십진단(ELA), 팀효과성진단(TEA), 조직효과성진단(OEA) 개발자
저서: 떠도는 마음 사용법(2020)
코칭방법론(2020)
내 삶을 바꾸는 생각 혁명(2019)
경영심리학자의 효과성 코칭(2014)
18가지 리더십 핵심역량을 개발하라(2006)

