서울특별시 중구 퇴계로 190 Tel 02-2000-5448 Fax 02-2000-5425

문서번호 : MKI 제 19 - 0630호 2019. 06. 30.

수 신 :

참 조 : 학교, 기업, 공공기관 교육 담당자 및 관련 부서 담당자

제 목 : [심화] 내 삶의 가치, 목표 정하기 과정 (목표설정)

1. 귀하의 발전과 번영을 기원합니다.

2. 당사는 일반인을 대상으로 목표설정 심화과정을 아래와 같이 준비하였습니다.

3. 본 교육 과정은 변화하는 환경에 미리 대비하고 삶에 대한 자신감을 고취시키기 위해 생애설계 기반의 개인 목표 설정, 시간관리 방법을 배우고 실천할 수 있는 교육 과정입니다. 관심 있는 분들의 많은 참여 바랍니다.

▩▩▩ 과정 안내 ▩▩▩

교육대상	○ 생애설계에 관심 있는 일반인
교육목적	○ 자기이해를 통해 자신의 생애사명 작성. ○ 사명을 이루기 위한 목표를 세우고 시간관리를 구체화(대-중-소목표) 한다. ○ 자신의 삶의 가치를 실현할 사명을 작성하면서 자기효능감을 높이고, 실행하여 실천의지를 높인다.
교육특징	○ 자신이 추구하는 삶을 살아가기 위한 기반으로 생애설계의 개념을 이해하고 자신만의 8개 영역의 생애사명을 작성한다. 생애사명에 따른 목표를 세우고, 자신이 세운 목표를 실행할 수 있도록 시간 관리를 배우고 계획함으로써 실행 의지를 다진다.
교육일정	○ 교육일정 : 2019년 8월 13일 (화 09:00 ~ 16:00) 총6H ○ 모집일정 : ~ 8월 9일
교 육 비	**○ 15만원 (워크북 등 제반 경비 포함 / VAT 없음)**
신청방법	**○ 참가신청서를 작성하셔서 송부하신 후 계좌 입금하시면 신청완료 됩니다.** **계좌 : 우리은행 1005-902-894548 , 예금주 : 매경비즈**
교육장소	**○ 한국생애설계 교육원, 대평빌딩 4층 (충무로역 1번 출구)**
주최 / 주관	**○ 주최 : 매일경제 생애설계센터 ○ 주관 : (사)한국생애설계협회**
홈페이지	○ 매일경제 생애설계센터 (http://senior.mk.co.kr)
문의&신청	○ 문의 및 신청 : 매일경제 생애설계센터 [Tel]: 02-2000-5448 [Fax]: 02-2000-5425 [E-mail]: kslee@mkinternet.com

매일경제 / ㈜매경비즈

대표이사 윤 형 식

[심화] 생애설계 목표설정 과정 커리큘럼

(부제 : 내 삶의 가치, 목표 정하기 과정)

※ 강의시간 : 8/13 (화) (09:00~16:00)

주제	강의 내용	시간	비고
생애설계를 이해하자	○ 생애설계의 이해 ○ 생애사명의 필요성과 의미	2시간	
생애사명을 작성하라	○ 개인 가치관을 통한 자기이해 ○ 생애사명을 작성 ○ 대, 중, 소 목표 작성	2시간	
인생시간에 올라타라	○ 시간관리의 이해 ○ 목표달성에 위한 우선순위 결정 ○ 구체적인 실천시간관리 계획	2시간	

* 상기 일정은 강사의 사정상 변경될 수 있습니다.