

문서번호 : MKI 제 2024 - 1101호

2024. 11. 18.

수 신 : 생애설계에 관심이 있는 일반인

참 조 :

제 목 : “나의 생애설계 다이어리(My Life Planning Diary) 활용법 특강” 과정 개설 안내

1. 귀하의 발전과 번영을 기원합니다.
2. 당사는 “나의 생애설계 다이어리(My Life Planning Diary) 활용법” 과정을 개설합니다.
3. 본 교육과정은 생애설계에 대한 관심이 있는 일반인을 대상으로 청소년부터 노년층까지 그 누구나 사용할 수 있는 생애설계다이어리를 통해 자신의 인생을 보다 효과적이고 효율적으로 관리할 수 있도록 집필진들이 직접 다이어리 사용법 강의를 진행합니다. 이에 본 과정에 관심 있는 분들의 많은 참여 바랍니다.

### ■ ■ ■ ■ 과정 안내 ■ ■ ■ ■

교육 대상	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 본인 인생에 대한 생애설계를 체계적으로 작성하고 실행 관리하고자 하는 청소년, 청년, 성인, 장년층, 노년층</li> <li>○ 자기 인생의 꿈을 이루기 위한 계획서를 만들고, 자신의 인생을 보다 효과적이고 효율적으로 살아가고자 하는 일반인</li> <li>○ 시간관리 도구를 사용하여, 목표 달성을 촉진하고 그 사용 효과를 극대화하고자 하고자 하는 일반인</li> </ul>
교육 목적	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 생애설계의 프로세스와 방법 이해</li> <li>○ 생애설계 8대 생활 영역별 인생의 꿈 설정 방법 습득</li> <li>○ 생애설계 8대 생활 영역별 목표 설정을 위한 과업의 이해 및 목표 설정방법 습득</li> <li>○ 생애설계 8대 생활영역 목표달성을 위한 효율적 시간관리 계획 작성법과 시간관리법 습득</li> <li>○ 성공적인 시간관리를 위한 자신만의 습관 만들기 기법 습득</li> <li>○ 생애설계 교육카드를 활용한 자신만의 생애설계방법 습득</li> <li>○ 생애설계 프로그램 및 앱을 활용한 생애설계 실행 및 관리방법 습득</li> </ul>
주요 특징	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 한국생애설계협회에서 발간한 My Life Planning Diary 활용한 강의</li> <li>○ 교재 집필진 직강</li> <li>○ 생애설계 PC 프로그램 및 APP.을 활용한 생애설계 실행 관리 연계 방법 강의</li> </ul>
교육 일정	○ 교육일정 : 12월 7일 ( 6시간)
교육비	○ 교육비 : 9만원 (나의 생애설계 다이어리(My Life Planning Diary)지참), 별도 구매 시 14,000원 추가
교육생 특전	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 교육 수료 이후, 생애설계서 작성 및 실행 시 코칭 지원</li> <li>○ 생애설계 전문 자격증 입과시, 교육비 20% 할인 제공</li> </ul>
신청 방법	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 교육신청서를 작성하셔서 송부 하신 후 계좌 입금하시면 신청완료 됩니다.</li> </ul> <p>[계좌 : 우리은행 1005-902-894548 , 예금주 : 매경비즈]</p>
교육 장소	○ 매일경제 별관 교육센터 3층 (충무로역 7번 출구)
주최/주관	○ 주최 : 매일경제생애설계센터 ○ 주관 : 한국생애설계협회
문의&신청	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 문의 및 신청 : 매일경제 생애설계센터</li> </ul> <p>[Tel]: 02-2000-5414 [E-mail] : ybjung@mkinternet.com</p>

매경미디어그룹 (주)매경비즈 대표이사 임 상 군



## # 교육 커리큘럼(안)

구분	주제	시간	교재 및 교구
M1	- 생애설계의 효과& 원리와 절차 이해	1H	<p>#지참 교재: My Life Planning Diary ,한국생애설계협회(2024)</p> <p>#별도 구매 시: 14,000원 추가</p>
M2	- 인생 꿈의 효과와 생활영역별 인생의 꿈의 중요성 - 자신만의 생활영역별 인생의 꿈 작성 실습	1H	
M3	- 생활영역별 인생의 꿈을 실현하기 위한 목표설정 - 목표 설정을 위한 생애주기 과업의 이해와 적용	1H	
M4	- 효율적 시간관리의 효과와 중요성 - 시간관리 계획표 작성방법 실습	1H	
M5	- 성공적인 시간관리를 위한 습관의 중요성 - 자신만의 새로운 습관 만들기 작성 실습	1H	
M6	- 어플리케이션(APP)을 활용한 실행관리 실습	1H	