

2002-01-11

중년여성의 우울증 해소를 위한

“마음의 힘 기르기” 집단프로그램

WORK BOOK

리더용

성평등도서관 여기



GL00003001

 서울시여성가족재단



사단
법인

한국여성단체연합

100-391 서울시 중구 장충동 1가 38-84 여성평화의 집 2층

전화 : 02-2273-9535 전승 : 02-2273-9539

홈페이지 : <http://www.women21.or.kr>

e-mail : kwau@women21.or.kr

3.0424
1604

연합발간

00003001

글 차 림

◇ 여는글	5
◇ 마음의 힘 기르기 프로그램	
1절 · 프로그램의 배경 및 개요	8
2절 · 표현예술심리치료에 대한 이해	12
3절 · 프로그램의 단계 및 기법 선정에 대한 이해	14
4절 · 프로그램 구체적인 내용	17
◇ 별첨자료	
1. 오리엔테이션 - 여행을 앞두고 하는 심호흡	40
2. 기초질문지	42
3. 서약서	44
4. 셀프저널 쓰는 방법	45
◇ 참고문헌	47