

색으로 소통하는  
심리전문가

---

심리상담연구소어바웃미  
한국색채분석협회  
진미선



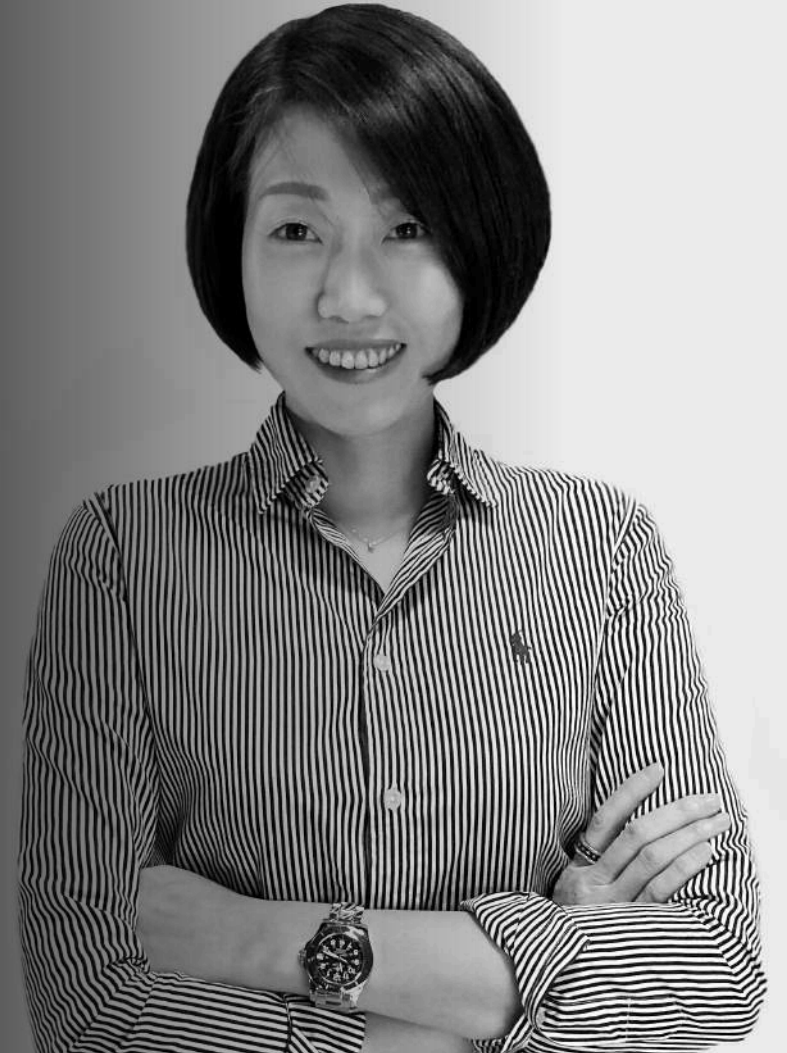
# Contents

---

- 강사소개
- 자격사항
- 주요출강/온라인출강
- 수상 및 저서 소개
- 프로그램 소개
- 교육현장모습
- 교육후기

## • 강사소개 : 진미선소장

- 심리상담연구소 어바웃 미 소장
- 한국색채분석협회 대표
- 한국임상치유협회 부회장/ 전임교수
- 경기 광주 소방서 정신건강 전문요원
- 경기광주하남 교육청 we클래스 전문상담
- 비영리민간단체 좋은이웃되기 색채국장
- 충남대 평생교육원 색채심리 출강
- 미술심리 /색채심리 슈퍼바이저
- 단국대학교 특수교육대학원 심리치료 석사
- 前) 심리상담센터 마음숲미술나무 광주지사 센터장
- 前) 동덕여대 평생교육원 미술심리상담 , 심리상담 자격과정 출강
- 前) 부천대 평생교육원 미술심리상담 , 심리상담 자격과정 출강
- 前) 서울시 남부 교육청 미술심리상담 전문강사
- 前) 경기도 교육청 교권침해 전문 상담사
- 前) 경기도 교육청 학교폭력 피·가해자 자문 및 전문상담사
- 前) 이천소망병원 조현병/ 알콜중독 미술심리상담사





## 자격 사항

---

- 미술심리/색채심리 슈퍼바이저
- 컬러리스트산업기사
- 日本 human color counselor
- 日本 color practitioner course
- 日本color coaching
- 심리상담사 1급
- 색채심리상담사 1급
- 미술심리상담사1급
- 가족상담사1급
- 만다라컬러리딩1급
- ADHD 치료사
- 에니어그램 강사자격
- 보육교사 2급
- 사회복지사 2급
- 방과후 지도사
- 아로마색채심리상담전문가1급
- 힐링아로마상담사
- 외 다양한 자격보유

# 주요 출강

- 성남시 인문학당-색채심리/ 색채인문학 출강
- 2019,2020년 서울시공익사업 진행 (비영리민간단체 좋은이웃되기-아동 미술심리/색채심리)
- 성남시 여성복지회관 -색채심리입문과정
- 경기광주소방서(ptsd /스트레스 관리 /분노 조절/소통)
- 경기광주하남교육청 교사연수 (상담지원교사 연수/소통, 감정관리)
- 광주시자활센터(대상자자활관리/관계자 직무교육-정서지원)
- 서울남부교육청주관 (학부모- 미술 심리)
- 부천시청 공무원 연수 (미술 ,심리상담)
- 광주시 정신보건센터(부모교육)
- 광주시 정신보건센터집단상담 (미술심리/색채심리-아동집단 상담진행)
- 경기 광주시정신보건센터-자살예방 청소년보호프로그램 연간사업
- 광주시 자활센터 직무연수(미술심리)
- 군부대 -필승 부대,(미술 심리)
- 귀성 분교 9공수(미술 심리 / 색채 심리)
- 55사단 군부대집단상담 (신병집단상담진행)
- 쌍령초. 광남중 교사 연수
- 동작구 다문화가정지원센터-부모교육 (집콕육아/부모힐링프로그램)
- 용인시 정신보신복건센터 아동 정서지원프로그램
- 시흥시청소년수련관 직업인 진로강의
- 영등포구청 (미술심리)
- 파주시 다문화가정지원센터-아동색채심리
- 경기광주 다문화가정지원센터-아동심리지원 / 부모교육 및 부모힐링 프로그램
- 경기성남아동 보호 센터 (가족관계회복)
- 온누리교회 (가족관계회복/ 부부관계/ 자녀관계)
- 태봉 교회 희망학교 (노인 학교/자기개발)
- 무한돌봄센터 지역사회연계-마음을그리는공작소
- (경기 사랑의 열매공동기금모금회 지원 -지역아동센터 미술치료)
- 동덕여대/ 부천대 평생교육원 (미술심리 /심리상담)
- 한국임상심리치유협회 (심리상담/ 미술 심리/색채심리 자격과정 강의)
- 한국색채분석협회 색채&미술심리분석사/코칭강의
- 외 1000회 이상 집단상담 진행.



# 온라인출강

---

- 2020. 서울시 공익사업-엄마와 함께하는 색채심리 놀이터
- 충남대 평생교육원-색채심리 입문 외 다양한 강의 진행
- 온라인 아동 교육기관 라라클래스-아동정서프로그램 출강
- 동작구 다문화가정지원센터-부모교육 및 엄마표 심리미술
- 파주시 다문화가정지원센터-아동대상-색채심리 “마음아 안녕”
- 광주시 다문화가정지지원센터-아동대상-색채심리 “토닥토닥 친구야”
- 광주시 다문화가정지지원센터- 부모교육 및 어머니 힐링 교실
- 용인시정신보건센터 아동정서지원 프로그램 (자존감 및 사회성 향상-마음의 봄)
- 안산시정신보건센터 아동지원프로그램(집중력 향상프로그램)
- 성남시 여성복지 회관-색채심리분석사 입문과정

# 수상 및 저서 소개

## 수상경력

사회서비스 10주년 기념식 및 포럼  
(2017.5.19 세종문화회관 세종홀)

보건복지부 장관 표창



경기도 지역사회서비스 품질평가 우수제공기관 선정

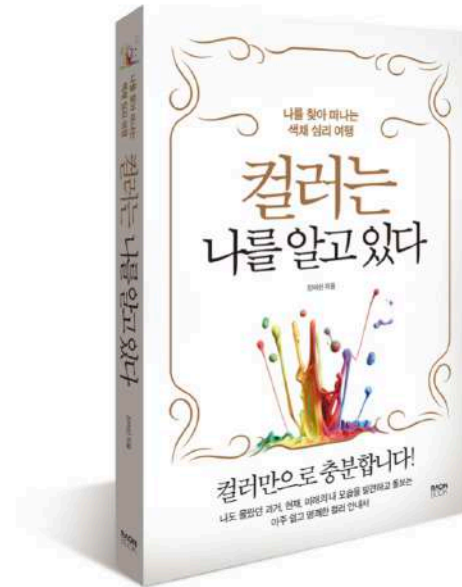
장소: 수원 월드컵경기장 VIP관전석 홀



- 보건복지부 장관 유공 표창
- 경기도지사 유공 표창
- 경기복지재단 가족상담 우수기관 선정
- 경기 광주시 지역사회서비스 우수기관 선정

## 저서 소개

- 컬러는 나를 알고 있다 (라온북)
- 미술치료의 이해와 실제(공동체/공동저자)



# 외부에 소개된 진미선 소장

**N 진미선**

통합 이미지 VIEW 지식IN 인플루언스

**진미선**  
심리상담가, 작가

전체 프로필 도서

**프로필**

소속 **심리상담센터 어바웃미 (센터장), 한국색채분석 협회(협회장)**

학력 **단국대학교 특수교육대학원 심리치료**

수상 **보건복지부장관 표창  
경기도지사 표창**

경력 **심리상담센터 어바웃미 센터장  
한국색채분석협회 협회장**

**시니어신문** 종합 건강 사회참여 여가문화 인물

HOME > 지역소식

**"그림책자서전 쓰기" 진미선 소장성동노인종합복지관에서 강의**

▷ 서정복 사-104기자 | © 송민 2020.11.27 13:31 | 5분 1



**프라임경제** 2017. 2. 9 목요일

자본시장 산업 부동산 아웃소싱 정치사회 연예인 이학그릴군오

**광주시, 심리상담센터 'about me' 지역사회서비스 우수제공기관 선정**  
"인생에 함께 사면 삶의 질 높아진다"

김영호 기자 | ksh@newsprime.co.kr | 2017.01.20 19:37:36

[프라임경제] 경기도 광주시(시장 조억동)는 최근 지역사회서비스투자사업 서비스 품질향상과 이용자의 편의보호를 위해 요즘급 매산리에 위치한 '심리상담센터 about me(대표 진미선)'를 지역사회서비스 우수제공기관으로 선정했다.

심리상담센터 우수 제공기관으로 선정된 '심리상담센터 about me'에 인증서를 수여하고 있는 조억동 시장(왼쪽)과 진미선 소장(오른쪽)

지역사회서비스투자사업은 지역주민의 삶의 질 향상을 위해 지역의 욕구에 부합하는 맞춤형 사회서비스를 지원하는 사업으로 시에서는 스무아이싱리지원 스마라중영인안마서비스 스우리가족중흥프로그램 등 7가지 서비스를 지원하고 있으며, 대상자에게 바우처카드(국민행복카드)가 발급돼 원하는 서비스에 선택에 이용할 수 있다.

이번 심사는 관내 총 15개의 지역사회 서비스 제공기관을 대상으로 진행했으며, 제공기관 현장 점검과 이용자 모니터링 등을 통해 서비스 기준 정보 준수 및 서비스 품질에서 높은 점수를 받은 '심리상담센터 about me'를 선정하게 됐다.

시 관계자는 "우수 제공기관 인증제를 통해 제공기관의 전반적인 서비스 품질 향상과 궁극적으로 시민의 삶의 질이 높아지기를 기대한다"고 말했다.

이 기사를 공유해주세요

© 프라임경제 (http://www.newsprime.co.kr) 무단 전재 및 재배포 금지

# 컬러는 나를 알고 있다

**컬러로 알아보는 나의 내면, <컬러는 나를 알고 있다> 진미선 저자 인터뷰**

라온북 2만 발로워  
2021.01.05. 14:55 370 읽음

최근 MBTI와 같은 성격/성향 테스트들이 유행하고 있습니다. 그만큼 나의 내면과 자아에 대해 잘 알고 싶은 욕구가 커진 것인데요. 나의 심리 상태를 파악하는 것을 넘어 부족한 점을 보완하고 나답게 살아가도록 도와주는 색채 심리에 대한 책, <컬러는 나를 알고 있다> 진미선 저자와의 인터뷰입니다.



신문만큼 볼수록 경기도민뉴스 www.kdnews.co.kr

경기도사회 정치경제 문화 교육 사회 복지 환경 스포츠특재

통합 정치 경제 사회 문화 환경 스포츠특재

광주 자활사업 5개기관, 참여자 정서 지원 협약

경기도민뉴스 | 기사입력 2017/05/18 (11:34)

[광주/경기도민뉴스] 김필수 기자 = 광주시·광주지역자활센터·심리상담센터 about me·마음소리미술실리 자유센터·홍소미언어심리상담센터 등 5개기관은 17일 자활사업 참여자의 정서·정서 지원 협약을 맺고 있다.



이번 협약은 심리·정서문제에 어려움을 겪고 있는 자활사업 참여자구의 근로의욕을 높여 빈곤에서 탈락할 수 있도록 지원하기 위한 것이다.

협약은 각 기관에서 주민의 심리·정서적 안정, 직무·일상 스트레스 해소, 사회 적응력 향상, 자활의욕 고취 등을 위해 유기적으로 협력하기로 했다.

기사입력: 2017/05/18 (11:34) 최종편집: © 경기도민뉴스

▶ 기사제보: ▶ 기사인quiry: ▶ 댓글: ▶ 신고: ▶ 인플루언서

**에너지경제**

[신간도서] 컬러는 나를 알고 있다

이영호 기자 | 2021.01.07 16:17:27

책은 마음속 자기 자신을 나타내는 하나의 색도인 무의식을 반영하는 상징적인 색채가 되고, 이를 내가 선택한 색이 나의 감정과 나의 심리를 말해줄 수 있으며, 이를 깨닫는 나의 모습을 반영해주기도 한다. 또 나의 색의 상대적 색을 알면 이상 친구나 상사 친구, 가족 등 색채 따라 타인과 관계 맺는 법과 관계의 당당도 깨달을 수 있다. 색은 한마디로, 내 마음이 흘러가는 경로를 나타내기 때문이다.

[에너지경제신문 7기자] 색은 중요하다. 거울에 따라 아름다는 컬러가 있는가 하면 사람에 따라오는 불꽃기운 따라 아름다운 색이 있다.

사람들에게는 커다란 타고난 고유의 컬러도 존재한다. 열로 성향의 사람은 자제된 도덕에서 연애도 서로 사랑하고 발견하는 관계를 즐기며, 타고난 에너지가 레드 기운은 열정에 넘쳐 행동하다가 일을 그르칠 때가 많다. 그런가 하면 그런 성향은 안전 평화주의자에서 우연한 자나에게 배려하다 스스로 속이 끓어 오른다.

색은 마음속 자기 자신을 나타내는 하나의 색도인 무의식을 반영하는 상징적인 색채가 되고, 이를 내가 선택한 색이 나의 감정과 나의 심리를 말해줄 수 있으며, 이를 깨닫는 나의 모습을 반영해주기도 한다. 또 나의 색의 상대적 색을 알면 이상 친구나 상사 친구, 가족 등 색채 따라 타인과 관계 맺는 법과 관계의 당당도 깨달을 수 있다. 색은 한마디로, 내 마음이 흘러가는 경로를 나타내기 때문이다.

다년간 다양한 사람들을 만나 상담과 색채 심리 프로그램을 진행해온 저자는 이 책에서 자신의 색을 알아보고 자신의 컬러대로 살아가는 길을 안내한다.

저자 진미선은 미술이 좋아서 색채심리를 공부하고 작업실에서 디자이너도 맡았다. 시골의 웃을 다자언어가 시골이 마음을 색으로 디자인하는 열이 매료되던 국내 특수교육대학원에서 심리치료학으로 석사를 취득했다. 한국색채분석협회장,

# 프로그램 소개

## " Art & Color psychology program"

심리 정서 지원 프로그램: 미술과 색채 심리 속에 내재된 색의 에너지를 통해 나를 이해하고 내면의 상처를 회복하고 성장을 돕는 정서지원 프로그램.

### 커뮤니케이션 및 마인드 트레이닝

- 색채 심리를 통한 소통 기술(색다른 소통)
- 마인드 컬러 성향 분석을 통한 커뮤니케이션 스킬 강화
- 나와 타인에 대한 폭넓은 이해와 상호존중 기술습득
- 마인드 트레이닝으로 자기경영

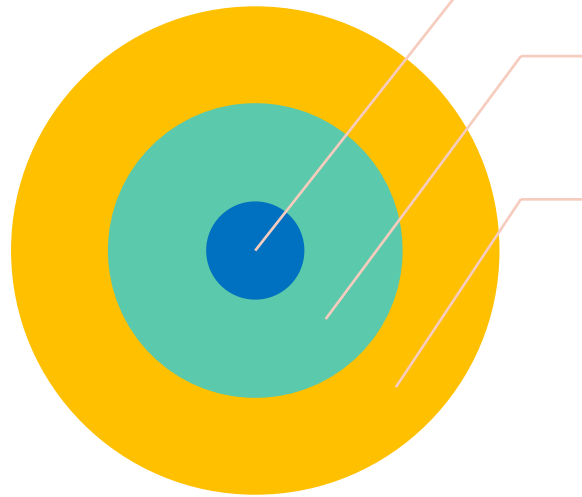
### 정서 지원 및 스트레스 관리 프로그램

- 색채심리 통한 자기개발 & 관리  
(나를 찾아 떠나는 색채(미술)심리 여행)
- 스트레스 관리 및 감정 관리
- 색채성향분석을 통한 소통법 :관계의 기술
- 색채 명상을 통한 마음 챙김-만다라
- 색채 인문학
- 부모 교육 / 예비부부학교/산모교실

### 시니어(퇴직자) 정서 지원 프로그램

- 시니어 정서 지원프로그램
- 인생이모작
- 시니어 마음챙김
- 시니어 자기경영 프로그램
- 찬란한내인생의희노애락 자서전
- 치매예방 미술 & 색채 심리 교실

# 프로그램 기획의 차별성



## 강의 정체성

미술심리와 색채심리의 상담기법을 기반으로 매체를 활용하여 무의식의 내면을 탐색하고, 심리적인 어려움이나 문제를 표현하는 과정을 통해 삶의 근본적 문제가 변화될 수 있도록 돕는 프로그램입니다.

## 강의 방향성

일회성 강의 형식이 아닌, 한 번의 강의라도 그 시간을 통해 삶과 관계를 돌아보며 새로운 나로 변화되는 시작 점을 만들어 줄 수 있는 강의를 지향합니다.

## 프로그램 기획

주제에 맞게 이론과 실습 매체를 심리 상담 전문가들이 연구 개발 하고 체계적으로 기획 합니다.  
(프로그램에 맞는 자체 기획한 활동 키트 제공-

먼저는 **나**를 알고, **타인**을 이해하며,  
함께 **성장**하는 다양한 교육을 연구하고 개발합니다.



# • 교육 현장 모습



기업 및 공기관 교육 사진





스트레스관리 및 힐링

정서지원프로그램



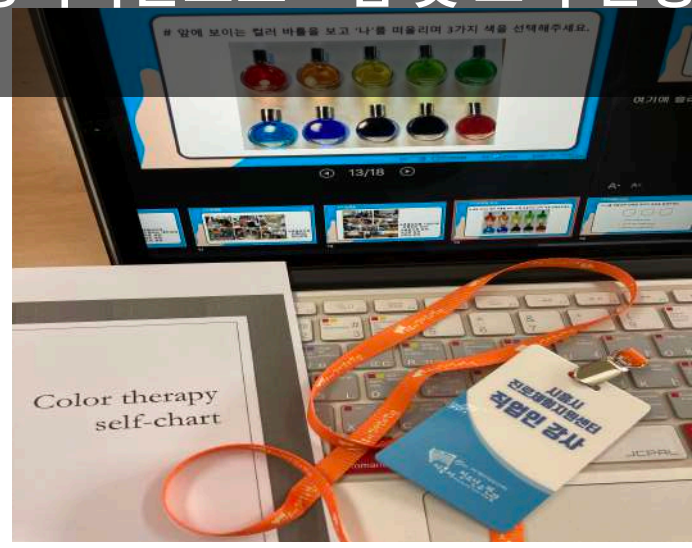


# 시니어(퇴직자) 정서지원프로그램

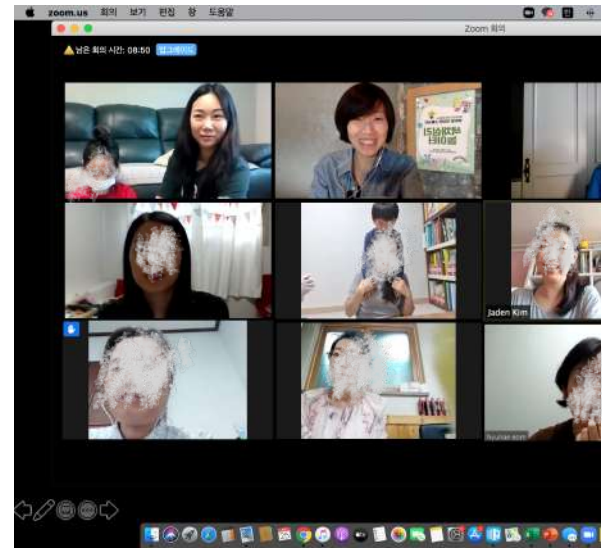
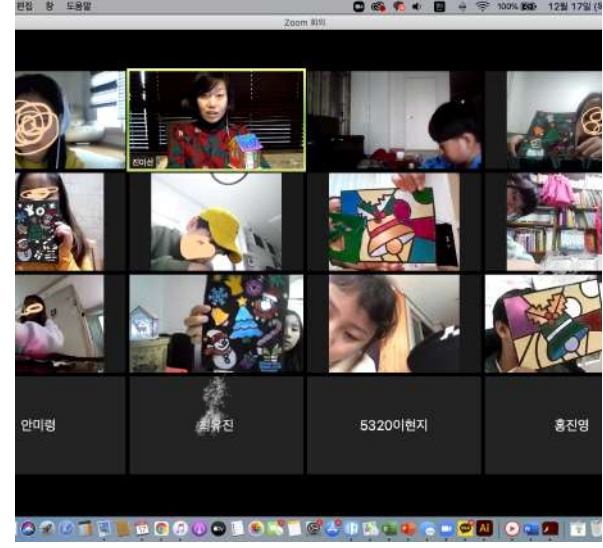




**온라인(비대면)  
정서지원프로그램 및 교육 진행**



- \* 만드는 과정에 자녀와 어떤 이야기를 나눌까요?
- 소중한 추억을 유리병 안에 담아보고, 간직해보세요!
- \* 제작 완료 후 만드는 모습 [인증샷] 댓글로 부탁드립니다!





# 교육 후기



동작구건강가정다문화가족지원센터  
[집.콕.육.아] 엄마표 미술심리놀이터

- 김성희(황재연) 2주동안 좋은 강의 너무 고맙습니다..선생님.강의ppt공유해주시면 좋을것 같아요..선생님..화면에 ppt가 잘 안보였거든요. 01:25:35
- 박수정 감사합니다. 01:25:36
- 최영롱 감사합니다~ 01:25:39
- 박지선 강의 재밌게 들었어요~ 01:25:58
- 정명아 점검의 시간이 되었답니다. 지지표현을 잘 못해서 고민이랍니다. 01:26:09
- 권혜경 강의 정말 유익했습니다 감사드려요~~ 01:26:22
- 문선미 오 팁 감사해요 🍌 01:28:24

좋은 말씀 너무 감사드립니다.오늘 오전에 아이가 원격수업 듣고 있는중에 저도 오랫동안 강의를 들을수 있는 시간이 너무 행복했습니다.시간을 소중하게 쓰고 있다는 생각에 너무 좋았습니다.어제 검사 결과에 조금 충격을 받고 있었던터라 강의가 더욱 기다려지고 선생님의 피드백도 너무 절실했습니다.감사합니다.강의를 통해 저를 돌아보고 힐링할수 있는 시간이였습니다.그런 힘이 생긴 덕분에 오늘 하루 감정을 조금 더 컨트롤 하며 잘 지낼수 있었습니다.아이들 재우고 나면 회회되는 날들이 더 많았는데,오늘은 맘이 편합니다.감사합니다.

2분 전 🍌 1 😊 💬

- < [집.콕.육.아] 엄마표 미술심리놀이터
- 박찬숙  
감사합니다~^^  
9시간 전 🍌 1 😊 💬
  - 오선영  
저를 되돌아보는 좋은 시간이였습니다.  
알찬강의 감사합니다~^^  
9시간 전 🍌 1 😊 💬
  - 정수연  
오늘 강의 너무 감사합니다.반성도 해보고 검사결과에 마음이 무거워지기도 했습니다.  
아이들과 저를 위해서 너무 뜻깊은 수업들이 될것 같습니다.  
5시간 전 🍌 1 😊 💬
  - 이현정  
명강의 잘들었습니다  
많은도움이될것같아요~  
10시간 전 🍌 1 😊 💬

2020년 성남시인문학당  
리- "내 마음에 색을 입히다." 만족도 설문조사

| 매우 그렇다 | 그렇다 | 아니다 | 매우 아니다 |
|--------|-----|-----|--------|
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |

다양한 방법으로 배워서 재미있게 배웠습니다.

강사님들께서 친절하고 철저적으로 강의해 주셨습니다.  
그 동안 참여해주셔서 고맙습니다.

2020년 성남시인문학당  
리- "내 마음에 색을 입히다." 만족도 설문조사

| 매우 그렇다 | 그렇다 | 아니다 | 매우 아니다 |
|--------|-----|-----|--------|
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |
| 0      |     |     |        |

성남시 인문학당 수업이 처음 참여했던 것보다 프로그램, 내용이나 수업 진행으로 너무나 만족스럽습니다. 준비해 주실 것까지 주셔서 고맙습니다. 감사드리며 앞으로 계속 꼭 참여하고 싶습니다.

"인문"에 처음 접해 보니 뭔가 비가 그려져서 신기합니다. 좋은 프로그램 한 번 준비해 주세요 ^^ 인문이 처음 일어서니 인강도 하나쯤 처음에 코로나 때문에 망설였지만 막상 타네 방에 관 되어서 걱정이 전혀 없습니다.

강사님들이 많이 아쉽네요 ~ 좋은 프로그램이었으면 좋겠어요

참여해주셔서 고맙습니다.

강의해주신 선생님이 너무 잘 설명해주셔서 귀에  
속속들어왔어요 부모교육 또 듣고 싶네요. 내년  
에도 하고 싶어요

좋아요~ 강사님 상담실이 가까우면 저희아이도  
상담받고 싶어요! 엄마의 역할의 중요성을 배웠  
어요 감사합니다.^^

즐거워 집에서 할 수 있어서 더 좋았어요 부모  
육도 도움 많이 됐습니다. 엄마가 배워야 할 거 같  
네요 감사합니다.

아이랑 함께할 수 있어 좋았고 키트가 너무 고급  
스러워요, 만족도 최고!

저를 되돌아보는 좋은 시간이었습니다.  
알찬강의 감사합니다~~^^

9시간 전 🍌 1 😊 💬

오늘 강의 너무 감사합니다.반성도 해보고 검사결과에  
마음이 무거워지기도 했습니다.  
아이들과 저를 위해서 너무 뜻깊은 수업들이 될것 같습  
니다.

5시간 전 🍌 1 😊 💬

안녕하세요//^^

오늘강의 너무나 잘들었고 감사했습니다.  
별써 다음강의가 기다려집니다.  
사실 빗속그림 스트레스 검사는 기존에 해본적이 있어서 어  
느 정도는 알고있었는데요~~그럼에도 그림그릴땐 알고있던  
것도 큰 영향이 미치지 않는것같아요.  
아들 하원하면 한번 그려보라고해야겠어요^^

부모양육태도검사는 결과보고 엄청 충격받았는데요ㅠ  
잘하고있다고 생각하진않았지만 이정도일줄이야ㅠ  
냉철한 피드백 부탁드립니다^^

너무 감사한 하루입니다 🍌

감사합니다~선생님~제가 자라난 양육환경(성취압력  
기 강한 환경에서 자랐어요.)을 통해 기본적으로 가지  
고 있는 방향을 제딴에는 극복하려고 노력하는 과정  
이 아이들에게 의식적으로 성취압력을 줄이려고 한  
거 같아요. 그러면서도 간섭적 측면은 놓지를 못했네요.  
가이에 대해 충분히 신뢰하면서도 의심같은 걱정을  
표출하게 되기도 하고요. 지금은 저학년인 아이들과 문  
제가 우려가 됩니다. 자세한 조언 마음에 새기고 노력하  
겠습니다. 감사합니다.♡

3분 전 🍌 1 😊 💬

이렇게 자세하게 말씀해주시고 너무나  
감사합니다. 머리로 충분히 이해되  
지만 쉽진 않을거란거 압니다. 그래도  
내면을 돌아보고 아이들에게 그 불안  
요소로 부터 분리하는 연습을 하도록  
노력해보겠습니다.

읽  
오

감사합니다  
선생님 말씀대로 조금씩 시도해 볼게요. 제자신을  
보게 만드는 여러 강사님의 강의가 있으면 적극적!  
듣곤하는데 올해에는 코로나로 너무 집에만 있으  
마로서 가지는 스트레스도 있고 제자신을 돌아보  
해 강의 신청해 보았던 것입니다.  
너무 좋은 피드백을 주셔서 다시 저를 돌아보고 저  
조금씩이라도 바뀌게 해주시니 너무 감사드립니다  
고하셨습니다.^^

12시간 전 🍌 1 😊 💬

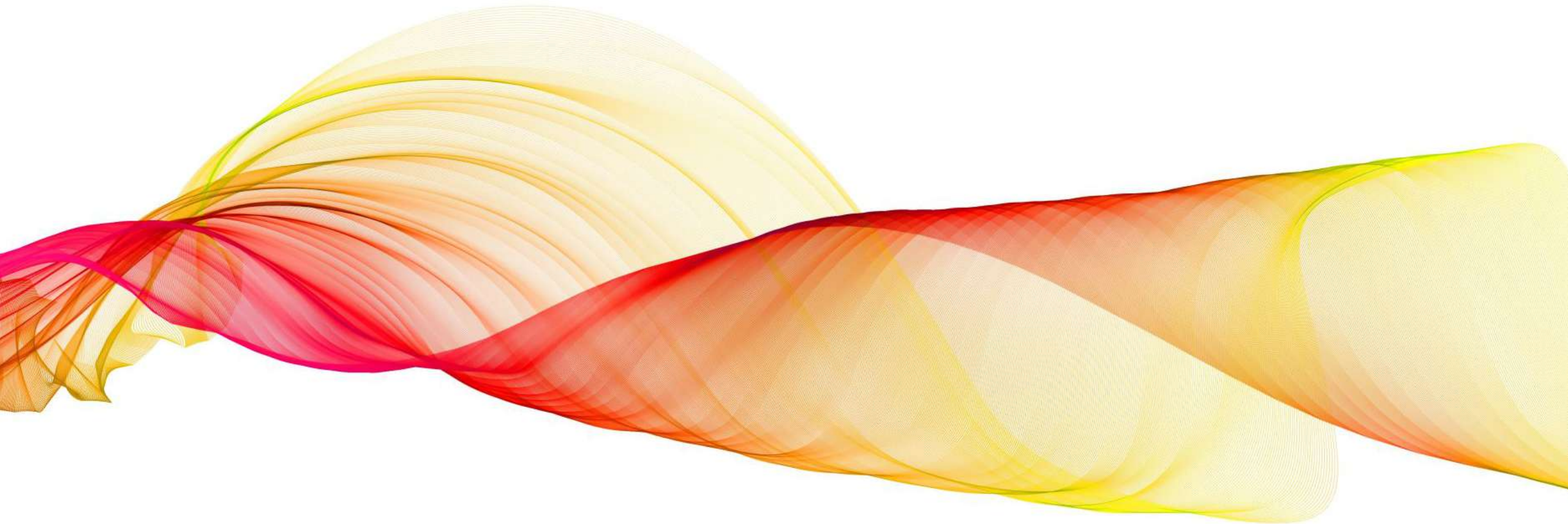
좋은 말씀 너무 감사드립니다.오늘 오전에 아이가 원  
격수업 듣고 있는중에 저도 오랫동안 강의를 들을수 있  
는 시간이 너무 행복했습니다.시간을 소중하게 쓰고 있  
다는 생각에 너무 좋았습니다.어제 검사 결과에 조금  
충격을 받고 있었던터라 강의가 더욱 기다려지고 선생  
님의 피드백도 너무 절실했습니다.감사합니다.강의를  
통해 저를 돌아보고 힐링할수 있는 시간이였습니다.그  
런 힘이 생긴 덕분에 오늘 하루 감정을 조금 더 컨트롤  
하며 잘 지낼수 있었습니다.아이들 재우고 나면 회회되  
는 날들이 더 많았는데,오늘은 맘이 편합니다.감사합니  
다.

2분 전 🍌 1 😊 💬



“마음으로,  
소통하는 강의로 찾아 뵙겠습니다.  
감사합니다.”

- 경기도 용인시 수지구 현암로 128 센타프라자 306호 심리상담연구소어바웃미
- 문의메일: [about-me@naver.com](mailto:about-me@naver.com)



색채심리를 기반으로하는  
**자기돌봄 -색다른 소통 프로그램소개**

심리상담연구소 어바웃미 소장  
한국색채분석협회장  
진미선

# 프로그램 목표 및 기대 효과

---



- **프로그램 소개:**
  - 색채심리를 기반으로 코로나로 지친 업무와 일상의 삶을 회복하기 위한 소통 및 자기 관리 프로그램.
- **목표 및 기대 효과:**
  - 색채를 통해 내면의 무의식을 탐색하고 자신의 상처, 삶의 부정적 이슈를 색의 에너지를 통해 재 경험하고 치유하며 긍정적인 자아상을 회복하고 구축할 수 있다.
  - 색채 심리를 기반으로 자기 이해와 돌봄, 스트레스 관리, 스트레스 관리, 커뮤니케이션 기술 향상으로 개인의 정서와 관계 뿐 아니라 일과 삶의 조화를 이루며 행복한 삶을 누릴 수 있다.
  - 프로그램 활동을 통한 자기를 발견하고 타인에 대한 올바른 이해를 통해 관계를 회복하고 자기관리를 할 수 있다.

# 프로그램 1.

(색채심리/소통/조직경영/자기이해/자기계발)

구성

1회기-색채심리 검사를 통한 자기 이해 및 적용  
2회기-색채 매체실습을 통한 자기분석 및 치유과정

| 일정  | 내용  | 매체  |
|-----|---|---|
| 1회기 | <b>관계 속의 나는 무슨 색?</b><br>나는 어떠한 색으로 팀원들에게 보이는가?<br>색다른 이미지 롤링 페이퍼<br>관계 속의 색채 메시지 해석      | 컬러시트, 채색도구<br>(색연필, 싸인펜)  |
| 2회기 | <b>마인드컬러성격유형 분석</b><br>-일 유형 분석<br>-상황대처능력 분석<br><b>우리에게 필요한 색의 에너지 만들기</b><br>-상호 보완점 찾기 | 색채 성향 검사지<br>(마인드 컬러 성향<br>검사)<br>색채 시트<br>컬러시트, 채색도구<br>(색연필, 싸인펜) |

추후 회기변경 및 매체나 실습활동은 협의에 의해 변경가능합니다.

# 프로그램 2.

(색채심리/소통/자기이해/자기경영/자기분석)

구성

1회기-색채심리 검사를 통한 자기 이해 및 적용

2회기-색채 매체실습을 통한 자기분석 및 치유과정

| 일정  | 내용  | 매체                              |
|-----|---|---------------------------------|
| 1회기 | <b>색채검사를 통한 나와의 조우</b> <ul style="list-style-type: none"><li>마인드 컬러 진단 검사 (색채 성격유형검사)/휴먼컬러검사</li><li>나의 마인드 컬러를 찾고 나의 성향을 탐색</li><li>색채심리실습: 바스솔트(컬러테라피+아로마테라피)</li></ul> | 마인드컬러<br>자가진단지/<br>바스솔트실<br>습키트 |
| 2회기 | <b>나를 만나는 색채심리여행</b> <ul style="list-style-type: none"><li>마인드 컬러 스토리(시트작업)</li><li>관계 속의 나 (시트작업)</li><li>발표 및 피드백</li></ul>   | 활동 키트<br>색연필,사인<br>펜, 회화도구      |

추후 회기변경 및 매체나 실습활동은 협의에 의해 변경가능합니다.

# 프로그램 3.

(색채심리/소통/스트레스관리/자기이해/자기돌봄)

구성

1회기-색채심리 검사를 통한 자기 이해 및 적용

2회기-색채 매체실습을 통한 자기분석 및 치유과정

| 일정  | 내용  | 매체                          |
|-----|---|-----------------------------|
| 1회기 | <b>색채검사를 통한 나와의 조우</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 색으로 알아보는 현재의 나(컬러 바틀 검사-3가지 색을 통해 나의 타고난 본질과 현재의 정서적 이슈(스트레스,어려움), 미래의 나아갈 방향 분석)</li><li>• 검사 결과 해석</li><li>• 색채심리실습:하바리움 만들기</li></ul> | 컬러셀프차트<br>검사지/ 하바리움<br>실습키트 |
| 2회기 | <b>나를 만나는 색채심리여행</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 나를 소개해주세요 (3가지 색으로 나 표현하기)</li><li>• 과거의 나 현재의 나</li><li>• 발표 및 피드백</li></ul>  | 활동 키트<br>색연필,싸인펜,<br>회화도구   |

추후 회기에 따른 매체나 실습활동은 협의에 의해 변경가능합니다.

# 프로그램 4.

(색채심리/미술치료/자기경영/자기이해/자기돌봄)

구성

1회기-색채심리 검사를 통한 자기 이해 및 적용

2회기-색채 매체실습을 통한 자기분석 및 치유과정

| 일정  | 내용  | 매체                     |
|-----|---|------------------------|
| 1회기 | <b>색채검사를 통한 나와의 조우</b> <ul style="list-style-type: none"><li>컬러넘버 (본인의 생일 수를 통해 색과 숫자의 파장을 융합해, 개개의 본연의 자세나 삶의 방법을 메시지를 진단하는 검사.</li><li>색을 통해 나답게 살아가며 성장하기 위해 구축된 지침 해석</li><li>색채심리실습: 컬러리스만들기</li></ul> | 컬러넘버 차트 /리스크트          |
| 2회기 | <b>나를 만나는 색채심리여행</b> <ul style="list-style-type: none"><li>누리에 작업</li><li>화가의 그림 탐색 명화 재해석</li><li>발표 및 피드백</li></ul>   | 활동 키트<br>색연필,싸인펜, 회화도구 |

추후 회기에 따른 매체나 실습활동은 협의에 의해 변경가능합니다.

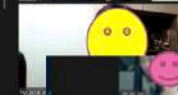
# 교육진행 활동사진1.

## 이르테

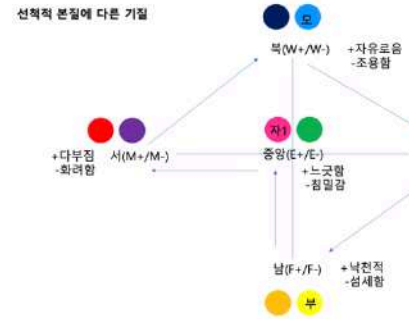
내담자 성명: 00000 생년월일: 실시 날짜: 2020.

| 분석 내용  |        |        |        |    |    |    |    |
|--|--------|--------|--------|----|----|----|----|
| <p>린 환경을 지키는 평화주의자. 느긋하고 천천히 생각하고 받아들이며 많은 것들을 받아들여 넉넉한 마음이 있고 타인에게 친절하며 온화한 인상을 준다. 조용하지만 믿음직한 내면(너저름) 모두를 지키는 능력이 있으며 모두의 중심에서 균형과 평화, 안정된 관계를 유지한다. 나보다 타인을 배려하며 존경한다. 자신이 있어야 할 곳과 역할을 잘 맡고 지게 싸움을 싫어하고 항상 온화함을 유지한다. 고독을 싫어하며 위험한 시도는 하지 않고 주의자이며 주변의 영향을 많이 받는다. 남의 부탁을 거절할 수 없으며 주변사람들을 돌봐준다. 소극적인 면이 보이나 인내력이 강하여 사람 중심의 사고를 한다. 사람을 아끼고 트러블 기질이 없다. 충절을 좋아하지 않고, 도덕적인 사고방식을 가지고 있으며 소극적이 환경변화에 대한 인내력과 주위의 환경을 자본하게 하는 힘을 가지고 있다.</p> |        |        |        |    |    |    |    |
| <p>변화시키는 힘이 강하고 자유분방하고 상황에 만족하는 것이 아닌 새로운 것을 추구하는 진의식이 강하다. 도전에서 큰 성과를 얻기 위하여 외향적이고 권력지향적인 면을 갖고 리더십을 발휘하여 사회에서 어떠한 경쟁이나 압력이 있어도 그것을 극복하려고 한다. 것을 싫어해 경한 목표는 끈기있게 몇 번씩 시도한다. 생각 없이 일어나는 돌발 상황들을 보이기도 하지만 불가능하다고 느끼는 일에도 도전하는 용기가 있고, 자신의 인성을 풍부하게 하고자 한다. 다양한 경험과 체험으로 스스로를 성장시키며, 내에 대한 돌봄이 없는 자유분방함이 있습니다. 여러 가지에 흥미를 두고 배우고, 빠른 리드감과 속도감 인생을 개척해 나가는 성향이 강하다.</p>   |        |        |        |    |    |    |    |
| F+   | F-     | E+     | E-     | M+ | M- | W+ | W- |
|  |        | 0      |        |    |    |    |    |
| <p>관대한 중재자형이고 고집이 세고 적극적이다. 중후하고 포용력과 신뢰성이 있으며, 사람에서 중재 역할을 함으로써 구심점이 되는 경우가 많다. 느긋하고 여유가 있으며, 선비나 이지한 복잡한 상황이나 스트레스에 놓이는 상황이 되면 회피하거나 게을러질 때가 많다. 1의 일에 잘 끼여들기도 한다. 한번 하겠다고 마음먹으면 밀고 나가는 것도 잘하지만 느슨한 모습이 자칫 우유부단해 보이거나 뜻대가 없어 보이기도 한다. 또한 쉽게 도라지거나 쉽게 풀어지기도 한다.</p>   |        |        |        |    |    |    |    |
| <p>1이 매우 세고 자만심이 강하다. 융통성이 부족하고 관계에 집착한다. 너무 느긋하고 게 느리고 순간적인 대처능력이 약하다. 고정관념이 있으면 자기생각의 틀에서 잘 벗어나</p>  |        |        |        |    |    |    |    |
| <p>리, 겨드랑이, 비장, 등, 근육, 피부</p>  |        |        |        |    |    |    |    |
| 0년   | 월( 5 ) | 월( 6 ) | 월( 7 ) |    |    |    |    |
| 년경   | P(초초)  | O(투투)  | R(성과)  |    |    |    |    |
| <p>의 냉철한 판단력, 본질과 진실을 추구하고 깊은 생각을 듣고, 한 가지를 알면 그것과 연관 다양한 것을 알아차리는 통찰력이 있으며, 강한 정신력을 갖고 있는 색상이라 그린과 레 본지의 에너지를 보완해 줄 수 있다.</p>   |        |        |        |    |    |    |    |

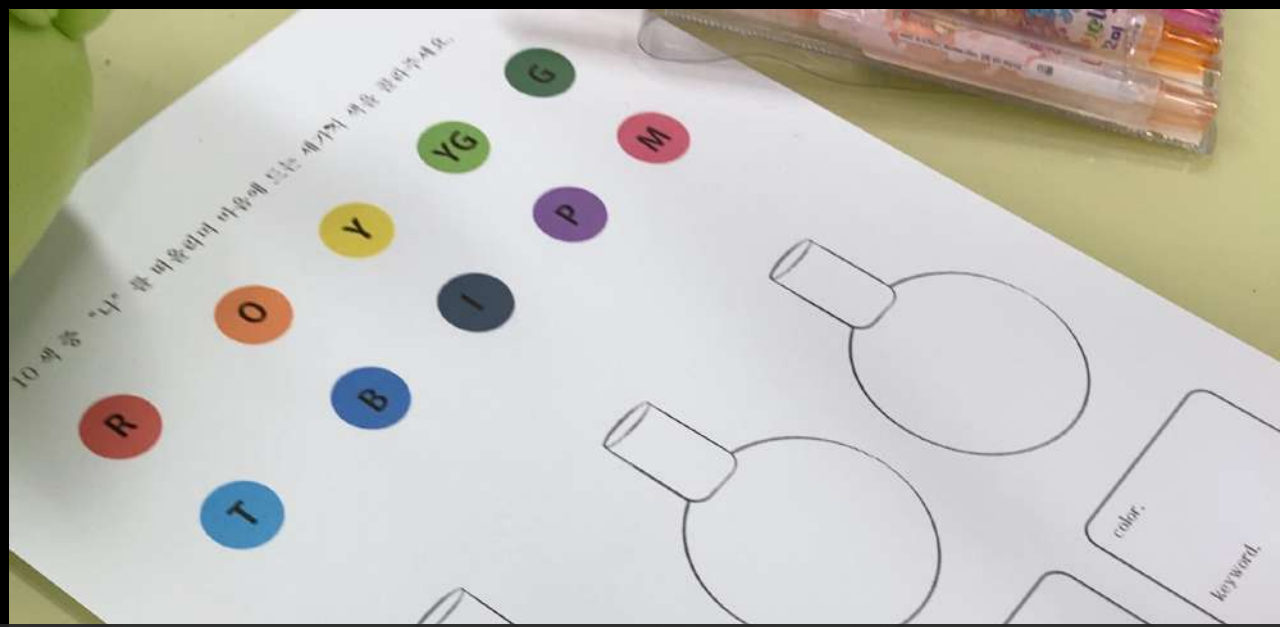
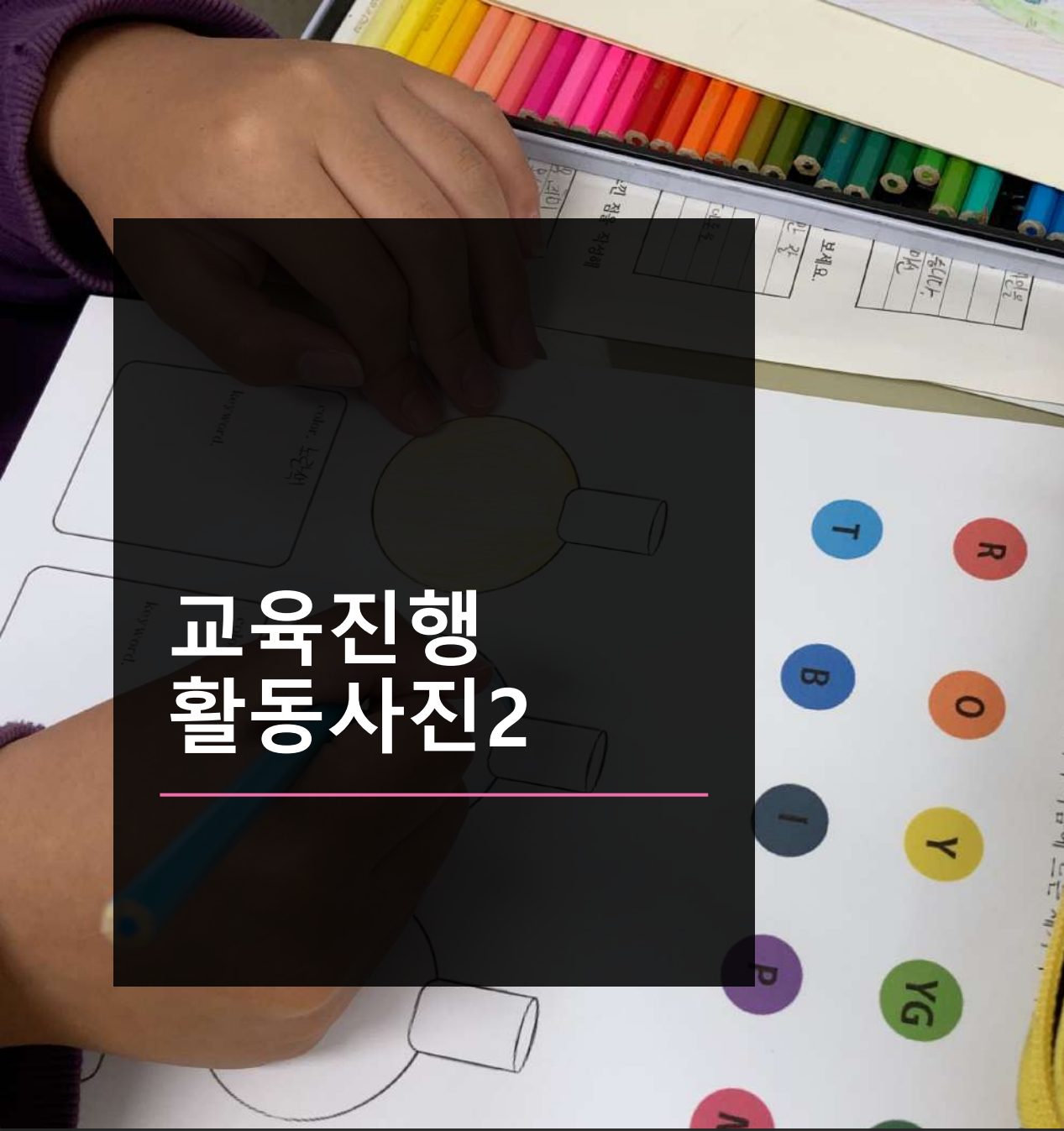
## ← Human color 개별 색채 분석지 제공



## ← Zoom 활용 강의



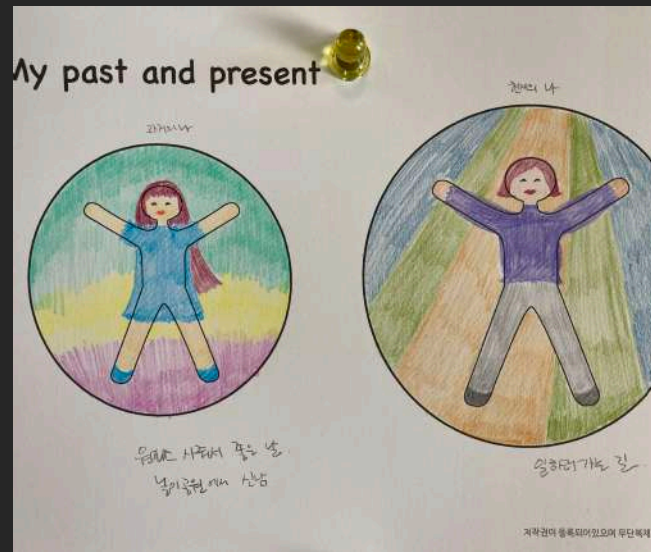
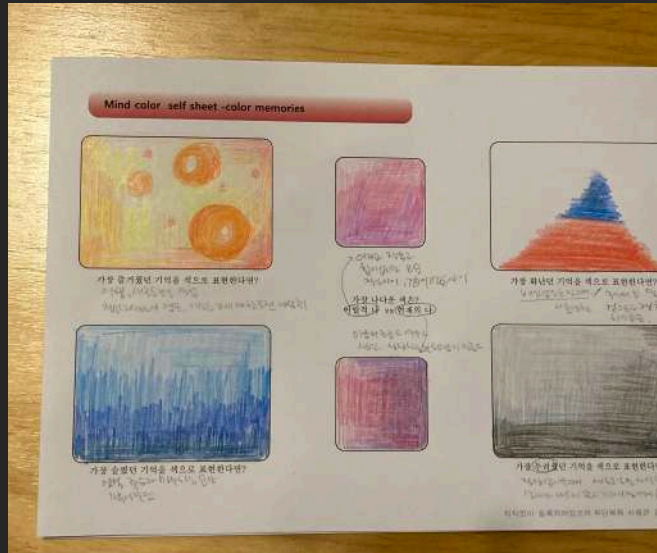
# 교육진행 활동사진2





실습활동1.

# 색채심리여행 실습활동2





# 강의주제 “색채& 미술심리를 기반으로”

---

셀프 힐링을 통한 자기개발 & 관리

스트레스 해소 감정 관리

색채분석을 통한 조직간 소통-관계의 기술

색채 명상을 통한 마음 챙김

시니어 자기경영프로그램

부모 교육/ 예비부부학교/색채산모교실

색채심리/ 미술심리 자격 과정

마음으로,

**소통**하는 강의로  
찾아 뵙겠습니다.  
감사합니다.

---

