

# 나를 밝히는 퇴근길 인문학

- 신청** 2023. 3. 22.(수) 10:00 ~ 선착순 (광양시립도서관 홈페이지 및 전화)
- 장소** 광양용강도서관 마로극장(3층)
- 대상** 광양시민(성인) 25명
- 문의** ☎ 797-3868

## 주제 1 <심리학에서 발견한 나>

구분	일시	세부주제	비고
1회	4월 6일(목) 19:00 ~ 21:00	나의 애착유형과 대인관계: 혼자 있고 싶지만, 혼자 있기 싫어요!	신홍임 (순천대 교수)
2회	4월 13일(목) 19:00 ~ 21:00	방어기제: 내가 아는 진심, 내가 모르는 진심	
3회	4월 20일(목) 19:00 ~ 21:00	스트레스와 분노 조절: 거절하기, 화내기, 편안해지기	
4회	4월 27일(목) 19:00 ~ 21:00	긍정적 정보처리와 아침 감사일기: 매일 설레며 하루를 시작할 수 있을까?	
5회	5월 4일(목) 19:00 ~ 21:00	우울증과 번아웃: 언제나 정상이 아니어도 괜찮습니다.	
6회	5월 11일(목) 19:00 ~ 21:00	사회적 뇌: 타인의 존재와 나의 행복	

## 주제 2 <온전한 나와 마주하는 시간>

구분	일시	세부주제	비고
1회	5월 18일(목) 19:00 ~ 21:00	MBTI 그게 뭘데?: MBTI를 활용한 자기 탐색	홍애은 (행복누리 심리상담소)
2회	5월 25일(목) 19:00 ~ 21:00	내가 그린 그림의 비밀: HTP 그림검사	
3회	6월 1일(목) 19:00 ~ 21:00	컬러에 빠진 나: 퍼스널 컬러	김아로, 임원지 (아로아로 컬러랩)
4회	6월 9일(금) 10:00 ~ 16:00	템플스테이	순천 선암사
5회	6월 15일(목) 19:00 ~ 21:00	나를 외치다: 감정표출, 화산 그리기	홍애은 (행복누리 심리상담소)

\* 주제1, 주제2 연계 운영. 전체 80% 이상 참여자에 한하여 탐방 참여 가능.(탐방비 1인 1만원 예정)

용강도서관 **길 위의 인문학**

# 나를 밝히는 퇴근길 인문학

**기간** 2023. 4. 6. ~ 6. 15.(목) 19:00 ~ 21:00 (11회)

**강사** 신홍임(순천대 교수)  
홍애은(행복누리 심리상담소)  
김아로, 임원지(아로아로 컬러랩)

**문의** 용강도서관(☎797-3868)

## 주제 1 \_ 심리학에서 발견한 나

회차	일시	강사	세부주제
1회	4. 6.(목) 19:00-21:00	신홍임	나의 애착유형과 대인관계: 혼자 있고 싶지만, 혼자 있기 싫어요!
2회	4. 13.(목) 19:00-21:00		받아들이기: 내가 아는 진심, 내가 모르는 진심
3회	4. 20.(목) 19:00-21:00		스트레스와 분노 조절: 거절하기, 원하기, 미안해지기
4회	4. 27.(목) 19:00-21:00		긍정적 정보처리와 아침 감사일기: 매일 실례며 하루를 시작할 수 있을까?
5회	5. 4.(목) 19:00-21:00		우울증과 번아웃: 언제나 정상이 아니어도 괜찮습니다.
6회	5. 11.(목) 19:00-21:00		사회적 낙: 타인의 존재와 나의 행복

## 주제 2 \_ 온전한 나와 마주하는 시간

회차	일시	강사	세부주제
7회	5. 18.(목) 19:00-21:00	홍애은	MBTI 그제 뭐대?: MBTI를 활용한 자기 검사
8회	5. 25.(목) 19:00-21:00	김아로, 임원지	내가 그린 그림의 비밀: HTP 그림 검사
9회	6. 1.(목) 19:00-21:00		컬러에 빠진 나: 퍼스널 컬러
10회	6. 9.(금) 10:00-16:00	탐방	순천 선암사 템플스테이
11회	6. 15.(목) 19:00-21:00	홍애은	나를 의지다: 감정표출, 화산 그리기

\* 전체 80% 이상 참석 시 탐방 참여 가능합니다. (탐방비 1만원)  
\* 주말 중 시간 및 명상 촬영을 할 수 있으며, 도서관 홍보(비영리목적)를 위해  
활동할 수 있습니다.

주최 문화체육관광부 주관 한국도서관 협회  
시행 광양용강도서관

용강도서관  
 글 위의 인문학  
 우리 동네 도서관에서 인문학을 만나다

# 나를 밝히는 퇴근길 인문학

주제1

## 심리학에서 발견한 나

기간\_ 2023. 4. 6. ~ 5. 11.(목) 19:00~21:00 (6회)  
 강사\_ 신홍임(순천대 교수)

주제2

## 온전한 나와 마주하는 시간

기간\_ 2023. 5. 18. ~ 6. 15.(목) 19:00~21:00 (5회)  
 \* 순천 선암사 탐방(6. 9.(금) 예정) 1회  
 강사\_ 홍애은(행복누리 심리상담소)  
 김아로, 임원지(아로아로 컬러랩)

장 소 | 용강도서관 마로극장(3층)  
 대 상 | 광양시민(성인) 25명  
 문 의 | 용강도서관 ☎797-3868

\* 주제1 참여자에 한해서 주제2 참여 가능합니다. (주제1, 주제2 연계 운영)  
 \* 전체 80% 이상 출석 시 탐방 참여 가능합니다. (탐방비 1만원)  
 \* 수업 중 사진 및 영상촬영을 할 수 있으며,  
 도서관 홍보(비영리목적)를 위해 활용될 수 있습니다.



주최 | 문화체육관광부      주관 | 한국도서관협회

시행 | 광양용강도서관

2023 용강도서관

# 상반기 프로그램 운영

운영기간 2023. 3.

수강료 무료 (단, 재

문의 ☎ 797-

### 운영프로그램

강좌명	대상	인원	횟수
5강좌		80	56
Spring Story	유아 (5~7세)	15	8
Spring Story	초등 (1~3학년)	15	8
스마트 에이징 -스마트 정보 활용-	성인 (55~65세)	15	6
스마트 에이징 -디지털 생활 교육-	성인 (55~65세)	15	6
그린책 감성코칭 지도사 과정	성인	20	15



광양용강도서관  
 Gwangyang Yon

용강도서관 곁 위의 인문학

# 나를 밝히는 퇴근길 인문학

**기간** 2023. 4. 6. ~ 6. 15. (목) 19:00 ~ 21:00 (11회)

**강사** 신홍임(순천대 교수)  
홍애은(행복누리 심리상담소)  
김아로, 임원지(아로아로 컬러랩)

**문의** 용강도서관(☎797-3868)

## \* 주제 1 \_ 심리학에서 발견한 나

회차	일시	강사	세부주제
1회	4. 6. (목) 19:00-21:00	신홍임	나의 애착유형과 대인관계: 혼자 있고 싶지만, 혼자 있기 싫어요!
2회	4. 13. (목) 19:00-21:00		방어기제: 내가 아는 진실, 내가 모르는 진실
3회	4. 20. (목) 19:00-21:00		스트레스와 분노 조절: 거절하기, 화내기, 편안해지기
4회	4. 27. (목) 19:00-21:00		긍정적 정보처리와 아침 감사일기: 매일 실례해 하루를 시작할 수 있을까?
5회	5. 4. (목) 19:00-21:00		우울증과 반아웃: 언제나 정상이 아니어도 괜찮습니다.
6회	5. 11. (목) 19:00-21:00		사회적 뇌: 타인의 존재와 나의 행복

## 주제 2 \_ 온전한 나와 마주하는 시간

회차	일시	강사	세부주제
7회	5. 18. (목) 19:00-21:00	홍애은	MBTI 그계 명대: MBTI를 활용한 자기 탐색
8회	5. 25. (목) 19:00-21:00	김아로, 임원지	내가 그린 그림의 비밀: HTP 그림 검사
9회	6. 1. (목) 19:00-21:00		컬러에 통진 나: 퍼스널 컬러
10회	6. 9. (금) 10:00-16:00	함양	순천 선암사 템플스테이
11회	6. 15. (목) 19:00-21:00	홍애은	나를 잊는다: 감정표출, 화산 그리기

\* 전체 80% 이상 출석 시 탐방 참여 가능합니다. (탐방비 1만원)  
\* 소인 주 소인 및 여상 참여를 할 수 있으며, 도서관 홍보(비영리목적)를 위해  
활동될 수 있습니다.



주최 문화체육관광부    주관 한국도서관협회  
시행 용강도서관

# 용강도서관 운영안내

광양용강도서관

- 어린이자료실 : (월~금) 09:00 ~ 18:00
- 종합자료실 : (월~금) 09:00 ~ 22:00
- 토·일 : 09:00 ~ 17:00

※ 휴관일 : 국가지정 공휴일 및 매월 셋째 주 금요일(정기청소일)

## 나를 밝히는 퇴근길 인문학

우리동네 도서관에서 인문학을 만나다

주최: 문화체육관광부  
주관: 한국도서관협회  
시행: 광양용강도서관

주제 1\_ 심리학에서 발견한 나  
2023. 4. 6. ~ 5. 11.(목) 19:00~21:00 (6회)

주제 2\_ 온전한 나와 마주하는 시간  
2023. 5. 18. ~ 6. 15.(목) 19:00~21:00 (5회)

장소: 용강도서관 마로극장(3층) 대상: 광양시민(성인) 25명 문의: 용강도서관(☎797-3868)

## 제59회 도서관주간 4. 12. ~ 4. 18. 경계 없이 비추는 문화의 빛, 도서관

제59회 도서관주간 행사 기간 4. 1. ~ 4. 30.

event.1 개관 5주년 기념 특별이벤트 event.2 독서진흥 이벤트 event.3 공연,강연 및 체험행사 등

광양용강도서관

## 용강도서관 가족 소통 체험 도서관 텃밭 놀이터 체험 가족 모집!

일시 | 2023. 4. 8. (토) 14:00 장소 | 용강도서관 앞마당 대상 | 초등학교생 자녀를 둔 가족 10팀 신청 | 2023. 3. 27. (월) 10:00 ~ (선착순) 문의 | ☎ 797-3857

광양용강도서관

## ☐ 메모

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### 2023 용강도서관 길 위의 인문학 일정

회차	일 시	프로그램
1차	4. 6. ~ 5. 11.(목)	심리학에서 발견한 나
2차	5. 18. ~ 6. 15.(목)	온전한 나와 마주하는 시간
탐방	6. 9.(금)	나에게 한 걸음 더 : 산사체험

- 세부 프로그램 내용은 사정에 따라 변경될 수 있습니다.
- 탐방은 1, 2차 연속 참여자를 우선순위로 신청받을 예정입니다.



[ 2023. 4. 6.(목) 19:00 ]  
[ 용강도서관 마로극장 ]

## 길 위의 인문학 “나를 밝히는 퇴근길 인문학”

- 주제 1. 심리학에서 발견한 나 -



광 양 시  
[도서관운영과]

## 나를 밝히는 퇴근길 인문학

# “심리학에서 발견한 나”

### 용강도서관 길 위의 인문학 프로그램은?

다양한 영역에서 자아를 탐색하고, 사회적 관계 속에서 자아를 확장시키며, 공존하는 삶의 방법을 알아본다.

### 강연개요

- 일 시 : 2023. 4. 6. ~ 5. 11.(매주 목) 19:00 ~ 21:00
- 장 소 : 용강도서관 마로극장(3층)
- 대 상 : 광양시민 30명
- 강 사 : 신흥임(순천대 심리학과 교수)
- 주제 1 : “심리학에서 발견한 나”

### 강사 소개



- 現 순천대학교 자유전공학부/교양교육원 부교수/교양교육원장
- 주요 경력사항
- 영남대학교 기초교육대학 교양학부 조교수
- 서강대학교 경영전문대학원 연구교수
- 연세대학교 심리학과 BK사업단 연구교수
- 연세대학교 의과학사업단 연구교수

### 진행순서

※ 세부 강의 시간은 변경될 수 있습니다.

구 분	시 간		주 요 내 용	진 행
여 는 말	19:00	10"	인사, 강사 소개, 강연 안내	사 회 자
강 연	19:10	100"	「심리학에서 발견한 나」 강연 자기 정체감에 대해 심리학적 이해 및 자기 탐색의 시간을 갖는다.	강 사
맺 음 말	20:50	10"	마무리 인사, 다음 강연 안내	강 사

### 프로그램 일정 소개

#### 주제 1. 심리학에서 발견한 나

구 분	일 시	장 소	내 용
1 강	4. 6.(목) 19:00~21:00	용강도서관 마로극장(3층)	“ 나의 애착유형과 대인관계 ” -혼자 있고 싶지만, 혼자 있기 싫어요!
2 강	4. 13.(목) 19:00~21:00	용강도서관 마로극장(3층)	“ 방 어 기 제 ” -내가 아는 진심, 내가 모르는 진심
3 강	4. 20.(목) 19:00~21:00	용강도서관 마로극장(3층)	“ 스트 레 스 와 분 노 조 절 ” - 거절하기, 화내기, 편안해지기
4 강	4. 27.(목) 19:00~21:00	용강도서관 마로극장(3층)	“ 긍정적 정보처리와 아침 감사일기 ” -매일 설레며 하루를 시작할 수 있을까?
5 강	5. 4.(목) 19:00~21:00	용강도서관 마로극장(3층)	“ 우 울 증 과 번 아 웃 ” -언제나 정상이 아니어도 괜찮습니다.
6 강	5. 11.(목) 19:00~21:00	용강도서관 마로극장(3층)	“ 사 회 적 뇌 ” - 타 인 의 존 재 와 나 의 행 복