

## 2021년 1학기 그립기초과정(zoom)

안녕하세요? 줌으로 그립교육을 시작한 지 벌써 2년째로 접어들었네요. 처음에는 그립교육을 온라인으로 실험하는 것에 기대 반 염려 반으로 시작했던 것이 그동안 경험이 쌓이면서 여러 가지로 장점이 많다는 것을 발견했으며, 참가자들의 반응 또한 매우 좋았던 것 같습니다. 따라서 앞으로는 코로나가 종식되더라도 그립교육은 온라인으로 계속해도 무방하지 않을까 하는 생각이 들 정도입니다.

GRIP(Gestalt Relationship Improvement Program)은 김정규 교수가 2010년도에 게슈탈트치료 이론에 근거하여 각종 놀이 및 예술매체들을 접목시켜 개발한 심리치료 도구로서 지난 10여 년간 전국의 학교현장과 상담기관, 병원, 사회복지기관 등에서 자기표현이 부족하거나 심리치료를 비협조적인 아동청소년, 그리고 정서억압이 심하거나 대인관계에 어려움을 겪는 성인들을 대상으로 불안장애, 기분장애, 성격장애, 중독문제 등을 치료하는데 탁월한 효과가 있음이 수많은 학술연구들을 통해 입증되었습니다.

본 워크샵은 GRIP 중심의 이론과 실습교육으로 이루어지며, 실습은 1~6명의 실습 자원자들이 번갈아가며 김정규 교수의 지도로 각종 개인 또는 집단시연에 참가하고, 다른 참가자들은 그 과정을 관찰하면서 그립도구 사용방법을 익히게 됩니다. 시연이 끝난 후에는 간단한 리뷰와 질의응답을 통해 상담과정에 대한 이해를 돕습니다. 기초과정에 이어 15시간의 심화과정을 수료하면 “그립지도자(GRIP Leader)” 자격증을 받으실 수 있습니다. 본 워크샵에 대한 여러분의 많은 관심과 참여를 바랍니다.

1. 일 시 : 2021. 4. 17(토) - 4. 18(일) 09:00 - 18:00 (15시간)
2. 참여방식 : zoom 화상회의. 2일 전에 이메일로 초대링크를 보내드립니다
3. 강 사 : 김정규 교수  
임상심리전문가, 상담심리전문가, 게슈탈트치료전문가  
전) 성신여자대학교 교수, 한국임상심리학회 회장,  
한국게슈탈트치료학회 회장, 국제게슈탈트저널 편집위원  
현) 성신여자대학교 명예교수, 사회복지법인 게슈탈트하일렌 대표이사
4. 대 상 : GRIP에 관한 교육을 필요로 하시는 모든 분들
5. 참 가 비 : 사전등록(4월 14일까지) -10만원  
사전등록은 참가비 입금일자가 기준임  
사전등록 이후 및 당일등록 -12만원 / 1일 등록 가능함 (6만원)  
재수강 또는 단체수강(5명이상)시 할인 - 8만원  
환불은 행사 3일 전까지 100%, 2일 전까지 50%, 이후 불가
7. 신청방법 : 참가신청서를 [gestaltmedia@naver.com](mailto:gestaltmedia@naver.com)으로 보냄  
신한은행 110-294-435544(예금주 채성희)로 입금  
입금확인 후 메일회신 드립니다. (반드시 신청서를 보내주셔야 확인가능)
8. 4월 30일까지 GRIP 도구 구매 시 10% 할인혜택 (기관구매는 제외)  
워크샵 참석자에게는 연수평점표 또는 참가증명서 발부  
한국임상심리학회 및 한국게슈탈트상담심리학회 수련시간 인정

### 기초과정 일정표 (2021.4.17- 4.18)

일 정	1일차	2일차
09:00 - 09:05	등록 및 출석체크	등록 및 출석체크
09:05 - 10:30	GRIP 프로그램 소개 이론 강의	그림상황카드
10:30 - 10:45	휴 식	휴 식
10:45 - 12:00	알아차림 연습 1, 2, 3 단계	그림상황카드
12:00 - 13:30	중 식	중 식
13:30 - 15:00	어린 시절 집 그리기 / 가족상징 작업	감정단어카드
15:00 - 15:15	휴 식	휴 식
15:15 - 16:15	마음자세카드 작업	감정단어카드
16:15 - 16:30	휴 식	휴 식
16:30 - 17:30	마음자세카드 작업	그림상황카드/ 집단작업 시연
17:30 - 18:00	종합토의	종합토의

### 심화과정 일정표 (2020.5.15- 5.16)

일 정	1일차	2일차
09:00 - 09:05	등록 및 출석체크	등록 및 출석체크
09:05 - 10:30	그립 사용의 원리와 실제	마음자세카드/ 감정단어카드/ 그립가족인형
10:30 - 10:45	휴 식	휴 식
10:45 - 12:00	알아차림 연습 4, 5, 6 단계	그림상황카드/ 감정단어카드 그립가족인형
12:00 - 13:30	중 식	중 식
13:30 - 15:00	마음자세카드/ 감정단어카드	그립보드게임
15:00 - 15:15	휴 식	휴 식
15:15 - 16:15	그립 가족인형작업	그림상황카드/ 집단상담 시연
16:15 - 16:30	휴 식	휴 식
16:30 - 17:30	그립 가족인형작업	그림상황카드/ 집단상담 시연
17:30 - 18:00	종합토의	종합토의

## 본 워크숍의 특징

- 국내에 게슈탈트 치료를 처음으로 도입하고 GRIP을 개발한 저자의 직강 및 시연
- 딱딱한 이론 위주가 아닌 시연과 실습 위주의 실용적 강의(이론 20%, 실습80%)
- 다양한 문제(ADHD, 학교 부적응, 우울, 불안, 성격문제, 섭식장애, 중독, 부부문제, 가족문제, 리더쉽 등)에 대한 게슈탈트치료 기법 소개
- 그림의 개인상담 외에 부부상담, 집단상담 활용법 소개

## 게슈탈트치료란?

- 펄스가 1950년대에 개발한 심리치료이론으로서 개인이 자기를 둘러싼 환경과의 관계 속에서 자신을 올바르게 자각하고, 주변과 유기적인 접촉-소통을 하도록 돕는데 역점을 둠
- 지금 여기의 실존적 욕구나 감정, 신체상태, 대인관계를 정확히 알아차리고, 타인과 효율적으로 접촉하고 소통하도록 도와 줌
- 특히 자신의 욕구와 감정을 잘 알아차리고, 타인과 공감적으로 소통하면서 상호 친밀한 관계형성을 하도록 도와줌
- 이론적 배경으로는 현상학적 입장(phenomenology), 장이론(field theory), 대화적 관계 (I-thou relationship), 실험 (experiment)을 들 수 있음
- 방법론적으로는 지금 여기의 현상, 반복적 행동패턴들에 대한 알아차림, 비언어적 프로세스에 대한 관찰과 피드백, 빈 의자 기법, 두 의자 기법, 언어자각, 역할극, 메타퍼, 상상기법, 스토리텔링 등의 다양한 실험을 사용함
- 게슈탈트치료는 아동, 청소년, 성인을 대상으로 개인치료, 부부치료, 가족치료, 집단치료, 예술치료, 놀이치료 등의 다양한 형태로 행해지고 있으며, 임상심리사, 상담심리사, 사회복지사, 교사, 기업상담사, 간호사, 정신과의사 등에 의해 실시됨

## GRIP(Gestalt Relationship Improvement Program)

- GRIP은 김정규 교수가 30여년에 걸친 임상 및 상담 경험을 통해 게슈탈트치료 이론을 바탕으로 만든 놀이 및 예술치료 구조화 프로그램임
- GRIP은 ‘알아차림 연습’, ‘놀이 및 예술치료 활동’, ‘그림도구 활용’의 3가지 요소로 구성되어 있음
- 그림도구들은 GR-1부터 GR-5까지 다섯 종류로 구성되어 있으며, 게슈탈트치료 이론적 배경에서 상담의 효과를 최적화시키는데 도움을 줌

**GR-1**은 마음자세카드인데, 관계성 향상에 도움이 되는 우리의 다양한 내적 가치체계들을 캐릭터 그림과 함께 짧은 설명글을 덧붙여 만든 65장의 카드임

**GR-2**는 그림상황카드로서 우리나라의 다양한 사회 문화적 상황과 현실을 반영하여 묘사한 62장의 그림카드로 구성되어 있으며, 그림상황화보는 이를 별도로 묶어 한 권의 책자로 만든 것임

**GR-3**은 감정단어카드로서 우리말의 다양한 감정언어들을 250개의 낱말 카드로 만든 것임  
부록으로는 900여개가 넘는 감정단어들을 수록한 감정단어장과 감정상황 질문지가 있음

GR-4는 그림가족인형으로서 6개의 기본인형과 9개의 추가인형으로 구성됨

손으로 제작한 봉제인형들로서 개인 내면의 역동이나 가족 상호간의 역동을 진단할 때,  
혹은 다양한 역할놀이 치료를 할 때 보조도구로 활용함

GR-5은 그림보드게임으로서 2~8명의 참가자가 놀이를 하면서 함께 치료적 작업을 하도록 만들어진

그림보드판과 주사위, 말, 코인, 미션카드, 특수카드 등의 보조도구들로 구성됨

미션카드는 아동청소년용, 성인용, 부부용, 가족용으로 나뉘어져 있어, 각각 개인치료, 집단치료,  
부부치료, 가족치료를 할 수 있도록 고안되어 있음



게슈탈트미디어 [www.gestaltmedia.co.kr](http://www.gestaltmedia.co.kr)

사회복지법인 게슈탈트하일렌 [www.gestalt.co.kr](http://www.gestalt.co.kr)

한국게슈탈트상담심리학회 [www.kgcpa.or.kr](http://www.kgcpa.or.kr)

한국임상심리학회 산하 게슈탈트연구회