창의교육3 제1기 일家양득 행복 더하기

◈ 일과 가정 양립을 위한 가족친화적인 직장분위기 형성
◈ 공무원의 직장생활과 육아로 인한 스트레스 해소 및 심리적 안정 도모

Ⅰ 교육 개요

○ 교육기간 : 2020. 3. 30. ~ 4. 1.(3일, 비합숙)

○ 교육대상 : 도, 시·군 및 세종시 공무원

○ 교육인원 : 20명

○ 교육장소 : 웅진(304호) 강의실

Ⅱ 교과 운영

○ 교과시간 : 09:00 ~ 17:00(7시간/일, 총 21시간)

○ 중점 교육 내용

- (과목편성) 워라밸 이해, 워킹맘·워킹대디, 일家양득업무노하우 등
- (주요내용) 워라밸 역사·주요정책, 워킹맘·워킹대디 일家양득 클리닉

○ 교과목 편성 : 총 7과목 21시간

- (직무과목) 6과목 19시간
- (소양과목) 1과목 1시간
- (행정시간) 1시간

Ⅲ 교육 모듈

구분	교 과 목	주 요 내 용	비 고
(1h)	교육안내 및 친교의 시간 (1h)	▸교육안내 및 친교의 시간	담임교수
직 무 교 과 (19h)	일과 삶의 균형 (2h)	▸일과 삶의 균형을 위한 조건 ▸번아웃 증후군 탈출하기	
	워킹맘, 워킹대디 (2h)	▸워킹맘, 워킹대디 일家양득 클리닉 ▸내가 행복해야 일과 육아도 잘 할 수 있다	
	워라밸 이해 (1h)	▸주요부처 워라밸 정책 ▸충남의 지원정책과 인프라	
	자기관리와 이미지 메이킹 (3h)	▸나만의 스타일 찾기 ▸자기 이미지 관리법	
	일家양득을 위한 업무노하우 (4h)	▸일과 가정양립을 위한 노하우 ▸시간·업무관리 전략 ▸가정친화적인 직장 문화 확산	
	현장교육 (7h)	▸마음치유를 통한 스트레스 해소 ▸자연치유, 미술치유, 다도	
소양교과 (1h)	소통 공감의 시간 (1h)	▸레크리에이션을 통한 상호 소통	
	반응평가(설문) 및 수료	▸과정설문	담임교수

Ⅳ 강의 시간표

<table>
<tr><th>일자
시간</th><th>월
(3. 30.)</th><th>화
(3. 31.)</th><th>수
(4. 1.)</th></tr>
<tr><td>1교시
(09:00 ~ 09:50)</td><td>교육안내 및 친교의 시간
담임교수</td><td rowspan="8">마음치유, 스트레스 해소
【현장교육】</td><td rowspan="3">자기관리와
이미지 메이킹
【웅진/304호】</td></tr>
<tr><td>2교시
(10:00 ~ 10:50)</td><td rowspan="2">일과 삶의 균형
【웅진/304호】</td></tr>
<tr><td>3교시
(11:00 ~ 11:50)</td></tr>
<tr><td>12:00 ~ 13:00</td><td>중 식</td><td>중 식</td></tr>
<tr><td>4교시
(13:00 ~ 13:50)</td><td rowspan="2">워킹맘, 워킹대디
【웅진/304호】</td><td rowspan="4">일家양득을 위한
업무노하우
【웅진/304호】</td></tr>
<tr><td>5교시
(14:00 ~ 14:50)</td></tr>
<tr><td>6교시
(15:00 ~ 15:50)</td><td>워라밸 이해
【웅진/304호】</td></tr>
<tr><td>7교시
(16:00 ~ 16:50)</td><td>소통 공감의 시간
【웅진/304호】</td></tr>
<tr><td>(16:50 ~ 17:00)</td><td colspan="2"></td><td>반응평가(설문) 및 수료
담임교수</td></tr>
</table>