

07차시. 가치 균형과 역할

1. 균형이란, 정북향의 원칙으로, 역동적인 평형상태이다. 전체 속에서 모든 부분들이 시너지로 작용하여 모든 것이 공존하는 상태이다.
2. 역할은 우리가 인생에서 가지고 있는 관계와 책임이다.
 - 지구의 조직의 일원
 - 60억이 넘는 인류의 일원
 - 가족의 구성원
 - 사회의 구성원
3. 역할간 균형을 통해 2가지 장점을 가진다.
 - 첫째, 문제해결에 필요한 시간과 에너지를 덜어준다.
 - 자신의 역할을 바라볼 수 있는 능력을 부여한다.
4. 삶의 균형이 항상 유지될 수는 없다. 자신의 삶의 목표를 향해가기 위해 역할의 비중을 삶에서 조금씩 조정하여 불균형을 통한 균형을 유지해야 한다.