주결모 결혼학교 제1기를 위한 OT 모임 안내

나를 알아가며, 믿음의 만남을 준비하다
"어떤 사람을 만나야 할까? 나는 어떤 배우자가 되고 싶을까?"
"혼자 준비하지 않는 결혼, 만남에서 가정까지 교회가 함께 걷습니다."

주결모 결혼학교는 나를 이해하는 배움과 청년들의 만남이 함께하는 교회 연합 결혼 준비 학교입니다. 실제 상담 사례를 읽고 멘토 부부와 대화하며, 믿음 안에서 나에게 중요한 배우자 기준과 결혼관을 정리합니다.

온라인 4주 동안 서로의 생각을 나누고, 오프라인 워크숍에서는 함께 요리하고 산책하며 알아갑니다. 더 대화하고 싶은 사람이 있다면 비공개 '더·알·사(더 알고 싶은 사람)' 설문을 통해 서로 동의한 경우에 만남을 연결합니다.

1. 주결모에서는 이렇게 배우고 만납니다

1) 실제 사례를 통해 자기 성찰하기:
'나는 왜 이런 사람에게 끌릴까?', '왜 관계에서 비슷한 어려움을 겪을까?' 교재 속 상담 사례와 성찰 질문을 통해 내가 자라온 가족의 경험과 관계 습관을 돌아봅니다. 막연했던 배우자 기준을 내 삶과 연결해 생각해 볼 수 있습니다.

2) 멘토와 함께 대화하기:
사례 분석 강의 후에는 멘토가 함께하는 소그룹에서 생각과 고민을 나눕니다. 서로 다른 성장 배경을 이해하고, 갈등이 생겼을 때 마음을 전하는 방법을 배웁니다.

3) 함께 요리하고 산책하며 알아가기:
지역교회 청년들이 배움과 교제의 자리에서 만납니다. 워크숍에서는 함께 식사를 준비하고 산책하며, 강의 시간에 다 나누지 못한 이야기를 이어갑니다.

4) 서로의 뜻을 존중하며 만남 이어가기:
비공개 '더·알·사' 설문으로 더 알아가고 싶은 마음을 표현하고, 상호 동의에 따라 만남을 연결합니다. 수료 후에는 후속 돌봄과 멘토링 네트워크로 이어집니다. 창세기 2~3장과 요한복음 17장이 말하는 연합의 의미를 바탕으로, 교회가 믿음의 가정을 준비하는 여정에 함께합니다.

2. 읽고, 나누고, 일상에서 실천하는 결혼 준비

1) 핵심 주제: 상담 사례를 통해 자기 성찰이라는 결혼 준비

2) 주교재 :『그리스도인은 인간을 어떻게 이해해야 하는가?』(김진 저)

3) 함께 살펴볼 내용:
특정 조건에 끌리는 이유, 상대에게 맞추느라 놓친 내 마음, 성장 배경이 달라 생기는 갈등, 나도 모르게 반복하는 감정 반응을 살펴봅니다. 말씀 안에서 자신과 상대를 존중하며 관계 맺는 법을 배웁니다.

4) 매주 배움을 자기 성찰의 기회로 연결
(1) 강의 전 | 사례 읽고 내 생각 적기:
지정된 상담 사례를 읽고 성찰 질문지에 나의 경험과 생각을 정리합니다.

(2) 강의 중 | 멘토와 함께 나누기:
사례 분석 특강과 소그룹 대화로 서로의 관점을 듣고 관계에 대한 이해를 넓힙니다.

(3) 강의 후 | 일상에서 실천하기:
주일 밤에는 감정에 바로 반응하기 전 기억할 '한 문장 브레이크 선언문'을 단톡방에 인증합니다. 주중에는 내 감정 살피기, 갈등 중 잠시 멈추기 등 '결혼 예비 성찰 퀘스트'를 실천합니다.

(4) 만남의 방식도 미리 확인하세요 :
'더·알·사'는 서로 더 알아가고 싶은 마음을 확인하는 비공개 상호 동의 매칭입니다. 참여가 교제나 결혼을 보장하지는 않습니다. 오리엔테이션에서는 만남과 나눔에 필요한 안전·보안 원칙을 안내합니다.

3. 수료할 때, 이런 준비를 함께 해 봅니다
1) 내가 끌리는 사람과 그 이유 이해하기
2) 관계 속에서도 내 마음을 존중하기
3) 서로 다를 때 대화하는 방법 익히기
4) 나의 배우자 기준과 결혼관 정리하기

4. 제1기 일정과 진행방식

1) 1기 기간 :

2027년 1월 ~ 2027년 2월 (오리엔테이션 + 온라인 4주 + 오프라인 수료 워크숍)

2) 진행 방식 :

온라인 모임 : 주일 오후 9시 (Zoom 화상 미팅, 50~60분)

오프라인 모임 : 토요일 오전 (남양주 금곡 예배당)

구성 : 전문 강의 + 멘토 배정 소그룹 나눔

3) 상세 교육 커리큘럼

구분	일시	진행방식	강의 주제 및 사례 연구	주요 활동 및 과제
OT	2026. 12. 12 (토) 12시	오프라인 남양주 금곡 예배당	• 비전: 건강한교회의뿌리는건강한가정! • 전체일정, 멘토부부소개및소그룹편성 • 교재안내및안전·보안원칙안내	• 주결모 필요성 • 청년들의 목소리 경청
1차시	2027. 01. 10 (주일) 21:00	온라인 (Zoom)	**자기 성찰(1): 나는 왜 이런 사람에게 끌릴까?** • **사례[바]: 「키가큰남자에게서 편안함을느끼는여성」(p.98)** • 자라온 가족의 경험이 배우자 선호에 미친 영향 돌아보기	• 사전과제: 사례[바] 읽기및성찰질문지작성 • 소그룹: 내가집착/회피하는외적조건나누기 •단톡방'한문장브레이크선언' 인증
2차시	2027. 01. 17 (주일) 21:00	온라인 (Zoom)	**자기 성찰(2): 상대를 좋아하면서 나도 지킬 수 있을까?** • **사례[아]: 「자기없는삶」(p.129)** • 상대의 기대와 내 마음을 구분하고 건강한 경계선 세우기	• 사전과제: 사례[아] 읽기및자아성찰질문지작성 • 소그룹: 관계속나의헌신과결핍점검 • 주중퀘스트: '나의욕구와감정정직하게마주하기'
3차시	2027. 01. 24 (주일) 21:00	온라인 (Zoom)	**배우자 이해(1): 좋아하는데도 왜 자꾸 부딪힐까?** • **사례[타]: 「다른역사에서오는필연적갈등」(p.188)** • 서로 다른 성장 배경이 대화와 갈등에 미치는 영향 이해하기	• 사전과제: 사례[타] 읽기 • 소그룹: 원가족문화차이와갈등경험나누기 • 주중퀘스트: '갈등분리실습및10분브레이크'
4차시	2027. 01. 31 (주일) 21:00	온라인 (Zoom)	**배우자 이해(2): 감정에 휩쓸릴 때 어떻게 대화할까?** • **사례[파]: 「나도모르게, 왠지모르게, 이상하게, 괜히, 어쩔수없이」(p.198)** • 반복되는 감정 반응을 알아차리고 생각한 뒤 반응하는 연습	• 사전과제: 사례[파] 읽기 • 소그룹: 나의'자동반응(방어기제)' 성찰 • 과제: 성숙한'배우자기준표' 및'결혼관' 정리
5차시	2027. 02. 13 (토)	오프라인 남양주 금곡 예배당	**함께 요리하고 산책하는 교제 워크숍·수료식** • 발표: 「자기성찰을통해정리된나의모습과배우자상」 • 함께 식사 준비하고 요리하기, 산책하며 대화하기 • 비공개'더·알·사'(더알고싶은사람) 설문 • 수료증수여및사후멘토링연계안내	•성찰포트폴리오최종제출 •비공개상호동의매칭진행 •후속돌봄및멘토링네트워크연결

5. OT 참여 및 신청 안내

1) 참가 대상 :
신앙 안에서 만남과 결혼을 진지하게 고민하는 미혼 청년. 나를 더 이해하고 싶은 분, 믿음의 동반자를 만나고 싶은 분, 결혼을 어떻게 준비할지 함께 생각하고 싶은 분을 초대합니다.

2) 신청 방법: [신청 링크 / 접수 절차 입력]
https://forms.gle/GdWHZ2BVKSg9oeUE7

3) 줌으로도 진행할 예정입니다.
참여의사는 있으나 선약(先約)으로 참석이 불가능한 분들을 위해 줌회의 오픈 예정

3) 문의: [남양주 금곡 교회 주결모 담당자 / 010-2800-6108 조진호BR]

좋은 만남을 바라는 마음으로,
나를 알아가는 시간부터 함께 시작해 보세요.
주결모 결혼학교가
믿음 안에서 서로를 알아가고 가정을 준비하는 여정에 함께하겠습니다.

6. OT 시간 운영

1) 날자 : 2026년 12월 12일 토요일

2) 장소 : 남양주 금곡 예배당 (남양주 다남 프라자, 201호)

3)

시간	소요	프로그램 구분	내용
12:00 ~ 13:00	60분	**등록 및 점심 애찬 (식사 제공)**	• 참석자 등록, 명찰 수령 및 자리 안내 • 함께하는 점심 식사 (식사 제공) • 첫 만남 인사 및 자연스러운 테이블 교제
13:00 ~ 13:20	20분	**주결모의 필요성**	• 여는 찬양 및 기도 • 메시지(설교): 「건강한 교회의 뿌리는 건강한 가정이다!」 - 혼자 준비하지 않는 결혼, 교회 연합 사역의 필요성 - 배우자를 찾기 전, 먼저 배우자가 될 '나'를 준비하는 여정
13:20 ~ 14:00	40분	**1기 운영 방식 학습·만남 원칙 안내**	• 전체 커리큘럼 안내: 교재 중심(상담 사례 4선) 자기 성찰 과정 • 3단계 학습 사이클: 강의 전(사례 읽기) → 중(특강/소그룹) → 후(단톡방 브레이크 선언·주중 퀘스트) • 성찰 포트폴리오 & 워크북 작성법 및 수료 기준 안내 • '더·알·사(더 알고 싶은 사람)' 비공개 상호 동의 매칭 원칙 • 안전·보안 서약: 개인정보 보호, 비밀유지 및 존중 원칙 안내
14:00 ~ 14:50	50분	**청년들의 목소리 경청 (소그룹 & 전체 나눔)**	• 주제 토크: 「결혼을 앞둔 우리의 솔직한 이야기」 - 결혼을 생각할 때 가장 기대되는 것과 막막한 점 - 1기 결혼학교를 통해 꼭 점검하고 배우고 싶은 부분 - 청년들이 바라는 건강한 만남과 교회의 동행 방향 • 소그룹별 핵심 의견 공유 및 질의응답(Q&A)
14:50 ~ 15:00	10분	**마무리**	