

Self Leadership Program

# Changing Tilt

# Changing Tilt

“You are not a Type, You can Tilt!”

## 개인의 일하는 방식을 성찰하고 변화할 수 있는 방법!

#일하는 방식 변화 #성장 마인드셋 #캐릭터 강점활용  
#효과적인 업무스타일 #페르소나로 과감히 변화하기

Changing Tilt과정은 이런 효과가 있습니다.

더욱 근사하고 인정받는 조직생활을 위해 부족한 행동을 보완할 수 있는 명쾌한 솔루션을 드립니다.

가짜 일, 헛발질에서 벗어나 반드시 해야 하는 일에 집중할 수 있습니다.

과거 하던 대로만 하는 습관에서 벗어나 내가 원하는 변화와 성장이 한결 쉬워집니다.

# 과정 개요

## 학습목표

- Tilt 진단을 통해 나를 이해하고 변화에 필요한 관점과 마인드셋을 세팅할 수 있다.
- 다양한 관점에서 나의 일하는 방식을 성찰하고 변화 포인트를 발견할 수 있다.
- 성과달성을 위해 나의 변화 방향을 확인하고, 구체적인 실행 계획을 수립할 수 있다.

## 학습시간

- 8.0H

## 교육대상

- 일하는 방식 정립이 필요한 사원,대리
- 일하는 방식의 점검과 성장이 필요한 중간관리자
- 팀의 변화를 만들고 싶은 리더

## 학습흐름

### M1. Tilt로 발견하기

- Orientation 및 강사소개
- 보여줘 굿즈! 최근 나의 변화를 표현하는 물건은?
- 변화 속에도 흔들리지 않는 나의 균형 찾기
- [Activity] 변화와 고민에 대한 이야기
- Tilt 6가지 마인드셋 이해와 점검
- 한 눈에 보는 나의 Tilt Profile

3.0H

### M2. Tilt로 기울이기

- Tilt로 일하는 나 들여다보기
- [Audio Drama] “함께! 어떻게 일해야 하나요?”
- Tilt로 바라보는 갈등 상황
- 갈등 상황 속 스트레스 이완하기

3.0H

### M3. Tilt로 변화하기

- Tilt로 일하는 방식 변화하기
- 변화를 위한 Action Plan 수립하기
- 과정 마무리 및 Wrap up

2.0H

# 프로그램 상세

- 일하는 방식 변화에 필요한 일하는 관점과 마인드를 세팅할 수 있다.
- Tilt 진단을 통해 나의 타고난 성향과 강점을 발견할 수 있다.

Lesson	Contents	Method	Time
<p>M1. Tilt로 나 발견하기</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>Orientation 및 강사소개</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 과정 목적 및 강사 소개하기</li> <li>- 오늘 학습에 임하는 기대와 다짐 공유</li> </ul> </li> <li>▪ <u>보여줘 굿즈! 최근 나의 변화를 표현할 수 있는 물건은?</u></li> <li>▪ <u>변화 속에도 흔들리지 않는, 나의 균형 찾기</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tilt 진단 소개 : "You're not a Type, You can Tilt" (상황과 맥락에 따라 의도적으로 틸트할 수 있다) *Tilt: 기울이다, 찌그러지다               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 환경이나 역할 변화에 따라 필요한 유연한 마인드셋을 강화할 수 있다.</li> <li>2) 내가 가진 캐릭터 강점을 이해하고 균형 있게 활용할 수 있다.</li> <li>3) 과거 하던 대로만 하는 습관에서 벗어나 새로운 시도와 행동을 할 수 있다.</li> </ol> </li> </ul> </li> <li>▪ <u>[Activity] 변화와 고민에 대한 이야기</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Padlet] 요새 나에게는 어떤 변화가 있나요? 환경적 측면, 내적 고민(나에게 생긴 변화) 각 1개씩 작성 후 조 별 공유</li> <li>- 더 나은 나를 만들기 위한 변화의 시작 Mind Set</li> </ul> </li> <li>▪ <u>Tilt 6가지 마인드셋 이해와 점검</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>: ① 보호적 사고방식, ② 경쟁적 사고방식, ③ 통합적 사고방식, ④ 적응적 사고방식, ⑤ 유연한 사고방식, ⑥ 생성적 사고방식</li> <li>- [개별 작성] 요즘의 나의 마인드셋은? 나에게 필요한 다음 단계 마인드셋은?</li> <li>- 성장과 변화를 위한 유연함의 힘 : 인간의 능력은 고정적 자질이 아닌 가변적 자질이다.</li> </ul> </li> <li>▪ <u>한 눈에 보는 나의 Tilt Profile (Tilt 프레임워크와 개념 소개)</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 4가지 유형의 트루 틸트 (Connection, Impact, Clarity, Structure)</li> <li>- [진단결과/워크시트] 나의 유형 확인 : 표현하는 방식, 다른 사람이 알아야 할 사항, 스트레스 반응, 잠재력을 개발하는 법</li> <li>- 4가지 유형 별 특징 소개</li> <li>- 틸트 4가지 스택(Resilience, Wisdom, Humanity, Courage)과 12개의 캐릭터 강점 소개</li> <li>- [진단/워크시트] 나의 유형에 대한 이해 : 나의 틸트 스택, Thinking &amp; Feeling 우선순위, 주요 행동 동인, 주요 관심사, 내적 동기</li> <li>- [1:1 Share] 나의 유형 1:1 설명 : 현재 나의 유형은? 공감가는 부분은? 주요 행동 동인과 내적동기는?</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 강의</li> <li>▪ 영상</li> <li>▪ Padlet</li> <li>▪ Group Share</li> <li>▪ 진단</li> <li>▪ 워크시트</li> <li>▪ 1:1 Share</li> </ul>	<p>3.0H</p>

# 프로그램 상세

- Tilt를 통해 나의 일하는 방식을 점검하고 회사(팀)에서 나의 강점을 활용할 수 있다.
- 선,후배/동료 간 원활한 소통과 협업을 할 수 있는 행동을 강화할 수 있다.

Lesson	Contents	Method	Time
<p>M2. Tilt로 기울이기</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>Tilt로 일하는 나 들여다보기</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Quiz] 각각의 유형은 일할 때 어떤 장점이 있을까? 팀에 기여하는 부분은?</li> <li>- [진단/워크시트] 팀을 위해 기여하고 있고, 앞으로 할 수 있는 것은 무엇일까요? : 팀에 대한 기여 (팀에서 하는 역할), 일을 정의하는 방법 (우선순위를 두는 것), 원하는 업무 환경 확인 : 가장 공감가는, 기억해야 하는 부분 워크시트 작성하기</li> <li>- [Activity] 함께 일할 때 각 유형의 강점 상상해보기! : 조 별로 나의 동료(혹은 상사/후배)를 연상하며 각 유형 별 강점 정리하기</li> <li>- [강의] 내가 회사(팀)을 위해 기여할 수 있는 것은? 유형 별 강점 설명</li> </ul> </li> <li>▪ [Audio Drama] "함께! 어떻게 일해야 하나요?"           <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Group Share] 오디오 드라마의 갈등관계인 두 사람의 유형은? 어떻게 상호작용 하고 있나요?</li> </ul> </li> <li>▪ <u>Tilt로 바라보는 갈등 상황</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [강의] 갈등 상황 속 함께 일하는 사람과 어떻게 상호작용 해야 할까요?</li> <li>- [진단] 나의 상호작용 스타일 확인하기</li> <li>- [워크시트] 나의 동료/상사의 유형을 생각해보며 작성 : 나의 갈등 스타일, 나와 같은 유형, 다른 유형과 상호작용하는 법</li> <li>- [E-book] 회사(팀)에서 긍정적 영향력을 펼치기 위한 유형 별 Tip 제공</li> <li>- [강의] Tilt 유형 별 전형적인 스트레스 반응 &amp; 갈등 대표 스타일 &amp; 상대방이 나를 불편하게 여기는 점 &amp; 상대방에게 기대하는 점</li> <li>- [강의] 나와 상대방의 반응을 이해하고 미리 예측할 때 갈등을 완화할 수 있다</li> </ul> </li> <li>▪ <u>갈등 상황 속 스트레스 이완하기</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [강의] 모든 상황과 사람을 이해할 수 없다면? 나만의 스트레스 관리법이 필요하다!</li> <li>- [영상] 스트레스를 이완하는 걷기, 걸으면 해결된다.</li> <li>- [Padlet] 내가 스트레스 받는 상황은? 스트레스를 해결하기 위한 나만의 노하우 작성 후 공유</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 강의</li> <li>▪ 영상</li> <li>▪ Group Share</li> <li>▪ 진단</li> <li>▪ 워크시트</li> <li>▪ E-Book</li> <li>▪ Padlet</li> </ul>	<p>3.0H</p>

# 프로그램 상세

- 일하는 방식의 과감한 변화를 위한 구체적인 Action Plan을 수립할 수 있다.
- 본 과정에서 새롭게 알게 된 점을 정리하고 현업에 적용할 수 있다.

Lesson	Contents	Method	Time
<p>M3. Tilt로 변화하기</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <u>Tilt로 일하는 방식 변화하기</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tilt로 어떻게 변화할 수 있을까? 상호작용과 서브 페르소나</li> <li>- 페르소나란? 외면적으로 보여지기 원하는 자신의 모습, 사회적 자아로서 사회적 역할에 따라 변화하는 '000로서의 나'</li> <li>- Tilt에서 말하는 12가지의 페르소나</li> <li>- [생각해보기] 요즘 내가 많이 쓰는 페르소나는? 나에게 필요한 페르소나는?</li> <li>- [진단/워크시트] 나의 우선적 페르소나 2개, 보조적 페르소나 2개 확인 후 정리</li> <li>- 12가지 페르소나 특징은? 과도하게 사용될 때(Overused) 어떤 모습을 보일까요?</li> </ul> </li> <li>▪ <u>변화를 위한 Action Plan 수립하기</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 사람은 늘 가던 방향대로 가고 말하던 대로만 말하려는 경향이 있다.</li> <li>- [영상] The Importance of small step : 작은 시도로 만드는 큰 변화</li> <li>- Tilt로 변화 시도하기 : 나와 반대 유형으로 과감히 변화하기</li> <li>- [진단] 나와 반대유형으로 변화하기 위한 가이드, 내 유형의 긍정성, 캐릭터 강점 개발 확인</li> <li>- [워크시트] 변화를 위한 나만의 Action Plan 수립하기               <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 반대 유형으로 어떻게 변화할 수 있을까요? *보조적 페르소나 활용하기</li> <li>2) 변화를 만들기 위해 어떤 유형 긍정성을 사용 하시겠습니까?: 독특해지기, 대담해지기, 친절해지기, 현명해지기</li> <li>3) 선택한 유형 긍정성의 캐릭터 강점을 어떻게 적용 하시겠습니까?</li> </ol> </li> </ul> </li> <li>▪ <u>과정 마무리 및 Wrap up</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Group Share] 오늘 발견한 일하는 장면에서 내가 변화하고 싶은 것과 나의 다짐 공유</li> <li>- [Wrap up] 일하는 과정은 진정한 나를 찾는 여정이다. 당신의 가능성은 무한하다.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 강의</li> <li>▪ 영상</li> <li>▪ 진단</li> <li>▪ 워크시트</li> <li>▪ Group Share</li> <li>▪ 1:1 Share</li> </ul>	<p>2.0H</p>



# [참고] Changing Tilt 진단 특징

- Changing Tilt는 학습자가 성찰(Reflection)하고, 오래 기억(Memorable)할 수 있는 과정을 통해 현업에서 적용가능한 (Actionable) 프로그램입니다.
- Tilt 진단은 웹 페이지를 통해 자신의 진단 결과를 주기적으로 확인하고 관리할 수 있습니다. (1년 이내 **추가 2회 무료 재진단도 가능**)

## Reflection

틸트(Tilt) 진단 리포트 가이드에 따라, 나를 **성찰(Reflection)**하고 **인식**할 수 있습니다.

## Memorable

동료들과 함께 **Key Question**을 논의하고, **활동적인 학습**을 통해 장시간 기억할 수 있습니다.

## Actionable

일하는 방식 요소에 해당하는 **개별 문항**을 체크하고 현업에서 **활용할 수 있는 방법론**을 제시합니다.



개인 별 맞춤형  
약 25 페이지 분량의 리포트 제공

현업에서 활용할 수 핵심적이고  
다양한  
Tool Kit 제공

