

2016-2학기

학생상담센터 상담 프로그램 안내

※ 상담신청방법

개인상담, 심리검사 HI-PORTAL ▶ 통합/학사 ▶ 상담신청 ▶ 학생상담센터
 집단상담 HI-PORTAL ▶ 교육/강습 ▶ 학생상담센터

집단상담

※ 장소 : 학생상담센터 집단상담실

| 주 제 | 인 원 | 참가비 | 프로그램 내용 | 강사명 | 요일/시간 | 기 간 |
|---------------------------------------|--------|-----------|---|-----|-------------|-------------------|
| 신체활동을 통한 참살이! A (Well-Being, 요가 프로그램) | 15명 내외 | 1만원 (참가비) | 요가를 토대로 스트레스를 해소하고, 신체적·정신적 균형을 유지하는 참살이(Well-Being)를 경험할 수 있다. | 오도경 | 월. 오후 4시~6시 | 9.26~12.5 (10주간) |
| 내 마음이 크는 날! A (자기성장 프로그램) | 12명 내외 | 1만원 (간식비) | 자신감증진, 원만한 대인관계, 자유로운 자기표현, 인간관계, 태도, 성격, 정신건강 등에 긍정적인 변화를 경험할 수 있다. | 김춘희 | 월. 오후 6시~8시 | 9.26~12.5 (10주간) |
| 응답하라! 진로! (진로탐색 프로그램) | 12명 내외 | 1만원 (간식비) | 진로 미결정자를 대상으로 집단상담을 통해 자신의 성격과 능력에 맞는 적성분야 찾기, 진로결정 과정에서 겪는 어려움을 해소하고 자신의 진로를 찾는다.(1, 2학년 대상) | 김연중 | 화. 오후 4시~6시 | 9.27~11.29 (10주간) |
| 연애 성공하기! (관계지향 프로그램) | 12명 내외 | 1만원 (간식비) | 나에 대해 자각하고, 관계 속에서 성장하며 새로운 모습으로 확장하여 앞으로의 연애를 잘 할 수 있다. (지금 연애 중이거나, 연애가 끝났거나 연애를 못한 분들 모두 가능) | 전지경 | 수. 오후 4시~6시 | 9.28~11.30 (10주간) |
| 내 마음이 크는 날! B (자기성장 프로그램) | 12명 내외 | 1만원 (간식비) | 자신감증진, 원만한 대인관계, 자유로운 자기표현, 인간관계, 태도, 성격, 정신건강 등에 긍정적인 변화를 경험할 수 있다. | 민은정 | 수. 오후 6시~8시 | 9.28~11.30 (10주간) |
| 신체활동을 통한 참살이!B (Well-Being, 요가 프로그램) | 15명 내외 | 1만원 (간식비) | 요가를 토대로 스트레스를 해소하고, 신체적·정신적 균형을 유지하는 참살이(Well-Being)를 경험할 수 있다. | 오도경 | 목. 오후 4시~6시 | 9.22~11.24 (10주간) |
| 내 마음이 크는 날! C (스트레스 관리 프로그램) | 12명 내외 | 1만원 (참가비) | 대학생활에서 겪게 되는 다양한 스트레스를 집단 상담을 통해 감소 시킬 수 있다. 몸과 마음의 스트레스를 감소하며 긍정적 변화를 경험할 수 있다. | 이혜선 | 목. 오후 6시~8시 | 9.22~11.24 (10주간) |

※ 집단상담 프로그램 접수기간 및 신청방법 2016.8.22.(월)~9.22.(목)
 ☎ 042)629-7732 “선착순 마감” HI-PORTAL 로그인 후 교육/강습모집에 신청(공지사항 참조)

개인상담

일상생활에 겪는 여러분의 고민을 나누어 드립니다. 혼자 고민하지 마시고, 용기를 내셔서 언제든지 학생상담센터 문을 두드려 보세요. 상담내용은 **비밀이 보장**됩니다.

찾아가는 성희롱·성폭력예방 교육

성희롱예방교육이 필요하신 동아리나 수업담당자 분들께서는 언제라도 연락해주세요! 방문교육 해드립니다.
 ※ 신청 및 연락처 : 학생상담센터 내 성상담실 ☎ 042) 629-7333, 7732

심리검사

자신에 대해 알아볼 수 있는 여러 가지 심리검사입니다. 필요한 검사를 상담원 선생님과 의논하시고 신청하세요!

| 검사종류 | 내 용 | 소요시간 |
|--------|--|-------|
| MBTI | 자신과 타인의 성격역동을 이해하고 나의 선호성과 개성은 어떤 것인지 알아본다. | 약 30분 |
| 적성탐색검사 | 개인성격, 유능감, 직업적 흥미를 알아봄으로써 장래에 어떤 진로를 선택하는 것이 바람직 한가를 결정하는데 도움을 준다. | 약 40분 |
| 에니어그램 | 타고난 기질적 성격유형 이해와 관계 개선, 소질 개발 및 영적성숙을 위해 활용된다. 자신을 폭넓고 깊게 발견하고 이해하는데 도움이 된다. | 약 40분 |
| 성격진단검사 | 나의 성격을 14가지 척도로 알아보며, 개인의 성격특성을 파악하고 이해하는데 도움을 준다. | 약 40분 |
| 자아개념검사 | 개인이 처해있는 생활 속에서 자기 자신 및 주위 환경을 어떻게 느끼고 있는지 알아본다. | 약 40분 |

※ 심리검사는 HI-PORTAL 통합/학사에서 신청 가능합니다. 신청 후 예약시간 지켜주세요!