

2018-1학기 학생상담센터 상담 프로그램 안내

상담신청방법

1. 개인상담 및 심리검사는

HI-PORTAL

통합/학사

상담신청

학생상담센터

2. 집단상담은

HI-PORTAL

교육/강습

학생상담센터

집단상담

※ 장소 : 학생상담센터 집단상담실

주 제	인 원	프로그램 내용	강사명	요일/시간	기 간
신체활동을 통한 참살이! A (Well-Being, 요가 프로그램)	15명 내외	요가를 토대로 스트레스를 해소하고, 신체적·정신적 균형을 유지하는 참살이(Well-Being)를 경험할 수 있다.	오도경	월. 오후 4시~6시	3.26~6.4 (10주간)
흔들리며 피는 꽃! (진로집단 프로그램)	12명 내외	전 생애에 걸쳐 이루고 싶은 꿈과 비전을 설정하고, 계획된 우연 속에서 자신만의 행복한 길을 만들어 가는 능력을 기른다.	김연중	화. 오후 4시~6시	3.27~6.5 (10주간)
소소하지만 확실한 행복으로 가는길! (진로집단 프로그램)	12명 내외	개인의 진로장벽을 이해하고 갈등을 최소화 하며 발달 단계에 따른 진로발달을 증진하여 효과적 진로과업수행에 필요한 역량을 향상 할 수 있다.	김현지	수. 오후 4시~6시	3.28~5.30 (10주간)
내 마음이 크는 날! (자기성장 프로그램)	12명 내외	자신감증진, 원만한 대인관계, 자유로운 자기표현, 인간 관계, 태도, 성격, 정신건강 등에 긍정적인 변화를 경험할 수 있다.	민은정	수. 오후 6시~8시	3.28~5.30 (10주간)
연애 성공하기! (관계지향 프로그램)	12명 내외	커플관계에서 자신을 잘 이해하고 성장하여 효율적인 연애를 할 수 있다.(지금 연애 중이거나, 연애가 끝났거나 연애를 못한 분들 모두 가능!)	전지경	목. 오후 4시~6시	3.29~5.31 (10주간)
너 꽃! 따로 또 같이 피다! (관계증진 프로그램)	12명 내외	자신을 보다 잘 이해하고, 개인으로서가 아닌 우리 각자가 관계를 맺고 지내는 사람들 속에서 자신의 모습을 들여다 보며 대인관계를 증진할 수 있다.	김춘희	목. 오후 6시~8시	3.29~5.31 (10주간)
신체활동을 통한 참살이!B (Well-Being, 요가 프로그램)	15명 내외	요가를 토대로 스트레스를 해소하고, 신체적·정신적 균형을 유지하는 참살이(Well-Being)를 경험할 수 있다.	오도경	금. 오후 4시~6시	3.30~6.1 (10주간)

※ 집단상담 프로그램 종료는 집단진행(중간고사 등)에 따라 한 주정도 뒤가 될 수 있음

※ 집단상담 프로그램 수료 시 경력마일리지 10점 취득

※ 집단상담 프로그램 접수기간 및 신청방법 2018. 3. 1(목)~3. 26(월) ☎ 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·성폭력 예방 교육

성희롱예방교육이 필요하신 동아리나 수업담당자 분들께서는
언제라도 연락주세요! 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!

온라인 자기진단테스트

HI-PORTAL 로그인

▶ 상담 ▶

온라인자기진단테스트 클릭

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 바람직한가를 결정하는데 도움을 준다.	약 40분
에니어그램	타고난 기질적 성격유형 이해와 관계 개선, 소질 개발 및 영적 성숙을 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-PORTAL에서 한 번에 한 가지씩만 신청 가능합니다. 신청 후 예약시간 지켜주세요!

※ 홈페이지 : <http://counseling.hannam.ac.kr>