마음과 마음을 이어 하나로
중원대학교
학생상담센터

제 15 호

학생상담센터 소식지



2021-1

이번 호에서는...

1. 2021-1 학기 프로그램
2. 2021-1 이용자 후기
3. 2021-2 학기 예정프로그램
4. 학생상담센터 이용안내

학생상담센터 문의

전화: 043-830-8142~3
위치: 아카데미 A401호
시간: 09시~18시 (점심: 12시~1시)

2021-1 학기 주요 프로그램

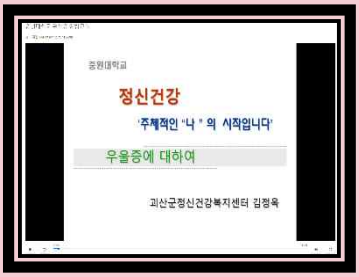
마음과 마음을 이어 하나로
중원대학교
학생상담센터



비교과 O영역) 친해지길바래(대인관계 집단 상담-대면)
- 기간 : 2021. 3월 ~ 4월 진행
- 내용 : 대인관계 향상을 위한 집단상담
- 참여학생 수 : 9명
- 만족도: 4.77점 (5점 만점)



비교과 O영역) 지피지기(1학년 대상 집단심리 검사 및 해석워크숍-대면)
- 기간 : 2021. 3월 ~ 5월 진행
- 내용 : 에니어그램 성격검사 및 해석워크숍
- 참여학생 수: 11명
- 만족도: 4.61점 (5점 만점)



비교과 S영역) 우울증 스트레스 예방교육 (온라인 진행)
- 기간 : 2021. 3월 ~ 4월 진행
- 내용 : 우울증, 스트레스 예방교육
- 참여학생 수 : 166명
- 만족도: 4.20점 (5점 만점)



비교과 S영역) 자살예방교육 (온라인 진행)
- 기간 : 2021. 3월 ~ 4월 진행
- 내용 : 자살예방교육
- 참여학생 수 : 161명
- 만족도: 4.31점 (5점 만점)



비교과 S영역) 폭력예방교육 (온라인 진행)
- 기간 : 2021. 3월 ~ 6월 진행
- 내용 : 양성평등을 기본으로 폭력예방교육 실시!!!
- 참여학생 수 : 2,114명
- 만족도: 3.82점 (5점 만점)



비교과 S영역) 인터넷, 스마트폰 예방교육 (온라인 진행)
- 기간 : 2021. 3월 ~ 7월 진행
- 내용 :스마트폰 활용 방법 등 예방교육 진행!!
- 참여학생 수 : 2,161명
- 만족도: 3.96점 (5점 만점)

2021-1 학기 자체 프로그램

마음과 마음을 이어 하나로
중원대학교
학생상담센터

- 개인상담

  누구나 언제든지 오셔서 고민을 이야기 하세요 !!

  맞춤형 상담을 지원합니다.

- 개인 심리검사 및 해석

  누구나 언제든지 오셔서 성격검사, 심리검사를 진행해 보세요!!

-너도 받을 수 있어, 점프장학!(직전학기 학사경고자 대상 상담)

  학사경고자를 위한 맞춤형 상담도 받고 추가학점도 신청하세요.

학생상담센터 이용자 후기

마음과 마음을 이어 하나로
중원대학교
학생상담센터

2021-1 학기

* 친해지길바래(대인관계 집단상담) *

* 스스로를 돌아보고 생각할 수 있는 시간들이 되었다.
* 입시를 치루며 나의 객관화된 정보를 평가받으면서 정작 나 자신에 대해 스스로 평가해보지 않았는데 이번 프로그램을 통해 나자신을 이해하고 남을 이해하는 방법을 알게 되었다.
* 자아 본인의 성격에 대해 잘 알게 되었다, 나에 대해 생각해 보는 시간을 가지게 되었다.
* 나에 대해서 다시 생각해보는 계기가 되었다, 나에 대해 더 알아가는 시간이었다.
* 나를 알아보는 계기가 되었다.
* 사람에 대해 배울 수 있었다.

* 지피지기(/학년 대상 집단심리검사 및 해석워크숍) *

* 나에 대해서 자세하게 알게 됨
* 나의 정확한 성격을 알게 되었다.
* 내 성격에 딱 맞는 결과가 나와 그의 대한 내 단점을 보완하는데 도움이 되었습니다.
* 내 성향을 알 수 있었다.
* 내 성격과 사고방식에 대해 별로 진중함을 가져본 적이 없었는데, 이 기회를 통하여 내 성격과 사고방식에 대한 단점과 장점을 알게되고 개선점들이 눈에 쉽게 보이게 된 거같아 좋은 것 같다.
* 나 자신을 알고 날 편하게 해줄 방법을 찾아주셨다.
* 내 자신에 대해 더욱 잘 알게 되었고, 다른 사람들의 성격 분야도 잘 알게 되어서 좋은 시간이 된 것 같습니다.
* 유형에 따라 한 주제로 있는 사람들의 생각이 다르다는 것을 이해하게 되었습니다.
* 스스로가 어떤 행동을 했을 때 스트레스를 받고 어떤 행동을 했을 때 행복한지에 대해 알게 되었고, 어떤 성격을 가지고 있기 때문에 이런 상황에 주의하라는 사실 또한 알게 되면서 인간관계로 인해 스트레스가 컸는데 어떻게 하면 그 부분에 있어서 잘 할 수 있는지에 대해 알 수 있는 시간이었습니다.
* 나에 대해서 더욱 더 잘 알게 되었고, 학과 친구들의 성향도 함께 알게 되어, 더 쉽게 가까워질 수 있을 것 같다.
* 내가 무엇을 잘하고 무엇을 원하는지 조금이나마 알게 된 것 같다.
* 나의 성격과 인성에 대해서 알게 되어서 내 삶을 살아가는데 도움이 되었다.
* 신기하고 나를 더 알게되는 것 같았다.
* 자신을 돌아보게 되었고 성향에 대해서 알 수 있는 기회가 되어서 좋았습니다. 나의 단점을 개선할 수 있는 방법을 알고 계획할 수 있어서 좋았습니다.
* 이 프로그램에 참여함으로써 제 성격유형을 알 수 있었을 뿐만 아니라 나에게 해당되는 유형이 어떤 특성을 가지고 있고, 이 유형을 가진 사람들이 어떤 작업에 잘 맞는지도 알게 되었습니다. 뿐만 아니라 우리 학과 안에서 나와 같은 성격을 가진 유형은 누구고, 나와 잘 맞는 않은 유형이 무엇인지도 알 수 있어서 이러한 활동을 통해 학과 친구들과 더 친밀감을 쌓을 수 있는 계기가 되었습니다.

2021-2 학기 예정 프로그램

마음과 마음을 이어 하나로
중원대학교
학생상담센터

1. 비교과 F영역 최대 6시간) 나를 찾는 여행(자아성장 집단상담)
- 기간 : 2021. 10월 예정
- 내용 : 자기이해와 표현능력 향상을 위한 자아성장 집단상담
- 참여학생 수 : 선착순 15명

2. 비교과 O영역 4시간) 찾아가는 오픈상담
- 기간 : 1분반-2021. 9월~11월 예정 / 2021. 9월~10월 예정
- 내용 : 1분반- 학생상담센터 이벤트성 프로그램-생활관 사생 스티커 및 서약서 인증
2분반-감사일기 4일 인증
- 참여학생 수 : 1분반- 최대 1,000명 / 2분반-150명

3. 비교과 O영역 5시간) 이心전心(생활관 거주 대상자 상담)
- 기간 : 2021. 9월 ~ 11월 예정
- 내용 : 기질 및 성격검사, 종합성격검사, 진로탐색 검사 등을 통한 심리검사와 해석상담 실시
- 참여학생 수 : 생활관 입사자 선착순 20팀

4. 비교과 O영역 4시간) 지피지기(1학년 대상 집단심리검사 및 해석 워크숍)
- 기간 : 2021. 9월 ~ 11월 예정
- 내용 : 에니어그램 성격검사를 실시하고 해석하여 집단 응집력 및 학과 적응력 향상 프로그램
- 참여학생 수 : 1학년 대상 선착순 200명(학과 교수님이 신청, 최대 4개학과)

5. 비교과 O영역 6시간) We, Our, Us(유학생 대상 집단상담)
- 기간 : 2021. 10월 예정
- 내용 : 유학생 문화적응 및 학교생활 적응을 위한 정서적 지지 집단프로그램
- 참여학생 수 : 유학생 15명

6. 비교과 S영역 8시간) 중원또래지킴이 되GO!(3,4학년 대상 또래상담사 양성과정)
- 기간 : 2021. 9월 ~ 10월 예정
- 내용 : 또래상담자 양성과정으로 학생에 대한 정서적 지지, 문제해결 도움 등 자질 함양을 위한 프로그램
- 참여학생 수 : 20명(생활관 운영위원회, 층장 우선선발)

7. 비교과 S영역 최소 5시간~최대10시간) 중원또래지킴이 하GO!(또래상담 실전)
- 기간 : 2021. 10월 ~ 12월 예정
- 내용 : 또래상담 실전프로그램으로 양성된 또래상담가가 위기학생에 대해 정서적 지지, 문제해결 도움, 상담실 연계, 학교생활 안내 등 조력을 제공 하기 위한 프로그램
- 참여학생 수 : 10명(생활관 운영위원회, 층장 우선선발)

2021-2 학기 예정 프로그램

마음과 마음을 이어 하나로
중원대학교
학생상담센터

8. 비교과 O영역 2시간) 새내기 마음지킴 프로젝트(1학년 대상 집단심리검사-ASR)
- 기간 : 2021. 9월 ~ 11월 예정
- 내용 :성인행동평가척도(ASR)검사를 실시하여 심리적으로 고위험군 학생들을 대상으로 프로그램진행
- 참여학생 수 : 신입생 전체 학생 대상

9. 비교과 F영역 2시간) 소소한 JOB담(1학년 대상 진로심리검사)
- 기간 : 2021. 9월~11월 예정
- 내용 : 1학년 대상 직업능력 향상을 위한 직업심리검사
- 참여학생 수 : 300명(학과별 신청)

10. 비교과 S영역 2시간) 재학생 폭력예방교육
- 기간 : 2021. 10월 예정
- 내용 : 집합교육 또는 실시간 화상 수업으로 폭력예방교육 실시
- 참여학생 수 : 60명

11. 비교과 O영역 0시간) 개인상담
- 기간 : 2021. 9월 ~ 2022. 2월 예정
- 내용 : 학생 개인이 스스로 상담을 신청하고 진로, 학습, 정서, 대인관계 등의 문제를 해결 조력
- 참여학생 수 : 인원제한 없음

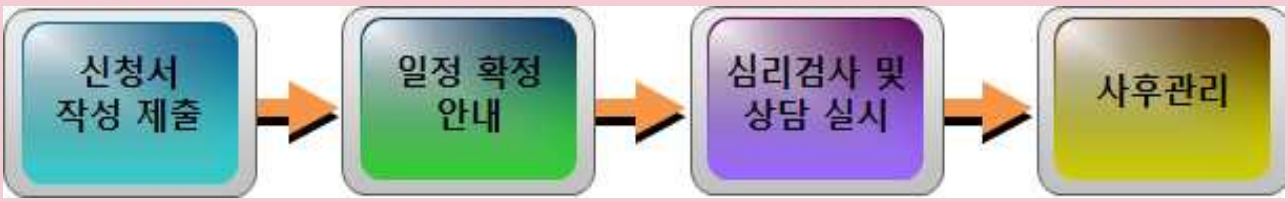
12. 비교과 O영역 0시간) 개인 심리검사 및 해석
- 기간 : 2021. 9월 ~ 2022. 2월 예정
- 내용 : 학생 개인이 스스로 심리검사를 신청하고 진로, 학습, 정서, 대인관계 등의 맞춤형 심리검사 지원
- 참여학생 수 : 인원제한 없음

13. 비교과 O영역 0시간) 학사경고자 상담
- 기간 : 2021. 8월 ~ 9월
- 내용 : 1학기 학사경고자 대상으로 심리, 정서적 지원과 학습 상담을 진행
- 참여학생 수 : 인원제한 없음

※ 모든 프로그램은 변경 또는 취소될 수 있으며 진행 전 학교 및 상담센터 홈페이지 공지사항 확인 후 신청해주시기 바랍니다.

학생상담센터 이용안내

신청방법	방문 신청	상생교육혁신원 학생상담센터(A401호)
	상담장소	학생회관 S213호
	전화 신청	043-830-8142~8143
	이메일 신청	counsel@jwu.ac.kr
	홈페이지 신청	http://counsel.jwu.ac.kr
업무시간	**월 ~ 금 / 09:00~18:00(점심시간 12:00 ~ 13:00)**	
이용절차	내담 학생의 상담 관련 비밀보장을 위해 전화 접수 및 이메일 접수를 권장합니다.	



여러분의 방문을 기다리고 있어요~

마음과 마음을 이어 하나로
중원대학교 학생상담센터