

[백석대학교 집단상담 참여자 모집]

백석대학교 학생생활상담센터에서 집단상담 참여자를 모집합니다!

아래 홍보 포스터를 참고하시고 많은 관심과 참여 부탁드립니다 :-)

모든 프로그램의 홍보는 학교 홈페이지-공지사항-대학공지, 에브리타임 어플, 교내 곳곳의 홍보 포스터를 통해 확인 가능합니다.

※ 전체 운영 일정

구분	프로그램 명	운영 기간	회기 및 요일	활동 주제
1	꿈을 잡다(JOB多)!	09.27~10.25	매주 화요일 15시~17시 5회기 진행	진로 관련 집단상담
2	너, 나, 우리	09.27~10.26 (5회기 진행)	매주 화요일 13시~14시	대인관계 및 자기이해 관련 집단상담
			매주 수요일 14시~15시	
			매주 수요일 16시~17시	
3	인사이드 아웃	10.04~11.29	매주 화요일 18시 30분~20시 8회기 진행	나의 감정과 욕구를 이해하고 표현하는 정서조절 집단상담
4	미술치료	10.20~11.17	매주 목요일 15시~16시 30분 5회기 진행	미술치료를 통한 자기이해와 강점개발 집단상담
5	나와 우리, 참만남	09.29~11.24	매주 목요일 16시~17시 30분 9회기 진행	자신감 회복을 위한 자아성장 집단상담
6	자기이해와 수용	09.28~10.26	매주 수요일 15시~16시 30분 5회기 진행	자기탐색을 통한 자기이해 집단상담
7	밤에 피는 장미	09.28~10.26	매주 수요일 13시 30분~15시 5회기 진행	기독교적 의미의 성과 사랑 집단상담
8	멘탈 식스팩	10.27~11.24	매주 목요일 16시~18시 5회기 진행	심리적 면역력 증진을 위한 멘탈 휘트니스 집단상담
9	MBTI와 함께하는 자기이해와 의사소통	09.28~11.30	매주 수요일 16시~17시 40분 10회기 진행	MBTI를 통한 자기이해와 의사소통 향상 집단상담

1. '꿈을 잡다(JOB多)!' 진로 집단상담

- 신청서 링크: <https://forms.gle/eC2uezQgEJveAVf4A>

진로 집단상담

꿈을 잡다(JOB 多)!

가치지향성
직업가치 명료화 및 확립

적응과 자기주도성
직업세계의 이해, 나의 목표

변화 관리
경력개발행동 준비 및 실행

정체성
자기이해 및 흥미탐색

성찰행동
자기성찰 및 미래를 위한 준비

신청서 작성

구분	1회기	2회기	3회기	4회기	5회기
화요일 15:00-17:00	09.27.	10.04.	10.11.	10.18.	10.25.

학생생활상담센터 041-550-2178

2. '너, 나, 우리!' 대인관계 집단상담

- 신청서 링크: <https://forms.gle/4xrzzWUooJCWYosG9>

대인관계 집단상담

너, 나, 우리!

- 1회기 대인관계의 이해, 나의 목표 설정
- 2회기 자기 이해, '너에게 난?' 의미 찾기
- 3회기 대인관계 기술 이해, 협력적 관계 연습
- 4회기 대인관계 돌아보기, 관계 자원의 이해와 활용
- 5회기 마무리 활동, 대인관계 성장 계획 설정

구분	1회기	2회기	3회기	4회기	5회기
화요일 13:00-14:00	09.27.	10.04.	10.11.	10.18.	10.25.
수요일 1 14:00-15:00	09.28.	10.05.	10.12.	10.19.	10.26.
수요일 2 16:00-17:00	09.28.	10.25.	10.12.	10.19.	10.26.



신청서 작성 >

백석대학교 학생생활상담센터 041-550-2178

3. '인사이드 아웃' 정서조절 집단상담

- 신청서 링크: <https://forms.gle/7kLdNG7uVZ7kafgN7>

나의 감정과 욕구를 이해하고, 표현할 수 있는

인사이드아웃

운영 정보 2022. 10. 04. (화) ~ 11. 29. (화), 18:30 ~ 20:00, 인성관 104호

회기	1회기	2회기	3회기	4회기
일자	10.04.(화)	10.11.(화)	10.18.(화)	10.25.(화)
내용	집단 이해 집단 목표 설정	감각 알아차림 안정화 기술 습득	감정 알아차림 정서 인식 능력 이해	감정 공감 정서 자율성 증진
회기	5회기	6회기	7회기	8회기
일자	11.08.(화)	11.15.(화)	11.22.(화)	11.29.(화)
내용	욕구 알아차림 핵심 욕구 접촉	관계 알아차림 대인관계 자원 활용	행동 알아차림 자아효능감 증진	집단 마무리 정서 조절 계획

신청 기간 2022. 09. 05. (월) ~ 09. 23. (금)

신청 방법 오른쪽 QR 코드 접속 후 신청서 작성 및 제출




백석대학교 학생생활상담센터 041-550-2178

4. '미술치료' 자기이해와 강점개발 집단상담

- 신청서 링크: <https://forms.gle/GaC6eJmuKTbxqzfY6>

미술치료를 통한 자기이해와 강점개발 프로그램

운영 정보 2022. 10. 20. (목) ~ 11. 17. (목), 15:00 ~ 16:30,
본부동 (상세한 장소는 추후 공지 예정)

회기	일정	내용
1회기	10.20.(목)	프로그램의 이해 신뢰감, 신뢰감 형성하기
2회기	10.27.(목)	나도 모르는 나의 모습 발견하기 덧붙여 이야기 만들기
3회기	11.03.(목)	자신의 강점 탐색하기 딱과 소통, 공감하며 관계 향상하기
4회기	11.10.(목)	소중한 것들을 인식하기 삶의 방향 찾기
5회기	11.17.(목)	자신의 강점 다지기 목표 구체화하기

신청 기간 2022. 09. 05. (월) ~ 10. 14.(금)

신청 방법 왼쪽 하단의 QR 코드 접속 후 신청서 작성 및 제출

백석대학교 학생생활상담센터 041-550-2178

5. '나와 우리, 참만남' 자기이해 및 회복 집단상담
 - 신청서 링크: <https://forms.gle/jYrAPfmdXgKbqbMz8>

나와 우리, 참만남

모집

성품개발 집단상담: 자기이해 및 회복

모집기간
09.05.
~ 09.23.

운영기간
09.29.
~ 11.24.

본부동 108호




회기	1회기	2회기	3회기	4회기	5회기
일정	09.29.(목)	10.06.(목)	10.13.(목)	10.20.(목)	10.27.(목)
내용	신뢰감 형성 자기이해	자기이해	자기&타인이해	양극성을 통한 자기 심층 이해	나의 일화권 수레바퀴
회기	6회기	7회기	8회기	9회기	
일정	11.03.(목)	11.10.(목)	11.17.(목)	11.24.(목)	
내용	나의 가족은	자기개발: 미해결 과제 다루기	자기수용 및 실존적 나 만나기	자기 성장 변화 실천	

백석대학교 학생생활상담센터 041-550-2178

6. '자기이해와 수용' 자기탐색 집단상담

- 신청서 링크: <https://forms.gle/gTz7k2sSXbnG6Q4F7>

백석대학교 학생생활상담센터

성품개발 집단상담

자기탐색을 통한 자기이해와 수용

접수기간 2022. 09. 05.(월) ~ 09. 23.(금)

운영기간 2022. 09. 28.(수) ~ 10. 26.(수), 15:00 ~ 16:30
본부동 108호 학생생활상담센터

회기	1회기	2회기	3회기	4회기	5회기
일정	09.28.(수)	10.05.(수)	10.12.(수)	10.19.(수)	10.26.(수)
내용	만남의 시간	자기탐색	자기이해 및 자기수용	자기수용과 긍정적 자아 형성	자기성장 마무리



백석대학교 학생생활상담센터 | 041-550-2178

7. '밤에 피는 장미' 크리스천 섹슈얼리티 집단상담
 - 신청서 링크: <https://forms.gle/U8S9Ju6THtU247K59>

크리스천 섹슈얼리티 집단상담
밤에 피는 장미

모집기간 2022. 09. 05.(월) ~ 09. 23.(금)

운영기간 2022. 09. 28.(수) ~ 10. 26.(수)
 13:30 ~ 15:00, 인성관 (장소 추후 공지)

구분	일정	내용
1회기	09.28.(수)	집단 소개 및 목표 설정
2회기	10.05.(수)	보시기에 심히 좋았더라! : 성에 대한 하나님의 창조적 원리 이해하기
3회기	10.12.(수)	내 몸은 하나님의 성전 : 남녀의 성격 차이 및 성욕구 이해
4회기	10.19.(수)	연합하여 한 몸을 이루라 : 결혼과 부부의 성 이해 및 조화로운 부부의 성생활
5회기	10.26.(수)	하나님이 주신 상급 : 나의 사랑의 삼각형 표현하기

학생생활상담센터
 041-550-2178

8. '멘탈 식스팩' 심리적 면역력 증진 집단상담

- 신청서 링크: <https://forms.gle/mHQ4TphEDUrxawDF8>

강점개발 집단상담

**심리적 면역력 증진을 위한
멘탈 휘트니스 프로그램**

**"멘탈 식스팩"
만들기**

모집기간: 2022. 09. 05.(월) ~ 10. 14.(금)
운영기간: 2022. 10. 27.(목) ~ 11. 24.(목), 16:00 ~ 18:00, 장소 추후 공지

구분	1회기	2회기	3회기	4회기	5회기
일정	10.27.(목)	11.03.(목)	11.10.(목)	11.17.(목)	11.24.(목)
내용	건강습관 점검 및 개선	강정파악과 행복 준비	행복의 의미 파악	감사들 통한 경험 재구성	몰입경험 탐색, 긍정적 관계 구축

백석대학교 학생생활상담센터 041-550-2178

9. 'MBTI와 함께하는 자기이해와 의사소통'

- 신청서 링크: <https://forms.gle/W97SXAHUxBC6gJwW6>

MBTI를 통한 자기이해와 의사소통

나를 알고 너를 알면 백전백승!



모집기간: 2022. 09. 13.(화) ~ 09. 23.(금)
운영기간: 2022. 09. 28.(수) ~ 11. 30.(수)

구분	1회기	2회기	3회기	4회기	5회기
일정	09.28.(수)	10.05.(수)	10.12.(수)	10.19.(수)	10.26.(수)
내용	만남의 시간	자기이해 : 성격탐색	자기이해 : 가치관 탐색	자기이해 : 감정 탐색	자기이해 : 무의식 탐색
구분	6회기	7회기	8회기	9회기	10회기
일정	11.02.(수)	11.09.(수)	11.16.(수)	11.23.(수)	11.30.(수)
내용	자기이해 : 자동적 사고 탐색	자기이해 : 의사소통 유형 탐색	자기이해 : 의사소통 향상법 익히기	자기이해와 의사소통 : 장단점에 관한 관점 전환	이별의 시간

백석대학교 학생생활상담센터 041-550-2178