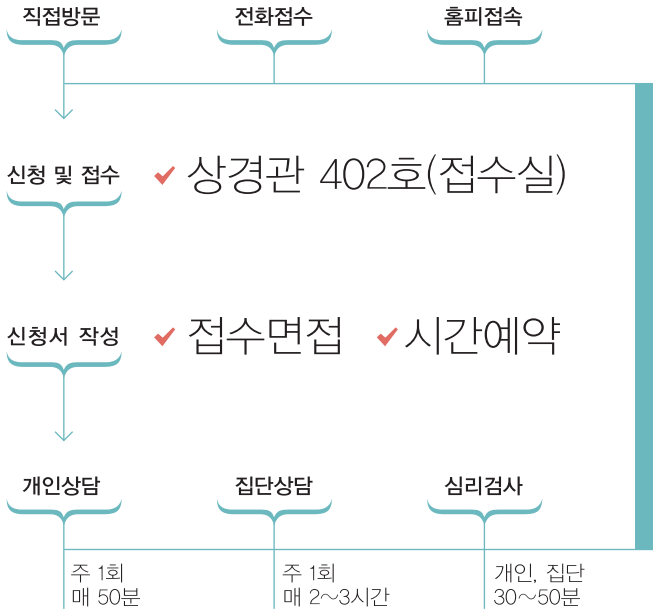


# 상담센터는 어떻게 이용할 수 있나요?

단국인이려면 **누구나 무료!**

결과는 **비밀보장!**



\* 상담기간은 개인에 따라 다름

## 어려운 문제가 있을 때

혼자 감당하거나 해결하려 하기보다는 전문적인 도움을 구하는 것이 지혜로운 선택입니다.



## Campus map



Jukjeon Campus	
위 치	상경관 4층 402~4호(접수실 : 402호)
전 화	031) 8005-2531~3
팩 스	031) 8021-7165
E-mail	counsel-1433@dankook.ac.kr
운영시간	월~금 오전 9시~오후 5시
홈페이지	http://k2.dankook.ac.kr/user/dkcounsel

보다 건강하고 행복한 삶을 위해서 !!

# 대학생활상담센터



당신을 향해 언제나  
열려 있습니다.



## 대학생활상담센터는 어떤 곳인가요?

학생들의 건강한 대학생활 적응과 심리·정서적 어려움에 관한 상담 및 관련 정보를 제공해 주고 학내구성원들의 자기계발을 돕고 성숙한 사회인으로 성장해나갈 수 있도록 지원하는 전문상담기관입니다.

## 지금 이런 생각으로 고민 중인가요?

- ★ "난 누구지?" 나 자신을 좀더 알고 싶어요!
- ★ 집중이 안되고 잡생각이 떠나질 않아..
- ★ 우울하고 만사가 귀찮아..
- ★ 삶이 허무하고 의욕이 없어요.
- ★ 생활관리가 안돼요!
- ★ "공부는 왜 하지?" 목표의식이 없어요.
- ★ 적극적인 성격이었으면... 얼마나 좋을까?
- ★ "난 앞으로 뭘 먹고 살지?"
- ★ 진로가 걱정이예요!
- ★ 사람을 만나는 것이 긴장되고 두려워..
- ★ 친구사귀는 것이 어려워요.
- ★ 쉽게 기분이 상하고
- ★ 사소한 일에도 짜증이 난다면...

주저하지 말고  
대학생활상담센터의 문을 두드리세요!!

## 개인상담은 어떻게 하나요?

전문상담자와 일대일 만남을 통해 학업, 진로, 대인관계, 성격, 적응, 이성 관계, 가족관계, 가치관, 정서적 어려움에 대해 함께 나눌 수 있습니다.

※ 신청서 작성 후 접수면접(약 10분)을 거쳐 상담을 시작합니다.  
주 1회 50분씩 상담시간은 개인에 따라 다르게 진행됩니다.

## 집단상담은 어떤 프로그램이 있나요?

공통의 관심을 가진 집단원들(6~10명)과의 만남을 통해 서로를 지지하는 분위기 속에서 자신의 어려움을 나누고 적절한 방법을 찾아가는 상담방식입니다.

자신과 타인을 좀 더 이해하고 정보를 교환하며 새로운 관점에서 상황을 바라보고 다양한 방법을 탐색함으로써 집단원들과 함께 성장할 수 있습니다.

세상을 바꾸는 천개의 직업	진로탐색
내안의 나를 찾아가는 여행!	자아성장
아! 시간.. 어디로 간 걸까?	효율적인 시간관리
내가 웃어야 타인도 웃고 세상도 웃는다	대인관계향상
당당하게! 멋지게 나를 표현하자!!	발표불안극복
자신을 힐링하고 자유로워지자!	스트레스관리

※ 학기 초에 모집하며 매학기 다른 주제로 개설됩니다.  
주 1회 2~3시간씩 총 6~8주 동안 진행됩니다.

## 심리검사는 어떤 종류가 있나요?

### ☆ MBTI 성격유형검사(약 30분 소요)

자신과 타인을 좀 더 알고 이해 할 수 있어요.  
성격의 장단점을 파악하여 원만한 대인관계를 원한다면..



### ☆ HOLLAND 진로탐색(약 30분 소요)

흥미, 적성, 성격 및 가치관을 고려하여 전공과 직업선택에서 어떤 분야나 영역이 나에게 적합한지 직업흥미와 적성을 파악하고 싶다면..



### ☆ MMPI 다면적 인성검사(약 60분 소요)

스트레스와 심리적 불편감, 자신의 성격특성과 행동양식, 정서 상태를 살펴보고 건강한 대학생활적응을 하고 싶다면..



### ☆ CTI 진로사고(약 20분 소요)

진로문제해결과 진로결정을 어렵게 하는 개인의 부정적인 사고를 찾아내고 바꿈으로써 진로결정을 촉진시키고 싶다면..



### ☆ 에니어그램 성격유형(약 30분 소요)

인간이해와 자기성숙을 위해 대인관계에서 역동성을 이해하고 자신의 내면을 탐구하고 싶다면..



※ 검사신청 후 실시하고 결과에 대한 해석상담이 진행됩니다.

## 전화 및 온라인상담은 어떻게 하나요?

상담실에 직접 찾아오지 않고 전화를 통해 상담하거나 홈페이지에 접속해서 온라인 게시판에 상담할 내용을 남기시면 답변을 받을 수 있습니다.

