

학생상담센터 OT학기제 프로그램 안내

가. 목적: 입학 후 개인별 스트레스 상태를 진단하고, 스트레스 관리 및 마음건강 관리법 교육을 통해 대학생활적응을 조력하고자 함.

나. 세부 내용

- 1) 심리검사(IESS 통합스트레스 검사, 소요시간 20분) 제공
 - 개요: 개인이 경험하는 스트레스 수준과 그로 인한 반응을 알아보고 스트레스에 취약하게 하는 성격적 요인과 대처방법, 스트레스 영역을 진단
- 2) 교육 영상(약 40분) 제공
 - 내용: 학생상담센터 이용법, IESS 통합스트레스 검사 해석, 스트레스 관리법

다. 세부 일정

절 차	기 간	방 법
프로그램 신청	3월 8일(금)까지	구글폼 신청 https://forms.gle/JwR3N3B8Nx7ZsKnP7
심리검사 실시	3월 13일(수)부터 3월 22일(금)까지	수강신청자 학생의 KLAS에 등록된 핸드폰 번호로 검사 URL 발송 검사 URL 발송일: 3월 12일(화) 예정
영상 교육	학과 재량에 따른 실시 (심리검사 완료 후 제공 권장)	신청서에 작성한 학과 담당자 이메일로 동영상 자료 발송 발송예정일: 3월 12일(화) 발송 예정일 이전에 자료 필요시 신청서에 체크

※ 초기 안내와 다르게 '온라인' 운영으로 변경되었습니다.

라. 문의: 학생상담실 신성미(5395). 끝.