

집단상담 시즌3 참여자 모집

대구광역시청년센터는 사회적 고립청년의 심리적 어려움 해소를 위해
청년 대상 집단상담을 제공하고자 합니다.

비슷한 고민을 가진 청년 간 상호소통, 공감과 위로의 장이 될 집단상담에 참여할 청년을
다음과 같이 모집하고자 하오니 많은 관심과 참여 바랍니다.

1. 모집개요

- 대상 : 사회적 고립으로 심리지원이 필요한 만19세~39세 대구거주 청년
※ 모집인원 수 초과 시 조기 마감될 수 있으며, 신청자 미달 시 연장모집을 진행할 수 있음
- 모집기간 : 2024년 7월 15일(월)~7월 29일(월)
- 모집인원 : 40명 (10명씩 4개 그룹)
- 지원내용 : 심리상담전문가와 주제별 집단상담 프로그램 진행
- 상담비용 : 무료

2. 프로그램별 일정

구분	스트레스 관리 프로그램 (4회기)	대인관계 증진(+성공경험 공유)프로그램 (4회기)
일시	8/6(화) ~ 8/27(화) 매주 화요일 19:00~21:00	8/6(목) ~ 9/5(목) 매주 목요일 13:00~15:00
장소	대구광역시청년센터 공감그라 (대구 중구 국제보상로541 9층)	

※ 상담일시 및 장소는 상황에 따라 변경될 수 있음

※ 2개의 프로그램 중 택1

3. 프로그램별 주요내용

회기	스트레스 관리 프로그램	대인관계 증진(+성공경험 공유)프로그램
1회기	<ul style="list-style-type: none"> · 오리엔테이션 · 현재 심리상태 확인 · 그림 검사를 통한 현재 심리상태 파악 	<ul style="list-style-type: none"> · 오리엔테이션 · 대인관계 지도 그리기 · 건강한 대인관계 형성
2회기	<ul style="list-style-type: none"> · 나와 마주하기 · 스트레스로 인한 신체화 반응 확인 및 이완 훈련 · 나의 스트레스 대처 방법 	<ul style="list-style-type: none"> · 자기 인식 탐색 · 강점 발견
3회기	<ul style="list-style-type: none"> · 스트레스 대처 방법연습 · 나의 강점/스트레스 대처방안 찾기 	<ul style="list-style-type: none"> · 의사소통 및 갈등해결 · 스트레스 관리법 · 서로를 연결하는 말하기
4회기	<ul style="list-style-type: none"> · 수용적 삶의 태도 습득 · 행복 실천하기 · 이완 훈련 · 삶의 가치와 스트레스 관리 	<ul style="list-style-type: none"> · 대인관계·의사소통 성공 경험 공유 · 우리로 연결되기 · 너와 너의 삶을 응원해

4. 신청방법

- 신청방법 : 온라인 참가신청서를 통해 접수
- 신청 시 유의사항
 - 상담동의서 작성 및 고립은둔척도검사 필수 진행
 - 선착순 모집이나 고립은둔척도검사 결과에 따라 우선순위 정한 후 참여자 확정
 - 선정 후 개인사정으로 인해 사전연락 없이 상담을 취소하는 경우 향후 신청 불가
 - 타인이 대리 신청한 참여자는 참여 불가
 - 4회기 모두 참석 가능한 경우 신청 요망
 - 시즌별 프로그램 신청 가능하나 동일그룹은 재신청 불가
 - 집단상담 기참여자는 후순위 배정 후 참여 확정
 - 상담시간보다 15분 초과하여 지각한 경우 당일 불참 처리
 - 프로그램 4회기 중 2회기 불참 시, 남은 2회기는 참석 불가능
 - 심리상담으로 해소가 어려운 정신증, 자살 위기 등 의료진료 및 추가적인 사례관리가 필요한 내담자 발생 시 외부기관으로 연계 또는 안내할 수 있음
 - 참여 확정자에게는 개별 안내 문자 발송

5. 선정 및 절차

- 신청마감 후 선정자 개별안내 문자 발송
- 상담절차



6. 문의

- 대구청년센터 성장지원팀 ☎053-427-1934