

# [대학혁신] 2020학년도 DU 심리검사 및 해석상담 축제 실시 안내

## 1. 추진 배경 및 목적

- 가. 재학생이 학교생활 적응에서 겪을 수 있는 여러 심리적 문제를 조기에 발견하고 개입하기 위함.
- 나. 심리검사 실시 및 해석을 통해 자신의 성격, 불안, 스트레스, 우울, 진로, 학습전략 등을 점검하고 적절한 상담 서비스를 제공함.
- 다. 재학생 스스로 자신의 개인적 갈등과 어려움을 탐색하고, 해결 방법을 함께 모색함.

## 2. 추진내용

### 가. 가을맞이 마음방역 심리검사

- 1) 재학생 대상 심리검사 및 해석상담 실시
- 2) 성격, 진로, 학습, 스트레스 등에 관한 심리검사 및 해석상담 진행
- 3) 해석상담은 대면/비대면 상담 2가지로 선택 가능하며, 대면상담의 경우, 코로나-19 예방을 위해 5명으로 제한

### 나. 통합 스트레스 대처 특강

- 1) 재학생의 대학생활에서 겪는 스트레스를 점검하고, 대처방법을 학습하는 집단 특강 진행
- 2) 통합 스트레스 검사를 사용하여 현재 재학생의 스트레스 취약성 측정 및 평가
- 3) zoom 활용 실시간 온라인 특강으로 진행

### 다. 참여 혜택

- 1) DU-HEART 인재 인증제 '비교과 프로그램' 참여 인정
- 2) 간이 심리검사 리플렛 및 참여물품 제공  
\* 참여물품 조기 소진 가능, 참여물품 중복 지급 x, 수업지원으로 인한 해석상담 제외

## 3. 추진 일정

### 가. 가을맞이 마음방역 심리검사

- 1) 홍보 및 접수 기간: 2020. 11. 2. (월) ~ 12. 18. (금)
- 2) 실시기간: 2020. 11. 2. (월) ~ 12. 21. (월)
- 3) 신청방법: 방문 신청 또는 온라인 신청

방문 신청	온라인 신청	
	URL	<a href="http://naver.me/GYi5Dzkc">http://naver.me/GYi5Dzkc</a>
진로취업관 3층 학생생활상담센터	QR코드	

### 나. 통합 스트레스 대처 특강

- 1) 홍보 및 접수 기간: 2020. 11. 2. (월) ~ 11. 23. (월)
- 2) 실시 날짜: 2020. 11. 24. (화) 15:00 ~ 16:00

3) 신청방법: 온라인 신청

온라인 신청	
URL	<a href="http://naver.me/G6YTIAD1">http://naver.me/G6YTIAD1</a>
QR코드	 <p>대구대학교 학생생활상담센터</p>

4. 프로그램 세부 안내

가. 가을맞이 마음방역 심리검사

- 1) 목적: 심리검사 실시 및 해석상담의 목적은 재학생들의 내적인 심리적 속성과 특성을 파악하여 재학생의 적성과 능력을 개발할 수 있는 자료를 제공하고, 궁극적으로 대학생활적응력을 높이도록 돕는다.
- 2) 심리검사 종류
  - MBTI: 성격유형검사, 4가지의 양극적 선호경향에 따라 16개의 성격유형으로 구분하는 검사
  - 적성탐색검사: Holland 검사, 진로 의사결정을 위한 Holland 직업적 성격적성을 측정하고 취업을 위한 개별화된 정보를 제공하는 검사
  - NEO성격검사: 성격 5요인 구조를 통해 개인의 기질적 성격구조를 파악하는 검사
  - CST: 성격강점검사, 6가지 핵심덕목과 24가지 성격 강점 중 자신의 대표 강점을 확인하여 자기이해 및 자기계발을 돕는 검사
  - MLST: 개인의 학습과정에 있어서 습관적, 행동적, 전략적 학습 효율성을 파악하는 검사
  - 통합스트레스검사: 개인의 스트레스에 대한 인지적, 정서적 반응과 스트레스 취약성을 측정하는 검사

3) 프로그램 일정

가) 11월 심리검사 해석 일정표(11/2 ~ 11/30)

	화, 수	월, 목, 금
10:30AM ~ 11:30AM	MBTI	MBTI
1:30PM ~ 2:30PM	MBTI	MBTI
2:30PM ~ 3:30PM	NEO성격검사	적성탐색검사
3:30PM ~ 4:30PM	CST성격강점검사	MLST학습전략검사

나) 12월 심리검사 해석 일정표(12/1 ~ 12/21)

	화, 수	월, 목	금	
10:30AM ~ 11:30AM	MBTI	MBTI	MBTI	
1:30PM ~ 2:30PM	MBTI	MBTI	MBTI	
2:30PM ~ 3:30PM	NEO성격검사	적성탐색검사	적성탐색검사	통합스트레스검사
3:30PM ~ 4:30PM	CST성격강점검사	MLST학습전략검사	MLST학습전략검사	통합스트레스검사

#### 나. 통합 스트레스 대처 특강

- 1) 목적: 통합스트레스검사를 사용하여 재학생의 스트레스에 대한 인지적, 정서적 반응과 스트레스 취약성 및 스트레스 인자를 통합적으로 측정한 자료를 제공한다. 궁극적으로 재학생의 스트레스 수준 점검 및 대처 방법을 학습하여 대학생활적응력을 높인다.
- 2) 실시 날짜: 2020. 11. 24. (화) 15:00 ~ 16:00
- 3) 진행 방법: zoom 활용 실시간 온라인 특강으로 진행(추후 zoom 코드 안내 예정)

#### 5. 문의

- 가. 장소: 진로취업관 3층 2306A 학생생활상담센터(☎053-850-5239)
- 나. 홈페이지: <http://consult.daegu.ac.kr>
- 다. 이메일: [dg8505238@naver.com](mailto:dg8505238@naver.com)

학생처 학생생활상담센터