



Web Contents



2024년 04월 20일 18시 22분

목차


목차	2
활동갤러리	3
6월 마음여행 : 예술로 사색하기	3
첨부파일(1)	3

6월 마음여행 : 예술로 사색하기

작성일 2022.06.27 10:21

등록자 센터관리자

조회수 82

첨부파일(1)  KakaoTalk_20220610_095710538_04.jpg 58 hit/ 407.1 KB [다운로드](#)



6월에는 목요일 오후 7시~9시 (3회) 내마음 여행하기 집단 심리상담이 시작되었습니다.
문수이 상담사님과 총 3회차로 예술치료를 통해 나의 현재 마음 상태를 알아보았습니다.

참여자들의 의견도 함께 공유합니다!

나에 대해 알 수 있는 시간이었다.
나의 가치관을 돌아볼 수 있었습니다
나의 무의식을 돌아봄. 쉬는 시간이 필요하다 나는.
프로그램에서 풍경 검사법이 나에게 도움이 되었다.
프로그램을 통해 타인과 소통하는 것이 나에게 도움이 되었다.
나 자신을 돌아보는 시간이며 힐링이 되는 시간이었다.
프로그램을 통해 나의 심리를 표출할 수 있었다.
내 마음을 표현하고 다른 사람의 마음을 돌아보는 시간을 갖는 것.
프로그램을 통해 용기가 많이 생겼다
검사를 통해 상담사 선생님이 나의 상태를 집어주신 부분이 도움이 되었다.
행복한 방법을 알게 되는 것이 도움이 되었다.
마음을 열고, 마음의 상태를 표현 할 수 있는 것이 도움이 되었다.

7월에는 상반기 마지막 마음여행이 시작됩니다.
2022년 상반기 나의 마음을 잘 정리하고 싶은분!
매주 화요일 저녁 7시, 마음여행에 참여해보세요!

- 2022년 상반기, 수고한 나 안아주기
- 일 시 : 2022. 7.5.(화), 7.12(화), 7. 19(화) 19:00~21:00 (총3회)
- 장 소 : 목포시 청년일자리 통합센터 세미나실
- 진 행 : 정희경 상담사 (마음정원 심리상담센터)
- 참 석 자 : 6명
- 내 용 : 나를 이해해주고 적극적으로 지지하는 마음여행 시간
- 신청링크 : <https://naver.me/GFnFr7HL>

7/5(화) 나를 알고 이해해주기

-나의 관계적 언어 이해하기, 가족관계로 나 이해하기

7/12(화) 나 다음에 집중하기

-나를 지키고 사랑하는 심리적 거리 알기

-내가 원하는 삶 찾기

7/19(화) 나를 적극적으로 지지하기

-삶의 플러스, 마이너스 찾기

-긍정적 요인 찾기

-나답게 사는 법 알기

(총 3회 모두 참석하시는 분들에게 우선 참여의 기회를 드립니다)

실업급여수급자 또는 국민취업지원제도 참여자

전체 참여시 구직활동 2회 인정

수료증 신청문의 : 061-242-1911(목포시 청년 일자리 통합센터)

목록

COPYRIGHT © MOKPO-SI. ALL RIGHT RESERVED.

MokPo - Si ***Web Contents***

