

2019-1

ACE+
잘 가르치는 대학

또래
멘토링

상담자
프로그램

학생생활상담센터 연구원 안현진



01.
또래상담자프로그램이란?

02.
성공적인 대학생들이란?

03.
대학생활의 특성

04.
또래상담자란?

05.
또래상담이란?

06.
어떤 친구를 도와 줄 수 있을까?





또래상담프로그램이란?



- 1) 대구대학교 재학생들의 정서적 지원과 안정적인 학교적응을 위한 프로그램.
- 2) 또래상담자 교육을 받은 학생들이 자신의 경험을 바탕으로 주변에 도움이 필요한 동료와 후배들이 어려움을 극복할 수 있도록 도와줌.
- 3) 또래상담을 통해 효율적이고 활기찬 대학생활을 영위할 수 있도록 함.
- 4) 위기 개입이 필요한 학생들을 발굴하여 이후 발생할 수 있는 문제를 예방하고자 함.

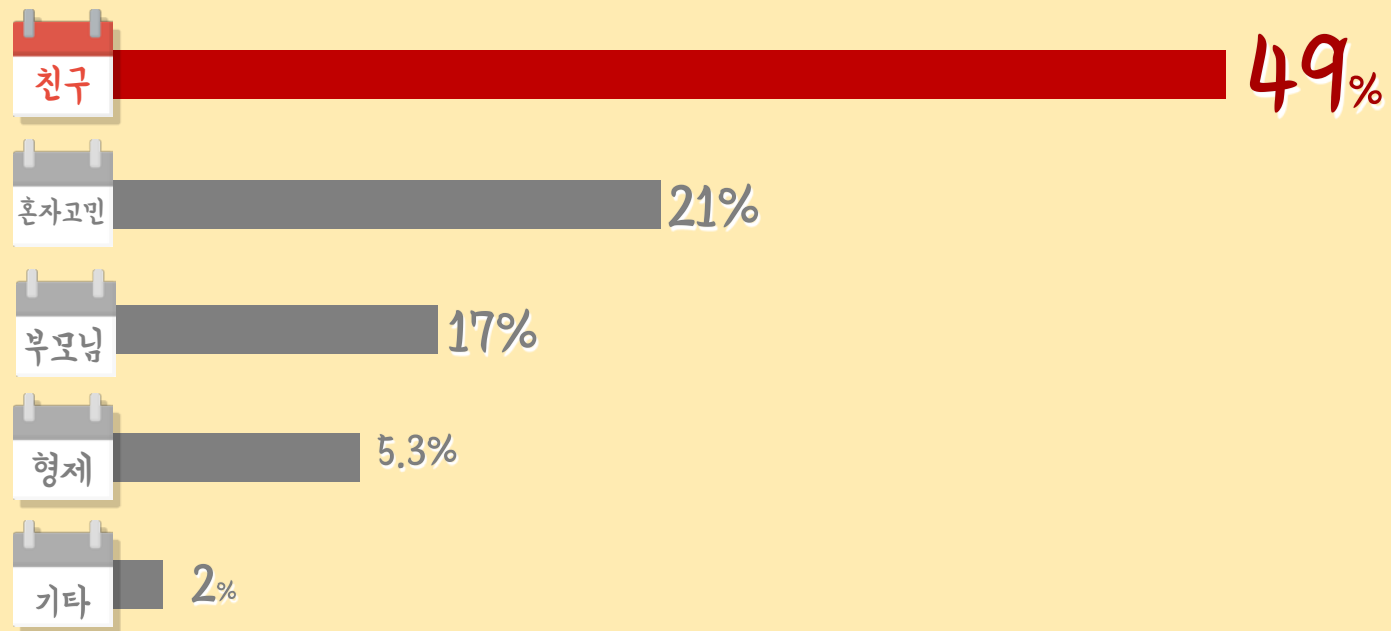




통계 현황

어려운 문제 발생시 도움 요청 하는 대상

출처 : 대구대학교 학생생활연구 25집 (2017)





2019-1

성공적인 대학생활이란?



대학생활 4대 과제의 구조





2019-1

대학생활의 특성

시간의 자유

공간의 자유

일정한 대인관계 부재

학교생활 관리자 부재





또래상담자란?

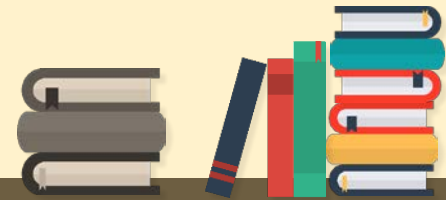
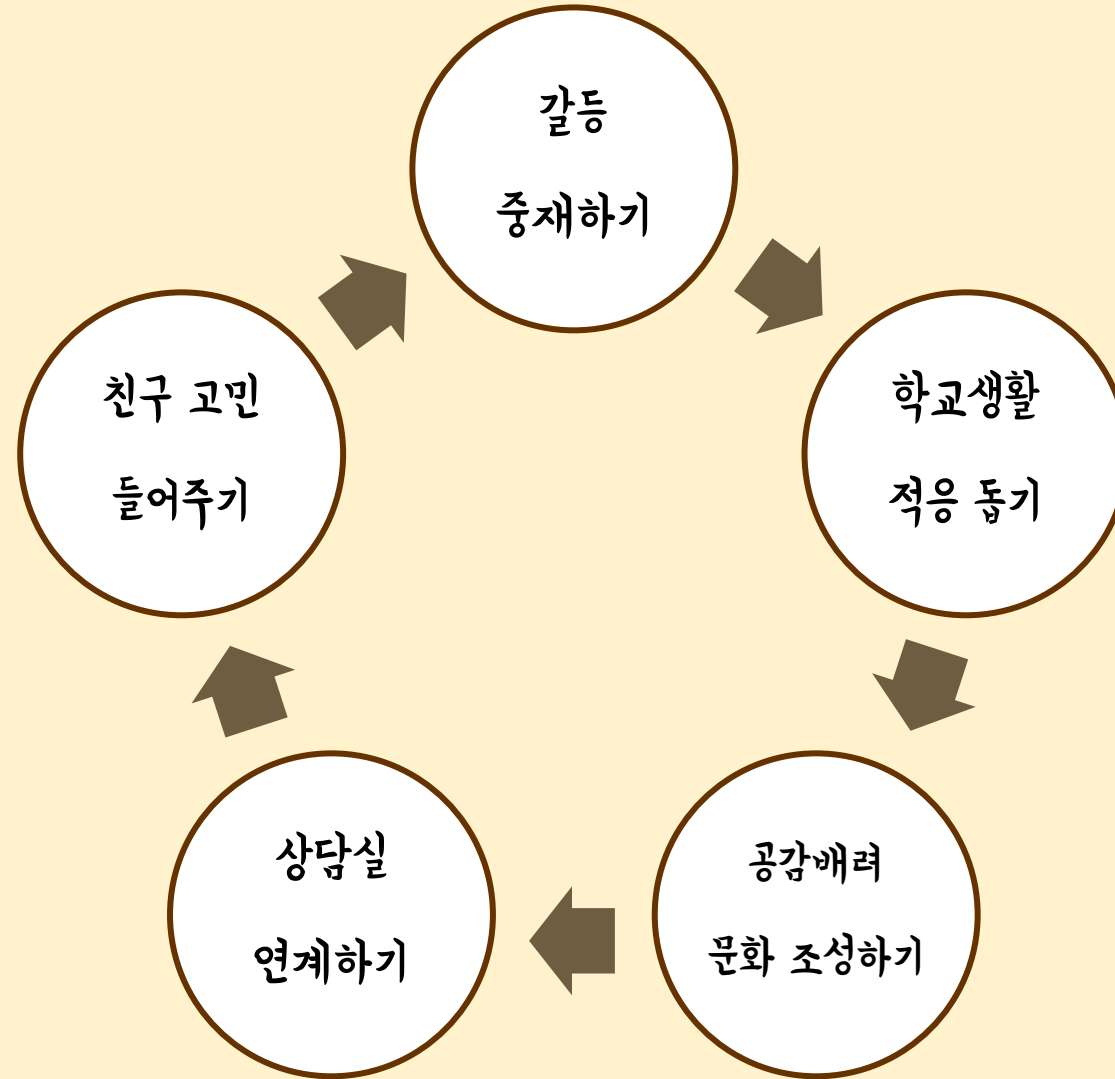
Friendship (우정)	-즐거움, 슬픔, 기쁨 등의 마음을 함께 나누는 친구 -친구를 위해서 나의 시간과 에너지를 나누어 줄 수 있는 친구 -친구를 밀어주고 기다려 줄 수 있는 친구
Counselorship (상담자)	-친구의 이야기를 귀담아 들어주는 친구 -친구의 입장에서 생각하고 상대방의 기분을 이해하는 친구 -진솔하게 마음을 나누는 친구
leadership (지도자)	-친구가 어려움을 극복할 수 있도록 도와주는 친구 -친구의 고민을 들어주고 올바른 방향을 찾도록 도와주는 친구 -친구간에 갈등이 있을 때 효과적으로 중재할 수 있는 친구

주변에 있는 친구들과 좋은 **친구관계**를 맺으며 그들의 **성장과 문제 해결**에 **지지적 도움**을 주는 상담활동





또래상담이란?





친구의 고민 들어주기!

전공이 나랑 안
맞는 것 같아.



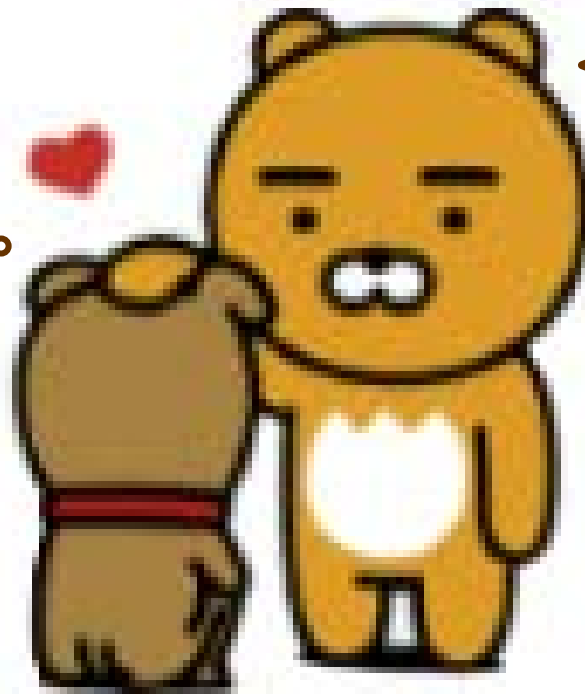
왜 울고 있어?
울지마(토닥토닥)





친구의 고민 들어주기!

고마워 라이언
니가 있어서
위로가 된다.



고민이 있다면
언제든 이야기해줄래?





어떤 친구를 도와 줄 수 있을까요?



친구에게 도움을 주었던 경험이 있나요?

학교 적응에 어려움을 경험하고 있는 친구가 있어서 학과 친구들도 소개해주고, 학과 수업 내용에 대해서도 이야기 해 주었어요.



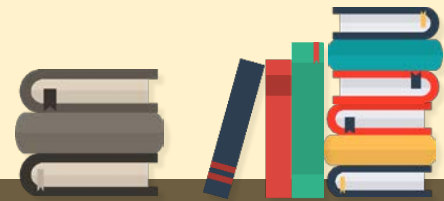
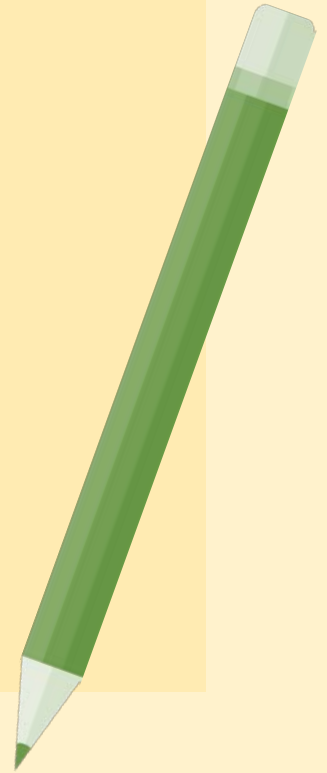
옆에 있는 멘토 동기들과 어떤 경험이 있었는지 이야기 나누어 봅시다.





어떤 친구를 도와 줄 수 있을까요?

- ✓ 혼자 수업을 듣거나, 다른 지방에서 와서 연고가 없는 친구
- ✓ 행사나 소집단 모임에서 위축되는 친구
- ✓ 자주 울거나 화를 잘 내는 친구
- ✓ 얼굴에 고민이 가득한 친구





어떤 친구를 도와 줄 수 있을까요?

나의 도움이 필요한

친구를 찾았다면 어떤 도움을

줄 수 있는지 계획을 세워 봅시다.

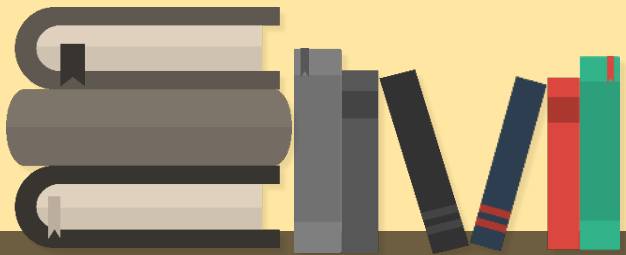
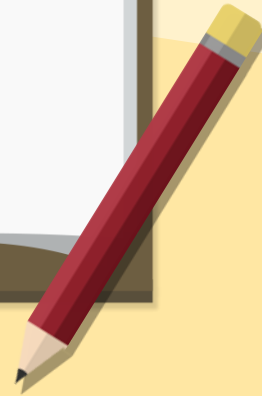




멘티를 발굴하여 또래상담 시작하기

- ✓ 자기소개하기
- ✓ 라포형성 하기(친밀감 형성)
- ✓ 대학생활적응 설문지 실시 하기
- ✓ 상담 시간과 요일 약속하기
- ✓ 편안하고 수용적인 분위기를 조성하여 친구의 마음 읽어주기





21기 또래상담자들 파이팅♥



Thank you

학생생활상담센터 연구원 안현진