

코로나19 위기대응 프로그램 계획(안)

주요 내용

- **(목적)** 코로나19의 장기화로 인한 스트레스를 해소 및 마음면역력 향상을 통한 대학생활 적응력 향상
- **(내용)**
 - 일정 : 2021.03. ~ 2022.02.
 - 세부 사업 : 고위험군 선별 검사, 온라인 자가관리 프로그램 연계, 몸 건강 돌보기 프로그램, 집단상담, 힐링특강 등
 - 대상 : 본교 학부 및 대학원생
- **(예산)** 대학회계 - 대학혁신지원사업 - 코로나19 위기대응 프로그램

I. 사업 목적

1. 코로나19의 장기화로 인해 학내 구성원들이 체감하는 심리·정서적 어려움과 스트레스가 증가하고 있어, 몸과 마음을 돌볼 수 있는 체계적 프로그램을 제공함으로써 에너지 충전 및 스트레스 해소에 조력
2. 코로나19로 인해 대면 프로그램의 원활한 운영의 어려움으로 온라인 프로그램(온라인 자가관리 프로그램 연계 및 비대면 프로그램)을 제공하여 심리 문제 해결의 접근성 제고
3. 다양한 방식의 고위험군 선별조사를 통해 조기에 고위험군을 발굴하고 적합한 방식의 심리지원서비스 연계
4. 고위험군 선별조사에서 경미한 우울이나 불안으로 분류되는 경우 온라인 자가관리 프로그램, 심리특강 등 대상 맞춤형 심리지원서비스 연계
5. 수요자 중심의 다양한 대면·비대면 프로그램을 통해 학생들이 참여자들과

상호작용 할 수 있는 기회를 제공하여 비대면 생활로 인한 결핍된 관계 욕구 충족 및 대학 생활 적응력 향상에 기여

II. 사업 개요

1. 기간 : 2021. 03. ~ 2022. 02.
2. 장소 : 비대면 화상(Zoom) 또는 기계기술연구동 4층 다목적실 및 밀양캠퍼스 학생회관 1층 집단상담실
(※ 코로나 방역 상황에 따라 대면 혹은 비대면 방식 병행)
3. 대상 : 본교 학부 및 대학원생
4. 프로그램 구성 : 정신건강실태조사, 온라인 자가관리 프로그램 연계, 몸 건강 돌보기 프로그램, 굿바이 심리위기 집단상담, 마음면역 키우기 힐링특강

II. 세부 사업 추진 계획

1. 고위험군 선별 및 선별 후 관리
 - 1) 기간 : '21. 04. 14. 부터 연중상시
 - 2) 목적 : 높은 수준의 불안, 우울, 자살사고 등의 심리적 고위험군 학생들을 선제적으로 파악하여 예방적 차원에서 대응
 - 3) 방법 : ① 정신건강 실태조사 : 2021학년도 학생상담부 이용현황 및 수요조사 內 관련 문항 탑재하여 고위험군 발굴
② 지도교수 상담제(PASS 시스템)를 활용한 심리지원서비스 연계
③ 웹 기반 선별검사를 통한 심리지원서비스 연계
 - 4) 선별 후 관리 : 고위험군 관리 체계에 따라 고위험군 학생들에게는 개인상담과 집단상담을 연계하고, 경증 학생들에게는 온라인 자가관리, 심리특강 및 신체돌봄 프로그램으로 연계함으로써 대상에 맞는 체계적 관리 실시