

GWANGJU WOMEN'S
UNIVERSITY
STUDENT COUNSELING

평생지도교수를 위한
학생 진로상담 및 지도
가이드북



광주여자대학교
학생상담센터

GWANGJU WOMEN'S UNIVERSITY
STUDENT COUNSELING

센터소개

이용대상 : 재학생 전체

이용시간 : 월~ 금, 오전 9시 ~ 오후 6시

연 락 처 : 062-950-3591

홈페이지 : <http://protection.kwu.ac.kr>

개인상담 진행절차

상담 연계 및 신청 : 학생중심교육 온라인시스템 신청

상담접수 : 초기상담(약 40분) → 심리검사 실시(약 2시간)

상담원 배정 및 개별 연락

개인상담 실시(주 1회, 50분) : 대면 및 화상상담



학생상담센터 프로그램 소개



개인상담



후회로 가득한 어제, 나만 힘든 것 같은 오늘,
달라질 것 같지 않은 내일을 견디고 계신가요?
혼자라는 생각이 들지 않게 우리가 손잡아 줄게요.

#나는누구일까 #전문가상담 #나를알아주는
단한사람 #적극적문제해결 방법

심리검사 실시 및 해석 상담



나도 잘 이해되지 않는 나의 성격, 흥미, 적성 등으로
혼란스러울 때는 심리검사를 신청해 보세요.
표준화된 검사를 통해 당신의 특성을 알려드립니다.

#나도나를몰라 #나사용법 #성격 #흥미 #적성
#진로

(심리) 집단상담 프로그램



아무도 없다고 느껴질 때가 있지 않나요? 나만 빠고
모두가 행복해 보일 때가 있지 않나요? 아무도 나를
이해하지 못하는 것만 같을 때, 사람들과 어떻게
섞여야 할지 몰라서 혼란스러울 때 서로를 밝히는
빛이 되어주세요.

#집단상담 #자기이해 #타인이해 #건강한관계 맺기

(진로) 집단상담 프로그램



단순히 직업을 찾는 게 다가 아니다! 내가 누구인지,
어떻게 살고 싶은지, 사는 동안 무엇을 이루고 싶은지,
어떻게 이룰 수 있는지, 불확실한 미래를 효과적
으로 대비하기 위한 방법 등에 대해서 알아가보는
프로그램입니다.

#내삶의길찾기 #진로여행 #나의미래는 #맑음

심리건강증진 특강 및 캠페인



마음이 멍들지 않게 보다 튼튼한 마음을 가질 수
있을까? 조금 더 건강한 나를 만드는 방법은 없을까?
아픔 속에서도 나를 지키는 법을 알려드립니다.

#나만힘들어? #나를달래는법 #자존감향상
#마음튼튼

진로특강 및 캠페인



불확실한 미래가 불안한 청년입니다.
딱히 한 것 없이 시간은 빠르게 지나고 나이는 차고,
어떻게 살아야할지 도통 앞이 보이지 않는 당신을
위한 프로그램입니다.

#답답한20대를위한 #긴급진로처방전
#내가가는길

* 학생상담센터 홈페이지를 통해 자가진단 및 비밀상담이 가능합니다.

진로 상담의 필요성 및 면담 과정



진로상담의 필요성

- 진로교육법 시행에 따른 대학에서의 진로교육 지원의 필요성 강조
- 대학생 개인별 진로고민을 심층적 분석 및 맞춤형 진로·취업상담 요구 증가
- 진로 고민으로 인한 휴학, 중도탈락자 발생 방지



진로상담의 목표

- 자신에 대한 보다 정확한 이해
- 직업세계에 대한 이해 증진
- 합리적인 의사결정 능력 증진
- 정보탐색 및 활용 능력의 함양
- 일과 직업에 대한 올바른 가치관 및 태도 형성



알아두기

- 면담은 학생들의 심층적 진로상담을 위한 일차적 접근으로써 중요한 과정입니다.
- 학생들의 문제 유형에 따라 적합한 도움을 제공할 수 있도록 적극적인 지원이 필요합니다.
- 학생들의 문제를 교수자가 모두 해결하는데는 한계가 있습니다.
- 교수자는 '격려자'로서 학생들이 합리적인 의사결정을 내릴 수 있도록 격려해주시고, '연계자'로서 필요한 교내 진로서비스를 제공 받을 수 있도록 적절한 연계를 진행해 주시기 바랍니다.

면담의 과정



면담
계획하기



면담
준비하기

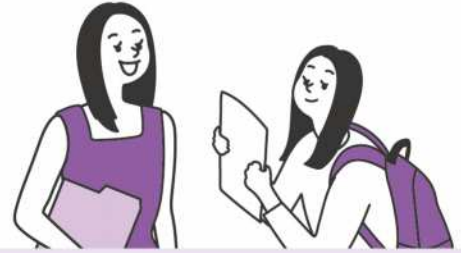


면담
진행하기



마무리하기

면담 구조화하기



- 학생과 **면담하는 시기**는 신입생, 복학생, 편입생, 학사경고자 등 학생의 상황에 따라 달라질 수 있습니다.
- 학생의 상황과 교수님의 일정을 고려하시어 **학생 면담 일정을 미리 배분**하시고, 학생들에게 안내해주시면 **필요한 시기에 놓치지 않고** 면담을 운영 할 수 있습니다.
- 면담 전에 미리 **면담의 주제, 핵심질문, 소요시간, 상담 횟수, 다음 상담 일정**을 대략적으로 정해놓는 게 좋습니다.
- 학생 면담을 구조화하시면 면담을 어떻게 이끌어갈지에 대한 **부담을 완화**시킬 수 있고 학생에게도 *구조화 내용을 안내함으로써 **편안한 관계 형성**에 도움이 될 수 있습니다.

*구조화 : 이야기의 주제와 소요시간, 횟수 등을 설정하여 면담의 초점과 틀을 정하는 것

대상	만남의 시기	
신입생	4월, 10월 횟수 : 1회	학교 적응과 대학생활 설계의 막막함이 있고, 학기 초에는 여러 일정이 많을 수 있으므로 개강 후 1달 정도가 경과한 시기(4월, 10월) 정도부터 만남을 가지는 것이 좋습니다. *신입생의 경우, 대학생활적응을 위해 소그룹(5~8명)으로 면담을 진행하시는 것도 좋습니다.
복학생	3월 초, 9월 초 횟수 : 1회 (필요시 2~3회)	일반적으로 학기 개강 전에 학업에 대한 부담을 가지고 있는 경우가 많으니, 매 학기 초에 만나는 것이 도움이 됩니다.
편입생, 전과생	3~4월, 9~10월 횟수 : 1회 (필요시 2~3회)	달라진 학교 시스템과 환경 등에 적응해야 하는 어려움이 있을 수 있고, 열등감과 소외감을 겪을 가능성이 있습니다. 매학기 초에 학생과 만나 편입 및 전과를 격려하고 관심 및 지지를 전하는 것이 좋습니다.
학사경고자	방학 중, 이후 학기 3월(9월)~ 6월(12월) 횟수 : 3~4회	학사경고를 받은 경우 방학 중에 면담을 하여 학사경고를 받게 된 원인을 파악하고 이후 학기 초, 중간고사, 기말고사 기간에 면담을 실시하여 학업을 잘 수행하고 있는지 확인하는 것이 필요합니다. 학사경고를 여러 차례 받은 학생의 경우 심리적 문제가 클 수 있습니다. 학사경고자 면담 후, 학생중심교육 온라인시스템을 통해 필히 학생상담센터 및 교수학습지원센터의 학사경고자 지원 프로그램으로 연계 해주시기 바랍니다.
장기휴학생	방학 중 횟수 : 1~2회	장기 휴학생의 경우 휴학을 한 원인이 무엇인지 파악을 하고 장학금, 심리적 개입 등 학교의 도움을 제공할 필요가 있는지 등을 확인할 필요가 있습니다. 방학 중에 장기 휴학생들과 면담을 진행하시면 이후 학기에 대한 계획을 함께 이야기해볼 수 있습니다.

면담 시간 정하기



면담시간 :

학생과의 면담에 **20~50분** 정도를 할애할 수 있다면 좋습니다.



집중할 수 있는 시간 마련 :

Office Hour를 정해서 안내하고 사전에 면담 약속을 잡아 방해 받지 않는 시간을 확보합니다.

* 지나치게 일정이 바쁘거나 교수님의 컨디션이 좋지 않으시거나 개인적인 사정이 있으실 경우에는 면담 일정을 사전에 연기하시는 것이 필요합니다.



면담을 신청하지 않은 학생에게는 교수님이 직접 학생에게 전화를 하여 면담 일정을 조율합니다.



면담 시간을 지키지 못하는 상황이 발생했을 경우, 사전에 미리 면담 일정을 조정할 것을 안내합니다.

만약 사전약속 없이 불쑥 학생이 찾아 왔다면?

- ① 친절한 태도로 학생을 환영합니다.
- ② 학생의 방문 목적을 묻고 들은 후, 학생의 고민이 긴급한 지 정도를 확인합니다.
- ③ (긴급 개입이 필요한 경우) 면담에 할애 가능한 시간을 안내한 후 면담을 시작합니다.
- ④ (긴급 개입이 필요한 경우가 아닐 경우) 학생과 협의하여 추후 면담 일정을 구체적으로 정합니다.
- ⑤ 사전에 교수님과 연락할 수 있는 방법을 구체적으로 안내하고 배웅합니다.

1 학내 규정 숙지하기



- 학생이 면담을 요청한 사항과 관련하여 학내의 규정을 미리 확인하는 것이 필요합니다.
- 학사경고자 학생의 경우 학사경고 이후 어떠한 절차가 있는지를 확인하거나, 다전공(복수전공 및 부전공, 연계 및 융합전공, 자율설계 전공 등) 관련 내규, 수강 신청 내규, 복학 및 제적 등과 관련된 내규 등을 확인하여 학생에게 적절한 정보를 제공할 수 있도록 준비할 필요가 있습니다.

학사경고 기준	매학기 성적 평점평균이 1.3미달 (2015학년도 이전 입학자) 매학기 성적 평점평균이 1.5미달 (2015학년도 이후 입학자) 평균 기준 이상일지라도, 3과목 이상이 'F'인 경우
----------------	---

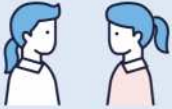
학사제적 기준	미복학 제적	휴학기간 만료 후 수업일수 1/4선 이내에 적당한 이유 없이 복학하지 아니한 자
	미등록 제적	수업료, 기타 납입금을 소정 기일 내에 납입하지 아니한 자
	- 성적이 불량하여 성업의 가망이 없다고 인정된 자 - 재학년한 내에 본교 소정 전과정을 이수하지 못한 자 - 타교에 입학한 자	

구분	학습 프로그램 참여 의무	학습프로그램 참여 시 혜택	주관부서
1회 학사경고자	선택	재학 중 1회에 한하여 최근 학기 학사경고 횟수 1회 감면	교수학습지원센터 학생상담센터
2회 이상 학사경고자	필수		

면담 시 **갖추어야 할 태도**



1. 학생을 향해 정면으로 앉기



학생을 정면으로 바라보면서 대화를 하는 것이 가장 기본적인 대화의 자세입니다. 이러한 자세는 성실한 태도로 면담에 임하겠다는 의지의 표명이며 학생의 이야기에 관심을 가지고 있다는 표시가 됩니다.

2. 학생을 솔직하게 대하기



감정과 생각에 솔직하고 개방적인 자세로 학생을 대합니다. 간혹 솔직한 것이 교수자의 권위를 실추시키는 것이 아닌가 의구심을 가질 수 있습니다. 그러나 교수자가 학생에게 솔직하지 않을 때 관계에 부정적인 영향을 줄 수 있습니다.

3. 학생을 향해 몸을 기울여 앉기



상체를 수직으로 반듯하게 세운 자세보다는 약 15도 정도 상대방을 향해 기울여서 앉는 자세가 더욱 진지한 태도로 비춰집니다. 이러한 태도는 학생으로 하여금 교수자가 적극적인 자세로 경청한다는 비언어적인 행위로 이해될 수 있습니다.

4. 학생과 눈 마주치기



학생의 얼굴 표정과 면담태도에는 감정을 포함한 비언어적 메시지가 담겨져 있습니다. 교수자는 따뜻한 시선으로 학생과 눈을 맞추는 것이 가장 좋은 태도가 될 수 있습니다.

5. 편안한 몸짓으로 편안한 분위기 만들기



교수자는 의식적으로 긴장을 풀어야 합니다. 교수자가 긴장을 하게 되면 학생이 경직된 분위기를 알아차리게 되고 교수-학생 간 신뢰감을 구축하기 어렵게 됩니다. 기존 업무에서 벗어나 면담에 집중하기 위해 5분 내외로 가벼운 호흡명상을 하면 도움이 됩니다.

면담 시 **주의해야** 할 태도



1. 평가적인 태도

평가적으로 경청을 하면 쉽게 충고를 하게 됩니다. 그러면 학생은 의기소침해지고, 자신의 문제를 더 이상 털어놓기 어렵게 됩니다. 판단은 잠시 접어두고 '그럴만한 이유가 있겠지'라는 태도로 경청합니다.



2. 이른 조언/설교

학생의 문제를 충분히 파악하지 못한 상태에서의 이른 조언은 관계를 저해 하고, 대화를 가로막게 됩니다. 면담은 교수가 학생의 문제를 직접 해결해 주는 것이 아니라 학생과 더불어 문제를 생각하고 해결책을 찾을 수 있도록 안내하는 과정입니다. 교수-학생 간 신뢰로운 관계형성이 문제해결 보다 우선입니다.



3. 설부른 위로

빠른 위로는 학생 스스로 자신이 어떤 감정을 느끼고, 어떤 생각을 갖고 있는지 모른 채 지나가 자신에 대해 좀 더 고민할 여지가 없게 됩니다. 무언가를 해줘야 한다는 부담을 덜고 학생이 경험했을 만한 감정을 반영해 주시면 좋습니다. 다양한 감정을 표현하는 허용사를 많이 알고 있을수록 좋습니다.



4. 이해한 척 하기

학생이 부정적인 정서에 매몰되어 있는 경우, 학생의 말을 이해하기 어려울 수 있습니다. 이때 이해하지 못했다는 것을 인정하고 다시 이야기해줄 것을 요청하는 것이 도움이 됩니다.



5. 앞선 질문

학생의 말을 가로막거나 학생의 발언 중 질문을 하는 등 새로운 문제를 제기하지 않는 것이 필요합니다. 학생이 말하고픈 문장을 끝까지 다할 수 있도록 기다려주세요.

비밀보장의 중요성 숙지하기



- **비밀보장**은 찾아온 학생들에게 매우 민감한 내용입니다.
비밀보장에 대해 불안해하는 학생들을 위해 면담 시작 전에 안내해주는 것이 필요합니다.
- 면담 시 작성한 메모, 자료는 보관에 주의해야 하며, 학생의 동의없이 면담 내용이 외부에 노출되지 않도록 해야 합니다.
- **학생 자신 혹은 타인을 해칠 위험성이** 있는 경우 비밀보장이 제한되며, 가족 혹은 주변 사람들에게 도움 방법을 찾기 위해 알릴 수 있다는 점을 알려주어야 합니다.
- 위기 학생 발생 시 반드시 학생상담센터 및 관련 기관을 통해 도움을 받을 수 있도록 조치가 필요합니다.

“ 우리가 면담에서 나는 이야기는 그 누구와도 공유하지 않을 것을 약속해요.
다만 OO학생이 자신 혹은 타인에게 심각한 위해를 가할 수 있다고 판단되는 경우,
OO학생을 보호할 방법을 찾기 위해서 가족 혹은 관련 기관에 면담 내용을
알릴 수 있어요. 이러한 경우를 제외하고는 면담 내용을 공유해야 할 경우에는
반드시 사전에 OO학생의 동의를 얻을 것을 약속합니다. ”

긴급 전화 상담 센터



자살예방센터 : 1577-0199

청소년사이버상담센터 : 1388

사랑의 전화 : 1566-2525

한국생명의 전화 : 1588-9191

보건복지콜센터 : 129

학생상담센터 : 062-950-3591, 3614

면담 학생의 기본 정보 파악하기

- 효과적인 면담을 위해 면담 학생의 기본 정보 파악이 필요합니다.
 - * 인트라넷, 학생중심교육 온라인시스템 활용
ex) 학년, 학기, 진로상황, 지원 요구사항, 학사경고 횟수 등
- 학생들은 본인을 담당하고 있는 교수님이 자신에 대해 관심을 갖고 있다는 사실만으로도 교수님에 대한 신뢰감이 형성되며, 이는 면담 진행시 구체적인 진로 확신을 얻을 수 있습니다.
- 면담 전 학생들의 진로에 대한 생각, 고민, 지원 요구사항 등에 대해 사전 요구조사를 진행해 면담 시 활용하시기 바랍니다.



면담 전 사전 요구조사

- 1 어떤 진로 고민을 하고 있나요?
- 2 어떤 도움을 받고 싶은가요?
- 3 현재 진로를 위해 교내 진로 서비스를 이용하고 있나요?
- 4 현재 진로문제 해결을 위해 누구의 도움을 받고 있나요?
- 5 현재 진로문제 해결을 위해 어떤 도움을 받고 있나요?

면담 장소 정리하기



- 학생이 오기 전 미리 자리를 정돈해둡니다.
* 면담 관련 외의 서류, 물건을 정리해 면담에 방해 되지 않도록 합니다.
- 면담시간에는 온전히 학생에게 집중 할 필요가 있습니다.
- 부득이한 경우를 제외하고, 면담 중 방해되지 않도록 핸드폰 전원을 끄거나 무음으로 변경합니다.
- 면담 중 면담 학생 외 타인이 방문하지 않도록 문 앞에 면담 중임을 표기하도록 합니다.
- 원활히 면담이 진행되도록 면담 학생의 인적사항, 수강목록, 학점, 진로특성 등 면담을 위한 자료를 정리해둡니다.
- 면담 전에 연구실 문을 조금 열어두어 교수자가 면담 학생을 기다리고 있음을 알립니다.
- 자리 배치의 경우, 면담 학생 외 타인의 갑작스러운 방문을 대비해 학생이 문 밖에서 보이지 않는 위치에 앉도록 안내합니다.

면담 전 체크리스트

- 학생 면담 시간은 확인하였는가?

- 면담 장소는 정돈되었는가?

- 학생 지도를 위한 마음의 여유가 준비되었는가?

- 면담 학생에 대한 정보를 갖고 있는가?

- 기초적인 진로지도를 위한 안내 자료를 가지고 있는가?



비언어적 정보 탐색하기



- 비언어적 행동은 언어적 표현과 같이 중요한 의사소통 수단입니다.
 - 비언어적 행동은 언어적 표현으로 나타나지 않은 많은 정보들을 내포하고 있습니다.
 - 비언어적 행동 관찰을 통해 면담학생의 현재 상태, 감정 등을 파악 할 수 있습니다.
- * 면담 학생의 비언어적 행동을 관찰하되, '예의주시하고 있다.' 라는 느낌이 들지 않도록 주의할 필요가 있습니다.
비언어적 행동을 관찰하는 것이 중점이 되지 않도록 합니다.



언어적 정보 탐색하기



언어적 정보 탐색

1. 일반적 정보



학생이 가지고 있는 진로문제나 목표를 이해하기 위해 필요한 정보를 탐색합니다.

예) 성적, 지능, 적성, 흥미, 정서상태 등

※ 학생이 자신에 대한 정보가 부족한 경우, 학생상담센터의 아래 프로그램을 추천해 주세요.

- 1) 진로검사 및 해석상담 : 진로적성검사, 진로사고검사, 성격유형검사, 지능검사 등
- 2) 진로탐색 집단상담 프로그램 : 10명 내외의 학생들이 모여서 상담전문가의 지도 아래 자신의 특성을 탐색하고 직업적 자기개념을 명료화하는 기회를 갖습니다.

2. 진로계획과 관련된 정보



학생의 유형을 분류하기 위해 필요한 정보를 탐색합니다.

예) 문제해결능력, 직업세계에 대한 지식, 가족갈등, 성격특성 등

※ 학생의 진로계획이 구체적이지 않은 경우, 학생상담센터의 아래 프로그램을 추천해 주세요.

- 1) 커리어로드맵 : 심리검사 4종 + 1:1 해석상담 및 진로코칭 + 진로역량 종합진단
- 2) 진로설계 집단상담 프로그램 : 10명 내외의 학생들이 모여서 상담전문가의 지도 아래 합리적인 진로목표를 설정하고 구체적이고 효과적인 진로준비행동을 탐색합니다.

3. 진로발달에 관한 정보



학생의 진로경험이나 의식, 진로탐색이나 실천을 하는데 필요한 능력이나 준비도 등을 탐색합니다.

예) 가장 좋았던/싫었던 일, 여가시간 보내는 방법, 교우관계, 생활양식 등

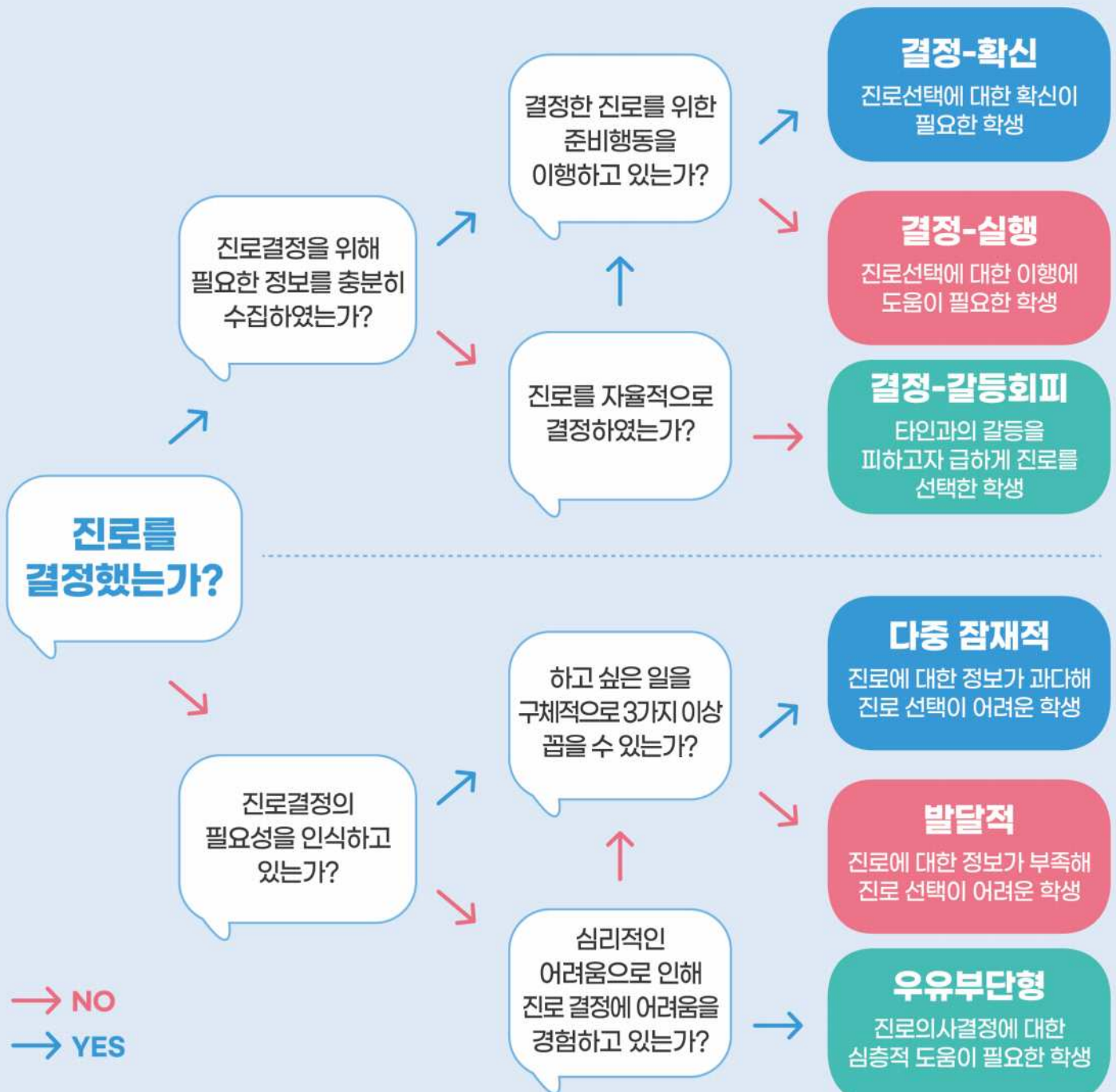
※ 학생이 자신의 진로문제를 해결할 수 있는 준비도가 부족한 경우, 학생상담센터의 아래 프로그램을 추천해 주세요.

- 1) 진로 심층상담 : 상담전문가와 1:1 개인상담을 통해 스스로 미처 깨닫지 못했거나 혼자서 해결하기 어려운 진로문제를 해결하는 데 전문적인 도움을 받을 수 있습니다.

진로 문제 유형 구분하기



- 학생들은 같은 전공, 학년이라고 하더라도 매우 다른 진로성숙도를 가지고 있고 또한 문제 유형도 다릅니다.
- 면담은 짧은 시간이기 때문에 심층적 개입에 한계가 있습니다.
학생에 대한 정보 탐색을 통해 문제의 유형을 판단하고 필요한 도움, 연계를 진행해주세요.



유형별 개입 전략

진로결정자 (The decided)



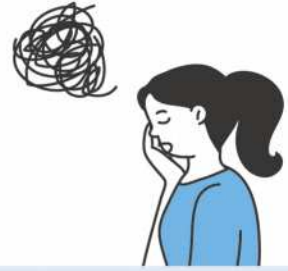
진로 유형	개입전략	추천 프로그램
결정-확신 어떤 선택을 명확히 말할 수 있지만 그것을 다른 사람들의 선택과 대조함으로써 자신의 선택에 대한 적합성을 확인하거나 명확히 하기를 원하는 학생	<ul style="list-style-type: none"> • 진로 결정 재확인 및 구체적인 직업탐색 지원 • 결정된 진로를 준비하도록 지지 	학생상담센터 <ul style="list-style-type: none"> • 진로설계 집단상담 프로그램 취창업지원센터 <ul style="list-style-type: none"> • 포토드림 • 실전모의시험 • 마이커리어마스터클래스 • 창업특화동아리 • 실전면접스피치 • 실전 창업스쿨
결정-실행 어떤 선택을 명확히 말할 수 있지만 자신의 선택을 이행(Implementation)하는데 도움을 필요로 하는 학생	<ul style="list-style-type: none"> • 결정된 진로를 준비하도록 지지 • 결정된 진로에 대한 구체적인 실천방안 모색 • 결정된 진로를 실천하는 과정에서 부딪히는 문제 해결 도모 	학생상담센터 <ul style="list-style-type: none"> • 진로설계 집단상담 프로그램 취창업지원센터 <ul style="list-style-type: none"> • 포토드림 • 실전모의시험 • 마이커리어마스터클래스 • 창업특화동아리 • 실전면접스피치 • 실전 창업스쿨
결정-갈등회피 중요한 타인과의 갈등을 피하고자 전략상 우유부단한 결정을 내린 학생	<ul style="list-style-type: none"> • 진로를 결정하게 된 과정 확인 • 합리적인 과정으로 내린 결정인지 확인 	학생상담센터 <ul style="list-style-type: none"> • 진로설계 집단상담 프로그램 • 진로심층상담 • 커리어로드맵

학생의 진로결정이 합리적인지 판단이 필요합니다. 진로를 결정했으나 자신의 결정에 확신을 하지 못하거나 만족을 하지 못했다면 지도가 필요할 수 있습니다. 다음의 단계들을 통해 학생들이 합리적 진로 의사결정을 내릴 수 있도록 지원이 필요합니다.

- 1 진로 결정 과정 탐색
- 2 충분한 진로 정보 탐색 여부 확인
- 3 본인의 진로가치에 부합하는 자율적인 결정인지 확인
- 4 결정한 진로에 진입할 수 있도록 구체적 진로준비행동을 촉구
- 5 학생의 잠재 가능성 확인

유형별 개입 전략

진로미결정자 (The Undecided)



진로 유형	개입전략	추천 프로그램
발달적 <ul style="list-style-type: none"> • 선택이 필요하지만 선택을 할 수 없는 학생 • 자기정보와 직업정보, 진로 의사결정 지식이 부족한 학생 	<ul style="list-style-type: none"> • 진로 탐색 지원 • 구체적인 직업정보 제공 • 현실검증 조력 • 진로의사결정 연습 기회 제공 	학생상담센터 <ul style="list-style-type: none"> • 진로탐색 집단상담 프로그램 • 커리어로드맵 • 진로특강 취창업지원센터 <ul style="list-style-type: none"> • 직무특강 • 창업특강
다중잠재적 <ul style="list-style-type: none"> • 재능과 흥미, 기회를 지나치게 많이 가지고 있으면서 진로 미결정자의 특징을 가진 학생 	<ul style="list-style-type: none"> • 진로 탐색 지원 • 구체적인 자기 탐색 지원 • 진로의사결정 과정에 영향을 미치고 있는 요소 탐색 (정보, 심리 등) • 진로의사결정 연습 기회 제공 	학생상담센터 <ul style="list-style-type: none"> • 진로심층상담 • 진로탐색 집단상담 프로그램 • 진로설계 집단상담 프로그램 • 커리어로드맵 대학일자리센터 <ul style="list-style-type: none"> • 취업설계 및 컨설팅

학생이 원하는 이상적인 진로와 현실적으로 접근할 수 있는 진로 사이에서 갈등하고 있을 가능성이 있습니다. 학생이 진로를 결정하지 못하는 원인을 찾는 것이 필요합니다. 정보 부족한 경우, 정보 탐색의 기회 제공이 필요합니다. 정보 과잉인 경우, 정보들을 통합해 결정의 범위를 좁힐 수 있도록 지원이 필요합니다. 또한, 학생에게 중요한 타인으로부터 성취에 대한 높은 수준의 압력을 경험하고 있는 경우, 학생이 원하는 진로와 학생에게 중요한 타인이 원하는 진로 사이에서 갈등하고 있을 가능성이 있습니다. 다음의 단계들을 통해 학생들이 합리적 진로 의사결정을 내릴 수 있도록 지원이 필요합니다.

- 1 진로에 대한 탐색
- 2 구체적인 직업정보의 활용
- 3 현재 자신의 능력에 대한 구체적인 파악
- 4 자기탐색
- 5 직업정보의 제공
- 6 의사결정의 연습

유형별 개입 전략

우유부단형 (The Indecisive)

진로 유형	개입전략	추천 프로그램
우유부단형 <ul style="list-style-type: none"> • 선택에 필요한 지식의 차이 때문에 직업선택에 대한 실행을 하지 못하는 학생 • 문제해결에 역기능적인 수준의 불안을 수반하는 잘못 적용된 방법을 가지고 있는 사람들 	<ul style="list-style-type: none"> • 장기적 심리적 지원 제공 • 진로계획 수립 조력 	학생상담센터 <ul style="list-style-type: none"> • 진로 심층상담 • 위기 및 심층상담



진로문제해결에 대한 불안을 낮추고, 부정적인 자기독백을 수정하는 등 정신건강 문제에 보다 주목할 필요가 있습니다. 되도록 빨리 전문적인 상담서비스로 연계하는 것이 좋습니다.

- | | |
|--------------------|---------------------------|
| ① 불안이나 우울 감소 | ⑥ 자아정체감 형성 |
| ② 불확실성에 대한 예기불안 감소 | ⑦ 타인의 평가에 대한 지나친 민감성 극복 |
| ③ 동기의 개발 | ⑧ 자존감 회복 |
| ④ 기본적 생활습관의 변화 | ⑨ 열등감 수준의 저하 |
| ⑤ 긍정적 자아개념 확립 | ⑩ 가족의 기대와 내담자 능력 간의 차이 인정 |

마무리 하기



- 면담 시간이 5~10분 정도 남았을 때 오늘 면담한 내용을 요약, 정리해 면담을 마무리합니다.
- 면담 시간이 더 필요할 경우, 이후 면담 일정을 잡습니다.
- 학생중심교육 온라인시스템을 통해 학교 내·외 진로지도를 전문적이고 체계적으로 도와줄 수 있는 기관으로 연계합니다.
ex) 학생상담센터, 취창업지원센터, 대학일자리센터 등 학생중심교육 온라인시스템을 통해 연계합니다.
(학생관리 → 학생역량관리 → 지도학생역량관리)
- 학생 면담의 결과에 대하여 간단한 자기 평가를 하고 앞으로 진로지도를 위한 자료로 활용합니다.
(특이사항, 애로사항, 앞으로 필요한 정보 등)

“

우리가 오늘 면담에서는 OO과 관련하여
OO 어려움을 겪고 있고, OO 도움을 받고 싶은지에 대해 이야기 해보았어요.
앞으로 OO과 관련하여 교내의 OO센터의 구체적이고,
전문적인 도움을 받는 것이 좋을 것 같아요. OO학생이 원한다면,
도움을 받을 수 있도록 OO센터에 연계하도록 할게요.

”

교내 진로 관련 부서

관련 부서	지원 업무	문의
학생상담센터	진로 및 정서적 지원	950-3591, 3614
취창업지원센터	취업 및 창업 지원	950-3811, 3818
대학일자리센터	진로 및 취업 지원	950-3811, 3771

1

유형별 사례 예시

진로결정자 (The decided)

① “제 선택이 맞는지 확신이 필요해요.”



학생 | 진로를 결정하긴 했는데, 혹시 더 나은 결정을 놓치고 있는 건 아닌지 확인하고 싶어요.

교수 | (명료화) 진로를 결정했고, 그 결정이 올바른 결정인지 확인하고 싶은 거군요.



학생 | 네, 맞아요.
이 분야의 전문가인 교수님께 확인 받고 싶어요.

교수 | (탐색적 질문) 좋아요. 무엇이 궁금한가요?



학생 | 제가 선택한 진로가
장래 유망한 직종일지 궁금해요.

교수 | (정보제공) 교수님께서 알고 계신 정보를 알려주시거나 한국고용정보원(www.keis.or.kr)에서 선정하는 미래유망직종을 검색해보도록 안내해주세요.

2

유형별 사례 예시

진로미결정자 (The Undecided)

② “무엇을 선택하면 좋을지 모르겠어요.”



학생 | 친구들은 모두 진로를 선택한 것 같은데,
저는 무엇을 선택하면 좋을지 모르겠어요.

교수 | **(명료화)** 진로를 선택하고 싶지만
어떻게 선택해야 하는지 몰라서 고민이 되는 것 같네요.



학생 | 네, 맞아요. 저에게 맞는 직업이 무엇인지 감이 잡히지 않아요.

교수 | **(탐색적 질문)** 그동안 고려해 본 직업이 있나요?
/ 직업 선택 시 가장 중요하게 여기는 것은 무엇인가요?



학생 | 잘 모르겠어요. 생각해 본 적이 별로 없어요.
마음만 조금할 뿐 저나 직업에 대해 아는 것이 별로 없어요.

교수 | **(격려)** 잘 찾아왔어요. 자신의 진로문제를 인식하고
이렇게 도움을 요청할 수 있다는 것은 OOO 학생이
문제해결능력을 갖추고 있다는 것을 의미해요.
(정보제공 및 대안제시) 교수님께서 알고 계신 정보를
알려주시거나 다음의 비교과 프로그램을 안내해주세요.

① **자신의 직업적 특성 탐색** : 학생상담센터의 직업심리검사(흥미, 적성, 가치, 성격 등)

② **관심있는 직업 탐색** : 「워크넷(www.work.go.k)」의 직업정보찾기,
「NCS직무능력표(ncs.go.kr)」의 NCS 및 학습모듈 검색

3

유형별 사례 예시

우유부단형 (The Indecisive)

③ “저만 뒤쳐진 것 같아서 불안해요.”



학생 | 저만 뒤쳐지고 있는 것 같아서 불안해요.
매일 무언가에 쫓기는 기분이라 아무것도 못하겠어요.

교수 | (감정반영) 불안하고 초조해서 아무것도 못하고 있군요.



학생 | 저는 무엇을 해도 제대로 해내지 못할 것 같아요.

교수 | (공감) 무엇하나 제대로 해내지 못할 것 같다는 말에서 그간의 마음고생이 느껴지네요.



학생 | 월하기에는 너무 늦어버린 것 같으면서도 이렇게 아무것도 못하고 있는 제가 너무 한심해요.
교수님, 저는 어쩌면 좋을까요?

교수 | (대안제시) OO학생과 정확하게 일치하는 고민을 들어본 적은 없지만 OO학생이 겪고있는 어려움은 다른 학생들과 많은 공통점이 있어요. 너무 불안할 때는 자신을 위한 선택을 하기가 힘드니 먼저 불안부터 다루는 게 좋을 것 같아요. 학생상담센터의 상담선생님에게 개인상담을 받아볼 것을 권합니다.

도움 받을 수 있는 기관



진로 관련 공공 인터넷 사이트

사이트	운영기관	주관부처	내용	
커리어넷	www.career.go.kr	한국직업능력개발원	교육부	진로심리검사, 사이버진로상담 등 진로지도 전반에 관련한 지원
워크넷	www.work.go.kr	한국고용정보원	고용노동부	취업정보(구인구직정보) 취업상담 등
HRD-NET	www.hrd.go.kr	한국고용정보원	고용노동부	직업훈련 프로그램 및 기관 정보
큐넷(Q-net)	www.qnet.go.kr	한국산업인력공단	고용노동부	자격정보, 자격응시
K-Start up	www.k-startup.go.kr	창업진흥원	중소벤처기업부	창업 관련 정부지원사업, 창업 멘토링, 창업 온라인 강좌
한국장학재단	www.kosaf.go.kr	한국장학재단	교육부	장학금 관련 정보 및 대학생 지식 멘토링
국가직무 능력표준(NCS)	www.ncs.go.kr	한국산업인력공단	고용노동부	NCS 관련 정보

교내 진로 관련 부서

관련 부서	지원 업무	문의	
학생상담센터	http://protection.kwu.ac.kr	진로 및 정서적 지원	950-3591, 3614
취창업지원센터	https://njob.kwu.ac.kr	취업 및 창업 지원	950-3811, 3818
대학일자리센터		진로 및 취업 지원	950-3811, 3771

도움 받을 수 있는 기관

기관명	연락처	기관명	연락처
광주광역정신건강복지센터	062) 600-1930	광주광역시청소년상담복지센터	062) 1388
광주동구정신건강복지센터	062) 233-0468	광주동구청소년상담복지센터	062) 229-3308
광주서구정신건강복지센터	062) 350-4195	광주서구청소년상담복지센터	062) 375-1388
광주남구정신건강복지센터	062) 676-8236	광주남구청소년상담복지센터	062) 675-1388
광주북구정신건강복지센터	062) 267-5510	광주북구청소년상담복지센터	062) 268-1388
광주광산구정신건강복지센터	062) 941-5867	광주광산구청소년상담복지센터	062) 943-1388

전화상담센터

- 위기상황 시 24시간 상담이 가능합니다.
- 자살 위기상황에서의 대처방법에 대해 문의하고 도움을 받을 수 있습니다.
- 인근의 도움을 받을 수 있는 연계기관을 문의할 수 있습니다.



자살예방센터 : 1577-0199

사랑의 전화 : 1566-2525

보건복지콜센터 : 129

청소년사이버상담센터 : 1388

한국생명의 전화 : 1588-9191

광주여자대학교 학생상담센터

- **학생상담센터**는 광주여자대학교 재학생들이 적극적으로 즐거운 대학생활을 영위하고 개개인의 능력을 개발 하여 품격있는 여성인재로서 행복한 삶을 누릴 수 있도록 전문적인 도움을 주는 서비스기관입니다.
- **학생상담센터**에서는 대학생활 적응, 성격, 진로 및 학업, 대인관계, 정신건강에 관한 개인상담 및 집단상담, 심리검사, 특강 및 워크샵 등을 운영하고 있습니다.

*상담내용이나 심리검사 결과는 비밀이 보장 됩니다.

찾아오시는 길



☞ 산학협력관 1층 8106호

홈페이지 <https://protection.kwu.ac.kr>

이 메 일 counsel@kwu.ac.kr

문의전화 062) 950-3591, 3614





광주여자대학교
학생상담센터

