



## FOR\_REST 인지치료 집단상담

과천시육아종합지원센터에서는 관내 어린이집 보육교직원을 대상으로 코로나19 상황의 장기화에 따른 일상의 변화로 심리적 어려움이 가중되고 있어 집단상담을 통해 자신의 스트레스를 유목화하여 자신의 강점을 기반으로 한 스트레스 대처능력을 알아보고 보육현장에서 적용해 볼 기회를 마련하고자 [FOR\_REST 인지치료 집단상담]을 실시하오니 많은 관심과 참여 바랍니다.

- 대 상 : 관내 어린이집보육교직원 중 원장 (6~8명)
- 상담 방식 : 구조화 집단상담(2회기)
- 강 사 : 이훈민 상담사 (나나토리 상담소장)
- 일 시 : 1회 2022년 4월 29일 (금)/ 2회 2022년 5월 13일 (금)
- 장 소 : 가족여성플라자 4층 누리마루 (과천시육아종합지원센터 4층)
- 인지치료 집단상담 (120분 × 2회)

구분	시간	세부내용
1회	4월 29일 (금) 16:30 ~18:30	집단상담OT 및 라포형성 스트레스척도 검사로 나의 위치 찾기
2회	5월 13일 (금) 16:30 ~18:30	나의 스트레스 요인 유목화하기 스트레스 해소 및 강점으로 대처해 보기

※ 6·7월에는 보육교사를 대상으로 모집 예정

- 집단 상담 신청 방법
  - 3월 21일(월) 13:00 ~ 4월 8일(금) 17:00까지 (선착순 모집)
  - 과천시육아종합지원센터 홈페이지 신청 (회원가입 후 신청)  
[과천시육아종합지원센터 홈페이지]-[어린이집지원]-[보육교직원교육]-[신청하기]
- 이수증
  - 사전에 안내 문자 첨부된 google만족도 작성 (해당 교육 후 1일 이내)
  - 해당일로부터 일주일 후 발급 가능
- 유의사항
  - 집단상담 2회 모두 참여를 원칙으로 합니다.
  - 어린이집 평가 지표 4-3-2 (교사의 직무 스트레스 예방 관리)
- 문의 : 070-7599-1631 발달지원상담원 이은혜