

피할 수 없다면, 관리하자!

스트레스 관리 집단상담

잦은 짜증

풀리지 않는
피로감

걱정, 불안

소화불량

집중력,
기억력 감소



대상: 자신의 스트레스를 이해하고 관리하고 싶은 서강인

일정: 2024년 3월 26일~ 5월 21일 (총8회, 시험기간 제외)

매주 화요일 오후 4:30~6:30

장소: 서강대학교 학생생활상담연구소 세미나실

신청: 우측 QR코드 혹은 상담소 내방 신청

최대 8명 (선착순 마감), 참가비 10,000원

문의: 02-705-8211, sgcounsel@sogang.ac.kr

