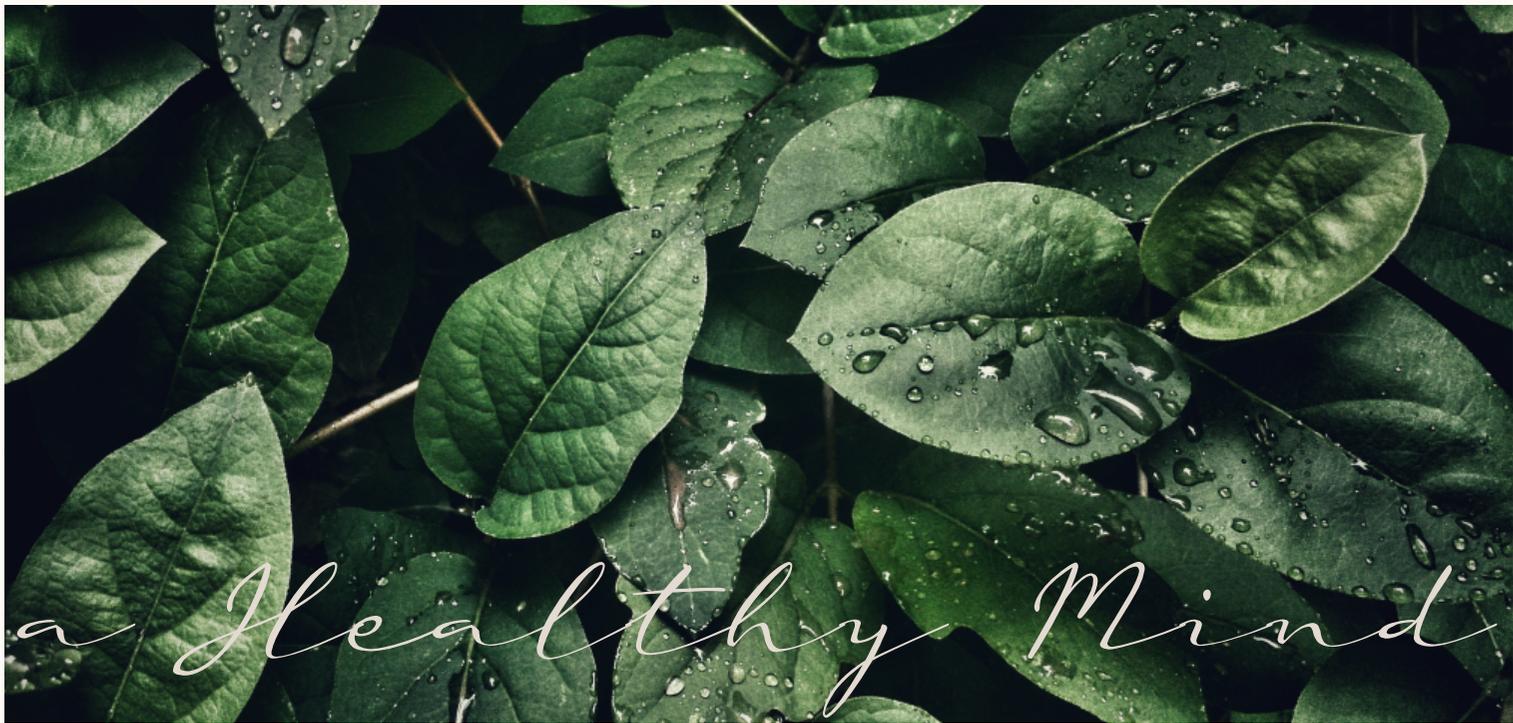




종로구 정신건강복지센터와 함께하는

상명행복생활관 입주생 '정신 건강 돌보기'



a Healthy Mind

상명행복생활관 입주생 여러분, 마음의 건강은 잘 돌보고 계신가요?

갑작스러운 생활 변화, 학업 스트레스, 대인관계 문제 등은
누구에게나 마음의 부담으로 다가올 수 있습니다.
이럴 때 전문가의 도움을 받는 것은 자연스럽게 효과적인 방법입니다.

상명행복생활관은 종로구 정신건강복지센터와 협력하여,
입주생 여러분이 기숙사 내에서도 손쉽게 전문 상담과 정신건강
서비스를 이용하실 수 있도록 다양한 방법을 안내해 드리고
있습니다.

필요할 때, 혼자 고민하지 마시고 안내된 경로를 통해 도움을 받아보세요.
전문가의 도움은 여러분의 일상에 큰 힘이 될 수 있습니다.

제공 서비스

1. 정신건강 자가진단

- 우울증, 스트레스, 알코올 문제, 조기정신증 등에 대한 자가검사
 - 간단한 문항으로 현재 마음 상태를 확인
- ※검진 결과 고위험군 해당 시 상담 연계

2. 비밀 상담방 운영

- 익명성이 보장되는 공간에서 전문 상담 가능
- 개인정보는 철저히 보호

3. 방문 상담 서비스

- 센터 전문가가 학교나 기숙사로 직접 방문해 상담 진행
- 상담이 필요하지만 외부 방문이 어려운 학생에게 유용

4. 의료 및 중독 관련 지원

- 필요 시 병원 연계 및 치료 지원
- 알코올, 약물 등 중독 문제에 대한 전문적 개입 가능

'정신 건강 돌보기' 참여 방법 안내

신청 경로

1) 종로구 정신건강복지센터 직접 접수 시

- 홈페이지(www.jongnomind.org) 혹은 전화(02-745-0199) 접수

2) 상명행복생활관 행정실 접수 시

- 이메일(happy@smu.ac.kr) 혹은 전화(02-3217-9273) 혹은 방문 접수

※행정실 접수 시, 보안을 철저히 하여 종로구 정신건강복지센터 상담 담당자와 연계해드립니다.

- 상담 방식: 1:1 전문 상담 / 전화 또는 대면 상담 선택 가능
- 상담비: 무료
- 보안: 개인정보는 철저히 보호됩니다

종로구 정신건강복지센터 정보

주소: 서울시 종로구 성균관로 15길 10

운영시간: 평일 09:00 ~ 18:00

문의 전화: 02-745-0199

야간 및 공휴일: 1577-0199

자살 예방: 109

홈페이지: www.jongnomind.org

상담비: 무료

보안: 모든 상담은 비밀 보장됩니다.

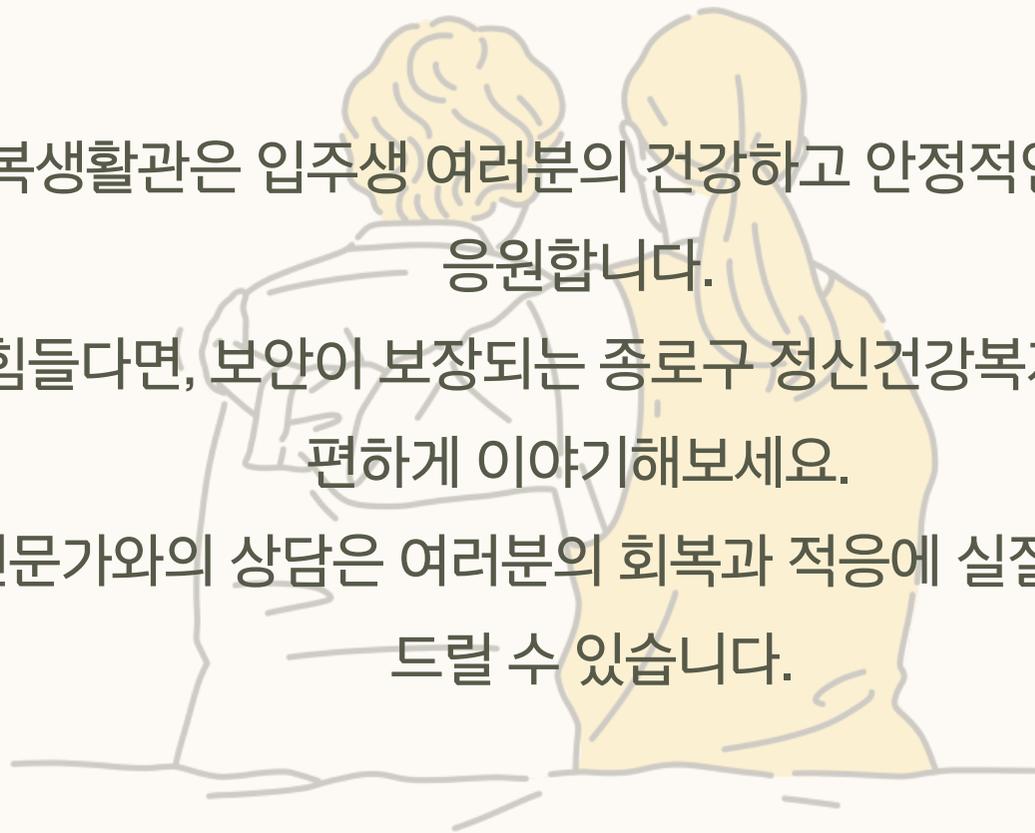


마음이 힘들다면, 혼자 고민하지 마세요.

상명행복생활관은 입주생 여러분의 건강하고 안정적인 대학생활을
지원합니다.

마음이 힘들다면, 보안이 보장되는 종로구 정신건강복지센터를 통해
편하게 이야기해보세요.

센터 전문가와의 상담은 여러분의 회복과 적응에 실질적인 도움을
드릴 수 있습니다.



상명행복생활관 | 02-3217-9273

종로구 정신건강복지센터 | 02-745-0199