

사회불안 청소년을 위한 수용-전념 집단치료의 효과 연구 참가자 모집

우리는 태어날 때부터 사람들과 함께 살아갑니다.
사람들과 함께 있으면 행복하고 즐겁기도 하지만,
때때로 두렵거나 불안하기도 합니다.

낯선 친구에게 말을 걸 때, 식당에서 밥을 먹을 때, 학교에서 발표를 할 때.
우리는 조금 긴장할 수 있습니다.
하지만, 주위에 사람들이 있는 사회적 상황에서 긴장이 많이 되고 불안하다면
당신은 '사회 불안' 이 높을 수 있습니다.

사회불안은 친구관계와 학교적응, 나의 잠재력 발휘를 방해 할 수 있습니다.
만약, 사람들과 함께 있거나 발표를 할 때 많이 불안하고 긴장한다면
적절한 마음관리가 필요합니다.

아주대학교 심리학과 아동청소년 임상심리 연구실에서는
사회불안이 높은 청소년을 대상으로 사회불안과 심리적 스트레스에 잘 대처하고
인생의 소중한 가치와 목표를 찾아서 구체적으로 이루어가는 방법을 배울 수 있는 집단 프로그램 연구를 기획하였습니다.

'평온한 마음'



♠ 참여 대상은?	중학생 (14-16세)
♠ 연구 방법은?	1. 프로그램에 참가하기 전 간단한 설문 작성과 면담(약 20분소요)이 이루어집니다. 2. 선발 기준에 해당할 경우 총 8회의 집단 프로그램(주 2회/ 1회에 90분소요)에 참여하게 되며, 총 4번의 설문 조사(약 20분소요)를 하게 됩니다.
♠ 연구의 이득과 보상은?	1. 연구 참가자를 뽑기 위한 설문에 참여하면 5000원 상당의 답례품 을 드립니다. 2. 프로그램에 참여하면서 진행되는 설문조사가 모두 끝난 후 5000원 상당의 모바일 상품권을 드립니다. 3. 프로그램에서 진행하는 설문조사를 통해 나의 마음상태를 알아볼 수 있습니다. 4. 나의 소중한 가치와 목표를 찾고 사회불안과 스트레스에 대처하는 방법을 배우는 집단 프로그램에 무료로 참여 할 수 있습니다(프로그램 수가: 40만원 상당).
♠ 연구 참여시 있을 수 있는 손해는?	본 연구는 여러 명의 친구들과 함께 참여하는 프로그램으로, 낯선 친구들과 처음에 만났을 때, 나의 생각과 느낌을 말할 때 다소의 긴장감을 느낄 수 있으며, 설문 조사 시 마음의 상태를 묻는 질문에 답할 때 마음이 조금 불편해질 수 있습니다. 연구 참여시 마음이 불편해질 경우 언제든지 연구자에게 말하고 도움을 요청할 수 있으며, 연구자는 면밀하게 참여자들의 마음상태를 살피고, 참여자가 불편감을 느낄 경우 다양한 대처방법을 통해 마음이 안정되도록 도울 것입니다.
♠ 비밀 보장은?	본 연구에서는 이름, 나이, 성별, 학년, 연락처를 수집하지만, 보상 발송 및 연구 종료 후 바로 폐기되며, 참가자의 응답은 연구를 위한 자료로만 활용됩니다. 언제든지 참가 동의를 취소할 수 있으며, 동의 취소에 따른 불이익은 없습니다.
♠ 일정과 장소는?	추후 안내
♠ 참여 방법은?	이메일(babose@hanmail.net) 또는 전화(031-219-1722)로 접수 아주심리상담센터(아주대 캠퍼스플라자 5층) 방문접수 가능
♠ 접수 기간은?	수시 접수 / 인원 충족이 될 경우 상시 진행 (2021년 9월 30일 접수 마감)
♠ 연구담당자는?	아주대학교 심리학과 김은정 교수/ 연구 담당자: 아주심리상담센터 상담연구소장 최성혜