

불교대학원 2022학년도 1학기 【명상상담사 자격 취득 관련 실습워크숍】

1. 참가대상

- 불교대학원 명상심리상담학과 재학생 및 졸업(예정) 또는 수료자

2. 실습워크숍 내용

프로그램명	일정	내용	참여방식 및 참가비
명상엑스포 컨퍼런스 (최대 16시간)	6. 17(금) 10:00~17:00	명상과 치유(5개 세션)	- 온(ZOOM)/ 오프라인(본교 중강당) 선택 - 무료
	6. 18(토) 10:00~17:00	명상과 과학(6개 세션)	
	6. 19(일) 10:00~17:00	명상과 미래사회(4개 세션)	
MSC 프로그램 (최대 30시간)	6. 25(토)~8. 20(토) 09:30~12:30 (매주 토요일)	1회기(6. 25) 마음챙김-자기연민 소개	- 온라인(ZOOM) - 30만원 *선착순 24명
		2회기(7. 01) 마음챙김 수행하기	
		3회기(7. 09) 자애 수행하기	
		4회기(7. 16) 연민목소리 발견하기	
		5회기(7. 23) 깊이 있게 살기	
		R회기(7. 30) 안거	
		6회기(8. 06) 힘겨운 감정 만나기	
		7회기(8. 13) 도전적인 관계 탐색하기	
		8회기(8. 20) 삶을 포용하기	
		실습일지 제출	

3. 신청 안내

- ▶ 신청 기간 : **6. 10(금)~6. 13(월) 17:00까지**
- ▶ 신청 방법 : 첨부 신청서 작성 후 이메일(dbc@dongguk.edu) 제출
- ※ MSC 프로그램의 경우, 선착순 24명이므로 기간 중 도착분에 한하여 접수됩니다.
- ※ 명상엑스포 컨퍼런스의 경우에도 첨부 신청서를 제출해야 참여시간 인정이 가능합니다.

4. 유의사항

- ▶ 실습워크숍은 동국대학교 총장명의로 명상상담사 민간자격 취득 희망자를 위한 프로그램이며, **본 자격 취득과 졸업 여부는 무관**합니다.
- ▶ 접수기간(6. 10(금)~13(월)) **전·후로 도착한 신청서는 인정되지 않습니다.**
- ▶ 신청서 제출 후, '접수 완료 및 참가자 등록' 안내된 자에 한해 참가비용 계좌 및 참가방법 등을 문자 발송 드립니다.(6. 14(화) 이후 발송 예정)
- ▶ 온라인 프로그램 참여시 **개인 카메라 및 스피커 등 장비를 필수로 지참** 해주시기 바랍니다. (프로그램 진행 중 카메라 상시 ON)
- ▶ 참가자는 추후 개인별 출석시간을 통해 **실제 참여 시간만큼만 인정**됩니다.

5. 프로그램별 상세 내용

▶ 명상엑스포 컨퍼런스



- 신청서 제출 후, 각 일정에 맞추어 컨퍼런스에 참여
- 온/오프라인 참여 후 **소감문(자유양식, A4 1장 이상)을 6. 30(목)까지 제출한 자에 한하여 실습워크숍 참여 시간으로 인정함**(제출처 : dbc@dongguk.edu)
- 온라인(ZOOM) 참여는 접속 기록 시간으로 인정, 오프라인(본교 중강당) 참여는 행사장 접수대에서의 확인으로 인정 처리 됨

- 유튜브 접속은 실습워크숍 참여 시간으로 인정되지 않음

※ 세션별 강사 및 주제 등의 상세내용은 홈페이지를 통해 확인바랍니다.

<https://mind.dongguk.edu/index.php>

▶ MSC 프로그램

- MSC(Mindful Self-Compassion, 마음챙김-자기연민)프로그램이란?

미국 하버드 의대의 임상심리전문가인 크리스토퍼 거머 박사와 텍사스대학 심리학과 교수인 크리스틴 네프 박사가 함께 개발한 명상 프로그램으로 불교명상, 뇌과학 및 심리치료의 토대 위에 마음챙김, 자애, 연민명상을 결합시킨 통합명상프로그램입니다.

불교대학원에서 진행되는 본 프로그램은 MSC 국제본부의 교육 내용을 준수하며, 불교대학원 명상심리상담학과 원생들에게 특별할인 혜택(정상가의 약 35%)으로 제공됩니다.

프로그램 전과정 이수시 실습워크숍 시간 인정은 물론, 미국 MSC국제본부와 MSC 한국본부인 (사)한국명상심리상담연구원의 MSC 입문 과정의 수료로 인정되며, 수료증이 함께 발급됩니다.

- 진행 : 효림스님(국제공인 MSC Certified Teacher, 청소년 MSC 지도자)
박미형 선생님(MSC Teacher in Training)

6. 관련 문의처 : 불교대학원 학사운영실(02-2260-3096)

2022. 6.
불 교 대 학 원