



[2026 국립대학육성사업]
2026학년도 학생상담센터 심리건강 지킴이
「두리다리」 운영 계획(안)

2026. 8.

2026학년도 학생상담센터 심리건강 지킴이 「두리다리」 운영 계획(안)

I 추진 배경

- 1] 대학생활만족도조사에서 '어려움에 처했을 때 찾게 되는 대상'에 대해 다중응답 처리로 통계를 낸 결과, '친구'라 응답한 반응이 4년 연속 가장 많았음(2025 66.5%, 2024년 68.0%, 2023년 66.4%, 2022년 74.7%). 또한 2025 신입생실태조사에서 '어려움에 대한 해결방법'에 대해 '친구나 선후배와 의논하겠다'는 응답이 41.4%로 가장 높게 나타남. 친구나 대학생들이 경험하는 여러 가지 어려움과 고민을 일선에서 완화하고 해결책을 모색할 수 있도록, 또래 지지 자원이자 조력자로서 활동 가능한 또래상담자를 훈련 및 양성하고자 함
- 2] 2025년 대학생활만족도조사 및 신입생 실태조사 결과에 따르면 학생상담센터 인지 여부 및 이용 경험은 다소 저조한 수준임('알지 못함(22.0%)', 전혀 모름다 (31.4%) '알고 있으나 이용해본 적 없음(61.9%)'). 학생들의 눈높이에 맞추어 학생상담센터와 심리상담, 정신건강에 대한 인식 개선 및 홍보 활동을 다각적으로 시도함으로써, 상담센터 인지도와 이용률을 제고할 필요

구 분	내 용	설문조사 결과
2025 대학생활만족도 조사	심리 상담이 가장 필요한 분야	• 진로(45.1%), 학업(28.1%), 정서(17.3%)
	어려움에 처했을 때 찾게 되는 대상(2개 응답)	• 친구(66.5%), 부모님(57.1%), 혼자 고민(30.8%)
	최근 3개월간 심리상태*	• 우울·불안(2.31점), 외로움(2.14점), 분노(2.01점), 자살생각 및 충동(1.35점)

*5점 척도(1전혀없다 ~5 거의 항상그렇다)

구 분	내 용	설문조사 결과
2025 신입생실태 조사	심리 상담에서 나누고 싶은 주제	• 진로(31.4%), 학업(27.0%), 대인관계(9.6%)
	어려움에 처했을 때 찾게 되는 대상(2개 응답)	• 친구(66.5%), 부모님(57.1%), 혼자 고민(30.8%)
	최근 3개월간 심리상태	• 불안(2.29점), 외로움(2.22점), 분노(1.85점), 우울(1.96점), 자살생각 및 충동(4.6%)

Ⅱ 목적 및 필요성

- ① 또래상담자 양성을 통해 학생들 간 또래상담을 활성화하고, 도움추구 사각지대에 놓인 심리적 위험군 학생을 조기에 학생상담센터로 연계하는 가교 마련
- ② 상담 프로그램 이용 안내, 심리상담 인식 개선 및 홍보 강화를 통해 학생상담센터 접근성 확대, 프로그램 참여율 향상, 심리적 안정감 도모
- ③ 다양한 정신건강 관련 정보 제공을 통해 학내 심리·정신건강의 중요성에 대한 인식 제고 및 관심 분위기 조성

Ⅲ 운영 방법

- ① 대 상: '26-2학기 기준, 근로장학생으로 미선발된 춘천캠퍼스 재학 중인 학부생 5명
- ② 방 법: 대면 교육 및 회의, 대면 혹은 비대면 활동
- ③ 활동기간: 2026년 9월 중순 ~ 11월 중순 (선발 시 2개월 활동)
- ④ 모 집
 - 1) 신청기간: 2026. 8. 18.(화) ~ 8 31.(월) 18시
 - 2) 지원자격
 - 심리상담 및 정신건강에 대한 관심이 많으며 성실하고 책임감 있는 학부 재학생
 - 2026년 2학기 기준, 재학 중인 학부생 (휴학, 졸업, 수료생 불가)
 - 2026년 2학기 기준, 근로장학생으로 선발되지 않은 학부생
 - 3) 선발방식: 1차 서류심사 및 2차 면접심사
 - 4) 신청방법: 신청서 및 활동 계획서를 (studcare@kangwon.ac.kr) 송부
(메일/파일 제목: 2026 심리건강 지킴이 두리다리 지원서(이름_학번))
 - 5) 문 의: 학생상담센터(나래관 102호) 033-250-7211, 7210
 - 6) 참여혜택:
 - 월 300,000원(시간당 20,000원*15시간)*2개월*5명 = 총 3,000,000원 장학금 지원
 - 학생상담센터장 명의 수료증 발급
 - 비교과 마일리지 지급
- ⑤ 심리건강 지킴이 활동
 - 1) 취 지
 - 학생상담센터 홍보 및 심리상담, 정신건강 인식 개선
 - 심리적 어려움을 겪고 있는 학우들에게 도움을 주기 위함

2) 활동내용

① 또래상담자 교육 및 활동

내용	활동 기준	근로인정시간	비고
또래상담자 교육 참여	2회*2시간	총 4시간	첫 달만 인정
또래상담자 활동 및 상담 일지 작성	2회(회당 2시간)	총 4시간	월별 최대 2시간 인정
상담센터 내담자 연계	필요 시, 선택 사항	-	

② 상담센터 홍보 및 프로그램 모니터링

내용	활동 기준	근로인정시간
SNS, 카드뉴스 등을 활용한 학생상담센터 홍보	월 1회 이상	1회당 1.5시간
상담센터 인식 개선 방안 도출	월 1회 이상	1회당 1.5시간
학생상담센터 진행 프로그램 모니터링	월 1회 이상	1회당 1.5시간
학생상담센터 캠페인 및 홍보 부스 운영 지원	자율	최대 1시간

③ 기획

내용	활동 기준	근로인정시간
상담센터 홈페이지 게시판 및 SNS를 통한 정신건강 관련 정보 제공	총 2회 이상	1회당 1시간
심리상담 인식 개선 활동 (리플릿 제작, 인터뷰 등)	총 1회 이상	1회당 3시간

④ 심리건강 지킴이 활동 보고 및 피드백 회의

내용	활동 기준	근로인정시간	비고
활동 보고 및 피드백 회의	4회*1시간	총 4시간	-
심리건강 지킴이 활동 발표 및 최종 결과 보고서 제출	1회*1.5시간	1.5시간	두 번째 달만 인정

3) 활동 보고

차시	일시	내용	세부 내용	비고
1	9월	활동 보고 및 피드백 회의	활동 보고서 관련 피드백 회의	사전 활동 보고서 제출
2	10월			
3	10월			
4	11월			
5	11월	심리건강 지킴이 활동 발표 및 최종 결과 보고서 제출	두 달간 진행한 활동에 대한 발표 및 전체 보고서 제출	-

4) 참여시간

- 월 15시간 활동 (15시간*2개월 30시간)

- 센터 토래상담 교육, 활동 보고 및 피드백 회의 (9.5시간), 개인활동 (20.5시간)

※ 토래 상담자 교육 첫 달만 인정(총 4시간), 심리건강 지킴이 활동 발표 및 최종 결과 보고서
제출 두 번째 달만 인정(1.5시간)

⑥ 프로그램 세부 내용

차시	운영 일시	프로그램 내용	근로인정시간
1	'26. 9. 9. (수)	오리엔테이션 및 진행 방향 논의	-
2	'26. 9. 16. (수)	토래상담자 교육 1	2시간
3	'26. 9. 23. (수)	토래상담자 교육 2	2시간
4	'26. 9. 30. (수)	활동 보고 및 피드백 회의	1시간
5	'26. 10. 7. (수)	활동 보고 및 피드백 회의	1시간
6	'26. 10. 14. (수)	활동 보고 및 피드백 회의	1시간
7	'26. 11. 4. (수)	활동 보고 및 피드백 회의	1시간
8	'26. 11. 18. (수)	심리건강 지킴이 활동 발표 및 최종 결과 보고서 제출	1.5시간

※ 상기 일정은 변동될 수 있음. 계획된 프로그램에 모두 필참해야 하며, 다른 활동으로 대체될 수 없음

IV 선발 기준

① 선발방법: 서류 50 + 면접 50 = 100점 (최고득점순으로 선발)

② 평가 항목

1) 서류 심사

항목	세부 내용	점수
성실성	지원서를 얼마나 성실히 작성하였는가?	10
열정	심리건강 지킴이 활동을 하고자 하는 열정이 어느 정도인가?	10
능력	심리건강 지킴이 활동을 수행하는데 필요한 능력을 어느 정도 갖추었는가?	10
구체성	작성한 내용이 구체적인가?	10
적합성	심리건강 지킴이 활동을 수행하는데 적합한 인재인가?	10

2) 면접 심사

항목	세부 내용	점수
성실성	면접에 얼마나 성실히 임하는가?	10
열정	심리건강 지킴이 활동을 하고자 하는 열정이 어느 정도인가?	10
인식	심리건강 중요성에 대한 지원자의 인식은 어떠한가?	10
인성 및 태도	심리건강 지킴이로서의 인성과 태도는 어떠한가?	10
이해	지원자의 심리건강 지킴이 활동에 대한 이해도는 어느 정도인가?	10

※ 선발 및 장학금 지급은 강원대학교와 국립대학육성사업 장학금 지급 기준에 근거함

- '26-2학기 현재 재학 중인 학부생 (휴학, 졸업, 수료생 불가)
- '26-2학기 근로장학생으로 선발되지 않은 학부 재학생