

사랑과 관심의 응급처치, 생명을 지키는 작은 습관



강원도광역정신건강복지센터



수신
(경유)

수신처 참조

제목

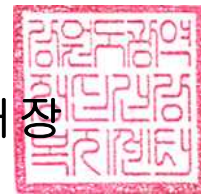
2019년 힐링 심리극 ‘우리들의 마음극장’ 안내

강원도광역정신건강복지센터에서는 강원도 정신건강 및 유관기관 실무자와, 정신적 어려움을 겪는 도민을 대상으로 스트레스 해소 및 소진예방을 위한 힐링 심리극 ‘우리들의 마음극장’을 진행하고자 하오니 많은 분들의 관심과 참여 부탁드립니다.

1. 사 업 명: 2019년 힐링 심리극 ‘우리들의 마음극장’
2. 대 상: 정신건강 및 유관기관 실무자, 정신적 어려움을 겪는 도민
3. 기 간: 2019. 3. 7.(목)~ 10. 10.(목)*매달 첫째주 목요일
4. 장 소: 춘천 갤러리 4F 4층
5. 참가신청: 010-8777-0199 *공연 3일 전까지 문자 접수(이름/성별/나이/소속)
6. 세부내용: 붙임 참조
7. 담 당 자: 정신건강증진팀 김규연(033-251-1971)

붙임 2019년 힐링 심리극 ‘우리들의 마음극장’ 계획서 1부. 끝.

강원도광역정신건강복지센터장



수신처

강원도청, 도내 정신건강복지센터(18기관), 도내 중독관리통합지원센터(3기관),
도내 정신재활시설(5기관), 도내 정신의료기관, 유관기관 등

담당	김규연	상임팀장	윤현서	부센터장	곽호숙	센터장	황준원
협조	조현정						

시행 강원광역19-98 (2019. 02. 15.) 접수

우 24277 강원도 춘천시 춘천로 306-5 (후평 2동) / <http://www.gwmh.or.kr>

전화 033-251-1970 전송 033-255-1970 / gangwon0199@hanmail.net / 공개

나누세요 당신의 고통, 함께해요 소중한 생명

「2019년 힐링 심리극 ‘우리들의 마음극장’ 안내」

I

추진배경

근거

- “자살예방 및 생명존중 문화 조성을 위한 법률” 제7조 (자살예방기본계획의 수립) 9항 (자살예방 교육 및 훈련)에 의거하여 진행됨.

○

배경

- 보건복지부에서 실시한 “2016년도 정신질환실태 역학조사”에 따르면 주요 17개 정신질환에 대해 조사된 정신질환 평생 유병률은 25.4%로, 성인 4명 중 1명이 평생 한번 이상 정신건강문제를 경험하고 있는 것으로 밝혀졌음.
- 그러나 평생 동안 정신건강문제를 경험한 국민 중 22.2%만이 정신과의사 등에게 정신건강 문제를 의논하거나 치료받은 경험이 있는 것으로 나타났음.
- 정신건강문제가 사회적 문제로 대두됨에 따라 서비스 제공자의 업무도 많아지고 있고, 업무로 인한 소진 및 스트레스를 해소하기 어려운 상황임.
- 이에 정신건강관련 종사자나 심리적으로 어려움을 겪는 일반 시민들이 사회적 문제들을 즉흥적으로 행위화하여 그들의 사고 및 감정을 표현하여 문제를 해결하고 자신들의 가치를 명료화 할 수 있도록 돕는 힐링 심리극을 통해 정신건강문제를 해소하여 정신건강증진의 기회를 제공하고자 함.

목적

- 정신건강관련 실무자 및 정신건강의 문제를 경험한 도민의 스트레스 해소와 정신건강 증진 도모
- 소시오드라마를 통한 억압된 감정 해소 및 통찰
- 스트레스 및 심리적 어려움으로 인한 정신질환으로의 이환 방지 및 사회적 지지체계 마련

II

사업개요

- 일 시 : 2019. 3. 7.(목) ~10. 10(목) 매달 첫째주 목요일 19:30~22:00
 - ▶ 3/7, 4/4, 5/2, 6/13, 7/4, 8/1, 9/5, 10/10 (참석 가능한 회기에 참여)
 - *첫째주 목요일이 공휴일인 경우 다음주
- 장 소 : 춘천 갤러리4F(춘천시 서부대성로 48번길 26-1)
- 대 상 : 도내 정신건강 관련 기관 실무자 및 정신적 어려움을 겪는 도민 15명
- 강 사 : 강원대학교병원 정신건강의학과 전문의 이강욱
- 참 가 비 : 무료
- 신청방법 : 010-8777-0199 *공연 3일 전까지 문자 접수(이름/성별/나이/소속)
- 내 용
 - ▶ 심리극
 - 워밍업 : 참여자의 욕구를 평가하고, 심리극이 진행되는 방향을 설정함.
 - 본 극 : 행위를 통한 정화, 통찰, 역할훈련으로 억압되어 있는 감정을 표출시키고, 행위를 통해 새롭게 깨닫고, 새로운 역할을 경험해보고 더 나은 방식으로 표현하는 기회를 제공함.
 - 나 눔 : 참가자들과 소감을 나누고, 위안과 진단의 시간을 가지며 종료함.

III

세부내용

시간	내용	강사	소속
19:30~19:40	심리극 소개	이강욱	강원대학교병원 정신건강의학과 전문의
19:40~20:10	워밍업		
20:10~21:40	본극		
21:40~22:00	나눔		

*세부일정 변동가능

IV

기대효과

- 정신건강 관련 실무자 및 정신건강문제를 경험한 도민의 정신건강 증진
- 억압된 스트레스 및 불안의 해소를 통해 정신질환으로의 이환을 방지
- 표현하지 못하는 감정들을 행위로 표현하여 심리적 안정감 및 만족감 성취

V

담당자

- 정신건강증진팀 김규연(033-251-1971)

VI

위치

- 춘천시 서부대성로 48번길 26-1 춘천 갤러리 4F 4층



우리들의 마음 극장

#2019_힐링 심리극 #참가자모집

나를 찾아가는 내면 여행!

진정한 나를 기꺼이 드러내고 공감과 연결을 위한 행위에 참여함으로써
깊이 묵혀 두었던 본래의 내 마음을 회복합니다.
지금 이순간에 존재하여 살아가고 있는 당신이
오늘 심리극의 '주인공'입니다.

2019.3.7-10.10 / 춘천 갤러리 4F
매달 첫째주 목요일 오후 7시30분-10시 • 공휴일인 경우 그다음주

대 상 강원도민 누구나 문 의 강원도광역정신건강복지센터 033.251.1971
입장료 무료 신 청 010.8777.0199 문자로 접수(이름 / 성별 / 나이 / 소속)
연 출 이강욱 · 임상 사이코드라마 연출가 · 한국 임상예술학회 이사
· 강원대학교병원 정신건강의학과 전문의 · 강원대학교 의학전문 대학원 교수

오시는길 | 춘천시 서부대로 48번길 26-1

강원도
강원도광역정신건강복지센터
KNU 강원대학교병원