

메타버스를 활용한 스마트폰 과의존 심리코칭 참여자 모집



메타버스 심리코칭이란?

스마트폰 사용으로 인해 경험하는 일상생활 및 심리적 어려움을 개인의 상황에 맞게 전문상담사와 함께 해결해 나가는 전문 심리코칭으로 가상현실에서 아바타를 이용해 비대면으로 진행하여 익명성이 보장됩니다.

모집 기간

- 모집 : 3.13(월)~3.24(금)
- 문의 : 02-6191-2043
※ 신청상황에 따라 조기 접수마감 또는 연장 될 수 있음

이용 안내

- 참여대상 : 스마트폰 과의존 청소년, 성인
- 상담기간 : 주 1회 50분, 5회기 진행

신청방법 및 절차

- 온라인신청 : 스마트심센터 홈페이지(www.iapc.or.kr) 또는 공고문 상단 QR코드로 접속
- 사전 척도 검사 후 대상자 최종 확정
※ 대상자 확정 후 메타버스 상담 프로그램 설치한 뒤 개인공간에서 접속하여 상담 진행

준비사항

- 윈도우os가 설치된 노트북 또는 PC
- 마이크가 내장된 헤드셋이나 유선 이어폰
- 아바타표정인식을 위한 웹캠 혹은 노트북에 내장된 캠



Q&A로 알아보는 메타버스 심리코칭!

Q1. 메타버스를 활용한 스마트폰 과의존 심리코칭이 뭐예요?

- 스마트폰, 인터넷을 과도하게 이용하여 가정, 학교, 사회생활에서 어려움을 겪는 청소년, 성인등을 대상으로 가상세계에서 아바타(전문상담사)를 이용하여 비대면으로 실시간 진행되는 전문 심리상담 서비스입니다.

Q2. 메타버스 심리코칭은 어떤 점이 좋아요?

이용 편리성	<ul style="list-style-type: none">■ 원하는 장소와 시간에 이용할 수 있어 상담받기 위해 외출하지 않아도 됩니다.■ 가상공간에서 전문상담사와 직접 만날 수 있어 제 3자의 개입, 간섭없이 상담 할 수 있습니다.
익명성	<ul style="list-style-type: none">■ 자기 모습을 직접 드러내지 않고 아바타를 활용하여 상담에 집중할 수 있습니다.■ 가상의 상담공간을 활용함으로써 심리적 긴장이 감소되어 좀 더 솔직하게 자신의 문제를 상담자와 공유할 수 있습니다.
전문성	<ul style="list-style-type: none">■ 스마트폰, 인터넷 과의존 분야 전문상담사인 NIA 스마트심센터 전문 상담사가 상담을 진행하여 믿을 수 있습니다.

Q3. 누구에게 도움이 되나요?

- 스마트폰, 인터넷을 과도하게 이용하여 가정, 학교, 사회생활에서 어려움을 겪고 있는 분들 가운데 아래 내용에 해당하는 분들에게 도움이 됩니다.

- ▶ 대면 상담에서 말하기 어려운 문제를 다룰 경우
- ▶ 상담서비스를 이용하는 것에 대한 낙인을 염려하여 심리상담을 꺼리는 경우
- ▶ 신체적 문제로 거동이 어려워 대면 상담이 곤란한 경우
- ▶ 공황장애나 사회불안장애와 같이 공공장소, 대인접촉을 기피하여 집 안에만 머물거나 대면 상담에 거부감이 있는 경우
- ▶ 상담자나 상담센터가 없는 등의 지역 인프라가 부족한 경우
- ▶ 감염병 유행과 같이 대면 접촉 및 활동에 제한이 있을 경우

Q4. 오히려 메타버스에 빠지지 않을까요? 개선 효과가 있을까요?

- 현재 활용하는 메타버스 플랫폼은 전문상담사가 참여하여 개발한 심리상담 전용 메타버스 플랫폼입니다. 관련 연구 결과에 따르면 상담 협력도(작업동맹), 치료적 실재감, 만족도 등에서 효과성이 확인되었습니다.