

무료특강

ZOOM 라이브

멘탈헬스365 수요특강

‘뇌를 잘 아는 부모, 뇌를 잘 쓰는 아이’



| 교육형태: ZOOM 라이브 특강

| 교육일 : 2021.12.08(수) 20시/12.15(수) 20시

| 교육비 : 무료

| 문의처 : 041-415-6187

1 참여방법 안내

ZOOM LIVE 무료특강

멘탈헬스365 수요특강



2021. 12. 08(수) | 8:00 PM

휴먼브레인, 인간 뇌의 특별함

뇌를 잘 아는 부모, 뇌를 잘 쓰는 아이

2021. 12. 15(수) | 8:00 PM

인간 역량의 계발, 뇌교육

인공지능 시대, 인간 고유역량의 계발

참여방법

1. 글로벌사이버대학교 평생교육원 홈페이지 접속
(홈페이지 주소 : <https://edu.global.ac.kr>)
2. 공지사항 > 멘탈헬스365 수요특강 > 온라인 신청서 작성

□ 안내사항

- 참여대상 : 멘탈헬스에 관심있는 누구나
- 신청기간 : 특강일 1일 전까지 신청
- 신청을 하신 분들께 특강 당일 오전에 ZOOM 참여링크를 보내드립니다.



장래혁 교수

전공분야	· 뇌교육, 뇌융합기술
주요이력	<ul style="list-style-type: none"> · 글로벌사이버대학교 뇌교육학과 교수 · 국제뇌교육종합대학원대학교 겸임교수 · [브레인] 매거진 편집장 · 유엔공보국 NGO 국제뇌교육협회 사무국장

3 멘탈헬스365 온라인 무료과정 안내

교육 취지

“멘탈헬스 분야 교육 콘텐츠 보급을 통한 대한민국 건강역량 증진”

현대인의 건강을 위협하는 것은 과도한 스트레스와 잘못된 식생활, 신체활동 부족, 환경오염 그리고 전염병에 대한 면역력 등과 밀접한 관련이 있는 만큼 멘탈헬스 분야의 양질의 교육 콘텐츠를 보급하여 대한민국 건강역량 증진에 기여

“멘탈헬스를 위한 몸-마음-뇌 통합적 관리”

신체적 건강과 정신적 건강 사이의 연관성을 이해하고 몸-마음-뇌의 통합적 이론 원리와 체험적 훈련방법 습득하여 몸-마음-뇌 통합적 관점에서 멘탈헬스 관리

멘탈헬스365 무료 교육 과정

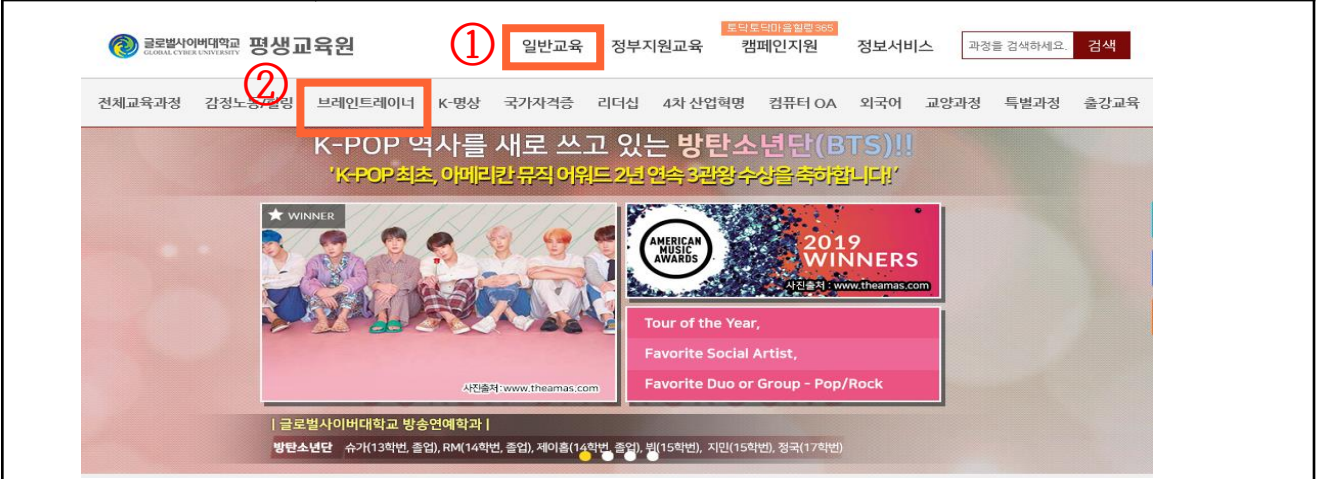
연번	과정명	교수명	개강일정
1	K명상 : 스트레스 관리 및 자기역량강화	양현정	개강
2	뇌를 알면 감정이 보인다	하나현	개강
3	뇌기반 감정코칭 : 마인트 트레이닝	하나현	개강
4	건강하자! 멘탈헬스365	전세일/하나현	개강
5	멘탈헬스 UP! 두뇌트레이닝	장래혁	개강
6	우리 몸 속 또 다른 세상	연주현	개강
7	멘붕에서 멘탈챙김으로	신차선	개강
8	몸은 기억한다. 트라우마의 흔적	오주원	개강
9	마음나이 다이어트	박현주	개강
10	뇌를 알면 관계가 보인다	오주원	개강
11	감정노동힐링365	오창영	개강
12	러브유어셀프 : 체인지 프로젝트	장래혁	개강

4

온라인 과정 수강신청 방법

01. PC 수강신청

1. 홈페이지 접속	글로벌사이버대학교 평생교육원 http://평생교육원.kr
2. 홈페이지 메뉴	일반교육 > 브레인트레이너 > '무료과정' 수강신청



02. 모바일 수강신청

1. 홈페이지 접속	글로벌사이버대학교 평생교육원 http://평생교육원.kr (별도 앱설치 없음)
2. 홈페이지 메뉴	일반교육 > 브레인트레이너 > '무료과정' 수강신청



글로벌 홍익인재 양성하는 글로벌사이버대학교
GLOBAL CYBER UNIVERSITY



- 2020**

 - 토닥토닥 마음힐링365 캠페인 지원
 - 공군헌병대 트라우마 정화 프로그램 실시
 - 충남지역대학 특성화프로그램 사업 「감정노동관리지도사 전문가 양성과정 운영」
 - 부산 형제복지지원사건 피해자 트라우마 상담 프로젝트 운영
 - ‘2020 국민공감캠페인’ 교육 서비스 부문 대상**
- 2019**

 - 「고객응대근로자 건강장해 예방을 위한 실천 캠페인」**
 - 스트레스 예방 힐링교육 42개 기관, 1,939명 참여
 - 사업장 감정노동 인식개선 캠페인 지원 47회, 19,200명 참여
 - 감정노동 스트레스 수준 진단평가 실시 : 39개 기관, 5,903명 참여
 - 한국산업안전보건공단 지원사업 5년 연속 수행**
- 2018**

 - 「일터의 안전문화 확산을 위한 감정노동 실천 캠페인」**
 - 스트레스 예방 힐링교육 69개 기관, 4,725명 참여
 - 사업장 감정노동 인식개선 캠페인 지원 10회, 22,800명 참여
 - 한국산업안전보건공단 2018 안전문화확산 공모사업 최우수상**
- 2017**

 - 「재해예방을 위한 감정노동 근로자 권익 캠페인」**
 - 스트레스 예방 힐링교육 57개 기관, 2,537명 참여
 - 사업장 감정노동 인식개선 캠페인 지원 24회, 29,950명 참여
- 2016**

 - 「심신 힐링 기반 감정노동 근로자의 스트레스 예방 관리」**
 - 스트레스 예방 힐링교육 27개 기관, 732명 참여
 - 감정노동 근로자 대상 개별심층상담 지원
- 2015**

 - 「감정노동 근로자를 위한 심신 힐링 프로그램 개발」**
 - 서울대학교병원과 글로벌사이버대학교 공동 연구
 - 감정노동 직무스트레스관리 프로그램 개발 및 효과검증
 - 국제학술지 Public Library of Science(SCI Expanded) 연구논문 게재



❖ 전화 : 041-415-6187

❖ 팩스 : 041-415-6199

❖ 이메일 : edu@gw.global.ac.kr

❖ 홈페이지 : http://edu.global.ac.kr

❖ 천안본교 : 충청남도 천안시 동남구 목천읍 교천지산길 284-88

❖ 서울캠퍼스 : 서울특별시 강남구 압구정로32길 11