

한 줄기 빛 이곳에 있습니다

지역주민을 위한 무료교육
매주 토요일 무료상담 (오후2시~5시)



한빛상담심리센터
Hanbit Psychological Counselling Center

문의전화 054. 241. 0091
경북 포항시 북구 법원로1 모던빌딩 401호



당신말이 따뜻해서 꽃이됩니다

- 같은생각 다른말?
- 소통하기

매주 수요일 10:00~11:30
5번의 만남



아름다운 커플 (20~30대)

- 너랑 나랑 다를 걸
- 긍정의 에너지파
- 공감 또 공감

매주 토요일 10:30~12:00
5번의 만남



나는 부모다 (포기하지 말자)

- 양육태도
- 자기 존중감
- 의사소통

매주 목요일 10:00~11:30
8번의 만남



행복찾기

- 없는 행복 찾다가
- 있는 행복 놓친다
- 거짓과 허상 알아차리기

매월 첫째 월요일 19:00~21:00



집단상담 (학부모 대상)

- 비구조화 집단상담
(의사소통, 인간관계)

매주 화요일 10:00~12:00
10번의 만남



웰다잉 (Well-dying) 떨림과 울림

- 행복한 삶
- 아름다운 마무리
- 아낌없이 주는 나무
(유언과 상속)

매월 첫째 수요일 15:00~17:00
셋째 화요일 19:00~21:00



물망초 사별가족을 위한 상담

- 추억의 상자
- 회상하기
- 극복
- 세상으로

매주 금요일 10:00~11:30
8번의 만남



나만의 행복 요리법

- 관점바꾸기
- 관계 증진하여
- 나누고 베풀기

매주 수요일 19:00~20:30