

2024학년도 학생상담센터 온라인 정신건강 특강

Digital Wellbeing, 나의 집중력 길들이기

4.15(월) ~ 11.24(일) 까지 사이버캠퍼스에서 자유 수강

- 강사 : 홍익대학교 교육대학원 이홍숙 교수

- 주요 내용

인간의 인지자원과 주의집중의 필요성

디지털 멀티케스팅의 요인과 산만함의 관계

주의집중력 회복과 향상을 위한 자기대처법

- 수강 방법

사이버캠퍼스 (cyber.hknu.ac.kr) 로그인 → 비정규과목 →
[학생상담센터 - Digital Wellbeing, 나의 집중력 길들이기]

- 참여 혜택

강의 수강 및 수료자(70%이상 이수) B.B역량점수 20점 부여
만족도조사 참여자 5,000원 상당 커피 기프티콘 제공 (100명 추첨)

문의 (학생상담센터 배서윤) 031-678-4843



한경국립대학교
학생상담센터

