



국생 토크북 3탄과

EP.3 명상이

궁금하다면 싶다면?



—2023 생명존중 교육영상—  
특별한 너에게  
전해주고 싶은 이야기 EP.3



심;쉼 마음정거장이 준비한 3가지 참여 콘텐츠 하고 가세요~!



참여 콘텐츠로  
바로가기



#총600명 선정 #10/23 ~ 12/8 #다들어줄게 카카오톡 채널

365일 24시간 모바일 전문

**상담채널**



다들어줄게 APP

어플을 다운받고 상담!



문자상담

1661-5004로 문자!



카카오톡 상담

'다들어줄게' 플러스 친구!!

심,심: 마음정거장 11월 호

나, 너, 우리를 살리는

제 3탄

구생

토

크

북

나를 사랑할 용기 리뷰 편!





-중요과목-

생명존중

2023년 00월 00일

야호!!

# 나를 사랑할 용기 프로젝트 리뷰



떠든사람  
박XX  
최XX

지난 3개월 동안 진행한  
'나를 사랑할 용기 프로젝트!!'  
친구들이 참여한 내용들 보러 가볼까요?



심,심;마음정거장 8~10월 호 진행한 참여 콘텐츠(나를 사랑할 용기 프로젝트) 결과를 참고한 내용입니다.



"나를 사랑할 용기 프로젝트 | "리뷰

## 내가 보는 나와 남이 보는 나?!

나는뭘까님의  
한 마디

저는 쪽팔리는 쪽파라고 생각했는데, 친구는 팔팔한 고등어같대요!

학교에서 밝은 모습으로 돌아다녀서 그렇게 보이는 거 같아요ㅎㅎ (00고 1학년)

오전7시, 학교가기 전

앞머리가  
또!!  
말썹이네

삐  
죽

쪽팔리는  
쪽파...

내 머리는 꼭  
베죽거리는  
쪽파같아

조금만  
가라앉았으면..

난 요즘 내가  
쪽파같다고 느껴져

쉬  
는  
학  
교  
시  
간

후우

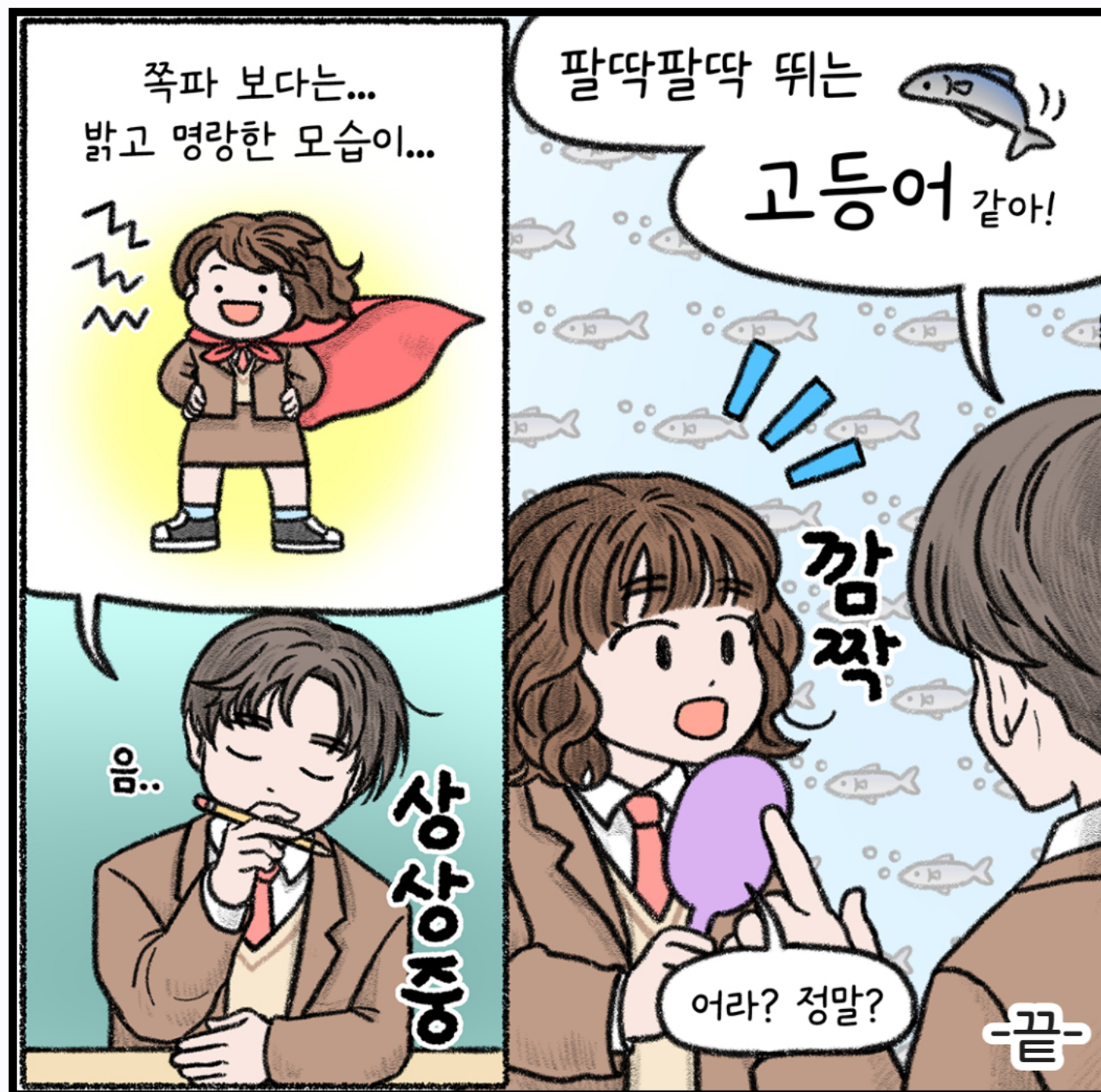
쪽파?

심,심;마음정거장 8월 호 콘텐츠(나를 사랑할 용기 프로젝트 1) 참여 결과를 참고한 내용입니다.

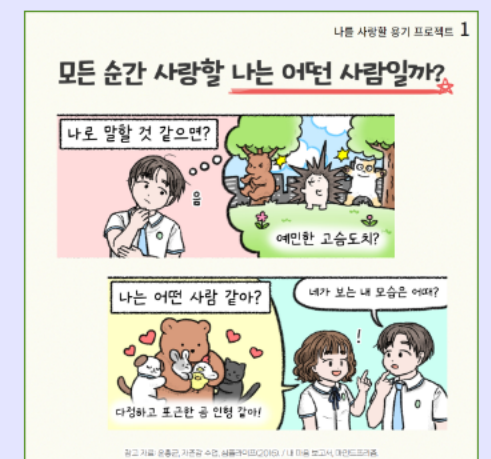


"나를 사랑할 용기 프로젝트 | "리뷰

# 내가 보는 나와 남이 보는 나?!



심,심;마음정거장 8월 호 콘텐츠(나를 사랑할 용기 프로젝트 1) 참여 결과를 참고한 내용입니다.



나를 사랑할  
용기 프로젝트 1이  
궁금하다면?



여러분은 자신을 어떻게 생각하나요?

어쩌면, 생각한 것보다 훨씬 더 괜찮은 사람일 수 있어요.



"나를 사랑할 용기 프로젝트 II" 리뷰

## 내 마음 안아주기

참여 학생들이 뽑은 TOP7 소감 키워드!



↑  
나를 사랑할  
용기 프로젝트2의  
마음챙김이  
궁금하다면?

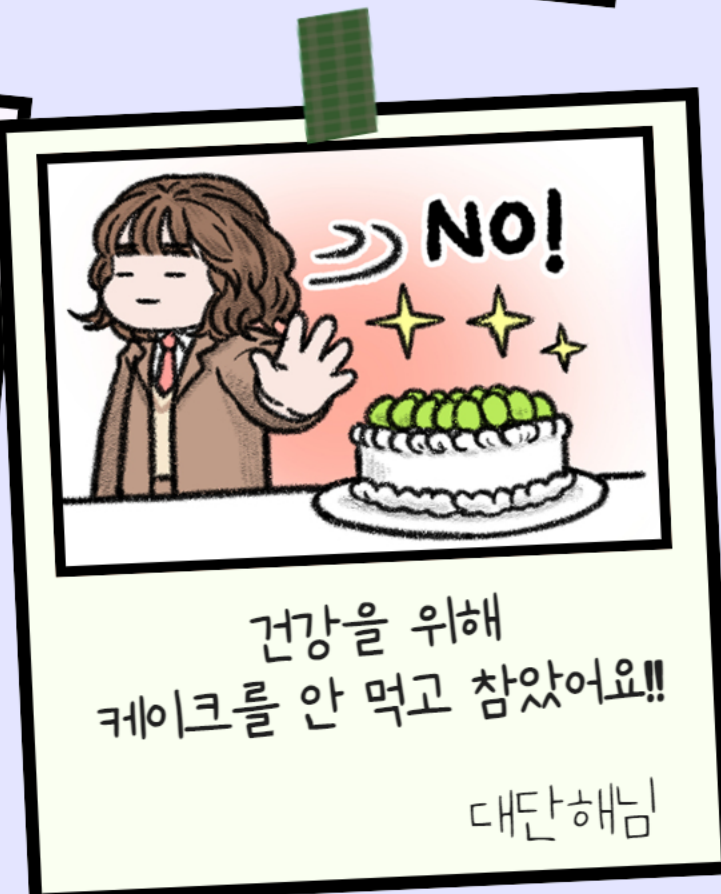


심,심;마음정거장 9월 호 콘텐츠(나를 사랑할 용기 프로젝트 2) 참여 결과를 참고한 내용입니다.



# "나를 사랑할 용기 프로젝트 III" 리뷰

## 친구들의 '칭찬일기' 내용은?



지금 이 순간, 미움보다 '나' 사랑해보기 ☆

미운 모습 받아들이기

Self Hug

포곤

충분히 잘하고 있어  
그래 나의 모든 점이 마음에 들 순 없어

칭찬일기 쓰기

오늘 하루 잘 보냈구나, 대단 해!

칭찬 일기

미울 때도 있지만, 이런 나여서 좋아!

사소한 일이라도 스스로를 칭찬하는 습관은 매우 중요하답니다:)

나를 사랑할 용기 프로젝트2의 칭찬일기가 궁금하다면? ↓

심,심;마음정거장 10월 호 콘텐츠(나를 사랑할 용기 프로젝트 3) 참여 결과를 참고한 내용입니다.



## - 생명존중 교육 영상 3편 -



## 상담채널



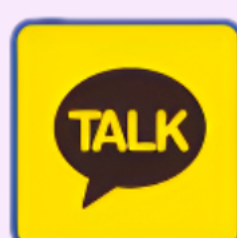
다들어줄개 APP

어플을 다운받고 상담!



문자상담 1661-5004

1661-5004로 문자!



카카오톡 상담

'다들어줄개' 플러스 친구!!

11월 심, 씬; 마음정거장 보러가기



궁금하다면?

바로가기 →





# 참여 콘텐츠 캘린더

- ✓ 참여 방법: '다들어줄게' 카카오 채널  → 소식  → 게시물속 참여링크 GO!
- ✓ 결과발표: 12/20 (수), 총 600명 선정(예정) 당첨자에게 6천원 상당의 기프티콘을 드려요!

## 24학년도 대학수학능력시험 수험생 '응원' 한마디

1



10/23(월)  
~ 11/10(금)

## 2023 힐링사진 공모전

2





11/13(월)  
~ 11/24(금)

일	월	화	수	목	금	토
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
10/29	10/30	10/31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	12/1	12/2

★ 1개의 콘텐츠만 참여해도 OK, 모두 참여하면 당첨 확률은 UP! ★ 카카오 채널 추가하면 콘텐츠 알림이 GO!



# 참여 콘텐츠 캘린더

- ✓ 참여 방법: '다들어줄게' 카카오 채널  → 소식  → 게시물 속 참여 링크 GO!
- ✓ 결과발표: 12/20 (수), 총 600명 선정(예정) 당첨자에게 6천원 상당의 기프티콘을 드려요!

★ 1개의 콘텐츠만 참여해도 OK, 모두 참여하면 당첨 확률은 UP! ★ 카카오 채널 추가하면 콘텐츠 알림이 GO!

3

2024년도

소중한 나에게 한 마디



11/27(월)  
~ 12/8(금)

일	월	화	수	목	금	토
SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
11/26	11/27	11/28	11/29	11/30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24, 31	25	26	27	28	29	30

★ 당첨자 발표날! ★

20

참여 콘텐츠  
(다들어줄게 카카오 채널)

바로가기 →



'다들어줄게' 카카오 채널  에서 참여하세요~!