

●집단상담의 목표

- 자신의 감정 상태를 파악한다.
- 자신의 감정을 조절할 수 있는 능력을 기른다.

●집단상담의 목표

- 이런 감정을 느꼈어요
- 분노상황 분석
- 분노 폭발상황
- 분노일지작성
- 분노대처기술
- 분노에 대한 생각 바꾸기
- 분노 통제 역할극
- 조절할 수 있어요