



전주대학교

‘공강의 공간’

# 목차

## CONTENTS



필요성



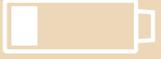
목적



현재 문제점



기대효과



필요성

## 전주대학교 '공강의 공간' 필요성

1. 항상 피곤을 느끼는 대학생들이 공강시간에 편하게 쉴 수 있는 공간이 부족함

2. 짧은 공강시간에도 누구나 편하게 쉴 수 있는 공간이 단과대학 내에 필요함

3. 주변에 쉴 수 있는 공간이 부족하여 움직임이 증가해 더 피로감이 쌓이게 됨

전주대학교

## '공강의 공간'을 통한 휴식의 필요성

- '피곤하다, 지친다, 쉬고 싶다' 라는 생각을 가지고 있으면서 일에 좋은 결과를 내기 어렵고 휴식은 식사와 같이 중요함
  - 휴식은 삶의 질 향상 뿐만 아니라 개인의 창의성, 통찰력, 만족감, 행복감, 자존감 등과도 깊은 관련
- 바쁜 일상에서 짧은 휴식을 통해 있는 그대로의 실재하는 나를 돌아보는 시간과 공간이 있다면 본인이 가지고 있는 힘을 키워주며 진정한 관계로 발전하는데 도움
- 휴식을 취하면 불안감과 스트레스 해소에 도움이 되며, 더 나은 삶에 도움을 줌



## 목적

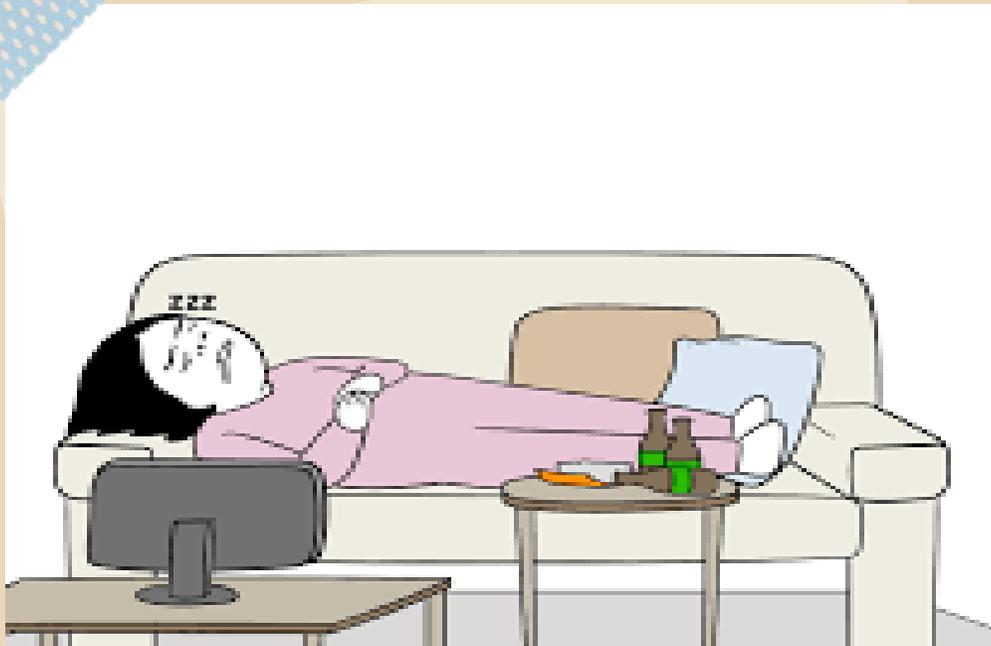


·대부분 가장 많은 시간을 보내는 단과대학 안에  
공강시간에 쉴 수 있도록 공간을 확보하여  
소파와 의자 등을 배치

·이러한 충분한 휴식을 통해 본인의 여유로운 시간을  
가질 수 있기에 피로감 해소와  
일의 능률증진 및 삶의 질 향상에 도움



## 현재 문제점



① 공강시간을 여유 있고,  
알차게 보낼 수 있는 학교 안의 공간이 적음

② 공강이 짧은 경우에는 실 수 있도록  
자리가 마련된 도서관, 학생회관 등에 갈 수 없음

③ 도서관, 학생회관에 가더라도  
자리가 부족하여 실 수 없는 경우가 있음



## 기대 효과

피로감이 줄어들어  
수업참여도와 집중력 향상에 도움

피로를 풀어 개인의 시간적 여유가 생기며  
자기계발의 시간을 가질 수 있음

## 기대 효과

공간 마련으로 인한 학교에 대한  
만족감과 긍정적인 이미지 상승

공강을 알차게 보낼 확률이 증가하며  
휴식을 통해 삶의 질 향상에 도움



전주대학교

‘공강의 공간’

지금까지 들어 주셔서 감사합니다 !