

2023년 한국정신건강사회복지학회 웨비나 시리즈

인지행동치료 전문가 교육과정



〈 초대 의 글 〉

한국정신건강사회복지학회에서는 다양한 실천현장에서 근무하고 있는 사회복지사, 정신건강전문가, 상담가, 그리고 임상실천가가 되기 위해 준비하고 있는 대학원생 등을 대상으로 인지행동치료자로서의 역량증진을 위한 '인지행동치료 전문가 과정'을 준비하였습니다.

인지행동치료는 심리치료 분야에서 근거기반치료로서 다양한 정신장애와 심리사회적 문제에 널리 적용되고 있습니다. 인지행동치료는 정신건강복지법 하에서 유일하게 급여화된 심리치료 모델이며, 정신건강과 관련된 실천현장에서 대부분의 정신건강사회복지사들은 인지행동치료를 수행하고 있습니다. 정신의료기관과 정신건강복지센터, 사회복지관 등에서 인지행동치료/상담에 대한 수요와 함께 교육 및 훈련에 대한 욕구 역시 증가하고 있습니다.

인지행동치료 전문가 과정은 상반기에 웨비나로 제공되는 4회의 기본과정과 1회의 대면 워크숍, 그리고 하반기에 3회의 심화과정 웨비나와 1회의 대면 워크숍으로 진행될 예정입니다.

먼저 상반기에 진행될 인지행동치료 전문가 기본과정은 미국 뉴욕 Alliance University 사회복지대학원 교수이자 LCSW-R(Licensed Clinical Social Worker with Psychotherapy Privilege: 임상사회복지사), ACT(공인 인지행동치료사) 등 임상가로서 전문자격을 갖추고 계신 윤성민 교수님을 모시고 총 4회의 웨비나와 1회의 대면 워크숍으로 진행될 예정입니다. 하반기에는 우울, 불안, 중독 문제에 인지행동치료를 적용할 수 있는 심화과정 웨비나와 대면 워크숍 프로그램을 제공할 예정입니다.

정신건강전문가, 상담을 제공하는 다양한 실천 현장의 사회복지사 및 상담가 여러분들께서 이번 웨비나 강좌 시리즈에 참여하셔서 인지행동치료에 대한 이해와 전문성을 넓히고 임상적 개입역량을 증진시킬 수 있는 기회가 되시길 바라며, 여러분들의 많은 참여를 부탁드립니다.

2023년 1월



한국정신건강사회복지학회
Korea Academy of Mental Health Social Work

한국정신건강사회복지학회 회장 현진희
인지행동치료분과학회 회장 이소래
교육위원회 위원장 김연수

일정 및 진행방식

- 전체 교육과정 : 기본과정 4회기 + 심화과정 3회기(하반기 추후 등록)
- 상반기 과정 등록 : 인지행동치료 기본과정 4회기
- 교육시간: 각 회기 당 2시간 30분



교육과정

	회기	장소	일시	교육내용	강사
기본 과정 (상반기)	1	ZOOM 온라인 화상강의	2월 25일(토) 10:00 ~ 12:30	인지행동치료 개관 인지행동치료 소개, 회기, 구조와 목표 설정하기	윤성민 박사
	2		3월 25일(토) 10:00 ~ 12:30	인지 사례 개념화 인지의 3가지 구조, 사례개념화의 중요성 다이어그램 작성하기	
	3		4월 22일(토) 10:00 ~ 12:30	인지행동치료 사고편 인지왜곡, 자동사고와 핵심신념 찾기 및 수정하기, 소크라테스 질문 기법	
	4		6월 24일 (토) 10:00 ~ 12:30	인지행동치료 행동편 행동치료 개관, 행동 활성화기법, 문제해결기법, 이완기법, 노출치료, 마인드풀니스와 인지치료, 변증법적행동치료 소개	
심화 과정 (하반기)	1	ZOOM 온라인 화상강의	8월	우울장애 인지행동치료	추후 공지 예정
	2		9월	불안장애 인지행동치료	
	3		10월	중독 인지행동치료	

참가신청 방법



QR코드를 촬영하면 교육과정 등록 구글폼으로 이동합니다.

참가비 안내

회원구분	과정별 등록(기본과정 4회기)	개별강좌 등록
회원 (2023년 연회비 납부)	80,000원	30,000원 / 회
비회원 (연회비 미납회원 포함)	100,000원	35,000원 / 회
수련생/ 대학원생	회원(2023년 연회비 납부) 60,000원	20,000원 / 회
	비회원(연회비 미납회원 포함) 90,000원	30,000원 / 회

- 등록기간 : 2023년 2월 17일(금) 오후 6시까지(참가비 입금 완료 분)
- 등록방법 : 구글폼(<https://forms.gle/XZvRmPVidZEy3bGRA>) 접수 후 참가비 납부
- ★ 참가비 납부 계좌 : 대구은행 504-10-462284-8 [예금주: 한국정신건강사회복지학회(현진희)]
- 회기별 교육 참가자에게는 교육확인증이 발급됩니다.
- 4회기 전체 참가 완료시 '인지행동치료 기본과정' 수료증이 발급됩니다.
- 회원 혜택은 2023년 연회비를 납부한 경우만 해당합니다.
※ 학회 가입과 연회비 납부 시 회원가 혜택이 바로 적용됩니다.
- 수련생 및 대학원생은 신청 시 증빙자료를 이메일로 보내주셔야 합니다(kamhsw05@hanmail.net).

- 환불규정 안내
 - 사전등록 기간 내에는 전액 환불 (환불금 입금은 웨비나 종료 후 이루어짐)
 - 웨비나 과정 시작 후 취소의 경우, 지난 회차에 따른 개별강좌 등록가격을 제한 후 잔액 환불
- 학회 가입 및 연회비 안내 : 40,000원 / 가입비 : 30,000원
 - 학회 홈페이지를 통한 입회원서를 작성 및 e-mail 제출(kamhsw05@hanmail.net)
- ★ 가입/연회비 납부계좌: 대구은행 504-10-462284-8 [예금주: 한국정신건강사회복지학회(현진희)]
 - * 입금자(예금주)본인 이름 + 생년월일
- 문의사항 : 총무간사 한미경/ 교육간사 임경은(02-711-9665, kamhsw05@hanmail.net)

강사 소개



윤성민 박사(Anderson Yoon, DSW, LCSW-R, CASAC, ACT)

뉴욕주 임상사회복지사(LCSW-R) 및 미국인지치료학회 공인 인지치료사 (Diplomate, Academy of Cognitive Therapy)이며, 20여 년간 뉴욕에서 인지치료(CBT), 변증법적 행동치료(DBT), 마인드풀니스 기반 인지치료(MBCT)를 제공해 온 정신건강 및 심리치료 전문가

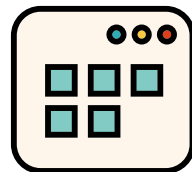
학력

펜실베이니아대학(University of Pennsylvania) 임상 사회복지학 박사
옥스퍼드 대학(University of Oxford) 마인드풀니스 기반 인지치료학 석사
뉴욕시립대 헌터칼리지(Silberman School of Social Work at Hunter College)
하버드 의대(Harvard Medical School) 임상학자들을 위한 역학연구과정 1년 수료

경력

(현) 뉴욕 Alliance University 사회복지대학원 조교수
The Child Center of NY 선임 고문역(Senior Consultant)
윤 심리건강 클리닉(Yoon Behavioral Health, LCSW, PLLC) 대표
뉴욕시 건강 및 정신위생국 자문위원
(전) The Child Center of NY 임상총책임자 겸 부사장 역임

프로그램 소개



1회기 ▶ 일시 : 2월 25일 토요일, 오전 10:00~12:30

인지행동치료 개관 - 인지행동치료 소개, 회기, 구조와 목표 설정하기

가장 효과적인 심리치료 기법으로 인정받고 있는 인지행동치료의 역사, 효과성 및 적용 범위를 소개한 후 인지행동치료의 정의, 기본적 원리 및 3단계 인지구조를 이해할 수 있는 시간을 가질 것입니다. 또한 인지치료의 기본적인 회기 구조, 치료 목표 설정 방법, 내담자와의 관계 형성 기술 및 상담 기술을 배울 기회가 될 것입니다. 한편, 성인뿐만 아니라 아동과 청소년에게 인지행동치료를 제공할 때 적용할 수 있는 아이디어와 방법들을 살펴볼 것입니다.

2회기 ▶ 일시 : 3월 25일 토요일, 오전 10:00~12:30

인지 사례 개념화 - 인지의 3가지 구조, 사례개념화의 중요성, 다이어그램 작성하기

인지의 3가지 구조(핵심 신념, 중간 신념, 자동사고)를 이해하고 인지 사례 개념화를 배우고 연습하는 시간을 가질 것입니다. 인지의 3단계 구조를 찾는 방법인 하향식 화살 기법을 이용하여 자동사고의 의미를 탐색하고 핵심 신념, 중간 신념 및 대처전략을 단계적으로 찾아봅니다. 인지행동치료의 아버지라고 불리는 Aaron Beck 박사는 이 인지 사례 개념화가 모든 인지행동치료의 로드맵과 같은 것이라고 설명했습니다. 구체적인 사례를 가지고 참가자들이 함께 사례 개념화를 이해하고 작성할 수 있도록 교육하며 완성된 사례 개념화 양식을 이용하여 슈퍼비전을 받게 됩니다.

3회기 ▶ 일시 : 4월 22일 토요일, 오전 10:00~12:30

인지행동치료 사고편 - 인지왜곡, 자동사고와 핵심신념 찾기 및 수정하기, 소크라테스 질문 기법

인지 왜곡의 개념과 유형들을 이해하고, 자동사고와 핵심 신념을 찾고 평가하며 수정하는 방법을 배우고 연습하게 됩니다. 실제 사례들을 가지고 자동사고를 찾는 방법 및 탐색된 자동 사고를 수정하거나 문제를 해결하는 구체적인 기법 등을 학습하게 됩니다. 핵심 신념의 15가지 유형을 이해하고 핵심 신념을 다루는 구체적인 방법을 다룰 것입니다.

4회기 ▶ 일시 : 6월 24일 토요일, 오전 10:00~12:30

인지행동치료 행동편-행동치료 개관, 행동활성화기법, 문제해결기법, 이완기법, 노출치료, 마인드풀니스와 인지치료, 변증법적행동치료 소개

인지행동치료에서 주로 사용되는 행동 활성화 기법, 이완 기법, 감정조절 기법, 문제행동 기법, 상상 및 현실 노출 치료 기법 등을 학습하게 됩니다. 더불어 새로운 심리치료 기법으로 주목을 받는 마인드풀니스 인지치료(MBCT)와 변증법적 행동치료(DBT)의 핵심 원리와 기법 등을 소개할 것입니다.

워크숍 안내



한국정신건강사회복지학회 창립 30주년 기념 특별 워크숍

- 웨비나와 별도의 대면 워크숍을 계획하고 있습니다. 세부적인 사항은 추후 별도로 공지 및 접수를 받을 예정입니다.
- 워크숍은 '기본과정 웨비나 4회기' 전체 신청자에 한해서 등록 가능합니다.
- 주요 내용 : 웨비나에서 배운 인지행동치료 이론을 바탕으로 실제 임상 사례에 적용할 수 있는 실습과 슈퍼비전으로 진행
- 참가인원 : 50명(워크숍 사전등록을 원하는 분들의 문의가 많아 선착순 마감)
- 참가비 : 120,000원 [회원(2023년 연회비 납부) 100,000원]
※ 등록비 등 세부사항은 추후 학회 사정에 따라 일부 수정될 수 있습니다.

인지행동치료 Workshop

인지행동치료의 실제와 슈퍼비전 (강사: 윤성민 교수)

일정 : 2023년 5월 20일(토) 10:00 ~ 16:00 (6시간)

장소 : 한국보건복지인재원 보건산업교육실 (서울 선릉역 앞)

본 워크숍에서는 기본적인 인지행동치료 교육을 이수했거나 이수 중인 수강생들을 대상으로 구체적인 사례들을 가지고 인지행동치료를 연습하고 슈퍼비전을 받을 수 있습니다.

특히, 인지 치료평가도구(Cognitive Therapy Rating Scales)를 가지고 수강생들의 인지행동치료 상담 내용을 평가하고 실력을 향상할 수 있도록 구체적인 슈퍼비전을 제공합니다. 더불어 마인드풀한 인지치료사가 될 수 있는 방법들을 소개하고 연습할 것입니다.



한국정신건강사회복지학회
Korea Academy of Mental Health Social Work