



강박장애에 대한 CBT의 이해와 현장 적용

안녕하세요. 마인딥 인지행동치료센터에서 2026년 첫 워크숍 개최를 알립니다.)

이번 워크숍은 강박장애에 대한 인지행동치료의 이해와 현장 적용에 대한 내용입니다.
국내외에서 경험적 연구를 통해 강박증에 효과가 입증된 대표적인 근거-기반 비약물치료법이 인지행동치료(CBT)입니다.

강박증의 인지행동치료에서는 인지적 재구조화 기법과 노출 및 반응방지 기법이 주로 사용됩니다.
강박장애 환자는 강박적인 생각에 대해서 과도하게 불안해하며 나쁜 일이 발생하게 될 거라는 파국적인 사고, 만일에 발생할 지도 모르는 결과에 대해 과도한 책임감을 보이게 됩니다.

CBT는 이를 보다 합리적인 생각으로 바꾸어 줍니다. 강박사고를 유발하는 자극에 노출시킨 후, 앞으로 발생할 수도 있는 불안한 결과를 예방하고 방지하기 위해 중화 행동을 하거나, 불안을 유발하는 상황으로부터 회피하거나 도피하려는 강박행동을 하지 못하도록 반응 방지를 하는 것이 핵심적인 치료적 요소입니다.

본 강의의 목적은 강박증의 인지행동적 모델과 인지적, 행동적 치료기법들에 대해 상세히 소개하고, 실제 치료 사례를 회기별로 살펴봄으로써 임상, 상담현장에서 적용할 수 있도록 돕기 위한 것입니다.

개 요

- 일시: 2월 23일 월요일 18:30~21:30
- 장소: 온라인 zoom 회의실(실시간)
- 대상: 정신건강임상심리사, 임상심리전문가, 상담심리사, 인지행동치료전문가 및 각 과정 수련생, 임상심리 및 상담심리 석사과정생
- 비용: (전문가)7만원, (수련생 및 석사과정생)5만원 (PDF자료집 제공)
- 참가 혜택: 임상심리전문가 연수평점 1시간 인정

강 사

신민섭(고려대학교 심리학부 특임교수)

자격) 임상심리전문가, 정신건강임상심리사 1급, 인지행동치료전문가

현) 고려대학교 심리학부 특임교수

전) 서울대학교 의과대학 정신과학교실 교수

전) 서울대학교병원 정신건강의학과/소아청소년정신과 교수

전) 한국 임상심리학회, 한국자폐학회, 한국인지행동치료학회, 한국디지털심리학회 회장 역임

강의 개요

1. CBT가 왜 OCD에 효과적인가: OCD의 인지행동 모델
2. 치료효과성의 검증 기준
3. OCD의 진단준거와 원인론
4. OCD의 CBT : OCD의 인지적 개념화, 인지적 오류, 핵심 신념
5. OCD의 인지-행동치료 프로그램: 심리교육, 증상평가, 불안 완화기법, 불안 노출위계 작성
6. OCD의 인지-행동치료 프로그램: 행동치료기법: 노출과 반응방지(ERP) 인지치료기법
7. 사례 및 치료효과 검증 연구
8. 인터넷-기반 OCD CBT

신청 방법

1. 상세안내문 내 구글 설문지 링크를 클릭하여 2/19(목)까지 신청합니다.
2. 기한 내에 등록비를 입금해주세요. 기한 이후 등록 혹은 당일 등록이 불가합니다.

***계좌번호: 하나은행 391-910024-30704 (예금주: 마음건강케어유(주))**

※ 환불규정: 수강취소 시기에 따른 환불 규정

- 1) 강의 시작 1주일 전까지: 100% 환불
- 2) 강의 시작 전 3일~6일 이내: 50% 환불
- 3) 2/21(토)~ 2/23(월)강의 당일: 환불 불가

※ 2/21(토), 이메일로 온라인 강의실 링크 및 교육자료(PDF)를 발송할 예정입니다.

※ 교육자료 배포 이후에는 환불이 불가하오니 양해바랍니다.

문 의

☎ 전화: 02-6956-1676

@ 메일: kumh@korea.ac.kr

