

2020 한국인지행동치료학회

추계학술대회

자의식 과잉 혹은 자기 혐오의 시대: 인지행동치료적 관점에서의 “나(self)” 다루기

2020년 9월 12일(토) 09:30~17:50

온라인 실시간 진행

| 주 최 | 한국인지행동치료학회

| 주 관 | 한국인지행동치료학회, 한국임상심리학회

초대의 글

한국인지행동치료학회 회원 여러분, 그리고 인지행동치료에 관심 있는 정신건강분야의 여러 실무자 및 학생 여러분, 2020년 한국인지행동치료학회 추계학술대회에 초대합니다.

저마다 자기자신에 대해 지나치다 싶을 정도로 많은 이야기를 하는 시대가 도래하였습니다. 누군가는 자신의 일상, 습관, 패션, 라이프스타일, 여행 등 자신의 이야기를 사진이나 영상으로 찍어 돈을 버는 “유튜버” 혹은 “SNS스타”가 되었고, 또 누군가는 그러한 삶을 살지 못하는 자신을 생각하며 슬퍼하거나 우울해하곤 합니다.

이렇듯 저마다의 “나”의 이야기가 중요한 시대가 되면서, 굳이 정신건강분야의 전문가가 아니라도 많은 사람들이 이미 자존감과 자의식, 자기개발 등 수많은 “나”의 개념들을 이야기하곤 합니다. 그렇다면, 지금 우리는 치료현장에서 내담자 혹은 환자가 꺼내놓은 “자기 자신에 대한 이야기”를 어떻게 이해하고 다루고 있을까요? 우리는 과연 시대의 흐름에 발맞추어 이들과 소통하고 있을까요?

이번 추계학술대회에서는 누구나 알고 있는 듯 하면서도 모르는 듯한 “자기”에 대한 개념들을 다시 한번 돌아보고, 인지행동치료적인 관점에서 “자기(self)”를 어떻게 이해하고 다룰 것인가를 여러 인지행동치료의 전문가들과 고민해보고자 합니다.

아울러 자칫 고립되고 연결되어 있는 느낌을 잃어버리기 쉬운 이 어려운 시기에 어떻게 각자 건강한 방식으로 자기(self)를 돌보고 가꿀 수 있을 지에 대해 함께 이야기해보는 귀중한 시간이었으면 좋겠습니다. 많은 분들께서 적극적으로 참여해주시기를 부탁드립니다.

한국인지행동치료학회 회 장 조용래

학술이사 허휴정

프로그램

		사회: 학술이사 허휴정	
09:25-09:30	인사말	한국인지행동치료학회장 조용래	
온라인 Room 1		온라인 Room 2	
09:30-12:00	심포지움 1 건강한 자기(self)의 다양한 개념적 이해 사회: 가톨릭의대 정신건강의학과 허휴정 좌장: 서울의대 정신건강의학과 신민섭	워크샵 1 사회: 충북대학교 심리학과 최현정 자기 성장을 위한 마음챙김 자비 프로그램(MLCP) 영남대학교 심리학과 조현주	
	건강한 자존감과 병리적 자기에 고려대학교 심리학과 허지원		
	완벽주의의 빛과 그늘 동국대학교 교육학과 박현주		
	건강한 자의식: 생각/감정/기억에 대한 새로운 조망 마음공감정신건강의학과 조철래		
	토론 계명대학교 심리학과 최웅경 가톨릭의대 정신건강의학과 서호준		
12:00-13:20	점심시간		
13:20-13:30	인지행동치료전문가 자격증 수여식		
13:30-14:20	특강 <치료자가 알아야 할 인문학> 좌장: 계명의대 정신건강의학과 김정범 몸과 자기(Mom and self) 건국의대 정신건강의학과 남범우	14:50-15:50	<사례 발표> PTSD경험이 있는 여성의 우울증 사회: 고려대학교 심리학과 허지원 슈퍼바이저: 영남대학교 심리학과 조현주
	Coffee break		
14:50-17:50	심포지움 2 자기(self)를 다루는 인지행동치료의 실제 사회: 국립정신건강센터 국가트라우마사업부 이나빈 좌장: 고려대학교 심리학과 권정혜	15:50-16:00	Coffee break
	자기(self)를 다루는 Somatic Experiencing(SE)적 접근 연합심리상담센터 박철욱		
	자기(self)를 다루는 Acceptance Commitment Therapy(ACT)적 접근 서울디지털대학교 상담심리학과 김기환	16:00-17:50	워크샵 2 사회: 계명대학교 심리학과 윤혜영 건강한 어른 스키마 모드와 자기(self) 메타인지행동치료연구소 최영희
	자기(self)를 다루는 심상 기법 충북대학교 심리학과 안정광		
	<자정토론> 건강한 자기수용을 어떻게 이룰 것인가? 발제 가톨릭의대 정신건강의학과 허휴정		
토론 한림대학교 심리학과 조용래 인제대학교 간호학과 배정미			

수강료 안내

구분	사전등록
회원 (2020년 연회비 납부)	6만원
회원 (2020년 연회비 미납)	7만원
비회원	8만원
평생회원 및 학생 (석사과정/전공의)	4만원
학생 (석사과정/전공의)	한국인지행동치료학회 회원에 한하여 등록 진행

- 본 학회 홈페이지(<http://www.kacbt.org/main.html>)에서 회비 납부 현황 확인하시기 바랍니다.
- 환불규정: 사전 등록 기간인 9월 7일(월)까지 전액 환불가능, 이후 환불 없음.
- 관련문의: 한국인지행동치료학회 사무국
Tel. 02-6448-4021 E-mail. kacbt1234@gmail.com

참가신청 방법

- 사전등록기간: 9월 7일(월) 24:00 까지
- 사전등록 신청: <https://forms.gle/ZrgHUcEUomPYmczW8> 온라인 등록
 - 문의사항: kacbt1234@gmail.com
 - 수강료 납부: 신한은행 100-031-108643 (예금주: 한국인지행동치료학회)
 - 입금하실 때는 신청서에 작성하신 본인 이름으로 입금하여 주시기 바랍니다.
- 본 강의는 인지행동치료사 및 전문가 지원 시 교육이수시간으로 인정됩니다.
- 환불규정안내
사전 등록 기간인 9월 7일(월)까지 전액 환불가능, 이후 환불 없음.
- 평점 안내
 - 한국인지행동치료학회 연수 평점표 발급
 - 한국임상심리학회:
 - 정신건강임상심리사(수련생 포함) 연수 평점표 발급(해당일 종일 등록 시): 6시간 30분
 - 임상심리전문가 연수 평점표 발급(해당일 종일 등록 시): 6시간 30분

온라인 강의 안내

- 온라인(Zoom) 추계 학술대회
이번 학술대회는 COVID-19 관련 정부의 거리두기와 방역 지침 및 생활 속 거리두기 지침을 철저히 준수하기 위해 온라인 학술대회로 개최되오니 양해 부탁드립니다.
- 참가자 Zoom
온라인 Url 주소 접속
9월 12일(토)

온라인 학술대회
접속 로그인 시간
08:30~

(회원)참가자 로그인
ID: 성명
PW: 핸드폰 번호
뒷자리 번호(0000)

(비회원)참가자 로그인
ID: 성명
PW: 핸드폰 번호
뒷자리 번호(0000)
- 온라인 학술대회
청취 출석 체크 진행
09:30~

참가자는
학술대회 세션별
모두 청취 가능

온라인 학술대회 청취
출석 체크 종료
및 로그아웃
17:30~

참가자 연수평점 발급
e-mail 발송
(행사 종료 후 2주일)
- 1 온라인 Zoom 학술대회 Url 주소: [\(추후 공지\)](http://(추후 공지))
(상황에 따라 10분~30분 정도 지연될 수 있습니다.)
* 선생님께 이메일로 주소 보내드릴 예정입니다. (1차: 9월 9일(수)/2차: 9월 11일(금))
 - 2 이름을 성함(ID: 성명, PW: 핸드폰 번호 뒷자리 번호(0000))으로 기재하여
입장해 주시기 바랍니다. ex) 홍길동/1234(핸드폰 뒷자리)
 - 3 부정확하게 기입한 경우 강의실 입장에 제한이 있으며, 본인 및 사전등록 내역 확인이
어려워 임의 퇴장 조치 될 수 있습니다. 이점 유의하여 주시기 바랍니다.
 - 4 강의를 듣는 모든 참여자들은 비디오, 오디오를 반드시 켜주시기 바랍니다.
 - 5 참가자에게 자료집은 PDF 파일로 e-mail 발송해 드립니다.
(등록 시 e-mail 주소 정확히 기재 바랍니다.)
- 공지사항
 - 학회 측과 강연자 분들은 모두 랜선으로 행사와 강의를 진행합니다.
 - 강의 중 끊김 현상은 개인 통신 연결망의 문제일 수도 있습니다.
 - 특히 와이파이로 강의를 듣는 경우, 끊김 현상이 생길 수 있습니다.
 - 가급적 랜선을 이용하여 PC로 수강 부탁드립니다.
 - 비밀번호를 입력하고 강의실에 들어오는 경우, 학회 측이 들어온 분들을
대기실에서 한 명씩 확인하여 입장시켜드릴 예정입니다.
• 강의 시간 1시간 전(오전 8시 30분~)부터 입장 가능하오니 여유 있게 입장 부탁드립니다.
 - 온라인 Zoom Url 주소는 이메일 발송해 드리며, 접속의 모든 환경에 대한 책임은
본인에게 있습니다.
 - 등록자 이외에는 접속하지 마시고, 그에 따른 책임은 지지 않습니다.
 - 오픈 카톡 진행됩니다. 추후 공지해 드립니다.
 - 학술대회의 모든 내용은 환자 및 내담자의 사례와 관련된 내용이 포함되어 있으므로
녹음과 녹화가 금지됩니다. 이를 어길 경우 법적인 조치를 받을 수 있습니다.
 - * ZOOM 사용법에 대한 메뉴얼 꼭 확인해 주시기 바랍니다.(파일 첨부)

KACBT

한국인지행동치료학회
Korean Association of
Cognitive Behavioral Therapy