

2026

인지행동상담전문가 자격관리위원회

인지행동치료 기본과정 교육안내



<초대의 글>

인지행동상담전문가 자격관리위원회에서는 인지행동치료의 기본이 되는 필수 역량을 체계적으로 학습하고, 이를 연습하며, 임상적 이슈를 검토할 수 있는 기회를 제공하고자 '인지행동치료 기본과정' 웨비나를 개최합니다.

본 과정은 총 4회기로 운영되며, 5월 6일 '인지행동치료의 개관'을 시작으로, 5월 13일 '인지행동치료의 사례개념화', 5월 20일 '사고편', 5월 27일 '행동편'으로 이어집니다. 각 웨비나는 교육과 연구뿐 아니라 오랜 기간 임상 현장에서 인지행동치료를 실천해 온 교수진이 진행할 예정이며, 참가자 여러분께 실질적인 도움이 되는 내용으로 구성되어 있습니다.

이번 웨비나가 인지행동치료에 대한 이해를 넓히고, 임상적 개입역량을 향상시키는 유익한 기회가 되기를 기대합니다. 많은 관심과 참여를 기다립니다.

인지행동상담전문가 자격관리위원회
위원장 이소래



한국정신건강사회복지학회
인지행동상담전문가 자격관리위원회

일정 및 진행방식

- ✓ 교육 과정 : 인지행동치료 기본과정 (4회기)
- ✓ 진행 방법 : Zoom을 이용한 온라인 화상 강의
- ✓ 교육 시간 : 매 회기 19:30~22:00 (각 2시간 30분)
- ✓ 일정표

회기	장소	일시	주제	강사
1	ZOOM (온라인 화상 강의)	5월 6일(수) 19:30~22:00	[인지행동치료 개관] - 인지행동치료의 발달 - 인지모델의 이해 - 인지행동치료의 기본원리 - 치료 과정과 회기의 구조	현진희 교수
2		5월 13일(수) 19:30~22:00	[인지행동치료 사례개념화] - 인지의 3가지 구조 - 사례개념화의 중요성 - 다이어그램 작성하기	윤성민 교수
3		5월 20일(수) 19:30~22:00	[인지행동치료 사고편] - 소크라테스 문답법 - 인지 왜곡 다루기 - 자동적 사고 식별하고 수정하기 - 중간 믿음과 핵심 믿음 수정하기	안윤정 박사
4		5월 27일(수) 19:30~22:00	[인지행동치료 행동편] - 행동적 접근의 핵심 원리 - 주요기법 : 행동 활성화(behavioral activation), 노출(exposure), 반응방지(response prevention), 행동 실험(behavioral experiment) - 사례에 적용하기 - 행동적 접근과 관련된 임상이슈	이소래 박사

교육 내용 소개

1회기

- 주제: 인지행동치료 개관
 - 인지행동치료의 발달
 - 인지모델의 이해
 - 인지행동치료의 기본원리
 - 치료과정과회기의구조

· 일시: 5월 6일 수요일, 19:30~22:00

인지행동치료는 임상현장에서 효과성이 과학적으로 증명된 대표적인 근거기반 심리치료 모델입니다. 우울증 치료에서 시작되었던 인지행동치료는 현재 정신질환 뿐만 아니라 다양한 심리적 문제의 치료에 가장 많이 활용되고 있는 개인, 집단, 가족치료의 주된 치료모델입니다.

본 교육을 통해 인지행동치료의 발달과 기본원리, 인지모델의 이해, 인지행동치료 회기의 구조 등 인지행동치료에 대해 전반적으로 이해할 수 있는 기회가 될 것입니다.

2회기

- 주제: 인지행동치료 사례개념화
 - 인지의 3가지 구조
 - 사례개념화의 중요성
 - 다이어그램 작성하기
- 일시: 5월 13일 수요일, 19:30~22:00

인지의 3가지 구조(핵심 믿음, 중간 믿음, 자동적 사고)를 이해하고 인지 사례개념화를 배우고 연습하는 시간을 가질 것입니다. 인지의 3단계 구조를 찾는 방법인 하향식 화살 기법을 이용하여 자동적 사고의 의미를 탐색하고 핵심 믿음, 중간 믿음 및 대처전략을 단계적으로 찾아봅니다. 인지행동 치료의 아버지로 불리는 Aaron Beck 박사는 인지 사례개념화가 모든 인지행동치료의 로드맵과 같은 것이라고 설명했습니다. 본 교육을 통해 참여자들은 사례개념화를 이해하고 작성법을 익힘으로써 임상 현장에서 적용할 수 있을 것입니다.

3회기

- 주제: 인지행동치료 사고편
 - 소크라테스 문답법
 - 인지 왜곡 다루기
 - 자동적 사고 식별하고 수정하기
 - 중간 믿음과 핵심 믿음 수정하기

· 일시: 5월 20일 수요일, 19:30~22:00

사고편은 생각의 변화를 바탕으로 감정과 행동의 긍정적인 변화를 이끌어내는 인지행동치료의 핵심 과정입니다. 소크라테스식 문답법을 통해 자신의 사고를 탐색하고 자동적 사고와 중간 믿음, 핵심 믿음을 점검하여 보다 적응적인 사고와 믿음으로 수정하는 인지적 기법을 다룹니다.

또한 다양한 개입 사례를 통해 인지적 기법을 실제 임상에서 클라이언트에게 적용할 수 있는 자신감을 높이도록 돕습니다.

4회기

- 주제: 인지행동치료 행동편
 - 행동적 접근의 핵심 원리
 - 주요기법: 행동 활성화 (behavioral activation), 노출 (exposure), 반응방지 (response prevention), 행동 실험 (behavioral experiment)
 - 사례에 적용하기
 - 행동적 접근과 관련된 임상이슈
- 일시: 5월 27일 수요일, 19:30~22:00

행동적 접근의 핵심원리와 주요기법을 배우고, 실제 치료 상황에서 행동 활성화, 노출, 반응방지, 행동 실험과 같은 기법들을 어떻게 적용할 수 있는지를 다룹니다. 특히, 행동 변화가 정서와 인지의 변화를 이끌어내는 과정과 치료자가 현장에서 마주하는 임상적 이슈와 효과적인 개입전략을 함께 탐색할 것입니다.

강사 소개

1회기: 현진희 교수 (Ph.D.)

대구대학교 사회복지학과 교수로 현재 국제트라우마스트레스학회 (ISTSS) 이사, 경북소방공무원 찾아가는 상담실 단장을 맡고 있습니다. 미8군 121병원 임상사회복지사로 10여년 근무하며 인지행동치료를 제공하였으며, Beck Institute에서 인지행동치료 훈련을 받았습니다. 정신건강사회복지사 1급, 한국인지행동치료학회 인지행동치료전문가, 한국정신건강사회복지학회 인지행동상담전문가-슈퍼바이저입니다.

경력

(현) 대구대학교 사회복지학과 교수
(현) 경북소방공무원 찾아가는 상담실 단장
(현) International Society for Traumatic Stress Studies(ISTSS) 이사
(현) Global Collaboration on Traumatic Stress Studies(GCTS) 운영위원
(현) Managing Editor, Asian Social Work and Policy Review
(현) Associate Editor, International Journal of Mental Health
(전) 한국트라우마스트레스학회 회장
(전) 한국정신건강사회복지학회 회장
(전) 미8군 121병원 임상사회복지사

#학력

이화여자대학교 사회복지학과 학사, 석사, 박사

2회기: 윤성민 교수(DSW, LCSW-R, MSt, RPT-S, 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, 한국정신건강사회복지학회 공인 인지행동상담전문가-슈퍼바이저입니다.

#경력

(현) 성균관대학교 사회복지학과 조교수
(현) 뉴욕시 건강 및 정신위생국 자문위원
(전) The Child Center of NY 임상총책임자 겸 부사장 역임

#학력

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



3회기: 안윤정 박사 (Ph.D)

안윤정 박사는 정신건강사회복지사로 20여년 간 대학병원 정신건강의학과에서 인지행동치료 기반의 개인 및 집단상담을 제공하고 있습니다. 우울 및 불안장애를 가진 성인을 비롯한 ADHD, 자폐스펙트럼장애, 우울·불안장애 아동·청소년에 대한 풍부한 임상경험을 가지고 교육을 제공하고 있으며, 학교 및 지역사회복지기관의 자문가, 한국정신건강사회복지학회 공인 인지행동상담전문가-슈퍼바이저로 활동하고 있습니다.

#경력

- (현) 한국정신건강사회복지학회 인지행동치료분과학회 회장
- (현) 한국정신건강사회복지사협회 의료법대응위원회 위원장
- (현) 한국트라우마스트레스학회 아동청소년위원회 부위원장
- (현) 영남대학교병원 정신건강사회복지사
- (전) 한국정신건강사회복지사협회 부회장

#학력

대구대학교 사회복지학 학사, 석사, 박사

4회기: 이소래 박사 (Ph.D)

이소래 박사는 한국정신건강사회복지학회 공인 인지행동상담전문가-슈퍼바이저, 임상사회복지사로서 미육군병원 행동건강의학과에서 20여년 이상 인지행동치료 기반의 심리치료를 제공해온 치료자이자 학교 및 학회, 임상 현장에서 활발히 교육 및 워크샵 등을 제공하고 있는 교수자입니다. 특히 PTSD 치료전문가로서 EMDR, PE, CPT, ERRT, MI 등의 근거 중심치료를 제공하고 트라우마 관련 연구를 수행하고 있습니다.

#경력

- (현) 브라이언 디 올군 미육군병원 임상사회복지사
- (현) 이화여자대학교 초빙교수
- (현) 인지행동상담전문가 자격관리위원회 위원장
- (현) 한국트라우마스트레스학회 이사
- (전) 미국 Calumet Group Inc. 연구원, 한국청소년상담원 연구원

#학력

이화여자대학교 사회복지학 학사, 석사, 박사



참가신청 방법

- ✓ **등록기간** : 2026년 4월 6일(월) ~ 4월 29일(수) 18:00 마감
- ✓ **등록방법** : 인지행동상담전문가 자격관리위원회 홈페이지(www.kscbt.org) 신청 또는 QR코드를 통해 신청서 작성 후 참가비 납부
- ✓ **참가비 입금계좌** : 참가비 입금계좌: 신한은행 100-037-620090
(예금주: 인지행동상담전문가자격관리위원회)
* 납부자명: 성함+생년월일 표기

바로가기



✓ 참가비 안내

회원 구분	과정 전체 등록	개별 전체 등록
학회 정회원 (2026년 연회비 납부 /수련생)	1-4회기 80,000원	30,000원 / 회
비회원 (연회비 미납회원 포함)	1-4회기 100,000원	35,000원 /회

- 교육 참가자에게는 교육확인증이 발급됩니다.
- 정신건강사회복지사 수련생의 경우 학술활동확인서(10시간)가 발급됩니다
- 1-4회기 전체 참가 완료시 '인지행동치료 기본과정' 수료증이 발급됩니다.
- 회원 혜택은 2026년 연회비를 납부한 경우만 해당합니다.
* 학회 가입과 연회비 납부 시 회원가 혜택이 바로 적용됩니다.
- 본 인지행동 기본과정 교육은 인지행동상담전문가 자격심사(경과조치 포함)시 <인지행동상담전문가 자격관리위원회가 주관하는 교육> 시간에 해당됩니다.

✓ 환불규정 안내

- 사전등록 기간 내에는 전액환불(환불금 입금은 웨비나 종료 후 이루어짐)
- 웨비나 과정 시작 후 취소의 경우, 지난 회차에 따른 개별강좌 등록가격을 제한 후 잔액 환불

✓ 학회 정회원 가입 안내: 연회비 40,000원, 가입비 30,000원 납부

- 학회 홈페이지를 통한 입회원서를 작성 및 이메일 제출(kamhsw05@hanmail.net)
- 납부계좌: 카카오뱅크 3333-36-0410111(예금주: 김지은)
* 납부자명: 성함 + 생년월일 표기

✓ 문의사항: 인지행동상담전문가 자격관리위원회 사무국장 최예지

- info@kscbt.org / 010-7302-9665