

# 수용과 통합 : DBT+게슈탈트 통합 집단상담

DBT의 행동분석과 타당화, 마음챙김을 통해 자신과 타인을 있는 그대로 수용하고, 게슈탈트적 관점에서 통합된 부분들로 이루어진 전체로서의 존재, 관계 속에서의 실존적 삶을 집단 경험을 통해 체험할 수 있습니다.

- 리더

류미경 박사  
상담학 박사, 한남대 교육대학원 겸임교수  
(사)한국상담학회 전문상담사 1급, (사)한국상담심리학회 상담심리사 1급,  
청소년상담사 1급(여성가족부), 임상심리사 1급(보건복지부)
- 운영일시

2023.07.29.(토) ~ 07.30.(일), 10:00 ~ 19:00 (총 15시간)  
1일차 19:00 종료, 2일차 18:00 종료
- 학회인정

한국상담학회 및 한국상담심리학회(양학회) 집단상담 수련 인정
- 인원

10명 이내 (반구조화 집단, 대면 진행)
- 장소

극동대학교 진로심리상담센터(공학관 A동 201호)  
충북 음성군 감곡면 대학길 76-32
- 참여비용

230,000원 (자료집 제공)  
→ 신청서 내에 기재된 참가비 입금 계좌 확인 바랍니다.  
  
(환불규정: 시작 7일 전 100% 환불, 시작 3일 전 50% 환불, 시작 후 환불 불가)
- 문의처

sangdam@kdu.ac.kr / 043-879-3581  
→ 숙박 문의 가능  
(유선 연락이 어려울 수 있사오니, 문의는 되도록 메일로 부탁드립니다.)

## 집단상담 신청안내

신청서: <https://forms.gle/ahT8d1Z6rFVBXhnN9>

신청서 작성 후, 신청서 내 기재된 계좌로 입금하시면  
최종 신청 완료됩니다.



## 프로그램 주제 및 내용

회기	활동주제		활동 목표 및 내용 구성
1	오리엔테이션 및 프로그램 안내		· 프로그램 안내 · 프로그램 내용, 과정 이해
	촉진 활동		· 프로그램 지도자 및 집단원 상호 간 친밀감 형성
2	수용	DBT 행동체인 분석	· 목표 정하기 · 행동체인 분석 - 문제 행동의 행동체인분석 - 촉발 사건과 문제행동 사이의 고리 이해하기
3		DBT 마음챙김	· 마음챙김 기술 배우기 - 지금 감정챙김, 알아차림, 마음챙김 연습 - 지혜로운 마음 연습
4		DBT 타당화	· 타당화 배우기 - 타당화 단계이해 - 자기 타당화와 자기 자비 - 타인 타당화
5		DBT 정서조절	· 감정 관찰하고 기술하기 - 지혜로운 마음의 가치와 우선순위 - 긍정 경험쌓기
6		게슈탈트 의자기법	· 두 의자, 빈의자 대화 - 내면의 비판자 다루기 - 미해결 과제, 게슈탈트 접촉하기
7	통합	게슈탈트 인형치료	· 인형치료 - 투사, 동일시를 통한 통합 - 기꺼이 경험하기
8		수용과 통합	· 알아차림, 자기 자비 변화 알아차리기 · 구체적 가치(전념행동) 목표 정하기 · 마무리