

차례

◎ 역자 서문 _ 3



제1부

외상후 스트레스장애와 인지처리치료의 배경



제1장 인지처리치료의 기원 · 17

- CPT의 기원 _ 18
- 이론적 영향 _ 20
- CPT의 초기 개발 _ 22
- CPT 보급 _ 25
- PTSD 및 CPT의 생물학적 모델 _ 26
- 이름의 변경 및 용어에 대한 설명 _ 30



제2장 CPT에 관한 연구 · 33

- 무작위 대조군 연구 _ 34
- 치료의 2차적 조건과 잠재적 조절변인 _ 39
- 프로그램 평가/효과성 연구 _ 48

제2부 임상적인 단계 준비하기

제3장 치료의 고려 사항 · 53

- CPT는 어떤 내담자에게 적합한가 _ 53
- CPT 프로토콜은 언제 시작해야 하는가 _ 56
- CPT 형식 선택하기 _ 59
- 치료 전 평가 _ 59
- 사례개념화 _ 73
- [유인물 3-1] PTSD 체크리스트-5(PCL-5): 척도 및 채점 _ 77
- [유인물 3-2] 환자건강설문지-9(PHQ-9): 척도 및 채점 _ 84

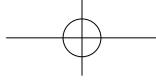
제4장 CPT 개입 준비하기 · 87

- CPT 소개하기 _ 87
- 소크라테스식 대화 _ 89
- 치료사의 준비도 _ 94
- 치료사의 문제: 치료사의 실수와 교착점 _ 96
- [유인물 4-1] 외상후 스트레스장애에 대한 인지처리치료: 계약 _ 109

제3부 CPT 매뉴얼

제5장 PTSD와 CPT 개요: 1회기 · 113

- 1회기의 목표 _ 113
- 1회기 절차 _ 114



안건 설정하기 _ 114

PTSD의 증상과 기능적 모델에 관한 논의 _ 115

인지 이론 설명하기 _ 120

감정의 역할 논의하기 _ 124

지표 사건 검토하기 _ 126

치료 설명하기 _ 128

첫 연습과제 제공하기 _ 130

회기에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 132

[유인물 5-1] 트라우마 사건 후 PTSD 증상에서의 회복 또는 비회복 _ 133

[유인물 5-2] 교착점은 무엇인가 _ 135

[유인물 5-3] CPT 1회기 후 연습과제 _ 136



제6장 교착점 찾기: 2, 3회기 • 137

2, 3회기의 목표 _ 137

2회기: 트라우마의 충격 검토하기 / 138

2회기 절차 _ 138

자가보고 척도의 내담자 점수 검토하기 _ 138

내담자가 트라우마 충격진술문을 읽고 교착점 확인하기 _ 139

트라우마 충격진술문 및 기타 연습과제를 준수하지 않는 문제 해결하기 _ 143

사건, 생각 및 감정 간의 연결 검토하기 _ 145

ABC 워크시트 소개하기 _ 150

교착점을 더 완전하게 설명하고 논의하기 _ 151

새로운 연습과제 제공하기 _ 156

회기 및 연습과제에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 156

3회기: 사건, 생각 및 감정 작업하기 / 156

3회기의 목표 _ 156

3회기 절차 _ 157

자가보고 척도의 내담자 점수 검토하기 _ 158



내담자의 연습과제 완료 검토하기 _ 158

ABC 워크시트를 검토하고 사건, 생각 및 감정을 조사하는 데에 사용하기 _ 160

트라우마 관련 ABC 워크시트를 사용하여 동화된 인지에 도전 시작하기 _ 161

연습과제 제공하기 _ 163

회기와 연습과제에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 164

[유인물 6-1] 교착점일지 _ 165

[유인물 6-2] 감정 확인하기 유인물 _ 166

[유인물 6-3] ABC 워크시트 _ 167

[유인물 6-3A] ABC 워크시트 예시 1 _ 168

[유인물 6-3B] ABC 워크시트 예시 2 _ 169

[유인물 6-3C] ABC 워크시트 예시 3 _ 170

[유인물 6-4] 교착점 도움 시트 _ 171

[유인물 6-5] CPT 2회기 후 연습과제 _ 174

[유인물 6-6] CPT 3회기 후 연습과제 _ 175



제7장 지표 사건 다루기: 4, 5회기 • 177

4, 5회기의 목표 _ 177

4회기: 지표 사건 조사하기 / 178

4회기 절차 _ 178

내담자의 ABC 워크시트 검토하기 _ 178

인지 처리하기: 동화된 교착점 다루기 _ 179

의도, 책임, 예측 불가능성 구분하기 _ 185

도전질문지 워크시트 소개하기 _ 191

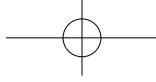
새로운 연습과제 제공하기 _ 191

회기 및 연습과제에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 192

5회기: 도전질문지 워크시트 사용하기 / 192

5회기 절차 _ 192

내담자의 도전질문지 워크시트 검토하기 _ 192



문제 사고 패턴 워크시트 소개하기 _ 197

새로운 연습과제 제공하기 _ 198

회기 및 연습과제에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 198

[유인물 7-1] 책임의 수준 유인물 _ 199

[유인물 7-2] 도전질문지 워크시트 _ 200

[유인물 7-2A] 도전질문지 워크시트 예시 1 _ 202

[유인물 7-2B] 도전질문지 워크시트 예시 2 _ 205

[유인물 7-3] 도전질문지 워크시트를 위한 안내 _ 208

[유인물 7-4] CPT 4회기 후 연습과제 _ 212

[유인물 7-5] 문제 사고 패턴 워크시트 _ 213

[유인물 7-5A] 문제 사고 패턴 워크시트 예시 _ 215

[유인물 7-6] CPT 5회기 후 연습과제 _ 217



제8장 자기 도전하는 법 배우기: 6, 7회기 • 219

6, 7회기의 목표 _ 219

6회기: 문제 사고 패턴 워크시트 및 신념 도전하기 워크시트 소개하기 / 220

6회기 절차 _ 220

치료 반응에 대한 중간 프로토콜 평가 수행하기 _ 220

문제 사고 패턴 검토하기 워크시트 _ 221

정신적 외상의 예시가 포함된 신념 도전하기 워크시트 소개하기 _ 222

새로운 연습과제 제공하기 _ 224

회기 및 연습과제에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 224

7회기: 신념 도전하기 워크시트 및 모듈 소개하기 / 225

7회기 절차 _ 225

내담자의 신념 도전하기 워크시트 검토하기 _ 225

다섯 가지 주제에 대한 개요 제공하기 _ 226

안전 주제 소개하기 _ 228

새로운 연습과제 제공하기 _ 230

회기 및 연습과제에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 230

[유인물 8-1] 신념 도전하기 워크시트 _ 231

[유인물 8-1A] 신념 도전하기 워크시트 예시 1 _ 232

[유인물 8-1B] 신념 도전하기 워크시트 예시 2 _ 234

[유인물 8-1C] 신념 도전하기 워크시트 예시 3 _ 236

[유인물 8-1D] 신념 도전하기 워크시트 예시 4 _ 238

[유인물 8-1E] 신념 도전하기 워크시트 예시 5 _ 240

[유인물 8-2] CPT 6회기 후 연습과제 _ 242

[유인물 8-3] 안전 문제 모듈 _ 243

[유인물 8-4] CPT 7회기 후 연습과제 _ 246



제9장 트라우마 주제-안전, 신뢰, 힘/통제: 8~10회기 • 247

8, 9, 10회기의 목표 _ 247

8회기: 안전 다루기 및 신뢰 소개하기 / 247

8회기 절차 _ 247

내담자의 신념 도전하기 워크시트 검토하기 _ 248

신뢰 주제 소개하기 _ 250

새로운 연습과제 제공하기 _ 251

회기 및 연습과제에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 251

9회기: 신뢰 처리하기 및 힘/통제 소개하기 / 252

9회기 절차 _ 252

내담자의 신념 도전하기 워크시트 검토하기 _ 252

힘/통제 주제 소개하기 _ 256

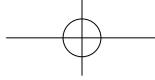
새로운 연습과제 제공하기 _ 258

회기 및 연습과제에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 258

10회기: 힘과 통제 다루기/존중 소개하기 / 258

10회기 절차 _ 258

내담자의 신뢰의 별 워크시트 및 신념 도전하기 워크시트 검토하기 _ 259



- 존중 주제 소개하기 _ 263
- 새로운 연습과제 제공하기 _ 263
- 회기 및 연습과제에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 264
- [유인물 9-1] 신뢰 문제 모듈 _ 265
- [유인물 9-2] CPT 8회기 후 연습과제 _ 269
- [유인물 9-3] 신뢰의 별 워크시트 _ 270
- [유인물 9-3A] 신뢰의 별 워크시트 예시 _ 272
- [유인물 9-4] 힘/통제 문제 모듈 _ 274
- [유인물 9-5] CPT 9회기 후 연습과제 _ 277
- [유인물 9-6] 힘을 주고받는 방법 유인물 _ 278
- [유인물 9-7] 존중 문제 모듈 _ 279
- [유인물 9-8] CPT 10회기 후 연습과제 _ 284



제10장 존중, 친밀감 그리고 미래 직면하기: 11, 12회기 및 후속 지도 · 285

11, 12회기의 목표 _ 285

11회기: 존중 검토하기 및 친밀감 소개하기 / 285

11회기 절차 _ 285

내담자의 신념 도전하기 워크시트 검토하기 _ 286

칭찬 주고받기/행동활성화에 대한 과제 검토하기 _ 289

치료 종결 논의하기 _ 290

친밀감 주제 소개하기 _ 290

새로운 연습과제 제공하기 _ 291

회기 및 연습과제에 대한 내담자의 반응 확인하기 _ 292

12회기: 친밀감 처리하기 그리고 최종 트라우마 충격진술문 / 292

12회기 절차 _ 292

내담자의 신념 도전하기 워크시트 검토하기 _ 292

내담자의 기존 트라우마 충격진술문과 새로운 트라우마 충격진술문 검토하기 _ 295

치료과정 및 내담자의 진전 상황 검토하기 _ 296

미래에 대한 내담자의 목표 확인하기 _ 296

후속지도 참고 사항 / 297

[유인물 10-1] 친밀감 문제 모듈 _ 299

[유인물 10-2] CPT 11회기 후 연습과제 _ 303



제4부

치료 방식의 조정과 특별한 고려 사항



제11장 CPT의 변형: 트라우마 진술문이 있는 CPT, 다양한 기간의 CPT, 급성 스트레스장애를 위한 CPT · 307

트라우마 진술문이 있는 CPT _ 307

다양한 기간의 CPT _ 318

급성 스트레스장애에 대한 CPT _ 321

[유인물 11-1] CPT+A 3회기 후 연습과제 _ 322

[유인물 11-2] CPT+A 4회기 후 연습과제 _ 323

[유인물 11-3] CPT+A 7회기 후 연습과제 _ 324



제12장 집단 CPT와 성적 학대의 치료를 위한 CPT · 325

집단 CPT _ 326

성적 학대를 위한 CPT _ 342

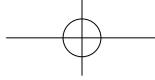
[유인물 12-1] 성적 학대를 위한 인지처리치료(CPT-SA): 치료 개요 _ 343



제13장 다양한 트라우마 유형을 다루는 문제 · 347

전투 및 전사의 기풍 _ 348

성폭행 _ 351



친밀한 파트너 폭력 _ 354

재난 및 사고 _ 355

뇌 손상, 낮은 지능 또는 노화/치매가 있는 내담자의 트라우마 _ 356

비애가 뒤얽힌 PTSD _ 358

청소년기의 트라우마 그리고 다른 발달 기간에 미치는 영향 _ 359

[유인물 13-1] 도전질문지 워크시트 수정본 _ 362

[유인물 13-2] 신념 도전하기 워크시트 수정본 _ 364

[유인물 13-3] 신념 도전하기 워크시트 간소화 버전 _ 365

[유인물 13-4] 비애와 애도에 대한 문제의 예 _ 366



제14장 다양성과 문화에 걸친 수정 · 369

인종/민족 및 성적 지향의 다양성 _ 370

종교와 도덕성 _ 371

다른 언어/문화에 대한 CPT 적용 _ 375

- ◎ 참고문헌 _ 379
- ◎ 찾아보기 _ 392