

차례

역자 서문 _ 3

저자 서문 _ 5

제1장

개요 _ 13

- 물질 중독과 행동 중독: 다르다고 하기엔 비슷한 _ 17
- 중독을 위한 CBT _ 21
- 중독에 대한 CBT의 목표는 무엇인가 _ 28

제2장

이론적 모델 _ 31

- 중독행동의 바탕이 되는 인지적 과정 _ 31
- 중독행동의 CBT모델 _ 40
- 중독행동의 발달 _ 44
- 중독행동의 유지 _ 48
- 중독행동의 과정 _ 50

제3장

사례개념화 _ 57

- 사례개념화의 열 가지 필수 요소 _ 58
- 사례 예시: Carol _ 75

제4장

수치심, 낙인, 그리고 치료관계 _ 83

- 치료관계에 부정적인 영향을 미치는 신념 _ 84
- 말의 중요성 _ 96
- 초기 상담 _ 98
- 신뢰의 구축, 유지 및 회복 _ 102
- 저항 용어에 대한 저항 _ 108
- 경계 설정과 한계 설정 _ 110
- 신뢰성 유지 _ 113
- 힘겨루기 관리 _ 114

제5장**개별 회기 구성 _ 119**

- 의제 설정 _ 120
- 기분 확인 _ 124
- 이전 회기와 연결하기 _ 125
- 우선순위 정하기와 의제 항목 다루기 _ 126
- 회기 중 핵심 요약 제공 _ 131
- 필요에 따른 과제 내주기 _ 133
- 피드백 교환 _ 135
- 마무리 및 차후 회기 계획 _ 136

제6장**길잡이식 발견, 동기강화상담,
기능 분석 _ 137**

- 길잡이식 발견 및 동기강화상담 _ 138
- 사고, 감정, 행동의 연결고리를 찾기 위한
길잡이식 발견 _ 142
- 기능 분석 _ 151

제7장**표준화된 CBT 기법 _ 159**

- 자극 관리 _ 160
- 지연 및 주의 분산 _ 162
- 이익-손해 분석 _ 164
- 가치위계구조 _ 167
- 활동점검 및 일정 짜기 _ 168
- 행동활성화 _ 170
- 자동적 사고 기록 _ 172
- 수용과 전념 _ 174
- 이완 훈련 _ 177
- 마음챙김과 명상훈련 _ 178
- 유관관리 _ 179
- 역할 연습 _ 179
- 표준화된 CBT 기법들 간의 상호작용에
대한 이해 _ 182
- 삶을 개선하는 기술 촉진하기 _ 183
- 기술을 연습하고 일반화하는 과제 _ 185

제8장**목표 설정 _ 193**

- 치료 목표로서의 폐해 감소 _ 194
- 일부 치료사들은 치료 목표에 대한 자신의
태도를 바꿔야 한다 _ 196
- 현실적인 목표 설정과 치료이탈 피하기 _ 198
- 목표 설정을 위한 전략 _ 202

제9장**심리교육 _ 213**

- 심리교육에서 다룰 수 있는 다양한 주제 _ 213
- 심리교육의 과정 _ 234

제10장**사고와 신념 _ 243**

- 중독행동과 관련된 사고와 신념 _ 244
- 중독행동과 관련된 인지과정 _ 249
- 내담자의 사고와 신념 변화 돕기 _ 254

제11장**모드와 중독행동 _ 271**

- 모드 이론 _ 272
- 모드 다루기 _ 278

제12장**중독집단 CBT _ 285**

- 중독집단 CBT 구성 및 내담자 등록 _ 286
- 중독집단 CBT의 원칙과 구조 _ 290
- 집단의 목표 설정 _ 305
- 집단의 주제 및 기법 선택하기 _ 308
- 집단 과정과 문제 _ 312

제13장**재발 방지와 폐해 감소 _ 317**

- CBT 관점으로 본 재발 방지와 폐해 감소 _ 320
- 폐해 감소와 재발 방지로 내담자 안내하기 _ 323
- 재발 방지와 폐해 감소를 위한 기능 분석 _ 326
- 재발 예측, 관리, 이해하기 _ 332
- 치료 종료 및 보강 회기 _ 347

참고문헌 _ 349

찾아보기 _ 361

이 책의 구매자는 다음 웹사이트(www.guilford.com/liese-forms)에서 복사 가능한 양식의 확대 버전을 다운로드하고 인쇄할 수 있습니다. 해당 자료는 개인적 사용 또는 상담 목적으로만 사용이 가능하며, 자세한 사항은 저작권 페이지를 참조하시기 바랍니다.