

차례

- 역자 서문 _ 3
- 저자 서문 _ 7

제1부

MERIT의 이론적 · 경험적 · 임상적 틀

제1장 서문 19

- 중증 정신질환의 도전 _ 19
- 메타인지 성찰 및 통찰 치료(MERIT) _ 23
- 이 책의 개요 _ 26
- 용어에 대한 언급 _ 27

제2장 메타인지 손상과 중증 정신질환 29

- 중증 정신질환은 어떻게 삶에 저해가 되는가 _ 29
- 의미부여 능력의 손상과 조현병에서의 파편화 경험:
간략한 역사 _ 32



10

차례

메타인지 평가의 어려움 _ 36

통합, 행동, 그리고 정신질환 _ 39

제3장 메타인지 처리 과정을 이해하기 41

메타인지에 대한 MERIT의 관점 _ 41

메타인지에 대한 MERIT의 가정 _ 43

메타인지와 관련된 다른 개념들 _ 50

제4장 메타인지 평가와 중증 정신질환에서의 역할 53

메타인지 평가 척도-축약형(MAS-A) _ 54

MAS-A의 주요 발견들 _ 56

MERIT 개입 틀(MERIT-IF) _ 60

제2부

**MERIT의 전제조건과
여덟 가지 핵심 요소**

제5장 MERIT 실행을 위한 전제조건 63

MERIT의 전제조건 I: 중증 정신질환으로부터의 회복은 가능하다 _ 64

MERIT의 전제조건 II: 환자는 자신의 회복에 있어

능동적인 주체다 _ 66



MERIT의 전제조건 III: 자문가이자 동등한 참여자로서의

치료자 역할 _ 69

MERIT의 전제조건 IV: 정신병 환자의 경험은 이해될 수 있다 _ 71

MERIT의 전제조건 V: 인식 수준의 향상은 정서적 고통으로

이어질 수 있다 _ 73

MERIT의 전제조건 VI: 사회적 낙인은 중증 정신질환을 가진

사람들에게 현저한 영향을 미칠 수 있다 _ 75

제6장

MERIT 요소들의 개요 및 요소 1: 의제

79

MERIT 요소들의 개요 _ 79

MERIT 요소 1: 의제 _ 80

환자가 의제를 명확히 하도록 돕기 _ 84

공유된 과정의 중요성 _ 88

의제를 감지하는 데 방해가 되는 것들 _ 89

임상적 예시 _ 92

MERIT-TAS 요소 1 _ 96

제7장

요소 2: 치료자의 마음 끼워 넣기

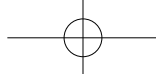
99

치료자 사고를 공유하기 위한 기본 조건 _ 100

치료자의 태도 _ 103

개방적인 태도로 치료자의 마음 끼워 넣기 _ 108

MERIT-TAS 요소 2 _ 112



12

차례

제8장 **요소 3: 서사적 삽화 이끌어내기** **115**

- 서사 이끌어 내고 탐색하기 _ 117
- 환자가 서사 과정에 참여하도록 돕기 _ 120
- 서사 획득에 방해가 되는 것들 _ 122
- MERIT-TAS 요소 3 _ 125

제9장 **요소 4: 심리적 문제 정의** **127**

- 문제의 정의 _ 128
- 회기 내에서 문제가 출현하는 방식 _ 129
- 문제 정의 시에 일반적인 어려움 _ 131
- 진정성의 중요성 _ 134
- 치료 과정에 따른 심리적 문제의 진화 _ 138
- MERIT-TAS 요소 4 _ 139
- 제6장부터 제9장까지의 요약 _ 140

제10장 **요소 5: 치료 관계에 대한 성찰** **143**

- 치료 관계의 핵심 구성 요소 _ 144
- 치료 관계가 메타인지 활동을 지원하는 방식 _ 145
- MERIT-TAS 요소 5 _ 150

제11장 **요소 6: 치료 진행에 대한 성찰** **153**

- 진전에 대한 질문과 성찰 _ 154
- 변화에 대해 질문하기 _ 156



진전에 관한 논의의 시점 _ 159

다른 요소와의 시너지 _ 159

MERIT-TAS 요소 6 _ 161

제12장 MERIT-IF와 회기 중 메타인지 평가 163

MERIT 개입 틀(MERIT-IF) _ 164

MERIT-IF를 사용한 심리치료 회기 중의 메타인지 평가 _ 172

MERIT-IF 사용 시 고려 사항 _ 185

제13장 요소 7: 자기성찰성(S)과 타인에 대한 인식(O) 자극하기 187

자기성찰성(S) 자극하기 _ 190

타인에 대한 인식(O) 자극하기 _ 203

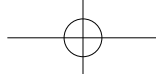
MERIT-TAS 요소 7 _ 212

제14장 요소 8: 숙련도(M) 자극하기 215

숙련도(M) 자극하기 _ 216

M 개입을 할 때의 일반적인 어려움 _ 226

MERIT-TAS 요소 8 _ 227



14

차례

제3부

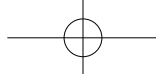
실행적 · 임상적 ·
기술적 이슈

제15장 실제 치료 시 고려 사항과 MERIT 배우기 **231**

- 실질적인 고려 사항 _ 231
- 환자에게 MERIT 소개하고 설명하기 _ 232
- 치료의 단계 _ 234
- 치료 기간 및 변화 속도 _ 237
- 치료 준수 및 충실도 _ 239
- MERIT 학습하기: 감독 및 치료자 경험 _ 239
- 치료자 사기 저하를 방지하기 _ 243
- 치료자 자기공개 _ 244
- 숙제 _ 246

제16장 일반적인 임상적 이슈 **249**

- 동반 이환된 물질 남용 _ 249
- 정서적 고통과 자살 위험 _ 250
- 증상 악화 _ 251
- 위기와 입원 _ 252
- 외상 이력 _ 253
- 분노와 반사회적 행동 _ 255
- 동반 이환된 내과적 상태 _ 256



낮은 병식과 약물 비순응 _ 257

뿌리 깊은 질병 정체성 _ 259

이전 정신건강 치료에서의 부정적인 경험 _ 260

치료결과 및 회복 _ 260

제17장 MERIT의 과거와 미래

263

뿌리 _ 263

현재 _ 265

미래 _ 270

부록

부록 I: MERIT 개입 틀(MERIT-IF) _ 271

부록 II: MERIT 치료자 준수 척도(MERIT-TAS) _ 274

○참고문헌 _ 279

○찾아보기 _ 298