

DBT
EXPERIENTIAL CLASS FOR
PROFESSIONALS
2023 Curriculum

전문가를 위한 DBT Experiential Class
2023 커리큘럼

Class Leader: 조용범 박사



DBT EXPERIENTIAL CLASS

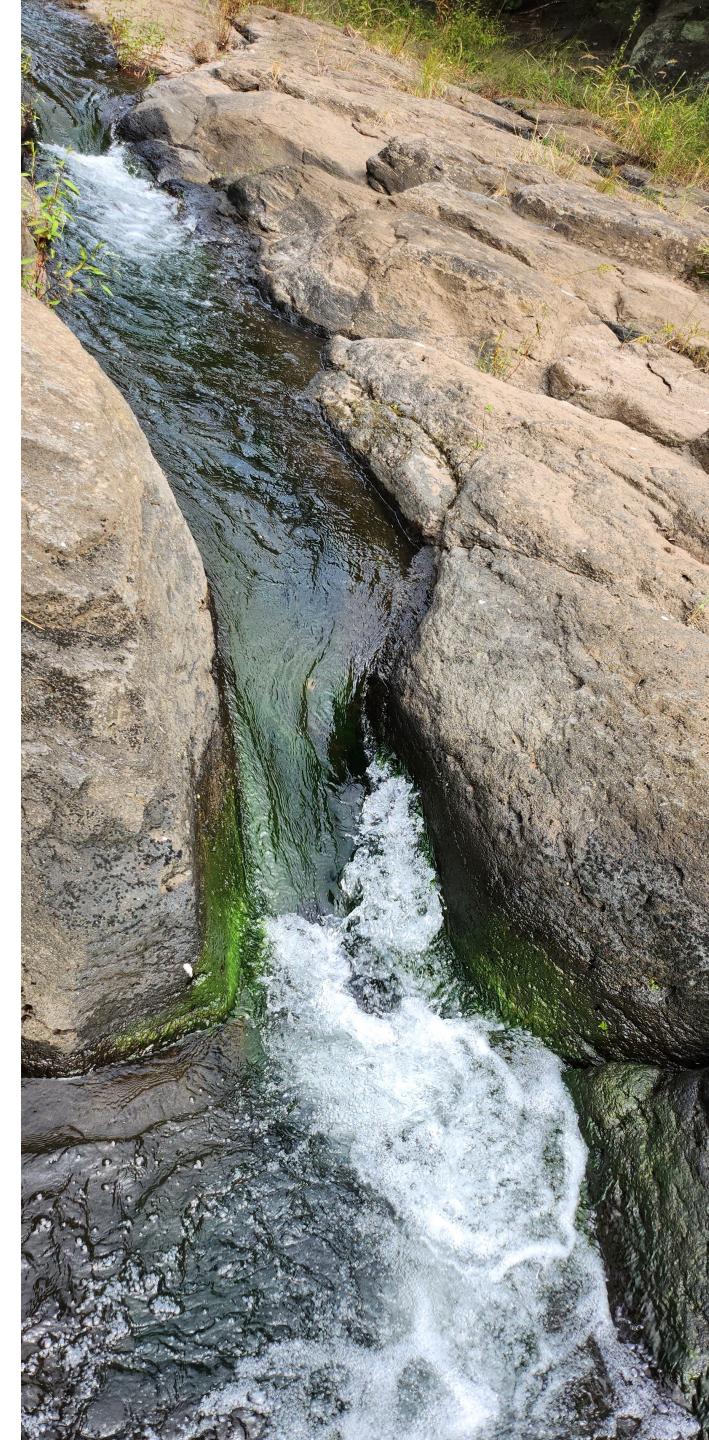
THE BEGINNING

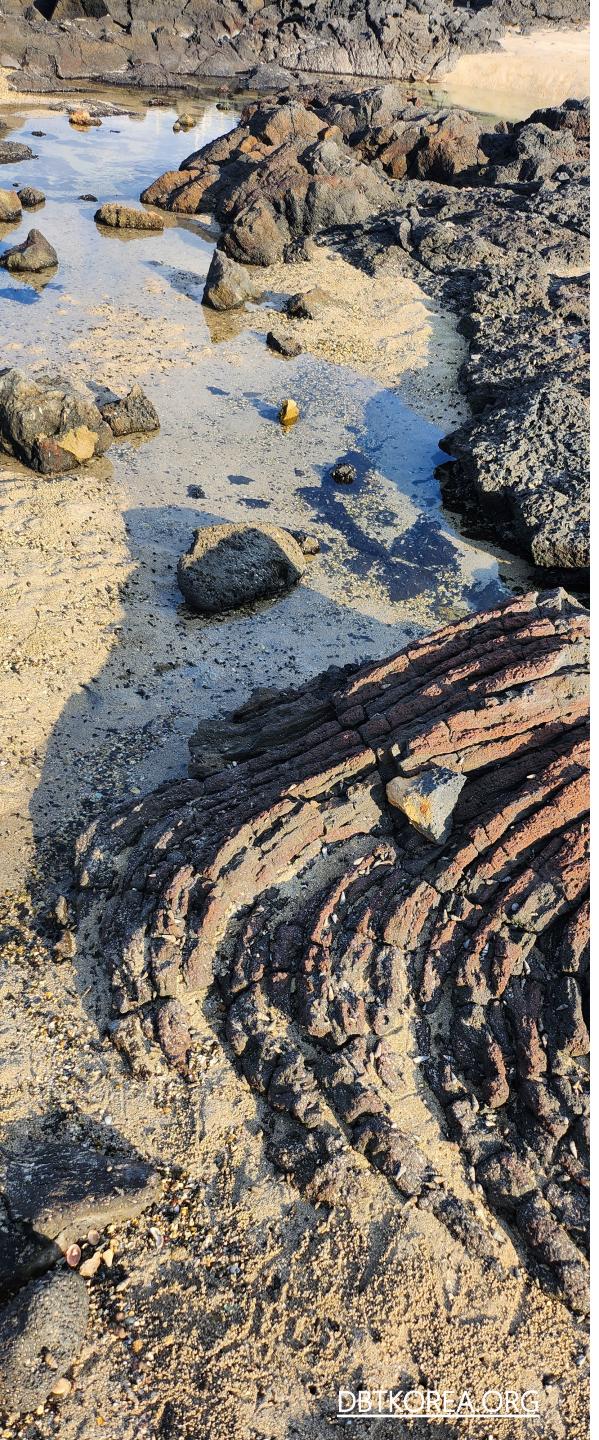
2008년 다이어렉티컬 행동치료(DBT)의 개발자인 마샤 리네한 박사는 조용범 대표의 초청으로 한국에 방한하여 DBT 워크숍을 진행하였습니다.

워크숍을 마친 후 리네한 박사는 한국 전문가들이 DBT를 직접 경험할 수 있도록 하는 것이 바람직하다는 의견을 내셨고 2000년 뉴욕에서부터 DBT 치료를 진행해 왔던 조용범 박사는 전문가를 위한 DBT Experiential Class를 런칭하게 됩니다.

그동안 DBT를 진지하게 생각하는 한국의 많은 전문가들이 이 클래스를 통해 DBT 그룹에서 일어나는 실제 상황들을 경험하는 기회를 가졌습니다.

2022년부터는 전문가를 위한 DBT 클래스를 상설화하여 학기별로 등록할 수 있도록 하였습니다. 특히 전문가들이 DBT 치료팀의 일원으로 클래스에 참여하여 DBT 실제를 있는 그대로 경험하며 스킬을 스스로 적용하며 습득하는 좋은 기회를 가질 수 있습니다. 이 과정은 리네한 박사의 DBT 치료자의 철학에 따라 교육과 수련을 받고자 하시는 분들에게는 꼭 필요한 교육 수련 과정입니다.





DBT EXPERIENTIAL CLASS CURRICULUM

DBT Experiential Class 2023 클래스 구조

- 총 10주 & 클래스 시작 전 Pre-session A 와 B 동영상 강좌
 - Pre-session A: DBT Experiential Class Orientation Session (online)
 - Pre-session B: DBT Mindfulness Basic (online)
 - DBT 마인드풀니스 스킬 모듈
 - 대인관계 효율성 스킬 / 감정조절 스킬 / 고통감내 스킬 / 청소년 가족 DBT 스킬

*각 클래스는 마인드풀니스 스킬과 함께 DBT 대인관계 효율성 스킬, 감정조절 스킬, 고통감내 스킬, 청소년 가족 DBT 스킬을 배우고 실제로 적용하는 것으로 구성되어 있습니다. 전문가를 위한 DBT Experiential Class는 치료팀을 이루어 스킬훈련 클래스를 진행하게 됩니다.

전문가를 위한
DBT Experiential Class
바로가기

DBT Experiential Class 2023 Winter 겨울학기

- DBT-ECP-01 목요일 클래스 (2023-02-02 ~ 2023-04-06): 대인관계 효율성 스킬 & 마인드풀니스 클래스

DBT Experiential Class 2023 Spring 봄학기

- DBT-ECP-02 수요일 클래스 (2023-03-08 ~ 2023-05-10): 청소년 가족 DBT 스킬 & 마인드풀니스 클래스

DBT Experiential Class 2023 Summer 여름학기

- DBT-ECP-03 목요일 클래스 (2023-04-20 ~ 2023-06-22): 감정조절 스킬 & 마인드풀니스 클래스

DBT Experiential Class 2023 Fall 가을학기

- DBT-ECP-04 목요일 클래스 (2023-09-07 ~ 2023-11-19): 고통감내 스킬 & 마인드풀니스 클래스

참가자격

전문 정신병리학과목과 관련 임상수련 과정을 이수하거나 이수중인 정신의학 전문가 또는 석사과정 이상 전문가
마샤 리네한의 DBT 치료자에 대한 기본적 태도와 철학을 따르고자 하는 분 (11p 마샤 리네한의 서문 참고)

DBT EXPERIENTIAL CLASS REGISTRATION

2023 WINTER 대인관계 효율성 스킬 & 마인드풀니스 클래스

참가신청 및 접수 방법 안내

신청: 2023.1.16 (월)

참여인원: 20명 내외 (성원이 안되는 경우 과정이 연기될 수 있습니다.)

상세안내: [2023 WINTER 대인관계 효율성 스킬 & 마인드풀니스 클래스](#)

신청서: <https://forms.office.com/r/Kvv8SpTmJw>

참가비

77만원 (하나은행 542-910020-45204 더트리그룹(주), 부가세 포함)

* 신청 마감일 이후 참가비 송금에 대한 안내 문자를 보내 드리니 문자 확인 이후 송금 바랍니다.

진행 기간

2023년 2월 2일 - 2023년 4월 6일 (10주간 매주 목요일 오후 6시-8시)

장소

비대면 클래스는 온라인 공간에서 (Microsoft Teams) 이루어질 예정이며 신청 마감일 이후 접속 및 참여 방법을 이메일로 안내해 드리겠습니다.

준비물

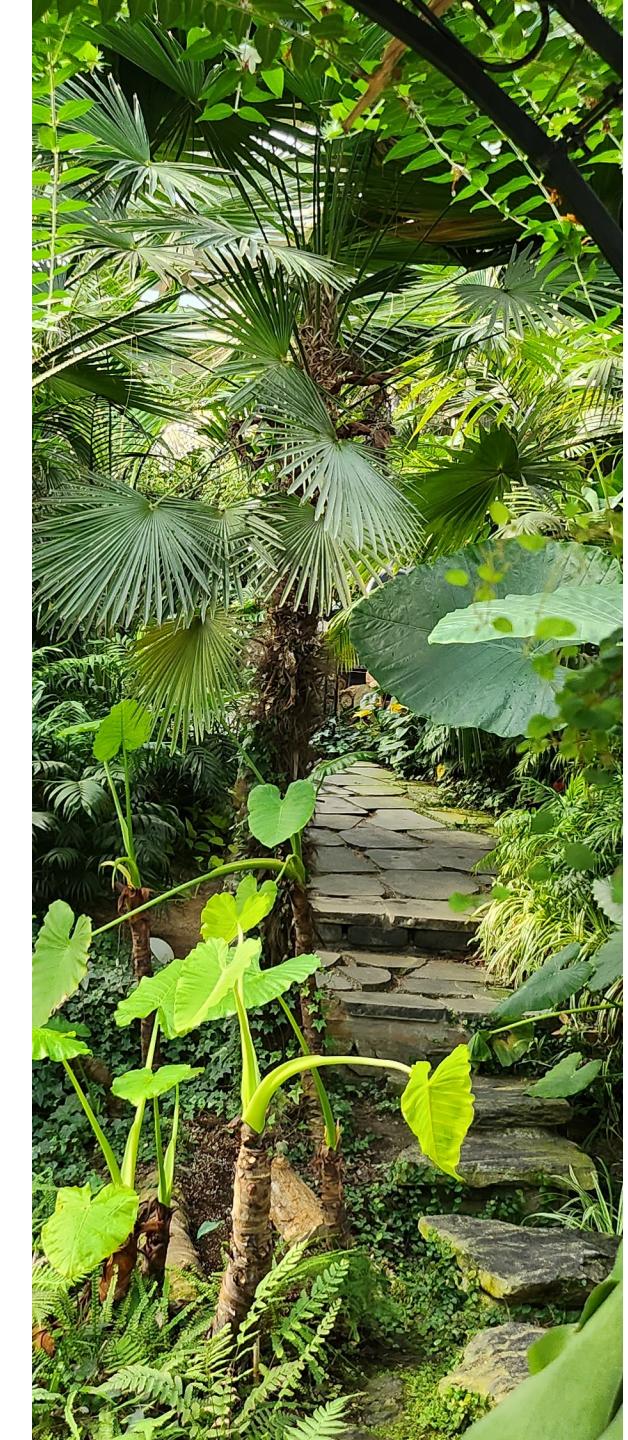
차분한 마인드풀한 공간, 화면이 큰 컴퓨터와 성능이 좋은 이어폰

전문가를 위한 DBT 다이어렉티컬 행동치료 제2판, DBT 다이어렉티컬 행동치료 워크북 제2판

*이번 학기에 처음 등록하신 분들을 위해 조용범 박사의 DBT Professional Knowledge 및 DBT Experiential Class의 오리엔테이션

부분과 마인드풀니스 관련 부분에 대한 온라인강좌를 수강하실 수 있도록 안내해 드릴 예정입니다. 온라인 강좌는 클래스가 시작하기 1주일전에

참가절차와 비용관련 행정절차가 완결된 후 팀즈 채널을 통해 안내를 해드립니다.



DBT EXPERIENTIAL CLASS REGISTRATION

2023 SPRING 청소년 가족 DBT & 마인드풀니스 클래스

참가신청 및 접수 방법 안내

신청: 2023.2.20 (월)

참여인원: 20명 내외 (성원이 안되는 경우 과정이 연기될 수 있습니다.)

상세안내: [2023 SPRING 청소년, 가족 DBT & 마인드풀니스 클래스](#)

신청서: <https://forms.office.com/r/c8ebFLv1Yx>

참가비

77만원 (하나은행 542-910020-45204 더트리그룹(주), 부가세 포함)

* 신청 마감일 이후 참가비 송금에 대한 안내 문자를 보내 드리니 문자 확인 이후 송금 바랍니다.

진행 기간

2023년 3월 8일 - 2023년 5월 10일 (10주간 매주 수요일 오후 6시-8시)

장소

비대면 클래스는 온라인 공간에서 (Microsoft Teams) 이루어질 예정이며 신청 마감일 이후 접속 및 참여 방법을 이메일로 안내해 드리겠습니다.

준비물

차분한 마인드풀한 공간, 화면이 큰 컴퓨터와 성능이 좋은 이어폰

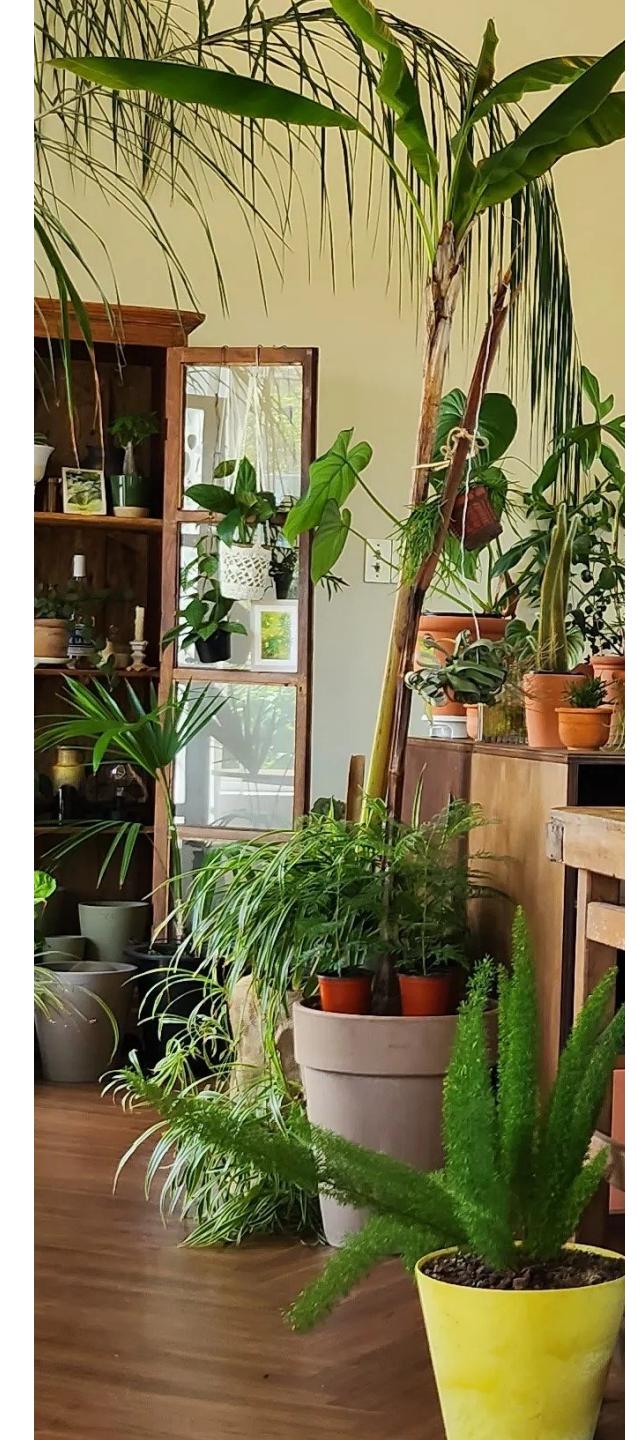
청소년을 위한 DBT 다이어렉티컬 행동치료

전문가를 위한 DBT 다이어렉티컬 행동치료 제2판, DBT 다이어렉티컬 행동치료 워크북 제2판

*이번 학기에 처음 등록하신 분들을 위해 조용범 박사의 DBT Professional Knowledge 및 DBT Experiential Class의 오리엔테이션

부분과 마인드풀니스 관련 부분에 대한 온라인강좌를 수강하실 수 있도록 안내해 드릴 예정입니다. 온라인 강좌는 클래스가 시작하기

1주일전에 참가절차와 비용관련 행정절차가 완결된 후 팀즈 채널을 통해 안내를 해드립니다.



DBT EXPERIENTIAL CLASS REGISTRATION

2023 SUMMER 감정조절 스킬 & 마인드풀니스 클래스

참가신청 및 접수 방법 안내

신청: 2023.4.3 (월)

참여인원: 20명 내외 (성원이 안되는 경우 과정이 연기될 수 있습니다.)

상세안내: [2023 SUMMER 감정조절 스킬 & 마인드풀니스 클래스](#)

신청서: <https://forms.office.com/r/jAhVNv8Tuz>

참가비

77만원 (하나은행 542-910020-45204 더트리그룹(주), 부가세 포함)

* 신청 마감일 이후 참가비 송금에 대한 안내 문자를 보내 드리니 문자 확인 이후 송금 바랍니다.

진행 기간

2023년 4월 20일 - 2023년 6월 22일 (10주간 매주 목요일 오후 6시-8시)

장소

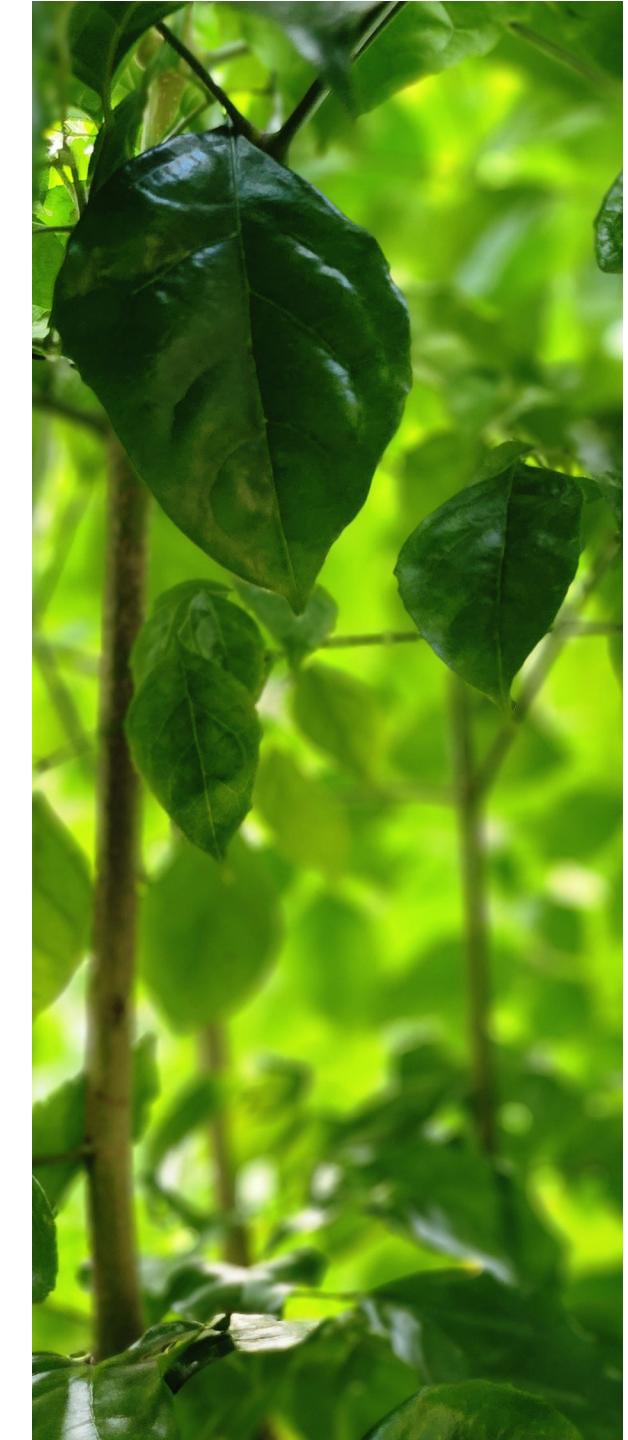
비대면 클래스는 온라인 공간에서 (Microsoft Teams) 이루어질 예정이며 신청 마감일 이후 접속 및 참여 방법을 이메일로 안내해 드리겠습니다.

준비물

차분한 마인드풀한 공간, 화면이 큰 컴퓨터와 성능이 좋은 이어폰

전문가를 위한 DBT 다이어렉티컬 행동치료 제2판, DBT 다이어렉티컬 행동치료 워크북 제2판

*이번 학기에 처음 등록하신 분들을 위해 조용범 박사의 DBT Professional Knowledge 및 DBT Experiential Class의 오리엔테이션 부분과 마인드풀니스 관련 부분에 대한 온라인강좌를 수강하실 수 있도록 안내해 드릴 예정입니다. 온라인 강좌는 클래스가 시작하기 1주일전에 참가절차와 비용관련 행정절차가 완결된 후 팀즈 채널을 통해 안내를 해드립니다.



DBT EXPERIENTIAL CLASS REGISTRATION

2023 FALL 고통감내 스킬 & 마인드풀니스 클래스

참가신청 및 접수 방법 안내

신청: 2023.8.22 (월)

참여인원: 20명 내외 (성원이 안되는 경우 과정이 연기될 수 있습니다.)

상세안내: [FALL 고통감내 스킬 & 마인드풀니스 클래스](#)

신청서: <https://forms.office.com/r/kAsAZEP3si>

참가비

77만원 (하나은행 542-910020-45204 더트리그룹(주), 부가세 포함)

* 신청 마감일 이후 참가비 송금에 대한 안내 문자를 보내 드리니 문자 확인 이후 송금 바랍니다.

진행 기간

2023년 9월 7일 – 2023년 11월 19일 (10주간 매주 목요일 오후 6시-8시)

장소

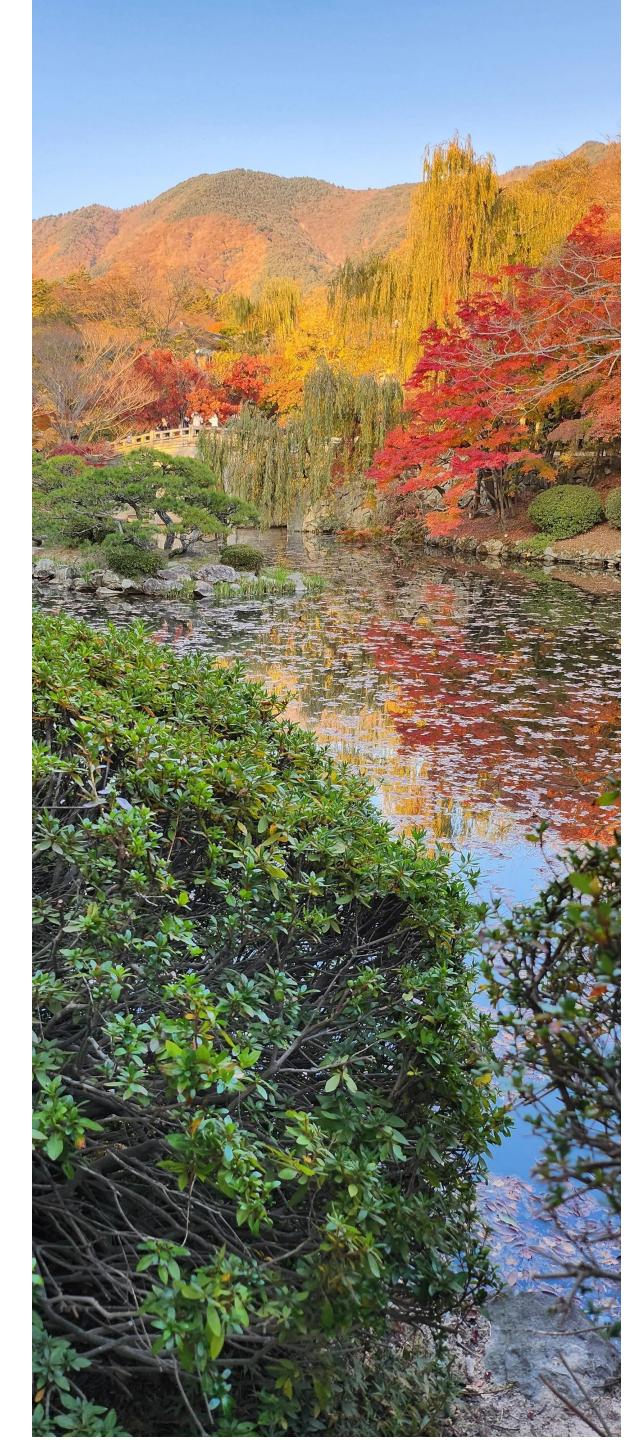
비대면 클래스는 온라인 공간에서 (Microsoft Teams) 이루어질 예정이며 신청 마감일 이후 접속 및 참여 방법을 이메일로 안내해 드리겠습니다.

준비물

차분한 마인드풀한 공간, 화면이 큰 컴퓨터와 성능이 좋은 이어폰

전문가를 위한 DBT 다이어렉티컬 행동치료 제2판, DBT 다이어렉티컬 행동치료 워크북 제2판

*이번 학기에 처음 등록하신 분들을 위해 조용범 박사의 DBT Professional Knowledge 및 DBT Experiential Class의 오리엔테이션 부분과 마인드풀니스 관련 부분에 대한 온라인강좌를 수강하실 수 있도록 안내해 드릴 예정입니다. 온라인 강좌는 클래스가 시작하기 1주일전에 참가절차와 비용관련 행정절차가 완결된 후 팀즈 채널을 통해 안내를 해드립니다.



STORY OF DR. CHO & DBT



더트리그룹의 대표이자 미국 뉴욕 주 심리학자인 조용범 박사는 University of Utah를 졸업하고, New School for Social Research에서 Clinical Psychology 박사학위를 받았습니다. 이후 1998년부터 뉴욕의 The Zucker Hillside Hospital/Long Island Jewish Medical Center에서 임상수련을 마쳤습니다. 2002년에 한국인과 아시아계를 중심으로 감정조절장애와 경계선 성격장애, 화병 증상을 보이는 사람들에게 처음으로 DBT를 시작하였으며, 같은 병원에 Asian American Family Clinic을 오픈했습니다. 다양한 문화권의 내담자에게 심리치료로 도움을 준 그의 활동이 뉴욕 타임즈 및 다양한 언론매체에 소개되기도 했습니다.

이후 한국에서 더트리그룹(주)을 설립하여 다이어렉티컬 행동치료(DBT), 지속노출치료(Prolonged Exposure Therapy, PE), 인지 및 행동치료 등 과학적 근거를 갖춘 심리치료를 제공하고 있습니다. 2007년에는 DBT 개발자인 University of Washington 심리학과의 마샤 리네한 박사와 시애틀 DBT 전문가팀의 도움으로 한국 DBT 센터 (Dialectical Behavior Center of Korea)를 설립하였고, 2008년에는 리네한 박사를 한국에 초청하여 DBT 전문가 워크숍을 개최하였습니다. 조용범 박사는 마샤 리네한의 주요 DBT 저서인 DBT 다이어렉티컬 행동치료 매뉴얼과 청소년을 위한 DBT를 번역 출간하였습니다.

주요경력사항

- * 미국 뉴욕 주 심리학자 면허 #015603 * DBT KOREA | DBT 센터한국본부 / 더트리그룹(주) 대표
- * 전 이화여자대학교 심리학과 겸임교수 * 전 미국 뉴욕 쥬커힐사이드병원 / 롱아일랜드 쥬이시 메디컬 센터, 아시안 아메리칸 패밀리 클리닉 심리학자
- * 동병원 Clinical Psychology Doctoral Internship수료 * 동병원 Clinical Psychology Doctoral Externship 수료
- * 미국 뉴욕 베스-이스라엘 메디컬센터, Clinical Psychology Externship 수료

HISTORY OF DBT KOREA

2000-2003

- 미국 뉴욕 the Zucker-Hillside Hospital 한국어권 이민자 대상으로 DBT 개인치료와 스킬훈련그룹 시작

2003-2007

- 경계선 성격장애 치료를 위한 다이어렉티컬 행동치료 매뉴얼 번역 및 출판
- 한국어 및 영어권 DBT 치료 프로그램 진행

2007

- 마샤 리네한 박사의 권고에 따라 미국 시애틀의 EBTCS의 Tony DuBose 박사와 Jennifer Sayrs 박사 팀 방한 및 제휴

2007-2009

- 한국 DBT센터 미국 시애틀 교육수련기관 BTech에서 DBT 팀 Intensive Workshop 이수
- 한국 DBT 센터 DBT 팀에 대한 EBTCS 수련과정 이수



HISTORY OF DBT KOREA



2008

- DBT 센터 한국 본부 마샤 리네한 박사 전문가를 위한 DBT 워크숍 진행



2008-2012

- DBT adherent 프로그램 유지와 임상적용



2012-2019

- 전문가를 위한 DBT 다이어렉티컬 행동치료 제2판
- DBT 다이어렉티컬 행동치료 워크북 제2판
- 청소년을 위한 DBT 다이어렉티컬 행동치료 번역 및 출간

MARSHA LINEHAN & DBT CLINICIAN

"치료가 어렵고 복합장애를 가진, 고위험 자살위기자를 치료하는 대학원생을 대학원에서 교육할 때면 항상, 자신을 먼저 보살필 것인지 아니면 내담자들을 먼저 돌볼 것인지 선택해야 하는 경우가 있을 수 있고, 자신과 내담자를 동시에 모두 돌보는 것이 힘들 수 있다는 점을 학생들에게 상기시켜주고는 합니다.

내담자보다 자신을 먼저 돌봐야 한다고 생각하는 학생에게는 직업을 잘못 선택했다고 말해줍니다.

치료자로서 짊어져야 할 희생을 감수하고 치료를 수행하는 용기를 가진 모든 분께 이 책을
바칩니다…."

마샤 리네한

전문가를 위한 DBT 다이어렉티컬 행동치료
서문 증정의 글에서



CONTACT INFORMATION

Phone: 02-557-8823

Email: DBTKorea@thetreeg.com

Website: DBTKOREA.ORG

