

2024

한국정신건강사회복지학회 학대재난트라우마분과

# 웨비나 시리즈 1:

## 소마틱스에 기반한 안정화 개입의 실제

Webinar Series 1:

The Realities of Somatics-Based Stabilization Interventions

2024년 6월 26일 (수) 19:00~21:00

ZOOM (온라인 화상강의)



한국정신건강사회복지학회

Korea Academy of Mental Health Social Work

## < 초대 의 글 >

한국정신건강사회복지학회 재난학대트라우마분과에서는 다양한 실천현장에서 근무하고 있는 정신건강전문가, 사회복지사, 임상실천가가 되기 위해 준비하고 있는 대학원생 등을 대상으로 소마틱스에 기반한 안정화 개입의 실제라는 주제로 교육을 준비하였습니다.

이번 소마틱스에 기반 안정화 개입은 마음의 상처와 트라우마로 고통을 겪는 분들에게 타인의 시선이 아닌 자신의 관점에서 움직임에 따른 마음의 변화를 관찰하고 조절하는 능력을 돕는 프로그램입니다.

안전한 공간에서 불안, 우울, 긴장 등 정서와 연결된 몸의 변화를 이해하여 지금-현재에 온전히 집중하여 자신만의 삶을 살아가도록 합니다. 나아가 자신이 안전하고 편안하게 느끼는 만큼 움직임을 시도하고, 자신에게 도움되는 방식으로 탐색하고 궁극적으로 몸과 마음, 감정과 생각 등을 구별해서 살피보도록 합니다. 이번 웨비나를 통해 현장에서 적용할 수 있는 트라우마 대상자의 안정화를 위한 소마 움직임 치료의 원리와 기법을 배울 기회가 될 것입니다.

학대/재난 및 트라우마 대상자의 회복을 위한 치료에 관심 있는 정신건강전문가, 상담을 제공하는 다양한 실천현장의 임상 실천가 여러분들의 많은 참여를 부탁드립니다.

2024년 6월

한국정신건강사회복지학회 회장 임 혁  
학대재난트라우마분과학회 회장 이유리  
교육위원회 위원장 이은진

## < 일정 및 진행방식 >

- **교육주제:** 소마틱스에 기반한 안정화 개입의 실제
- **교육시간:** 6/26 (수) 저녁 7:00~9:00 (2시간)
- **교육방법:** ZOOM (온라인 화상강의)

---

7:00~8:00 정신건강을 위한 소마틱스 기법의 이론적 배경과 근거

8:00~8:10 휴식

8:10~8:55 소마틱스에 기반한 안정화 기법의 실제

8:55~9:00 질의응답

---

## < 교육내용 소개 >

**트라우마는 마음뿐만 아니라, 몸에도 흔적을 남깁니다.**

그러기에, 트라우마의 치유를 위해서는 마음과 몸에 대한 통합적인 개입이 필요합니다. 이러한 맥락 속에서 최근 트라우마 분야에서는 신체에 기반한, 신체를 활용한 다양한 형태의 치료들이 각광 받고 있습니다.

본 강의에서는 1인칭 시점에서 몸에서 오는 감각을 느끼고 관찰하는 것을 강조하는 분야인 소마틱스에 대해 소개하고, 소마틱스에 기반한 다양한 기법들을 활용하여 어떻게 안정화를 도울 수 있을 지에 대해 나누고자 합니다.

이를 위해 정신건강을 위한 소마틱스 기법 활용에 대한 이론적 배경 및 근거를 소개합니다, 또한, 안정화를 돕기 위해 활용할 수 있는 몇 가지 기법들을 적용했던 경험을 공유하고, 실습할 수 있는 시간을 가지고자 합니다. 트라우마 피해자를 돕고 있는 다양한 현장에서 유용하게 활용될 수 있기를 기대합니다.

## < 강사 소개 >

# 허휴정

가톨릭의대 인천성모병원  
정신건강의학과 교수

### 학력

서울대학교 심리학과 졸업  
가톨릭대학교 의학과 졸업  
가톨릭대학교 정신건강의학 박사 취득

### 저서

마음이 힘들면 몸을 살짝, 움직입니다.  
명상과 의학 (공저)  
재난과 정신건강 (공저)

### 주요경력

**(현)가톨릭의대 인천성모병원 정신건강의학과 조교수**

한국트라우마스트레스학회 학술위원장

대한정서인지행동의학회 다양성이사

대한명상의학회 홍보이사

(전)가톨릭의대 서울성모병원 평생정신건강센터 스트레스클리닉 임상조교수

가톨릭의대 서울성모병원 정신건강의학과 임상강사

한국인지행동치료학회 학술이사



## < 참가신청 방법 >

- **등록기간:** 2024년 6월 24일(월) 오후 6시까지 (참가비 입금 완료 분)
- **등록방법:** 구글폼(<https://forms.gle/NCrFBmZSR6pWpECx8>) 링크 또는 QR코드를 통해 접수 후 참가비 납부
- **참가비 납부 계좌:** 농협은행 317-0028-2735-11 [예금주: 한국정신건강사회복지학회]

### • 참가비 안내

회원구분	참가비	
회원 (2024년 연회비 납부)	25,000원	
비회원 (연회비 미납회원 포함)	30,000원	
수련생/대학원생	회원 (2024년 연회비 납부)	20,000원
	비회원 (연회비 미납회원 포함)	25,000원

- 교육 참가자에게는 교육확인증이 발급됩니다.
- 회원 혜택은 2024년 연회비를 납부한 경우만 해당합니다.  
\* 학회 가입과 연회비 납부 시 회원가 혜택이 바로 적용됩니다.
- 수련생 및 대학원생은 신청 시 증빙자료를 이메일로 보내주셔야 합니다 (kamhsw05@hanmail.net).

- **정신건강 사회복지사 수련생의 경우 웨비나 참여는 '학술활동 확인서'가 발급됩니다.**  
- 수련생 확인서류는 학회 이메일(kamhsw05@hanmail.net)로 제출 바랍니다.

### • 환불규정 안내

- 사전등록 기간 내에는 이체수수료 제외 전액 환불 (환불금 입금은 웨비나 종료 후 이루어짐)

### • 학회 가입 및 연회비 안내: 40,000원 / 가입비 : 30,000원

- 학회 홈페이지를 통한 입회원서를 작성 및 e-mail 제출(kamhsw05@hanmail.net)
- 납부계좌: 농협은행 317-0028-2735-11 [예금주: 한국정신건강사회복지학회]  
\* 입금자(예금주)본인 이름 + 생년월일

- **문의사항:** 사무국장 전해진 / 교육간사 이솔(02-711-9665, kamhsw05@hanmail.net)