2017년 한국심리학회 연차학술대회

# 중독문제 평가와 치료체계에 대한 심리학적 접근

2017.8.18.

세종대학교 컨벤션센터

전 영 민

respectuu@kcgp.or.kr

한국도박문제관리센터

# 워크숍의 목표

- 중독상담의 **핵심 역량**을 이해한다.
- 핵심 역량의 3차원 중 **태도의 중요성**을 이해한다.
- 중독상담에서 **평가의 의미와 중요성**을 이해한다.
- **치료계획수립의 중요성과 방법**을 학습한다.

# Addiction Counseling Competencies

## The Knowledge, Skills, and Attitudes of Professional Practice

TAP 21

Technical Assistance Publication Series

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
Substance Abuse and Mental Health Services Administration
Center for Substance Abuse Treatment
www.samhsa.gov

중독상담연구시리즈-1

# 중독상담 능력

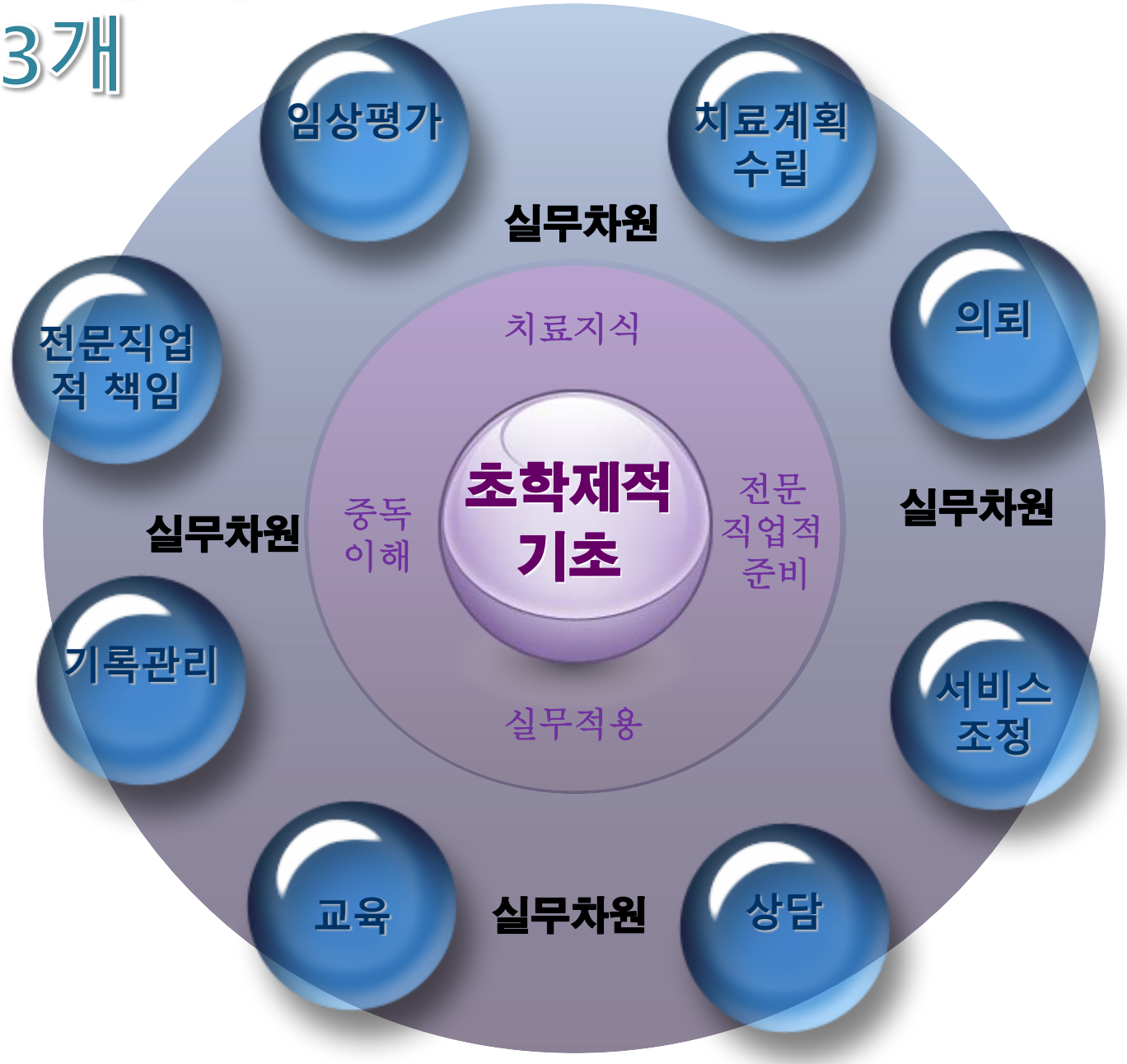
## Addiction Counseling Competencies: The Knowledge, Skills, and Attitudes of Professional Practice

Center for Substance Abuse Treatment
Addiction Technology Transfer Centers National Curriculum Committee 지음

전영민, 조성민, 강경화, 송수진 옮김

KARF 재단법인 한국음주문화연구센터
The Korean Alcohol Research Foundation

# 중독상담능력: 123개


임상평가
치료계획 수립
실무차원
의뢰
전문직업적 책임
치료지식
초학제적 기초
중독 이해
전문 직업적 준비
실무차원
실무차원
기록관리
실무적용
서비스 조정
교육
실무차원
상담

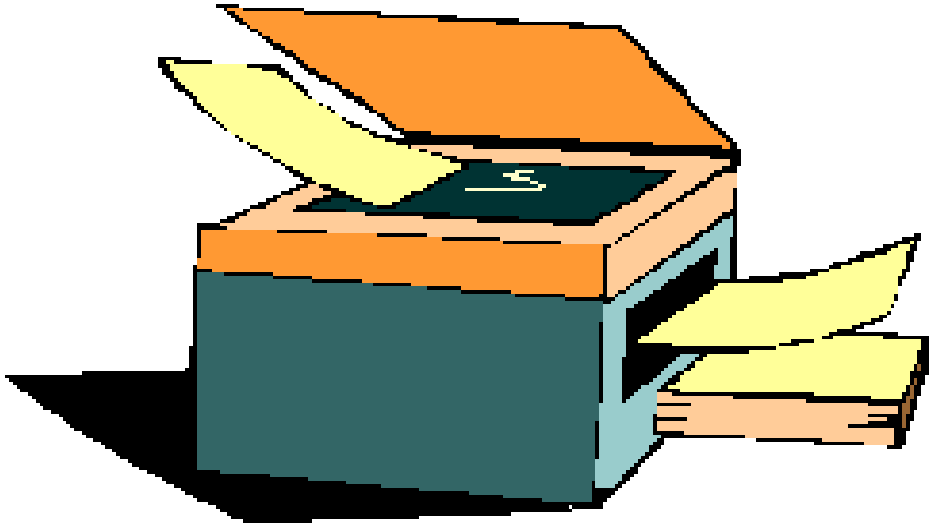
# 중독상담능력의 3차원

- 지식(knowledge)
- 기술(skill)
- 태도(attitude): 평가 및 치료계획 관련 몇 가지 태도
  - 자신의 편견, 가치 및 신념에 대한 인식, 그리고 이러한 것들이 의사소통과 치료과정에 미치는 영향에 대한 인식
  - 라포를 확립하려는 의지
  - 현재 상태의 내담자를 존중하려는 의지
  - 변화준비가 되어 있지 않은 상태도 변화의 한단계로 수용
  - 내담자 및 중요 지인과 협력하여 작업하려는 의지
  - 내담자의 가치와 목표에 대한 존중
  - 내담자의 욕구와 시각에 대한 민감성
  - 내담자의 치료 목표와 인생 목표에 대한 존중
  - 내담자 마다의 고유한 변화속도에 대한 존중
  - 점진적 치료 목표 설정과 목표성취의 가치에 대한 이해
  - 결과에 대한 모니터링의 가치에 대한 인식

# 치료계획수립은 종종...

"유용하지 않고 시간 낭비"

"무시함"



"내담자 이름만 다를 뿐 계획은 모두 같음"

# Example

## 개별서비스계획
(Individual Service Plan : ISP)

| A1.내담자 ID | 000000 | A2.성명 | 홍길동 |
|---|---|---|---|

| 주호소 | 도박문제 해결 |
|---|---|

| 표적문제 | 도박중독 | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | 장기목표 | 단도박 | | | |
| | 단기목표 | 3개월 동안 도박중단 | | | |
| | 개입전략 | 개입법 | 횟수 | 목표일 | 달성일 |
| | | 집단상담 | 4 | | |
| | | 개인상담 | 4 | | |
| | | 재정교육 | 1 | | |

## 개별서비스계획
(Individual Service Plan : ISP)

| A1.내담자 ID | 000000 | A2.성명 | 홍길순 |
|---|---|---|---|

| 주호소 | 도박을 끊고 싶다 |
|---|---|

| 표적문제 | 도박장애 | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | 장기목표 | 단도박 | | | |
| | 단기목표 | 2개월 동안 도박중단 | | | |
| | 개입전략 | 개입법 | 횟수 | 목표일 | 달성일 |
| | | 집단상담 | 4 | | |
| | | 개인상담 | 4 | | |
| | | 심리교육 | 1 | | |

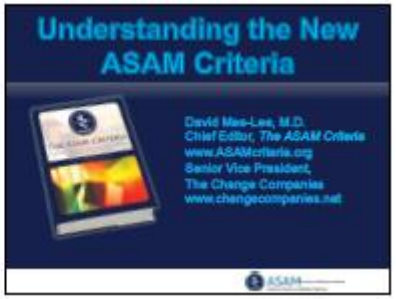
- **개인의 문제, 특성 및 욕구에 맞는 개인 맞춤식 서비스 계획인가?**
- **앞으로 언제까지, 무엇을 할 것인지 구체적으로 떠 오르는가?**
- **이 계획에 따라 어느 상담사가 진행하든 치료작업 내용에 큰 편차가 없겠는가?**

# 치료계획수립의 단점

- 치료계획은 내담자보다는 paperwork에 초점을 맞춘다.
- 치료계획은 내담자에 대한 치료작업에 큰 도움이 안된다.
- 치료계획이 기록이 되고 그에 따라 진행해야 한다면, 치료과정에서 발생되는 변화들을 임상가가 따라가기 어려울 수 있다.
  따라서 치료계획을 기록하는 것은 시간 낭비다.
- 모든 것은 측정 가능해야 한다는 부담감만 크다.

# 치료계획수립의 장점

- 수용 가능한 방식으로 계획을 수립하면 치료재원 제공자의 신뢰를 받을 수 있다.
- 치료전략에 대해 치료팀 구성원들과 대화할 수 있다.
- 내담자에게 맞는 최상의 개입법에 대해 임상가가 분석적이고 통합적으로 생각할 수 있다.
- 치료법이 비효과적일 때(과정평가에 근거) 임상가가 치료방법을 수정하는 민감성을 유지할 수 있다.
- 내담자는 치료를 통해 기대되는 변화의 과정에 대해 인식할 수 있다.
- 임상가는 자신이 하고 있는 치료적 작업을 보여줄 수 있는 기회를 얻는다.



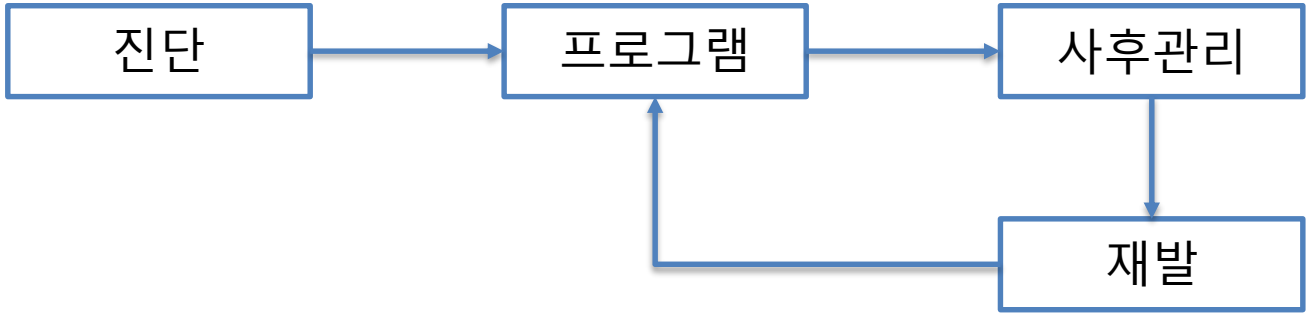

The New ASAM Criteria for the Treatment of Addictive, Substance-Related and Co-Occurring Conditions

David Mee-Lee, M. D.

# 중독 평가 및 치료의 최근 흐름

# Diagnosis, Program-driven Treatment

- 진단이 치료를 결정한다.
- 치료는 일차 프로그램과 사후관리(aftercare)다.
- 재발은 프로그램의 반복을 발생시킨다.




Source: Mee-Lee David(2014). How to develop treatment plans that make sense to clients: Improving documentation and clinical use of the treatment plan and progress notes

# Individualized, Clinically-driven Treatment

## 평가

생물심리사회적
평가차원에 근거한
자료

ASAM 평가의 차원
차원 1: 급성중독/금단증상 가능성
차원 2: 생의학적 질환과 합병증
차원 3: 정서적/행동적/인지적 질환과 합병증
차원 4: 변화준비도
차원 5: 재발/현재 중독행동 지속/계속된 문제 가능성
차원 6: 회복환경

## 문제/우선순위

생물심리사회적 심각도
기능수준

## 계획

**생물심리사회적 치료**
서비스강도 – 치료양식 및
서비스수준

## 경과(Progress)

**치료반응:**
생물심리사회적 심각도
기능수준

Source: Mee-Lee David(2014). How to develop treatment plans that make sense to clients: Improving documentation and clinical use of the treatment plan and progress notes

# Client-Directed, Outcome-Informed Treatment

## 평가

생물심리사회적
평가차원에 근거한
자료

## 문제/우선순위

**라포를 형성**하여, 내담자가
원하는 것을 달성하는 데
방해가 되는 다차원적
장애물에 대한 탐색
**내담자가 하려고 하는 것은**?

## 계획

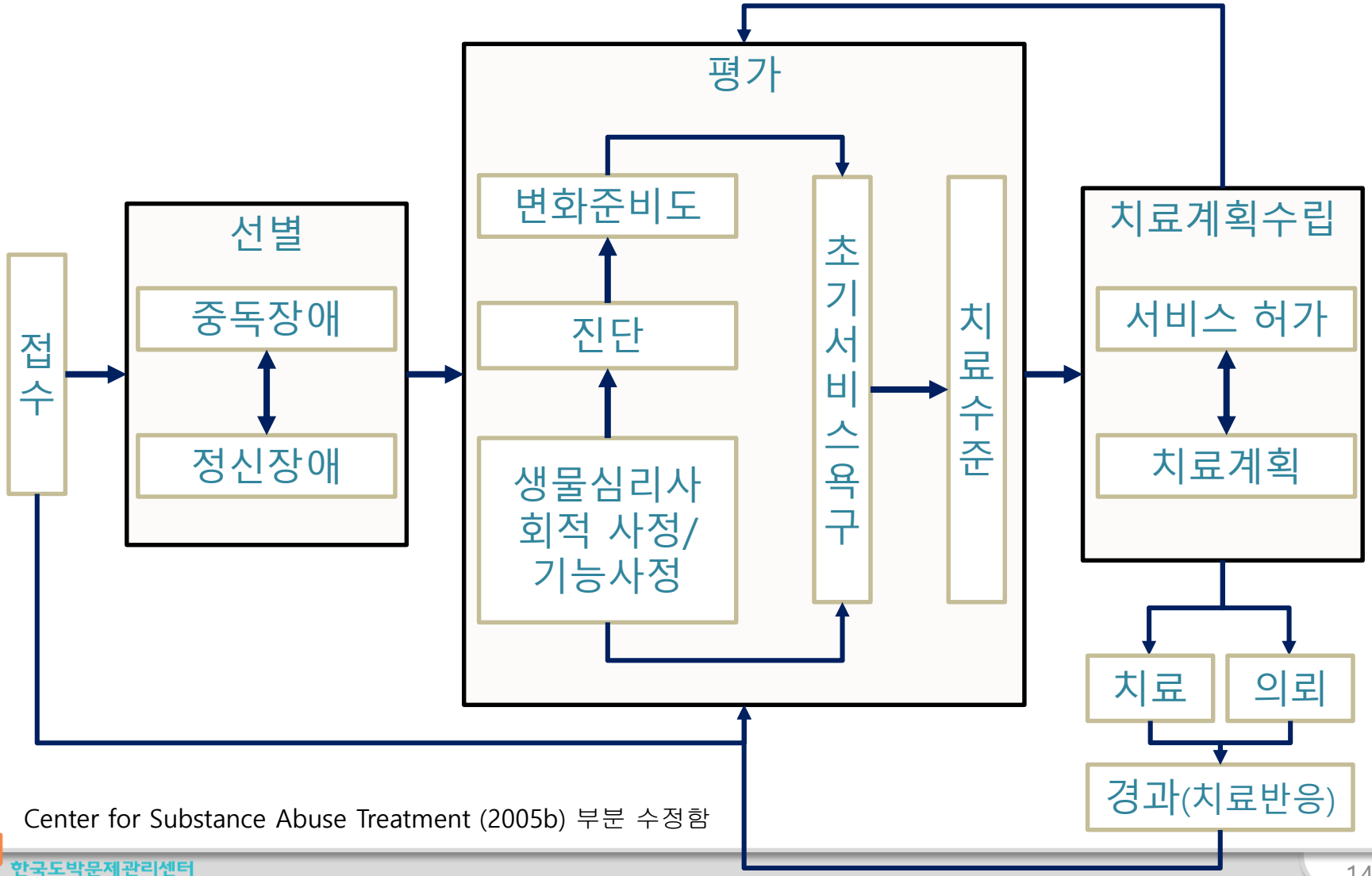
**생물심리사회적 치료**
서비스강도 – 치료양식 및
서비스수준

## 경과(Progress)

**치료반응:**
임상기능 및 심리사회적/대인 기능수준
**Proximal Outcomes** e.g.,
회기평가척도(SRS)
효과평가척도(ORS)

Source: Mee-Lee David(2014). How to develop treatment plans that make sense to clients: Improving documentation and clinical use of the treatment plan and progress notes

# 평가 및 치료과정




Center for Substance Abuse Treatment (2005b) 부분 수정함

# ASAM Criteria 2013의 지침 원리

1. **단일 차원 평가에서 다차원 평가로 변화**
   - 진단에 근거한 치료에서 다중 욕구를 다루고 전체적인 치료로의 전환(즉, 진단만으로는 치료 양식과 치료강도를 결정하는데 불충분함)
2. **프로그램중심에서 임상 중심적이고 치료효과 중심적인 치료로 변화**
   - 내담자를 고정된 기간 동안 어떤 프로그램에 배치하는 데 초점을 두기 보다는 구체적인 욕구와 내담자의 **치료경과**에 반응적인 개별화되고, 사람중심적인 치료로 변화함
3. **고정된 서비스기간에서 다양한 서비스기간으로 변화**
   - 중독치료에서 치료효과 연구는 최대 치료효과를 위한 정확한 치료기간이 어느 정도인지를 입증하지 못하였다. 따라서 중독치료전문가들은 치료기간은 내담자 질환의 심각도와 기능수준에 근거해서, 그리고 치료에 대한 내담자의 반응, 경과 및 치료효과(회기중의 효과평가 도구로 SRS와 ORS 등 사용)에 근거해서 개별화되어야 한다는 점을 인정하고 있다.
     동시에 연구에서는 치료연속선상에서 더 긴 치료기간과 더 높은 치료효과 간에 정적 상관이 있음을 밝히고 있다.

# ASAM Criteria 2013의 지침 원리

4. **제한적인 몇 개의 치료수준(초기개입, 외래, 집중외래, 입원치료, 집중입원치료)에서 광범위하고 유연성 있는 치료연속선으로 변화**
   - 치료는 질병의 다양한 심각도와 그에 따라 요구되는 서비스 강도(intensity)를 반영하는 서비스 연속선(continuum)에 따라 전달된다. 내담자를 **특정 치료수준에 의뢰하는 조치**는 반드시 알코올중독이나 도박장애 등의 문제를 지닌 내담자에 대한 **정확한 평가에 근거해서 이루어져야 한다**. 여기서 제시된 기준의 중요한 일차 목적은 내담자를 가장 적절한 치료수준에 배치하는 것이다. 임상적 요구와 재정적 요구 두 가지에 대해 서비스를 해야 할 경우, 바람직한 치료수준은 치료목표에 부합되고 재정적 안정성을 제공하면서 동시에 집중치료여야 한다. 더구나  치료수준은 서로 구별되는 순위로 제시되어 있지만, 실제 치료수준은 내담자의 욕구와 반응에 따라 치료서비스 연속선상의 다양한 지점 중의 어느 한 지점으로 결정된다

5. **청소년-특정 욕구 확인**
   - 알코올이나 도박을 하는 청소년들은 동일한 중독행동을 하는 성인들과는 여러 중요 측면에서 다르다. 청소년과 성인의 알코올사용장애가 공통적인 생물심리사회적 병인을 가지고 있지만, 알코올사용장애에 표현되는 측면이나 치료에 있어서 많은 부분에 차이가 있다. 청소년들에게는 그들의 발달과정에 여전히 작용하고는 있지만 아직 결정적인 영향을 미치지 않고 있는 위험 요인들을 수정할 기회가 있다. 이러한 기본 발달 이슈의 예에는 가족 및 동료들과 청소년 상호작용이 매우 강력한 영향을 미치고, 대부분 청소년들의 독립적 생활기술은 아직 미완성 상태이며, 그리고 청소년들이 가지고 있는 한계점들의 상당부분은 청소년의 정상적인 발달과제라는 사실 등이 포함된다.

치료계획은 **평가결과**를 기반으로 수립된다.

치료계획은 **평가의 질을 넘어설 수 없다**.

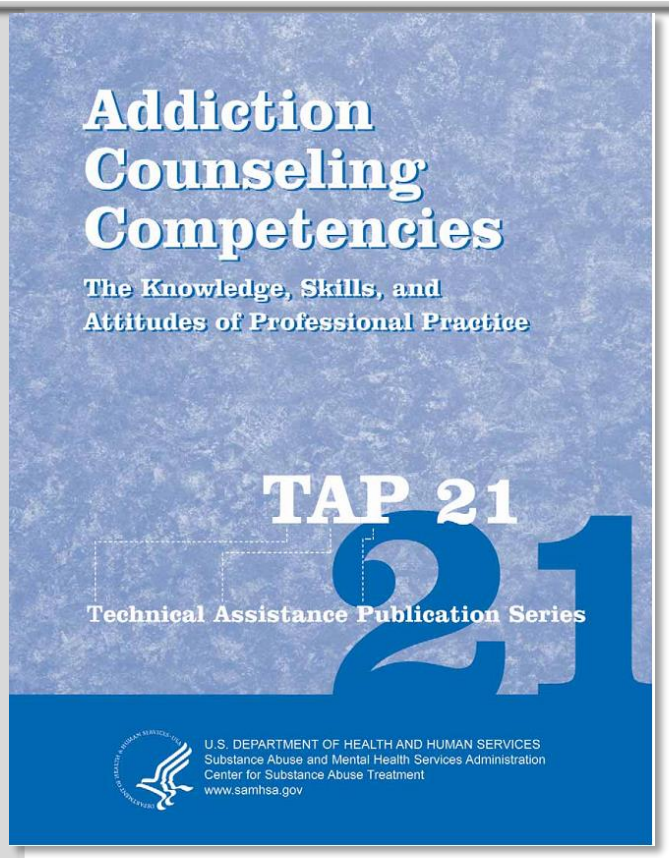
평가는 내담자를 이해하는 과정이지
판단하거나 조언하는 시기가 아님

# 평가

# 사정평가는 종종...

- 평가의 목적에 대한 **상담사의 지식과 믿음**이 평가를 임상적으로 사용하는 방식에 영향을 미침
  - 어떤 상담사들은 평가를 치료의 시작으로 보고, 내담자의 변화동기를 형성시키는 임상적 기회로 간주함
  - 다른 상담사들은 평가를 의무적인 문서작업으로 보고, 진정한 치료작업을 하기 전에 가능한 빨리 완수해야 할 과제로 간주함
- 우리는 어떠한가?

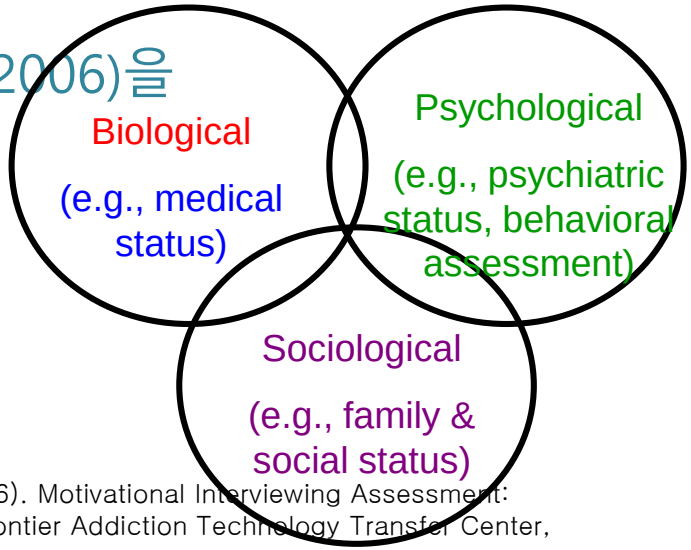
# 평가(evaluation)란?




- **평가란**
  - 선별(screening)과 사정(assessment)에 대한 체계적 접근(CSAT, 2006)
- **평가의 필요성**
  - 치료시작을 지연시키는 불필요한 업무인가?
  - 평가는 문제에 대한 정확한 정보를 획득하여 치료계획을 수립하는 것까지 포함하기 때문에 포괄적이고 정확한 평가는 치료성공을 위한 핵심요소
  - 내담자와의 라포(rapport)를 형성하여 변화동기를 형성하는 중요한 치료 활동

# 선별 및 평가를 위한 TIP

- 선별 및 평가에서 **정보수집보다 중요한 것은 라포 (혹은 치료동맹) 형성**
- 선별 및 평가는 내담자와 상담자가 내담자에 종합적(생물-심리-사회)으로 이해하도록 돕는 도구
  - 평가피드백 및 사례개념화를 통한 문제인식 증진
- 비판단적 동기강화 접근법(Motivational Interviewing Assessment; Martino et al., 2006)을 사용하라.
- 낙인적 용어를 피하라.




Martino, S., Ball, S. A., Gallon, S. L., Hall, D., Garcia, M., Ceperich, S., et. al. (2006). Motivational Interviewing Assessment: Supervisory Tools for Enhancing Proficiency (MIA: STEP). Salem, OR: Northwest Frontier Addiction Technology Transfer Center, Oregon Health and Science University.

# 평가의 목적

| 유형 | 목적 |
|---|---|
| 선별 (screening) | 추가적인 사정이 필요한지를 결정하는 것 |
| 진단 (diagnosis) | 진단기준에 부합되는지를 결정하는 것 |
| 사정평가 (assessment) | 내담자가 지닌 문제의 특징과 범위를 결정하는 것 |
| 변화동기 (motivation) | 내담자가 변화할 수 있고, 변화를 준비할 수 있도록 하는 방법을 결정하는 것 |
| 치료계획수립 (treatment planning) | 서비스에 필요한 사항과 적절한 개입방법을 결정하는 것- **내담자와의 협력에 의해 결정함** |
| 사후관리 (follow-up) | 변화된 것이 무엇이고, 앞으로 필요한 사후관리 서비스는 무엇인지를 결정하는 것 |

출처: Miller, Westerberg, & Waldron(2003).

# 평가(특히 행동평가)의 또 다른 목적

- 내담자의 행동에 대한 **상담자의 이해도**를 향상시킴
- 자신의 행동에 대한 **내담자의 이해도**를 향상시킴 (매우 중요)
- 내담자가 **이해받는 느낌**이 들면 치료동맹이 향상되고, 궁극적으로 치료결과를 향상시킴

출처: Lostutter & Cronce(2013). Gambling Behavioral Assessment: Improving Treatment Planning and Client Outcomes. National Council on Problem Gambling Annual Conference, Seattle, WA.

# 행동평가

- 많은 행동평가 방법이 존재하는데, 공통적으로 다음 사항을 구체적으로 설명하고자 한다.
  - 행동의 **맥락context**(언제, 어디서, 누구와 함께, 어떤 생각이나 감정)
  - 행동의 **기능function**(그 행동이 그 개인에게 어떤 효과가 있는가)

**선행사건(Antecedents)**
- 단서
- 환경
- 촉발자극

**행동(Behavior)**
- 베팅액수
- 계획된 액수였나?

**결과(Consequences)**
- 잃은 금액
- 감정
- 생각

출처: Lostutter & Cronce(2013). Gambling Behavioral Assessment: Improving Treatment Planning and Client Outcomes. National Council on Problem Gambling Annual Conference, Seattle, WA.

# 행동평가 유형

- 행동면담(Behavioral Interviews)
- 평정척도 및 체크리스트(Rating Scale & Checklists)
- 자기보고 질문지
- 자기모니터링
- 행동관찰
  - 자연세팅
  - 인공세팅(역할놀이)

출처: Lostutter & Cronce(2013). Gambling Behavioral Assessment: Improving Treatment Planning and Client Outcomes. National Council on Problem Gambling Annual Conference, Seattle, WA.

# 행동평가 유형

- **행동면담(Behavioral Interviews)**
- 평정척도 및 체크리스트(Rating Scale & Checklists)
- 자기보고 질문지
- 자기모니터링
- 행동관찰
  - 자연세팅
  - 인공세팅(역할놀이)

# 행동평가-행동면담

- 행동면담은 내담자가 치료를 받게 된 계기가 되었던 특정 문제에 초점을 둔다.
- 표적 문제에 대해 일반적인 사항에서 구체적 사항으로 면담을 이끌어 간다.
- 면담시 핵심 요인
  - 초기 라포 형성
  - 공감적 경청
  - 열린 마음과 비판단적 면담

# 행동평가-행동면담

- 면담양식의 범위는『비구조화된 임상가 주도적 면담』에서『 완전 구조화된 면담』
  - 어떤 행동면담은 임상가가 행동자료를 기록하는 데 도움을 주는 양식을 이용함
  - 양식은 대화를 이끌어 가고, 면담이 주제를 벗어났을 때 방향을 수정하는 데 도움이 됨

# 행동평가-행동면담

- 비구조화된 면담의 진행
  - 당신이 주된 관심사나 걱정은 무엇입니까?
  - 그 행동/문제는 언제부터 시작되었습니까?
  - 그 행동의 빈도는?
  - 언제 어떤 상황에서 발생합니까?
  - 일반적으로 그 행동 전후로 어떤 것이 있었습니까?
  - 그 행동이 발생하고 있는 동안 어떤 생각이 스쳐 지나갑니까?
  - 지금까지 사태를 변화시키기 위해 무엇을 하였습니까?

# 행동평가-행동면담

- 구조화된 도박행동 면담의 예
  - 도박심각도 진단적 면담(Diagnostic Interview for Gambling Severity: DIGS)
  - **도박치료효과 모니터링체계**(Gambling Treatment Outcome Monitoring Systems: GAMTOMS)
    - 인구통계, 임상병력, 변화단계, 12개월 동안의 도박유형별 도박행동빈도, 달력기반 **도박과거력추적(GTLFB-전형적 한달기준)**, 도박행동 17문항, DSM-IV, SOGS, 재정문제, 법적문제, 물질사용행동, 정신건강,
  - 도박행동면담(Gambling Behavior Interview: GBI)
  - **도박과거력추적(Gambling Timeline Follow-back: GTLFB)**

# 접수(Intake) 면담

## 접수상담지
(Intake Counseling Sheet: ICS)

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1.기관 ID | | 2.내담자 ID | | 3.접수일자 | 20 년 월 일 | 4.접수자 | |
| 접수 5.방법 | ①전화 ②내방 ③인터넷 ④방문 ⑤기타 ( ) | | | 6.시작* | : | 7.종료 : | 8.사례관리자 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 9.성명 | 10.성별 | 11.생년월일 | 12.전화번호 | | SMS수신 | ☐Y ☐N | 15.사는 곳 시/도 |
| | ①남②여 | | 13.전자메일 | | 이메일수신 | ☐Y ☐N | 시/군/구 읍/면 |
| | | | 14.핸드폰번호 | | 홍보물수신 | ☐Y ☐N | |

| | |
|---|---|
| 16.도박자와 관계 | ①본인 ②배우자 ③부모 ④자녀 ⑤형제자매 ⑥친인척 ⑦지인 ⑧기관( ) |
| 17.상담경로 | ①인터넷 ②tv ③라디오 ④신문/잡지 ⑤옥외광고 ⑥홍보물 ⑦가족/지인 ⑧공공전화(114,다산콜센터등) ⑨의료기관 ⑩유관기관 ⑪지역사회 ⑫교정기관 ⑬관공서 ⑭단도박 모임 ⑮기타( ) *경로명:( ) |
| 18.학력 | ①무학 ②초졸 ③중졸 ④고졸 ⑤대졸 ⑥대학원이상 (※ 각 항목은 중퇴, 재학 포함) |
| 19.결혼 | ①기혼 ②미혼 ③별거 ④이혼 ⑤동거 ⑥사별 / 20.자녀: 남 녀 (예: 1남 2녀) |
| 21.동거인 | ①혼자 ②배우자 ③자녀 ④부모/형제자매 ⑤친척 ⑥친구 ⑦애인 ⑧기타 (※ 복수응답) |
| 22.직업 | ①농업, 어업, 임업, 광업<br>②자영업 (종업원 9인 이하/개인택시)<br>③서비스직 (세탁/이미용/요식/숙박)<br>④판매영업직 (판매원/보험/부동산)<br>⑤기능/생산직 (운전/선반/목공/숙련공)<br>⑥단순노무 (수위 등)<br>⑦고위 공직/임직원, 관리사 (교장/기업체부장 이상)<br>⑧전문직 (교수/의사/변호사/예술/연구)<br>⑨기술직/준전문직 (교사 등)<br>⑩일반사무직 (사무직 등)<br>⑪주부 ⑫학생(초등학생☐중학생☐고등학생☐대학생☐학교밖청소년☐)<br>⑬무직 ⑭기타 |
| 23.근무형태 | ①전일제(매주 40시간 이상) ②시간제(매주 20~39시간) ③비정규 일용직(매주 19시간 이하) ④무직 ⑤정년퇴직 ⑥무보수 노동(가사, 학생, 자원봉사 등) ⑦노동불가(장애우 등) |
| 24.의료보장형태 | ①건강보험 ②기초생활수급(1,2종) ③기타 |
| 25.주거 | ①자택 ②전세 ③월세 ④기숙 ⑤시설(중간집,쉼터 등) ⑥노숙 / 26.주거명의: ①본인 ②배우자 ③공동(본인+배우자) ④가족 ⑤타인 |
| 27.월소득 | 만원 / 28.신용상태: ①문제없음 ②채무불이행 |

***다음 질문은 도박문제가 있는 대상자의 정보를 기입하는 란입니다.***

| | |
|---|---|
| 29.종류/기간/손실액 | ①주도박 : 종류 / 온라인 / 합법<br>②중 년 개월(도박 중기간) ③총손실액: 만원 |
| <보기> | 01.카지노 02.경마 03.경륜 04.경정 05.복권 06.스포츠도박 07.소싸움 08.카드<br>09.화투 10.성인오락 11.주식 12.투견/투계 13..사다리게임 14.기타( ) |
| | <예시>사설스포츠도박: 06 1 2 *도박종류=위보기* 06 1 2 *온라인=1,오프라인=2* 06 1 2 *합법=1,불법=2* |
| 30.최근도박일 | 년 월 일 |

| | |
|---|---|
| 31.상담요청이유 (※복수응답) | ①도박문제해결(단도박) ②가족관계(갈등, 이혼 등) ③재정문제(채무조정 등) ④문제없음(비자발 방문) ⑤정보탐색(치료정보 등) ⑥법적문제(법률관련, 소송 등) ⑦다른중독 ⑧정신건강문제(우울/불안 등) |
| 32.최근경과 (※복수응답) | ①상담 ②연계 ③기타( ) / 33.연계기관명: |
| 34.연계분류 | ①지역센터 ②민간기관 ③사행센터 ④중독통합C ⑤인터넷C ⑥정신건강증진C ⑦자살예방C ⑧병원 ⑨기타 |
| 35.전화가능시간 | ①오전 ②오후 ③야간 ④모두 가능 ※오전 09:00~12:00 / 오후 13:00~18:00 / 야간 18:00~ |
| 36.상담가능시간 | ①오전 ②오후 ③야간 ④모두 가능 ※오전 09:00~12:00 / 오후 13:00~18:00 / 야간 18:00~ |
| 37.상담가능일 | ①주중 ②주말 ③모두 가능 |

- 일차 욕구확인
  - 상담요청이유
- 사회적 지지체계 확인
  - 학력, 결혼, 동거인, 직업, 주거, 월소득
- 단기개입
  - 동기강화
  - 정보제공
  - 의뢰연계
- 첫 면담의 중요 목적
  - 치료동맹관계 형성
    - 공감,존중,온정
    - 이해,인내,유연성
    - 가정과 선입관 탈피
  - 그 책임은 100% 상담사

# 평가-면담사정

※ 주 도박: 잘하고 좋아하는 도박이 아니라, 오랜 기간 동안 많은 시간과 돈을 투여하여 자주하는 도박

| 보 기 | 01.카지노 02.경마 03.경륜 04.경정 05.복권 06.스포츠도박 07.소싸움 08.카드<br>09.화투 10.성인오락 11.주식 12.투견/투계 13.사다리게임 14.기타도박( ) |
|---|---|
| | <예시>사설스포츠도박: 06 1 2 도박종류=위 보기 ; 06 1 2 온라인=1, 오프라인=2 ; 06 1 2 합법=1, 불법=2 |

| 도박종류 (보기 참고) | | | | | 도박 빈도 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 주도박 | 종류 | 온라인 | 합법 | 3 | 주도박 빈도 | ①지난 한달간 안함 ②지난 한달간 1~2회 ③매주 1~2회 ④매주 3~6회 ⑤매일함 |

| 도박심각도별 도박종류 (보기참고) | | | | | 도박 시작시기 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 최초도박 종류 | 종류 | 온라인 | 합법 | | 최초도박 나이 | 세 |
| | 문제도박(도박으로 문제발생) 종류 | 종류 | 온라인 | 합법 | | 문제도박 나이 | 세 |

도박과거력(GTLFB)

도박을 한 최근 1개월의 달력을 프린트하여 월급날 등 특별한 날들을 기록하고, 면담을 통해 도박일자, 도박종류, 도박시간, 도박사용금액, 도박손익을 기록작업 한 후 아래 칸을 채우는 것이 바람직 GPIS단력 입력/출력

| | | | |
|---|---|---|---|
| | 가장 최근 도박한 날은 | 언제입니까? | 년 월 일 |
| | | 총 도박시간은 얼마나 됩니까? | 시간 분 |
| | 가장 최근 도박한 날로부터 1개월 이전 동안 (30일) | 도박한 날은 총 며칠입니까? | (최대 30일)일 |
| | | 도박한 총 시간?(선택) | (최대 30×24=720시간)시간 |
| | | 도박에 사용한 총 금액(도박장에서 따서 사용한 금액은 제외)? | 만원 |
| | | 계획한 도박금액보다 더 많이 쓴 날은 며칠입니까? | (최대 30일)일 |
| | | 도박손익(잃은 금액이 더 많은 경우는 "-" 표시하고 잃은 금액기록)? | 만원 |
| | | 위 답변의 정확도는(3=매우정확;2=대체로 정확; 1=잘모겠음)? | |

(상기 사항은만 아니라, G-TLFB달력에 기록된 주된 도박전 상황(즉, 도박촉발 자극)과 도박 후의 감정이나 생각 등을 내담자의 언로로 기록 (내담자가 자신의 도박행동 발생의 전후 맥락과 내담자의 생활에서 도박행동이 어떤 기능을 하고 있는지에 대해 이해하도록 돕는 것이 중요함)

| | | | |
|---|---|---|---|
| | 평생동안 | 도박을 끊은 경험이 있다면, 그 기간은? | 년 개월 |
| | | 도박을 끊은 이유는? | |
| | | 단도박을 유지할 수 있었던 요인은 무엇입니까? | |
| | | 단도박을 유지하시다 실패하셨다면 이유는 무엇입니까? | ① 도박충동조절실패 ② 재정관리문제 ③ 스트레스,기분문제 ④ 여가관리문제 ⑤ 도박사고문제 ⑥ 도박유혹환경 ⑦ 기타( ) |
| | | 도박치료 경험이 있습니까? | ①그렇다 ②아니다 |
| | | 도박치료 횟수 | 회 |
| | | 도박치료를 받은 기관은 어디입니까? | ①한국도박문제관리센터 ②병원 ③중독통합관리지원센터 ④사행업체 상담센터 ⑤기타( ) |
| | | 치료를 중단하셨다면(실패) 이유는 무엇입니까? | |

- 도박행동 이해
  - 주도박 종류와 빈도
  - 최초도박 연령
  - 문제도박 연령
  - 도박의 기능과 맥락
    - 도박 상황/이유
    - 도박한 일수
    - 조절도박실패 일수
    - 도박사용 시간
    - 도박사용금액 (월소득의 몇 %?)
    - 도박손익 (Win-Loss)
  - 평생
    - 단도박 성공요인(강점)
    - 단도박 실패요인(문제목록)
  - 치료경험
    - 치료 장애물 요인 탐색

# DSM-5 진단

DSM-5: 지난 1년 동안의 도박행동 (합: 4개 이상=도박장애; 2~3개=준임상 도박장애)

| 번호 | 문 항 | 그렇다 | 비고(경험) |
|---|---|---|---|
| | **집착**: 지난 도박의 좋은 기억, 도박계획, 도박자금 마련 | □1 | |
| | **내성**: 원하는 흥분을 위해 판돈을 올릴 필요성 느낌 | □1 | |
| | **조절실패**: 도박 줄이거나 끊으려는 노력의 반복적 실패 | □1 | |
| | **금단증상**: 도박을 줄이거나 끊으려 할 때 초조 성마름 | □1 | |
| | **회피**: 문제나 나쁜 기분에서 벗어나기 위해 도박함 | □1 | |
| | **추격매수**: 잃은 돈을 만회하기 위해 다시 도박함 | □1 | |
| | **거짓말**: 가족이나 지인들에게 도박을 숨김 | □1 | |
| | **관계손상**: 가족 및 사회관계, 직업, 학업 등 위태 , 상실 | □1 | |
| | **구조요청**: 도박으로 인한 재정문제로 도움요청 | □1 | |
| | **※ 도박행동은 조증삽화에 의하지 아니한다** | □1 | |

- 각 문항을 이해하기 쉽게 설명하고 내담자의 구체적 사례를 경청, 공감하며, 확인된 문제는『비고』란에 기록해둔 후, 『 계별서비스계획서(ISP)』의 문제목록에 기록

- 1점: 위험도박
- 2~3점: 준임상 도박장애
- 4점 이상: 도박장애
  - 4~5: 경도
  - 6~7: 중등도
  - 8~9: 고도

# 행동평가 유형

- 행동면담(Behavioral Interviews)
- 평정척도 및 체크리스트(Rating Scale & Checklists)
- **자기보고 질문지**
- 자기모니터링
- 행동관찰
  - 자연세팅
  - 인공세팅(역할놀이)

# 도박문제 사정평가도구 구성

<table>
<tr><td rowspan="2">절차</td><td colspan="3">도박문제 사정평가도구 구성</td><td rowspan="9">도박문제<br>예방치유재활<br>정보시스템을<br>통해 관리</td></tr>
<tr><td colspan="2">치유재활 서비스 양식</td><td>기록법 및 지침</td></tr>
<tr><td>접수</td><td colspan="2">접수상담지(ICS)</td><td>접수상담<br>기록법</td></tr>
<tr><td rowspan="8">도박문제<br>사정평가도구</td><td rowspan="5">면담<br>사정<br>도구</td><td>접수상담지(등록)</td><td rowspan="5">면담사정도구<br>기록법<br>MI기반 접근</td></tr>
<tr><td>면담사정지(대상자, 가족)</td></tr>
<tr><td>개별서비스계획지(ISP)</td></tr>
<tr><td>종결-사후관리계획지</td></tr>
<tr><td>회복사정</td></tr>
<tr><td rowspan="2">포괄적<br>평가 도구</td><td>도박문제종합평가: 등록/종결</td><td rowspan="2">종합평가도구<br>해석지침</td></tr>
<tr><td>회기사정/효과사정</td></tr>
<tr><td>치료효과<br>추적 평가도구</td><td>도박문제 회복추적척도<br>도박문제심각도지수(PGSI)</td><td></td><td></td></tr>
</table>

# 평가시점별 평가도구

| 평가도구 \ 평가 시점 | | | 등록 시점 | 종결 시점 | 종결 후 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 평가도구 | | 평가내용 | | | 3개월 | 6개월 | 12개월 |
| 접수상담지<br>면담사정지 | | 인구통계정보<br>도박과거력<br>정신건강/가족력<br>DSM-5 | ○ | | | | |
| 정신장애 선별 | 알코올사용장애 선별검사<br>우울(CES-D)<br>자가평가불안척도(SAS) | | ○ | ○ | | | |
| 동기 인지 행동 평가 | 도박동기척도(GMS) | 도박동기평가 | ○ | | | | |
| | 변화준비도(중요도,자신감,단계)<br>도박욕구척도(GUS)<br>도박상황척도(IGS-10)<br>도박변화동기(SOCRATES-G)<br>단도박 변화촉진활동(POC-G)<br>도박인지척도(GRCS)<br>단도박 자기효능감척도(GASS) | 공존장애(알코올,우울,불안)<br>도박욕구<br>변화동기<br>자기효능감<br>고위험상황<br>변화촉진활동<br>도박인지 | ○ | ○ | | | |
| 경과 평가 | 치료효과평가척도(ORS)<br>회기평가척도(SRS) | 회기간 생활개선 평가<br>회기내 치료동맹 평가 | 매 회기 시행 | | | | |
| 치료 효과 평가 | 치료경험척도(TE)<br>치료효과- 삶의 질(TO) | 치료요소 평가<br>삶의 질 평가 | | ○ | | | |
| | 도박문제심각도지표(PGSI) | 도박문제심각도 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 추적척도(GFS) | 도박빈도, 가족생활, 직업 생활, 여가생활, 자조활동 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

# 선별 및 진단도구

| 구분 | 평가도구 종류 | 피검자 | 사정 내용 |
|---|---|---|---|
| 선별 | 문제도박 선별척도(PGSI) | 대상자용 | 도박중독 선별 및 폐해정도 평가 |
| | 한국형 단축 알코올선별검사 (AUDIT-C) | 대상자용 | 알코올문제 선별 |
| | 우울(CES-D) | 공용 | 우울 |
| | 자가평가불안척도(SAS) | 공용 | 불안 |
| 진단 | DSM-5 | 대상자용 | 도박장애 진단 |

동기강화상담의 중요 전략

# 평가결과 피드백

# 평가 및 피드백

- 인식증진과 변화결심을 이끌어내는 중요한 상담요소
- 면담 및 평가 결과를 종합하여 내담자의 문제에 대한 사례개념화
  - 현재문제목록, 선행요인, 촉발요인, 유지요인으로 정리하여 인과관계 기술
  - 평가피드백 보고서를 작성하여 내담자와 의논(MI 기반으로 진행)

- 평가 피드백을 얼마나 정확하고 설득력 있게 하느냐에 따라 치료동기 결정됨
- 내담자와 상담사가 **내담자의 문제를 전체적이고 구체적으로 이해하는 계기**가 되어야 하고, 이를 통해 치료동맹의 강도와 치료동기가 향상될 수 있음

# 치료계획수립

# 치료계획수립의 목적

- 치료과정에 개입하는 관련자들(내담자, 상담사, 의뢰기관, 승인기관 등)에게 해당 치료방법의 목적을 설명한다.
- 치료방법을 정의한다.
- 내담자의 치료적 진척 정도에 대한 측정치를 제공한다.
- 평가에서 확인된 문제들을 모두 고려하고 있다는 점을 분명히 한다.

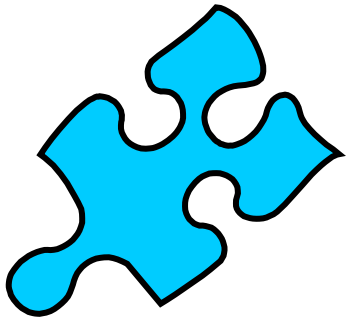
# 치료계획이란 무엇인가?

- 다음 사항이 기록된 문서다.
  - 치료를 위한 내담자의 가장 중요한 **장기목표**(goals)와 **단기목표**(objectives)
  - 이러한 목표를 달성하기 위한 측정가능하고 시간제한적인 **개입방법**
  - 상담사와 내담자의 언어적 **약속**

(Source: Center for Substance Abuse Treatment, 2002)

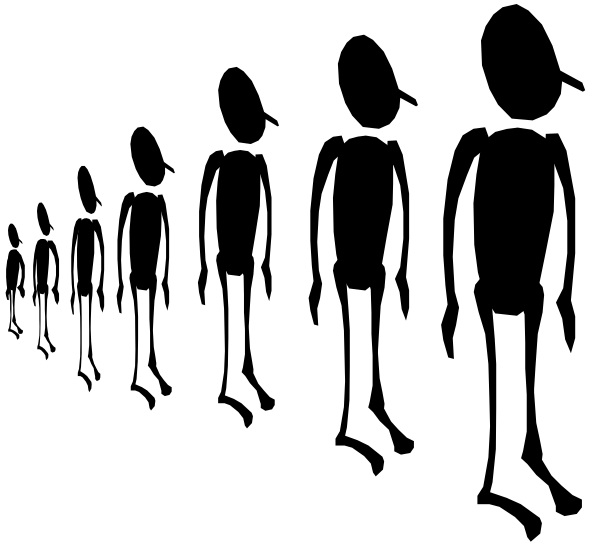
# 치료계획을 언제 수립하는가?

- 등록하여 3회기 이내에
- 그리고 치료의 전과정에 걸쳐서 계속 수정된다.



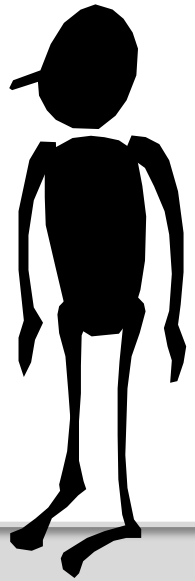
# 치료계획 양식

**Programme-Driven**



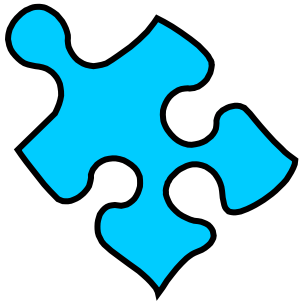
**versus**

**Individualised**



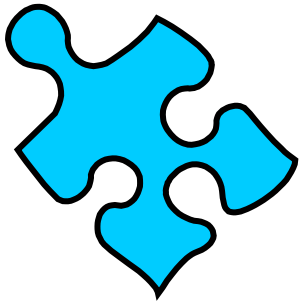
# 계획을 개별화하기 위해 무슨 정보가 필요?

- 상담사는 치료계획을 수립하기 전에 내담자와 무엇을 논의할 필요가 있는가?
- 당신은 그러한 계획수립에 필요한 정보를 어디에서 구하는가?



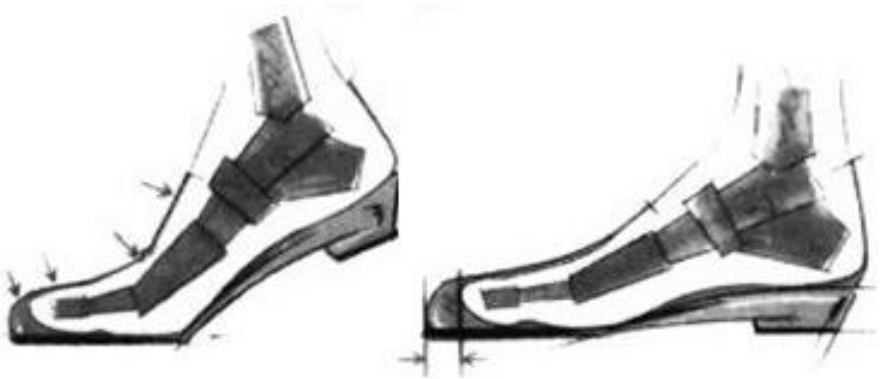
# 계획을 개별화하기 위해 무슨 정보가 필요?

- 계획수립 정보원
  - 선별검사 결과
  - 면담 및 사정평가 결과(대상자)
  - 가족 및 지인과의 면담

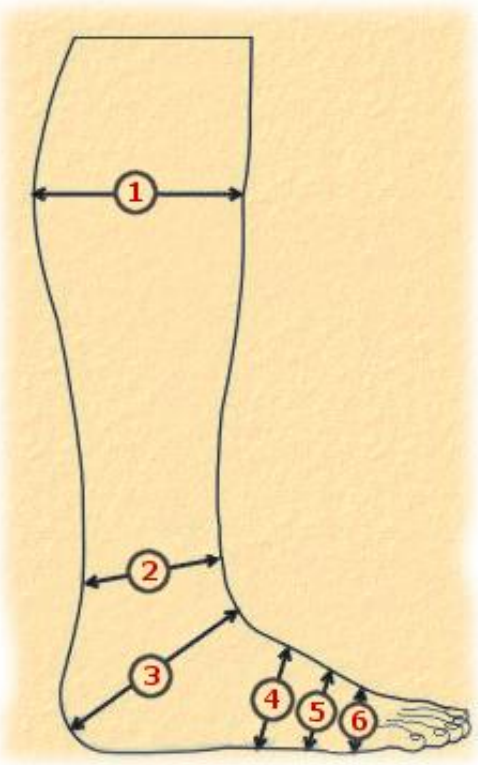


# 왜 개별계획을 수립하려고 노력해야 하는가?

- 개별화된 치료계획은...
  - 치료유지율(retention rates)을 증가시키는데, 이는 치료효과를 향상시키는 것으로 밝혀졌음
  - 상담사와 내담자의 효능감을 북돋아서 상담회기에 집중하게 만든다.



# 왜 개별계획을 수립하려고 노력해야 하는가?




- 개별화된 치료계획은:
  - 맞춤형 신발과 같이 각 내담자에게 계획을 맞춘다.
- 생물심리사회적 평가는:
  - 잣대와 같이 내담자에 대한 서비스들을 그의 욕구에 "맞추는데" 사용된다.

# 치료계획의 요소

## Treatment Planning M.A.T.R.S.:

Utilizing the Addiction Severity Index (ASI) to Make Required Data Collection Useful

**Primary Authorship:**
Pat Stilen, LCSW, CADAC

**Contributions in writing and editing:**
Deni Carise, PhD
Nancy Roget, MS
Alicia Wendler, MA

# 치료계획 요소

1. Problem Statements

2. Goal Statements

3. Objectives

4. Interventions

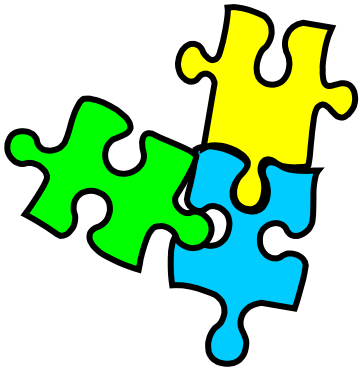
# "살아 있는" 치료계획서를 수립하는 원리

- **문제 확인**은 생물심리사회적 평가와 질병 심각도에 근거해야 한다.
- 치료계획 수립은 **지속적인** 평가-문제확인-치료전략 과정이다. 따라서 문제는 현재의 level of care 조건에서 **구체적이고 해결 가능한 것이어야** 하며, 지속적 평가(ongoing assessment)과정에서 확인된 새로운 문제가 있다면 이 문제로 대체되어야 한다.
- **어느 시점에서든 확인된 문제는 문제목록에 기록되어야** 하고, 그 문제에 대해 어떤 접근을 할 것인지에 대해 기술되어야 한다.

Source: Mee-Lee David(2014). How to develop treatment plans that make sense to clients: Improving documentation and clinical use of the treatment plan and progress notes

# 치료계획 요소-문제

1. **문제 진술(Problem Statements)**은 사정평가를 통해 수집된 정보에 근거해서 이루어진다.



# 문제 목록

- 면담 및 평가 결과를 참조하라
  - 사례연구 검토
  - 다음 영역에서 확인된 문제에 초점을 맞추어라
    - 도박문제 영역
    - 재정문제 영역
    - 법적문제 영역
    - 가족/대인관계 영역
    - 직업 영역
    - 위기상황 영역
    - 정신/신체건강 영역
    - 지역사회 생활지원 영역

# 한국도박문제관리센터 ISP의 문제기록 양식

| 문제영역 | 문제 | 처리상태 |
|---|---|---|
| ①도박문제 | 내담자는 지난 1개월 동안 4회 이상 심하게 도박을 하였다고 보고했다. | 개입 연기 해결 취소 |
| 면담(DSM,GTLFB등)에서 확인된 문제 | 내담자는 인터넷 도박에 대한 메시지가 오면 참기가 힘들다고 하였다. | 개입 연기 해결 취소 |
| 종합평가에서 확인된 문제들: | | 개입 연기 해결 취소 |
| -동기,욕구,인지,고위험상황,효능감 | | 개입 연기 해결 취소 |
| 상담회기에서 확인된 문제들 | | 개입 연기 해결 취소 |
| ②재정문제 | 도박으로 부모에게 1000만원, 1금융권에서 2000만원 빌렸다고 하였다. | 개입 연기 해결 취소 |
| | | 개입 연기 해결 취소 |
| ③법적문제 | | 개입 연기 해결 취소 |
| | | 개입 연기 해결 취소 |
| ④가족/대인관계 | 배우자가 믿어주지 않고 이혼 요구하고 있다. | 개입 연기 해결 취소 |
| | | 개입 연기 해결 취소 |
| ⑤직업문제 | | 개입 연기 해결 취소 |
| | | 개입 연기 해결 취소 |
| ⑥위기상황문제 | 자살시도 1회 있다. | 개입 연기 해결 취소 |
| | | 개입 연기 해결 취소 |
| ⑦정신/신체건강문제 | 음주를 과도하게 한다(음주선별척도 점수가 9점 이상으로 남용수준임) . | 개입 연기 해결 취소 |
| | | 개입 연기 해결 취소 |
| ⑧지역사회 생활지원 | | 개입 연기 해결 취소 |
| | | 개입 연기 해결 취소 |

# 문제기록에서 고려할 점

- 해당 치료기관의 가용한 서비스와 무관하게 확인된 모든 문제들은 포함되어야 한다.
- 연기되거나 즉각 개입될 것인지와는 무관하게 모든 문제는 포함되어야 한다.
- 각 문제영역들이 검토되어야 한다.
- 외부 자원에의 의뢰도 문제를 다루는 타당한 접근법이다.

Source: Mee-Lee David(2014). How to develop treatment plans that make sense to clients: Improving documentation and clinical use of the treatment plan and progress notes

# 문제기록에서 고려할 점

- 문제 영역별로 검토하고 어느 영역의 문제가 가장 염려되고 중요한지를 확인한다.
- 중등도 이상의 심각도를 보인 문제를 주의해서 검토하고, 평가영역들 내에서 당신이 가장 걱정하는 부분이 무엇인지를 스스로에게 질문하라.
- 생물심리사회적 평가의 각 차원과 관련된 구체적 정보를 검토하라.
- "2×4" 지침을 사용하여 문제를 정의하라.

Source: Mee-Lee David(2014). How to develop treatment plans that make sense to clients: Improving documentation and clinical use of the treatment plan and progress notes

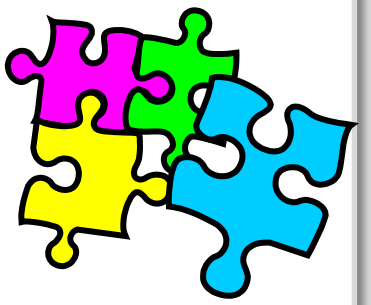
# 문제진술 기록시의 팁

- 비판단적이어야 함
- 전문용어를 사용하지 말라(내담자가 이해할 수 있어야 함)
  - "내담자는 부정한다"
  - "내담자는 상호의존적이다"

- 완전한 문장구조를 사용하라.

# 판단적 용어사용의 예

- 내담자는 낮은 자기-존중감을 지녔다.
- 내담자는 부정한다.
- 내담자는 도박장애다.
- 내담자는 문란하다.
- 내담자는 치료에 저항적이다.



# 비판단적 용어로의 변화 예

- 내담자는 낮은 자기-자존감을 지녔다.
  - 내담자는 평균적으로 매일 10개의 부정적인 혼잣말을 한다.
- 내담자는 부정한다.
  - 내담자는 지난 1년 동안 두 번 부모의 도움으로 도박빚을 갚았다. 그러나 자신의 도박행동이 심각한 수준은 아니라고 말하였다.
- 내담자는 도박장애다.
  - 내담자는 도박으로 인해 내성, 금단증상, 조절장애, 부정적 생활결과를 경험하고 있다.
- 내담자는 문란하다.
  - 내담자는 여러 여성과 1주일에 4회 피임하지 않고 성관계를 맺었다.
- 내담자는 치료에 저항적이다.
  - 지난해에 내담자는 치료회기가 완료되기 전에 초기에 무단으로 탈락하였다.

# 문제 진술 예

문제 1: 계속적인 도박으로 인한 많은 부정적 결과들 때문에 도박을 끊으려는 약속을 하고 시도를 여러 차례 하였지만 실패한 경험을 보고하였다.

문제 2: 도박이 가족들에게 부정적 영향을 미치고 있다는 가족들의 호소에도 불구하고 도박이 큰 문제는 아니라고 주장하였다.

문제 3: 도박을 더 많이 한다면 큰 돈을 딸 수 있다는 왜곡된 믿음을 가지고 있다.

문제 4: 도박으로 발생된 신체적, 법적, 재정적, 직업적, 사회적 및 대인관계적 문제를 지속적으로 경험하고 있다.

문제 5: 도박 때문에 중요한 사회적 활동, 여가생활 및 직업 활동을 게을리하고 있다.

문제 6: 도박을 중단하려고 할 때 불안초조해지는 증상을 보이고 있다.

문제 7: 도박 할 때 허송세월을 보내는 시간이 잦다.

문제 8: 일정 기간 도박을 하지 않을 때 신체적 금단증상(예, 떨림, 메스꺼움, 두통, 발한, 불안, 불면증, 우울증)이 나타난다.

문제 9: 도박관련 문제(횡령, 사기, 절도, 위조 등) 때문에 체포된 적이 있다.

문제10: 도박에 돈, 시간 및 활동을 너무 많이 사용한다.

문제11: 의도했던 것보다 더 많은 돈과 시간을 도박에 사용한다.

문제12: 도박할 때 음주도 한다.

Source: Perkinson, R. R. & Jongsma, A. E. (2014). The Addiction Treatment Planner (3rd). Hoboken, New Jersey. John Wiley & Sons, Inc.

# 치료계획 요소-장기목표

2. **장기목표(Goal)**은 문제 진술에 근거해서 이루어지며, 측정 가능한 용어로 기술할 필요는 없고 내담자가 기대하는 **긍정적 결과를 반영**하는 전반적이고 장기적인 목표다.
   - 장기목표는 문제영역별(도박문제, 재정문제, 법적문제, 가족/대인문제, 직업문제, 위기상황문제, 정신/신체건강문제, 지역사회 생활지원) 최소 하나 이상이어야 한다.
   - 장기목표는 어떤 병리적 행동의 제거나 중단하는 것 이상의 긍정적 결과를 명시해야 한다.
     - "도박을 끊을 것이다 " 가 아닌
       "도박을 하지 않는 온전한 회복생활을 지속할 것이다" 혹은 "단도박 생활에 필요한 기술을 학습할 것이다 " 가 더 타당함
     - "부정적 자기대화를 중단할 것이다 " 가 아닌
       "긍정적 자기대화를 개발하여 사용할 것이다 " 가 더 타당함

# 장기목표 설정시 고려사항

- 내담자는 장기목표를 이해하는가?
  - 임상적인 전문용어가 아니어야 함
- 명확하게 진술되어 있는가?
  - 완전한 문장으로 진술되어 있어야 함(즉, “단도박”은 불완전 문장)
- 현재의 치료 국면에서 성취가능한가?
- 내담자와 상담사 모두 목표에 동의하는가?

# 장기목표(goals) 예

- 도박에 대한 무기력과 조절할 수 없음을 받아들이고 **회복 프로그램에 적극적으로 참여**할 것이다.
- 도박을 정서적으로 끊고 새로운 회복프로그램을 학습하고, 지나친 스트레스와 중독적 행동을 제거할 것이다.
- **장기적인 단도박을 유지하는 데 필요한 기술을 습득할 것이다.**
- **도박부채**를 갚기 위한 재정계획을 수립하고 재정적 안정성을 확보할 것이다.

Source: Perkinson, R. R. & Jongsma, A. E. (2014). The Addiction Treatment Planner (3rd). Hoboken, New Jersey. John Wiley & Sons, Inc.

# 목표가 조절도박이냐 단도박이냐?

| 기준 | 조절도박(도박행동 감소) | 단도박 |
|---|---|---|
| 문제 단계 | 문제 초기 | 문제 후기 |
| 선별도구/DSM-5상의 도박문제 수준 | 중위험(PGSI의 7점 이하)<br>준임상적 도박장애(DSM-5에 3점 이하) | 문제성도박(PGSI의 8점 이상)<br>도박장애(DSM-5에 4점 이상) |
| 공존장애 | 문제도박 발생 전에 심각한 공존장애가 없음 | 심각한 공존장애가 있음(예, 알코올의존, 우울증, 충동성) |
| 목표 | 현실적(예, 매주 복권을 조금씩만 사겠다) | 비현실적(예, "잃은 돈을 만회한 다음에 끊을 것이다") |
| 도박이유 | 적절함(예, 사교적 목적이나 유희 목적) | 부적절함(예, 돈을 따기 위함, 문제를 회피하기 위해) |
| 지지자원 및 대처전략 | 좋음 | 문제있음 |
| 앞으로 도박손실에 견딜 수 있는 재정적 능력이 있는가 | 있음 | 없음 |
| 가족들이 앞으로의 도박을 수용할 수 있는가? | 예 | 아니오 |

Source: Problem Gambling Institute of Ontario 홈페이지.

# 치료계획 요소-단기목표

3. **단기목표(Objectives)**는 장기목표를 달성하기 위해 내담자가 해야 할 것이다.
   - 단기간에 성취 가능한 내담자가 기대하는 결과이어야 함
   - 확인된 임상적 문제와 관련되어야 함
   - 측정 가능한 용어로 기술되어야 함(즉 행동적 용어)
     - 머리 속에서 발생하는 사건들을 반영하는 정서나 인지 등을 내포하는 용어(이해한다, 학습한다, 인식한다 등)를 피한다.

       예: "홍길동씨는 자신의 도박행동이 가족에게 미치는 부정적 영향을 이해할 것이다"
   - 문제마다 적어도 두 개 이상의 단기목표가 바람직하다.

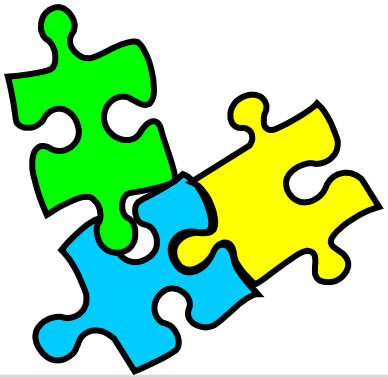
# 장기목표(Goals)와 단기목표(Objectives) 구별

- 목표를 눈으로 볼 수 있으면 단기목표이고 볼 수 없으면 장기목표다. 즉, 관찰가능한 행동으로 기술된 것이 단기목표다.

| 장단기 목표의 예 | 볼 수 있나? | 목표 판단 |
|---|---|---|
| 1. 내담자가 GA의 1단계를 읽는다. | Y/N | 단기/장기 |
| 2. 내담자가 중독질환을 이해한다. | Y/N | 단기/장기 |
| 3. 내담자가 자기 문제에 대하여 통찰력을 지닌다. | Y/N | 단기/장기 |
| 4. 내담자가 자신의 단도박 자기효능감을 향상시킨다. | Y/N | 단기/장기 |
| 5. 내담자가 GA의 1단계 훈련을 완수한다. | Y/N | 단기/장기 |
| 6. 내담자가 자신의 기능적이지 못한 생각에 대한 일일 기록지를 작성한다. | Y/N | 단기/장기 |
| 7. 내담자는 집단에서 자신의 감정을 공유한다. | Y/N | 단기/장기 |
| 8. 도박행동을 대체할 수 있는 새로운 여가행동을 개발하여 연습한다. | Y/N | 단기/장기 |
| 9. 스트레스나 지루함 감정에 대처하는 방법을 학습한다. | Y/N | 단기/장기 |

# 치료계획 요소-개입

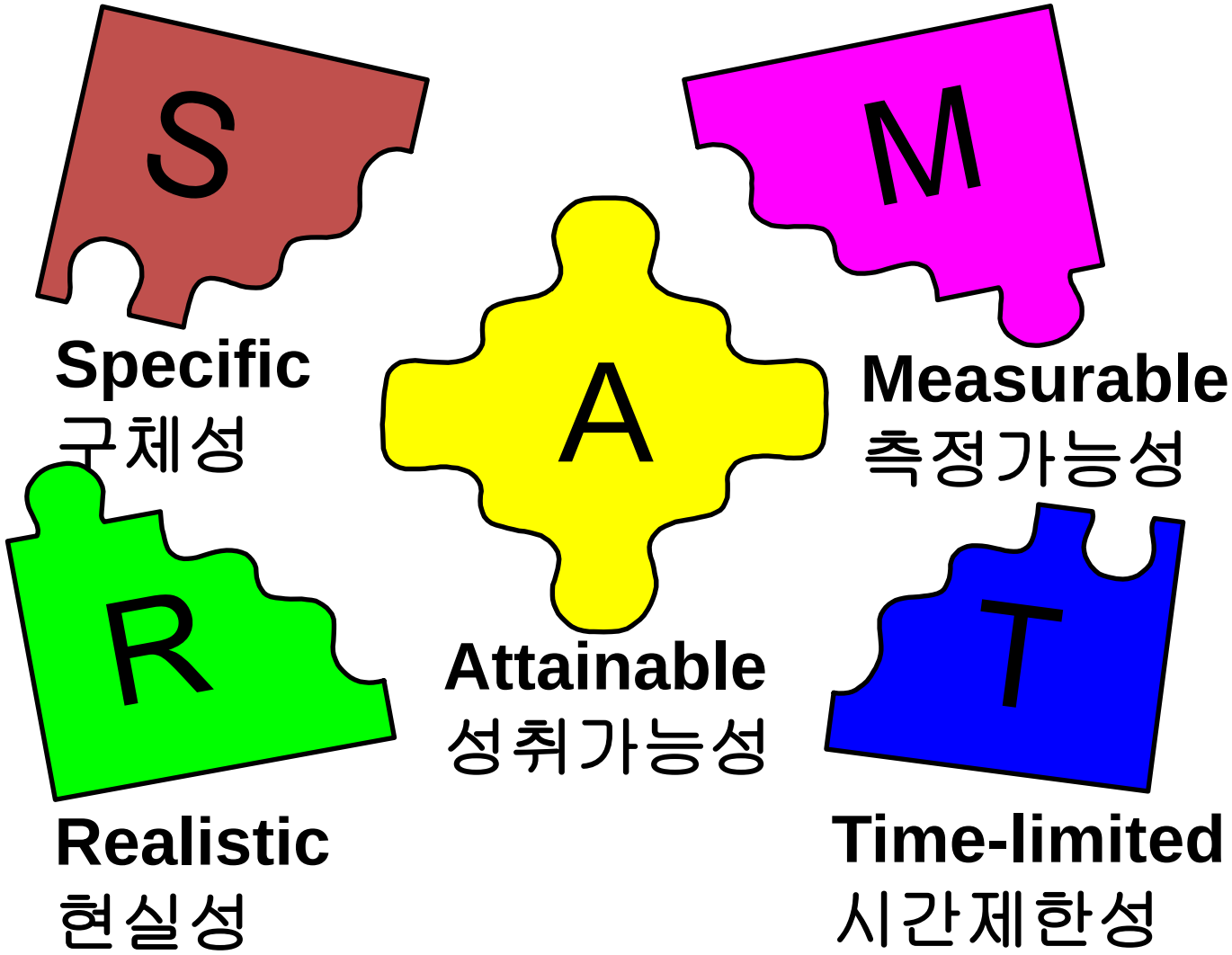
3. **개입(Interventions)**은 내담자의 목표달성을 돕기 위해 상담사가 해야 할 것이다(대개는 상담매뉴얼 **각 회기의 과제들**임).
   - 목표에 맞는 서비스는 실천과제를 기술한다.
   - 서비스의 빈도를 명시한다.
   - 목표달성 시간을 명시한다.
   - 하나의 단기목표에 최소 하나의 개입방법이 기술되어야 한다.
   - 개입방법은 내담자의 욕구와 치료제공자의 전체 치료목록에 근거해서 내담자와 협의하여 결정한다.



다른 공통용어:

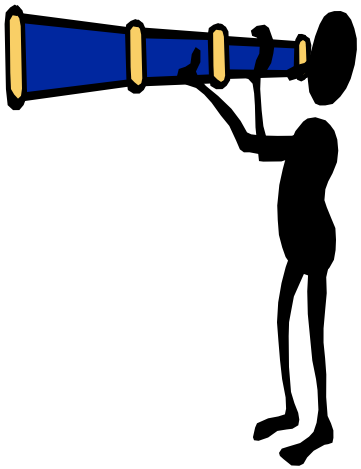
- 실천조치(Action Steps)
- 측정가능 활동(Measurable activities)
- 치료전략(Treatment strategies)
- 과제(Tasks)

# S.M.A.R.T. 치료 단기목표 및 개입 전략



# S Specific 구체성

- 구체적이고 목표에 초점
- 기능수준을 얼마나 개선시킬 것인지를 구체적인 행동용어로 진술



# Measurable 측정가능성

M

- 단기목표와 개입은 측정가능함
- 목표 개입의 달성은 관찰가능함
- 내담자의 치료 진척에 대한 지표는 측정가능함
  - 사정평가 척도/점수
  - 내담자 보고
  - 행동적 변화와 정신건강상태 변화

# S.M.A.R.T. 단기목표 및 개입

## Attainable/Action-oriented 성취가능성

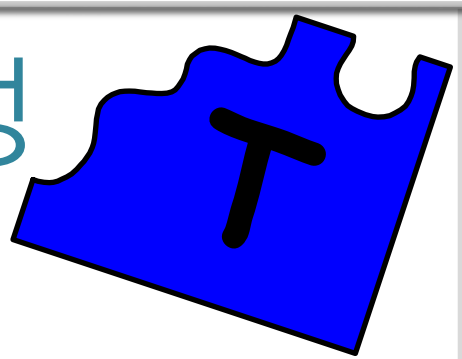
A

- 현재 치료국면 동안 성취가능한 장기/단기 목표와 개입전략을 확인함
- 문제의 치유(cure)나 제거(end) 보다는 "기능개선(improved functioning)"에 초점을 맞춤*
- 제공되는 치료수준(단기개입, 외래치료, 집중외래, 입원치료 등)에서 성취가능한 장기목표(goals)를 확인함
- 내담자가 한 치료수준에서 다른 수준으로 이동할 때 장기목표도 수정함
- 외부 기관에 의뢰할 필요가 있는 내담자들을 확인한다

# Realistic 현실성

- 내담자는 구체적인 기간 내에 단기목표를 현실적으로 달성할 수 있다.
- 장기목표와 단기목표는 주어진 내담자 환경, 지지자원, 진단, 기능수준에서 성취될 수 있다.
- 치료적 진척(progress)은 내담자의 노력을 기반으로 한다.

# Time-limited 시간-제한성




- 시간제한적인 장기 및 단기 목표(goals & objectives)에 초점을 맞춘다.
- 장단기 목표와 개입은 특정 기간 내에 성취될 수 있다.

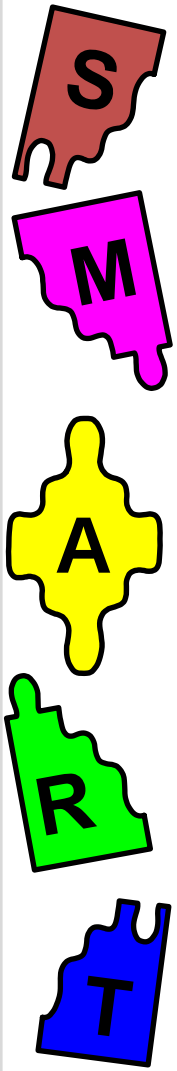
# 문제진술

- 내담자는 지난 5년 동안 규칙적으로 도박을 하였다고 보고한다. 지난 2년간 그는 1달에 평균 4회 이상 과도한 도박(1회에 평균 500만원)을 하였다. 그는 지난 30일 중 5일을 과도하게 도박을 하였다고 보고하였다.

# S.M.A.R.T. 임상 예

- **장기목표(goal):** 내담자는 도박을 끊고, 가족에게 신뢰받는 사람이 될 것이다.
- **단기목표(objective):** 내담자는 도박행동, 심리적 문제, 사회적 및 재정적 문제를 상담사에게 솔직하게 보고하고, 도박을 끊기 위한 기술을 계속 학습할 것이다.
- **개입(intervention):**
  - 상담사는 내담자를 1회 만나서 도박중독과정과 회복과정에 대한 심리교육을 할 것이다.
  - 상담사는 내담자를 매주 1회 만나서 도박충동에 대처방법, 도박과 관련된 인지적 오류를 찾아내고 합리적인 자기대화를 개발하여 연습할 것이다.
  - 상담사는 내담자를 매주 1회 만나서 재발방지계획을 수립하고, 재발방지 기술을 연습할 것이다.

# S.M.A.R.T.에 맞는가?




- 예, 위 예들은 구체적인 활동들을 포함하고 있다.
- 예, 상담사는 치료를 위해 얼마나 방문하였는지를 측정할 수 있다.
- 예, 내담자는 치료를 받으러 갈 수 있다.
- 예, 내담자는 자신의 문제를 보고하고 치료를 받으러 갈 능력이 있다.

?

# 치료계획 요소 재검토

1. **Problem Statements** (information from assessment)

2. **Goal Statements** (based on problem statement)

3. **Objectives** (what the client will do)

4. **Interventions** (what the staff will do)

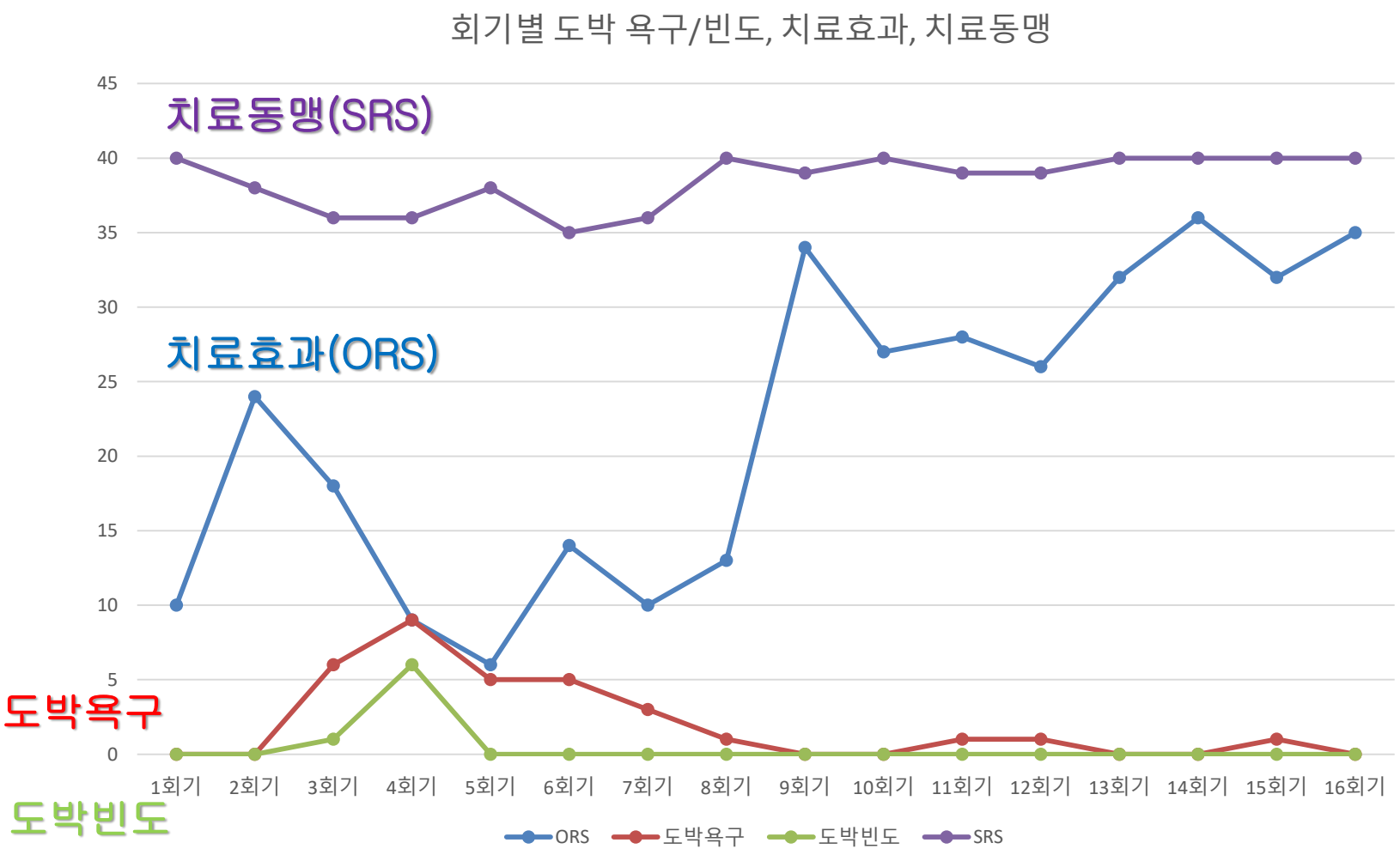
# 치료계획수립 WORKSHOP

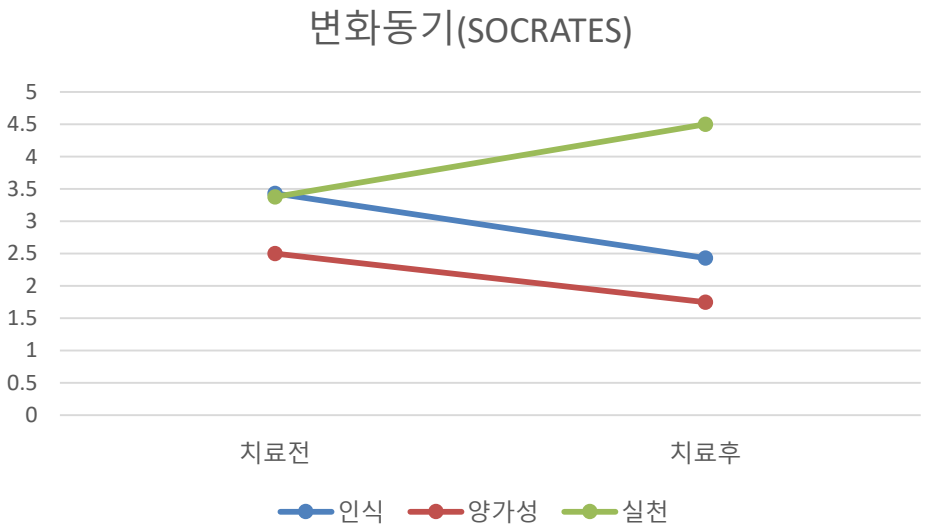
# 사례연구

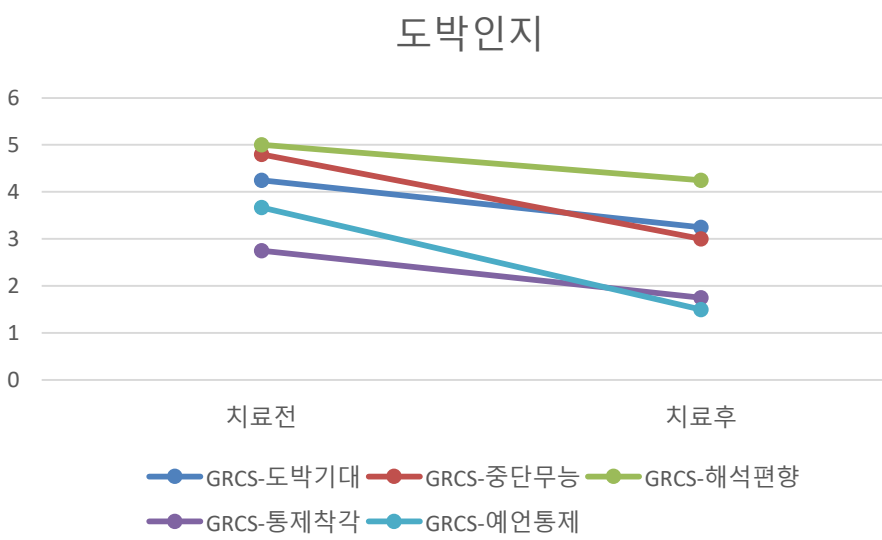
## 대학 4학년 휴학중인 내담자

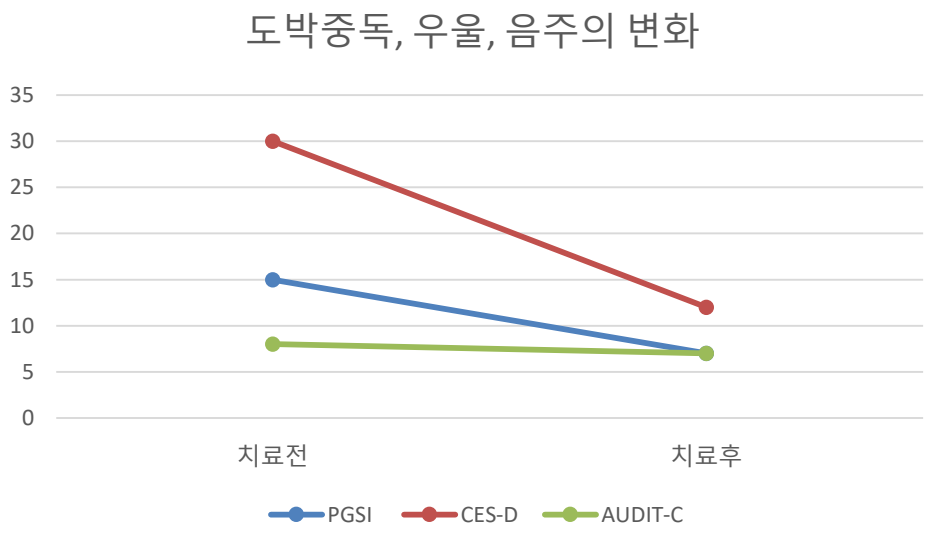
부록참고

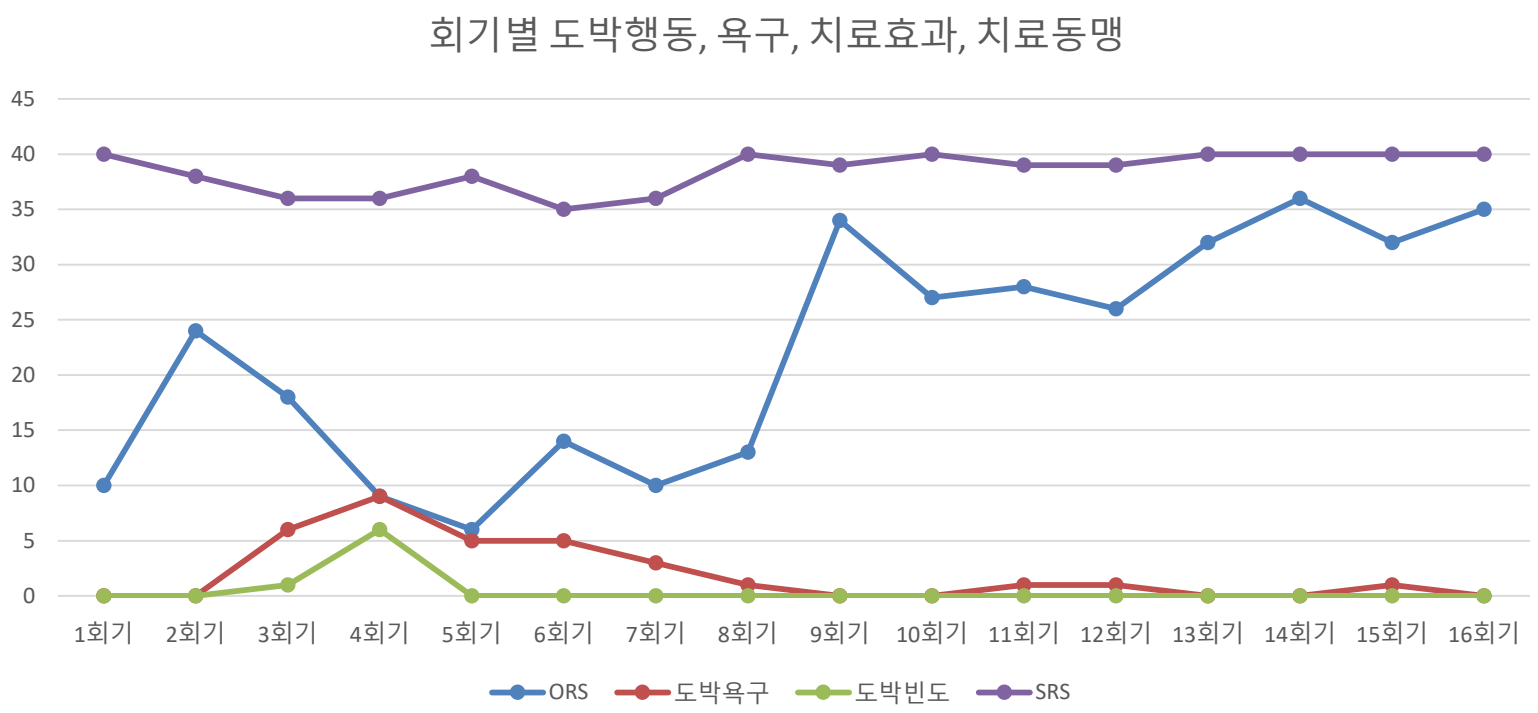
# 사례의 경과기록


회기별 도박 욕구/빈도, 치료효과, 치료동맹
치료동맹(SRS)
치료효과(ORS)
도박욕구
도박빈도
45
40
35
30
25
20
15
10
5
0
1회기
2회기
3회기
4회기
5회기
6회기
7회기
8회기
9회기
10회기
11회기
12회기
13회기
14회기
15회기
16회기
ORS
도박욕구
도박빈도
SRS


변화동기(SOCRATES)
5
4.5
4
3.5
3
2.5
2
1.5
1
0.5
0
치료전
치료후
인식
양가성
실천


도박인지
6
5
4
3
2
1
0
치료전
치료후
GRCS-도박기대
GRCS-중단무능
GRCS-해석편향
GRCS-통제착각
GRCS-예언통제


도박중독, 우울, 음주의 변화
35
30
25
20
15
10
5
0
치료전
치료후
PGSI
CES-D
AUDIT-C




3회기: 생활단조로움

4회기: 카드론 100만원 상환을 위해, 55만원 베팅,
모두 잃고, 현금서비스 600만원으로 베팅

치료계획은 치료의 방향과 내용을 안내하는 지도(map)

# 감사합니다.