

# 수업계획서

2023학년도 1학기 나사렛대학교 학점은행제

1. 강의개요					
학습과목명	정신건강론	학점	3	주당시간	3
강의시간	목08:50-11:40	강 의 실		수강대상	
강좌기간	2023.03.02.~2023.06.08				
교·강사명		교·강사 전화번호		E-mail	
2. 교과목 학습목표					
1. 정신건강에 관한 학자들의 다양한 이론적 개념을 고찰하고, 정신건강의 중요성과 정신건강의 기준 및 조건들을 학습하고 정신건강 전반에 대한 이해를 할 수 있다. 2. 정신병리와 관련한 정신장애의 원인과 정신건강에 영향을 미치는 주요 요인을 학습하고 개인의 사회생활과 정신건강간의 관계를 이해함으로써 정신건강의 문제를 조기 발견할 수 있다. 3. 정신건강의 실천이론에 대한 주요개념들을 학습하고 정신건강 증진방안으로서의 심리치료와 정신건강 프로그램들을 사회복지실천 현장에서 적용할 수 있다. 4. 생애발달에서의 주요 정신건강의 초점과 주요정신장애를 학습하고 이에 따른 예방부터 사후관리까지의 사회복지개입 방안을 설명할 수 있고 클라이언트의 정신건강을 증진시킬 수 있는 사회복지사로서의 능력을 획득할 수 있다. 5. 정신건강의 중요성을 이해하고 이에 대한 사회복지 개입의 관련성과 당위성을 이해하고 설명할 수 있다. 6. 정신건강 실천영역에서의 사회복지와 정신건강의 관계, 정신건강서비스의 현황 등을 파악하고 정신건강실천의 이론과 실제에 대해 설명할 수 있다.					
3. 교재 및 참고문헌					
- 주 교 재: 고명수 외 4명 공저, 2019, 정신건강론, 정민사 - 부 교 재: 김정미 박희숙 공저, 2019, 정신건강론, 공동체 참고도서: Ronald J Ganellen 지음, 최문희 옮김, 2018, MMPI-2와 로르샤하의 통합적 해석, 박영스토리					
4. 주차별 강의(실습·실기·실형) 내용					
주별	차시	수업(강의·실형·실습 등) 내용		과제 및 기타 참고사항	
제 1 주	1	-강의주제: 교과목 오리엔테이션 -강의목표: 강의진행 방향과 수강생 준비사항을 이해한다. -강의내용: 강의진행, 수업참가자의 준비사항, 성적평가, 과제주제 및 작성방법 안내 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론		수업계획서 교재, PPT자료 수업 개요 안내 PPT를 통한 전체 교과목, 수업방식, 평가방법 등에 대한 안내	
	2	-강의주제: 정신건강의 이해 -강의목표: 정신건강의 기본개념을 이해하며 정신건강과 정신위생의 의미를 알고 정신건강의 두 측면에 대해서도 파악한다. -강의내용: 현대사회에서 정신건강의 중요성과 개념, 적극적 측면과 소극적 측면을 살펴본다. -수업방법: 강의, 질의응답, 토론		교재, PPT자료 부교재1장 : 현대인의 고독과 정신건강의 관련성을 살펴보고 현재사회의 특징에 대해 안다. 다면적 인성검사(MMPI)에 대한 안내	
	3	-강의주제: 정신건강의 조건, 건강과 이상, 정신건강과 생태체계에 대한 이해 -강의목표: 정신건강에 대한 학자들의 견해를 이해하여 정상과 이상의 관점을 이해한다. -강의내용: 동서양학자들의 견해를 통하여 정상과 이상의 세 가지 관점을 습득하고 생물학적, 심리학적, 사회적 관점을 안다. -수업방법: 강의, 질의응답, 토론		교재, PPT자료, 부교재2장 나의 정신건강 체크를 위한 척도 MMPI 활용방법 안내	
제 2 주	1	-강의주제: 정신건강의 영향요인 -강의목표: 정신건강에 미치는 심리적 요인과 성격적 특성 요인에 대해 이해한다. -강의내용: 심리적요인 5가지, 성격적특성 요인 중 성격이론, 성격의 유형을 파악한다. -수업방법: 강의, 질의응답, 토론		교재, PPT자료, 부교재 3장 P68-96	
	2	-강의주제: 생물학적 /유전적 요인 -강의목표: 인간의 정신세계에 생물학적 요인과 유전적 요인이 차지하는 비중 -강의내용: 정신질환은 유전적 요인과 환경적 요인의 상호작용 결과에 의한 것이다. -수업방법: 강의, 질의응답, 토론		교재, PPT자료 부교재 3장 P30 ~ P60	
	3	-강의주제: 가정은 최소한의 사회단위		교재, PPT자료,	

		<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의목표: 부모의 양육태도 3가지에 대해 이해한다</li> <li>-강의내용: 민주적 유형, 권위적 유형, 허용적 유형의 각 사례에 대해 토론한다.</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>부교재 3장 P111-127</p> <p>자신의 경험을 토대로 각 유형 중 해당되는 부분에 대해서 준비하여 발표 및 토론</p>
제 3 주	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 적응의 개념</li> <li>-강의목표: 사람이 살아가는 과정에서 다양한 상황에 맞추어 순응하는 과정이 적응의 개념임을 이해한다.</li> <li>-강의내용: 개인이 환경에 순응하는 소극적 관점과 개인이 자신의 목적을 달성하기 위하여 환경을 개조하는 적극적 개념</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 4장</p> <p>"1분 더 증후군" 1시간이 1분으로 느껴지게 된다. 인터넷 시간 왜곡</p>
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 욕구 위계이론</li> <li>-강의목표: 학자들의 욕구위계이론에 대해 이해한다.</li> <li>-강의내용: 매슬로의 욕구 5단계 이론 및 글래서의 기본욕구이론을 이해하고 결핍욕구와 성장욕구에 대해 설명한다.</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 4장</p>
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 적응기제란?</li> <li>-강의목표: 적응기제의 개념과 유형을 이해한다.</li> <li>-강의내용: 불안, 자아방어기제, 안나 프로이드의 14가지 방어기제, 그 외 방어기제 등</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 4장</p>
제 4 주	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 스트레스</li> <li>-강의목표: 스트레스의 개념과 원인을 파악하여 인간의 삶을 이해한다.</li> <li>-강의내용: 스트레스의 개념, 상황적 요인에 의한 원인, 심리적인 요인에 의한 원인</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 6장 p111-139</p>
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 스트레스의 반응</li> <li>-강의목표: 신체/정신에서 스트레스를 받았을 때 나타나는 반응을 이해한다.</li> <li>-강의내용: 반응단계, 신체적인 증상으로 심리 정서적인 반응, 충격 스트레스성 장애</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 6장</p> <p>스트레스에 대한 생리적, 심리적 반응 비교</p>
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 스트레스 관리</li> <li>-강의목표: 스트레스 관리하는 바에 대해 말 할 수 있다.</li> <li>-강의내용: 심리적인 마음자세, 상황별 스트레스 관리요령, 개인적인 관리요령, 스트레스 관리를 위한 운동요법</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 8장</p> <p>나의 스트레스 관리 방법 준비하여 발표하기 또는 스트레스 환자 진료 사례 창조 토론(주교재 105P)</p>
제 5 주	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 인간관계의 본질, 특성, 중요성, 발달과정</li> <li>-강의목표: 인간관계의 본질, 특성을 파악하여 인간관계의 중요성을 이해하고 발달과정에 필요한 지식을 습득한다.</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 13장</p>
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 건강한 인간관계</li> <li>-강의목표: 건강한 사람의 인간관계의 특징과 방해하는 요인을 안다.</li> <li>-강의내용: 자아실현, 실존성, 감수성, 자발성, 자기긍정성, 자기수용성, 긍정적 인간관, 포용성, 유지조건, 인간관</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 14장</p>
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 의사소통</li> <li>-강의목표: 인간관계에서 중요한 의사소통 및 방해요인을 습득하여 나의 삶에 대처하는 방법을 찾을 수 있다.</li> <li>-강의내용: 피드백, 선입견과 고정관념, 의사소통의 원칙, 언어적, 비언어적, 감정어입, 장애물인식, 타인 수용, 일대일 의사소통, 관심기울이기, 의사, 지각, 경청, 공감해주기, 능동적인 자세</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 14장</p> <p>나의 대인관계 유형 분석</p>
제 6 주	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 생애주기별 발달(영아기/아동기)</li> <li>-강의목표: 생애주기 중 영유아기, 아동기의 정신건강에 미치는 영향과 원인을 이해한다.</li> <li>-강의내용: 영아기, 아동기 발달, 발달과업, 반응성 애착장애, 대소변 가리기, 근면성 대 열등감</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 10장</p>
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 생애주기별 발달(청소년기/청년기)</li> <li>-강의목표: 청소년기 발달과업과 정신건강의 관계 및 청년기의 발달과업과 정신건강의 관계를 이해한다.</li> <li>-강의내용: 자아정체감 대 혼란, 성인초기, 친밀감 대 유대감, 독립감, 직업과 관련된 스트레스</li> <li>-수업방법: 강의, 질의응답, 토론</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 11장</p>
	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>-강의주제: 생애주기별 발달(중장년기/노년기)</li> <li>-강의목표: 중장년기의 발달과업과 노년기의 발달과업을 알고 삶에 적용한다.</li> <li>-강의내용: 생산성 대 침체기, 자아통합 대 절망감, 퇴직한 배우자와 함께 살기, 죽음 수용, 우울증과 같은 정동장애</li> </ul>	<p>교재, PPT자료, 부교재 12장</p>

		-수업방법: 강의, 질의응답, 토론	
제 7 주	1	-강의주제: 이상행동 -강의목표: 이상과 정상을 구분하는 기준을 안다. -강의내용: 개인적 증거, 통계적 증거, 사회문화적인 증거, 행동의 적응성 증거, 전문적 증거 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 9장 이상행동의 설명 모델
	2	-강의주제: 이상행동 모델 -강의목표: 프로이트의 정신분석학적 접근, 행동주의적 접근, 인지적 접근, 인간중심적 접근의 이론을 이해한다. -강의내용: 심리적 결정론, 무의식, 성적 욕구, 원초아, 자아, 초자아, 성적 발달단계, 고전적, 조작적, 시행착오, 인지적 심리치료, 인간중심적 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	과제: 수업시간에 배운 치료기법에 맞추어 나의 정신건강에 대해 분석해 보고 발표하기(7주차, 11주차에 나누어 발표 및 토론 후 제출, 10매 이내) 교재, PPT자료, 부교재 9장
	3	-강의주제: DSM-5 목적 및 이해 -강의목표: DSM-IV와 DSM-5를 비교해 보고 개정되어 바뀐 내용을 습득한다. -강의내용: , 이상행동 분류체계, DSM-IV, DSM-5 개정 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 9장 주교재 P182-187 각 증상에 대한 사례를 보고 토론하기
제 8 주	1	중간고사	
	2	중간고사 문제풀이 및 피드백	
	3	중간고사 문제풀이 및 피드백	
제 9 주	1	-강의주제: 아동/청소년기의 정신장애 -강의목표: 외현화 장애 중 주의력 결핍과잉행동장애에 대해 이해한다. -강의내용: 주의산만, 과잉행동, 충동성, 행동조절장애, ADHD의 진단기준, 원인, 치료방법 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 11장 내 주변의 ADHD 사례를 찾아서 토론(문제파악, 진단, 가족관계 어려움 등)
	2	-강의주제: 품행 장애 -강의목표: DSM-5 기준으로 품행장애를 이해한다. -강의내용: 진단기준, 원인, 치료 및 예방, 부모교육, 부모상담, 행동치료 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 11장
	3	-강의주제: 적대적 반항장애 -강의목표: 적대적 반항장애에 대해 이해한다. -강의내용: 증상 및 특징, DSM-5 진단 기준, 원인, 치료방법, 영화 친구를 통해 이해하는 품행장애와 반항장애 분석 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 11장 영화 “친구”를 보면서 품행장애와 반항장애 비교 토론하기
제 10 주	1	-강의주제: 우울장애 -강의목표: 내현화 장애 중 우울 장애에 대해 이해한다. -강의내용: 우울증의 개념, 주요 증상, 우울장애의 진단 기준(DSM-5), 원인, 치료방법 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 11장
	2	-강의주제: 틱장애 -강의목표: 틱장애의 원인을 알고 치료방법에 대해 이해한다. -강의내용: 일시성 틱장애, 음성틱장애, 뚜렛장애, 치료방법, 가족치료 프로그램, 사례 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 11장 봉구의 틱장애에 대한 토론
	3	-강의주제: 인터넷 중독과 특수학습장애 -강의목표: 게임 중독과 특수 학습 장애에 대한 문제점을 이해한다. -강의내용: 인터넷의 과도한 사용, 금단 증상(초조), 내성, 치료방법, 사회기술훈련, 부모교육 프로그램, 가족치료, 인터넷 중독 실제 사례, 음란물 중독 실제 사례, 읽기장애, 산술장애, 쓰기장애 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 12장 우리 주변의 인터넷 중독 청소년 사례를 직접 찾아보고 문제 해결에 대해 토론
제 11 주	1	-강의주제: 정신분열증, 양극성 및 관련 장애, 주요 우울장애 -강의목표: 성인기 정신장애의 유형에 대해 이해한다. -강의내용: 망상, 환각, 환청, 음성증상, 양극성 및 관련장애, 순환성, 우울증의 진단기준, 역학적 특성, 사례 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 12장
	2	-강의주제: 불안장애, 강박, 외상 후 스트레스 장애 -강의목표: 불안장애, 강박, 외상 후 스트레스 장애를 이해한다. -강의내용: 공황장애, 범불안장애, 특정 공포증, 강박, PTSD -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 11장-12장 양극성 장애 및 관련 장애 사례 찾고 토론하기
	3	-강의주제: 성도착증, 성불편증, 섭식장애 -강의목표: 성도착증, 성불편증, 섭식장애의 개념을 이해한다. -강의내용: 성도착, 성불편증, 신경성 식욕부진증, 신경성 폭식증, 경과 및 예후 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT, 부교재 12장 과제제출 추천도서: 이상심리학 시리즈 13
제	1	-강의주제: 성인기의 성격, 해리 -강의목표: 성격이란 대부분의 사람에게서 발견되는 평균 범위의	교재, PPT자료, 부교재 12장 p260

12 주		수준을 벗어나 편향 된 상태를 이해한다. -강의내용: 편집성, 분열성, 연극성, 분열형, 자기애적, 경계성, 반사회적, 회피성, 의존성, 해리성 기억상실증, 해리성 정체성, 이인증, 비 현실감장애 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	
	2	-강의주제: 신경인지장애, 기타 성인기 장애 -강의목표: 신경인지 장애 및 기타 성인기 장애의 유형을 이해한다. -강의내용: 정상 미만의 2 표준편차 이상, 신경인지 장애는 독립성을 저해하지 않는 정도의 인지저하로 정상 미만의 1-2 표준편차 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 12장 p273
	3	-강의주제: 물질관련, 비물질 관련 장애 -강의목표: 물질 관련 및 중독의 하위유형에 대해 이해한다. -강의내용: 양용, 비물질(도박), 물질(물질 유도성 장애), 습관성, 중독 증상, 중독의 원인, 알코올, 담배, 카페인, 암페타민 제제, 환각제 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 12장 p270
제 13 주	1	-강의주제: 정신역동 -강의목표: 심리적 건강과 증상에 대한 관점으로 정신역동치료와 행동치료를 이해한다. -강의내용: 정신분석치료의 목표, 치료자의 역할, 치료적 기법, 자유연상, 해석, 꿈의 분석, 저항의 분석과 해석, 전이의 분석과 해석, 경청과 감정이입, 버터주기와 간직하기, 소거, 혐오적 조건 형성, 노출법, 체계적 둔감법, 행동조성법, 모델링, 생활기술 훈련, 환표이용법 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 14장 p 349  추천도서 : 정신역동 임상 미술치료 방법론(okmhc 정신건강지침서1)
	2	-강의주제: 인지, 인지행동, 인본주의 -강의목표: 왜곡된 인지를 수정하는 전제조건, 한계점, 치료자의 특성에 대해 이해한다. -강의내용: 인지 규정하기, 재귀인기법, 역기능적 사고들의 기록, REBT 인지행동치료, 상담기법, 인지적, 논박하기, 기능적 논박, 경험적 논박, 논리적, 철학적인 논박, 합리적 대처말, 정서적 기법, 행동적 기법, 벌칙, 참안남 작업, 수치심 깨뜨리기, 인간중심, 게슈탈트, 언어 표현 바꾸기 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 14장  추천도서 : 인지행동 놀이 치료 1(재미있고 쉬운)
	3	-강의주제: 실존, 현실, 표현예술 -강의목표: 실존주의 관점과 기법과 현실치료의 선택이론, 표현 예술치료의 상담기법을 이해한다. -강의내용: 헤겔 철학파, 프랭클, 메이, 소크라테스식 대화법, 역할적 의도, 반성제거, 태도변형, 글래서, 선택이론, 미술치료, 음악치료, 문학치료, 연극치료, 시저널치료, 심리극 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 14장  과제발표 및 토의
제 14 주	1	-강의주제: 정신건강의 과제, 전망 -강의목표: 현대인의 행복지수에 대한 조사를 통해 미래에 대한 과제와 전망을 이해한다. -강의내용: 내 삶이 불행한 이유, 우울증 경험 여부, 엠브레인트렌드모니터 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 14장
	2	-강의주제: 자살 -강의목표: 자살 사정과 위기 개입의 전략을 수립할 수 있다. -강의내용: 이기적, 이타적, 아노미적, 숙명론적, 청소년 자살의 유전적, 생물학적 원인, 자살에 대한 관점, 자살위기 개입, 방지 대책 -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 14장  참고 사이트 : 천안시자살 예방센터 역할 살펴보기
	3	-강의주제: 다문화 사회, 행복한 삶과 긍정 -강의목표: 문화적 다양성과 이민자의 정신건강 증진방안을 설명할 수 있으며 행복해지는 능력을 향상시킬 수 있다. -강의내용: 자아존중감, 외향성, 긍정적 인간관계, 마음뉘기, 향유하기, -수업방법: 강의, 질의응답, 토론	교재, PPT자료, 부교재 14장  정신건강증진 및 정신질환자 복지서비스 지원에 관한 법률(약칭 정신건강복지법) 토론(부록)
제 15 주	1	기말고사	
	2	기말고사 문제풀이 및 피드백	
	3	기말고사 문제풀이 및 피드백	

5. 성적평가 방법						
중간고사	기말고사	과제물	출결	기타	합계	비고
30%	30%	15%	15%	10%	100 %	
6. 수업 진행 방법						
- 강의, 토론 및 피드백, 발표						

7. 수업에 특별히 참고하여야 할 사항

-

8. 문제해결 방법(실험·실습 등의 학습과정의 경우에 작성)

-

9. 강의유형 (강의 유형  $\sqrt{\quad}$ 으로 표시요망)

이론중심( ), 토론, 세미나 중심( ), 실기 중심( ), 이론 및 토론, 세미나 병행( ),  
이론 및 실험, 실습 병행( ), 이론 및 실기 병행( )