

가2023-05
ISSN 979-11-6838-070-7



서울시 재난 심리지원 운영 매뉴얼

(2023년판)



서울시 Seoul Mental Health Welfare Center
정신건강복지센터

서울케어 서울특별시
서울의료원

서울시 재난정신건강서비스 개요



» 재난정신건강서비스란?

재난 정신건강 서비스는 재난 경험자의 심리적 고통을 완화하고 정신적 안정을 도모하며 정신건강 고위험군을 조기 발견하여 적절한 치료개입을 제공함으로써, 궁극적으로 지역사회 전체의 회복을 지원하는 활동으로 **재난 대비부터 대응 그리고 재난 사후관리까지의 일련의 활동**을 의미

» 재난경험자의 구분

- 1차** (직접피해자) 재난으로 인해 직접적으로 충격이나 손상을 받은 사람
- 2차** (가족 및 지인) 1차 피해자의 가족이나 가까운 지인
- 3차** (대응인력) 재난상황을 참여했던 재난관리자(소방관, 경찰, 의료진, 정신건강관련 종사자 등)
- 4차** (지역주민) 재난이 일어난 지역사회에 거주하는 주민
- 5차** (시민) 마스크이나 대중매체를 통해 간접적으로 심리적 스트레스를 겪는 사람

» 재난정신건강서비스 영역

재난 정신건강서비스 영역

재난정신건강 지원인력(광역 및 기초 정신건강복지센터, 심리지원센터)

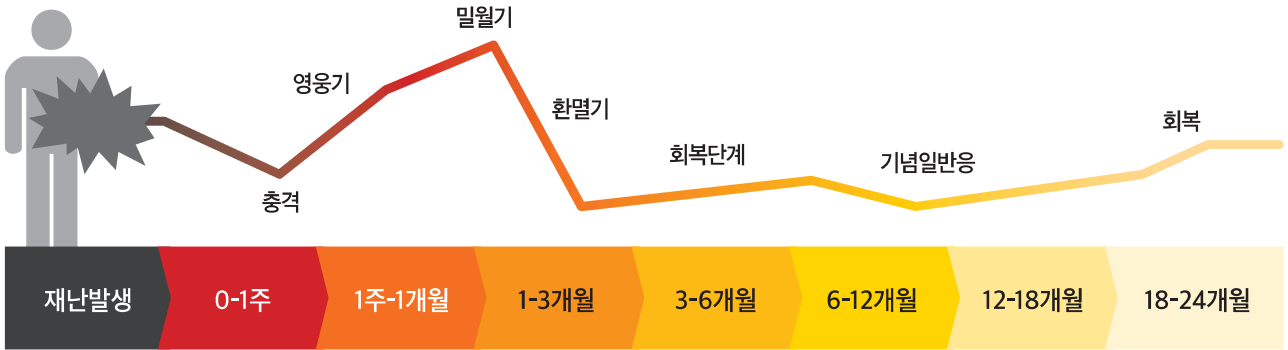


서울시 재난 정신건강 서비스 대응체계



>> 서울시 재난 정신건강 서비스 대응체계

<회복단계에 따른 주요 반응>



시기별 대상별 집중 서비스 제공

- 급성기 ~ 아급성기: 1~2차 재난경험자 서비스 제공
- 만성기: 4~5차 재난경험자 서비스 제공으로 일상회복의 환경조성

<서울시 재난 정신건강 서비스 대응체계>

		급성기 (발생~1개월)	아급성기 (1~3개월)	만성기 (3~24개월)			
		상황파악 및 재난심리지원 (SDPAT 심리적응급처치 및 심리지원)		지속관리 및 모니터링 (재난정신건강전문가 상담 및 종결자 모니터링)			
서울시 보건소	- 행정지원 (서울시, 보건소) 상황전파, 계획수립, 실적관리, 언론대응, 위기소통	대상 재난경험자 1~2차 우선 집중 서비스 주 1회 대면(비대면) 상담 및 정보제공		<ul style="list-style-type: none"> • 1~2차 재난경험자 대상 • 1단계 2단계 프로그램을 유연하게 제공 • 재난경험자 동의 하에 종결 (CGI-S척도활용) 			
	광역 기초 심리	- 심리지원 (SDPAT) 현장상담소 운영 심리적응급처치, 초기상담 위험성평가, 위기개입, 기관연계 현장인력 소진관리	직접 피해 자유 주체		<table border="1"> <tr> <th>마음 프로그램</th> <th>마음 플러스 프로그램</th> </tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> • 안정화기법 기반, 급성스트레스 상황 회복 • 기본4모듈, 선택4모듈 </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> • 자원 및 대처 기술 훈련을 통해 트라우마 회복 촉진 • 문제관리플러스 (6모듈) 마음건강회복기술 훈련(5모듈) </td> </tr> </table>	마음 프로그램	마음 플러스 프로그램
마음 프로그램		마음 플러스 프로그램					
<ul style="list-style-type: none"> • 안정화기법 기반, 급성스트레스 상황 회복 • 기본4모듈, 선택4모듈 	<ul style="list-style-type: none"> • 자원 및 대처 기술 훈련을 통해 트라우마 회복 촉진 • 문제관리플러스 (6모듈) 마음건강회복기술 훈련(5모듈) 						
		대응 인력 재난경험자 3차 침습, 대리외상으로부터의 회복, 소진관리, 찾아가는 심리지원					
		서울 시민	서울시민 트라우마 아카데미	찾아가는 심리지원 마음안심버스			
		재난경험자 4~5차 재난 반응 및 올바른 정보에 대한 대시민 홍보	<ul style="list-style-type: none"> • 4~5차 시민의 간접경험으로의 트라우마 회복을 위한 교육 프로그램 	<ul style="list-style-type: none"> • 마음안심버스를 통한 트라우마 스트레스 관리 및 정보제공, 상담 제공 			



(위기시) 재유입 서비스 제공

(필요시) 마음건강검진 의료기관 이용 가능

서울시민 재난심리지원 회복프로그램 안내



» 서울시민 재난심리지원 회복프로그램 안내

• 급성기~아급성기(집중프로그램) : 마음 프로그램



기본 모듈

- 심리교육
- 기본 안정화:이완
- 기본 안정화:착지
- 긍정성 증진

선택 모듈

- 신체 안정화
- 재경험 반응 다루기
- 애도
- 수면관리

• 급성기~아급성기(집중프로그램) : 마음플러스 프로그램

문제관리 플러스 (모듈)

- PM+ 평가
- 시작하기 계속하기
- 스트레스 관리
- 사회적지지강화
- 문제관리
- 잘지내기

마음건강회복기술훈련 (모듈)

- SPR 평가
- 사회적 관계 파악
- 유용한 사고 촉진
- 긍정적 활동 촉진
- 좌절예방시트

• 서울시민 상시 프로그램 : 서울시민 트라우마 아카데미



서울심리지원 1~4권역센터

스트레스 및 트라우마 회복 촉진을 위한 마음챙김 명상, 훈련 및 애도상담

• 서울시민 상시 프로그램 : 찾아가는 심리지원 마음안심버스

마음안심버스



대상: 서울시민
 방식: 기업, 단체, 기관 등 찾아가는 정신건강서비스
 내용: (1) 스트레스 측정 (HRV 기기) (2) 정신건강전문요원 평가 및 상담

서울시 재난정신건강 지원인력 체계



» 서울시 재난정신건강 지원인력 체계

재난대응

재난업무종사자
(서울시 재난안전정책과 재난수습팀)

행정지원

(보건소, 센터 등 정신건강비전문요원)

재난정신건강 지원인력

(서울특별시 시민건강국 정신건강과 정신건강정책팀)

심리지원

(정신건강복지센터, 심리지원센터 등 정신건강전문요원)

재난정신건강 회복지원인력

광역정신건강복지센터 1개소
기초정신건강복지센터 25개소
자살예방센터 1개소
심리지원센터 4개소
자치구 보건소 25개소

행정지원 및 심리지원을 수행하는 담당자로 재난정신건강 초급과정(국가 트라우마센터 교육과정)을 수료 필수 (보건소 담당자 권고)

재난정신건강 전문인력

SDPAT

- 서울형재난심리대응팀
- 정신건강전문요원
- 초급과정 수료자 우선
- 급성기 심리지원 투입

재난정신건강 (준)전문가

- 정신건강전문요원
- 중급과정 수료자
- 재난위험성평가
- 재난심리지원(지속상담) (아급성기~만성기)

광역정신건강복지센터 1개소
기초정신건강복지센터 25개소
자살예방센터 1개소
심리지원센터 4개소

재난발생 급성기(72시간 ~1개월), 아급성기(3개월, 만성기(3개월 이후~) 시기에 재난경험자를 대상으로 심리지원하는 정신건강전문요원 및 그에 준하는 전문가
◆ 정신건강전문요원이며 초급과정수료 필수, 중급과정 이수 권고

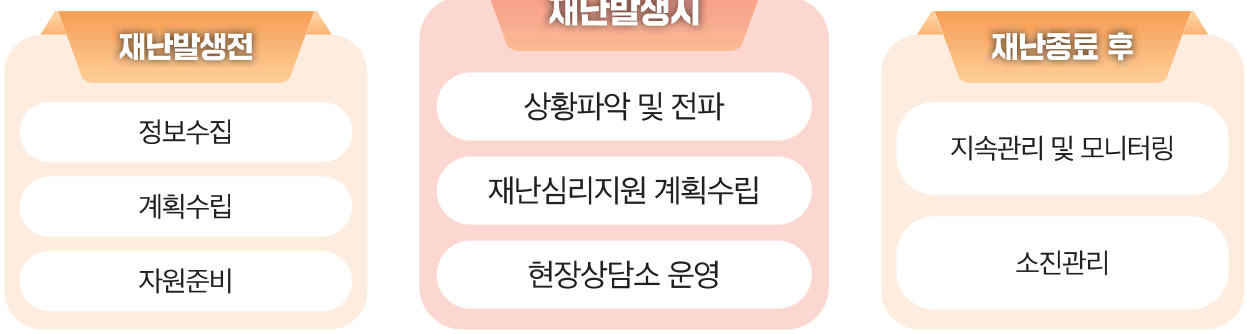


★ 보건복지부(국가트라우마센터) 에서 규정하는 [재난정신건강전문인력]을 바탕으로 초기 대응하는 서울형재난심리대응팀 SDPAT을 추가하여 구성함

서울형재난심리지원대응팀(SDPAT) 개요



주요역할



인력배치

조건 1 (필수)정신건강전문요원

조건 2 (우선)재난정신건강 초급교육과정 수료자

- 조건을 만족하는 인력을 우선으로 배치
- 2023.11월 현재 (보건복지부)재난정신건강 지정인력을 중심으로 구성
- (중요 !!) 인력변경필요시

- ① 조건 1, 2에 해당하는 이를 배치
- ② (보건소) 서울시에 공문으로 SDPAT 인력 변경 건을 공문 발송
- 수신처: 서울특별시 시민건강국 정신건강과
- ③ (센터) 서울시정신건강복지센터 심리지원팀에 변경사항 공유

- SDPAT 교육 및 훈련과정

- ① (필수) 직무교육 2일과정 (국가트라우마센터 제공)
- 심리적응급처치과정, 재난심리지원 체계, 마음프로그램
- ② (우선권고)
- 초급선택: 취약계층 대응지침(3시간)
- 중급기본: 문제유형별 대응지침(3시간)
- 중급심화: 문제관리 플러스(6시간), 마음건강회복기술훈련(8시간)
- 거버넌스 체계구축 워크숍(8시간)

인력구성

- 재난발생시 급성기에 주로 투입하는 신속대응팀
- 서울 시 (광역, 심리지원센터) 총 8명
- 區 (기초 정신건강복지센터 각 2명씩) 총 50명



서울시재난심리지원 직무안내



» 서울시재난심리지원 직무안내

- 재난발생 전, 재난 발생시, 재난 종료 후로 직무를 구분
- 규모에 따라 총괄이 결정되면 서울시 및 자치구의 재난정신건강회복지원인력(서울시 ↔ 보건소)과 재난정신건강전문인력(광역 ↔ 기초의 SDPAT, 재난정신건강준전문가)의 역할은 상동

시기	주요 직무		
	행정(재난정신건강회복지원인력) 서울시, 보건소	심리(SDPAT, 재난정신건강준전문가) 광역·기초·심리지원센터	
재난발생 전	<ul style="list-style-type: none"> 재난정신건강 사업수립 재난정신건강협의체(협력체계) 운영 재난정신건강 인력 및 자원관리 재난정신건강대시민 교육(홍보) 	<ul style="list-style-type: none"> 재난정신건강 정보수집 재난정신건강대시민 계획수립 재난정신건강 인력 및 자원준비 	광역 및 기초 SDPAT
		<ul style="list-style-type: none"> 재난정신건강대시민 교육 	심리지원센터
재난발생시	<ul style="list-style-type: none"> 재난상황파악 및 전파 보건소 등 심리지원 행정지원 체계가동 언론 상황총괄 및 긴급예산 확보 	<ul style="list-style-type: none"> 재난관련정보수집 재난심리지원 대응 계획수립 재난심리지원 현장대응 종료 및 중장기 관리 	(소규모) 기초 SDPAT
		<ul style="list-style-type: none"> 재난심리지원 지속관리 방침마련 재난거버넌스 유관기관 협력지속 	<ul style="list-style-type: none"> 현장대응 종료 및 지속관리 결정 재난심리지원 지속관리 계획 재난경험자 지속관리(프로그램) 재난정신건강지원인력 소진관리
재난종료후	<ul style="list-style-type: none"> 재난심리지원 지속관리 방침 마련 재난거버넌스 유관기관 협력지속 종합평가 	<ul style="list-style-type: none"> 재난대응인력 심리지원 시민 트라우마 교육 운영 	심리지원센터
		<ul style="list-style-type: none"> 재난심리 종료 및 지속관리 결정 종합평가 및 실태평가 재난경험자 모니터링(위험성평가) 재난정신건강지원인력 소진관리 	광역 및 기초 SDPAT/ 재난정신건강 준전문가
만성기	<ul style="list-style-type: none"> 1주기 특별관리 방침마련 재난경험자 지속관리 방침 마련 	<ul style="list-style-type: none"> 재난대응인력 심리지원 시민 트라우마 교육 운영 	심리지원센터
		<ul style="list-style-type: none"> 재난경험자 위험성평가(18, 24개월) 재난경험자 위기상담 및 지속상담 재난경험자 지속 모니터링 서울시민 트라우마 관련교육 운영 	광역 및 기초 SDPAT/ 재난정신건강 준전문가

<서울시 재난정신건강 직무>