

심리사회적 건강 서비스

가족 및 커플 치료

내담자와 가족의 관계 및 그것이 심리
사회적 건강에 미치는 역할을 평가하
는 치료

인지 행동 치료

사고와 행동 패턴을 바꾸기 위해 사회
적 개입을 사용하는 치료 유형

지지적 심리치료

어려운 생활 상황이나 심리적 어려움
을 겪을 때 정서적 지원, 격려, 확인을
제공하는 데 주로 초점을 맞춘 치료 유
형

치료사는 고객이 인정받고 편안함을
느낄 수 있도록 적극적으로 경청하고
공감하는 경우가 많습니다.

어떻게 도움이 되나요?

어려운 삶의 상황에서 건강에 해로운
인지 및 행동 패턴을 줄입니다.

우리는 무엇을 할 수 있나요?

서비스에서 배운 활동을 일상생활에
서 구현해 보세요.
불필요한 스트레스를 줄이세요
건강한 관계를 유지하세요
정신적, 육체적으로 활동적인 상태를
유지하세요

Service
Canada



Community Transcultural
Support Services June 2024