

백암의 다짐

보건복지부 2024년 5주기 정신의료기관 평가 합격
2024년 서울시립병원평가 16년 연속 우수기관선정
보건복지부 2023년 공공보건의료 시행 평가 결과 우수시기관 선정
2024년 의료기관평가인증원 표창



2025년 백암정신병원 사업목표

- 신규입원환자 점유율 증대를 통한 경영 효율성 증진
- 대·내외협력업무와 지역사회에 기여
- 공공보건의료계획의 심화과정



- 감염관리활동을 통한 안전한 의료환경 조성
- 정신의료서비스 질 향상 활동
- 환자안전에 통한 환자안전 및 의료의 질 향상
- 안전관리의 질 향상

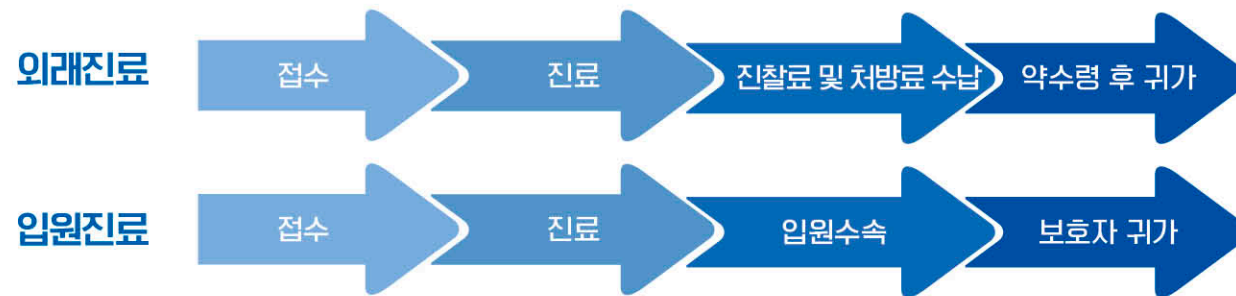
- 차별화를 위한 병원 이미지 홍보사업
- 간호업무 역량강화 및 간호서비스 전문화
- 권리보호 및 인권존중의 내실화
- 정신건강지원서비스의 체계적인 양질화



- 시설환경개선 효율성 제고
- 소통의 강화로 직원만족 조직 문화 조성
- 다양한 직원복지로 직무능력향상
- 전문성 갖춘 직원의 업무수행 역량강화

보다 높은 의료서비스를 제공하기 위한 우리의 준비로
고객과 직원의 만족 및 행복한 조직문화 구축

입원진료절차 안내



입원 시 구비서류

- ▶ 환자와 보호자의 관계를 증명할 수 있는 서류
환자 중심의 주민등록표(등본) | 환자 중심의 가족관계증명서 | 환자 중심의 후견등기사항 증명서 등
- ▶ 신분증(주민등록증 또는 운전면허증)

전화 031)332-3194~6 | 팩스 031)332-3197 | 홈페이지 <http://www.baekammh.or.kr>

contents

PART.1

새로운 시작의 다짐

- 6 시무사
- 8 우리는 다짐했다, 계속 상을 받기로
[5주기 정신의료기관 평가 합격]
[보건복지부 2023년 공공보건의료 시행평가 결과 우수기관]
[서울시립병원평가 16년 연속 우수기관 선정]
[2024년 의료기관평가인증원 표창]
- 10 자원봉사자 활동

PART-2

봄날의 다짐

- 14 재활프로그램 소개
- 16 봄예술제
- 17 7080 잔치!

PART.3

뜨거운 다짐

- 20 시원하게 놀겠다고 다짐하자! 쿨썸머백암
- 22 [감염의 날, 환자 안전의 날, 인권의 날] 통합행사
- 25 국가검진 사업이란?
- 26 백암지기!
- 27 REST FOR A WHILE 1
- 28 깨끗한 용천리를 만들겠다고, 다시 다짐!!

PART.4

결실 성과의 다짐

- 32 QI, CQI 경진대회
- 35 백암 한마당
- 36 한마음페스티벌[직원단합대회]
- 42 비면회자야유회
- 44 REST FOR A WHILE 2

PART.5

마무리의 다짐

- 48 Merry Christmas&HAPPY NEW YEAR!
송년대축제
- 50 NEW FACE, 신규직원을 소개합니다.
- 54 백암에서의 비상.
- 57 수상 및 승진을 축하합니다.

PART.6

우리의 다짐을 이루다

- 60 환자를 위한 병원의 다짐(시설개선)
- 62 내부편견 해소사업
- 63 소리지르는 네가 환자안전 챔피언
- 64 금연클리닉 사업
- 66 FUN 백암 PROJECT
- 72 환자 및 직원 사기진작 PROJECT
- 74 후원회 소식

PART.1

새로운 시작의 다짐



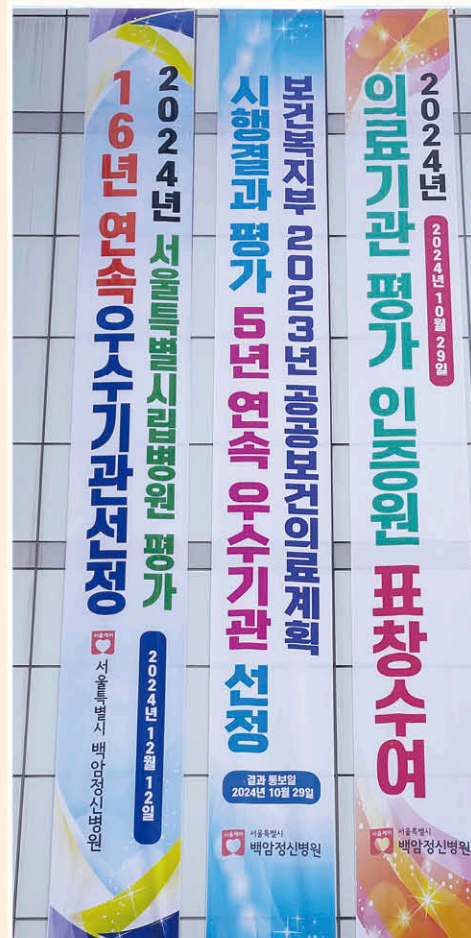
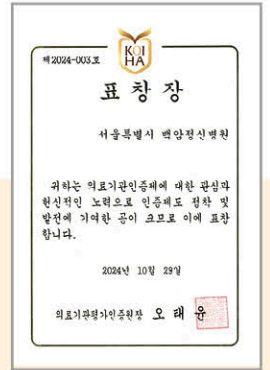
시무사

2025년 '푸른 뱀의 해'라고 불리는 을사년(乙巳年)이 힘치게 시작되었습니다.
지혜와 성장, 변화, 새로운 시작을 의미하는 해이라고 합니다.
새로운 도전과 변화를 통해 지난 어려움을 극복하고 새롭게 다시 시작할 수 있는 2025년이 되어야 된다는 의미라 생각합니다.
우리는 지난해 쉽지 않은 내, 외부의 어려운 환경속에서도 적지 않은 성과를 만들어 냈습니다. 2025년 올해는 지난해의 성과, 그리고 우리가 오랫동안 쌓아온 전통과 저력을 통하여 성장과 변화, 새로운 시작을 만들어 내야 합니다.
입원 및 외래환자에게 보다 높은 의료서비스를 제공할 수 있는 영역을 만들어 내고 그것을 실천할 수 있는 역량을 강화시키기 위한 전사적인 노력을 기울여야 합니다. 세부적 실천 과제는 부서별 사업계획서에 충분히 언급되고 반영되었습니다. 특히 올해는 과제의 수행뿐 아니라 지속적인 모니터링과 변수의 통제를 통하여 계획된 결과물이 나올 수 있도록 관리되어야 합니다.
결국 이러한 우리의 노력은 어려운 환경속에서도 우리를 굳건하게 할 수 있는 경쟁력으로서 자리 잡게 될 것입니다.

또한 급속하게 변화되는 정신의료기관의 환경속에서 병원이 나아갈 방향을 점검하고 새로운 도전과 변화의 시대에 자리매김 할 수 있는 좌표를 설정하여 이를 통하여 예측 가능하며 지속적 성장이 가능한 조직을 만들기 위한 노력도 함께 진행될 것입니다. 빠른 시간안에 워크숍을 통하여 구체화 하는 작업이 이루어질 예정입니다. 우리는 이러한 목표를 이루기 위하여 규정과 지침의 준수하고 상호간에 존중하며 상식적 판단속에서 업무를 처리해야 합니다.
주어진 업무는 명확하게 그리고 책임감을 가지고 수행되어야 합니다.
그 수행은 부서간 협력과 혁신의 의지를 통해 미래로 함께 나아가려는 의지를 가질 때 비로서 우리앞에 결과로서 나타날 것입니다.
을사년(乙巳年) 새해에는 더 큰 희망과 기대로 어려움을 극복하여 우리모두가 성취를 만들어 낼 수 있는 한해가 될 것이라 믿습니다.
직원분들이 소망하는 모든 일이 이루어지는 한해가 되길 기원드리며 새해 복 많이 받으시길 바랍니다.

2025년 1월 6일
서울시백암정신병원 병원장 박 수 일

우리는 다짐했다, 계속 상을 받기로



1 5주기 정신의료기관 평가 합격

2024년 9월 24일 ~ 9월 26일까지 실시한 5주기
정신의료기관 평가에서 합격하였습니다.

2 보건복지부 2023년 공공보건의료 시행 평가 결과 우수기관 선정

보건복지부 주관 2023년 공공보건의료계획 시행결과
평가에서 우리병원은 5년 연속 우수기관으로 선정
되었습니다. 보건복지부 평가는 4개영역 공공성 강화,
적정진료 및 양질의 의료 서비스, 건강안전망, 미충
족 보건의료서비스 영역별 각 사업 계획에 대하여
매년 계획에 따른 시행 결과를 보건복지부 전문가들의
심사를 통해 선정되었습니다.
2023년 공공보건의료계획 시행결과 평가 결과 서울
특별시 백암정신병원은 종합점수 86.4점으로 우수
기관으로 선정되었습니다.

3 2009년 ~ 2024년 서울시립병원평가 16년 연속 우수기관 선정

서울특별시가 12개 서울시립병원을 대상으로 '서울특별시 시립병원평가'를 실시한
결과, 본원이 정신병원 영역에서 우수기관으로 선정되었습니다. 서울특별시 시립병
원평가는 2006년 시범평가를 실시한 후 2007년부터 매년 평가를 통해 병원개선방안을
제시함은 물론 우수기관 및 유공자에 대한 표창을 통해 의료서비스 질 향상과 적극적
인 공공의료정책수행 참여의 동기를 부여하고 있습니다. 서울시에서는 평가영역을
병원정책 및 거버넌스, 공공성, 경영효율성, 의료의 질 향상의 4가지 영역을 구분하여
12개 시립병원을 평가하고 있습니다. 평가방법은 외부전문가로 구성된 평가위원에
의한 서면평가, 면담평가와 설문조사(경영진 리더십)를 실시했으며, 병원별 평가를
통한 최종 종합점수 산출 결과 2024년에도 서울특별시 백암정신병원이 정신병원 영역
에서 우수기관에 선정되었습니다. 백암정신병원은 우수기관이라는 자부심을 가지고
앞으로도 고객에게 최상의 의료서비스로 건강한 사회를 구현하고 행복한 삶에 기여
하는병원이 될 수 있도록 노력하는 공공정신의료기관이 되겠습니다.

4 2024년 의료기관평가인증원 표창

의료기관평가인증원 개원 14주년을 맞이하여 기념식을 개최하였으며 의료기관평가
인증 제도 정착 및 활성화를 위해 공헌한 의료기관으로 선정되었습니다.

2024년 자원봉사자 활동

프로그램 전문 자원봉사자



용인시장장애인체육회(탁구교실)

탁구 활동을 통해 신체의 여러부위를 움직여 근력과 유연성, 순발력, 반응속도를 개선하여 건강한 신체를 유지하는 프로그램



용인시장장애인체육회(필라테스)

필라테스 활동을 통해 신체에 큰 무리를 주지 않고 다양한 신체동작을 하며 자연스럽게 체력과 신체기능을 증진시키는 프로그램



용인시장장애인체육회(보치아)

보치아 경기를 통해 근육을 사용하여 신체적인 건강을 도모하고 참여자들 간 협동심 향상과 여가시간을 활용하는 프로그램



백암울림(난타)

음악에 맞춰 난타북을 치며 즐거운 정서를 경험함으로써 감정 발산 및 활력 증진을 도모하는 프로그램



사이코드라마(특강)

사이코 드라마 전문강사 집단의 개입을 통해 다양한 역할놀이를 경험하고 내면의 세계를 탐색하며 감정의 해소를 경험해보는 기회를 제공함



자원봉사자 문화공연

자원봉사단 문화공연을 통해 즐거움을 전달하고 문화적 감수성을 향상하며 예술에 대한 시각을 넓힐 수 있는 기회를 제공함

이·미용 전문 자원봉사자



개방병동 이미용



사랑병동 이미용



화목병동 이미용

한 해 동안 재능기부를 통해 입원환자들에게 전문적인 서비스를 제공해주신 모든 자원봉사자 선생님들께 감사드립니다. 한 해 동안 재능기부를 통해 입원환자들에게 전문적인 서비스를 제공해주신 모든 자원봉사자 선생님들께 감사드립니다.



PART.2
봄날의 다짐



재활프로그램

공공보건의료사업팀에서는 본원에 입원 중인 환자들을 대상으로 전문적인 재활프로그램을 제공하여 증상을 완화하고 손상된 사회적 기능을 향상시킴으로써 사회복귀 촉진을 도모하고 있습니다.

치료 프로그램

건강관리프로그램

다양한 신체활동을 통해 입원 환자들의 건강 증진과 체력 향상을 돕는 프로그램



여가활용프로그램

음성증상이나 거동이 불편한 환자들을 위해 정신건강전문요원이 직접 병동으로 찾아가 진행하는 프로그램



전문화된 치료 프로그램

증상 및 기능 회복과 개인적 욕구 반영, 다양한 여가활용의 기회를 제공하기 위해 여러 요법을 활용하여 사회기술 프로그램, 알코올 집단 프로그램, 심리재활 프로그램 등을 진행하고 있습니다.



인지재활 프로그램



대인관계훈련 프로그램

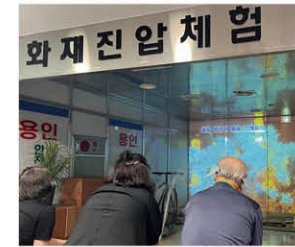


알코올의존재발예방프로그램

사회복귀프로그램

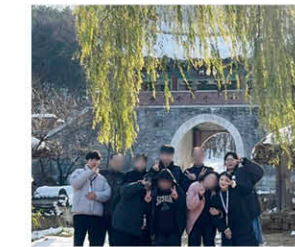
사회적응훈련

지역사회의 구성원으로서 살아가기 위해 필요한 다양한 활동을 연습하고 정보를 습득하여 사회적응능력을 향상하는 프로그램



세상속으로 찰칵

만성 정신장애인들에게 정보격차 해소 및 정보습득의 기회를 제공하고자 스마트폰 이용 방법을 익히고 원하는 정보를 습득하도록 돕는 프로그램



정신치료극

사이코드라마

참여자에게 역할과 상황을 주어 생각나는 대로 연기를 하도록 하여 개인의 갈등 상황을 연기로 표현하며 개인의 심리적 문제를 해소할 수 있도록 도모하는 심리 요법극을 통해 환자 개인의 갈등 및 문제를 해결하고 감정



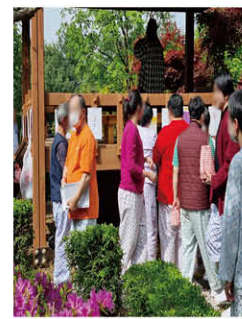
마음극장

개인이 자신의 갈등상황을 말로 표현하기 보다는 그 상황을 연기함으로써 자신이 가지고 있는 문제의 심리적 차원을 탐구할 수 있도록 돕는 방법의 치료프로그램



백암 생활을 즐겁게! 월별행사 I

4월, 봄, 봄, 봄 예술제



봄을 맞이하여 봄 예술제가 진행되었습니다.
문학을 통해 자기표현능력을 향상시키고 함께 완성된 작품을 구경하며
의견을 나누는 즐거운 시간을 가질 수 있었습니다.



백암잔치를 벌여볼까요? 월별행사 II

5월, 경로효친의 마음으로 7080잔치



7080 잔치 기념식

카네이션을 달아드린 후 최고령 환자분의 건강을 기원하며 케이크 커팅식을 진행했습니다.



7080 잔치

환자분들에게 감사의 마음을 담아 공공보건의료사업팀의 특별공연과 서정예술단 초청 공연 진행 하였습니다.



PART.3
뜨거운 다짐



백암 생활을 즐겁게! 월별행사 III

8월, FUN하고 COOL하게 쿨섬머백암



여름을 맞이하여 시원한 물놀이를 통해 무더위를
날려 보내고 다양한 사람들과 함께 의사소통하며
사회기술을 향상하는 시간을 가졌습니다.



2024년 5월 22일 본원 운동장과 소공원, 강당에서 6회 감염의 날 행사, 7회 환자 안전의 날 행사, 13회 인권의 날 행사를 통합행사로 진행했습니다.



제6회 감염관리의 날 행사

감염관리와 감염예방에 대한 인식 향상과 즐거움(FUN)도 함께 제공하겠다는 다짐으로 입원환자와 직원 대상으로 본원 운동장에서 손 씻기 체험행사, 감염관리 퀴즈행사, 기침 예절 캠페인 등의 감염관리의 날 행사를 진행했습니다.



손 씻기 체험행사



감염관리 퀴즈행사



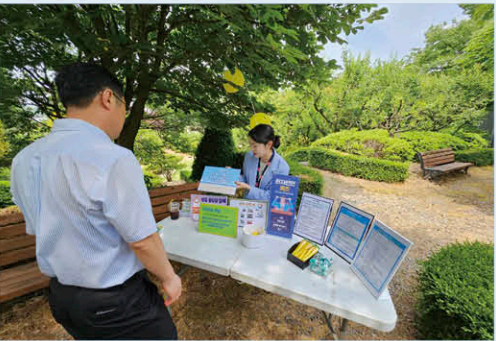
기침 예절 캠페인



기침 예절 캠페인

제7회 환자안전의 날 행사

직원과 환자 모두가 안전한 병원을 만들겠다고 다짐하며 환자안전 퀴즈, 무단이탈 지킴이 서약, 낙상인식개선 캠페인을 진행했습니다.



환자안전 퀴즈



무단이탈 지킴이 서약



낙상인식개선 캠페인



낙상인식개선 캠페인



통합행사 카페 제13회 인권의 날 행사

“인권비타민”

비타민처럼 우리의 삶 속에서 하루라도 빠질 수 없는 필수 요소인 인권이 제대로 작용할 때 건강하고 균형 잡힌 사회를 만들어 나갈 수 있다는 다짐 하에 인권특, 인권 풍선퀴즈, 환자 권리와 의무퀴즈, 알코올 체험 등의 인권의 날 행사를 진행했습니다.



인권특



인권 풍선퀴즈



환자 권리와 의무퀴즈



알코올 체험

2024년 원내입원환자 무료진료사업 국가건강검진을 실시하였습니다.



2024년 07월 30~31일 지역사회 협력(약)의료기관 안성성모병원 검진센터에서 원내입원 환자 중 국가건강검진 해당년도 짝수년 출생자 정신장애인 대상으로 국가건강검진을 실시함으로써 조기질병 진단과 예방으로 건강증진을 도모하기 위하여 검진사업을 실시했습니다.

감염병 예방을 위하여 검진시 마스크착용, 손소독, 거리두기 등 원내 협력부서 및 감염관리팀, 환자 안전담당자, 협력병원 검진담당자의 협조로 방역수칙을 준수하여 실시했습니다



당사자역량강화사업 백암지기 우리들의 지기(知己)이자 백암을 든든하게 지켜주는 “백암지기”를 소개합니다.

공공보건의료사업팀에서는 장기입원환자들의 재활동기
강화를 위해 2024년에 당사자역량강화사업을 신설하여
진행했습니다.



내부 백암지기

본원 내부에서 자립역량에 필요한 요리 프로그램을 진행하였습니다.



외부 백암지기

직업재활시설 체험 및 외부 자원을 직접 이용해보므로써 자립역량을 강화하고자 했습니다.



가슴에 행복이 가득하면

돋시인. 권기일

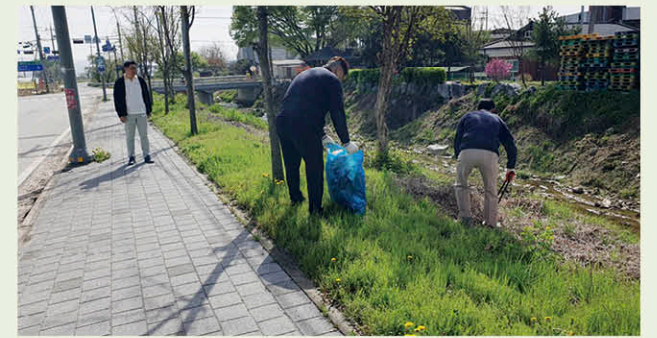
가슴에 행복이 가득하면
마음은 맑아집니다.
그리움에 기다리는 생각은
보고픈 사람이 기다려지고
다가올 계절이 너무 설레어집니다.

기쁨에 웃음이 가득하면
늘 볼에 걸려있는 입꼬리처럼
밝은 미소는 모든 사물을
행복하게 할 것입니다.

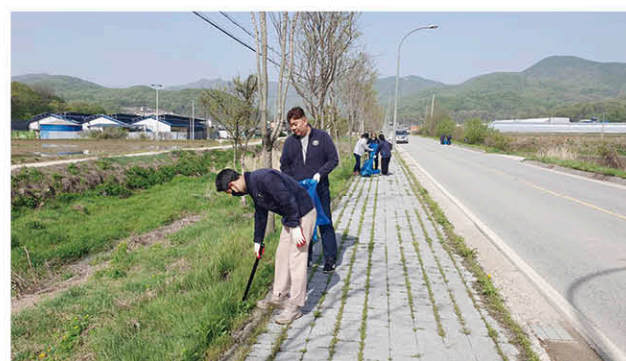
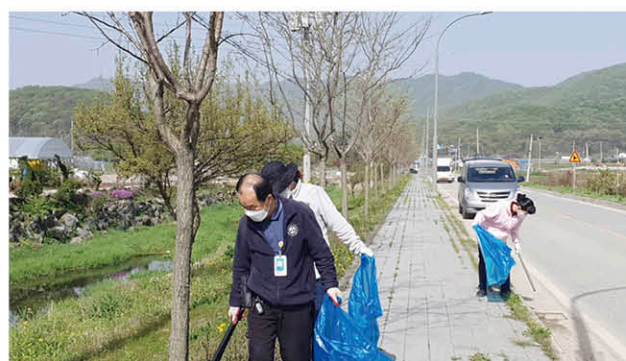
지금은 어쩌면 조금은 부족하지만
하루를 좀 더 발전하려는 좋은 생각과
좀 더 노력하려는 부지런한 실천은
그 어떤 것도 바꾸지 못하는 삶에
소중함과 아름다움을 만들어 줍니다.

맞아요. 하루하루가
새로운 출발이고 시작입니다.
바라기만 하는 마음보다
조금이라도 나누려는 마음은
햇살 받은 수목처럼
따뜻한 새봄을 사랑으로 맞이하겠죠.

우리가 다니는 길 [용천리 청소]



직원들과 함께 출퇴근길을 깨끗하게 청소하는 활동을 진행했습니다. 이 활동을 통해 환경 보전에 조금이나마 기여하고자 진행하였고, 깨끗한 환경은 우리 모두의 건강과 행복에 중요한 요소라고 생각합니다. 청소를 하면서 많은 직원 분들이 함께 참여해 주셔서 감사드리며, 앞으로도 지속적으로 이러한 활동을 이어갈 예정임으로 앞으로도 환경을 생각하며 행동하는 우리 모두가 되기를 바랍니다.



PART.4
결실 성과의 다짐





<2024년 16차 QI페스티벌 단체사진>

2024년 16차 QI 페스티벌

환자 및 직원안전 향상, 5주기 정신의료기관 평가 기준 준수, 업무 프로세스 개선, 의료의 질 향상 및 고객만족 증대, 병원 경영개선이라는 QI 활동목표를 달성하기 위해 2024년 2월~10월까지 7개 주제에 대해 QI 및 CQI 활동을 진행했습니다. 2024년 11월 7일(목) 제16차 QI 페스티벌(경진대회)을 개최하여질 향상 개선활동 내용을 공유하고, 직원들의 노력에 대해 포상을 진행하였습니다.

QI 페스티벌에서는 QI 활동과 CQI 활동 구연발표를 진행했으며, QI 및 CQI 활동을 위해 노력해온 직원들의 사기진작과 축제 분위기를 만들기 위해 깜짝 이벤트 행사로 텔레파시 게임을 진행했습니다.

QI 활동

팀명	주제
슬당생	당뇨관리 프로그램을 통한 자기관리 능력 향상
행복up 낙상down	고장유형 및 영향분석(FMEA) 활동을 통한 낙상발생을 감소
Good Choice	지역사회 자원(정신의료기관)을 통한 분야별 교류협력 향상

CQI 활동

팀명	주제
웰니스	건강증진 프로그램 운영을 통한 뇌심혈관계 질환 위험인자 개선율 향상
BSN	표준간호업무 관리영역 선정 및 모니터링을 통한 표준간호업무 향상
시한폭탄 제거반	위해물품 인식 개선을 통한 택배 위해물품 반입율 감소
해피투게더	고장유형 및 영향분석(FMEA) 활동을 통한 무단이탈 발생률 감소



시상은 QI 활동과 CQI 활동으로 나누어서 진행되었으며, QI 활동은 대상, 우수상, 노력상, 응원상을 포상하였고, CQI 활동은 우수상, 응원상을 포상하였습니다.

QI 활동 대상은 슬당생팀(당뇨관리 프로그램을 통한 자기관리능력 향상)이 수상했으며, 우수상은 행복 up 낙상 down팀(FMEA 활동을 통한 낙상발생률 감소)이 수상했습니다.

CQI 활동 우수상은 웰니스 2팀(건강증진 프로그램 운영을 통한 뇌심혈관계질환 위험인자 개선율 향상)과 시한폭탄 제거반팀(위해물품 인식 개선을 통한 택배 위해물품 반입률 감소)이 수상했습니다.

QI 활동을 위해 노력한 4팀 간사분들이 노력상을 수상했고, 응원상은 굿초이스팀과 시한폭탄 제거반팀이 수상했습니다.



발표진행 중인 송미연 수간호사님



응원중인 행복up, 낙상down팀



QI페스티벌 진행을 담당하신 안향임 간호팀장님



QI페스티벌 심사위원

백암정신병원은 의료의 질적 향상 및 환자와 직원안전을 위해 끊임없이 아이디어를 나누고 개선활동을 더해서 의료의 질과 환자안전을 향상시키도록 최선을 다하겠습니다!!



병원 강당에서 마음튼튼 백암한마당 운동회를 진행하였습니다.

대형 퍼즐맞추기, 대형 젠가 등 다양한 활동으로 구성되어 진행하였으며, 당사자역량강화활동 백암지기 멤버가 특별 MC로 활동해주셔서 뜻깊은 시간을 보낼 수 있었습니다.

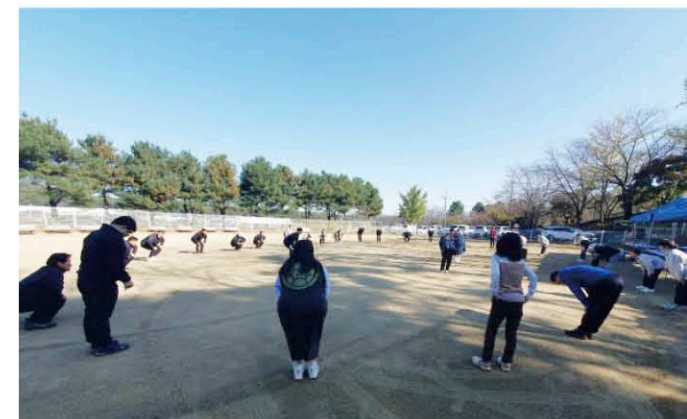


2024년 한마음 페스티벌 [직원 단합대회]

매년 진행되는 한마음 페스티벌이 성공적으로 마무리되었습니다.
이번 행사에서는 모든 직원분들이 한마음 한뜻으로 참여해 주셔서 정말 감사드립니다.
체조, 소쿠리 피라미드, 발야구, 몸으로 말해요, 줄줄이 말해요,
그리고 경품 추첨 등 다양한 게임을 통해 웃음과 활기찬 분위기가 가득한 시간을 보낼 수 있었습니다.
이번 페스티벌은 업무를 잠시 잊고 즐거운 시간을 보낼 수 있는 소중한 기회였습니다. 여러분의 열정과
참여 덕분에 더욱 특별한 행사가 되었고 앞으로도 더 다양하고 재미있는 게임들을 준비하여,
여러분이 즐길 수 있는 좋은 추억을 만들 수 있는 행사를 계속 진행할 수 있도록 하겠습니다.
여러분과 함께하는 모든 순간이 소중하며 다시 한 번,
행사에 참여해 주신 직원분들께 진심으로 감사드립니다.



동그라미 체조





소쿠리 피라미드



발야구



몸으로 말해요





줄줄이 말해요



경품추첨





야유회는 지지기반 체계가 약화된 환자들을 대상으로 지역사회 자원을 활용하여 다양한 외부활동을 경험하고 삶의 질을 향상시킬 수 있도록 돕는 사업으로, 이번 야유회에서는 근현대사박물관 '올드타임'을 방문하여 참여자들의 연령대에 알맞게 7080 근현대사를 들여다보고 어린시절 추억을 회상할 수 있는 활동을 진행하였습니다.



뿐만 아니라 함께 입원 중인 가족이 함께 입원 중인 대상자분들이 비면회자 야유회 활동에 참여하여 함께 박물관을 관람하고, 식사를 하며 시간을 보내실 수 있도록 소통의 장으로 활용하기도 하였습니다.



비면회자 야유회 다녀왔습니다.

2024년 11월 20일,
안성시 공도읍에 위치한 근현대사 박물관에 다녀왔습니다!



추억을 회상하는 모자



우애 좋은 형제들



어린시절 기억들이 새록새록



키 그리고 소금 ㅋㅋㅋ

작심 3일? NO~
작심 365일!
마음을 다스려 365일 행복해지기~

직장생활을 하다보면 날씨의 변화처럼
갖가지 상황에 직면하게 됩니다.
봄 날씨처럼 기분 좋고 행복할 때는 맘껏 즐기세요.
하지만, 봄날처럼 따뜻하고 화창한 날만 있는 건 절대 아니잖아요.
화가 나서 스트레스가 쭉쭉 올라올 땐?
자기 관리하는 사람들의 습관을 따라해 보는 흥내쟁이가 되어보세요.
나도 모르게 평온이 찾아올 것입니다.
그러면 하루가 평온하고,
한달이 즐겁고,
일년이 행복해질 것입니다.

속상하고 화가 날 때

1. '참자' 그렇게 생각하라.

감정 관리는 최초의 단계에서 성패가 좌우된다.
'욕'하고 치밀어 오르는 화는 일단 참아야 한다.

2. '원래 그런거' 하고 생각하라.

예를 들어 고객이 속을 상하게 할 때는
고객이란 '원래 그런 거'라고 생각하라.

3. '웃긴다' 고 생각하라.

세상은 생각할 수록 희극적인 요소가 많다.
괴로울 때는 심각하게 생각할수록 고뇌의 수렁에 더욱 깊이 빠져 들어간다.
'웃긴다'고 생각하며 문제를 단순화 시켜보라.

4. '좋다. 까짓것' 이라고 생각하라.

어려움에 봉착했을 때는 '좋다. 까짓것'이라고 통 크게 생각하라.
크게 마음먹으려 들면 바다보다 더 커질 수 있는 게 사람의 마음이다.

5. '그럴만한 사정이 있겠지' 라고 생각하라.

억지로라도 상대방의 입장이 되어보라.
'내가 저 사람이라도 저럴 수밖에 없을 거야'
'뭔가 그럴만한 사정이 있어서 저럴 거야'라고 생각하라.

6. '내가 왜 너 때문에' 라고 생각하라.

당신의 신경을 건드린 사람은 마음의 상처를 입지 않고 있는데,
그 사람 때문에 당신이 속을 바글바글 끓인다면 억울하지 않은가.
'내가 왜 당신 땀에 속을 썩어야 하지? 그렇게 생각하라.

7. '시간이 약'임을 확신하라.

지금의 속상한 일도 며칠 지나면, 아니 몇 시간만 지나면
별것 아니라는 사실을 깨달아라.
너무 속이 상할 때는 '세월이 약'이라는 생각으로 베짖 두둑이 생각하라.

8. '세옹지마' 라고 생각하라.

세상만사는 마음먹기 달렸다.
속상한 자극에 연연하지 말고, 세상만사 '세옹지마'라고 생각하며
심적 자극에서 탈출하려는 의도적인 노력을 하라.

9. 즐거웠던 순간을 회상하라.

괴로운 일에 매달리다 보면 한없이 속을 끓이게 된다.
즐거웠던 지난날을 회상해 보라.
기분이 전환될 수 있다.

10. 눈을 감고 심호흡을 하라.

괴로울 때는 조용히 눈을 감고,
위에서 언급한 아홉 가지 방법을 활용하면서 심호흡을 해보라.
그리고 치밀어 오르는 분노는 침을 삼키듯 '꿀꺽'삼켜보라.

출처: <https://hellocake.tistory.com/entry/>
【자기관리】유명인들의 자기관리-방법,습관,명언중에서

PART.5
마무리의 다짐





2024년을 돌아보고 마무리하며 새로운 해를 맞이하는 다짐을 함께 공유하여 재할 동기를 강화시킬 수 있도록 송년대축제를 진행하였습니다. 올해는 다양한 공연들이 준비되었으며, 특히 환자분들이 직접 진행하는 난타공연과 당사자역량강화사업 "백암지기" 멤버들과 병동 직원들이 함께 세상의 편견에 맞서나가는 의미를 담아 'This is me' 공연을 진행함으로써 뜻깊게 2024년을 마무리할 수 있었습니다.



올해의 신규직원



보호팀 보호사
진현

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

안녕하십니까. 보호팀 진현입니다.
저는 개방병동에서 환자의 안전과 편안한 생활을 돕는 업무를 하고 있습니다.

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

처음 병원에 방문하게 되었을 때에는 낯설고 어색했었지만, 지내다보니 포근하고 따뜻한 병원
이 점점 느껴졌습니다.

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

아직 부족한 점이 많습니다. 같이 근무하시는 선생님들, 다른 선생님들 도움을 많이 받고 있어
늘 감사한 마음입니다.
앞으로도 잘 부탁드립니다. 성실히 일에 임하겠습니다. 감사합니다.



영양팀 조리원
백양순

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

안녕하세요 영양팀에서 조리업무와 위생업무를 맡고있는 백양순입니다.

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

처음 병원에 왔었을 때 병원 주변에 흰 눈이 많이 쌓여있었는데 예쁘다는 생각을 하였습니다.

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

늘 가족같이 서로 챙겨주는 영양팀 식구들 그리고 따뜻하게 맞아주시는 여러 직원분들
덕분에 큰 어려움 없이 잘 지내고 있습니다.
항상 건강하시고 행복하세요.



공공보건의료사업팀
정신건강사회복지사
정현진

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

안녕하세요! 공공보건의료사업팀에서 화목병동 담당과 환자분들의 사회복귀를 돕는 SST
총괄을 맡은 정현진 정신건강사회복지사입니다

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

수련을 마치고 다시 돌아온 백암병원에서 가족처럼 맞이해주셨던 직원분들 덕분에 따뜻한
운기를 다시금 느낄 수 있었습니다.

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

백암병원 직원분들과 함께한 지난 1년간 많은 것들을 배우고 성장할 수 있었습니다.
앞으로도 잘 부탁드립니다. 감사합니다!



임상심리실
임상심리전문가
이은선

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

안녕하세요, 임상심리사 이은선입니다. 저는 병동 및 외래 환자들의 증상 및 정신, 행동, 성격,
사고 등의 심리평가, 병동 환자 및 직원의 집단 심리 치료, 공공보건 의료사업 중 일부 사업의
협업을 담당하고 있습니다.

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

입사 당시, 새롭고 낯선 장소에서 업무를 시작하는 것에 대한 걱정, 불안이 높았습니다.
먼저 저에게 다가와주시고 배려해주신 분들 덕분에 병원에 적응할 수 있었습니다. 병원은 저에게
있어 처음에는 낯설고 두려웠던 곳이지만 지금은 따뜻하고 다정한 느낌이 듭니다.

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

아직 부족한 점이 많지만 많이 배려해주시고 이해해주셔서 늘 감사합니다. 제가 맡은 업무를 잘
수행할 수 있도록 노력하겠습니다.



사무국 사원
김은희

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

2024년 4월 입사한 사무국 김은희 사원입니다.
인사, 회계와 관련된 업무를 보고 있습니다.

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

병원이라는 딱딱한 이미지와 달리 벚꽃이 만개한 아름다운 전경과 목가적인 풍경에 마음이
푸근했습니다.

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

많은분들의 따뜻한 배려속에 열심히 적응하고 있습니다.
2025년에는 더욱더 파이팅 하겠습니다!!



영양팀 조리사
이기태

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

안녕하세요 영양팀 이기태 조리사입니다. 저는 조리 및 배식 업무등을 하고있습니다.

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

영양팀으로 첫 출근을 했을 때 엄청 낯설었는데도 다들 반갑게 맞아줘서 첫인상이
좋았습니다.

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

반갑게 맞아주셔서 감사합니다.
2025년엔 보다 더 나은 모습으로 업무에 임하도록 하겠습니다.
감사합니다



관리팀 사원
신길수

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

안녕하세요 관리실에 소속되어 있는 tslrftn입니다. 저는 시설물의 사전 점검과 즉각적인 보
수를 통해 건물 및 시설물의 수명을 연장 시키고 관리 하는 일을 맡고 있습니다.

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

첫 출근에는 긴장했던 기억밖에 없는데 여러 부서를 인사하러 갔을때 너무 반갑게 맞아주셔서
좋은곳이구나 라는 생각이 들었습니다.

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

부족한 면이 있음에도 좋게 봐주시고 따뜻하게 맞아주셔서 감사합니다.
올해도 잘 부탁드립니다.



보호팀 보호사
양현원

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

안녕하세요 화목병동에서 환자분들이 안전하게 생활할 수 있도록 책임지는 보호팀 양현원입니다

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

산 밑에 병원이 위치하고 있어 병원에 오는 길이 마치 시골에 내려가는 것처럼 즐겁게 느껴졌었고 직원분들이 웃는 얼굴로 반겨 주셔서 참 감사했습니다.

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

지금 제가 하는 일에 자부심을 갖고 성심성의껏 최선을 다 하겠습니다. 감사합니다



간호팀 간호사
배현진

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

안녕하세요! 24년 11월에 입사한 간호팀 배현진 간호사입니다!! 저는 사랑병동 환자들의 전반적인 간호업무를 맡고 있습니다

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

병원에 처음 오게 되었을 때 첫인상은 작은 마을 같다고 느껴졌습니다. 테라스와 곳곳 심어진 나무들. 그리고 그 안을 감싸는 병원이 따뜻하게 느껴졌습니다^^

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

입사한지 얼마 되지 않아 부족한 점이 많지만 늘 도와주시는 많은 선생님들 덕에 하루 하루 감사한 마음으로 열심히 일하고 있습니다. 앞으로 더욱 성장하는 간호사가 되도록 하겠습니다 감사합니다!!



영양팀 조리사
정지영

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

안녕하세요 영양팀에 조리사로 입사하게 된 정지영입니다. 저는 안전한 급식을 제공하기 위해 조리장을 위생적으로 관리하고 조리업무를 지원하는 일들을 하고 있습니다.

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

직원분들이 반갑게 맞아주시고 인사해주셔서 분위기가 좋은 곳이라는 인상을 받았습니다.

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

입사한지 얼마 되지 않았지만 다들 따뜻하게 맞아주셔서 잘 적응하고 있습니다. 감사합니다. 항상 건강하세요.



공공보건의료사업팀
정신건강사회복지사
김종숙

짧은 본인소개와 담당업무를 알려 주세요

안녕하세요. 공공보건의료사업팀 팀장 김종숙입니다. 공공보건의료사업팀 업무를 총괄하며 병동 프로그램, 공공사업을 진행하고 있습니다.

병원의 첫 인상은 어떠셨나요?

저는 백암정신병원 재임사자인데요. 병원 입구를 들어서며, 아름답던 벚꽃길이 생각나 추억을 회상했습니다. 빨리 봄이 되어 벚꽃을 벗 삼아 산책도 하고 환자분들과 행복한 시간도 만들고 싶습니다. 백암정신병원을 다시 마주한 저의 첫인상은 행복이었습니다.

마지막으로 하고 싶은 말이 있다면?

다시 찾은 백암정신병원을 마주하는 저의 마음에는 기대와 설렘, 부담이 있습니다. 많은 분들과 소통하고 협력하며 기대와 설렘, 부담을 행복으로 만들고 싶습니다. 많이 응원해 주세요 공공보건의료사업팀 문은 언제나 열려있으니 편하게 찾아와 주시길 부탁드립니다

안녕하세요.

백암정신병원 16기 정신건강수련사회복지사 박형선입니다.

새로운 일에 도전하는 것에 익숙하지 않던 저에게 수련은 전문적인 영역을 배우는 것을 넘어 스스로의 변화를 위해 도움이 되었던 시간이었습니다. 수련을 마치는 글을 작성하니 비로소 수련 기간의 끝이 다가왔음이 실감 나는 것 같습니다. 1년간 환자분들과 병동 내에서 프로그램을 진행하며 많은 시간을 보내는 동안, 그들의 삶을 이해하고 도움이 될 수 있는 정신건강사회복지사가 되고자 노력했습니다. 그 과정에서 저의 부족한 부분도 많이 느꼈지만, 공공보건의료사업팀 내에서 많은 도움을 받을 수 있었고 제가 더 나은 정신건강사회복지사로서 나아갈 수 있도록 지도해 주신 덕에 끝까지 포기하지 않을 수 있었던 것 같습니다. 같은 팀 내 직원뿐 아니라, 다른 직원분들이 따뜻하게 건네주시는 응원 한마디가 수련 과정에서 큰 힘이 되었습니다. 정말 감사합니다.

정신건강사회복지사로서 첫 걸음을 내디딜 수 있도록 도와주신 백암정신병원의 모든분들께 감사드립니다. 이 곳에서의 경험을 바탕으로 정신건강 서비스가 필요한 당사자들에게 도움이 될 수 있는 정신건강사회복지사가 되도록 노력하겠습니다. 감사합니다.



정신건강수련사회복지사
박형선



2024년 종무식 수상을 축하드립니다.



공로패 진료팀 박성국



백암인상 간호팀 박연희



우수사원 총무팀 서정민 팀장 / 총무팀 이혜숙 사원 / 영양팀 조정희 주임 / 보호팀 박상숙 주임



백암정신병원 종무식 단체사진



친절직원상 보호팀 진현 보호사



인권상 간호팀 박옥련 수간호사



개선제안 최우수상
총무팀 서정민 팀장

개선제안 최다제출상
간호팀 오수영 과장
간호팀 김은빈 간호사

개선제안 장려상
간호팀 오수영 과장
보호팀 박상숙 주임



2025년 인사명령장 수여

2025년 근속 10주년 및 승진을 축하드립니다.



재직기념패 간호팀 박옥련 수간호사



근속 10주년 기념패 약제팀 김현경

- 근속 10주년 기념패 약제팀 김 현 경
- 주임 ▶ 계장 간호팀 김 재 현
 - 주임 ▶ 계장 보호팀 맹 순 경
 - 주임 ▶ 계장 보호팀 박 상 숙
 - 사원 ▶ 주임 보호팀 김 현 희
 - 사원 ▶ 주임 영양팀 김 다 민
 - 사원 ▶ 주임 간호팀 이 재 승



PART.6
우리의 다짐을 이루다



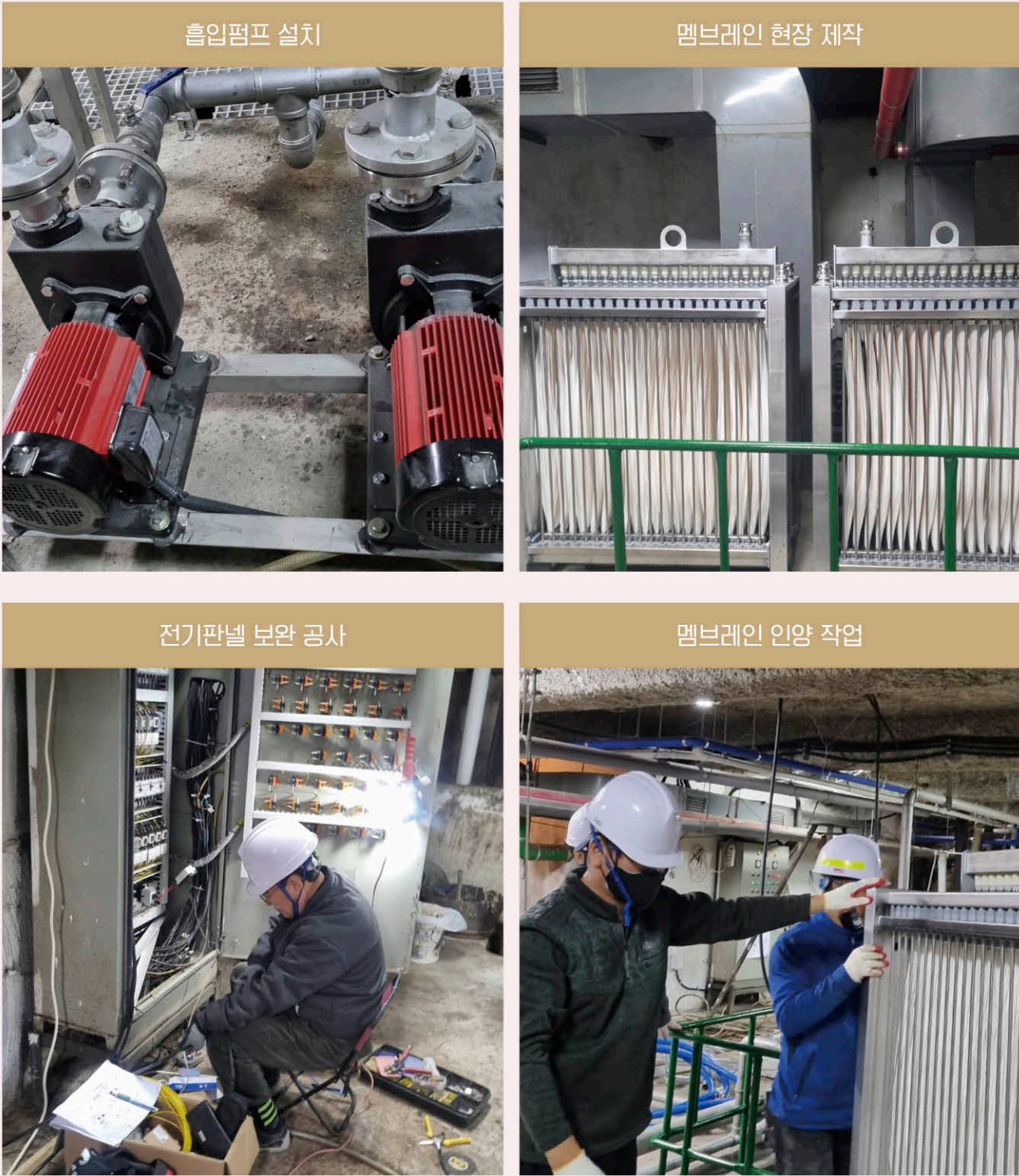
외벽 판넬 교체공사 및 정화조 환경개선

2024년에는 외벽 판넬 교체공사와 정화조 개선 공사를 진행하였습니다.
이번 공사를 통해 노후화된 시설을 보강하여 병원의 전반적인 이미지를 향상시켰으며 방문하시는 모든 내원객 분들께 보다 나은 환경과 서비스를 제공하기 위해 노력하고 있으며 앞으로도 지속적인 개선과 발전을 통해 더욱 쾌적하고 안전한 병원이 되도록 하겠습니다.

외벽판넬 교체공사



정화조 개선공사

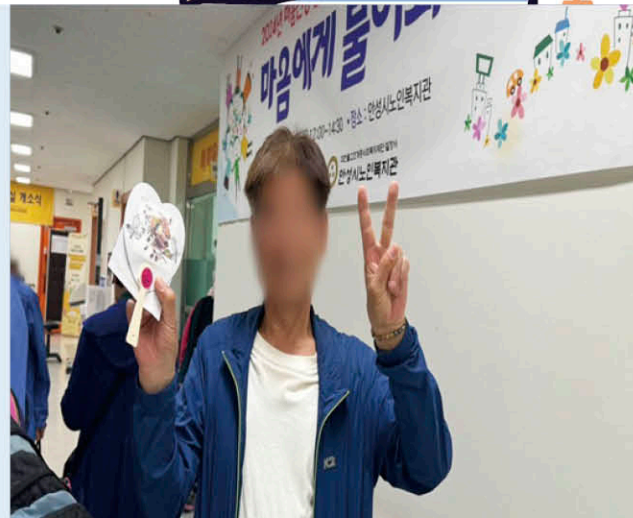


편견해소 교육사업

백암정신병원에서는 정신장애와 관련된 사회적 편견을 해소하고 지역사회 정신건강증진에 이바지하고자 편견해소 사업을 실시하고 있습니다. 2024년에는 외부 유관기관 및 지역사회 축제를 중심으로 사업을 진행함으로써 편견해소 및 인식개선을 도모하고자 하였습니다.



안성시노인복지관 협업 마음건강 캠페인 “마음에게 물어봐”



세광정신요양원&사회복지박람회 “마음건강 캠페인”



백암의 안전을 책임지는 환자안전 챔피언!

입원환자분들에게 일어날 뻔 한 사고를 발견했을 때 즉시 근접오류 보고서, 전화, 이메일, 구두, 문자 등을 이용하여 환자안전 담당자에게 보고함으로써 입원환자분들의 사고위험요인을 제거하고 예방할 수 있도록 최선을 다하는 백암병원 직원들을 말합니다.

Patient Safety Champions

백암스럽게 안전한 백암정신병원을 만들어준 환자안전 챔피언을 소개합니다!



<1분기 챔피언은 안은숙 수간호사>



<2분기 챔피언은 오수영 간호과장>



<3분기 챔피언은 김재현 간호주임>



<4분기 챔피언은 오수영 간호과장>

근접오류 : 의료오류가 발생하여 환자에 대한 위해의 가능성이 있지만 환자에게 직접적인 위해가 없는 사건

Level 0 : 사건/사고가 일어날 뻔 했으나 우연한 또는 적절한 중재를 통해 발생하지 않음

Level 1 : 사건/사고가 발생했으나 환자에게 해가 없음

금연클리닉 사업

2024년도 금연클리닉은 총 6회기에 걸쳐 진행되었으며 환자분들의 건강 증진을 위해 최선을 다하고 있습니다.



금연은 건강을 지키는 가장 중요한 첫걸음입니다. 보건소와 함께 진행하는 프로그램인 금연 클리닉에서는 전문적인 상담과 다양한 프로그램을 통해 여러분이 성공적으로 금연할 수 있도록 지원하고 있습니다. 함께하는 이 과정이 여러분의 삶에 긍정적인 변화를 가져오길 바랍니다.



금연의 수명연장 효과

금연의 수명연장 효과는 어느 연령대에서나 나타나며 빠르면 빠를수록 효과가 크게 나타납니다

25~34세	수명연장 효과 10년
35~44세	수명연장 효과 9년
45~54세	수명연장 효과 6년
55~64세	수명연장 효과 4년



백암정신병원은 금연을 원하는 환자들을 위해 보건소 담당자와 함께 지속적으로 금연 클리닉 활동을 이어갈 예정입니다. 금연은 건강을 지키는 중요한 첫걸음이며, 저희는 환자분들이 금연을 실천할 수 있도록 최선을 다할 것입니다. 앞으로도 금연 클리닉을 통해 다양한 프로그램과 지원을 제공하여, 환자분들이 금연에 성공할 수 있도록 도와드리겠습니다.

2024년 FUN백암 프로젝트

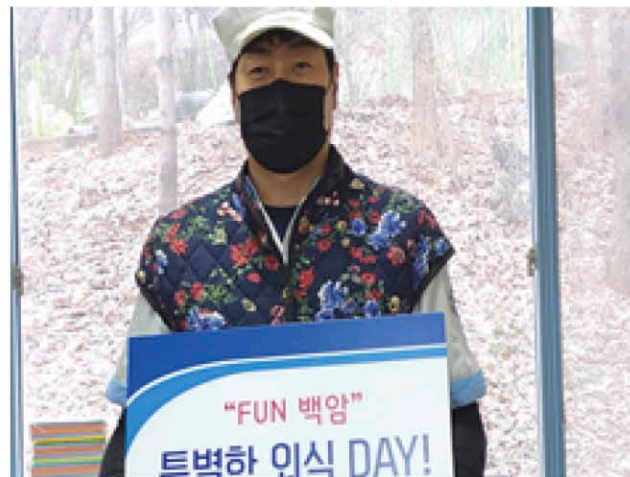
백암정신병원은 매월 컬처DAY 및 외식DAY 상품권 이벤트를 진행하여 직원들의 사기 진작을 높이하고자 FUN 이벤트를 진행하고있습니다.
직원들의 기다림속에 그달의 주인공이 누가될지 궁금해하는 직원들의 모습 그리고 당첨자 결과 발표 이후 행복과 웃음 및 아쉬움 속의 분위기에 서 다음 행운의 당첨자가 누구일지 매달 간절함과 기대감을 가지고 이벤트를 지속적으로 진행하고있습니다.

컬처DAY
(5만원 상품권)

외식DAY
(10만원 상품권)



1월 컬처DAY 간호팀 권유진 간호과장



1월 외식DAY 영양팀 문성현 조리사



3월 외식DAY 보호팀 박상숙 주임



3월 컬처DAY 방사선실 전희수 실장



3월 컬처DAY 사무국 박현숙 주임



3월 외식DAY 간호팀 안은숙 수간호사



2월 외식DAY 원무팀 김도길 주임



2월 컬처DAY 총무팀 서정민 팀장



4월 외식DAY 원무팀 김수연 사원



4월 컬처DAY 보호팀 맹순경 주임



5월 컬쳐 DAY 간호팀 박옥련 수간호사(오른쪽)



5월 외식DAY 이주영 간호사(오른쪽)



7월 외식DAY 영양팀 백양순 사원



6월 컬쳐DAY 총무팀 김원규 주임



6월 컬쳐DAY 보호팀 강상원 보호사



7월 컬쳐DAY 공공보건의료 사업팀 최재영 사원



8월 외식DAY 영양팀 조정희 조리사(왼쪽)



6월 외식DAY 간호팀 조영빈 간호사



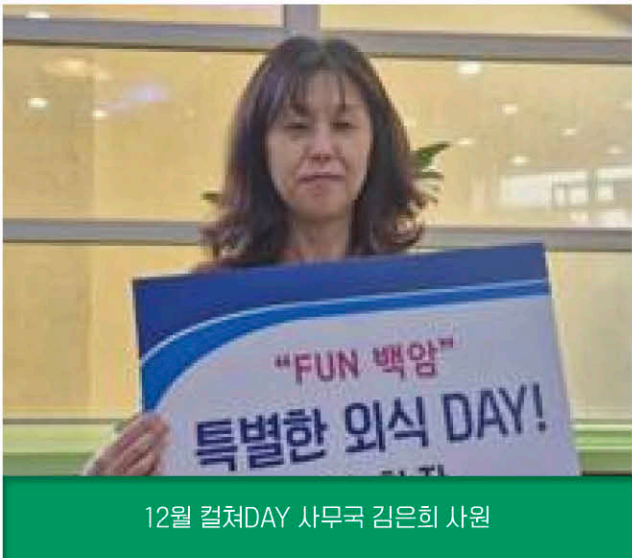
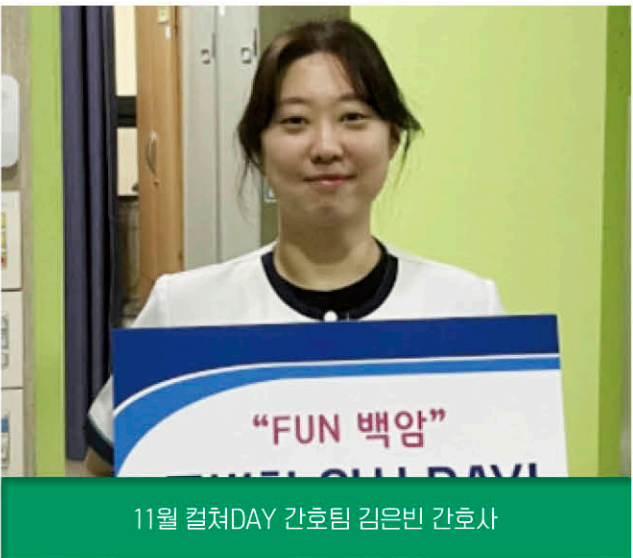
6월 외식DAY 약제팀 박수남 과장



8월 컬쳐DAY 영양팀 김다민 영양사(오른쪽)



9월 외식DAY 원무팀 박정규 팀장



직원 사기진작 PROJECT

늘 고생하시는 직원분들의 사기진작을 위해 준비한 영양팀의 수제간식입니다 ~



환자 사기진작 PROJECT

안전한 병동생활을 위해 노력하시는 환자분들께 영양팀에서 다양한 수제 간식을 제공 하였습니다



배식에 참여해주신 모든 직원분들과 환자분들 다들 감사합니다

감사합니다

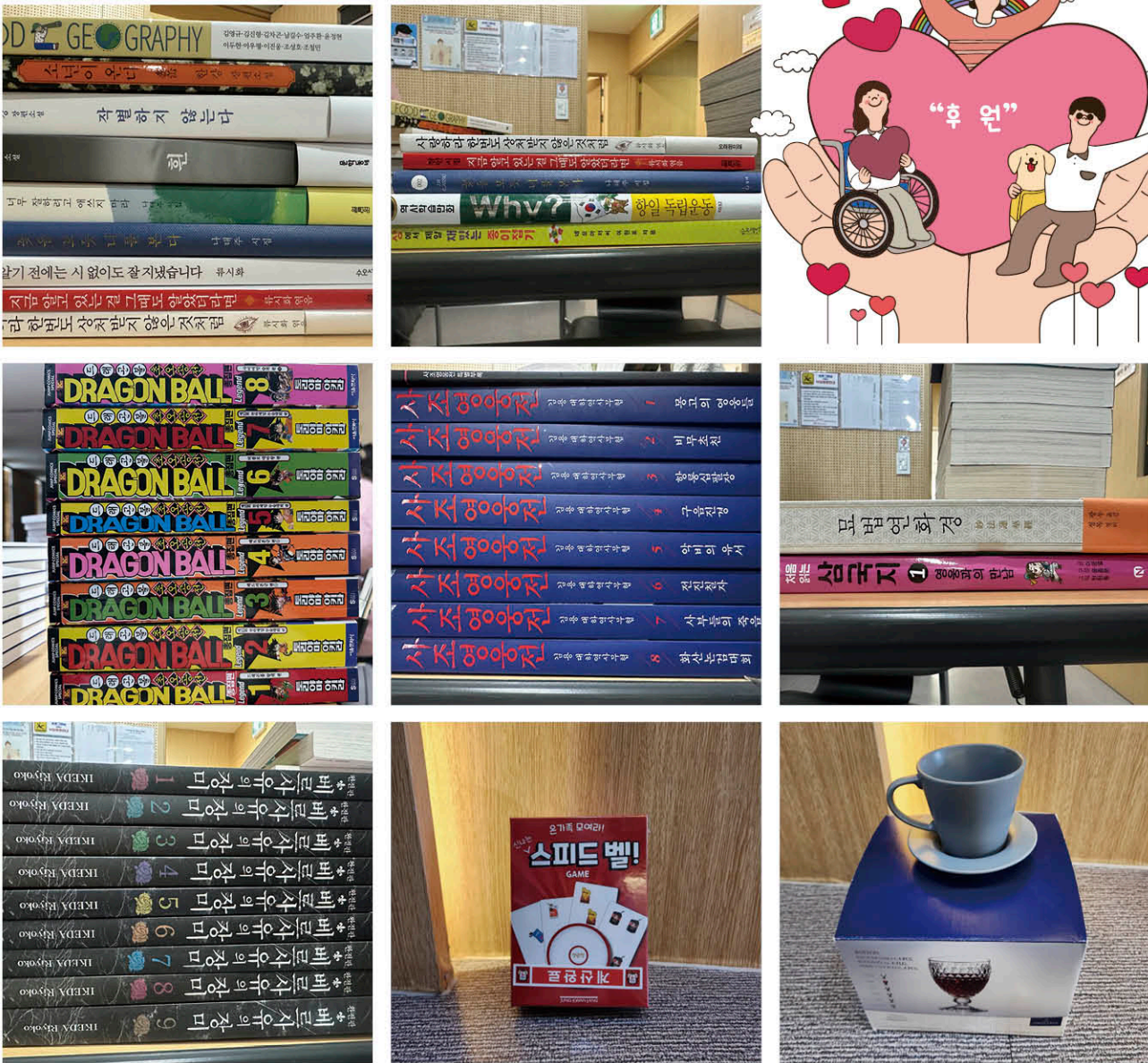
2024년 후원실적 및 활동내용 보고

구분	지원금액 품목	지원환자
입원비 지원	2,242,510원	29명
생필품 지원	1,744,900원	133명

2024년 후원 명단

내부	외부
곽유진 김재현 김태규 김포성 김현경 김현희 나동현 맹순경 박미란 박상숙 박성국 박수남 박수용 박수일 박연희 박옥련 박인선 박정규 서정민 송미연 송인숙 안은숙 안향임 안효승 오수영 유지환 이경희 이순영 이인규 이주영 이효근 장민혁 전병관 전희수 정우균 정태호 조정희 최동엽 한란숙 한수정 현영근	강정숙 강정원 강채원 권대환 김권웅 김병구 김영일 김정한 김현덕 다린(이경아) 박순희 박은숙 박장우 박준규 백암공판장(함필화) 백암알파문구(안미영) 빈스토리 성문인쇄사 송정아 신부삼 신정자 원삼주유소 유명학 육기룡 이기덕 이기운 이길아 이동표 이병승 이서연 이수찬 이영주 이주아 이정례 이종현 이현지 인수환경(이대근) 임명남, 임영순 전미현 전상우 전유일 전인태 전종일(대용부동산) 정예지 조경만 조은정 조현우 주식회사유리빙 (주)써브동남 (주)중앙환경엔지니어링 지현미 진만옥 최인숙 태민전력(김흥구) 피정호 한광의 활동목 황이삭 한국중앙교회 장승영
도서 및 전자기기 후원	
용인예술과학대학교	
개인 물품후원	
송미연	보드게임
이효근	컵
박정규	환자 프로그램 및 행사시(과자)

2024년 물품후원



서울특별시 백암정신병원 “따온후원회”에 2024년도에도 변함없는 관심과 성원을 보내 주신 후원자님들
에게 깊은 감사를 드립니다. 후원자님들이 보내 주시는 정성은 취약계층 입원환자들을 위한 입원비 지원
사업에 소중하게 사용되고 있습니다.
2025년 새해에도 후원자님들의 가정에 사랑과 평안이 가득하시길 기원드립니다.

2025년 1월
서울특별시 백암정신병원 따온후원회