



## 2023 正念認知治療師認證學程：3+2 五日基礎訓練

一、課程時間：112 年 8 月 12-13 日、19-20 日、26 日，共 5 日，每日 09:00-16:00。

二、課程地點：振芝心身醫學診所（臺北市中山區復興北路 282 號 2 樓）

※註：場地如有調整變動將另行通知。

三、師資介紹：

### 胡慧芳 講師



- 台南市立醫院身心科暨正念中心主任
- 臺灣臨床正念學會理事長

### 正念資歷：

- 牛津正念基金會 MBCT 認證教師、培訓師、督導師
- 英國癌症正念認知療法 (MBCT-Ca) 教師
- 澳洲正念自我照顧 (MSCP) 教師、督導師
- 英國校園靜觀課程(MiSP).b and Paws b 教師、培訓師
- 美國正念飲食覺知(MB-EAT)課程教師

四、課程介紹：

正念認知治療(Mindfulness Based Cognitive Therapy, MBCT)結合覺察當下的正念訓練，以及認知治療的思辨技巧，經廣泛研究證實可有效預防憂鬱症復發，近年來類似治療模式亦應用到飲食疾患，成癮復發預防等多種精神疾病，療效卓著。由 UCSD CFM，中華團體心理治療學會及振芝心身醫學診所共同策劃之「臨床正念治療師認證學程」，是以 MBCT 教學為骨幹，針對臨床工作者設計之九步驟師資訓練。本「五日基礎訓練」即是其中第三步驟，適合「已參加 MBCT 八週體驗課程」之學員參加。我們將用 8 個半天詳細介紹 MBCT 每週課程之內容，設計原理及教學技巧。此外，有一個半天總覽 MBCT 及憂鬱症之臨床與研究新知，另一個半天介紹 MBCT 中的認知行為治療如何執行。

五、學習目標：

- 理解八週 MBCT 逐週課程之設計原理與教學技巧
- 熟習 MBCT 中憂鬱症，正念及認知行為治療相關知識
- 完成「正念認知治療師認證學程」之第三步驟

六、適合參加的對象：

適合參加過 MBCT 八週體驗課程，希望進一步了解課程之設計原理及教學方法的臨床工作者（醫師、護理師，心理師、社工師等）或助人相關科系（醫學、護理，社工、心理、教育、輔導諮商…等）學生、研究生報名參與。（可提交同等課程之結訓證明）

#### 七、課程表：

時間	課程主題（上午）	課程主題（下午）
8/12	MBCT 及憂鬱症背景知識介紹	MBCT 課程設計與教學方法：第一週
8/13	MBCT 課程設計與教學方法：第二週	MBCT 課程設計與教學方法：第三週
8/30	MBCT 課程設計與教學方法：第四週	MBCT 中的認知行為治療如何做？
9/12	MBCT 課程設計與教學方法：第五週	MBCT 課程設計與教學方法：第六週
9/13	MBCT 課程設計與教學方法：第七週	MBCT 課程設計與教學方法：第八週

八、主辦單位：中華團體心理治療學會

承辦單位：振芝心身醫學診所

九、課程費用：20,000 元

十、報名方式請填寫線上報名表單：<https://forms.gle/VDMDzhdRSuTaQR14A>。

十一、報名截止日期：112 年 8 月 3 日(四)，下午 17:00 截止

十二、課程名額：滿 7 人開課，15 人額滿。

十三、學分認證：

1. 本課程全程參與將給予本學會 30 小時積分，可做為團體心理治療師繼續教育學分認證，並給予研習證明。
2. 本課程為「正念認知治療師認證學程」的 Step 3「五日基礎訓練」。  
([http://www.cagp.org.tw/news/news\\_info.asp?/373.html](http://www.cagp.org.tw/news/news_info.asp?/373.html))課程結業可於 UCSD CFM 官網註冊進入本學程，並獲得「授課治療師」(Provisional Qualification)認證。

\*欲加入「臨床正念治療師認證學程」者請來信秘書處報名

3. 本課程申請精神科專科醫師、公務人員學習護照繼續教育積分。社工師、護理師、諮商心理師、臨床心理師開課日一個月前報名各 3 人以上即申請繼續教育積分。

十四、繳費方式（二擇一）：

1. 劃撥帳號：18509852 戶名：中華團體心理治療學會
2. ATM 轉帳：華南銀行公館分行 (008) 118-10-011413-1

十五、注意事項：

1. 請先填寫報名表並繳費，繳費完成後可至本會網站查詢 <https://tinyurl.com/22qyfrbx>。
2. 報名繳費後，若無法出席，於上課日一週前申請者，得扣除單次課程行政處理費用 500 元外予以退費；於上課日前 6 日內申請者恕不退費，費用可轉讓給其他欲報名本課程之相同資格者遞補，並請事先來信告知替代人選之相關資料。
3. 課程期間午餐可代訂，晚餐及住宿煩請自理。



## 聯絡我們

【中華團體心理治療學會】<http://www.cagp.org.tw/>

【聯絡電話】0988-659692

【FB粉專】<https://www.facebook.com/CAGP1210/>

【聯絡信箱】[cagp1210@gmail.com](mailto:cagp1210@gmail.com)

【振芝心身醫學診所】<https://www.blossomclinic.com.tw/>

【聯絡電話】(02)2506-9169

【FB粉專】<https://www.facebook.com/blossompsyclinic/>

【聯絡信箱】<mailto:info@blossomclinic.org>