2023 正念認知治療師認證學程

Teacher Certification for the Mindfulness-Based Cognitive Therapy

台灣第一個為臨床工作者打造的 MBCT 治療師認證學程

由 UCSD 正念中心與台灣教師群共同授課與督導

受訓+實作+督導一氣呵成

全程於台灣進行，結訓可獲得 UCSD 正念中心國際認證

一、 授課方式：包含實體課程與 Zoom 線上課程

二、 授課地點：振芝心身醫學診所

三、 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

四、 課程簡介：

從事臨床工作的朋友們，為什麼您需要參加正念治療師認證課程？

- 正念作為一種臨床介入手段，不同族群的課程內容與操作方式各有特色
- 要將正念運用於特定族群，從 MBCT 開始學起可打下深厚基礎
- 最好的正念學習方式，是個人練習，工作坊集訓與督導實作並重

UCSD 正念中心攜手中華團體心理治療學會與振芝心身醫學診所，為您帶來深入、完整、又有彈性的「MBCT 治療師」三階段認證學程。

五、 學習目標：

1. 以正念認知治療(Mindfulness-Based Cognitive Therapy, MBCT)為基礎，累積個人正念體驗，了解 MBCT 之臨床研究證據，學習治療內容與技巧。
2. 透過團體之帶領與逐堂個別督導，發展自己的治療風格，並根據臨床族群特性，調整治療內容與技巧
3. 完成 9 步驟訓練流程，取得「臨床正念治療師」認證

六、 課程內容與認證流程：

本認證學程共有 9 步驟，包含 MBCT 體驗；基礎，實習與進階工作坊；帶領 5 梯次團體並接受個別督導，需依序完成。其中步驟 2, 3, 5 若持有同等課程結訓證明，經本學程委員會核可，可抵免對應步驟。本學程每一 step 完成均會發給結訓證明，治療師證書須發則分為 2 階段：完成 step1-4 可取得「授課治療師」(Provisional Qualification）證書，完成 step1-4 可取得「授課治療師」(Provisional Qualification）證書，開始帶領正念團體。繼續完成至 step 9 將正式頒發「認

證治療師」(Teacher Certification)證書，並列名於「中華團體心理治療學會」網站「正念認知認證治療師」名單。取得認證之「認證治療師」每年須參加乙次繼續教育工作坊，以維持認證資格。

9 步驟讓您獲得國際級「臨床正念治療師」認證		費用	開課時間	取得證書
Step 1	註冊成為治療師學員	1,000 NTD		
Step 2	八週 MBCT 課程 或提交同等課程之結訓證明*	12,000 NTD		
Step 3	5 日基礎訓練 或提交同等課程之結訓證明*	20,000 NTD	**2023/8/12, 13, 19 , 20, 26**	
Step 4	於 UCSD CFM 官網註冊成為「授課教師」	400 USD (學員自行於 UCSD 官網線上付費)	Step 1-4 授課治療師 Provisional Qualification	
Step 5	MBCT 實習課程 或提交同等課程之結訓證明*	20,000 NTD	**2024/1/13, 14, 20, 21, 28**	
Step 6	帶領 3 梯次 MBCT，每梯次須接受 10 小時個別督導。	依個別督導而定		
	※如需申請 Teacher Qualification，需繳納證書費 750 USD，此步驟非必須，如學員需要可提出。			
Step 7	5 日進階訓練 (由 UCSD CFM 師資帶領)	35,000 NTD		
Step 8	再帶領 2 梯次 MBCT，每梯次接受 10 小時個別督導，並錄製正念練習音檔與帶領片段影片	依個別督導而定		
Step 9	文件與影音資料申請認證，經學程委員會審核通過 授予「正念認知治療師」認證	1,100USD (學員自行於 UCSD 官網線上付費)	Step 1-9 認證治療師 Teacher Certification	
繼續教育	每年參與乙次繼續教育課程(針對不同臨床族群運用之工作坊)，以維持認證資格	2,500/年		

*同等課程指由正念機構舉辦，或由經認證之 MBCT 老師帶領之課程，所提交證明須經本學程委員會核定後方可抵免。

*各階段課程以實體為主，視情況也可以線上進行，其中 Step 2 必須實體、Step 5 建議實體、Step 6 帶領兩梯次 MBCT 中建議盡量有一梯次為實體。

七、 課堂請假規定：

1. 課堂請假請於一週前提出，並請配合講師要求補足學習歷程。每個step課堂實際出席次數應至少達總課堂數的 75%以上，方可獲得結訓證明。

2. 每個step均會循環開課（每年/每兩年），無法如期參與學員可等待下一循環參加。

八、 **師資：**

胡慧芳醫師

- 英國牛津大學正念中心(OMC)認證 MBCT 教師暨夥伴教師
- 英國正念網絡(Mindfulness Network)培訓師
- 英國靜觀校園計畫(MiSP)培訓師
- 台灣臨床正念學會理事長
- 台南市立醫院身心科主任/正念中心主任

胡醫師帶領 MBCT 團體經驗豐富，包括了癌症患者、青少年、大學生、醫療專業人員，及一般大眾。胡醫師自 2020 年起參與帶領牛津正念中心 MBCT 家族課程師資培訓及 MBCT 教師的督導工作迄今。

洪敬倫醫師

- 加州大學聖地牙哥分校正念中心(UCSD CFM) 認證 MBCT 教師暨督導
- 台灣臨床正念學會常務理事
- 振芝心身醫學診所院長

洪醫師帶領憂鬱症患者之 MBCT 團體經驗豐富，亦擅長將正念融入個別心理治療。他曾多次帶領 MBCT 工作坊，授課對象多為醫療專業人士，並提供 MBCT 教師個別督導。洪醫師的研究主題是結合 MBCT 與身心科新療法，包括數位醫療及非侵入性腦刺激術，以達到相輔相成的效果。

Mark Lau 博士

- Vancouver CBT Centre 註冊心理師
- University of British Columbia 精神醫學系臨床副教授
- Academy of Cognitive Therapy 創會理事，認證培訓師暨顧問
- Journal of Mindfulness 副主編

Mark Lau 博士有 25 年培訓 MBCT 教師的經驗。他在 1995 年開始與 Zindel Segal 博士於多倫多共同主持 MBCT 最初的成效研究，並在往後的 11 年間探討 MBCT 的療效機轉，及有效的教學方式。他也發展並驗證了 Toronto Mindfulness Scale。Mark Lau 博士於 2006 年移居至溫哥華，開始其私人執業。他在北美、歐洲、澳洲均曾提供醫療人士 MBCT 之一日及多日專業訓練。

Andrea Grabovac 醫師

- Vancouver Hospital 精神科醫師
- University of British Columbia 精神醫學系臨床副教授
- North American Chapter of the Mindfulness integrated Cognitive Behavioral Therapy (MiCBT) Institute 共同主持人
- Journal of Mindfulness 副主編

Andrea Grabovac 醫師是 UCSD Mindfulness Based Professional Training Institute 以及 Toronto Center for Mindfulness Studies 的正念培訓師，她也在 Vancouver Hospital 主持精神科住院病房及

心理腫瘤門診，也將 MBCT 及 MiCBT 運用於情感疾患，性醫學與腫瘤病患。Andrea Grabovac 醫師自 2006 起即開始培訓 MBCT 教師，並在 2009 年起與 Mark Lau 博士持續主持每月一次的 MBCT 教師督導團體至今。此外，她也督導住院醫師及醫療人員在臨床服務中提供 MBCT。Andrea Grabovac 醫師的研究聚焦於 MBCT 在佛教心理學中的定位，以及 MBCT 在女性個案的運用。

九、 **適合參加的對象：**

歡迎對正念有興趣，並希望獲得紮實訓練的臨床工作者（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。

十、 **學程費用：**本學程費用分三階段收取， step 1-3 ， step 5-6， 以及 step 7-9，分別於三階段開始前收取該階段學費。學程總費用因個人可抵免步驟與督導選擇有差異。

(step 4, 9 須由學員自行至 UCSD 官網線上繳費)

十一、 **報名方式請填寫線上報名表單**

十二、 **學分認證：**

1. 本認証課程依照參與實際時數視為本學會團體心理治療師繼續教育學分數。
2. 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、臨床心理師開課前一個月報名各 3 人以上即申請繼續教育積分。

十三、 **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

十四、 **注意事項：**

1. 請填寫報名表並繳費，繳費完成後可至本會網站查詢。
2. 報名繳費後，若無法出席，於上課日一週前申請退費，得扣除行政處理費用 500 元外予以退費；若報名人數不足不予開課，報名費全額退還。

- **聯絡我們**

【中華團體心理治療學會】http://www.cagp.org.tw/ 【聯絡電話】(02)23923528#28 / 0988-659692

【FB最新消息發佈】https://www.facebook.com/CAGP1210/【聯絡信箱】cagp1210@gmail.com