



中華團體心理治療學會 CHINESE ASSOCIATION OF GROUP PSYCHOTHERAPY

多樣式團體訓練工作坊

一、課程時間：111 年 5 月 22 日（日）09：00 - 16：00

二、課程地點：淡江大學台北校園教室（台北市金華街 199 巷 5 號）

※註：場地及課程形式可能隨疫情變動，如有調整將另行通知。

三、課程說明：

團體心理治療是現行制度下，在醫療及諮商單位相當廣泛運用的治療方式。同時以也是同時兼具療效與經濟效益的良好治療模式。所以團體心理治療的訓練與專業成長是提昇照護品質中，非常重要的一環。

團體心理治療的訓練工作坊，即是幫助心理治療從業人員，除了能夠接受更專業的訓練，也能將平常面對個案的情緒及問題，透過工作坊中的分享及討論，讓資深工作者能帶領新成員面對各種不同類型的個案，也從工作坊中培訓出新的團體心理治療帶領者，使更多人能加入團體心理治療的領域，以提昇團體心理治療的品質。

本工作坊將依據各專業人員的不同需求提供多類型的小型工作坊，針對實務的需求，本次工作坊將有許多現場的體驗與示範。上午有「克服擔憂癌症復發正念心理團體」與「家族治療之團體動力觀」，下午有「心理劇的設景與選角：談視角轉換與視域整合」與「正念認知療法 MBCT 八周團體理論基礎介紹及實務操作體驗」。幫助大家認識團體、瞭解團體，也希望可以就此為欣賞團體、享受團體打開一扇門。

四、課程大綱：

時間	場地一		場地二	
	主題	講師	主題	講師
08:40-09:00	報 到			
09:00-12:00	克服擔憂癌症復發正念心理團體 (上限 35 人)	石世明	家族治療之團體動力觀 (上限 20 人)	葉紅秀
12:00-13:00	午 餐 & 休 息			
13:00-16:00	心理劇的設景與選角：談視角轉換與視域整合 (上限 20 人)	希雅特·烏洛	正念認知療法 MBCT 八周團體理論基礎介紹及實務操作體驗 (上限 25 人)	胡慧芳

※中場休息時間由上課老師按照進度休息 10 分鐘。

※團體回饋及討論時間同時完成課程滿意度填寫後領取訓練證明

【克服擔憂癌症復發正念心理團體】

◎ 課程簡介

過度擔憂癌症復發會明顯影響癌症病人的生活品質，但是這個議題往往容易受到忽略，以致於病人改善擔憂的心理需求未獲得滿足。

正念取向介入模式（Mindfulness-Based Interventions）在西方國家的發展已經超過 40 年，此介入易被廣泛運用到癌症病人的心理照顧，實證研究支持正念介入可有效改善病人的情緒、壓力、睡眠、癌疲憊...等議題，提升整體生活品質。

本團體帶領人之一，曾在 2014-2017 年之間於癌症治療醫院，整合正念減壓（Mindfulness-Based Stress Reduction）與正念認知療法(Mindfulness-Based Cognitive Therapy)，發展並帶領乳癌治療後病人之克服擔憂癌症復發八週心理團體。多梯次的前後測發現，此方法可有效降低病人對復發的擔憂，亦能改善睡眠，促進疾病後之心理調適模式。

本次課程希望能對心理腫瘤照顧之專業人員介紹此介入模式，以增加對癌症病人心理照顧方法之多樣性。

◎ 講師簡介

石世明 曾將正念介入取向融入心理腫瘤照顧臨床實務，於癌症治療中心研發並帶領癌症治療後病人克服擔憂復發八週正念團體、減壓放鬆四週團體課程。

目前將正念運用在提升睡眠品質，促進醫療人員與社會大眾心理健康，曾帶領社會大眾、醫療專業人員和病人之正念八週團體課程，超過三十梯次。

◎ 學習目標

1. 了解擔憂癌症復發之心理狀態
2. 學習正念為本介入模式之核心態度與技巧
3. 運用正念協助癌症病人克服擔憂

◎ 適合參加的對象：照顧癌症病人之專業人員。

【家族治療之團體動力觀】

◎ 課程簡介

家庭就是一個團體，所以家庭動力也是一種團體動力。以團動的眼光來看家庭：每個家庭都有其團體發展歷史、系統的開放或封閉、團體中的角色、角色間的權力關係、互動、結盟、界線、團體規則...

治療師與家庭工作的過程則是很特殊的一種團體歷程。家族治療師和所有團體領導者一樣，有其必備的專業能力，如：傾聽、同理、覺察；核對、澄清、表達回應；能引導催化成員互動、協助安全的深度溝通...等等。

家族治療師一方面要從治療室內外的動力觀察來評估現實生活中的家庭動力；一方面又要以一個空降、新加入的成員角色、同時也是治療室內團體領導者的角色，來引導家庭這個團體的動力平衡與轉化。

這個工作坊將透過講師之經驗分享、討論家族治療師如何運用團體動力的觀點來看家庭並與家庭一起工作。若是現場進行，則可以角色扮演方式來演練，引導學員經驗並學習治療師如何與案家互動並引導改變的歷程。

◎ 講師簡介

葉紅秀 國立陽明大學醫學系畢業、奧克蘭大學公衛碩士、美國賓州大學藥癮中心進修。2008年開始學習家族治療，師從吳就君（薩提爾模式&華無式家族治療），並專注於婚姻與家族治療之實務工作，現為華人伴侶與家族治療協會理事，並擔任家族治療相關工作坊之講師與助教多年。

◎ **學習目標：**從團動的觀點來理解並體驗家族治療的歷程工作坊流程。

◎ **適合參加的對象：**對家族治療有興趣或是有些怯步的助人工作者。

【心理劇的設景與選角：談視角轉換與視域整合】

◎ 課程簡介

相較於其他團體心理治療，心理劇有其獨特的角色理論及行動演出等治療哲學與技術，讓主角與觀眾，能在心理劇導演的協助下，逐步澄清生命議題，再現過往場景，並透過心電感應與選角，進行角色交換與演出，讓主角能夠更擴充自己對過往生命的覺察，達到進一步的修通與療癒。

每個心理劇相關的技巧，都緊扣了心理劇的創意與自發等哲學基礎，協助團體能夠在此時此刻的生命舞台上，切換不同的視角及鏡觀，達到新舊視域（或意識與無意識）的整合。儘管心理劇使用的字彙不同，但心理劇並非將過往的事件視為不可療癒的創傷，而是怎麼樣回到心理的過去，透過舞台的具象化，重新拾回自我敘事跟演出的能力。

這個工作坊簡明地進行心理劇的臨床訓練，針對重要的心理劇概念深入淺出，透過行動來進行教學，讓參與學員能夠在足夠的暖身下，重新體驗舞台的重要性，並體認舞台作為涵容個體與集體的容器，以利未來在進行治療過程中，都能活用本工作坊所示範的概念與技術。

◎ 講師簡介

希雅特·烏洛

希雅特醫師自住院醫師期間開始鑽研心理治療，除個別心理治療採榮格取向及沙箱遊戲治療訓練為主，團體治療則接受完整心理劇訓練，並於住院醫師期間進行心理劇實證研究，其研究結果陸續獲得台灣精神醫學會年會優秀壁報獎及衛生署暨所屬機關研究發展獎勵佳作獎。

待取得專科醫師之後，希雅特醫師考取公費前往美國洛杉磯加州大學(UCLA)就讀心理人類學研究所，研究題目探討心理劇的同理心現象，並於公費就讀期間考取心理劇導演證照，返國後更順利取得心理劇訓練師資格。

近來除了擔任台灣心理劇學會考核委員會主任委員，更被選為美國心理劇、社會計量暨團體心理治療考核委員會委員。希雅特醫師於疫情期間，更完成英國艾塞克斯大學(Essex)榮格與後榮格研究碩士，研究殖民造成的文化情結現象。希雅特醫師透過學習不同領域的專業知識，提供更整合的多元視角，提供相關訓練與專業服務。

◎ 學習目標

舞台進出的基本階段：

- 1、入境：澄清事件的場景、人物、事件，透過具象化，呈現於舞台上
- 2、入角：透過心電感應選角，進行角色理論三步驟，暖化角色
- 3、入情：透過角色交換及心理劇的自發與創意，體驗舞台上的真實
- 4、入心：呈現早期未竟事宜或創傷事件，透過團體協助主角整合
- 5、去角：透過結束時的去角及分享，讓團體能新的生活中互相連結

◎ 適合參加的對象

1. 具備助人工作者專業證照者佳
2. 有意願體驗並學習心理劇者
3. 對團體人際互動不排斥（若有特殊人我界線考量，報名時請告知）

【正念認知療法 MBCT 八周團體理論基礎介紹及實務操作體驗】

◎ 課程簡介

正念認知治療(MBCT)團體是正念 (Mindfulness)結合認知行為治療(CBT)的一種團體治療模式。初始用於預防重鬱症復發，現今則發展出數種不同樣貌，用於不同人群。

本次工作坊內容，包含了相關理論及科研實證的介紹，八周課程結構設計的剖析，以及實際以學員身分，以第二周課程為例，實地參與體驗 MBCT 團體進行的過程。內容包括：2 個正念練習引導、認知活動的練習、小組討論及大組分享探詢。適合能夠對新的經驗開放、願意主動參與分享體驗的夥伴，工作坊全程中學員們將一同圍坐大圈參與課程。

◎ 講師簡介

- 胡慧芳 ◆ 學歷：高雄醫學大學行為科學研究所碩士/中山醫學大學醫學士
- ◆ 專業資格：2013-台灣精神科專科醫師/台灣兒童青少年精神科專科醫師
台灣心理腫瘤學學會心理腫瘤專家證書/教育部部定講師
- ◆ 現職：台南市立醫院身心科暨正念中心主任
- ◆ 正念師資資格：英國牛津正念中心 MBCT 認證師資、培訓師/英國正念網絡督導
美國 UCSD 正念中心台灣臨床 MBCT 治療師學程培訓師及督導
- ◆ 教授課程：英國正念認知療法(MBCT) 講師/英國正念認知生活(MBCT-L) 講師/
英國喧囂世界靜心法課程(Finding Peace)講師
英國正念向前行(Taking it Further) 12 周深化課程講師
英國癌症患者正念認知療法 MBCT for Cancer 講師
英國.b 青少年靜觀課程講師
英國 Paws b 兒童觀課程講師
澳洲正念自我照顧(MSCP)六週課程講師
美國正念飲食覺知療法 MB-EAT 治療師

◎ 學習目標

1. 理解 MBCT 的理論基礎、課程架構及進行方式。
2. 提供現場的體驗與參與，由講師親自帶領正念團體。幫助學員由親身經驗出發，更認識正念團體、瞭解正念團體及欣賞正念團體。

◎ 適合參加的對象

臨床實務工作者（醫師、護理、心理、諮商、社工、職能治療等），或助人相關科系（醫療、護理、社工、心理、教育、輔導諮商…等）學生、研究生。

五、主辦單位：中華團體心理治療學會

六、課程費用：

1. 非會員 2000 元，會員價 1600 元。（會員價的對象包括本會會員、學生）
2. 非會員三人同行優惠價每人 1600 元。
3. 學生三人同行優惠價每人 1400 元。

七、報名方式請填寫線上報名表單：<https://forms.gle/LfYjGomVmQUcKjRS8>

八、報名截止日期：111 年 05 月 13 日(五)，下午 17:00 截止

九、課程名額：滿 28 人開課，45 人額滿。

※ 若總報名人數低於 28 人，則只開上下午各一堂課，以報名人數多的優先開課，僅開上下午各一堂課時，開課門檻為 25 人。

十、學分認證：

1. 本課程全程參與將給予本學會 6 小時積分，可做為團體心理治療師繼續教育學分認證。
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。

十一、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

十二、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://reurl.cc/12GE08>。
2. 各工作坊錄取依完成繳交報名費(含本會對帳成功)的順序。請務必正確填寫繳費資訊，避免資料錯誤未能完成核對而影響錄取權益。
3. 超出工作坊上限名額者依序候補。課程當日如正取學員皆出席，候補學員則參加當日同時段另一課程。
4. 如開課上下午各一堂課，則依就選擇順序及繳費順序錄取，超數人數上限者可辦理退費。
5. 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】0988-659692

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

