



多樣式團體訓練工作坊

- 正念、心智化與心理劇系列 -

一、課程時間：111 年 10 月 15 日（六）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「正念認知合併行為治療在精神官能症的運用—以強迫症治療為例」，下午有「心理劇的設景與選角：談視角轉換與視域整合」與「心智化導向治療模式體驗團體」。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	正念認知合併行為治療在精神官能症的運用—以強迫症治療為例 (無上限)	湯華盛		
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	心智化導向治療模式體驗團體 (上限 20 人)	周勵志

※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

五、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。

【正念認知合併行為治療在精神官能症的運用—以強迫症治療為例】

◎ 課程簡介

正念認知治療可以運用在精神官能症，例如憂鬱症、焦慮症、強迫症等。若將正念認知治療合併行為治療，其效果更佳。以強迫症為例，一般行為治療：暴露不反應的成功率約八成，但是還有兩成失敗。主要是病人太焦慮無法有效執行暴露不反應。若將正念認知溶入行為治療，可以大大提高強迫症的療效。

◎ 講師簡介

湯華盛 中華團體心理治療學會督導
心禾診所醫師
曾任台北市立聯合醫院松德院區醫務長
國立陽明大學公共衛生研究所碩士

◎ 學習目標

1. 認識正念
2. 正念認知的運用
3. 正念認知療法運用在精神官能症，尤其是強迫症

【心智化導向治療模式體驗團體】

◎ 課程簡介

心智化治療模式是以一套以依附理論為核心的整合治療模式，是精神動力學派的老幹新枝；強調先重整依附關係，再促進心智化功能的發展或/與昌盛。心智化治療模式並無特殊治療技巧，每一治療技巧祇要有助於心智化，就可適時併入完整治療計畫中；基本上參考「支持—探索技巧光譜」為案主量身訂製治療計畫，並視治療當下狀況調整治療策略、技巧。

心智化治療模式團體不同於傳統精神動力團體之處在於，並非講究問題的立即解決，而是自體的修復。團體帶領者扮演參與觀察者的角色，採取較為主動的立場：

- 一、負責結構化每一次團體歷程
- 二、積極努力調節成員當下的情緒狀態
- 三、明白邀請成員探索人際議題，由團體內人際互動到團體外人際互動

也就是說帶領者要除要隨時示範心智化能力外，也要在「管理權威」和「非知態度」中取得平衡，讓成員既要能維持親近又要能開展對內、外在世界的探索。最終目標在於讓成員經驗新的平衡，並獲取有意義的改變。

◎ 講師簡介

周勵志 資深精神科專科醫師、心理治療督導
中華團體心理治療學會理事
臺灣向日葵全人關懷協會創會理事長

◎ 學習目標：

1. 認識心智化治療理論

2. 體驗心智化導向團體運作模式
3. 提供感興趣者學習方向

【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。

除了曾擔任台灣心理劇學會考核委員會主任委員，希雅特醫師被選為美國心理劇、社會計量暨團體心理治療考核委員會委員。他於疫情期間，完成英國艾塞克斯大學(Essex)榮格與後榮格研究碩士，目前為艾塞克斯大學精神分析學Mphi/PhD學生，研究文化情結影響個體及集體心理的現象。透過不同領域的專業知識，他希望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

歡迎有意願體驗並學習心理劇、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）的夥伴一同參加，若具備助人工作者專業證照者佳。

六、主辦單位：中華團體心理治療學會

七、課程費用：

1. 非會員 2500 元，會員價 2000 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 2000 元。
3. 學生三人同行優惠價每人 1750 元。

八、報名方式請填寫線上報名表單：<https://forms.gle/2G1eKT6Y9nXsHuS16>

九、報名截止日期：111 年 10 月 07 日(五)，下午 17:00 截止

十、課程名額：滿 12 人開課，44 人額滿。

※ 若總報名人數低於 20 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 12 人。

十一、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://tinyurl.com/2qxqojd2>。
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

