

正向心理學及接納與承諾療法-證書課程

Positive Psychology and Acceptance and Commitment Therapy - Certificate Course

A fresh look at evidence-based psychotherapy for emotional disorders with the experts in the field!
2-day intensive training on positive psychology & ACT (CE/CNE/CPD 12 hours) - join us in person!

講師：羅澤全先生 **Mr Eddie Lo**; 黃志明博士 **Dr Tony Wong**

主持人：鄭健榮博士 **Dr Sammy Cheng**

實體課程! 2023年9月23-24日(週六及日) 9:30am-5:00pm

香港醫學會組織聯合會·溫莎公爵社會服務大廈4樓演講廳·香港灣仔軒尼詩道15號

SCAN ME



培訓對象

課程適合心理學家、醫生、護士、社工、專職醫療人員、輔導員、教師、上述助人專業的學生及對情緒疾病治療感興趣之人仕。
授課語言為廣東話，歡迎香港及澳門等地區學員參加。

認識正向心理學和接納與承諾療法的應用、
相關的評估工具及教材套，選用合適的治療方法，
讓患者得到更佳的治療效果！

課程目標

- ◇ 認識正向心理學的理论架構及應用範圍
- ◇ 掌握正向心理學的評估、治療工具及教材套
- ◇ 認識接納與承諾治療的六個向度
- ◇ 掌握如何應用接納與承諾治療處理情緒問題
- ◇ 探討接納與承諾治療和正向心理學的關係
- ◇ 幫助有情緒困擾的對象達致全人健康
- ◇ 選用合適的治療方法，讓患者得到更佳的治療效果

Day 1 - Positive Psychology 正向心理學在治療情緒病之應用

課程內容第一天

- ◇ 快樂指數的社會因素
- ◇ 心理壓力的來源及處理
- ◇ 正向心理學的理念架構
- ◇ 快樂方程式
- ◇ 精神健康與精神病患
- ◇ 快樂的弔詭(Paradox)
- ◇ 從快樂到意義的尋索
- ◇ 正負面經驗的陰陽平衡
- ◇ 美德、優點與品格優點
- ◇ 創傷後成長的表現
- ◇ 盡性至善快樂人生自助課程教材套
- ◇ 樂融人生社區健康推廣教材套; 正向親職教材套

Day 2 - Acceptance and Commitment Therapy (ACT) 接納與承諾療法在治療情緒病之應用

課程內容第二天

- ◇ 接納與承諾治療 ACT 作為第三波認知行為治療的理论架構
 - ◇ ACT 與傳統認知行為治療的關係
 - ◇ ACT 的應用範圍及最新研究成果
 - ◇ 向度 1：如何開放自己，接納當下的經驗
 - ◇ 向度 2：怎樣抽離僵化的思想，脫離心中的糾結
 - ◇ 向度 3：什麼是活在當下，如何覺察此時此刻
 - ◇ 向度 4：了解自己隨著環境而變化，作自己經驗的觀察者
 - ◇ 向度 5：認定重要的人生價值，為前路確立方向
 - ◇ 向度 6：不斷以實踐行動成為人生的承諾
 - ◇ ACT 如何應用於抑鬱及焦慮等情緒問題上
 - ◇ ACT 可以令我們幸福嗎？如何尋找真正的快樂？
- 兩天課程均備有不同個案分析、實用技巧示範環節

課程講師簡介：

- **羅澤全先生**是資深臨床心理學家，香港心理學會院士，有10多年於政府部門工作的經驗，專職學前康復服務單位的諮詢及臨床個案服務，提供專業培訓、親職教育及精神健康推廣的工作，亦於港澳及內地推廣快樂人生訊息及擔任社區計劃的顧問及培訓工作，著作有【快樂教室】，【快樂DIY】，【快樂教室15週年感恩版】及【正向心理親職錦囊】。
- **黃志明博士**是資深臨床心理學家，曾任醫院管理局臨床心理學家逾25年。他是國際語境行為科學協會香港分會的董事，曾接受接納與承諾治療開創人 Steven Hayes 教授的訓練，並合著【別跟內心怪獸拔河】，為本地介紹接納與承諾治療的中文書籍。他對治療各類精神及情緒問題有豐富的臨床經驗，擅長應用認知行為治療、靜觀治療以及接納與承諾治療並取得有效成果。

主持人簡介：鄭健榮博士是香港心理學會臨床心理學組的註冊臨床心理學家，曾於醫管局醫院任職臨床心理學家逾20年，具豐富臨床心理診斷與治療經驗。鄭博士曾任香港心理學會會長，香港大學醫學院榮譽助理教授、香港大學及中文大學心理學系榮譽臨床導師多年，致力推動「實證為本」的心理治療、心理健康教育及朋輩輔導訓練，傳遞心理健康及治療訊息。

課程特色

結合正統理論、個案分析、專業技巧等，
幫助學員分析個案的獨特性、選用更合適的治療方法，讓患者得到更佳的治療效果

CE/CNE/CPD - 12 hours

本課程已獲多個專業組織認可為
持續進修課程

社會工作者註冊局(approved)

香港護士管理局(approved)

香港物理治療學會|香港職業治療學會(approved)

香港教育心理學家公會(approved)

香港心理學會 臨床心理組、輔導心理學部、

教育心理學部及工業與組織心理學部(approved)

主辦 心理健康會; 心理健康有限公司

課程網站 www.ipsyh.com/act

Register today; seats are limited!

報名表格 - 實體課程名額有限，額滿即止！

- 1) 網上報名：信用卡繳費 www.ipsyh.com/act
 - 2) 填寫報名表連同銀行轉帳收據 WhatsApp 至 +852 55791101
銀行：恒生銀行 (bank: 83 Des Voeux Rd Central, HK; SWIFT:HASE HKHH)
戶名：心理健康有限公司，賬號：239-449911-883 或轉數快 FPS ID:1541143
 - 3) 填寫報名表連同香港地區支票郵寄至：
心理健康有限公司，香港中環皇后大道中37號，余道生行710室
- 學費：港幣\$3500 早鳥優惠! (15/9後報名：港幣\$4400)
聯絡：丹姑娘, 電話/WhatsApp +852 55791101
電郵：psyhatraining@gmail.com

*若報名資料不完整，恕不受理

*姓名 (中文) _____ (英文) _____ *性別 男 女

*手提/WhatsApp 電話 _____ *電郵 _____ *年齡 _____

*地址 _____

*職業 _____ *工作機構 _____

*教育程度 _____ (報讀資格：中學畢業學歷或以上人仕)

SCAN ME



ipsyh.com/act