

認知行為療法與心理疾病-高級證書課程

Cognitive Behavioral Therapy for Psychological Disorders - Advanced Certificate

導師：資深臨床心理學家 鄭健榮博士 Dr Sammy Cheng

2021年3月6及7日(星期六及日) 9:30am-5:00pm

疫情期間上課形式：Zoom 視像課堂、並附設部分錄影以便重溫

2-Day Intensive Practical Course Covering:

Case illustrations and demonstration of proven effective treatment for depression, bipolar disorder, addictions, chronic insomnia & nightmare disorder.

以實證心理干預為基礎，透過個案分析，示範如何運用認知行為療法(CBT)處理不同病症；幫助學員深入了解治療抑鬱症、躁鬱症、沉溺行為、長期失眠及噩夢的具體及有效方法，更自信地處理求助個案！

培訓對象

- 課程適合護士、社工、教師、專職醫療人員、醫生、輔導員及對情緒疾病治療或成為朋輩輔導員有興趣人士。
- 授課語言為廣東話；歡迎香港、澳門、國內等地區學員參加。

課程摘要

- 認知行為療法(CBT) - 根據英國「國家衛生和優秀護理研究所」的實證醫學匯報，CBT為醫治焦慮症的有效方案；輔導必學
- 認知行為療法的理論和治療以下各種焦慮症的方法：

1. 抑鬱症 (Depression)
2. 躁鬱症 (Bipolar Disorder)
3. 沉溺行為 (Addictions)
4. 長期失眠 (Chronic Insomnia)
5. 噩夢 (Nightmare Disorder)

課程內容: 第1天

- 抑鬱症的成因、徵狀、診斷、醫學研究結果及成效
 - 認知行為治療抑鬱症的主要元素: 1.行為激活 2.靜觀療法 3.思想糾正及相關方法 4.問題解決法
 - 躁鬱症的成因、徵狀、診斷、醫學研究結果及成效
 - 認知行為治療躁鬱症的元素: 1.心理教育 2.睡眠控制 3.行為方法 4.思想方法 5.壓力管理
- 備有個案分析、實用技巧示範、學員實習等環節

課程內容: 第2天

- 沉溺行為的類別、徵狀、診斷、醫學研究結果及成效
- 認知行為治療沉溺行為的元素: 1.壓力管理 2.監控高危情況 3.行為替代 4.厭惡療法 5.思想糾正
- 睡眠的本質及失眠的類別及原因；醫學研究結果及成效
- 認知行為治療失眠的元素: 1.睡眠衛生 2.刺激控制 3.睡眠限制 4.放鬆療法 5.思想糾正
- 噩夢的原因及有效療法

導師簡介

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，曾服務的醫院包括葵涌醫院、仁濟醫院、明愛醫院、瑪嘉烈醫院，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及香港心理學會臨床心理學組主席；擔任香港大學醫學院榮譽助理教授，為香港大學及中文大學心理學系榮譽臨床導師多年；曾擔任香港精神科醫學院及政府衛生署專業培訓課程統籌及講師，幫助培訓實習臨床心理學家、精神科醫生及護士。在多本國際心理學醫學期刊發表多項研究結果，也撰寫了多本有關心理學的書籍。致力推動「實證為本」(evidence-based practice)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。

證書及專業組織認可

- 1) 合資格學員可獲心理健康會頒發證書
- 2) 已申請個專業組織認可為持續進修課程(approval pending)
 - 香港護士管理局 (CNE: 11分)
 - 社會工作者註冊局 (CPD: 12分)
 - 香港物理治療學會 (CPD: 5分)
 - 香港心理學會臨床心理組 (CE)
 - 香港心理學會工業與組織心理學部 (CE)
 - 香港心理學會輔導心理學部 (CE)
 - 香港心理學會教育心理學部 (CE: 12分)
 - 香港職業治療學會 (CPD: 11分)

課程特色

- 綜合正統理論、個案分析、專業技巧示範及學員實習，幫助學員更有效地處理求助個案；提高處理個人情緒及工作上的內在與人際能力
- 兩天課程均備有不同個案分析、實用技巧示範及學員實習等環節

主辦

心理健康有限公司 (Psychological Health Co Ltd)

心理健康會 (Institute of Psychological Health)

課程網站 www.ipsyh.com/cbt2



額滿即止，請盡早報名

學員報名表格-認知行為療法與心理疾病高級證書課程

- 1) 網上報名：信用卡繳費: www.ipsyh.com/cbt2 或
- 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 Road Central, Hong Kong; SWIFT:HASE HKHH)
戶名：心理健康有限公司；賬號：239-449911-883
轉數快 FPS ID：1541143

學費：港幣\$2700(早鳥優惠)；港幣\$3400(2021年2月26日後報名)

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 _____

*學歷 中四或以下 中五-中七 大專或大學 碩士或以上

*工作經驗 _____ 年 *職業 _____ *工作機構 _____

授課語言為廣東話，歡迎香港、澳門、國內及其他地區學員參加