

腦神經科學為本認知行為治療及情緒病-證書課程

Neuroscience-informed CBT (n-CBT) for Emotional Disorders - Certificate Course



講師：梁耀堅教授 **Prof Freedom Leung** 主持人：鄭健榮博士 **Dr Sammy Cheng**

2019 年 3 月 23-24 日 (週六及日), 9:30am-5:00pm; 溫莎公爵社會服務大廈大禮堂 · 灣仔軒尼詩道 15 號

2-day Intensive Course - A Fresh Look At Psychological Treatment Options!

為甚麼要學 n-CBT ?

- 近年，心理學家將腦神經科學的知識與認知行為療法(CBT)結合，更新了傳統的 CBT 的理論和應用，開創了腦神經科學為本的認知行為療法(n-CBT)。基於對神經科學有關生理喚醒和大腦自下而上的處理見解，n-CBT 的創新治療模式優化了埃利斯(Ellis, 1962)著名的 ABC 治療模式，更適切地解釋情緒病者的行為及情緒問題。
- 使用傳統的 CBT 時，心理學家會教導情緒病者如何在激活事件(A)的影響後，識別並修改負面的信念或思維(B)，最終改善負面的情緒和行為後果(C)。然而，在危機或高壓力的情況下，一般人通常難以糾正負面的信念或思維，認知調節情緒的策略可能頓時變得無效。由於 n-CBT 因考慮到個人腦神經的獨特性、功能及限制等因素，如果治療師能考慮到當事人在高壓力下的腎上腺素、去甲腎上腺素和皮質醇等生理因素會影響其認知調節能力，而運用 n-CBT 綜合治療模式，患者可能得到更佳的治療效果。

腦神經科學新領域，改進心理治療的理論和應用！
認識個人腦神經獨特性及綜合治療模式，有效處理求助個案！

課程目標

- 認識「腦神經科學為本認知行為治療」(n-CBT) 的原理及運作
- 認識腦神經科學為本的壓力管理方法
- 如何應用 n-CBT 綜合治療模式於不同的情緒疾病，包括：
廣泛性焦慮症、驚恐症及抑鬱症
- 學習考慮求助者個人腦神經的獨特性、功能及限制等因素
- 選用更合適的治療方法，讓患者得到更佳的治療效果

培訓對象

適合心理學家、醫護人員、專職醫療人員、社工、輔導員、朋輩輔導員、教師、上述助人專業的學生及對情緒疾病治療有興趣人士。授課語言為廣東話，歡迎香港、澳門、國內學員參加。

課程第一天

- 心理運作、壓力與情緒病
 1. 認識腦神經科學為本的心理運作
 2. 認識身心在日常生活及壓力下的反應
 3. 認識持續壓力對不同情緒病的影響
 4. 認識腦神經科學為本的壓力管理方法
- 腦神經科學為本 CBT(n-CBT)及廣泛性焦慮症
 1. 認識廣泛性焦慮症的特徵
 2. 認識 n-CBT 對廣泛性焦慮症的綜合治療模式
 3. 應用腦神經科學為本的認知療法於廣泛性焦慮症
 4. 應用腦神經科學為本的行為療法於廣泛性焦慮症
 5. 應用腦神經科學為本的靜觀療法於廣泛性焦慮症

兩天課程均備有不同個案分析、實用技巧示範環節

課程第二天

- 腦神經科學為本 CBT(n-CBT)及驚恐症
 1. 認識驚恐症的特徵
 2. 認識 n-CBT 對驚恐症的綜合治療模式
 3. 應用腦神經科學為本的認知療法於驚恐症
 4. 應用腦神經科學為本的行為療法於驚恐症
 5. 應用腦神經科學為本的靜觀療法於驚恐症
- 腦神經科學為本 CBT(n-CBT)及抑鬱症
 1. 認識抑鬱症的特徵
 2. 認識 n-CBT 對抑鬱症的綜合治療模式
 3. 應用腦神經科學為本的認知療法於抑鬱症
 4. 應用腦神經科學為本的行為療法於抑鬱症
 5. 應用腦神經科學為本的靜觀療法於抑鬱症

講師簡介：梁耀堅教授在加拿大蒙特利爾的康考迪亞大學取得臨床心理學哲學博士學位，並在蒙特利爾全球著名的道格拉斯醫院中心(Douglas Hospital Center) 接受成人心理病理學及從事臨床研究 3 年多。之後在香港中文大學心理學系執教臨床心理學 25 年，期間曾多次獲得最佳教學獎，其中包括香港中文大學社會科學院最佳教學獎、香港中文大學校長模範教學金牌、以及北京大學-香港中文大學心理諮詢與心理治療聯合培養碩士課程最佳教授獎等。梁教授的研究範圍主要包括成人心理病理學、進食障礙、邊緣人格障礙、自傷行為等療法。他在國際期刊發表論文 60 餘篇，在國際會議上發表論文 130 餘篇。梁教授在香港中文大學曾任逸夫書院學生輔導長 8 年、香港中文大學教務會成員及香港中文大學校董會成員。現為中文大學逸夫書院資深導師及駐院資深臨床心理學顧問。梁教授亦曾任香港心理學會會長、中國臨床心理學會及臺灣臨床心理學會顧問、亞洲認知行為治療學會委員等，曾主持過百次的臨床心理學工作坊及培訓班，是中港臺備受尊重的資深臨床心理學家。

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，
幫助學員分析個案腦神經的獨特性，
運用綜合治療模式，讓患者得到更佳的治療

本課程申請多個專業組織認可為
持續進修課程 (pending approval)

1. 社會工作者註冊局 (CPD: 12 分)
2. 香港物理治療學會 (CPD: 5 分)
3. 香港心理學會臨床心理組 (CE: 12 分)
4. 香港心理學會工業與組織心理學部 (CE: 12 分)
5. 香港心理學會輔導心理學部 (CE: 12 分)
6. 香港心理學會教育心理學部 (CE: 12 分)
7. 香港職業治療學會 (CPD: 11 分)
8. 香港護士管理局 (CNE: 11 分)

主辦 心理健康會; 心理健康有限公司
課程網站 www.drsammycheng.com/ncbt

Register for n-CBT today; seats are limited!

學員報名表格 - 名額有限，額滿即止！

- 1) 網上報名: [Paypal](http://Paypal.com)/信用卡繳費: www.drsammycheng.com/ncbt
- 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 或 轉數快 FPS ID: 1541143
- 3) 填寫報名表連同香港地區支票/國內或澳門銀行匯票 郵寄至主辦單位:
心理健康有限公司, 中環李錦記 1201 室 · 香港中環德輔道中 54-58 號
支票抬頭: 心理健康有限公司 (或 Psychological Health Company Limited)

學費: 港幣\$2900 (早鳥優惠); 港幣\$3200 (2019 年 3 月 10 日後報名)

聯絡: 丹姑娘, 電話/WhatsApp (+852)55791101, 電郵 drsammy.cp@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士)

The New ABCs: A Practical Course to Neuroscience-Informed Cognitive-Behavior Therapy

©2018 Psychological Health Company Ltd – Provider of High Quality Psychological Training Courses; Suite 1201, 54-58 Des Voeux Road Central, Central, Hong Kong