

## 114 學年度第 2 學期

### 【接受與承諾療法（ACT）的技巧演練與實務進階工作坊】 招生簡章

招生對象	上課地點	上課時間(預定)	報名費用及 優惠截止日期
相關心理、教育等專業助人背景之工作者	本校和平校區研究大樓	115/2/7(六) 09:30-16:30(6 小時) 115/2/8(日) 09:30-16:30(6 小時)	即日起至額滿截止 原價：\$ 5,800 115/1/9 優惠截止 個人早鳥價：\$ 4,800 3 人同行價：\$ 4,300 學生證 5 人同行價：\$ 3,800 學生證 3 人同行價：\$ 4,200
課程目標	授課師資	師資經歷	
本課程旨在協助參與者深入理解接納與承諾治療（ACT）的理論架構與核心技巧，透過案例解析、演練與反思，增進實務操作能力，提升輔導介入的靈活性與有效性。	張本聖 副教授	<p>【現職】東吳大學心理系/台灣師大復健諮詢研究所/台北護理健康大學生死與健康心理諮詢系兼任副教授 看見心理諮詢所兼任臨床心理師</p> <p>【經歷】東吳大學心理系副教授；東吳大學心理系系主任；東吳大學心理諮詢中心主任；政治大學心理系兼任副教授；台北市立療養院臨床心理師；台北榮總臨床心理師；台北張老師中心專任張老師</p> <p>【學歷及 ACT 訓練】</p> <ol style="list-style-type: none"><li>學歷：美國艾默雷大學(Emory university)臨床心理學博士/美國密西根州立大學諮詢輔導碩士</li><li>ACT 訓練：Russ Harris 接受與承諾治療網路課程初級班、進階班、青少年應用班、憂鬱及焦慮班結業；Hayes, S. &amp; Hofmann, S. : CBT, ACT, and the coming Era of Process-Based Therapy 工作坊。</li><li>ACT 譯著：「就要傻冒樂天派，缺憾人生才完美」、「Learning ACT 第二版」、「ACT 一學就上手」、「ACT 實務工作者手冊」及「走出苦難，擁抱人生」、其他 ACT 相關文章</li><li>ACT 相關課程、演講及工作坊超過 300 場次</li><li>ACT 在減重、焦慮、憂鬱等領域進行中的研究</li></ol> <p>【是位有著 ACT 訓練、實務工作、教學、研究的實務工作者及學者】</p>	

場次	上課日期	單元主題	課程內容
1	2025/2/7(六) 0900-1200	ACT 案例的理論與技巧解析	1. ACT 靈活性六角形的對話錄解析。 2. 價值觀量表牌與牌卡的演練。
2	2025/2/7(六) 1300-1600	ACT 個案概念化的自我解析	1. 功能想法日記的實作。 2. 紛糾、情緒、價值觀 S M A R T 的辨識、自我解析與運作。
3	2025/2/8/(日) 0900-1200	開放技巧的演練與運用	1. 脫離糾結的實作及討論。 2. 接受的技巧實作與討論。
4	2025/2/8/(日) 1300-1600	1. 靜態與動態正念的實作與運用 2. 理論、技巧與經驗的結合。 3. 總結	1. 各種正念技巧的運用、注意事項與討論。 2. 自我為觀察巧的運用、注意事項與討論。。 2. ACT 理念、技巧與經驗的連結。 3. 總結。