

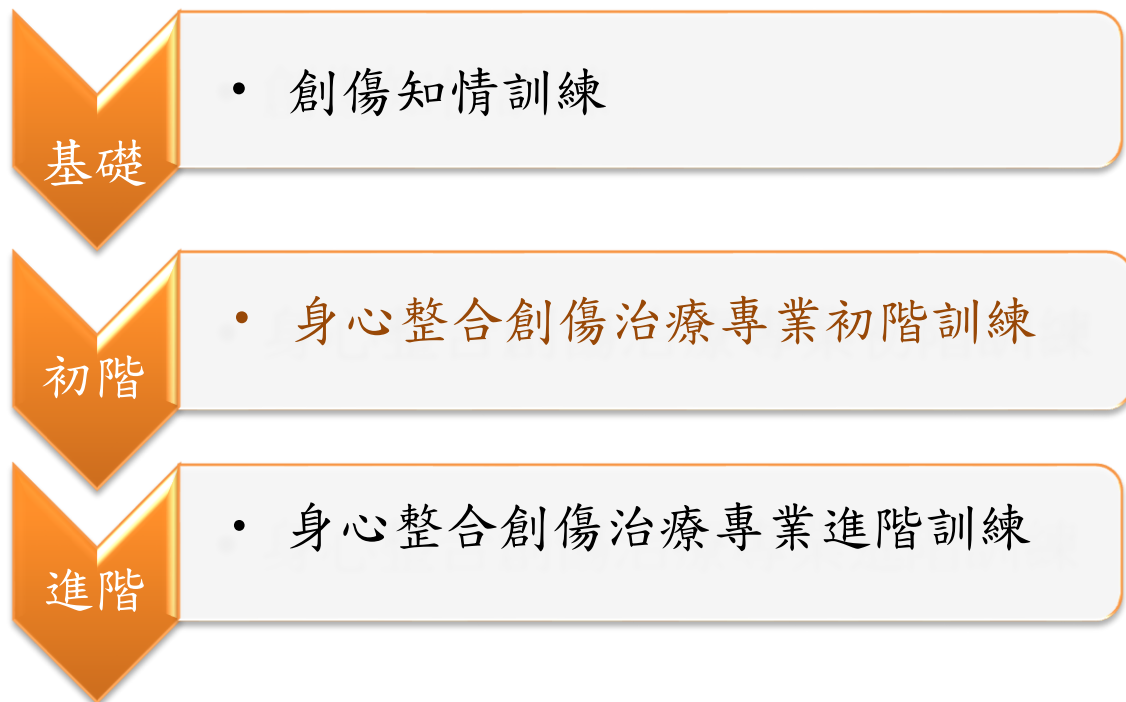
Mind-Body-Brain 人我調節取向

身心整合創傷治療初階專業訓練

本課程為以大腦神經科學為基礎的身心整合的專業創傷初階訓練，歡迎有接受過創傷知情訓練，並期待能將最新的創傷治療取向融入個人臨床工作的專業助人者報名。

本課程將融合創傷研究、理論與臨床實作、技術演練為目標，共六次課程，每次三小時課程中，前面 1-1.5 小時講解理論或技巧背後的理論，後面 1.5 小時，講師會與助教進行示範演練，然後由助教陪伴每個小組進行分組演練與實作討論，最終再回到大團體進行最後的討論與問答。

參加完本初階專業訓練，後續可繼續參加小團體督導、參加進階專業訓練，學習複雜性創傷、整合創傷經驗記憶或解離性人格處理等議題整體創傷治療訓練地圖如下圖：（本專業訓練為初階）



一、課程相關資訊

1. 課程日期與時間: 本課程為線上課程，共六次上課，每次三小時。另包含兩次課程中小組實務討論與演練共三小時，課程後小組實務討論與演練共三小時，共計 24 小時，日期如下：

A: 115.0822(六)、0823(日) 上午 0900~1200

B: 115.0912(六)、0913(日) 上午 0900~1200

C: 115.1003(六)、1004(日) 上午 0900~1200

D: 課後小組實務討論與演練兩次，第一周及第二周課程後，學員需自行進行一次小組練習，每次約 1.5 小時(各分組自行約定時間)。

E: 助教帶領小組實務討論與演練兩次，第三周課程結束後，會由助教帶領兩次小組，每次約 1.5 小時，進行實務討論、演練與分享。

以上課程皆全程參與，並完成四次小組實務討論及演練後，完成相關作業後，才能領取課程結業證書。

2. 參加人數: 滿 20 人開課，名額上限 48 人。

3. 參加對象:

領有相關證照之助人者，如諮商與臨床心理師(含有心理師考照資格)、表達性藝術治療師、社工師(含有社工師考照資格)、輔導教師、醫護人員等。

參加過華人創傷知情與療癒發展中心所開設的創傷知情或創傷療癒相關訓練者優先錄取，其他師資或機構開設相關創傷課程者亦可，未參加過創傷知情相關課程者不予錄取。(請報名者於報名表上註明上課日期及課程名稱)

學員報名後需經確認資格後，才會以信件通知繳費，繳費後才完成報名。

二、課程簡介:

六次課程包含講師授課、體驗活動、分組分享、討論及實務演練，課程內容為 Body-Brain-Mind & Bottom Up Approach，並包含當代創傷壓力研究、理論與實務運用。

本課程特色：

1. 每次上課兩名講師親自授課予做臨床實務技巧示範，每次小組演練有助理講師親自陪伴小組成員實務演練，即時給學員回饋與分享！
2. 重視創傷治療理論與臨床實務技巧相互搭配。每次三個小時的課程，會有一半的時間實際演練臨床實務技巧。
3. 講師與助理講師群有多元特色，包含身體取向、系統觀點、表達性藝術治療、音樂治療、角色扮演行動方法。
4. 講師與助理講師群臨床實務服務對象包括兒童、青少年、成人、家暴倖存者、老人等，臨床實務場域也包括各級學校以及跨國實務經驗。

三、學習目標 (Learning Objectives)

1. 以陰陽辯證的哲學探討創傷復原過程中的重要元素與創傷療癒的歷程。
2. 進一步體驗人我調節、身心資源、身心整合在創傷治療中的重要性。
3. 如何與來訪者共同創造一個安全的晤談空間。
4. 增進學員與來訪者建立調頻同步之能力，拓展治療師與來訪者之間安全的連結，並能鼓勵來訪者嘗試在生活中進行練習。
5. 熟悉並練習觀察自己及當事人的身心激發狀態，以及，在安全與調頻的人我調節歷程中，邀請當事人練習觀察、調節並理解自己的身心狀態。
6. 如何將創傷知情的心理教育融入當事人的敘事及治療師的同理反映中，幫助來訪者感受到賦能。

7. 陪伴個案找到當下與生活中的身心資源，開始逐步練習踩煞車並自我調節，逐步練習如何調節自己的身心狀態，讓自己可以感受到安全以及紮根回此時此刻。

四、課程大綱：（六次上課大綱）

1. 創傷治療的核心與歷程：

以東方陰陽辯證的哲學來探討創傷治療過程中包含的重要元素與創傷治療的歷程。

2. 核心概念與實務技巧一：對安全的關注。

如何與來訪者共同創造一個安全的晤談空間、與來訪者建立調頻同步，以及拓展治療師與來訪者之間安全的連結，使來訪者嘗試在生活中運用。

3. 核心概念與實務技巧二：身心激發狀態的覺察與人我調節的介入。

熟悉並練習觀察自己及來訪者的身心激發狀態，以及，在安全與調頻的人我調節歷程中，邀請來訪者練習觀察並理解自己的身心狀態。

4. 核心概念與實務技巧三：心理教育的引入及賦能。

如何將創傷知情的心理教育融入來訪者的敘事及治療師的同理反映中，幫助來訪者感受到賦能，又不會淪為過於制式的說教。

5. 核心概念與實務技巧四：自我調節與紮根。

陪伴來訪者找到當下與生活中的身心資源，開始逐步練習踩煞車並自我調節，逐步練習如何調節自己的身心狀態，讓自己可以感受到安全以及紮根回此時此刻。

6. 核心概念與實務技巧五：助人者的防衛策略覺察

身為助人工作者，諮詢師要能清楚覺察在面對來訪者時，自己通常會使用的防衛策略是什麼？如果來訪者挑戰諮詢師的界線時，諮詢師自己會有什麼樣的身心反應？該如何自我調節？

五、師資

（一）講師：

1. 胡嘉琪 諮商心理學博士

懶得自我介紹，想當沒有被九陰真經誘惑，開心住在桃花島上的東邪黃藥師。躲在美國鄉下自行開業，每天玩各種療法，實踐 Yalom 的理念，為每個個案設計獨特專屬的療法配方。

從基本原則中發展出有創意的治療法（一）<https://reurl.cc/GAA22x>

2. 胡美齡 諮商心理師

在二十多年協助複雜性創傷兒童、青少年與婦女的諮商與提供督導的經驗裡，不斷深深地被我們身心內蘊的智慧、韌性與力量所感動，很希望能讓越來越多的人看見人類是多麼美好及神奇的存在。未來會繼續努力及學習，以人本取向為基礎，積極的將身心整合取向創傷療癒的研究與理論，發展成可供助人者進行治療或處遇的實務方案。

（二）助理講師群：（排序按姓名筆劃）

1. 呂伯杰 諮商心理師

對於家庭、親子、伴侶有多年耕耘的家族治療師，這幾年結合了創傷概念和技巧進實務工作中。是家族治療領域的講師、督導，以及創傷知情團隊講師，今年也拿到 TRE（身體經驗療法之一）的引導師認證，致力於結合家族治療與創傷工作。工作的場所為學校、社區，年齡從國小到成人。

期待和大家見面～

2. 林佳儀 諮商心理師

現為港灣藝術心理諮商所的所長、藝術治療師、諮商心理師，用創作與談話的方式陪伴成年人找到生命的復原力。相信當我們為身心找到一個停靠的地方，安定了就能夠再出發。喜歡跟多元性別、創傷工作。興趣是捏陶、逗貓、海灘跟多元文化（特別是美食的部分）。

3. 林威宇 音樂治療師

過去服務於身心科與復健科，目前開設個人工作室。年資 13 年，主要族群是早療與社區成人。擅長揉合創傷知情與音樂經驗，非常欣賞嘉琪老師獨孤九劍的助人哲學：當熟悉核心概念，技術是可以彈性創造的，我們都和個案一起在探索與實驗。熱愛大自然與動物，目前除了音樂治療師的工作也浸淫在薩滿世界中，是貫徹轉化日月之精華與草木鳥獸之智慧小叛逆的日月神教。

4. 胡甄容 諮商心理師

曾擔任過國中輔導教師、大學輔導中心專任心理師。亦曾在家庭暴力暨性侵害防治中心、兒童暨家庭扶助中心以及大學學生輔導中心兼任多年。因所服務的族群有較多的創傷經驗，為尋覓能夠讓當事人受益，同時又能照顧治療師的方法，因緣際會下接觸並完成 EMDR 療法的基礎訓練。與嘉琪老師的相遇，是一段美好的緣份，在與其學習創傷知情的過程中，補足了自身在學習 EMDR 療法時所需具備的先備知識，認識了好多在不同領域耕耘的夥伴們。對創傷知情的學習，自覺對助人工作者而言，是保護、是實踐、是資源、也是方向。

5. 郭晏汝 諮商心理師

一名心理師，與受訓中的性諮商師。

心理師執業生涯特別擅長以冒險治療元素結合動態體適能於各類服務族群（創傷議題、性議題、司法少年、安置兒少等），也提供相關領域助人者的督導服務。個人興趣在健身運動，目前領有美國運動委員會私人健身教練、TCYC 兒青體適能訓練師、硬式壺鈴教練等證照，同樣會融合運用於心理工作中。期待與各位碰面、學習！

6. 蔡素玲 諮商心理師

高中輔導教師，諮商心理師，運用身心調節輔具和談話陪伴創傷兒童、青少年、成人和長者，近三十年在校園中，致力於找到系統中各種助人者可以相互合作，借力使用不費力的助人模式…

是創傷療癒的實踐者，運用於個人、家庭與工作中…

有一天發現自己很資深了，但很嚮往成為金庸小說中的老頑童，擁有天賦，且常保赤子之心，創傷工作愈做愈有力量！

六、報名方式

（一）費用

1. 定價：25000 元。

2. 早鳥價：21000 元，需於 2026 年 7 月 31 日以前完成繳費報名。

（二）報名及繳費方式

1. 請勿先繳費，我們會先以報名時間，是否參加過創傷知情訓練，是否能全程參與綜合考量之後，決定錄取名單，再以 email 通知您繳費，以繳費確認後，始寄發報名完成通知信件。（請務必填寫正確的 email）

2. 報名時間自即日起至 2026 年 8 月 15 日

止或額滿為止。

3. 進入報名網頁，進行線上報名。

報名網址：

<https://forms.gle/VJg1VjwxPVJWsRmf7>



(三)其他須知

1. 上課前完成請假程序可以觀看錄影補課，本課程以講述和分組討論演練交錯進行，錄影補課的內容只會呈現講師講述的部份，小組討論與演練恕無法提供錄影補課，倘若您需請假的次數太多恐會影響學習的效果，因此請您報名時務必留意。(請假請事先寫信至 pbmtrauma@gmail.com)
2. 本課程全程禁止學員錄音/錄影。
3. 上課日如遇颱風、地震等天災或停電等，依政府相關公告停課，並另擇日補課或停課退費。
4. 活動前三天 Email 寄發行前通知，請留意您的信箱。
5. 報名後個人因故取消無法參與，除下列特殊狀況之外，開課日 14 天前告知，可辦理退費九成；開課日前 7-13 日告知，可退費八成；開課日前 1-7 日告知，可退費五成；當天未到或中途退出恕不退費，亦不得要求轉換其他課程。上述退費均須扣除行政費用 20%。

特殊狀況：下列情況，可酌情給予全額退費

- 1) 奔喪：但限直系親屬或三等親內，且提供相關證明。
- 2) 學員本人因重病或住院等狀況：請提供就醫證明。

本中心保有修正或更改退費辦法之權利。

(四)線上課程軟體資安說明

本課程以線上課程方式進行(使用 zoom 軟體，符合美國健康保線的保密規定，且不經過中國香港新加坡的伺服器)。報名完成後，開課前一周將會收到課程通知單，內會詳列線上課程進行方式。

(五)連絡方式

請使用 Email 詢問，信箱：pbmtrauma@gmail.com 或華人創傷知情推廣團隊臉書粉絲頁以訊息聯繫。

華人創傷知情與療癒發展中心：

<https://www.asia-traumahealing.com/>