

2026 當哈科米與創傷相遇

讓療癒關係成為創傷的安全容器 工作坊簡章

在安穩臨在的關係中，見證生命的轉化

在創傷治療的領域中，我們深知「關係」是通往療癒的門戶，也是最核心的容器。我們常看見複雜性或發展性創傷個案掙扎於兩大深層困境：

- **與內在斷聯的生存策略：** 面對過往排山倒海的淹沒感，個案的神經系統為了存活，會自動發展出解離或麻木的機制。這種防衛雖然保護了當下的生命，卻也使他們難以接觸自己。療癒的關鍵在於如何「安全地重新連結身體」——這需要治療師以穩定的內在去創造安全的關係與人我調節的新經驗，溫和的一點一滴的反覆陪伴個案練習與內在經驗待在一起。
- **關係中的安全感失落：** 對於發展性及複雜性創傷個案而言，他人往往象徵著不可控與威脅。當關係本身可能就是壓力或創傷重現的來源時，治療師需要有一個足夠安全、穩定的內在，以及對自身關係模式的覺察，才能涵容與創造一個與個案同在的安全療癒性的關係，當安全關係沒被建立起來之前，任何治療技術的介入都可能再次引發創傷重現的可能。

哈科米取向（Hakomi Method）為此提供了一條深刻的道路。

透過「愛的同在」（Loving Presence）與安全的核心精神，治療師不再僅是技術的操作者，而是轉化為一個穩定的「安全容器」。在本次課程中，我們將學習如何運用正念與身體覺察，協助個案在安穩且具備修復性的關係中，逐步走向身心靈的轉化。

這不僅僅是技術的傳授，更是一場關於「如何成為另一個生命的安全港灣」的修煉。讓我們共同學習，協助個案重新找回與自己、與他人連結的生命力量。

一、課程相關資訊

- **課程日期與時間：**2026 年 4 月 18 日（週六），09:30 - 17:00（共 6 小時）。
- **上課形式：**實體課程。
- **上課地點：**台北市婦女中心（台北市萬華區艋舺大道 101 號 3 樓，萬華火車站出口 3 樓）。

- **參加對象：**諮商與臨床心理師、表達性藝術治療師、社工師、輔導教師、醫護人員、教牧諮商師、司法或感化教育相關工作者，或對哈科米取向及創傷治療有興趣之民眾。

二、課程內容簡介

本課程以哈科米取向（Hakomi Method）為核心，強調「非暴力」與「正念」的治療精神，探討如何透過治療師的臨在，為創傷倖存者創造一個安全的修復空間。課程將以 1/4 講述，3/4 式體驗式的練習，課程大綱如下：

1. **哈科米取向介紹：**理論基礎及如何有效運用於創傷治療實務。
2. **治療師的臨在（Presence）：**如何培育穩定的內在狀態，建立安全的療癒關係。
3. **體驗式練習：**治療師的內在觀察，覺察自身在關係中的慣性模式。
4. **愛的同在（Loving Presence）：**進入慈悲的心態，作為創造安全容器的基礎。

三、報名及相關資訊

（一）師資介紹

- **楊銀庭 諮商心理師**

專長議題

- 哈科米（Hakomi）身心整合取向
- 正念與靜心取向的心理治療與成長
- 情緒困擾、關係議題、身心整合
- 壓力調適、創傷療癒
- 自我價值與個人力量發展

專業證照

- 哈科米身心整合取向心理治療(Hakomi Method of Mindfulness-Centered Somatic Psychotherapy)治療師認證 (Certified Hakomi Practitioner)
- 哈科米身心整合取向培訓講師認證 (Certified Hakomi Trainer)
- 正念減壓 (Mindfulness-Based Stress Reduction, MBSR) 師資認證

專業訓練

- 台灣正念工坊正念減壓 MBSR 師資培訓系統
- 澄心聚焦(Focusing)訓練
- 關係性全身澄心(Relational wholebody focusing)訓練

(二) 課程費用

- 定價：5800 元。
- 早鳥價：4800 元（需於指定日期前完成繳費報名）。

(三) 報名及繳費方式

1. 報名時間：自即日起至額滿為止。
2. 轉帳帳戶：玉山銀行（808）帳號：1023-940-036315。
3. 線上報名：請於繳費後填寫報名表單
<https://forms.gle/EDcdFMb5ng2Lut7FA>
4. 報名確認：核對帳號後，將以 Email 發送報名成功通知。



(四) 其他須知與退費說明

- 課堂規範：為保護課程體驗，全程禁止學員錄音、錄影。
- 行前通知：活動前三天將寄發行前通知，請留意信箱。
- 退費政策：
 - 距開課日前 30 天要求退費者，退全額。
 - 距開課日內 30 天要求退費者，退 90%。
 - 開課前一天要求退費者，退 80%。
 - 轉帳手續費由報名者支付，並需額外扣除退款金額 10% 之行政處理費。
 - 課程當天缺席者，恕不退費。

(五) 連絡方式

- Email 詢問：pbmtrauma@gmail.com
- 臉書粉絲專頁：[華人創傷知情及療癒發展中心](#)
網站：<https://www.asia-traumahealing.com/>
-