



心智化導向 心理治療體驗工作坊

「在一些心理健康障礙中，個體的心智能力受損，導致對情緒、認知、行為的誤解並造成關係的崩壞。在心理治療的歷程中，學習如何「成功心智化」對心理健康是至關重要的。」

心智化為本治療模式(Mentalization-based treatment)，為精神動力學派的新枝，從精神分析與依附理論出發，主張透過增進個體情感調節能力與改善人際關係，在當重新建立恰當依附關係後，促進來訪者心智化能力的發展。最初發展為治療邊緣型人格障礙，現已廣泛被用於個人成長、個別、團體、家族治療領域。

心智化導向心理治療 (Mentalization-oriented therapy) ，奠基於心智化為本心理治療，更強調透過生活化的演化心理學與神經科學發現，以闡明心理治療工作的助人策略與技巧。強調精神分析的中立、匿名、節制三原則。並辨識慣用行為模式、語言、非語言溝通方式；透過此時此地的深度同理，重建適切關係、調節情感、重塑記憶；以養成個體「從心所欲，不踰矩。」的人生態度與體驗「天人合一」的生命歷程。

課程特色

「觀察與演練」：心智化導向治療的技巧示範與體會



「非結構」：體驗與觀察非結構團體歷程

「即時督導」：提升心智化導向之實務知能基礎

學員心得

「能學習中立、客觀地去參與、觀察團體歷程！」、「了解團體整體性、言外之意。」

「辨識、體驗、調節情緒，促進人際與自我覺察。」「增強後設思考、專業敏感度。」

「模仿督導的介入技巧、發展個人風格團體帶領模式。」、「覺察個人議題很有幫助！」

課程時間：6/30（六）0900-1700

課程地點：伯特利身心診所2樓團體室
(台北市光復南路421號2樓)

預計人數：限12人

課程講師：周勵志 / 資深精神科專科醫師
向日葵協會創會理事長

課程費用：2000元

報名資格：相關實務工作者、相關科系所學生
及相關領域工作者

報名網址：<https://goo.gl/forms/DxJfHGmZOXWbiUTy2>

主辦單位：社團法人臺灣向日葵全人關懷協會
伯特利身心診所

課程內容

時間 內容

0830-0850 報到

0900-1020 精神動力個別會談示範-1

1040-1200 精神動力個別會談示範-2

1200-1400 午休

1400-1520 心智化導向團體體驗-1

1540-1700 心智化導向團體體驗-2