New Life
Psychiatric Rehabilitation Association
新生精神康復會

JOCKEY CLUB
New Life
Institute
OF PSYCHIATRIC REHABILITATION
賽馬會新生精神康復學院

第三屆接納與承諾小組治療 (ACT in Group Practice) 證書課程

立即報名

Course Code : 2627/82

2027年2月18及19日（星期四至五）
上午9時15分至下午5時15分

賽馬會新生精神康復學院
香港九龍南昌街332號

65位

社工、心理學家、輔導員及從事助人工作之人士*
*參加者須對接納與承諾治療有基本認識。

HK$3,900/位

二人同行優惠:
HK$3,500/位

早鳥優惠
HK$3,500/位
(2027年1月17日前報名)

報名截止日期
2027年2月4日(四)

課程簡介

接納與承諾治療 (Acceptance and commitment therapy，簡稱 ACT) 是第三代的認知行為治療，乃經實證最新的心理治療手法，文獻中已有超過1000個隨機臨床試驗研究 (Randomized clinical trial) 證實對治療不同的心理障礙均有成效。ACT一方面紮根於語境行為科學(contextual behavioral science)，另一方面與靜觀的理念和治療不謀而合。ACT提出受苦並非我們的主要問題，逃避或抗拒痛苦才是問題的癥結，加上心智 (mind) 的思想糾結特性，衍生出心理缺乏靈活性 (psychological inflexibility) 的問題。 ACT的治療目的乃增強案主的心理彈性 (psychological flexibility)，以致能過一個充實、豐盛而具意義的生活。

這課程的目的是教導學員掌握接納與承諾治療小組的理論和技巧，特別是針對抑鬱和焦慮的問題。ACT的理念和手法特別適合用作小組治療，其豐富的隱喻和體驗性練習在小組中往往更能產生最大效益，小組組員更能掌握和體會當中的含義。然而，帶領這類小組亦有特別需要注意的地方，包括怎樣帶領分享和討論、如何回應組員的提問、治療師本身所需的治療特質等。這課程將會理論與實踐兩者兼備，透過運用各種的練習、示範和角色扮演，幫助學員有效地設計和帶領接納與承諾治療小組，並掌握其中的精要。**課程會提供一套ACT小組治療手冊，詳述每節小組的目的、心理教育、比喻和體驗性練習的細節。**

《別跟內心怪獸拔河：接納與承諾治療的生活法則》由湯國鈞博士及黃志明博士共同撰寫

3552 5290
institute@nlpra.org.hk

New Life
Psychiatric Rehabilitation Association
新生精神康復會

JOCKEY CLUB
New Life
Institute
OF PSYCHIATRIC REHABILITATION
賽馬會新生精神康復學院

第三屆接納與承諾小組治療 (ACT in Group Practice) 證書課程

立即報名

Course Code : 2627/82

課程導師

湯國鈞博士
註冊臨床心理學家

湯國鈞博士乃註冊臨床心理學家、香港大學臨床心理學碩士及多倫多大學輔導心理學博士、香港心理學會院士、香港大學社會工作及社會行政學系客座副教授， 現任職醫管局，具超過35年臨床經驗， 善長抑鬱症和焦慮症的 心理治療、正向心理學和接納與承諾治療。湯博士於2019年創立國際語境行為科學協會香港分會，擔任會長一職至今，積極發展本地化的接納與承諾治療，並為各大學、政府、醫療及社福機構提供專業培訓，常被形容為一位充滿熱誠和感染力的培訓導師,深受業界歡迎。湯博士著作甚豐，包括《走進360度的幸福》、《抑鬱自療》、《焦慮自療》、《喜樂工程》、《誰偷走了我的快樂?》、《別跟內心怪獸拔河：接納與承諾治療的生活法則》、《重拾生活的力量》等。

黃志明博士
註冊臨床心理學家

黃志明博士於香港中文大學獲臨床心理學碩士及博士學位，為香港心理學會註冊臨床心理學家，擁有逾30年臨床經驗，曾任職於懲教署及醫管局，專注於心理評估、診斷及治療工作，累積豐富實務經驗。他重視實證為本的臨床實踐，擅長運用認知行為療法（CBT）治療心理及身心疾病，並受過接納與承諾療法（ACT）及靜觀治療的專業訓練。現為私人執業心理學家，黃博士亦積極推動心理健康教育，曾於本地及國際期刊發表研究，並參與撰寫多本中文心理學著作，包括ACT自助書《別跟內心怪獸拔河》。自2023年起，他擔任香港心理學會臨床心理學部副主席，參與專業發展及培訓，為大專院校、教育機構及非政府組織提供督導與培訓。此外，他亦活躍於媒體和網上平台，分享心理健康資訊，致力提升公眾對情緒健康的認識。

New Life
Psychiatric Rehabilitation Association
新生精神康復會

JOCKEY CLUB
New Life
Institute
OF PSYCHIATRIC REHABILITATION
賽馬會新生精神康復學院

第三屆接納與承諾小組治療 (ACT in Group Practice)證書課程

Course Code : 2627/82

日期	2027年2月18及19日（星期四至五）
時間	上午9時15分至下午5時15分
地點	賽馬會新生精神康復學院 香港九龍南昌街332號
課程目標	課程將會理論與實踐兩者兼備，透過運用各種的練習、示範和角色扮演，幫助學員有效地設計和帶領接納與承諾治療小組，並掌握其中的精要。
課程內容	• 認識ACT的基本理論，包括語境行為科學、臨床行為分析和關係框架理論 • 介紹接納與承諾治療小組的治療目標、原則和策略 • 學習如何在小組中幫助組員掌握ACT心理彈性的六個向度，包括： 1) 思想脫鉤 2) 接納經驗 3) 專注當下 4) 以己為境 5) 確認價值 6) 實踐行動，特別是針對抑鬱和焦慮的問題。 • 學習如何在小組中有效地運用ACT的隱喻和體驗性練習 • 掌握如何帶領組員討論、發揮小組動力和回應組員的提問 **課程會提供一套ACT小組治療手冊，詳述每節小組的目的、心理教育、比喻和體驗性練習的細節**。
對象	社工、心理學家、輔導員及從事助人工作之人士 *參加者須對接納與承諾治療有基本認識。
費用	HK$3,900/位 二人同行優惠：HK$3,500/位 早鳥優惠：HK$3,500/位 (2027年1月17日前報名)
證書	兩天課程共4節，出席3節或以上，可獲頒由賽馬會新生精神康復學院發出的證書
專業持續進修學分	香港社會工作專科院持續專業發展學分：申請批核中 臨床心理學家/教育心理學家/輔導心理學家/職業治療師持續專業發展學分：申請批核中 持續護理教育學分：每小時1學分* ** 香港護士管理局保留學分最終決定權*
查詢	Tel : 3552 5290 Email : institute@nlpra.org.hk