心理師簡歷及團體帶領取向

第1期　1月28- 30日(星期三~五)
接納與承諾（Acceptance and Commitment Therapy，簡稱ACT）

講師：黃鳳英 教授

《學歷》

英國曼徹斯特大學心理所博士（2004/01-2009/06）
英國曼徹斯特大學心理所碩士（2002/09-2003/09）
國立中正大學社會福利研究所碩士（1991/08-1993/12）

《經歷》

國立臺北教育大學　教育系　專任教授（2023. 02~ 迄今）
國立臺北教育大學　教育系　專任副教授（2017/08~2023. 01）
國立臺北教育大學　教育系　專任助理教授（2011/08-2017/07）
國立彰化師範大學　輔導與諮商系　專任助理教授（2010/08-2011/07）
國立臺北大學　社會工作系　兼任助理教授（2010/02-2011/07）
法鼓佛教學院　兼任助理教授（2010/08-2013/07）
佛教蓮花臨終關懷基金會　執行長（1997/08-2000/07）
經國管理學院　幼兒保育科　專任講師（1995/08-1998/07）
中國文化大學　青少年兒童福利系　兼任講師（1994/08-1996/07）
花蓮慈濟醫院　護理部　專任護理師（1986/07-1988/07）

《專業領域》

正念心理療法；悲傷諮商與心理治療；兒童正念教育；生命教育

《專業資歷》

曾任臺灣正念教育與研究協會理事長
國立臺北教育大學　兒童正念教師學分學程 主要課程教師與專業實習督導

《團體帶領取向與內涵》

接納與承諾療法(acceptance and commitment therapy, ACT）是正念介入療法（Mindfulness-Based Interventions, MBIs）的四大學派之一(Hayes, 2004)；與其他傳統心理療癒模式最大的差異，除了其立基於正念覺察 （Mindful Awareness)、活在當下（Present Moment)、接納(Acceptance)的基本原則外，尤其強調對情緒、想法的去糾結(defusion)之去中化(decentering)的學習歷程。介入的最終目標除了以正念幫助個案(或

學習者)面對身心的症狀與痛苦，並以協助個案(或學習者)釐清價值的面向，以價值的實踐為其最終目標。換言之，ACT 的療癒目標是幫助當事人以其所選擇的價值、過有意義的生活，而非將生命的力量用以對抗各種因為語言學習及心智（Mind）功能自然產生的症狀－掙扎於正、負向情緒、想法的迴圈（Hayes et al., 2006)。

ACT 的理論假設正常人類的心智運作過程往往具有破壞性，且遲早會為我們帶來心理的痛苦（Hayes et al., 1996)。該模式認為人類的痛苦根源是人類語言本身；人類的語言系統除了是複雜的符號系統，並成為人類在公領域交談、互動、及指引各種政經活動的媒介，亦是個人私領域做思考、計畫、想像、及推理等各種認知活動的主要工具（Hayes et al., 2001)。團體課程除了會帶領學習者學習基本的正念技巧，也會帶領學員覺察自己如何經常性地陷入與內在想法或認知內容的糾結（Fusion）之中，並以各種控制策略嘗試逃避因與認知內容糾結後的身心感受，造成痛苦感受無限制的放大效果。而三天工作坊當中，前兩天除了以團體過程體驗 ACT 個案概念化的六個評估面向，第三天團體則會進入討論如何以 ACT 取向帶領班級或團體的運用策略。

《團體歷程規劃》（團體規模：24-30 人）

日期	主題	活動內容
1 月 28 日 上午	語言、心智與痛苦	團體契約與規範、成員自我介紹、正念覺察 vs. 認知糾結
1 月 28 日 下午		辨識活在當下與認知糾結的特徵
1 月 29 日 上午	心智的特性與痛苦	心智的擬人化活動； 經驗逃避與痛苦的譬喻、活動與體驗
1 月 29 日 下午	價值的澄清與選擇	價值牌卡活動與實踐活動
1 月 30 日 上午	個案概念化的整體架構	用藝術描繪 “痛苦自我” 與 “價值實踐的我” 的對照圖
1 月 30 日 下午		心得分享、校園運用討論。

第2期　1月29- 30日(星期四~五)

關係拼圖小旅行—從家庭探索發現更好的自己

講師：管珮君 諮商心理師/婚姻家庭治療師

《學歷》

嘉義大學輔導與諮商學系暨研究所

《經歷》

盼 心理諮商所 諮商心理師/伴侶及家庭治療師

康迎身心科診所 諮商心理師/伴侶及家庭治療師

暖丘 心理諮詢商所諮商心理師/伴侶及家庭治療師

社團法人新北市國際生命線協會（家暴方案）合作心理師

若水學堂家族治療師培訓 講師/督導

臺灣司法心理學會 常務監事/講師

《專業領域》

婚姻諮商與伴侶治療

情感性疾患與自律神經失調

青少年親子關係修復

成人親子關係修復

運動紓壓工作坊

《專業資歷》

諮商心理師 諮心字第002481號

若水學堂 伴侶及家庭治療高階

感官律動調節（SMART）初階

AFAA美國運動體適能協會台灣分會團體有氧、拳擊有氧教練

體適能健身C級指導員

士林地方法院 心理輔導員

新北市學生輔導諮商中心 學校心理師

《團體帶領取向與內涵》

本課程結合家庭治療與多重迷走神經取向，協助教師從「關係」與「身心狀態」兩個面向理解自己。

家庭治療相信，個人的情緒與反應常源自家庭互動、代間傳遞及溝通姿態；透過家系圖、

家庭社會計量圖與家庭雕塑，教師能看見自己在關係中的位置與模式。
多重迷走神經理論則強調身心調節的重要性，「身心容納之窗」幫助教師辨識並調整自身狀態，以保持穩定與連結。
兩者結合，使教師能在了解自己的同時，也更具同理、彈性與專業力量，帶進與學生、同事與家庭的互動中。

《團體歷程規劃》（團體規模：12~16 人）

日期	主題	活動內容
1 月 29 日上午	1. 建立安全感與團體信任 2. 安全地圖：認識「身心容納之窗」，建立個人調節資源清單。 3. 運用社會計量圖探索家庭關係	1. 身心調節 2. 介紹團體目標與團體契約 3. 建立身心資源單 4. 製作家庭中的社會計量圖
1 月 29 日下午	1. 關係地圖：看見互動與自我定位 2. 認識循環因果關係和三角關係認識自我分化概念，提升自我分化能力	1. 身心調節 2. 運用家庭雕塑探索家庭的循環因果和三角關係 3. 提高自我分化的練習
1 月 30 日上午	1. 家庭拼圖：探索 Satir 溝通姿態 2. 覺察代間傳遞的影響（價值觀、姿態、信念）	1. 身心調節 2. 我的家庭故事 3. 探索自己與家人的溝通姿態 4. 探索代間傳遞的影響
1 月 30 日下午	1. 立體拼圖：從圖像到雕塑 2. 提升多重觀點的能力 3. 建立個人「關係拼圖」行動計畫	1. 身心調節 2. 運用家庭雕塑展現家庭動力 3. 練習多重觀點與同理 4. 寫上對家庭關係的期待和祝福

第 3 期 2 月 3 日-5 日(星期二~四)

陪伴彼此走得更遠-給照顧者的自我照顧錦囊

講師：黃素菲 教授

《學歷》

國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所博士 Post-Doctoral Research at Psychology Department of York University, Toronto Canada

國立臺灣大學心理學系學士、心理研究所碩士

《經歷》

臺北市教師研習中心「教師諮詢服務專線」諮詢教授（89 年迄今）
國立師範大學、輔仁大學心理系兼任教授
臺灣輔導與諮商學會理事（89-100, 108-迄今）
臺灣生涯發展與諮詢學會理事長（105.7-107.6）
曾任陽明大學人文與社會教育中心教授
教育部「北區大學校院輔導中心諮詢委員」(85.2-90.7)

《專業領域》

敘事治療，生涯諮商，團體治療

《專業資歷》

中華民國諮商心理師執照

《團體帶領取向與內涵》

課程內容：
了解後現代生活樣態
體驗敘說者的多元面貌
經由自由書寫體驗生命的無限創意
學習「會員重新入會」作為失落的回應
以「外化」對話」靠近照顧者的生活現場
統整三天所學，更加靠近照顧者

《團體歷程規劃》（團體規模：12~16 人）

日期	主題	活動內容
2 月 3 日	以後現代為基礎.	1. 現代與後現代的分野 2. 後結構主義問句
2 月 4 日	多元生命面貌	1. S1、S2、S3……. 2. 自由書寫
2 月 5 日	死非訣別、遺忘才是	1. re-membering 實作 2. re-membering 應用

第 4 期 2 月 9- 11 日(星期一~三)
「情緒中認識關係界線、力量與需求：心理劇成長」工作坊

講師：張祐誠 諮商心理師

《學歷》

- 國立台灣師範大學教育心理與輔導學系諮商心理學組博士（2020/02）
- 國立台灣師範大學教育心理與輔導學系諮商心理學組 碩士畢業（2011/1）
- 國立台灣師範大學教育心理與輔導學系諮商心理學組 學士畢業（2006/6）

《經歷》

台灣師範大學教育心理與輔導學系兼任助理教授（2023.09~）
毛蟲藝術心理諮商所諮商心理師／執行長（2018.04~）
台灣心理劇學會第七屆監事（2024.01~）
台灣心理劇學會第六屆理事長（2022.01~2024.01）
淡江大學教育心理與諮商所助理教授（2021 .08~ 2023 .07）
毛蟲藝術心理諮商所 所長（2019.09~ 2021.08）
毛蟲藝術心理諮商所諮商心理師／副所長（2014.09，2015.10～2018.04）
2019 年台灣諮商心理學會傑出心理師獎（社區機構領域）
青少年安置機構人際關係團體帶領者（2015.04～06）
家庭扶助基金會兼任心理師與團體帶領者（2014～2016）
台北監獄戒毒班家庭關係修復團體帶領者（2014.10～12）
台中基地兼任諮商心理師（2013）
彰化縣學生輔導諮商中心專任心理師／適性輔導組組長（2011.08～2014.08）
台北市立和平高級中學輔導活動科代理教師（2011.01~07）
台灣師大心輔系育幼院院童輔導攜手計畫助理與督導（2009～2011）

《專業資歷》

諮商心理師 高考及格 諮心字第 0 01727 號（2011.04）
台灣諮商心理學心理諮商督導證書 臺諮心督證字第 1 090009 號（2020.04）
中等教師證 中等字第 9601303 號（2007.06）
特殊教育身心障礙類師資 特學字 491010012 號（2007.06）
台灣心理劇學會認證導演（CPCP）／訓練師（T EPEP）(2021.07)
美國心理劇、社會計量以及團體心理治療考核委員會（American Board of Examiners inPsychodrama, Sociom etry and Group Psychotherapy Psychotherapy，簡稱 ABEABE）認證導演（CPCP）／訓練師（TEP）(2023.07)
身體經驗創傷療法執行師（Somatic Experiencing Practitioner, SEP）(2024/9/3)

《專長》

1. 取向：心理劇／焦點解決諮商／多元文化與華人諮商
2. 專長：情緒困擾、創傷治療、家庭關係、危機處理

《團體帶領取向與內涵》（團體規模：12~16 人）

꧁核心概念꧂

心理劇(Psychodrama)是由奧地利的精神科醫師莫雷諾(Jacob Levy Moreno)所發展出的心理治療學派，隱喻「人生如戲」，我們在各自的生命舞台上演出精彩人生，並相信人的困擾來自於關係，以及整體「社群文化」的影響，因此將戲劇元素融入自我探索過程中，在團體成員的信任與支持中，學習運用替身、角色扮演、角色交換等不同活動，以進入關係對方的視角，看見互動的僵化模式，促發更深的理解與同理後，暖化出創造力與自發性，帶出行動上的改變。

本課程將帶領學員從自我出發，穿越情緒、關係與文化的交織，透過心理劇去具象化我們內在的現象，並在彼此共在的社群中，學習如何從團體互動中觀察關係、拿捏界線、回應情緒、實踐力量。

在這裡，我們不只是「學生」，更是彼此的「回聲」與「見證」，在關係流動中學習心理劇的理論與技術，讓知識不只是來自講義，而是來自生命的交流與觸動。

《團體歷程規劃》

日期	主題	活動內容
2月9日上午	簡介心理劇理論：五元素	• 認識心理劇重要理論 • 運用社會計量，凝聚團體信任與工作目標
2月9日下午	「角色理論」的 運用與體驗	• 角色扮演大腦機制「認識情緒在人際中的功能」
2月10日上午	「社會原子圖」的運用與體驗	• 從中自身關注議題，運用社會原子圖辨識個人重要關係
2月10日下午	界線練習	• 心理劇練習界線設定
2月11日上午	心理劇演出	• 了解關係界線、力量與需求，在個人議題中的展現
2月11日下午	整合學習	• 重新創作社會原子圖 • 祝福與相互回饋