

第二屆正念助人專業講師培訓 招生簡章

2nd Mindfulness-Based Training for Helping Profession, MBHP Training

(正念助人學會 2018/04/02 公告)

一、緣起與目標

為提升學員的正念助人專業能力，本學會正念師資團隊以 MBCT 內容為主結構，MBSR 內容為副結構，融入正念創造力之精神，參考德國 MBSR 與英國 MBCT 教師培訓架構，發展【正念助人專業培訓】，將正念理念與實務融入助人專業工作中，目標在於培育助人專業領域的正念講師：

- (一)理解正念療法(MBSR-MBCT)之理論、架構、內容與意義。
- (二)深化正念體驗，並發展自身生活與助人專業之正念創造力。
- (三)培育正念助人實務與帶領正念團體之專業能力。

二、課程日期 (2018/07--2019/09) 地點 (嘉義南華大學為主)

(一)預備階段:<正念療法與助人專業>5-6 日密集工作坊或同等課程。

(二)培訓階段:

*必修:牛津大學正念中心 MBCT 教師培訓之 M1-M2-M3 (畢業前完成即可)。

第 1 階 六天 2018/07/13-18 (MBSR)

第 2 階 六天 2019/01/26-31 (正念創造力)

第 3 階 六天 2019/07/09-14 (授課團督+實務考試+繳交結業資料)

第 4 階 三天 2019/09/06-08 (結業儀式)

三、報名資訊

(一)課程日期:2018 年 7 月—2019 年 9 月 (15 個月/21 天/147 小時)。

(二)網路報名:2018 年 4 月 2 日起，額滿截止。報名網址: <https://goo.gl/sj8fMu>

(三)錄取通知:報名審查後，主辦單位將於 10 日內以 Email 通知是否錄取。

(四)人數上限:24 位。

(五)學費:12 萬元 NT(可 1 次全額繳清或分 3 期繳交)。

(六)本專訓最高請假時數 21 小時，超過請假時數者，請於第三屆完成補課。

四、報名條件

(一)學歷:大學畢業以上學歷 (醫護、輔諮心理社工、教育、企業等專業尤佳)。

(二)經歷:三年以上職場經驗，具豐富助人專業知能尤佳。

(三)正念學習經歷:

1、完成<正念療法與助人專業>5-6 日密集工作坊、MBSR-MBCT8 週或同等課程，且持續進行正念練習者。

2、完成牛津大學正念中心(OMC)MBCT M1-M2-M3 教師培訓(若缺此項，畢業前補)

(四)正念助人學會會員。

(五)重視個人靈性成長，遵守助人專業倫理規範，願意持續學習正念療法新知，願意每年參加 5 天以上閉關禪修，願與正念社群持續交流合作者。

五、專訓內容

(一)正念基礎培育

1、生活層面:持續深化正念練習與禪修體驗、培育自己生命的正念品質。

2、認知層面: 研讀正念心理學、正念醫學科學研究、正念相關佛教心理學與哲學。

(二)正念專業培訓

- 1、MBSR 與 MBCT 核心內容:八週課程架構、單元內容、意圖與學習目標。
- 2、正念創造力:生活、助人專業與靈性源頭等三層面正念創造力之探索、練習與學習。
- 3、教學引導練習:雙人、小組與大團體練習、探詢與教學回饋。
- 4、正念教學法之探索與培育。
- 5、正念團體帶領能力之探索與培育。
- 6、正念教學的團體督導與評量。

依英國正念教師聯盟的教學評估準則(MBI-TAC)六範疇，學習自我評估與互相評估:

- 1、課程架構內容、單元範圍、步調與組織。
- 2、建立關係的技能。
- 3、正念的體現。
- 4、指導正念練習的能力。
- 5、透過互動探詢與教學方法傳達課程主題的能力。
- 6、團體學習環境的經營能力。

六、申請結業證書繳交資料與結業考試

- (一)專訓與禪修記錄:含課程記錄、正念與禪修記錄、專題報告等。
- (二)授課記錄:自己或合作帶領 1 次正念八週團體(或同時數之正念課程或實務應用)。
- (三)授課資料:自編教材、正念引導語錄音檔與逐字稿、授課反思等。
- (四)授課 DVD:至少 1 小時。
- (五)結業實務考試:經專訓導師考核通過。

七、結業證書: 正念助人專業講師(MBHP Instructor)證書

- (一)完成專訓者:正念助人學會認證之【正念助人專業講師(MBHP Instructor)證書】。
- (二)尚未完成專訓者:授與【臨時證書】，三年內完成專訓者，可換發正式證書。

八、報名與繳費註冊

(一)報名與繳交資料:

- 1、報名網址: <https://goo.gl/sj8fMu>
- 2、最高學歷證書 (上傳附件)
- 3、正念研習證書 (上傳附件)
- 4、以上佐證資料請掃描後 E-mail 至 mbha0701@gmail.com

(二)錄取通知與繳費註冊:

報名資料經審查後，十日內將以 Email 通知是否錄取，若收到錄取通知，請於兩週內繳費註冊，並來函或來電確認註冊成功。

九、任何問題，歡迎詢問

正念助人學會 秘書宋瑞珍

Email: mbha0701@gmail.com

手機: 0980-356545/0933-383349

十、第二屆正念助人專業培訓 師資團隊



李燕蕙: 專訓導師

學歷:德國弗萊堡大學 哲學博士

現職:南華大學生死學系 副教授

現任:南華正念中心主任、正念助人學會理事長、正念關懷協會
副理事長

專業資歷:

德國 Moreno Institute Stuttgart 心理劇導演

德國 Europäisches Zentrum für Achtsamkeit (EZfA) MBSR 教師

英國 Oxford Mindfulness Centre (OMC) MBCT 認證教師

英國 Oxford Mindfulness Centre (OMC) MBCT 師資團隊副教師



鄭存琪 助理教師

學歷:美國南加大醫學院生化研究所碩士

現職:台中開心房、豐原享開心身心診所醫師

現任:正念助人學會理事

專業訓練:精神科專科醫師，美國 NGH 催眠治療師，
亞太園藝治療學會高級園藝治療師

正念專業:英國 Oxford Mindfulness Centre(OMC) MBCT-Training
M1-M2-M3

正念助人專業講師(MBHP Instructor)



林昱成 助理教師

學歷:國立嘉義大學輔導諮商學系碩士班

現職:ASK 心動力國際企管顧問有限公司負責人

現任:心教育發展協會常務理事、台灣心源協會常務監事、正念助
人學會常務理事

國際認證:POV 知見心理學訓練師/MT P 主管訓練課程講師/ICF 企
業教練 Coach U 認證企業教練/SIQ 成功智能企業教練講師教練
/ISO-9001 國際標準組織主導稽核/PMI 國際專案管理協會國際
專案管理師(PMP)

正念專業:英國 Oxford Mindfulness Centre(OMC) MBCT-Training
M1-M2-M3

正念助人專業講師(MBHP Instructor)