

## 2022 年北京师范大学心理学部

### 第一期认知加工疗法（CPT）工作坊初阶班

#### 招生简章

创伤后应激障碍（PTSD）是一种个体持续存在的精神障碍，它起因于经历或目睹一个或多个创伤性事件，如生理虐待、性侵、攻击性事件、重大意外事故、军事斗争或目睹暴力死亡等。认知加工疗法（CPT）是针对 PTSD 的认知行为治疗，该疗法认为个体在体验创伤事件后的恢复过程中收到了阻隘，进而导致创伤后应激障碍（PTSD），将更多的注意力放在创伤后应激障碍（PTSD）对日常生活的影响，而不是创伤事件本身。认知加工疗法（CPT）重点是识别创伤性经历如何改变人的思维和信念，继而通过认知影响当下的感觉和行为。认知加工疗法（CPT）关注人的思维与感觉，并关注思维、感觉、行为以及躯体感觉之间的联系。主动回顾并加工创伤事件，从而解决这些让个体“陷入困境”、阻碍创伤后应激障碍（PTSD）恢复的思维方式是治疗的重要部分。

北京师范大学心理学部是全国唯一心理学一级学科国家重点学科单位，在教育部学科排名中连续多年排名心理学全国第一，“精神病学与心理学”和“神经科学与行为科学”ESI 世界排名进入前 1%，是目前中国心理学界的领头单位。为促进认知加工疗法（CPT）在中国的研究与应用，心理学部联合 CPT 的创始人之一 Candice Monson 教授，同时集合加拿大安大略省瑞尔森大学关于认知加工疗法（CPT）的研究与实训经验、CPT 治疗手册中文翻译者许梦然博士丰富的临床经验，邀请从不同角度研究和应用认知加工疗法（CPT）的专家学者，首次开展认知加工疗法（CPT）工作坊（初阶班）。该工作坊汇聚领域内国际顶尖专家讲授，将深入介绍认知加工疗法（CPT）学术前沿及经典理论，并从临床应用的角度分析治疗案例，指导临床应用。是国内首次推出、颇具意义的研修课程。

认知加工治疗（CPT）属于循证治疗，其治疗效果已经被大量的科学研究所证实，并被美国国家 PTSD 中心认可为 PTSD 的首选治疗方案之一，在世界各国的医疗体系内获得广泛运用。本次工作坊课程体系由 CPT 创始人之一 Candice Monson 教授，以及多位专门从事 PTSD 临床工作的专家学者，结合理论与实践，经过多年培训经验共同研发。学习者可通过课程，系统学习认知加工疗法（CPT），了解创伤性事件的意义、关注创伤性经历与个体的思维、感觉和行为的的关系，掌握治疗手册，帮助创伤后应激障碍患者减少创伤记忆带来的痛苦情绪。

## 一、培养目标

工作坊（初阶班）旨在掌握认知加工疗法（CPT）的系统理论、治疗目标、治疗疗程、治疗方式及前沿技术，分析复杂的治疗案例，将认知加工疗法（CPT）应用于创伤后应激障碍的临床治疗。

## 二、学习方式

1. 线上学习：线上直播，统一授课（由于互动、考勤及结业需求，支持两个月内回播听课）。
2. 课程语言：英语；提供段落总结性实时中文翻译。

## 三、课程介绍

备注：课程合计 24 学时。

时间	课程名称	学时	主讲人
6月20日 19:00-22:00	工作坊介绍，检阅训练议程，关于 CPT 治疗效果的相关研究，PTSD 常见症状，CPT 的理论依据。	4	Candice Monson, Philippe Shnaider, 许梦然
6月21日 19:00-22:00	介绍 CPT 治疗手册、讲义及工作表，如何使用 CPT 治疗手册，治疗进行前的注意事项，使用评估量表，治疗的结构。	4	
6月22日 19:00-22:00	CPT 第 1 节治疗：PTSD 症状，治疗理念，不同的情绪，选择最首要创伤事件，影响陈述 CPT 第 2 节治疗：加工处理影响陈述，介绍 ABC 工作表	4	
6月23日 19:00-22:00	CPT 第 3-4 节治疗：回顾 ABC 工作表，事件、思维、情绪的关系，认知行为疗法的基本模型，苏格拉底式谈话技巧，介绍挑战问题工作表。	4	
6月24日 19:00-22:00	CPT 第 5-6 节治疗：介绍问题思维方式工作表，介绍挑战信念工作表，进一步讲解苏格拉底式谈话技巧，区分同化类与顺化类的信念。 CPT 第 7 节：介绍治疗中会涉及的五个主题。	4	
6月25日 19:00-22:00	CPT 第 8-12 节：介绍不同主题：安全、信任、权力和控制、尊重、亲密感，进一步讲解挑战信念工作表。 CPT 的结尾：最后的影响陈述，治疗效果和目标的回顾，预防复发，后续安排。 工作坊回顾，问答时间。	4	
	<b>合计</b>	<b>24</b>	

## 四、主讲老师介绍



**Candice M. Monson:** 加拿大安大略省多伦多瑞尔森大学教授，临床培训主任。St. Joseph's 医院资深研究基金会成员、Journal of Clinical and Consulting Psychology 特别评审员；曾任国际创伤应激研究学会主席、Journal of Clinical and Consulting Psychology 副主编、瑞尔森大学临床项目委员会主席。多年来发表学术论文 139 篇，合作出版《创伤后应激障碍的有效治疗指南-修订版》、《认知加工疗法手册》。曾获瑞尔森大学知识动员与参与奖、Yeates 研究生院研究生教育杰出贡献奖、加拿大专业心理学计划委员会学术培训优秀奖、加拿大安大略省心理学协会 Harvey Brooker 优秀临床教学奖、国际创伤应激研究学会杰出导师奖等。Monson 教授目前正在领导加拿大弗吉尼亚州的认知加工疗法（CPT）研究工作，此外，她还是创伤后应激障碍（PTSD）认知行为疗法（CBT）的主要开发者。



**Philippe Shnaider:** 加拿大安大略省麦克马斯特大学精神病学与行为神经科学系助理教授，加拿大多伦多循证治疗培训与测试（EBT3）心理学家。发表学术论文数十篇；合作出版《用认知行为疗法治疗创伤后应激障碍：有效的干预措施》。Shnaider 教授教学经验深厚，督导经历丰富，多次讲授《认知行为疗法》、《抑郁和焦虑的认知行为疗法简介》、《创伤后应激障碍的评估与治疗》、《PTSD 量表介绍》等课程。



**许梦然:** 加拿大滑铁卢大学临床心理学博士，加拿大滑铁卢大学临床教授，目前在加拿大某医院任职临床心理学家。获“认知加工治疗实训师”认证，出版著作《认知行为疗法与体重管理》、《认知加工治疗手册（中文）》。精通认知行为疗法、辩证行为疗法与认知加工疗法的培训与督导；擅长创伤后应激障碍、边缘性人格障碍和饮食障碍的评估与治疗；在住院和门诊心理健康的评估与治疗方面经验丰富。许博士具多年培训及督导经验，在多学科团队中拥有丰富的工作经验，在国际期刊上发表过多篇学术论文。

## 五、报名要求

1. 受众面向全体社会大众；心理学、医学、社会工作等专业或工作背景优先；
2. 无犯罪记录。

## 六、结业证书

完成所有课程学习即可获得北京师范大学电子版培训结业证书；并同时获得工作坊教师签名认证证书（EBT3）。具体样例如下：



## 七、报名时间

1. 报名截止时间：2022年6月13日
2. 开课时间：2022年6月20日-25日，具体课程时间为：19:00-22:00（北京时间）；支持两个月内回播听课。

## 八、招生人数

招生人数：100人

## 九、预报名方式

1. 报名方式一：扫描二维码进入快速预报名通道：



## 十、培训费

社会人士：3200元/人。

北京师范大学心理学部教工、校友、学生优惠价：1600元/人。

## 十一、缴费及发票

### 1. 登录缴费平台：

<http://wszf.bnu.edu.cn/publish/>，登录后查找【北京师范大学心理学部第一期认知加工疗法（CPT）工作坊初阶班】进行缴费。（需要开发票的学员推荐使用此平台进行缴费）

### 2. 银行对公转账账号【可以通过手机银行、支付宝、微信等转入如下账户】：

开户行：中国银行北京文慧园支行； 账户名：北京师范大学；

账 号：340256015272； 银行名称：中国银行；

纳税人识别号：12100000400010056C； 地 址：北京市海淀区新街口外大街19号。

### 3. 发票：

发票内容：培训费； 发票类型：中央财政中央非税收入统一票据；

发票形式：电子发票； 发放方式：发送至报名者提供的邮箱。

备注：请在汇款单上备注“心理学部CPT+单位和姓名+电话”。

缴费截止时间：2022年6月13日。

## 十二、联系我们

### 1. 咨询地点：北京师范大学心理学部 EDP 培训中心

（北师大东门对面，北京市海淀区新街口外大街8号金丰和创业园A座6层606室）

### 2. 报名邮箱：[edpbnu@bnu.edu.cn](mailto:edpbnu@bnu.edu.cn)

### 3. 联系人：谭老师、杨老师、乔老师；

咨询电话：010-62204669；010-62204009；010-82240811；13260061101

### 4. 咨询微信：13260061101（北师大心理学部培训中心）

北京师范大学心理学部

2022年1月18日