

第六期 完形取向專業訓練 - 應用在個別諮商

報名簡章

一、課程介紹：

完形諮商的理論與目標

~ 完形諮商的「唯一」目標 - 覺察

完形諮商相信適應良好且成熟的人，必定是個能負責的人。而真正負責者，需要在每個當下，先為自己的每個行為做出正確的選擇，因為當我們做出了不適宜的選擇，就很難真的為這個選擇負起責任，只能帶著痛苦情緒承擔這選擇的後果。而如果要能為自己做出適宜的選擇，勢必在選擇之前對自己以及周遭的他人、環境有清明的覺察。也就是說，人們不受扭曲、污染的了解自己並看清楚外在情境，才能在自己在所處的環境中做出最好的選擇，正確選擇的結果才是自己能承擔與負責的。清明「覺察」因此成為完形諮商學派最重要、最核心的諮商目標。

完形諮商是典型的經驗取向諮商，因此完形諮商的核心精神就是親身經驗以及此時此刻的當下。齊克果的名言：「生命不是一個有待解決的問題，而是一個等著被經驗的現實。」(摘自 Nevis 編,2000/2005,頁 16)

以此精神歸納完形經驗取向諮商的三項重要假設，如下：

- (1)只有當事人經過在此時此地的親身經驗，此經驗的內涵才可能被納入個人的內在系統，而產生真正的改變。所以諮商師在諮商中，要設計適宜的「實驗」並協助當事人願意去經驗。
- (2)當事人願意在諮商中親自體驗，面對過去的傷痛，必須處在一個安全、值得信賴的關係中。
- (3)能創造一份良好的關係並引導當事人體驗的諮商師，必須是一個真實的人，且具備高度自我覺察能力，及良好的自我界限。

完形諮商師：

完形諮商的精隨不只是個人的心理諮商，也是一種對生命成長與人格發展的熱切承諾，諮商師必須要能整合自己不同的面向，並過著與完形諮商理論觀點相呼應的生活。

一位好的完形諮商師是位清楚認識自己、瞭解自己獨特性，且界限清楚的人。在真實而清明的狀態下，營造一個安全、支持性的良好諮商關係，讓當事人在諮商的當下重新體驗過往的事件，引導出當事人的內在潛能使其得以自行的改變。

完形諮商專訓中的核心精神與工作重點：

本訓練課程以波爾斯 (Fritz Perls, 1893 - 1970) 所創之完形諮商為本，透過國內諮商心理師曹中璋本土的實務經驗加以修正，並融入情緒心理學之理論，針對心理師與準心理師的訓練課程。

課程的核心精神在協助諮商師準備好自己「這個人」，主要透過親身體驗整理自己、及處理自己的生命議題來學習完形諮商：

(1)此時此地與親身經驗。

(2)以覺察為核心目標：唯有先清明覺察自己、周遭他人與環境，才能做出適宜的選擇，進而為自己的選擇負責任。

(3)形象 / 背景與未完成事件：當我們有內在需求時，我們的內在能量就會匯集起來去滿足，而其他的則退為背景。形象與背景自然流暢地輪轉，人們才能充份活在當下，若我們有一些重要的核心需求未滿足，則會使我們能量停滯，干擾到當下我們要處理的事件。

(4)接觸循環圈與逃避策略：當人有清楚的界限才能有好的接觸，而個人與自己內在接觸則從需求開始，透過能量的流轉經由不同階段的步驟而滿足此需求，形成循環。在這過程遇到阻礙而無法滿足需求時，就容易發展出各種逃避策略 (類似於防衛機制) 來因應，能量即在此卡住。

(5)負責的語言形式：重視第一人稱來進行自我表達，從曖昧問句轉為肯定句的直接表達，以將不負責任的語句分辨出來，找到自我負責的話語。

(6)由外在支持轉為自我內在支持：協助自我向內探索，剝下一層層由神經質所發展出的虛假自我直到遇見真我，才能運用真我的能量對自己與他人開放和支持。

本課程將包含下列項目：

1.第一階段：完形諮商師的內功 - 以覺察訓練為主：包括外在感官覺察訓練、身體覺察、情緒體驗與覺察、身體與心理界限覺察、內攝與投射等逃避策略之覺察活動。

2.第二階段：完形諮商師的自我整合 - 兩極工作：運用完形的「空椅法」，經驗個人衝突的特質，發現自己是否有某一極獨大、或被忽略、或兩極相互拉扯的現象。透過兩

極的對話、協商，以了解與接納我們所有的兩極特質，並整合自我、減少內在的衝突；更進一步，使「主體性自我」變得更強大、有力量。本階段最後一天下午進行理論及作法之討論。

3.第三階段：完形諮商師的「完形」- 夢工作：於當下再度經歷夢境，並透過將夢的情境具象化、「成為」夢中重要的投射物等方式，以促進參與者自我整合或處理個人未完成的事件。本階段最後一天下午會進行理論及作法之討論。

4.第四階段：完形諮商的應用 - 以督導各項完形諮商工作為主。同儕進行諮商演練現場督導為主、個案督導討論為輔的方式進行。

二、指導老師：曹中璋



- **學歷：**國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所博士。
- **現任：**旭立文教基金會諮商心理師、個別諮商督導。
- **專長：**完形諮商取向諮商、情緒心理學、諮商師督導與訓練。
- **經歷：**國立臺北教育大學心理與諮商學系副教授兼系所主任、國立台北教育大學心理與諮商學系兼任副教授、國立臺北師範學院心理諮商中心主任、台北市教師研習中心兼任諮商心理師、返樸歸真工作室諮商員、現代人力潛能開發中心諮商員、救國團青少年輔導中心義張及督導、馬偕醫院家庭協談中心及平安線義工。

三、課程時間：

一階：	2020年4月18日至4月19日	(六-日)	共計2天課程
		09:30-17:00	
二階：	2020年8月15日至8月16日	(六-日)	共計4天課程
	8月22日至8月23日	09:30-17:00	
三階：	2021年時間未定/兩週週末2日	(六-日)	共計4天課程
	於第一階課程中討論確定	09:30-17:00	
四階：	2021年時間未定/兩週週末2日	(六-日)	共計4天課程
	於第一階課程中討論確定	09:30-17:00	

四、課程對象與資格：

- 擔任諮商心理師、臨床心理師、社工師、精神科醫師
- 就讀相關研究所學生(得報考心理師之碩二以上學生，碩三以上學生優先)
- 擔任學校或社福機構的專任輔導人員，現職兩年以上
- 擔任神職人員、宗教人士從事輔導之工作者，現職兩年以上
(最後兩項資格需為現任職務，並修習過諮商輔導相關課程20學分或180小時以上。)

※備註：資料填寫之細節度將影響資格審核結果，請詳細提供之。

五、結業資格：

- 工作坊出席率達80%以上。
- 出席12次以上的三人小組聚會，並繳交每次的紀錄。

以上資格經基金會及指導老師評估通過後，始取得結業資格，將授與財團法人旭立文教基金會所頒發之結業證書。

六、積分與認可：

- 申請台灣輔導與諮商學會、台灣臨床心理學會、中華民國社會工作師公會全國聯合會、公務人員之繼續教育積分認可。

七、課程費用：52,000 元

➤ 繳費方式：

(1) 收到本會資格通知審核結果為「正取」者，將同步收到匯款帳號資料，請於 **7 日內** 完成繳費，以完成報名程序。**若未於期限內繳費，將視同報名放棄。**

(2) 可選擇一次付清款項或分三期付款。

* 分三期付款：第一期於資格審查過後 7 日，繳交部分課程費用 (20,000 元)。第二期於第二階段開課前 45 天，繳交部分課程費用 (20,000 元)。第三期費用於第三階段開課前 45 天，繳清課程餘額 (12,000 元)。

➤ 優惠方式：

(1) 於繳費期限內一次付清全額款項，才可享早鳥優惠 9 折 (46,800 元)。

(2) 學生可享優惠 85 折 (44,200) 元。(請提供學生證正反面影本，需蓋有註冊章，並傳真至 02-23639424，並於上課當日攜帶學生證正本核對。)

* 使用學生優惠者如需分期付款，第一期於資格審查過後 7 日，繳交部分課程費用 (15,000 元)。第二期於第二階段開課前 45 天，繳交部分課程費用 (15,000 元)。第三期費用於第三階段開課前 45 天，繳清課程餘額 (14,200 元)。

八、報名注意事項：

➤ 本課程一律採網路報名作業，請上 旭立基金會官網/課程中心 進行報名。

<https://www.shiuhli.org.tw/course>

➤ **報名開放時間：2020/01/06(一)中午 12:30** 開放線上報名，課程人數上限為 25 人。若超過預定招募人數，本會將依照線上報名時間順序依序進行候補，若正取學員逾期未完成繳費、或其他情況無法上課等，本會將依照後補順序電話通知候補學員。(若報名人數過多，本會將視情況關閉官網報名系統。)

➤ 報名流程：

1. **官網報名：**請先加入官網會員，至官網課程頁面點選“我要報名”，填寫詳細的背景資料以供審核，報名確認送出後，請靜候審核結果。若資料填寫不完整，將視情況 email 表單協助補填資料。

2. **審核結果通知：**審核約 5~10 個工作天，並於 **2020/01/17(五)前** 以 e-mail 和簡訊發出審查結果。

3. **完成繳費：**收到審核結果後，請於 7 個工作天內，依繳費通知之帳號進行匯款或轉帳。

確認收到費用後，報名程序才完成。(正取學員若無法於期限內完成匯款，將視為放棄，課程名額將自動釋出給候補學員。)

4. **退費方式**：本課程僅在第一階開課日期前 10 個工作天 (2020/04/08 前) 可辦理退費 80% (工作天不含假日)，之後恕不辦理退費，敬請見諒！

➤ **其他事項：**

(1) 開課前 4 天將以 e-mail 發送「上課通知」，如未收到通知者，請電洽 23630966#22。

(2) 為提供課程講師及學員補課使用，本課程將全程錄影，非經同意將不公开发表、發行、展示。

(3) 為尊重講師之智慧財產權，課程中請勿私自錄影、錄音、攝影，謝謝！

九、課程內容

第一部分		講師：曹中璋
第一次工作坊：2020 年 4/18-4/19	(六-日) 09:30-17:00	2 日課程共 12 小時
第二次工作坊：2020 年 8/15-8/16 2020 年 8/22-8/23	(六-日) 09:30-17:00	4 日課程共 24 小時
第三次工作坊：2021 年未定 兩週週末 2 日	(六-日) 09:30-17:00	4 日課程共 24 小時
第四次工作坊：2021 年未定 兩週週末 2 日	(六-日) 09:30-17:00	4 日課程共 24 小時
第二部分		督導：曹中璋
進行每月 1 次(共 14 次)、1 次 3 小時之三人小組討論、覺察練習、兩極和夢工作演練。		至少進行 12 次，並以電子郵件繳交紀錄和疑問，由督導回應。
第三部分		課程中使用
書面作業：主動完成尋找兩極的行前作業，以及紀錄至少三個夢。		第二階段上課前完成兩極作業，第三階段上課前完成三個夢的紀錄。

第四部分	課程中使用
<p>※ 理論閱讀 (必讀!!) :</p> <p>1、《當下，與你真誠相遇：完形諮商師的深刻省思》曹中瑋著 (2009)；台北市：張老師。</p> <p>2、《當下，與情緒相遇：諮商心理師的情緒理解與自我生命歷程》曹中瑋著 (2013)；台北市：張老師文化。</p> <p>3、《波爾斯：完形諮商之父》Clarkson, P. & Mackewn, J (1999) · 張嘉莉譯；台北市：生命潛能 (原著出版於 1993)。</p> <p>4、《為自己出征》Fisher, R. (1991) · 王石珍譯；台北市：方智出版社。</p> <p>★ 對兒童青少年諮商有興趣者，可選擇閱讀：</p> <p>《開啟孩子的心窗 - 適用於兒童青少年之完形學派心理諮商》Oaklander, V. (2000) · 沈益君譯；台北：心理出版 (原著出版於 1978)。</p>	第三階段前完成左列指定書籍閱讀。