



浙江大学医学院附属精神卫生中心
Affiliated Mental Health Center, Zhejiang University School of Medicine
杭州市第七人民医院
Hangzhou Seventh People's Hospital

No.305 Tianmushan Rd., Hangzhou, Zhejiang, China, 310013 FAX: +86 0571 85121532 Tel: +86 0571 85126500

浙江大学医学院附属精神卫生中心

接纳承诺治疗 (ACT) 专项心理督导班招生通知

(第 1 期)

接纳承诺治疗 (Acceptance and Commitment Training, ACT), 是美国内华达大学临床心理学教授海斯 (Steven C. Hayes) 及其同事于 20 世纪 80 年代末至 90 年代初创立的一种新的行为疗法, 也是一种行为训练方法。该疗法以功能性语境主义为哲学背景、以关系框架理论为理论基础, 形成了独特的心理病理模型和心理治疗模型, 通过接触当下、完全接纳、认知解离、以己为景、澄清价值和承诺行动等过程以及灵活多样的治疗技术, 帮助来访者增强心理灵活性, 投入到有价值、有意义的生活。ACT 与正念认知疗法 (MBCT)、辩证行为疗法 (DBT)、正念减压训练 (MBSR) 推动了行为治疗第三代浪潮, 并在其中占据代表性地位, 已有大量的试验研究和 Meta 分析表明 ACT 在改善患者的社会 and 身体功能、消极情绪以及生命质量方面具有较好的疗效。目前 ACT 已经成为美国心理学学会推荐的有循证支持的心理治疗方法。国内研究者证实在正念、焦虑、心理灵活性水平上 ACT 疗法效果优于 CBT 疗法, 以心理灵活性为心理机制的 ACT 疗法较 CBT 疗法更能提高个体的心理灵活性。

近几年来, 接纳承诺疗法 (Acceptance and Commitment Therapy, ACT) 在我国呈快速发展的趋势, 以中科院心理所祝卓宏教授为代表的学者, 正在深入开展 ACT 的培训和应用, 在心理咨询与治疗领域的应用得到迅猛发展。2012 年 12 月 13 日, 中国心理卫生协会批准成立认知行为治疗专业委员会接纳承诺治疗 (ACT) 学组。浙江大学医学院附属精神卫生中心 (杭州市第七人民医院) 项目负责人刘健主任 2016 年开始参加完成了为期一年的“中国首期 ACT 咨询师训练营”系统学习和临床实践训练, 获得“ACT 注册督导师”资格。2019-2020 年在浙江省内杭州、临安、瑞安、永康等地举办了省级继续医学教育培训项目“接纳承诺疗法 (ACT) 的理论与操作技术培训班”, 培训学员 260 多人。

国内 ACT 领航人祝卓宏教授一直致力于 ACT 的研究、实践、推广, 他独创了一套中国本土化的单次有效的心理咨询操作模式——“启承转合—心理太极”四步法。本督导项目旨在帮着心理卫生服务人员在熟悉 ACT 基本理论和操作技术的基础上, 通过 6 个月时间的沉



浙江大学医学院附属精神卫生中心
Affiliated Mental Health Center, Zhejiang University School of Medicine
杭州市第七人民医院
Hangzhou Seventh People's Hospital

No.305 Tianmushan Rd., Hangzhou, Zhejiang, China, 310013 FAX: +86 0571 85121532 Tel: +86 0571 85126500

浸式学习、实践和案例督导过程，按照“启承转合”的咨询流程，通过接触当下、解离、接纳、以己为景、价值、承诺行动这六个维度来评估和提问，不仅让你知道来访者为什么会陷入困境，还能告诉你该如何帮助他走出困境，提升 ACT 心理治疗临床实践心理服务应用能力。

一、督导课程设置

1、**团体设置：**本项目为封闭式团体，每期人数 12~24 人，学习时间为每周一次，每次时间 2-3 小时，为期 6 个月（本期时间为 2023 年 3 月-9 月）。

2、学习形式：

(1) **线下工作坊：**2 次，采用地面现场理论与演练方式进行培训；

(2) **案例督导：**12 次（每 2 周 1 次，采用地面现场个案或案例督导的形式进行，提高心理咨询人员临床技能理论应用的启发性反思与成长）；

(3) **读书会：**12 次（每 2 周 1 次，由助教老师和学员开展读书会，夯实学员 ACT 干预技术的基础理论水平，提升学员朋辈间的心理互助能力成长，促进临床案例实践水平）。

培训结束提供浙江大学医学院附属精神卫生中心/杭州市第七人民医院高峰学科学习证明与中国心理学会注册系统督导学时证明。

二、报名条件：（1）有一定接纳承诺治疗（ACT）理论培训经历或临床实践经验的心理咨询师、精神科医师、心理治疗师、护师、心理卫生相关专业人员。我们会根据报名学员的培训背景与临床实践经历、以及报名先后顺序进行录取，发放录取通知书。

三、督导师介绍

刘 健：副主任技师、心理治疗师，浙大医学院附属精神卫生中心（杭州市第七人民医院）科教部主任，临床心理治疗中心副主任。

安徽医科大学、浙江理工大学硕士研究生导师

中华医学会行为医学分会委员

中国心理卫生协会认知行为治疗专委会 ACT 学组委员



浙江大学医学院附属精神卫生中心
Affiliated Mental Health Center, Zhejiang University School of Medicine
杭州市第七人民医院
Hangzhou Seventh People's Hospital

No.305 Tianmushan Rd., Hangzhou, Zhejiang, China, 310013 FAX: +86 0571 85121532 Tel: +86 0571 85126500

中华医学会心身医学分会心理治疗学组委员

浙江省医学会行为医学分会常委兼秘书

浙江省儿童青少年心理健康工作委员会副主任

中国首批ACT治疗师、督导师（注册号：D-2019-002）

中国心理学会注册系统注册督导师（注册号：D-21-006）

中国心理卫生协会首批认证督导师（注册号：XXD-2020-058）

葛璐璐：医学硕士，中国心理学会临床与咨询心理学专业机构与专业人员注册系统注册心理师（X-17-014）、中国心理卫生协会注册心理师（XXZZ-2021-697）。

广东省精神卫生中心、南方医科大学附属珠江医院心理科、南方医科大学心理健康中心、广州公安民警心理服务中心等单位，整合运用接纳承诺疗法（ACT）、催眠治疗、叙事治疗，开展个体、家庭、团体咨询、危机干预工作。

许英美：北京师范大学教育学部博士，日本鸣门教育大学临床心理学硕士，北京大学心理咨询与治疗中心专职心理咨询师。

中国心理学会注册系统注册督导师(D-22-058)

首批 ACT 心理咨询督导师

CACBS 国际语境行为学科协会中国分会常务理事

中国心理卫生协会认知行为专业委员会接纳与承诺疗法学组委员

北京心理卫生协会心理咨询专业委员会常务委员

田广晓：台湾彰化师范大学心理谘商专业博士，上海知然心理中心创始人

中国心理学会注册系统注册督导师、ACT 督导师、自我觉察督导模式督导师、中国心理卫生协会首批注册心理师、中国心理学会注册系统 ACT 学组委员、国际语境行为科学中国分会（CACBS）常务理事

督导班心理治疗师助教：刘悦坦、刘露、邱丽芳、赵侠、李琳、沈欣欣

四、收费及培训地点

收费标准：一次性收费，收费标准为 6000 元/人/期（住宿、交通费自理）。



浙江大学医学院附属精神卫生中心
Affiliated Mental Health Center, Zhejiang University School of Medicine
杭州市第七人民医院
Hangzhou Seventh People's Hospital

No.305 Tianmushan Rd., Hangzhou, Zhejiang, China, 310013 FAX: +86 0571 85121532 Tel: +86 0571 85126500

开户名: 杭州市第七人民医院

开户行: 中国农业银行古荡支行

账号: 19000801040000482

培训地点: 杭州市第七人民医院 (天目山路 305 号)

五、主办与报名方式

主办: 浙江大学医学院精神卫生中心 (杭州市第七人民医院)

报名邮箱: hqykik@163.com (报名邮件请注明专项进修班名称)

联系人: 董思远 (报名受理) 0571-85124613 (电话)

刘悦坦、李琳 (专项目秘书) 0571-85126538

浙江大学医学院附属精神卫生中心

杭州市第七人民医院

2023 年 01 月 17 日



浙江大学医学院附属精神卫生中心
Affiliated Mental Health Center, Zhejiang University School of Medicine
杭州市第七人民医院
Hangzhou Seventh People's Hospital

No.305 Tianmushan Rd., Hangzhou, Zhejiang, China, 310013 FAX: +86 0571 85121532 Tel: +86 0571 85126500

附件：报名回执：

2022 年度专项进修“接纳承诺治疗（ACT）专项心理督导班”班报名表

姓 名		性 别		出生年月		学 历	
职 称				从事岗位			
工作单位							
通信地址及邮编							
联系电话				E-mail/微信			
从事心理咨询与 心理治疗相关教育、 培训和实践经历							

（请于 02 月 28 日前发送 hqykjk@163.com）