



# 認知小組治療 抑鬱症香港實務分享座談會

講者

Mr. Sun Yu Kit, Stephen  
孫玉傑先生

日期：2008年4月12日(星期六)

時間：早上10:00 - 中午12:00 香港城市大學社會科學學院協辦

地點：香港城市大學教學樓 (B5-310)Blue Zone

收費：會員 港幣 \$150  
非會員 港幣 \$200  
學生 港幣 \$50

語言：廣東話，英語為補充

分享座談會內容：

- (1) 認知小組治療實務簡介
- (2) 抑鬱情緒困擾源 – 香港常見的九大思想陷阱  
(automatic thoughts)
- (3) 認知小組治療技巧實施及案例分享
- (4) 未來展望及小結

秘書處地址：

香港專業輔導協會秘書處 新界沙田安睦街8號香港浸會大學國際學院(石門分校)轉交

電話: 23347172

傳真: 23561469

電郵: [enquiry@hkpca.org.hk](mailto:enquiry@hkpca.org.hk)

網址: [www.hkpca.org.hk](http://www.hkpca.org.hk)

## 講者個人簡歷：

孫玉傑 (Stephen Y K Sun) - 香港城市大學社會科學學部講師

多年來專注研究人際關係技巧及身心健康課題，並從事相關的教學及實務工作。尤於一九九八年開始積極採用「認知治療」精神健康小組輔導手法，服務抑鬱症及社交焦慮症患者或公眾人士，並曾與黃富強博士合著專業書「情緒管理與精神健康：認知治療小組介入手法與技巧」、及予一般讀者的「走出抑鬱的深谷 - 認知治療自學／輔助手冊」及「駕馭焦慮：認知治療自助輔助手冊」等書。他尤專於人際關係技巧及精神健康輔導工作，亦有廿多篇有關精神健康和人際關係技巧研究報告於本港、台灣、日本及歐美等地發表，並積極研究及推廣休閒生活身心健康之法。近年亦有舉辦有關「減壓」及「情緒管理」工作坊予不同的專業人士（例，老師，行政人員，金融服務人員等）。亦剛於去年底完成一項 train the trainer 的兩年計劃 (Combating depression: Training professionals to run cognitive behavioral therapy workshops and therapeutic groups for people suffering from mild to moderate depression from December 2005 to December 2007)，培訓對象為廿位資深輔導員。至於義務工作方面，現為香港心理衛生會及香港精神健康促進會的執行委員會會員。專業培訓方面，現為香港大學社會工作及社會行政學系中國認知行為治療研習及訓練中心副總監。

### 認知小組治療 - 抑鬱症香港實務分享座談會 (四月十二日)

- |  |                                      |                                      |                                    |
|--|--------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 出席工作坊                                 | <input type="checkbox"/> 會員 港幣\$ 150 | <input type="checkbox"/> 非會員 港幣\$200 | <input type="checkbox"/> 學生 港幣\$50 |
| <input type="checkbox"/> 需要聽講證書(Attendance certificate) 港幣\$30 |                                      |                                      |                                    |

總費：港幣 \$ \_\_\_\_\_

姓名：(英文)\_\_\_\_\_ (中文)\_\_\_\_\_

通訊地址：\_\_\_\_\_

電話(流動)：\_\_\_\_\_ 傳真：\_\_\_\_\_ 電子郵箱：\_\_\_\_\_

職業：\_\_\_\_\_ 機構名稱：\_\_\_\_\_

會員編號(如有)：\_\_\_\_\_

#### 報名須知

- ❖ 申請者須填妥報名表格，連同所需費用支票（抬頭：香港專業輔導協會有限公司 / The Hong Kong Professional Counselling Association Ltd.）郵寄至：新界沙田安睦街 8 號香港浸會大學國際學院轉香港專業輔導協會秘書收；或傳真至本會。
- ❖ 講座以先到先得方式報名，並於活動前七天截止。逾期遞交申請表格，祇在該講座名額未滿的情況下，才被考慮；
- ❖ 報名表格可自行影印；
- ❖ 本會於活動日期前七天透過申請者所填報之電郵地址或傳真發出講座通知書（如申請者未有提供電郵地址，本會將以郵寄方式寄出上課通知書）；
- ❖ 報名者於報名時所提供的資料，如有資料不全或虛報，報名將不被處理；
- ❖ 本會保留更改活動講師、時間、地點及內容之權利。本會保留更改活動講師、時間、地點及內容之權利。

#### 地址：

香港專業輔導協會秘書處 九龍新界沙田安睦街 8 號香港浸會大學國際教育學院（石門校舍）轉交