

大学课程

应用正念进行情绪干预



tech 科学技术大学

大学课程 应用正念进行情绪干预

方式:在线

时长:6个星期

学位:TECH科技大学

学时:175小时

网络入口:www.techtitute.com/medicine/postgraduate-certificate/mindfulness-based-emotional-intervention

目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

课程管理

12

04

结构和内容

18

05

方法

22

06

学位

30

01 介绍

为了理解正念的重要性,我们需要看看当前的生活节奏。如今,人们生活在一个饱和的世界里,一切都很匆忙,同时也在进行着多项任务。这种生活方式有其后果,使个人的功能和行为不经思考。出于这个原因,这个课程的创建是为了让毕业生能够把正念变成一个很好的选择,来训练他们的病人发展工具和个人力量,帮助他们意识到自己,提高注意力或学会管理自己的情绪,等等。





“

了解正念在情感干预的有效发展中所发挥的重要性”

正念成为一个平静的空间，人们在这里感到安全，没有压力和忧虑，并能更好地了解自己。这种冥想技术将他们从匆忙和多任务中解放出来，使他们能够专注于当下，活在此时此地。

该文凭将鼓励毕业生通过放松和冥想技术来调节自己的情绪。因此，利用心灵的潜力和情绪的作用，将其应用于职业环境中。通过这种方式，学生将能够在研究了支持其有效性的主要科学研究后，将正念应用于他们的治疗。

在为期6周的课程中，学生将深入研究正念的应用领域，了解其带来的竞争优势，从而使自己处于医疗领域的最前沿地位。此外，毕业生拥有最好的100%在线学习方法，无需亲自去上课，也无需遵循预定的时间表。

这个**应用正念进行情绪干预大学课程**包含了市场上最完整和最新的科学课程。

主要特点是：

- ◆ 由正念情绪干预专家介绍案例研究的发展
- ◆ 该书的内容图文并茂,示意性强,实用性强为那些视专业实践至关重要的学科提供了科学和实用的信息
- ◆ 可以进行自我评估过程的实践,以推进学习
- ◆ 其特别强调创新方法
- ◆ 理论课,向专家提问,关于有争议问题的讨论区和个人反思性论文
- ◆ 可以从任何有互联网连接的固定或便携式设备上获取内容

“

用一个包括互动学习系统的高级方案来提升你的治疗课程”

“

将这文凭转化为促进你的职业发展的机会,并将自己定位为一个高水平的专业人士”

该课程的教学人员包括来自该行业的专业人士,他们将自己的工作经验带到了这一培训中,还有来自领先公司和著名大学的公认专家。

多媒体内容是用最新的教育技术开发的,将允许专业人员进行情景式学习,即一个模拟的环境,提供一个身临其境的培训,为真实情况进行培训。

该课程的设计重点是基于问题的学习,通过这种方式,专业人员必须尝试解决整个学年出现的不同专业实践情况。它将得到一个由著名专家开发的创新互动视频系统的支持。

通过实践和说教的案例,你将了解正念可以给病人的日常生活带来的好处。

医学领域需要训练有素的专业人员,我们给你提供了将自己置于专业精英行列的钥匙。



02 目标

由于正念是一个如此广泛和不断发展的领域,本文凭的框架旨在为毕业生提供一个广泛的概述,让他们了解情绪干预领域最重要的创新和发展。通过这种方式,他们将有一个更广泛的视角,将整个教学大纲中提出的最创新的技术纳入他们的日常工作。



“

在治疗过程中,你将能够利用你在本课程中学到的不同技术,在你的病人身上产生一种深层的意识状态”



总体目标

- ◆ 为学生提供必要的知识,以便能够为他们的患者提供真正的情绪健康
- ◆ 培训治疗师与患者建立良好的联系
- ◆ 认识与了解人类的机能以及情绪管理在其中的重要性
- ◆ 发现基于情感的不同疗法和模型
- ◆ 制定适合患者和咨询原因的干预方案
- ◆ 从多学科和生物心理社会框架中掌握治疗,以便能够控制最多造成患者不适或干预患者健康的变量





具体目标

- ◆ 发现什么是正念, 以及它的起源, 态度和在治疗中的适用性
- ◆ 了解全神贯注或正念的概念及在不同治疗模型中的应用
- ◆ 掌握正念技巧并应用在咨询

“

这个课程有实用的一面, 结合了真实的案例, 这样你就能最好地利用内容, 并将其应用于你的专业活动中”

03 课程管理

为开发这一课程而组建的教学团队将为未来的毕业生提供在这一行动领域接受最佳教育的机会。因此，本大学课程拥有一支在正念方面具有丰富经验的高素质团队，将为学生在培训期间的技能发展提供最佳技术。



“

知名专业人士将指导你尝试不同的技术,帮助你减轻压力,实现情绪平衡,提高病人的注意力和集中力”

国际客座董事

Claudia M. Christ 博士是一位国际知名的专家,长期从事健康和情感福祉领域。在她的职业生涯中,她在推广创新心理疗法方面扮演了关键角色,专注于个人管理、教练和通过人际项目开发改善患者生活质量。

此外,她创立并领导Akademie an den Quellen,致力于实施自有方法来控制燃尽,推广尊重的工作环境,重视弹性和组织发展。同时,她还取得了国际教练联合会的执行教练认证,并在马里兰大学接受个人危机援助和集体危机干预培训。

另外,克里斯特博士因其与学术界的持续合作而著称。例如,她是法兰克福应用科技大学和柏林斯坦拜斯大学的常任教授。同时,她还是Wiesbaden心理疗法学院(WIAP)和科隆-波恩心理疗法学院(KBAP)的监督者和顾问委员会成员。此外,她曾担任Asklepios集团的中心服务部门主任,在该集团全面推行整合医疗服务。

因此,她在心理身体医疗初级护理领域的杰出承诺被广泛认可,包括由Hessen州医师协会(Hessen State Medical Association)授予的著名奖项。她在协会参与和对医学文献的贡献巩固了她作为领导者的地位,同时她还是患者心理和身体福祉的倡导者。



Christ, Claudia 博士

- ◆ 柏林Charité维尔考医学院大学医院首席医务官, 德国
- ◆ Akademie an den Quellen的创始人和主任
- ◆ Akademie an den Quellen GmbH
- ◆ 心理治疗师
- ◆ 国际教练联合会 (ICF) 专业教练
- ◆ 柏林本雅明·富兰克林大学临床药理学博士
- ◆ 柏林工业大学公共卫生硕士
- ◆ 柏林自由大学医学学士
- ◆ Hessen州医生协会 (Landesärztekammer Hessen) 颁发的杰出承诺奖, 表彰其在心身医学初级护理领域的杰出贡献
- ◆ 成员:
 - ◆ 德国疼痛医学学会
 - ◆ 德国心脏病学会
 - ◆ 基于深层心理学的德国心理治疗学会
 - ◆ 全球正面跨文化心理治疗协会
 - ◆ 正面跨文化心理治疗德国协会

“

感谢 TECH, 你将能够与世界上最优秀的专业人士一起学习”

管理人员



González, Mónica女士

- 马贝拉基隆医院和阿凡达心理诊所负责儿童和青少年心理学部门的心理学家
- 欧洲限时心理治疗研究所的限时心理治疗和健康心理学硕士的教授
- 欧洲限时心理治疗研究所 (IEPTL) 限时心理治疗和健康心理学硕士
- 阿尔梅里亚大学选择性靶向解离临床催眠专家
- 红十字项目的合作者
- 为教育中心和公司担任情绪管理项目的心理学家培训师人力资源咨询服务 (HRCS) 培训师



Aguado Romo, Roberto博士

- 欧洲限时心理治疗研究所主席
- 专门从事临床心理学的心理学家
- 欧洲心理治疗协会的欧洲专家
- 塔拉维拉, 毕尔巴鄂和马德里的评估和心理治疗中心主任
- 科学杂志《Psinapsis》的主任
- 西班牙心身医学和健康心理学协会颁发的临床和健康心理学硕士
- 联合国教育学院 (UNED) 基础心理学学科的导师

教师

Villar Martín, Alejandro 医生

- ◆ 奥维耶多大学的生物学博士
- ◆ Sanatana Dharma 和 Yoga Dinámico学校的瑜伽老师, 师承该校的创始人 Godfrey Devereux
- ◆ Genpo Roshi的Big Mind 模式的培训师和协调者, 在Roshi训练下成为协调者
- ◆ 从 Big Mind 发展而来的综合冥想的创造者
- ◆ 他在凯罗斯出版社的《整体进化》一书中撰写了一个章节

De Dios González, Antonio 先生

- ◆ 阿凡达心理学家主任
- ◆ 马贝拉基隆医院心理学部主任
- ◆ 欧洲限时心理治疗研究所的限时心理治疗和健康心理学硕士
- ◆ 西班牙超个人发展学校的超个人治疗师
- ◆ 世界EFT中心的EFT专家
- ◆ 理查德-班德勒的神经语言程序学学会的神经语言程序学 (NLP) 硕士临床催眠和放松专家

Roldán, Lucía 女士

- ◆ 健康心理学家
- ◆ 认知行为干预专家
- ◆ 欧洲限时心理治疗研究所的限时心理治疗和健康心理学硕士
- ◆ 能量疗法干预专家

Mazza, Mariela 女士

- ◆ Avatar Psicólogos超个人发展领域的负责人
- ◆ 西班牙超个人发展学院 (EEDT)) 的超个人发展专家, 同时也是该学院的教授
- ◆ 前世回溯疗法专家, Brian Weiss 方法
- ◆ 潜意识治疗师, 由 María José Álvarez Garrido (潜意识学院) 完成培训
- ◆ EEDT.家庭系统排列和超个人系统治疗的协调者
- ◆ 凯龙健康马贝拉医院的正念和冥想专家和协调者

Berbel Jurado, Tamara 女士

- ◆ 凯龙健康马贝拉医院和Avatar Psicólogos的儿童和青春期专业心理学家
- ◆ 欧洲限时心理治疗研究所的限时心理治疗和健康心理学硕士
- ◆ 科尔多瓦大学健康,正义和社会福利专家
- ◆ 塞维利亚大学法律,法医和监狱心理学专家
- ◆ 在Avatar Psicólogos担任情绪管理项目的心理学家培训师HRCS 的合作者
- ◆ 西班牙红十字会社会心理 ERIES 成员

04 结构和内容

这个培训向医疗专业人员介绍正念, 以发现这种技术对病人的好处。尽管这是一项主要由成年患者进行的活动, 但也将展示正念在儿童和多动症患者身上的优势, 以及这项技术在不同疾病患者身上的应用, 如缺乏冲动控制或饮食问题。





“

正念的普及导致了一个科学图书馆的建立,其中包括许多探索其在不同方面潜力的研究”

模块1. 干预

- 1.1. 冥想
- 1.2. 什么是正念?
 - 1.2.1. 正念
 - 1.2.2. 好处和科学根据
 - 1.2.3. 正式和非正式的做法
- 1.3. 正念的7种态度
- 1.4. 引导注意力
- 1.5. 应用的领域
- 1.6. 用于儿童正念
- 1.7. 正念与TDAH
- 1.8. 压力,焦虑和正念
- 1.9. 正念与冲动失控相关的障碍
- 1.10. 正念与饮食障碍
- 1.11. 心理治疗中的正念:基于正念的认知疗法
- 1.12. 心理治疗中的正念:接受和承诺治疗
- 1.13. 心理治疗中的正念:辩证行为疗法



“

你在本大学课程中了解到的正念研究和实践建议,旨在改善病人的生活质量”

05 方法

这个培训计划提供了一种不同的学习方式。我们的方法是通过循环的学习模式发展起来的：**再学习**。

这个教学系统被世界上一些最著名的医学院所采用，并被**新英格兰医学杂志**等权威出版物认为是最有效的教学系统之一。



“

发现再学习, 这个系统放弃了传统的线性学习, 带你体验循环教学系统: 这种学习方式已经证明了其巨大的有效性, 尤其是在需要记忆的科目中”

在TECH, 我们使用案例法

在特定情况下, 专业人士应该怎么做? 在整个课程中, 你将面对多个基于真实病人的模拟临床案例, 他们必须调查, 建立假设并最终解决问题。关于该方法的有效性, 有大量的科学证据。专业人员随着时间的推移, 学习得更好, 更快, 更持久。

和TECH, 你可以体验到一种正在动摇世界各地传统大学基础的学习方式。



根据Gérvas博士的说法, 临床病例是对一个病人或一组病人的注释性介绍, 它成为一个“案例”, 一个说明某些特殊临床内容的例子或模型, 因为它的教学效果或它的独特性或稀有性。至关重要的是, 案例要以当前的职业生活为基础, 试图重现专业医学实践中的实际问题。

“

你知道吗, 这种方法是1912年在哈佛大学为法律学生开发的? 案例法包括提出真实的复杂情况, 让他们做出决定并证明如何解决这些问题。1924年, 它被确立为哈佛大学的一种标准教学方法”

该方法的有效性由四个关键成果来证明:

1. 遵循这种方法的学生不仅实现了对概念的吸收, 而且还通过练习评估真实情况和应用知识来发展自己的心理能力。
2. 学习扎根于实践技能, 使学生能够更好地融入现实世界。
3. 由于使用了从现实中产生的情况, 思想和概念的吸收变得更容易和更有效。
4. 投入努力的效率感成为对学生的一个非常重要的刺激, 这转化为对学习的更大兴趣并增加学习时间。



再学习方法

TECH有效地将案例研究方法基于循环的100%在线学习系统相结合,在每节课中结合了8个不同的教学元素。

我们用最好的100%在线教学方法加强案例研究:再学习。

专业人员将通过真实案例和在模拟学习环境中解决复杂情况进行学习。这些模拟情境是使用最先进的软件开发的,以促进沉浸式学习。



处在世界教育学的前沿,按照西班牙语世界中最好的在线大学(哥伦比亚大学)的质量指标,再学习方法成功地提高了完成学业的专业人员的整体满意度。

通过这种方法,我们已经培训了超过25000名医生,取得了空前的成功,在所有的临床专科手术中都是如此。所有这些都是在一个高要求的环境中进行的,大学学生的社会经济状况很好,平均年龄为43.5岁。

再学习将使你的学习事半功倍,表现更出色,使你更多地参与到训练中,培养批判精神,捍卫论点和对比意见:直接等同于成功。

在我们的方案中,学习不是一个线性的过程,而是以螺旋式的方式发生(学习,解除学习,忘记和重新学习)。因此,我们将这些元素中的每一个都结合起来。

根据国际最高标准,我们的学习系统的总分是8.01分。



该方案提供了最好的教育材料,为专业人士做了充分准备:



学习材料

所有的教学内容都是由教授该课程的专家专门为该课程创作的,因此,教学的发展是具体的。

然后,这些内容被应用于视听格式,创造了TECH在线工作方法。所有这些,都是用最新的技术,提供最高质量的材料,供学生使用。



录像中的手术技术和程序

TECH使学生更接近最新的技术,最新的教育进展和当前医疗技术的最前沿。所有这些,都是以第一人称,以最严谨的态度进行解释和详细说明的,以促进学生的同化和理解。最重要的是,您可以想看几次就看几次。



互动式总结

TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

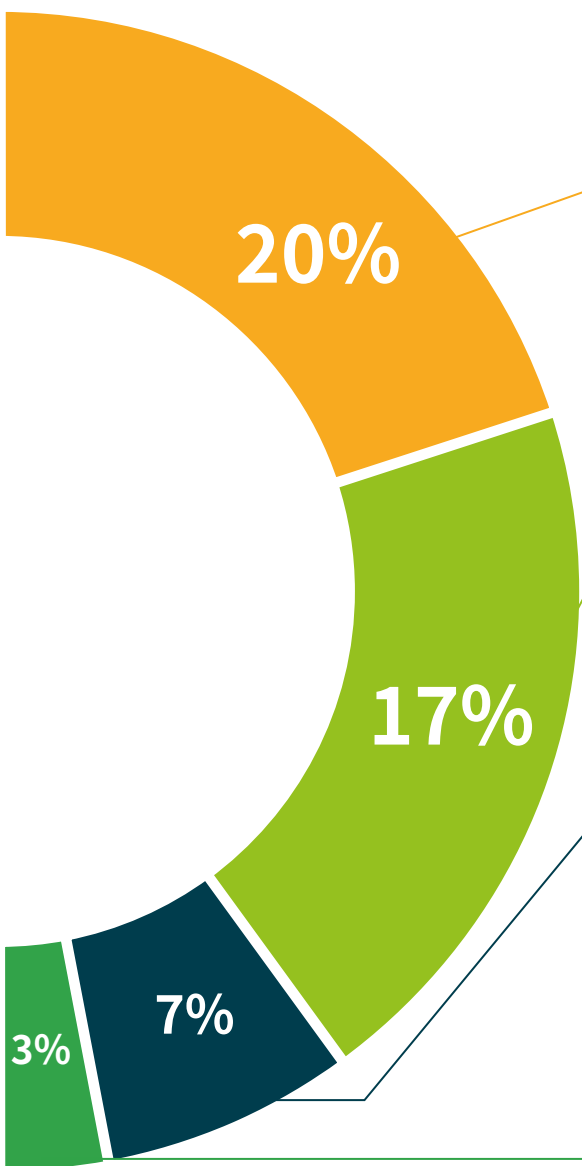
这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予“欧洲成功案例”称号。



延伸阅读

最近的文章,共识文件和国际准则等。在TECH的虚拟图书馆里,学生可以获得他们完成培训所需的一切。





由专家主导和开发的案例分析

有效的学习必然是和背景联系的。因此, TECH将向您展示真实的案例发展, 在这些案例中, 专家将引导您注重发展和处理不同的情况: 这是一种清晰而直接的方式, 以达到最高程度的理解。



测试和循环测试

在整个课程中, 通过评估和自我评估活动和练习, 定期评估和重新评估学习者的知识: 通过这种方式, 学习者可以看到他/她是如何实现其目标的。



大师课程

有科学证据表明第三方专家观察的作用: 向专家学习可以加强知识和记忆, 并为未来的困难决策建立信心。



快速行动指南

TECH以工作表或快速行动指南的形式提供课程中最相关的内容。一种合成的, 实用的, 有效的帮助学生在学业上取得进步的方法。



06 学位

应用正念进行情绪干预大学课程除了保证最严格和最新的培训外,还可以获得由TECH科技大学颁发的大学课程学位证书。



“

成功地完成这一项目，
并获得你的文凭，免去出
门或办理文件的麻烦”

这个应用正念进行情绪干预大学课程包含了市场上最完整和最新的课程。

评估通过后, 学生将通过邮寄收到TECH科技大学颁发的相应的大学课程学位。

TECH科技大学颁发的证书将表达在大学课程获得的资格, 并将满足工作交流, 竞争性考试和专业职业评估委员会的普遍要求。

学位: 应用正念进行情绪干预大学课程

官方学时: 175小时



健康 信心 未来 人 导师
教育 信息 教学
保证 资格认证 学习
机构 社区 科技 承诺 创新
个性化的关注 现在
知识 网页
网上教室 发展 语言 机构

tech 科学技术大学

大学课程
应用正念进行情绪干预

方式:在线
时长:6个星期
学位:TECH科技大学
学时:175小时

大学课程

应用正念进行情绪干预

