

大学课程

心身医学诊所的认知行为治疗



## 大学课程

### 心身医学诊所 的认知行为治疗

- » 模式:在线
- » 时长: 6周
- » 学位: TECH 科技大学
- » 课程表:自由安排时间
- » 考试模式:在线

网页链接: [www.techtitute.com/cn/psychology/postgraduate-certificate/cognitive-behavioral-treatment-psychosomatic-clinic](http://www.techtitute.com/cn/psychology/postgraduate-certificate/cognitive-behavioral-treatment-psychosomatic-clinic)

# 目录

01

介绍

4

02

目标

8

03

课程管理

12

04

结构和内容

16

05

方法

20

06

学位

28

# 01 介绍

当患有心身疾病的人尝试了不同的解决方案,但似乎都无法解决身体上的疾病时,他们的痛苦就会延长。在这方面,鉴于这些疾病的复杂性,医学治疗可能无效,需要采取多学科行动。因此,心理干预是基础,该 TECH 资格证书通过认知行为模式,为此类情况提供了高水平的培训。通过该计划,心理学家将改变最终导致心身疾病患者症状的功能失调行为和扭曲思想。事实上,由于采用了在线形式,他们可以将这一专业与自己的职业活动结合起来。

“

有了这个大学课程，  
你将成为心身疾病患者  
渴求的解决方案”

通过肢体来表达心理上的不适一直以来都是司空见惯的事,但如今却更加普遍。因此,越来越多的人在意识到他们的疾病源于心理之后,因为全科博士无法缓解他们的病痛而求助于心理博士,也就不足为奇了。心理学必须通过有效的心理疗法,直面病人的内心冲突,来应对这一挑战。

从这个意义上说,认知行为模式是从根本上解决这些心理问题的最佳方法之一。这种疗法将学习理论与信息处理元素相结合,教导患者认识自己的负面思维模式,从而对其进行重新评估。这意味着,越来越需要心理学家在心身疾病中专门应用这种心理疗法。这个大学课程提供了这一机会,并强调心理教育和工具,以实现对该主题的认知重组。

通过这种方式,TECH 为日益严重的问题提供了解决方案,其形式为心理学专业人员提供了在教育体验中可以想象到的所有便利。100% 的数字格式意味着他们有机会在任何地方进行学习。在这种情况下,只要有一台能连接互联网的设备,就能通过广泛的虚拟校园为他们打开一个充满无限可能的世界。在这里,你可以找到高水平备考所需的所有资源,没有访问限制,而且该领域还有一个内容丰富的图书馆,可以在课后对您的知识进行补充。

这个**心身医学诊所的认知行为治疗大学课程**包含市场上最完整和最新的课程。主要特点是:

- ◆ 在心身医学诊所开展由认知行为模式专家主讲的案例研究
- ◆ 这个书的内容图文并茂、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
- ◆ 可以进行自我评价过程的实践练习,以提高学习效果
- ◆ 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这个反思性论文
- ◆ 可从任何连接互联网的固定或便携设备上访问内容



变革就在此时此地,把  
赌注押在 TECH 上,开  
启你的职业生涯"

“

掌握心身疾病的认知  
行为模式, 消除导致  
患者疾病的冲突”

通过管理学习时间, 随时随地接  
受高水平培训。

虚拟校园为你提供该领域最大  
的数字资源库。

这个课程的教学人员包括来自这个行业的专业人士, 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。

这个课程的设计重点是基于问题的学习, 藉由这种学习, 专业人员必须努力解决整个学年出现的不同的专业实践情况。为此, 你将获得由知名专家制作的新型交互式视频系统的帮助。

# 02 目标

这个大学课程的设计重点是在心身疾病患者中成功应用认知行为疗法。这个学位将为他们提供最新的知识，使他们在完成学业后具备必要的资格，以应对当前不断变化的社会挑战。此外，始终确保提高他们的就业能力，这也是 TECH 的标志之一。

“

它将最新的理论知识与基于  
真实情况的实际案例相结  
合,成功地实现了学位目标"



## 总体目标

---

- 解释心理冲突与其心身表现的关系
- 培训专家识别不允许通过心理手段表达情感的心理方面
- 认识影响构成身体不同系统的自然压力源
- 将身体障碍的行为与患者的基这个冲突进行比较
- 为多学科团队的成员进行培训, 让他具有干预和改善心身疾病的能力
- 解释受影响系统的生化功能, 以及改善它的方式



## 具体目标

---

- ♦ 积极倾听, 从患者的非语言动作获取信息
- ♦ 学习不同的放松技巧, 以将其用作对抗压力的措施

“

将认知行为疗法应用于现代社会最常见的疾病之一, 改变成千上万人的生活"

# 03

## 课程管理

由知名心理学家组成的教学团队将确保你的学习效果, 并为你提供宝贵的 Know-How。TECH 选择了最优秀的人才, 以确保学生在攻读学位期间获得最大的收益。从这个意义上说, 教师队伍在管理著名心理机构和通过各种心理疗法治疗心身疾病方面拥有丰富的专业经验。其中包括认知行为模式、限时心理疗法或格式塔心理疗法。

“

一支在通过先进的心理疗法  
治疗心身疾病方面经验丰富的  
教学团队将为你提供认知  
行为模式方面的宝贵知识”

## 国际客座董事

Joseph Zamaria博士是一位心理学家,由美国心理学专业委员会认证,专注于成人患有慢性精神疾病,如抑郁症、躁郁症、焦虑障碍和人格障碍的治疗。此外,他还与面对创伤和适应重要生活过渡,如个人和职业身份变化的患者合作。

在他的临床实践和研究中,Joseph Zamaria博士专注于整合心理疗法,结合不同的治疗方法,如动力心理学、认知行为模式和现代正念实践。通过这些方法,他能够根据每个案例调整程序,更好地帮助不同的患者。特别是,他特别关注使用这些方法来治疗有色人种和LGBTI社群的人士。

此外,在教育领域,他是加利福尼亚大学旧金山分校精神病学住院医师培训计划的心理治疗主任。在这个领域,他提供教育领导,并开发了这一学科的高级教育课程。他还在伯克利心理致幻剂科学中心进行学术合作。此外,他是黑人心理学家协会的成员,也是美国阿拉伯、中东和北非心理学协会的创始成员。

此外,他还是美国心理学协会的成员,并于2020年获得了早期成就奖。这是他在这一领域不懈努力所获得的最负盛名的奖项之一。此外,他还有多篇科学出版物,并在不同的医学试验中担任研究员。他的最新研究之一探讨了通过电话援助减少非临床心理活性药物使用的危害。



## Zamaria, Joseph 医生

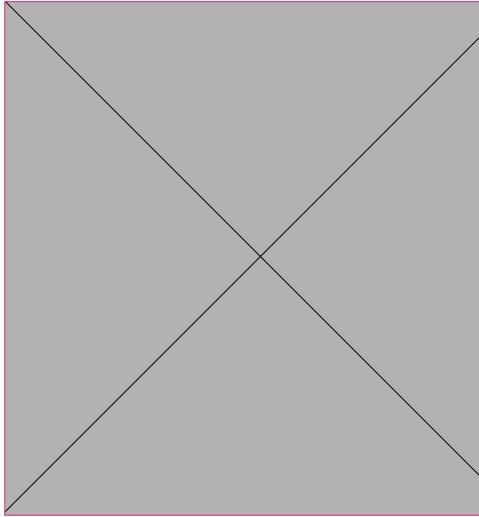
---

- 美国加利福尼亚大学旧金山分校心理治疗主任
- 心理治疗师
- 伯克利大学心理治疗教授
- 加利福尼亚心理学院临床心理学博士
- Rutgers大学心理学与哲学学士
- 成员：美国心理学协会和国家健康服务心理学家注册

“

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



### Aguado Romo, Roberto 博士

- ♦ 欧洲限时心理治疗研究所主席
- ♦ 私人执业的心理学家
- ♦ 限时心理治疗研究员
- ♦ 许多学校的迎新团队协调员
- ♦ 多这个心理学书籍的作者
- ♦ 媒体心理学传播专家
- ♦ 大学研究生课程和研究教师
- ♦ 拥有临床心理学和健康心理学的硕士学位
- ♦ 临床心理学专家
- ♦ 选择性解离靶向专家

## 教师

### Espinoza, Oscar 博士

- ♦ IMSalud 儿科博士
- ♦ CEP 精神药理学组主任
- ♦ 精神病学和儿科医学专家
- ♦ 马德里南区公共卫生处处长
- ♦ 妨碍学习障碍心理干预和健康心理学硕士学位
- ♦ 限时心理治疗和健康心理学硕士学位

### Martinez Lorca, Manuela 博士

- ♦ 健康心理学家
- ♦ Castilla-La Mancha大学心理学系讲师,
- ♦ 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
- ♦ 临床催眠和放松专家
- ♦ 心理学学士
- ♦ 医学博士

**Gandarias, Gorka 博士**

- ◆ 心理学家, 擅长心理治疗和格式塔疗法。URASKA 临床中心主任
- ◆ URASKA 临床中心主任。心理学和心理治疗实践创始人
- ◆ Nanclares de la Oca 圣何塞学校指导与教育创新部主任
- ◆ 欧洲心理学家协会联合会 (EFPA) 认可的专门从事心理治疗的心理学家
- ◆ 心理学学位。德乌斯托大学
- ◆ 限时和健康心理治疗硕士
- ◆ 临床和健康心理学国际硕士课程
- ◆ 格式塔疗法文凭
- ◆ 合作学习专家, 自觉情感结合 (CEB) 模式的教练。

**Fernández, Inmaculada 博士**

- ◆ 神经心理学和认知疗法专家
- ◆ 安达卢西亚神经心理学协会主席
- ◆ 性学研究室 (UESX) 主任
- ◆ 阿尔梅里亚大学神经心理评估与康复中心 (CERNEP) 主任
- ◆ 阿尔梅里亚大学神经心理学系教授
- ◆ 阿尔梅里亚大学正式性学硕士学位性心理学教授
- ◆ 阿尔梅里亚大学心理学博士
- ◆ 心理学家 临床心理学专家
- ◆ 正念认知疗法专家
- ◆ 限时心理治疗专家
- ◆ 临床神经心理学专家
- ◆ 成员: SANP、SEIS 和 FANPSE

# 04

## 结构和内容

这个学位的教学大纲包括对心身疾病患者进行认知行为干预的所有关键内容，提供了这种心理疗法的整体视角，并强调心理教育。通过这种方式，学生将受益于以 再学习 为方法论基础的个性化教育路线。通过这种实用的方法，学生们将通过对观点的重复获得更自然的学习体验，从而确保对概念的吸收。

“

通过再学习,你将在职业生涯中始终掌握认知行为模式及其关键概念”

## 模块 1. 从认知行为模式出发对心身疾病进行心理干预

- 1.1. 认知行为干预心身疾病
  - 1.1.1. 想法、行为、感觉
  - 1.1.2. 不专注于现在
  - 1.1.3. 患者的过度活跃
- 1.2. 心理教育
  - 1.2.1. 报告
  - 1.2.2. 具备知识
  - 1.2.3. 融入
- 1.3. 在面对压力时练习放松
  - 1.3.1. 行为治疗中的放松
  - 1.3.2. Jacobson 的渐进式放松法 (1901年)
  - 1.3.3. Schultz 的自体松弛法 (1901)
  - 1.3.4. Eugenio Herrero 博士的创造性放松 (1950)
  - 1.3.5. Aguado 的色调放松 (1990)
- 1.4. 心身疾病的脱敏治疗
- 1.5. 有预防反应的表现
- 1.6. 压力接种
- 1.7. 过度矫正
  - 1.7.1. 撤消和重做
  - 1.7.2. 重复再重复
- 1.8. 暂停
- 1.9. 社会技能培训
- 1.10. 问题的解决方案
  - 1.10.1. 建立问题的潜在内容: 发生了什么?
  - 1.10.2. 分析问题的性质及原因
  - 1.10.3. 解决冲突
    - 1.10.3.1. 谈判
    - 1.10.3.2. 测量

- 1.11. 认知结构调整
  - 1.11.1. 识别不恰当的想法
  - 1.11.2. 思想评估与分析
  - 1.11.3. 寻找替代想法
- 1.12. 认知分心
  - 1.12.1. 提高认识
  - 1.12.2. 停止思维
  - 1.12.3. 换想法
- 1.13. 认知扭曲的标签
- 1.14. 曝光
  - 1.14.1. 暴露疗法和消退学习
- 1.15. 减少或消除行为的技巧。厌恶的技巧
  - 1.15.1. 积极的惩罚(或应用)
  - 1.15.2. 回应成这个
- 1.16. 建模



这个课程将为你提供必要的认知技巧,以改变心身疾病患者的消极思想"

# 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: **Re-learning**。

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 Re-learning, 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。

在TECH, 心理学家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, 试图重现专业心理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. 遵循这种方法的心理学家不仅实现了对概念的吸收, 而且还通过练习评估真实情况 and 应用知识来发展自己的心理能力。
2. 学习内容牢固地嵌入到实践技能中, 使心理学家能够更好地将知识融入临床实践。
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。



## Re-learning 方法

TECH有效地将案例研究方法与基于循环的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: Re-learning。

心理学家将通过真实的案例并在模拟学习中解决复杂情况来学习。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, Re-learning 方法成功地提高了完成学业的专业人员的整体满意度。

这种方法已经培训了超过15万名心理学家,在所有临床专业领域取得了前所未有的成功。所有这些都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。

Re-learning 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。



#### 最新的技术和程序视频

TECH使学生更接近最新的技术,最新的教育进展和心理学中的最前沿的时事。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

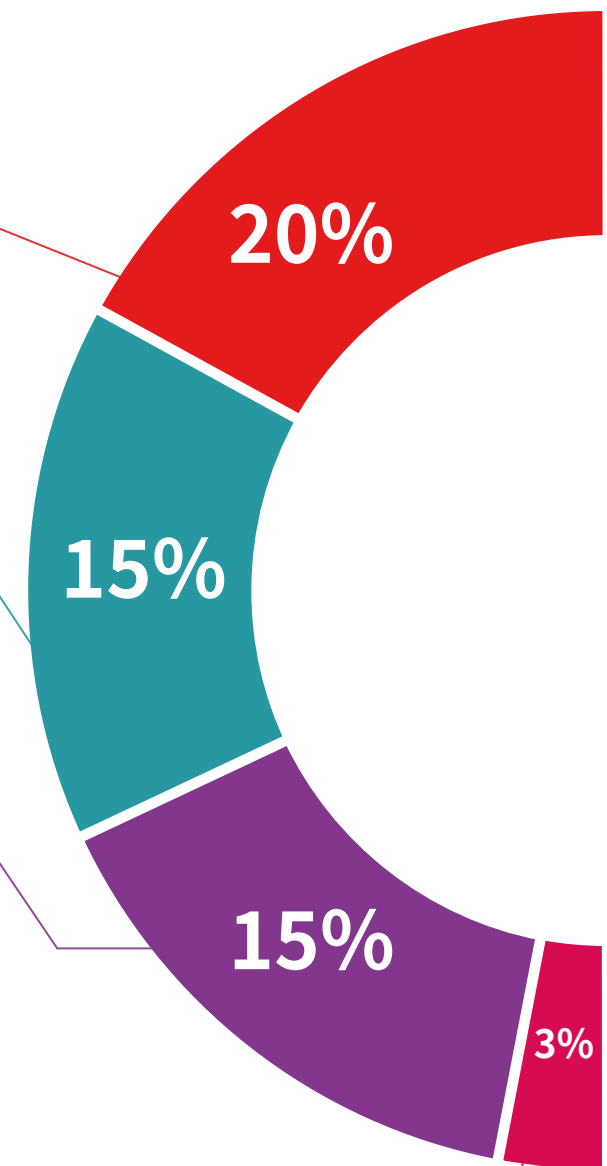
TECH团队以有吸引力和动态的方式将内容呈现在多媒体丸中,其中包括音频,视频,图像,图表和概念图,以强化知识。

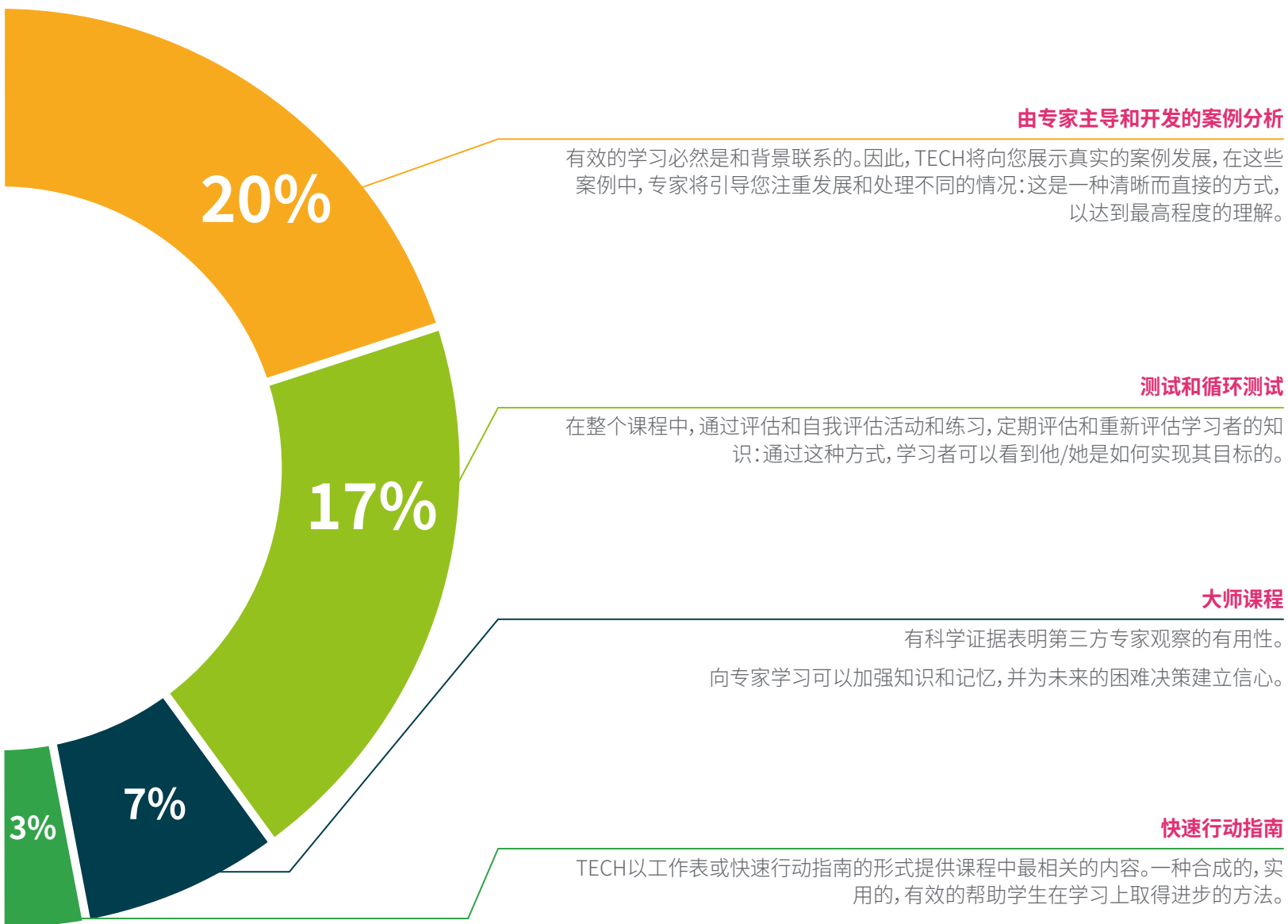
这个用于展示多媒体内容的独特教育系统被微软授予“欧洲成功案例”称号。



#### 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。





# 06 学位

心身医学诊所的认知行为治疗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。

“

成功完成这个课程, 即可获得大学学位, 无需舟车劳顿或办理手续"

这个心身医学诊所的认知行为治疗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: 心身医学诊所的认知行为治疗大学课程

模式: 在线

时长: 6周



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

**tech** 科学技术大学

大学课程

心身医学诊所的认知行为治疗