

# 高齡心理諮商服務實務工作坊-認知典範的體驗



1. 高齡者心理認知與情緒老化特質的認識與討論
2. 現代高齡者心理諮商服務需求的案例討論
3. 腦波律動的體驗與應用

## 工作坊內容說明

- 相較於生理上的困擾，高齡者在心理方面的困擾很容易被忽略，加上目前國內心理諮商人才的不足，高齡者的心理健康議題讓人憂心。
- 在各種心理諮商典範中，「認知典範」最適合用來協助高齡者，本次工作坊以「第三波認知行為」觀點為切入點，強調自我療癒的體驗。
- 體驗活動將以高齡者心理困擾案例討論、腦波振動 (brain wave vibration) 為主，希望透過工作坊，讓大家深入體會腦波振動的美好，進一步將腦波振動運用到個人的工作領域。

## 秦秀蘭老師

- 是一位資深的輔導工作者，對青少年和高齡期的親子關係特別有興趣
- 是一位社區工作的愛好者，特別喜歡和鄉村社區的高齡朋友互動
- 喜歡從認知典範來詮釋並解開個案的心理困擾，是合格的NLP專業執行師
- 因為個人身體因素接觸「腦波振動」，六年多來將腦波振動應用到身心障礙者輔導、高齡情緒輔導。並結合能量醫學的概念，開創「律動輔療師」的培訓課程。目前培訓者都以「能量律動」為主軸，擔任各種社區高齡課程、照顧機構的活動引導。
- 因為看到高齡心理協助的高度需求與多樣性，105年完成「高齡心理諮商實務」，期待更多社區志工和高齡教育領域工作者，能夠透過閱讀自助助人。

【地點】臺北場

【報名費用】會員 1,800 元/團報(3人以上)2,000 元/非會員 2,400 元