

认知加工治疗

退伍军人/军用版

治疗师手册

Patricia A. Resick, Ph.D., and Candice M. Monson, Ph.D.
National Center for PTSD, Women's Health Sciences Division
VA Boston Healthcare System and Boston University
&
Kathleen M. Chard, Ph.D.
Cincinnati VA Medical Center and University of Cincinnati

June 2007



英文版引用：Resick, P.A., Monson, C.M., & Chard, K.M. (2007) Cognitive processing therapy: Veteran/military version. Washington, DC: Department of Veterans' Affairs. All rights reserved.

简体中文版由：童慧琦、施琪嘉、王振、仇剑崑、胡洁莹、沈孝欣、廖雪雅、陆婷芝---认知加工治疗（军用版）。美中心理治疗研究院 & 亚洲创伤心理研究学会 (American-Chinese Academy for Psychotherapy & Asian Society for Traumatic Stress Studies) 翻译审校。（自 National Center for PTSD, Washington, DC: Department of Veterans' Affairs.）保留所有权利。

关于本书

中文版<认知加工治疗—治疗师手册>（退伍军人/军用版）（Cognitive Processing Therapy, Veteran/Military Version, Therapist's Manual）由美国国立 PTSD 中心和波士顿大学的 Patricia A. Resick, Candice M. Monson 与辛辛那提军人医疗中心和辛辛那提大学的 Kathleen M. Chard 授权美中心理治疗研究院翻译。

本手册翻译自美国国立 PTSD 中心、波士顿大学的 Patricia A. Resick, Candice M. Monson 与辛辛那提军人医疗中心、辛辛那提大学的 Kathleen M. Chard 在 2007 年编写的<认知加工治疗—治疗师手册>（退伍军人/军用版）

中文版参译人员

王文、王冬梅、王艳、王雪梅、王媛、向东方、刘彩萍、陈达、张沛超、张真、郑小冬、姜荣环、韩慧琴、童慧琦、刘余宝堃、吴如花、钟吴丽娟、张婵玲、姚可儿、廖雪雅

中文版校对人员

童慧琦、施琪嘉、王振、仇剑莹、肖泽萍、童俊、吴和鸣、沈孝欣、陆婷芝、廖雪雅、钟吴丽娟、胡洁莹

中文版主要翻译、校对单位/机构

美中心理治疗研究院、亚洲创伤心理研究学会、武汉心理医院、香港心理学会临床心理学组危急性小组、上海市精神卫生中心、武汉中德心理医院、北京大学精神卫生研究所、天津市安宁医院、PTSD Research Program/San Francisco VA Medical Center 和 Global Mental Health Program, University of California, San Francisco

如何使用本手册

第 I、II、III 部分

本退伍军人/军用版的认知加工治疗(CPT)治疗师手册采用的编排方式为治疗师准备和进行认知加工治疗提供了最大的方便。

第 I 部分包括认知加工治疗(CPT)的背景资料和治疗中可能出现的其它跟创伤后应激障碍（PTSD）有关的常见问题。我们建议治疗师在见病人之前，通读本手册。

第 II 部分包括对十二节治疗每节的指南。每节治疗都以概要开始，简单地描述每节治疗的形式并提供治疗每一部分的建议所需时间。接着每一部分都有详尽的回顾，包括目标、理论基础和对话例子。每节治疗介绍的页面右侧都附上标题，让治疗师很快就能找到相应的题目。在每节的结尾都载有每节治疗进度记录样本以协助跟进治疗师/病人的进度。每次治疗还有相对的病人手册资料单张；请参照附录 A 和 B 中有关病人手册的更多资料。

第 III 部分提供了进行认知加工治疗(CPT)的其它方法，包括认知加工治疗的不同形式及进行小组认知加工治疗时所需的改动。

附录

附录 A：治疗师数据包括了所有跟每节发给病人手册单张或练习作业并不直接相关的数据。这些包括：认知加工治疗合约、治疗练习作业回顾，创伤后应激障碍清单评分，创伤后应激障碍量表(PCL-S)每月测试版，创伤后应激障碍量表(PCL-S)每周测试版，创伤后应激障碍评分表(PCL)。另外，我们还包括了结业证书，治疗师可以根据需要使用。

附录 B：病人手册包括了让治疗师复制给所有病人的空白和单面的数据单张。工作纸总共有六份。还有练习作业指南和一系列给病人的参考数据每节治疗的数据单张分开。另外，这部分亦包括了工作纸范例，而最后三份数据单张则是特别针对军中性创伤的工作纸范例。

附录 C：有关认知加工治疗(CPT)的文献提供了有关认知加工治疗的出版物的参考索引。

目录表

第 1 部分：认知加工治疗（CPT）导论.....	1
CPT 背后的理论.....	1
创伤后应激障碍（PTSD）作为未能康复的障碍.....	3
开始治疗前的考虑.....	3
1. 认知加工治疗(CPT)适合谁?.....	3
2. 认知加工治疗(CPT)疗程该何时开始?.....	4
3. 认知加工治疗(CPT) 的治疗合约.....	5
认知加工治疗(CPT)治疗概览.....	6
认知加工治疗(CPT)中的苏格拉底式提问.....	7
1. 澄清.....	8
2. 探索假设.....	9
3. 探索理据和验证.....	9
4. 质疑观点与角度.....	10
5. 分析影响和后果.....	10
6. 对问题的提问.....	11
实行认知加工治疗(CPT)时的注意事项.....	11
1. 伴随症状.....	11
2. 逃避.....	16
3. OIF/OEF 退伍军人的需要.....	17
4. 创伤后应激障碍（PTSD）相关的残障状况.....	17
5. 宗教与道德.....	18
6. 军中性创伤 (M.S.T.).....	21
7. 使用创伤后应激障碍和抑郁量表对持续症状作评估.....	23
8. 对治疗节数 1a—哀伤的注释.....	23
第 2 部分：认知加工治疗（CPT）：每节治疗的内容.....	24
第 1 节： 导论及教育.....	26
第 1a 节： 创伤性哀伤.....	41
第 2 节： 事件的意义.....	54
第 3 节： 识别思想和感受.....	69
第 4 节： 回忆创伤事件.....	79
第 5 节： 创伤事件复述.....	93
第 6 节： 挑战性问题.....	103
第 7 节： 问题思想模式.....	113
第 8 节： 安全问题.....	128
第 9 节： 信任问题.....	139
第 10 节： 权力/控制问题.....	150
第 11 节： 尊重问题.....	163
第 12 节： 亲密感问题与事件的意义.....	175
第 3 部分：进行认知加工治疗（CPT）的其它方法和考虑.....	186
免除书写叙述的认知加工治疗（CPT-C: CPT-认知）.....	187
小组 CPT 的应用.....	189

1. 小组与个人 CPT 的区别.....	189
2. 形式的选择.....	190
3. 程序问题.....	191
4. 治疗师在小组治疗中的角色.....	192
5. 练习作业的完成.....	193
6. 处理个别性格和小组冲突.....	194
7. 有关病人的考虑.....	196
小组治疗计划.....	197
小组/第 1 周.....	197
小组/第 2 周.....	198
小组/第 3 周.....	199
小组/第 4 周.....	200
小组/第 5 周.....	202
小组/第 6 周.....	202
小组/第 7 周.....	203
小组/第 8 周.....	203
小组/第 9 周.....	204
小组/第 10 周.....	205
小组/第 11 周.....	205
小组/第 12 周.....	206

附录 A：治疗师的资料

附录 B：病人手册

附录 C：有关认知加工治疗（CPT）的文献