

認知整理治療

退伍軍人/軍用版

治療師手冊

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.

正體中文版由：胡潔瑩、沈孝欣、廖雪雅、陸婷芝、童慧琦、施琪嘉、王振、仇劍瑩-----認知整理治療(軍用版)。亞洲創傷心理研究學會&美中心理治療研究院 (Asian Society for Traumatic Stress Studies & American-Chinese Academy for Psychotherapy) 翻譯審校。〔自 National Center for PTSD, Washington, DC: Department of Veterans' Affairs.〕。保留所有權利。

關於本書

中文版〈認知整理治療—治療師手冊〉（退伍軍人/軍用版）（Cognitive Processing Therapy, Veteran/Military Version, Therapist's Manual）由美國國立 PTSD 中心和波士頓大學的 Patricia A. Resick, Candice M. Monson 與辛辛那提軍人醫療中心和辛辛那提大學的 Kathleen M. Chard 授權美中心理治療研究院翻譯。

本手冊翻譯自美國國立 PTSD 中心、波士頓大學的 Patricia A. Resick, Candice M. Monson 與辛辛那提軍人醫療中心、辛辛那提大學的 Kathleen M. Chard 在 2007 年編寫的〈認知整理治療—治療師手冊〉（退伍軍人/軍用版）。

中文版參譯人員

劉余寶堃、吳如花、鍾吳麗娟、張嬋玲、姚可兒、廖雪雅、王文、王冬梅、王豔、王雪梅、王瑗、向東方、劉彩萍、陳達、張沛超、張真、鄭小冬、姜榮環、韓慧琴、童慧琦

中文版校對人員

沈孝欣、廖雪雅、陸婷芝、鍾吳麗娟、胡潔瑩、王振、仇劍鏐、肖澤萍、吳和鳴、施琪嘉、童俊、童慧琦

中文版主要翻譯、校對單位/機構

亞洲創傷心理研究學會、美中心理治療研究院、香港心理學會臨床心理學組危急事故小組、上海市精神衛生中心、武漢中德心理醫院、武漢心理醫院、北京大學精神衛生研究所、天津市安寧醫院、PTSD Research Program/San Francisco VA Medical Center 和 Global Mental Health Program, University of California, San Francisco

正體中文版及簡體中文版之名稱

本手冊之正體版以「認知整理治療 - 退伍軍人/軍人版」為名，而簡體版則以「認知加工治療 - 退伍軍人/軍人版」為名。

如何使用本手冊

第I、II、III部分

本退伍軍人/軍用版的認知整理治療(CPT)治療師手冊採用的編排方式為治療師準備和進行認知整理治療提供了最大的方便。

第 I 部分包括認知整理治療(CPT)的背景資料和治療中可能出現的其他跟創傷後壓力症 (PTSD) 有關的常見問題。我們建議治療師在見病人之前，通讀本手冊。

第 II 部分包括對十二節治療每節的指南。每節治療都以概要開始，簡單地描述每節治療的形式並提供治療每一部分的建議所需時間。接著每一部分都有詳盡的回顧，包括目標、理論基礎和對話例子。每節治療介紹的頁面右側都附上標題，讓治療師很快就能找到相應的題目。在每節的結尾都載有每節治療進度記錄樣本以協助跟進治療師/病人的進度。每次治療還有相對的病人手冊資料單張；請參照附錄 A 和 B 中有關病人手冊的更多資料。

第 III 部分提供了進行認知整理治療(CPT)的其他方法，包括認知整理治療的不同形式及進行小組認知整理治療時所需的改動。

附錄

附錄 A：治療師資料包括了所有跟每節發給病人手冊單張或練習作業並不直接相關的資料。這些包括：認知整理治療合約、治療練習作業回顧，創傷後壓力症清單評分，創傷後壓力症量表(PCL-S)每月測試版，創傷後壓力症量表(PCL-S)每週測試版，創傷後壓力症評分表(PCL)。另外，我們還包括了結業證書，治療師可以根據需要使用。

附錄 B：病人手冊包括了讓治療師複製給所有病人的空白和單面的資料單張。工作紙總共有六份。還有練習作業指南和一系列給病人的參考資料每節治療的資料單張分開。另外，這部分亦包括了工作紙範例，而最後三份資料單張則是特別針對軍中性創傷的工作紙範例。

附錄 C：有關認知整理治療(CPT)的文獻提供了有關認知整理治療的出版物的參考索引。

目錄表

第 1 部分：認知整理治療（CPT）導論.....	1
CPT 背後的理論.....	1
創傷後壓力症（PTSD）作為無法康復的障礙.....	3
開始治療前的考慮.....	3
1. 認知整理治療(CPT)適合誰?.....	3
2. 認知整理治療(CPT)療程該何時開始?.....	4
3. 認知整理治療(CPT) 的治療合約.....	5
認知整理治療(CPT)治療概覽.....	6
認知整理治療(CPT)中的蘇格拉底式提問.....	7
1. 澄清.....	8
2. 探索假設.....	9
3. 探索理據和驗證.....	9
4. 質疑觀點與角度.....	10
5. 分析影響和後果.....	10
6. 對問題的提問.....	11
實行認知整理治療(CPT)時的注意事項.....	11
1. 伴隨病症.....	11
2. 逃避.....	16
3. OIF/OEF 退伍軍人的需要.....	17
4. 創傷後壓力症（PTSD）相關的殘障狀況.....	17
5. 宗教與道德.....	18
6. 軍中性創傷 (M.S.T.).....	21
7. 使用創傷後壓力症和抑鬱量表對持續症狀作評估.....	22
8. 對治療節數 1a—哀傷的注釋.....	22
第 2 部分：認知整理治療（CPT）：每節治療的內容.....	25
第 1 節： 導論及教育.....	26
第 1a 節： 創傷性哀傷.....	42
第 2 節： 事件的意義.....	55
第 3 節： 識別思想和感受.....	70
第 4 節： 回憶創傷事件.....	80
第 5 節： 創傷事件復述.....	94
第 6 節： 挑戰性問題.....	104
第 7 節： 問題思想模式.....	114
第 8 節： 安全問題.....	129
第 9 節： 信任問題.....	140
第 10 節： 權力/控制問題.....	151
第 11 節： 尊重問題.....	164
第 12 節： 親密感問題與事件的意義.....	176
第 3 部分：進行認知整理治療（CPT）的其他方法和考慮.....	187
免除書寫敘述的認知整理治療（CPT-C: CPT-認知）.....	187
小組 CPT 的應用.....	190

1. 小組與個人 CPT 的分別.....	190
2. 形式的選擇.....	191
3. 程式問題.....	192
4. 治療師在小組治療中的角色.....	193
5. 練習作業的完成.....	194
6. 處理個別性格和小組衝突.....	195
7. 有關病人的考慮.....	197
小組治療計畫.....	197
小組/第 1 週.....	198
小組/第 2 週.....	199
小組/第 3 週.....	200
小組/第 4 週.....	200
小組/第 5 週.....	202
小組/第 6 週.....	203
小組/第 7 週.....	203
小組/第 8 週.....	204
小組/第 9 週.....	205
小組/第 10 週.....	205
小組/第 11 週.....	206
小組/第 12 週.....	206

附錄 A：治療師的資料

附錄 B：病人手冊

附錄 C：有關認知整理治療（CPT）的文獻