****

**完训教师证书 – 个人资料**

**请注意，在个人资料表中，“督导师”和“督导”指的是经由受训的督导师对您的教学进行的督导。**

您的个人资料需要包括您的受训、教学和督导情况的详细信息:

1. **证明您已经完成了必要的教师培训**
2. **至少**教授或共同教授两次MBCT[[1]](#footnote-1) 课程(通常以8周课程的形式)
3. **您授课环境的详情**
4. 证明您接受了具有您正在教授的MBCT课程经验的静观督导师的至少20节教学督导，每次至少30分钟(个人或小组)。并书写一份简短的个人督导反思来陈述所学所思
5. 一篇反思陈述，反思在督导教学期间的教学和个人修习

****

**个人信息**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 姓 |  | 名 |  |
| 邮箱 |  | 手机号码 |  |
| 微信号 |  |  |  |

**1a. 教师培训详情 – 12个月培训**

如果您完成了由OMC/OMF主办的12个月教师培训。请在下表中提供教师培训及工作坊详情。如果您参加的是模块化教师培训，请填写表1b.

|  |  |
| --- | --- |
| 师资培训师姓名 |  |
| 辅导员姓名（如有。在华语区，辅导员可能由一位或多位师资培训师担任） |  |
| 地面（请说明上课地址）或线上授课 |  |
| 日期 | 从 (年-月-日) |  | 到 (年-月-日) |  |

*如果您已经无法确认具体时间，可以给出大概日期。*

***教师培训中的工作坊***

*请确认您已经参加了下表中列出的工作坊*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **工作坊/自学课程** | **请填写参加工作坊/自学课程的日期** | **培训师姓名** |
| 探询 |  |  |
| 说明会、评估和伦理  |  |  |
| 静观的起源  |  |  |
| 包容与沟通  |  |  |
| 实施执行 |  |  |
| MBCT 的理论基础  |  |  |
| 保障安全性  |  |  |
| 团体技能  |  |  |
| 研究与评核  |  |  |

我们认为，上述工作坊提供了对于教授MBCT至关重要的知识和理解。然而，在2021年秋季之前，OMC并非主办所有工作坊。因此，如果您在OMC/OMF主办这些工作坊之前就接受了相关培训，那么请说明您对未参加的工作坊之相关领域的理解和知识水平。如果可能，我们强烈鼓励您参加任何未参加的工作坊，以继续发展您的教学，您可以通过 Oxford Mindfulness网站的工作坊⻚面报名参加，否则，请在下边的空格中与您的督导师讨论如何确保您在这些领域有足够的技能进行教学：

*如果您参加了12个月教师培训，请移到第二部分继续填写。*

****

**1b. 教师培训详情- 模块化培训**

教师培训模块

*如果您参加了模块化教师培训，请在下表中填写详细信息。*

**模块一: 体验MBCT。**请提供模块一的详细信息：

|  |  |
| --- | --- |
| 师资培训师姓名 |  |
| 地面（请说明上课地址）或线上授课 |  |
| 日期 | 从 (年-月-日) |  | 到 (年-月-日) |  |

**模块二: 两人一组或在小组中教授MBCT修习和练习。请提供模块二的详细信息：**

|  |  |
| --- | --- |
| 师资培训师姓名 |  |
| 地面（请说明上课地址）或线上授课 |  |
| 日期 | 从 (年-月-日) |  | 到 (年-月-日) |  |

**模块三: 至少四晚的退修营，用以深化对静观的体验理解 请提供模块三的详细信息：**

|  |  |
| --- | --- |
| 师资培训师姓名 |  |
| 地面（请说明上课地址）或线上授课 |  |
| 日期 | 从 (年-月-日) |  | 到 (年-月-日) |  |

模块四：在团体中授课[[2]](#footnote-2)，请确认您是否完成了模块四的学习。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 是 |  | 否 |

如果已经完成，请填写详细信息：

|  |  |
| --- | --- |
| 师资培训师姓名 |  |
| 地面（请说明上课地址）或线上授课 |  |
| 日期 | 从 (年-月-日) |  | 到 (年-月-日) |  |

如果您在2019年之前完成了住宿密集教师培训(通常被称为“Ammerdown”)并且没有完成模块四，请在下表中提供等效受训经历的证明：

***模块化教师培训中的工作坊***

*作为教师培训的一部分，请确认您已经参加了下表中列出的工作坊[[3]](#footnote-3)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **工作坊/自学课程** | **请填写参加工作坊/自学课程的日期** | **培训师姓名** |
| 探询 |  |  |
| 说明会、评估和伦理  |  |  |
| 静观的起源[[4]](#footnote-4) |  |  |
| 包容与沟通  |  |  |
| 实施执行 |  |  |
| MBCT 的理论基础  |  |  |
| 保障安全性  |  |  |
| 团体技能  |  |  |
| 研究与评核  |  |  |

我们认为，上述工作坊提供了对于教授MBCT至关重要的知识和理解。然而，在2021年秋季之前，OMC并非主办所有工作坊。因此，如果您在OMC/OMF主办这些工作坊之前就接受了相关培训，那么请说明您对未参加的工作坊之相关领域的理解和知识水平。如果可能，我们强烈鼓励您参加任何未参加的工作坊，以继续发展您的教学，您可以通过Oxford Mindfulness网站的工作坊⻚面报名参加，否则，请在下边的空格中与您的督导师讨论如何确保您在这些领域有足够的技能进行教学：

****

**2. 授课的详细信息**

|  |  |
| --- | --- |
| 请确认您的授课次数： |  |

请至少提供两次授课的详细信息：

|  |  |
| --- | --- |
| 课程参与人数 |  |
| 地面（请说明上课地址）或线上授课 |  |
| 日期 | 从 (年-月-日) |  | 到 (年-月-日) |  |

|  |  |
| --- | --- |
| 课程参与人数 |  |
| 地面（请说明上课地址）或线上授课 |  |
| 日期 | 从 (年-月-日) |  | 到 (年-月-日) |  |

****

**3. 授课环境**

请陈述您教学环境的一些细节(例如医疗保健、教育、工作场所/企业、刑事司法、一般公众等); 描述参与课程的群体以及他们所面临的弱势处境或挑战;如果您对MBCT课程做出任何调整，请阐述变更背后的理由。请不要超过500字。

****

**4. 督导**

*在提交申请时，您需要提供一份督导师声明。如果您有一位以上的督导师，每一位督导师都需要提交一份声明。另外，请说明以下信息：*

请您确认是否接受了具有您正在教授的MBCT课程经验的静观督导师的至少20节教学督导，每次至少30分钟(个人或小组)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 是 |  | 否 |

请提供接受督导的详细信息：

|  |  |
| --- | --- |
| 总共督导次数 |  |
| 平均每次督导时长 |  |
| 最后一次督导的日期（年月日）  |  |

请在下表中填写您的督导师信息，在填写之前，请确保您已获得督导师的授权，我们可能会联系您的督导师讨论您的申请。如果您有一位以上的督导师，请提供每位督导师的信息。

**督导师1**:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 姓 |  | 名 |  |
| 邮箱 |  |

请确认您的督导已经在现场或通过视频/录像看到了您引导练习、探询和授课。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 是 |  | 否 |

如果答案是否定的，请详述理由

**督导师 2** (如有):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 姓 |  | 名 |  |
| 邮箱 |  |

请确认您的督导已经在现场或通过视频/录像看到了您引导练习、探询和授课。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 是 |  | 否 |

如果答案是否定的，请详述理由：

请撰写一份个人督导学习陈述。个人督导学习说明为您提供了反思的机会，反思督导在您的教学技能、个人修习和理解 MBCT理论基础的发展所扮演⻆色。请不要超过500字。

****

**5. 反思陈述**

这篇反思陈述提供了一个机会，让您反思您的教学并告诉我们您从中收获了什么，以及教学技能和个人修习的进展。需要包含以下内容:

• 您从这些教学中学到了什么?过

• 程中有没有一些关键议题或疑问浮现出来?

• 您有没有遇到特别的障碍或困难?
• 您主要的教学强项是什么? (请根据MBI:TAC的领域进行反思)

• 您主要的学习需求是什么? (请根据MBI:TAC的领域进行反思)

• 您对MBCT理论基础的理解是否随着教学和督导而加深?如果答案是肯定的，请详述。

• 阐述您的教学与个人修习之间的关系 - 您的修习在此期间是否有所发展?如果有，请详述。您的修习如何影响您的教学，反之亦然?

• 您将如何持续学习下去?
• 如有其他情况，请一并告之。

请注意，您必须妥 善保障课程参与者的隐私。请以清晰、简洁的形式书写反思陈述。您可以使用列表或要点的方式。

请不要超过2500字。

1. 本手册提到的MBCT包含 《静观认知疗法》(MBCT)、《生活中的静观》(MBCT-L)以及《喧嚣世界静心法》课程 [↑](#footnote-ref-1)
2. 如果您在2019年之前完成了住宿密集教师培训(通常被称为“Ammerdown”)并且没有完成模块四，请提供等效受训经历 的证明。 [↑](#footnote-ref-2)
3. 如果您在2019年之前完成了住宿密集教师培训(通常被称为“Ammerdown”)，您需要确认以完成MBCT 中的认知(MBCT的认知和行为基础) 工作坊 [↑](#footnote-ref-3)
4. “静观的起源”等同于“佛学心理学入⻔” [↑](#footnote-ref-4)