

出國報告(出國類別:進修)

兒童青少年心智化介入模式

服務機關：衛生福利部嘉南療養院

姓名職稱：李冠瑩主治醫師

派赴國家/地區：英國倫敦

出國期間：2023年7月1日至2023年7月22日

報告日期：2023年8月23日

摘要

以心智化為基礎之介入模式(Mentalization based treatment, MBT)是一跨診斷、跨專業的治療模式。在成人個案已經有相當實證研究支持。而在兒童青少年族群的介入成效在歐美國家近年來亦持續展現成效，甚而運用在寄養家庭等遭逢兒時逆境之族群，此介入模式將家長介入工作等同重視，立論為增進家長之反思功能，理解兒童青少年之心理狀態，增進心智化功能，從而改善情緒調節能力及專注力調節能力，增進社交互動能力。英國倫敦安娜佛洛伊德中心為推廣此模式之教育訓練及研究重鎮。為了學習此治療模式，以運用在台灣兒童與青少年族群及家庭介入，因此筆者前往英國倫敦安娜佛洛伊德中心學習進修。

目次

| | |
|------------|-----|
| 1. 摘要..... | p.2 |
| 2. 目的..... | p.4 |
| 3. 過程..... | p.4 |
| 4. 心得..... | p.6 |
| 5. 建議..... | p.7 |
| 6. 附錄..... | p.8 |

目的

學習以心智化為基礎之介入模式，運用在有情緒及行為障礙之兒童與青少年族群及家庭介入。

過程

本次進修申請過程中，感謝院長及科內同事們在人力吃緊下，仍大力支持此進修計劃。筆者以最短的時間聯繫上安娜佛洛伊德中心的 Midgley 教授，他在 2022 年為「兒童心智化介入(mentalization based treatment for children_a time limited approach)」的繁體中文版寫推薦序，因著這個連結，很幸運地得到他的協助與安排。會選擇安娜佛洛伊德中心的原因主要是筆者接觸到「心智化(mentalization)」這個概念後，非常有興趣，在疫情這幾年持續參與台灣翻譯的工作與相關理論的閱讀，當然不用說安娜佛洛伊德中心在兒童心理健康上的重要地位，很希望有機會可以一窺堂貌及進一步的實務學習。

安娜佛洛伊德中心(Anna Freud Centre)簡介(資料來源為中心簡介):

安娜佛洛伊德出生在 1895 年的維也納，是佛洛伊德的第六個孩子，也是最小的孩子。青少年時期時，父親為她進行分析，終其一生，她都堅守並發揚父親的精神分析觀點。在 1918 至 1922 年接受父親的分析之前，安娜在維也納習醫，1922 年成為維也納精神分析學會會員。她專攻兒童精神分析，1938 年逃離納粹至倫敦。在此就不另述安娜佛洛伊德與克萊茵的論戰歷史了。

安娜佛洛伊德在 1941 年創立漢普斯德戰時幼兒園 (Hampstead War Nursery)，為二次大戰情緒受創的兒童，提供庇護及支持；與此同時，此幼兒園也提供了獨特的機會給兒童發展的研究及戰爭對兒童的影響。1952 年創立漢普斯德兒童心理治療診所(Hampstead Child Therapy Clinic)與訓練課程，此診所致力於兒童分析

的臨床實務與研究並且訓練了第一代兒童心理治療師，這可說是安娜佛洛伊德中心的前身。1983年安娜辭世。1984年更名為安娜佛洛伊德中心。中心陸續與倫敦大學(UCL)建教合作，在1997年後持續與英國國民保健署(NHS)加強連結。Peter Fonagy 擔任執行長，十年的現代化和擴建開始，擴大了中心的治療重點，並使中心的學術培訓計劃和研究活動量能提升。2015年，安娜佛洛伊德中心在曼徹斯特建立了北部中心。2019年新倫敦總部在新址開張，也就是筆者此次參訪之處，是一棟外型現代化的建築物，中心得到英國凱特王妃的關注與贊助，旨在提高治療的可及性及有效性來改變英國的心理健康服務，也可以看到中心希望透過腦神經科學、教育領域、社會領域等多方的匯集來達成目標。

參訪及實務課程介紹:

Midgley 教授的主要研究興趣是兒童青少年的心理治療評估，帶領了一個相當豐富的研究團隊，Child Attachment and Psychological Therapies Research Unit(ChAPTRe)。他很熱心地邀請我觀摩他們的定期研究會議，手邊正在進行中的研究計畫高達 15 案。他也負責 MBT-C 的臨床跨國推廣訓練及實證研究，會議當天分享了剛與日本推廣 MBT-C 的想法。而此行最重要的目標還包括請益他目前正在進行中的臨床試驗，Midgley 教授相當重視寄養家庭的孩子心理健康與需求，執行由英國國家衛生與保健研究所(NIHR)經費支持的研究計畫_ 反思性的寄養計畫(Reflective Fostering Programme)。他非常真誠地給予實務建議，如何將臨床工作者很熟悉的心理理論及所謂的術語化約成家長都可以理解消化的語言，也推薦了兒童青少年實務工作需要的跨領域合作模式(AMBIT)。因為 Midgley 教授本身就是實戰經驗相當豐富的兒童心理治療師，所以給的建議非常實務具體。

兒童心智化(MBT-C)實務工作坊由兩位講師(Elise PUNCHARD 及 Tamsin ELDER)帶領，這是有時限性(time-limited)的一個介入模式，平行式地雙軌同時進行

家長與兒童的治療工作，也就是需要兩名治療師，在 12 次的架構中有分開的個別工作也有共同治療(joint meeting)。在兒童心智化的治療概念裡，家長的工作不是附加的，而是並行不可或缺的。青少年心智化(MBT-A)實務工作坊則是由 Holly Dwyer-Hall 主帶領。Holly 本身專長於 MBT-C、MBT-F(家庭)、MBT-A，所以她上起課來相當聚焦，當來自世界各地的治療師詢問她不同學派之間的介入模式以及與兒童青少年精神科門診的融合運用時，她總是可以給大家豐富的參考資療與回應。青少年的介入就較多樣性，可分住院模式與門診模式，介入時間也是相對較長。住院模式整個療程共 12 周：包括 1)每周兩次的個別心理治療、 2)每周一次的家族治療、 3)每周兩次的團體心理治療、4)治療師本身的被督導;門診模式整個療程約一年：包括 1)每周一次個別心理治療、2)每月一次家族治療、3)治療師本身的被督導。

不管是 MBT-C 或是 MBT-A，課程進行的方式非常多樣化，因為已經要求參加的學生得先完成線上基礎理論課程，所以講師直接以角色扮演、臨床案例影片討論、分組討論等方式進行，內容可說是非常充實與實際親身體驗心智化。

心得

1. 感受來自不同國家的專業人員的熱忱:與來自世界各國，例如德國、瑞典、芬蘭、墨西哥等地的兒少心理專業人員一同討論，大家都很把握學習機會，卯足全力問問題及分享自己的臨床經驗，提出反思。
2. 沉澱自我:與多數台灣的兒心醫師一樣，在台灣健保制度下，兒童青少年精神科門診的步調往往得在短時間內處理大量的問題，利用這次短期進修的機會，將許多臨床片段好似用放大鏡及放慢機一樣慢下來，重新檢視及思考，重新消化與咀嚼，運用心智化理論，有重新充電的感覺。

最後，以 Midgley 教授在 2022 年為安娜佛洛伊德中心 70 周年紀念所寫的一篇文章中的一段話來激勵自己作結。

“安娜·佛洛伊德傳達了對初級預防、研究和治療以及系統彼此相互連結的承諾。她對我們如何培訓、分享和推廣想法充滿熱情，不僅在心理健康服務領域，還包括圍繞兒童的所有環境中——包括教育、醫院和法律體系。這是一個總體願景，它激勵著我們今天的工作，也引領我們未來繼續如此。”

建議

1. 建議執行以心智化為基礎之介入模式，獲取台灣本土化的臨床經驗。若需針對特殊族群，例如兒少安置機構及寄養家庭也須考量經費來源，以利介入模式的推展。
2. 建議提供進修機會，學習此短期結構式的介入模式，以利兒少相關系統之合作，增進對兒少心理狀態之了解，改善情緒行為問題。

附錄



與 Nick Midgley 教授合影



與 MBT-A 實務演練主講人 Holly 合影



安娜佛洛伊德中心新址外觀



與 MBT-C 實務演練兩位主講人合影