

## 进食障碍基于家庭的治疗（FBT）工作坊简介

基于家庭的治疗(Family-based Therapy, FBT)是上世纪 80 年代在伦敦的莫兹利医院由家庭治疗发展而来，斯坦福大学 James Lock 教授和芝加哥大学 Daniel Le Grange 教授（现在 UCSF）将 FBT 手册化，并进行了系统化评估，其核心治疗策略及干预手段来自各种家庭治疗流派。FBT 是在青少年厌食症及贪食症治疗方面有效证据最多的疗法，并已成为多个国家进食障碍治疗指南中青少年厌食症的首选疗法。

FBT 的总体观点是将父母和家庭成员作为一种资源，它旨在提高父母能力，提高父母的自我效能感和动机，通过改善父母对青少年进食障碍的控制来矫正当前状况，这也是 FBT 与其它家庭和个体治疗最重要的区别。父母作为帮助孩子康复的重要角色贯穿在治疗的全过程三个阶段中。

上海市精神卫生中心（SMHC）进食障碍诊治中心 2017 年从斯坦福大学进食障碍项目组引进 FBT，经过 2 年多的临床实践，获得明显疗效，患者及家属均受益良多。

因此，中华医学会心身医学分会进食障碍协作学组决定在中华医学会心身医学分会 2019 宁波年会期间，邀请斯坦福大学 James Lock 教授前来主办进食障碍 FBT 工作坊，并将由中华医学会精神医学分会进食障碍协作组协办，宁波市第一医院和上海市精神卫生中心承办。希望通过三天工作坊，将 FBT 循证证据最多的进食障碍心理疗法推荐给全国同道，进一步推进我国进食障碍的有效、规范化治疗。

### 一、培训目标：

1. 掌握 FBT 的理论基础和基本治疗技术
2. 掌握针对进食障碍患者的 FBT 临床治疗技能

### 二、培训形式：

理论授课，角色扮演，现场讨论等。

### 三、培训对象：

和进食障碍或相关障碍患者接触的专业人员，包括医生、护士、心理治疗师、心理咨询师、康复治疗师、营养师、社工，热心于心身医学研究、发展、应用的各学科人士。

### 四、培训安排：与中华医学会第 25 次心身医学分会年会同期举办

时间/日期	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日
8:30-12:00	报到	全体大会	全体大会	第一阶段（2）； 第二阶段（1）。
12:00-13:30	休息	休息	休息	休息
13:30-17:00	报到	大会参会	基本假设； 建立治疗； 常见的临床困境	第二阶段（2）； 第三阶段。
17:00-18:30	休息	休息	休息	休息
18:30-21:30		FBT 概述； FBT 的证据 基础	第一阶段（1） 和角色扮演。	

## 五、培训费用

所有参加培训人员需先注册中华医学会第 25 次心身医学分会年会（注册费包含会议期间餐费），再报名注册工作坊（工作坊培训费 1000 元），住宿费和交通费自理，按规定回单位报销。请登陆大会网站 [www.cspsm.org/](http://www.cspsm.org/) 进行在线注册缴费。根据国际惯例，本继续教育课程采用预先注册付费制，原则上不接受大会现场报名。具体付款流程请参考年会通知。

## 六、培训专家



James Lock MD, PhD 斯坦福大学精神病学与行为科学系教授，副系主任，斯坦福儿童精神病学和儿科学教授，斯坦福大学进食障碍项目主任。Lock 博士在进食障碍研究方面获得过许多奖项，并和 Daniel Le Grange 教授合作出版了多本专业著作。他致力于为儿童、青少年及其家庭提供基于循证的治疗，并出版著作 14 部，发表学术论文 180 余篇，是世界著名的进食障碍专家。他的著作《Help Your Teenager Beat an Eating Disorder》已被翻译成 7 国语言，今年 8 月中文版由上海市精神卫生中心（SMHC）进食障碍诊治中心团队翻译出版。

## 七、翻译



1、**王兰兰博士**：上海市精神卫生中心副主任医师、心理治疗师。中国心理卫生协会精神分析专委会委员；国际精神分析协会（IPA）精神分析师候选人，接受中德心理治疗学院及国际精神分析协会培训多年。曾在哈佛大学医学院社会医学系访学。长年从事人格障碍、焦虑障碍、抑郁障碍的临床实践和科学研究。主持并完成国家自然科学基金、美国NIH 基金等多个科研项目。参编出版专著 2 部，参译出版专著2 部，发表中英文论文 8 篇。曾担任中美辩证行为治疗、中德精神分析、中德心身医学等多个心理治疗培训项目的翻译。



2、**朱卓影博士**：上海市精神卫生中心心理治疗师。哥伦比亚大学临床心理学博士，纽约州临床心理学家。目前在上海精神卫生中心从事教学、科研工作，以及 DBT 的临床治疗和培训工作。在哥伦比亚大学社区诊所，纽约市市立Gouverneur 医院，Fordham 大学心理咨询中心接受临床培训。专长于动力学治疗、认知行为治疗及辩证行为治疗等临床治疗。研究兴趣包括情感处理与心理障碍的关系，及文化对其的影响，在多个同行评审杂志发表学术文章。

## 八、中方培训负责人

### 1. 阮列敏



主任医师，心理学教授，博士生导师，宁波市第一医院党委书记，心身学医重点学科学科带头人，国家卫健委科技专家。

中华医学会心身医学分会委员，

中国医师协会睡眠医学专业委员会委员，

中国中西医结合学会精神疾病专业委员会委员，

浙江省医学会心身医学分会主任委员，  
浙江省医师协会睡眠医学专业委员会主任委员， 浙江省心理卫生协会理事，  
浙江省心理危机干预组专家，  
浙江省医学会精神病学分会常务委员，  
宁波市医学会心身医学分会主任委员。

从事临床一线及医院管理工作 30 余年，在焦虑抑郁、睡眠障碍、强迫症以及精神相关疑难危重系统性疾病的诊治方面具有丰富的临床经验和独到的见解。先后被评为最具领导力中国医院院长、省卫生系统优秀共产党员，市“有突出贡献专家”，市巾帼科技人才，市名医，市劳动模范等称号。获省部级、市厅级重大等科研基金 10 项，研究经费500 余万元，发表学术论文 60 余篇，其中 SCI 论文 10 篇，主编/参编著作近 10 本，荣获省市级科学技术奖 6 项。

## 2. 陈珏



主任医师，博士生导师，上海市精神卫生中心临床心理科主任，进食障碍诊治中心负责人，心身医学特色学科负责人，中国心理学会注册心理督导师。

中华医学会心身医学分会委员、进食障碍协作学组组长；

中华医学会精神医学分会进食障碍协作组副组长；

中国心理卫生协会心身医学专委会常委；

中国社会心理学会婚姻家庭心理学专业委员会副主委；

中国心理卫生协会心理治疗与心理咨询专委会家庭治疗学组副组长。

从事进食障碍、情绪障碍的临床治疗和研究工作 20 余年，2016-2017 年在美国斯坦福大学访学学习进食障碍治疗与研究。主持和参与 10 多项国家级、市级和国际合作课题，发表国内外论文 70 余篇，主编《进食障碍》，参编《中国进食障碍防治指南》，为 4 本著名国际进食障碍学术期刊的编委。

## 九、培训教材



作者：[美] 詹姆斯·洛克 (James Lock)

[美] 丹尼尔·勒格兰奇 (Daniel Le Grange)

主译：陈珏 蒋文晖 王兰兰 彭毅华

出版社：上海科技出版社，2019.8

主办方：

中华医学会心身医学分会进食障碍协作学组

协办方：

中华医学会精神医学分会进食障碍协作组

承办方：

宁波市第一医院

上海市精神卫生中心