

Số: 460 /TB-TĐHYKPNT

Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 28 tháng 02 năm 2024

**THÔNG BÁO CHIÊU SINH**  
**Lớp đào tạo liên tục liên kết với Pháp**  
**“Cập nhật kiến thức thực hành Tâm lý học lâm sàng: Khóa học về sự**  
**nhạy cảm của chánh niệm**  
**– Perfection de la pratique en Psychologie clinique : Atelier de**  
**sensibilisation à la Mindfulness”**

Nhằm đáp ứng nhu cầu về đào tạo cho các bác sĩ, bác sĩ tâm lý, tâm thần, chuyên gia tâm lý, điều dưỡng và các chuyên gia làm việc với các bệnh tâm lý, trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch (PNTU) phối hợp cùng với Trường Tâm lý Thực hành Paris (EPP), Pháp mở lớp ĐTLT “Cập nhật kiến thức thực hành Tâm lý học lâm sàng: Khóa học về sự nhạy cảm của chánh niệm – Perfection de la pratique en Psychologie clinique : Atelier de sensibilisation à la Mindfulness”.

**1. Đối tượng chiêu sinh:**

Bác sĩ, bác sĩ tâm lý, tâm thần, chuyên gia tâm lý, điều dưỡng, kỹ thuật viên y tế và các chuyên gia làm việc với các bệnh tâm lý. Tất cả đối tượng chiêu sinh bắt buộc phải có trình độ Đại học trở lên và **phải có nền tảng về tâm lý học để có thể hiểu các khái niệm cơ bản của tâm lý học. Ban giảng huấn có thể từ chối không cho học viên tham dự** nếu học viên không thể cung cấp minh chứng liên quan khi được yêu cầu.

**2. Thời gian đào tạo:**

Cập nhật kiến thức thực hành Tâm lý học lâm sàng: Khóa học về sự nhạy cảm của chánh niệm – Perfection de la pratique en Psychologie clinique : Atelier de sensibilisation à la Mindfulness. Học trong 06 buổi từ 04/3-08/3/2024. Khóa học tổng cộng có 24 tiết học, mỗi buổi 04 tiết.

Việc giảng dạy sẽ bao gồm thời gian dành cho lý thuyết và thời gian thảo luận để áp dụng các bài đánh giá và trao đổi nhóm.

Thời gian đào tạo sẽ được phân chia giữa thời gian trình bày lý thuyết và thời gian làm nhóm để thực hành các bài kiểm tra;

Thời gian dành cho mỗi buổi học có thể được thay đổi.

- Nội dung chương trình học:

**BUỔI 1: SÁNG NGÀY 04/3/2024**

Buổi sáng : 8h30-11h30

**Buổi sáng đầu tiên này sẽ nhằm phát triển kiến thức lý thuyết cơ bản về chánh niệm. Những điểm sau đây sẽ được đề cập cụ thể:**

Nền tảng lý thuyết của chánh niệm, bao gồm các khía cạnh tâm lý học và triết học Phật giáo làm nền tảng cho chánh niệm

- Thang đo chánh niệm

- Cơ sở lý thuyết của các can thiệp dựa trên chánh niệm
- Tập trung vào chương trình MBCT (Trị liệu nhận thức dựa trên chánh niệm)
- Các quá trình được nhắm mục tiêu bởi các biện pháp can thiệp dựa trên chánh niệm
- Các chỉ định và nghiên cứu hiệu quả của các biện pháp can thiệp dựa trên chánh niệm

Với mục đích bắt đầu học tập trải nghiệm về chánh niệm và phát triển các kỹ năng thực tế, 5 nửa ngày sau đây là một phần trong khuôn khổ đào tạo tổng quát hơn về các biện pháp can thiệp dựa trên chánh niệm và đặc biệt là chương trình MBCT. Việc tổ chức các buổi học này dựa trên các bài tập và thực hành rèn luyện chánh niệm tiên bộ mà sự cam kết của những người tham gia là cần thiết. Do đó, một phần nội dung sẽ được người tham gia cung cấp, đặc biệt trong giai đoạn phản hồi sau mỗi bài tập hoặc buổi thực hành.

- Cấu trúc điển hình của những nửa ngày này như sau:
- Bắt đầu bằng một bài tập hoặc thực hành chánh niệm có hướng dẫn giới thiệu chủ đề của buổi học
- Trao đổi khám phá về thực hành và bài tập giữa người tham gia và giáo viên
- Đóng góp và kết nối với chủ đề của buổi học
- Lưu ý : Cần lưu ý rằng cấu trúc này không thay thế sự mở đầu theo tình huống thực tế của giáo viên đối với các lựa chọn giảng dạy tại các buổi học.

### ***BUỔI 2: CHIỀU NGÀY 04/3/2024***

Buổi chiều: 13h30-16h30

#### **Chương trình buổi học:**

Thiết lập khuôn khổ hoạt động cho các buổi làm việc nhóm (bảo mật và tôn trọng đời sống riêng tư)

Bài tập “Làm cho bàn tay của chúng ta lên tiếng” và trao đổi khám phá giữa học viên và giáo viên

Giới thiệu chủ đề buổi học và học tập từ thực tiễn:

- Xác định chế độ tự điều khiển
- Khám phá hai phương thức hoạt động của tâm trí “Suy nghĩ về” và “Trải nghiệm trực tiếp”

Hướng dẫn thực hành “Thực hành hiện diện” và trao đổi khám phá giữa học viên và giáo viên

### ***BUỔI 3: SÁNG NGÀY 05/3/2024***

Buổi sáng: 8h30-11h30

#### **Chương trình buổi học:**

Thực hành “Thực hành trải nghiệm trực tiếp các cảm giác vật lý” và, cuối cùng, mô tả trải nghiệm đó dựa trên Bảng quy trình khám phá sau quá trình thực hành

Trao đổi khám phá giữa người tham gia và giáo viên

Giới thiệu chủ đề buổi học và rút ra bài học từ thực tiễn:

- Nhận thức được khả năng của một mối quan hệ mới với cơ thể

**BUỔI 4: SÁNG NGÀY 06/3/2024**

Buổi sáng: 8h30-11h30

**Chương trình buổi học:**

Hướng dẫn thực hành “Thực hành trực tiếp trải nghiệm cảm giác, cảm xúc” và trao đổi khám phá giữa học viên và giáo viên

Giới thiệu chủ đề buổi học và rút ra bài học từ thực tiễn:

- Phát triển thái độ chấp nhận
- Nhận thức được khả năng có một mối quan hệ mới với những trải nghiệm nội tâm khó khăn

**BUỔI 5: SÁNG NGÀY 07/3/2024**

Buổi sáng: 8h30-11h30

**Chương trình buổi học:**

Hướng dẫn thực tế “Thực hành Không gian thở 3 phút” và trao đổi khám phá giữa học viên và giáo viên

Bài tập “Tôi đi bộ xuống phố...”

Thực hành “Thực hành trải nghiệm trực tiếp suy nghĩ” và trao đổi khám phá giữa học viên và giáo viên

Giới thiệu chủ đề buổi học và học hỏi từ thực tiễn:

- Xác định các loại suy nghĩ khác nhau
- Nhận ra rằng suy nghĩ không phải là hành động
- Nhận thức được khả năng của một mối quan hệ mới với những suy nghĩ

**BUỔI 6: SÁNG NGÀY 08/3/2024**

Buổi sáng: 8h30-11h30

**Chương trình buổi học:**

Hướng dẫn thực tế “Thực hành hiện diện” và trao đổi khám phá giữa học viên và giáo viên

Đánh giá chương trình học

Phản hồi và thảo luận về các chiến lược cá nhân để thực hiện thực hành chánh niệm hằng ngày: thực hành chính thức và không chính thức

Giới thiệu chủ đề buổi học:

- Áp dụng kết quả học tập vào đời sống thường ngày
- Thực hiện kế hoạch hành động cho một lối sống mới
- Luyện tập hiện diện trong các hoạt động đời sống thường ngày

**3. Ban giảng huấn:**

- TS. Lionel STRUB – Chuyên gia tâm lý lâm sàng và tâm bệnh học, Giảng viên Trường Tâm lý thực hành (EPP), Paris, Pháp.

**(lớp học có phiên dịch)**

**4. Địa điểm học:**

Học trực tiếp tại Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch, số 02 Dương Quang Trung, P.12, Q.10, TPHCM.

**5. Học phí:**

4.000.000 đ/học viên

**Thời gian đăng ký và đóng học phí:**

Sáng: 8:30-11:30/ Chiều: 14:00-16:30, bắt đầu từ ngày ra thông báo. Hạn chót đăng ký và đóng học phí là vào **thứ Hai, ngày 04/3/2024**.

**Địa điểm đóng học phí:**

Đóng học phí trực tiếp tại Quầy Thu phí ngân hàng Phương Đông (OCB) trong sảnh tầng trệt khu A1 của trường. Sau khi đóng học phí, vui lòng gửi phiếu thu cho Phòng Hợp tác quốc tế qua email anh Thành Trung: [trungpt@pnt.edu.vn](mailto:trungpt@pnt.edu.vn)

**Hoặc chuyển khoản qua ngân hàng theo thông tin sau:**

✓ Tên TK: Ngân Hàng TMCP Công Thương Việt Nam (Vietinbank) – Chi Nhánh Hồ Chí Minh

✓ Số TK: 1270.0008.3638

✓ Chủ tài khoản: Trường Đại Học Y Khoa Phạm Ngọc Thạch

✓ Nội dung chuyển khoản: Họ và tên – TamlyEPP – T3.2024 (VD: NguyenVanA – TamlyEPP – T3.2024)

Sau khi hoàn tất chuyển khoản, vui lòng gửi thông báo chuyển khoản thành công hoặc ủy nhiệm chi của ngân hàng cho Phòng Hợp tác quốc tế qua email anh Thành Trung: [trungpt@pnt.edu.vn](mailto:trungpt@pnt.edu.vn)

*\* Học viên giữ biên lai thu tiền thay thế cho thẻ vào lớp và để nhận giấy xác nhận sau khi hoàn thành khóa học. Nhà trường không giải quyết, hoàn trả học phí sau khi đã đóng.*

**6. Bằng cấp:**

Sau khi kết thúc khóa học, các học viên tham dự đủ trên 80% số buổi học (lớp học có điểm danh mỗi buổi học) sẽ được cấp giấy chứng nhận Đào tạo liên tục về “Cập nhật kiến thức thực hành Tâm lý học lâm sàng: Khóa học về sự nhạy cảm của chánh niệm – Perfection de la pratique en Psychologie clinique : Atelier de sensibilisation à la Mindfulness” do Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch cấp nếu hoàn thành tốt khóa học và đạt yêu cầu trong kỳ thi cuối khóa.

**7. Thủ tục đăng ký:**

- Bước 1: Điền thông tin đăng ký

Qua đường link dưới đây <http://tinyurl.com/TAMLYEPP03-2024>

hoặc quét mã QR:



- Bước 2: Đóng học phí theo hướng dẫn trên.

- Bước 3: Hoàn tất hồ sơ đăng ký

Cách 1: Gửi lại phòng Hợp tác quốc tế Bản sao Phiếu thu học phí

Cách 2: Chụp hình thông báo chuyển khoản thành công hoặc giấy ủy nhiệm

chi của Ngân Hàng đính kèm vào đường link đăng ký lớp học trên hoặc gửi qua email: [trungpt@pnt.edu.vn](mailto:trungpt@pnt.edu.vn)

**8. Hồ sơ đăng ký gồm:**

- Điền phiếu đăng ký lớp học theo đường link trên.
- Bản Scan/Ảnh chụp bản gốc hoặc bản sao có thị thực bằng tốt nghiệp đại học; Bản Scan/Ảnh chụp phiếu thu học phí hoặc giấy ủy nhiệm chi của Ngân Hàng (nếu chuyển khoản) đính kèm vào đường link đăng ký hoặc gửi về email [trungpt@pnt.edu.vn](mailto:trungpt@pnt.edu.vn)

**9. Thời gian nhận hồ sơ:**

Kể từ khi có thông báo đến 16h00, thứ Hai, ngày 04/3/2024  
(Học viên có thể đăng ký trước qua email).

**10. Thông tin liên hệ:**

Phòng Hợp tác quốc tế (phòng 6.9, lầu 06, khu C).  
Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch.  
01 Dương Quang Trung, Phường 12, Quận 10, TP.HCM  
Anh Thành Trung, ĐT: 028.38.668.021; Email: [trungpt@pnt.edu.vn](mailto:trungpt@pnt.edu.vn);

**11. Ngày khai giảng:** 08:00 giờ, thứ Hai, ngày 04/3/2023.

Rất mong Ban Giám hiệu các nhà trường, Ban Giám đốc Bệnh viện, Trung tâm Y tế tạo điều kiện cho các bác sĩ, học viên sau đại học, chuyên gia tâm lý, nhân viên y tế tham gia lớp học này.

Trân trọng thông báo./.

**Nơi nhận:**

- Đơn vị nhận thông báo;
- Cổng thông tin TĐHYKPNT (để thông tin);
- Lưu: VT, P.HTQT, Tr (05).

**TL. HIỆU TRƯỞNG  
TRƯỞNG TRUNG TÂM  
ĐÀO TẠO NHÂN LỰC Y TẾ**

(đã ký)

**PGS. TS. BS. Huỳnh Nguyễn Khánh Trang**