

中国艺术医学协会

中国艺术医学协会 关于开展 2026 艺术赋能·正念减压（MBSR） 双心治疗师资培训的通知

各有关单位、各医疗机构、各有关院校：

心血管疾病长期位居我国居民死因首位。为深入贯彻《“健康中国 2030”规划纲要》《健康中国行动——心脑血管疾病防治行动实施方案（2023—2030 年）》精神，推进“以治病为中心”向“以人民健康为中心”转变，强化关口前移，创新心脑血管疾病同防同治路径，补齐当前心脑血管疾病临床合并焦虑抑郁识别与不足、干预手段单一、跨学科人才匮乏的短板，构建符合我国人群特征的“生理-心理-社会”整体诊疗模式，中国艺术医学协会联合行业权威机构，设立正念减压（MBSR）技术与双心医学、艺术治疗专项融合的行业培训项目——“艺术赋能·正念减压（MBSR）双心治疗师资培训”。旨在以专项融合培训为载体，着力培养心血管疾病临床一线兼具正念引导与艺术干预能力的复合型人才，增强其在艺术表演人员及临床患者心理健康服务领域的专业支撑作用。培训班拟定于 2026 年 7 月 31 日至 8 月 2 日在北京举办。有关事宜通知如下：

一、组织机构

主办单位：中国艺术医学协会

学术支持：首都医科大学附属北京安贞医院双心医学中心

天津市胸科医院

汕头大学长江艺术与设计学院

广西壮族自治区脑科医院

北京大学第六医院

承办单位：中国艺术医学协会双心医学专业委员会

二、培训目标

本培训为正念减压(MBSR)技术的临床应用基础培训,聚焦MBSR技术在“双心同治”模式临床场景中的规范化应用,融合音乐正念、绘画表达、正念舞动、戏剧角色等艺术治疗手段,形成“艺术赋能·正念双心”综合干预技术体系,建立适配心血管临床场景的“正念+艺术”双心干预模式。本培训不涉及疾病诊断、治疗方案制定及心理治疗资质认定,不可替代药物治疗。

1. 构建双心师资梯队:系统培养具备“双心临床诊疗+正念干预引导+艺术治疗应用”复合能力的师资骨干与技术人才,填补基层与专科双心人才缺口,助力《实施方案》中“基层防治能力提升”任务落地。

2. 规范技术操作体系:建立基于循证医学的艺术治疗与正念干预在双心临床中的标准化应用路径,将正念减压、表达性艺术治疗等适宜技术与现有心脑血管诊疗体系衔接,支撑“三高共管”、术后康复、慢病管理等场景的心身同治需求。

3. 促进临床技能提升。通过经典MBSR课程框架研习、双心医学循证机制解析及多元艺术治疗模块的沉浸式实训,使学员掌握床旁短程正念干预、术后心身康复指导、患者情绪危机安抚及护理艺术

整合等核心技能，切实降低心脑血管患者共病焦虑抑郁发生率，提升治疗依从性与生存质量。

4. 推动服务模式转型。推动正念与艺术干预技术在心脑血管疾病防治中的规范化、同质化应用，全面提升医护人员心身同治能力，推动心血管疾病诊疗从单纯生物医学模式向“生理—心理—社会”整体模式转型。

三、培训对象

面向全国招收学员，第一批拟招收人数 30-50 人，名额有限，择优录取，优先支持基层与一线临床岗位人员：

1. 各级医疗机构心内科、心理科、老年科、中医科、心脏康复科、全科医学科医护人员；
2. 精神科、临床心理科医师及心理治疗师；
3. 从事双心医学、慢病管理、心脏康复的临床骨干；
4. 医学院校从事艺术医学、医学人文、护理教育、康复治疗学相关教学与科研人员；
5. 具备一定临床基础，有志于开展双心治疗技术的社区卫生服务中心医师。

四、培训内容（模块化设计）

本次培训原计划为三期进阶式培训（理论筑基·双心认知整合、艺术赋能·正念艺术融合、应用落地·心身健康愈合），旨在通过分阶段学习实现认知—技能—应用的螺旋式提升。经综合评估学员时间成本、差旅负担及培训实效，决定将三期内容整合为一次性集中培训，在总学时不变、模块内容不删减的前提下增加 2 周线上教学督导与带教，并通过优化培训内容编排实现“理论讲授—实操演

练—临床应用”的连贯闭环。培训内容详见附件。

五、师资团队

由中国艺术医学协会双心（心脏心理）医学专业委员会特邀以下领域专家联合授课：

1. 双心医学领域：国内知名心内科与双心医学专家，具备丰富的心血管疾病心理问题共病诊疗经验；

2. 正念减压领域：美国麻省大学医学院正念中心培训认证的正念导师，具备 MBSR/MBCT 师资资格；

3. 艺术治疗领域：国内知名注册艺术治疗师（ATR）、音乐治疗师、舞动治疗师；

4. 临床整合领域：长期从事心脏康复与心理干预的跨学科临床团队专家。

六、培训时间与地点

培训时间：2026 年 7 月 31 日--8 月 2 日（共 3 天，不含报到与撤离时间）

报到时间：2026 年 7 月 30 日 14:00-20:00

培训地点：北京市（具体地点待定）

住宿安排：可联系会务组统一预订，费用自理。

七、考核标准及培训证书

完成全部课程学习并通过全部考核者（理论考核、实操考核），将获得：

1. 中国艺术医学协会颁发的《艺术赋能·正念减压（MBSR）双心治疗师资培训结业证书》；

2. 考核优秀者纳入双心正念师资人才库，终身免费参与后续进

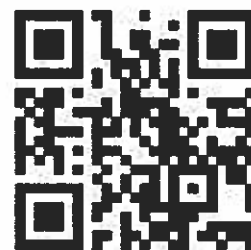
阶督导、学术更新及课程升级培训；

3. 优先获得后续学术支持与项目合作机会。

八、报名事项

（一）报名方式

请扫描二维码提交个人报名资料，报名资料审核通过后进行缴费。参会资格以邮件录取通知为准；录取后请提供缴费信息凭证至邮箱 ysshuangxin@163.com。缴费成功后，会务组将统一发送确认信息及参会须知。



要求报名成功者全程参会，原则上不得无故请假，如遇不可抗力原因无法参会，请于7月20日之前提交书面材料说明。本培训不接受现场报名。

（二）报名截止时间

2026年7月28日（以邮件发送时间为准，额满即止）

（三）培训费用

第一期培训费用：2800元/人；

第二期培训费用：2800元/人；

第三期培训费用：2800元/人；

线上督导及考核费用：1400元/人

以上费用共计：9800元/人。

早鸟价/团体价：9000元/人（7月20日前报名或同一单位3人及以上）

交通、食宿费用自理。

（四）缴费方式（银行转账）

名称：中国艺术医学协会

开户银行：北京银行白石桥支行

银行账户：01090318400120109033510

汇款请备注：双心培训+姓名

九、联系方式

胡老师 电话 17801725265

附件：“艺术赋能·正念减压（MBSR）双心治疗师资”培训
三期进阶式培训课程安排表（拟）



附件：

“艺术赋能·正念减压（MBSR）双心治疗师资”培训 三期进阶式培训课程安排表

时 间	培 训 内 容	费用
第一期 7 月 31 日 理论筑基·双心 认知整合	• 双心医学导论、四维健康模型解析、正念双心循证机制 • HRV 与压力水平评估、HRV 生物反馈训练、围手术期双心医疗与护理正念干预、“心流”与最佳体验理论 • 正念练习、星空冥想与自然连接	2800 元/人
第二期 8 月 1 日 艺术赋能·正念 艺术融合	• 认知行为疗法、渐进式肌肉放松训练、引导式意象对话、身体扫描与正念训练、呼吸模式评估与优化及双心诊疗实操 • 基础涂鸦和绘画疗愈、音乐与舞动艺术疗愈、压力失眠身心问题疗愈及晚间静心与日志引导	2800 元/人
第三期 8 月 2 日 应用落地·心身 健康愈合	• 精神压力高血压诊疗规范及正念干预、心血管疾病创伤后应激正念双心护理、心血管疾病合并失眠诊疗规范及正念干预、心血管疾病恐惧的正念接纳疗法 • 个性化“正念双心诊疗”处方撰写、个人长期维护与复发预防策略、正念双心科普及结业考核	2800 元/人
两周（14 天）线上督导与考核安排		1400 元/人