

上海高校心理健康教育与咨询示范中心（华东政法大学）

2019年(下)上海高校心理健康教育专题培训通知

各高校学工部：

根据市教卫工作党委、市教委统一部署，2019年度“情绪聚焦疗法（EFT）工作坊”专题培训（培训方案见附件一）由上海高校心理健康教育与咨询示范中心（华东政法大学）承办。现将培训有关事项通知如下：

一、培训内容：情绪聚焦疗法（EFT）工作坊

二、培训时间：2019年9月26日（周四）至29日（周日）
9:00-12:00 13:00-16:00

三、培训地点：华东政法大学长宁校区东风楼东一教室

四、主讲教师：陈玉英 博士

五、培训对象：各高校专兼职心理咨询师或心理辅导员（须有国家或上海咨询师证书）。

本次培训人数限定40人，每校限报2人，由所在学校学工部门或心理咨询中心推荐。

学员按照报名顺序兼顾学校原则确定，以具体通知为准。

六、培训费用：免费，费用由示范中心补贴。

七、食宿安排：餐饮由培训方统一提供，本次培训不提供住宿。

八、报到安排：请参加培训人员于9月26日8:30至9:00前往华东政法大学长宁校区东风楼东一教室报到。

地址：上海市长宁区万航渡路1575号。

（交通提示：轨道交通2、3、4号线至中山公园站，下车步行约15分钟，中山公园北门对面）

九、名单报送：请各校按通知要求，将参加专题培训的学员报名表（见附件二）于2019年9月20日（周五）前通过邮件或传真至华东政法大学心理咨询中心，也可微信扫描二维码报名（需学工部或心理咨询中心同意）。

联系人：马前广；

联系电话：57090206；传真：57090206；

电子邮箱：huazhengxl@163.com；

报名二维码（微信扫码）：

特此通知。



上海市教育委员会德育处
上海高校心理健康教育与咨询示范中心
(华东政法大学) (代章)

2019年9月9日

附件一：培训方案

1、培训目标及内容安排

助人技巧的三阶段是探索、洞察与行动。探索以人本为主，洞察以精神动力理论为主，行动阶段是大部分咨询师的弱点，明白问题却不知如何解决问题。研究证明，情绪的探索、唤起与转化，是心理治疗中个案发生改变的核心因素。在心理治疗领域里，情绪聚焦疗法（Emotion Focused Therapy）是近年整合派的后起之秀，具有雄厚的实证研究基础，证明其疗效的持续性。

EFT 的创始人为格林伯格（Leslie Greenberg）。主要观点是，情绪是影响个案整体功能以及心理治疗中发生改变的核心因素。其治疗风格结合了跟随与引导，重视咨询历程中个案的情绪体验。EFT 的治疗过程犹如治疗师与个案“在共情的汪洋大海中寻找标记的岛屿”。EFT 非常重视以共情贯彻全局，关注个案的情绪经验作为治疗的核心，再整合认知，重整个案的生命叙事，是一个整合了个人中心治疗、格式塔治疗、体验式治疗和存在主义治疗，并加上情绪理论、认知、依恋、人际间、心理动力与叙事等理论的疗法。

本次专题培训以 Leslie Greenberg 的情绪聚焦疗法（Emotion Focused Therapy, EFT）为理论框架，说明在行动阶段如何应用 EFT 唤起来访者情绪，帮助来访者表达情绪，并引导来访者转化情绪。帮助心理咨询师更好应对和解决学生心理问题。

培训内容安排

时间	上午 (9:00-12:00)	下午 (13:00-16:00)
9.26 (周四)	EFT 的操作框架和共情训练	
9.27 (周五)	EFT 的核心理论和聚焦	
9.28 (周六)	EFT 的核心任务：自我批评和焦虑分裂	
9.29 (周日)	EFT 的核心任务：未竟事宜和自我打断	

2、培训师资

陈玉英博士，台湾大学外语系学士，美国 DePaul 大学硕士，伯克利大学婚姻家庭治疗硕士，华东师范大学心理学博士，中国心理学会临床与咨询心理学注册系统注册心理师。中德班第四期毕业学员，CAPA 高级班学员。现任上海关怀心理咨询中心主任，上海和睦家医院心理咨询师。陈博士个人治疗取向为 EFT+心理动力，自 2010 年起学习 Sue Johnson 的 EFT 伴侣治疗，2013 年起师从 EFT 创始人 Leslie Greenberg 学习 EFT 个人治疗，是中国完成 EFT 个人治疗培训与督导的第一人，目前致力于推广 EFT 个人与婚姻治疗。陈博士擅长辅导夫妻或情侣从婚恋问题中自我成长，帮助个人探索原生家庭影响，处理童年创伤，积极经营亲密关系。

附件二：报名表

上海高校心理健康教育与咨询示范中心（华东政法大学）
专题培训报名表

学校：_____ (盖章)

部 门	姓 名	性 别	手 机	E-mail

注：每校限报 2 人，以上信息请填写清楚，

[可以通过邮件 huazhengxl@163.com 发送，也可以传真 021-57090206 发送。](mailto:huazhengxl@163.com)

报名二维码

(请用微信扫一扫或识别二维码报名)

