

北京师范大学心理学部第二期一次单元心理咨询

连续培训项目招生简章

随着我国社会经济改革的深入发展，人们的工作任务加重，生活节奏加快，在生活质量提高的过程中产生了越来越多的心理问题，对心理咨询的需求日益突显，亟需探索一种短程心理咨询方式为广大群众提供有效的心理健康服务，一次单元心理咨询模式应运而生。一次单元心理咨询既是对心理咨询激增的一种回应，符合当前社会对心理健康服务的需求，也是在咨询次数有限，甚至只有一次咨询的一种专业探索，是对传统心理咨询模式的发展和创新。

一次单元心理咨询起源于危机干预的临床经验，在一次咨询中采用相应的技术来完成危机干预任务；它发展于新冠疫情心理援助热线的实践，在一次热线中采取结构化的咨询方式来实现援助效果；它推广于心理健康服务领域，提高助人者在危机干预、心理咨询和心理辅导等多个领域，采用一次咨询或一次谈心的工作方式服务更多的人群。

一、培训目标

一次单元心理咨询是基于人本心理咨询和后现代心理咨询的基本理念和技术，在结构化的咨询过程中，强调良好的咨询关系，以解决问题为导向，通过聚焦当事人的微小改变来激发当事人生命力量的一种短程咨询模式。每一次咨询既可以有独立单元的完整性，也有与后续单元衔接的开放性，所以说，心理咨询可以是一次性心理咨询，也可以是连续性的心理咨询。

一次单元心理咨询模式已得到专家学者的认同，北京师范大学心理学部临床与咨询心理学学院樊富珉院长认为它是非常具有创造性，尤其考虑到中国文化的特色，并且结合了语言和非语言表达，通过多通道方式开展心理辅导，充分发挥了团体心理辅导的功能，同时领导者风格体现出强烈的人本主义风格，整个过程步骤清晰，技术明确，非常容易让学习者掌握。北京师范大学心理学部侯志瑾教授认为它是非常实用的模型和技术，非常贴切的比喻，很好地示范了咨询师的信念。案例操作有温度，内容及相关资料全面，便于使用，应该有更广泛推广！

一次单元心理咨询培训能提升受训者的心理咨询技能和咨询时效，是在咨询

时长和条件有限且难以保证咨询效果的咨询实务而推出的培训方式，能广泛应用于心理咨询、心理热线、社区咨询、EAP 咨询以及不同层级的心理咨询师培训中。

二、课程介绍

课程内容由陈秋燕教授带领开发主讲，包括：4 天理论与技术训练（陈秋燕教授主讲，教学团队配合执行）。

（一）课程内容

时间	内容	授课老师
<p>第一天：</p> <p>2023 年 8 月 24 日</p> <p>上午 9: 00-12:00</p> <p>下午 14:00-17:00</p>	<p>一、一次单元心理咨询概念、历史与发展</p> <p>二、一次单元心理咨询理论：人性观，病因观、价值观和治疗观。</p> <p>三、一次单元心理咨询过程与技术（一）</p> <p>1. 建立关系、2. 了解问题</p> <p>基本技巧（一）：积极专注、治疗式倾听、非语言、轻微鼓励、反映、提问、重述、沉默等。</p>	<p>主讲：陈秋燕</p> <p>助教：张澜、孟莉 李非寒</p>
<p>第二天：</p> <p>2023 年 8 月 25 日</p> <p>上午 9: 00-12:00</p> <p>下午 14:00-17:00</p>	<p>四、一次单元心理咨询过程与技术（二）：</p> <p>3. 应对方式、4. 心理指导、5. 总结咨询。</p> <p>基本技巧（二）：具体、鼓励性提问、个人分享、提供信息、直接指导、对质、解释、表达、概述等。</p>	
<p>第三天：</p> <p>2023 年 8 月 26 日</p> <p>上午 9: 00-12:00</p> <p>下午 14:00-17:00</p>	<p>五、一次单元心理咨询的实务</p> <p>1. 练习一次单元心理咨询过程与技巧。</p> <p>2. 督导一次单元心理咨询过程与技巧。</p> <p>3. 示范一次单元心理咨询过程与技巧。</p>	
<p>第四天：</p> <p>2023 年 8 月 27 日</p> <p>上午 9: 00-12:00</p>	<p>六、一次单元心理咨询的应用</p> <p>1. 一次单元心理咨询在危机干预中的应用</p> <p>2. 一次单元心理咨询在个案中的应用</p>	

下午 14:00-17:00	3. 一次单元心理咨询理论与实务的整合	
----------------	---------------------	--

(二) 教学团队

1、主讲老师：



陈秋燕：北京师范大学心理学部临床与咨询心理学院副院长，西南民族大学教育学与心理学学院教授，研究生导师。中国心理学会临床与咨询心理学专委会委员和注册工作委员会委员，中国心理卫生协会大学生心理咨询专委会副主任委员，团体心理辅导与治疗专委会副主任委员等。中国心理学会临床与咨询心理学注册督导师，中国心理卫生协会认证督导师。

2、小组督导团队：



张瀚：北京师范大学珠海校区教授、博士生导师，北京大学应用心理学博士、新加坡国立大学高级访问学者。中国心理卫生协会大学生心理咨询专业委员会委员、团体心理辅导与治疗专业委员会委员。中国心理学会临床心理学注册工作委员会注册督导师。



孟莉：北京师范大学心理学部副教授、硕士生导师。中国心理学会临床心理学注册工作委员会委员，中国心理卫生协会大学生心理咨询专业委员会委员、团体心理辅导与治疗专业委员会委员。中国心理学会临床心理学注册工作委员会首

批注册督导师。



李非寒：北京师范大学心理学部教师，密苏里大学咨询心理学博士。北京师范大学心理学部应用心理专业硕士临床与咨询方向北京校区负责人，北京师范大学心理学部心理健康服务中心专职督导师，中国心理学会临床与咨询心理学注册督导师。

三、培训对象

满足以下任何条件之一可参加报名：

1. 中国心理学会临床心理学注册心理师和助理心理师；
2. 有3年以上咨询/治疗经验的心理学、教育学、临床医学、社会工作等相关专业的心理健康从业人员；
3. 已经从事心理健康，心理辅导、咨询或治疗工作，且个体咨询小时数不少于50小时，具有专业咨询认证的心理咨询师或治疗师；
4. 在读学生或学员。具体要求：有半年以上咨询或治疗经验的心理学、教育学、社会工作或相关专业的博士研究生，临床与咨询心理专业硕士研究生或临床与咨询心理专业能力长程培训项目在读学员等（长程培训项目不限制高校或公司承办，举办时间跨度1年或1年以上即可）。

四、培训时间

学习时间：2023年8月24日—2023年8月27日，共4天，32学时。

五、学习形式

线下学习。地址：北京师范大学心理学部EDP中心培训教室；北京市西城区新街口外大街8号金丰和创业园A座（北师大东门对面）。具体教室另行通知。

六、招生人数

招生人数：60人。

七、结业要求和结业证书

完成所有课程学习即可获得北京师范大学培训结业证书、中国心理学会注册

系统继续教育项目证书；以下是北京师范大学培训结业证书样式：



为修满学时、考核合格的学员颁发北京师范大学培训结业证书，可在北京师范大学培训管理信息平台 (<http://jpc.bnu.edu.cn/cms/zscx/index.htm>) 进行证书查验。

八、报名时间及预报名方式

报名时间：

预报名请扫描如下二维码：



可添加北师大心理学部 EDP 中心咨询微信，微信号 13260061101

九、培训费

价格 1：社会人员：4580 元/人。

价格 2：优惠价格：3980 元/人。

优惠条件：

1. 三人及以上团报
2. 北师大校友
3. 北师大心理学部实习基地人员
4. 在读学生或学员。具体要求：有半年以上咨询或治疗经验的心理学、教育学、社会工作或相关专业的博士研究生，临床与咨询心理专业硕士研究生或临床

与咨询心理专业能力长程培训项目在读学员等(长程培训项目不限制高校或公司承办, 举办时间跨度1年或1年以上即可)。

费用包括: 培训费、资料费、学校管理费等。其他费用自理。

十、缴费及发票

1. **登录缴费平台:** <http://wszf.bnu.edu.cn/publish/> 登录后查找【北京师范大学心理学部第二期一次单元心理咨询连续培训项目】进行缴费。(需要开发票报销的学员推荐使用此平台进行缴费)。

2. **银行对公转账账号【可以通过手机银行、支付宝、微信等转入如下账户】:**

开户行: 中国银行北京文慧园支行; 账户名: 北京师范大学;

账号: 340256015272; 银行名称: 中国银行;

纳税人识别号: 12100000400010056C; 地址: 北京市海淀区新街口外大街19号。

发票形式: 电子发票; 发放方式: 发送至报名者提供的邮箱。

备注: 请在汇款单上备注“心理学部一次单元+姓名”。此方式须通过对公转账方式缴费。

缴费截止时间: 2023年8月20日。

3. 发票:

发票内容: 函大电大夜大及短期培训费

发票类型: 中央财政中央非税收入统一票据

发票形式: 电子发票 发放方式: 发送至报名者提供的邮箱

学员缴费成功后可以加北师大心理学部 EDP 中心咨询微信, 微信号 13260061101, 发送缴费截图, 北师大心理学部工作人员会把您加入学习群提供课程资料开始预习课程相关内容。

十一、咨询地点及联系方式

1. 咨询部门: 北京师范大学心理学部 EDP 中心。

2. 地点: 北京市西城区新街口外大街8号金丰和创业园A座6层606室(北师大东门对面)

3. 联系人: 杨老师、乔老师、张老师等。

4. 咨询电话: 13260061101; 010-62204669; 010-62204009; 010-82240811;

5. 咨询邮箱: edpbnu@bnu.edu.cn

6. 咨询微信：13260061101（北师大心理学部 EDP 中心）

十二、参考书目

- 1、林孟平著，《心理咨询与治疗》，生活书局出版有限公司，2022年3月
- 2、王智弘、杨淳裴著，《一次的力量》，张老师文化事业股份有限公司，2018年二版。
- 3、（英）科林·费尔森等著，《短期心理咨询》，中国人民大学出版社，2011年7月

