

# 湖州市社会心理学会

---

## 关于心理咨询师专业成长小组 预报名的通知



- 为什么要参加成长小组？

心理咨询师是一个把自己作为重要工具，和来访者进行工作的特殊职业。然而咨询师作为普通人，也会面临生活各式各样的挑战，也带有过去经历的创伤。作为咨询师的我们，如果无法安顿好我们的这些创伤、挑战，我们非但不能疗愈他人，反而可能给来访者带来伤害。

**理解心理咨询职业、关注咨询师个人成长是成为一名好的咨询师的先决条件。**

快加入刘志宏教授全程带领的心理咨询师专业成长小组吧，咨询师的成长之

路上您不是一人在孤军作战，在专业的指导下我们一起携手前行。

### ● 将会收获什么？

在这里，您可以在安全、封闭的团体中，分享自己的困惑，得到团体的支持与老师的专业解答。不管您学的是哪个流派，精神分析、家庭治疗、认知行为，还是其他。您都能在这个包容的团体里，得到咨询师基本功力的夯实。

在这里，您可以在体验中，不断提升自己的觉察能力，增强自己对内心、对世界的敏锐观察。

在这里，您可以带着疑难案例来督导，获取来自团体的多元视角，深度觉察来访者和作为咨询师的自己。

通过理论讲解、体验分享、小组练习、角色扮演、问题讨论、案例分析过督导等形式，带领小组成员理解心理咨询职业和专业成长路线、懂得成为一名自信的咨询师应从“觉察”开始。我们对小组成员的期待：

1. 提高自我觉察力，明确专业成长过程，关注核心胜任力，感受咨询“场域”，练习觉察、倾听、表达、共情、积极关注等基本功，树立学习和咨询信心。
2. 理解人性，感受多元文化，探索自身心路历程，了解防御与移情，主动关注和寻求处理自己的“未完成事件”。
3. 熟悉咨询流程，明了咨询设置，把握咨询伦理，掌握初始访谈和资料收集。
4. 感受不同理论取向，形成个案概念化，为成为自信的、专业的心理咨询师奠定基础。
5. 获得带领着和学伴们的支持，体验专业成长快乐，避免职业倦怠。

### ● 课程特色

觉察训练：学习咨询从觉察开始，通过四目相视等活动，训练觉察力。

三人小组：分别扮演咨询师、来访者和观察员，演练并感受不同角色。



(图为学员在进行三人小组的练习，咨询师、来访者、观察员，大家沉浸在各自的角色中，非常投入。)

大组讨论：在大组中讨论，分享学员自身的智慧和刘老师的体会。



(在大组讨论中，刘老师在分享个人体会，大家听得津津有味)

#### 学伴感言：

“刚开始拿到二级心理咨询师的证书时，自我感觉很好，打算一展身手……那种‘无所不能’感着实让我兴奋了很久。参加了刘老师的成长小组，让我学会了理性，看问题比以前更客观了……刚进组的‘挫败感’渐渐消失，期待下一阶。



“我印象最深的就是‘觉察，觉察，再觉察’。刚开始觉得觉察是很困难的事情，总是在事后才意识到自己当下的一些情绪和想法，通过第一阶的学习，慢慢对觉察有了更深的认识，对自己和对身边的人也都有了更多的觉察，似乎瞬间感觉自己的生活丰富了许多。对于心理咨询师来说，觉察真的是很重要的基本功。”



“刘老师的讲课风格我非常喜欢。从成长小组第一阶到第二阶，收获真的很多。”

“不再轻易做出非黑即白的武断，能够很有耐性地等待和接收各种可能性；接受“贵族”的自己也有“流氓”的一面，发现这样的自己更加真实可爱。”



“在刘老师的身上让我看到了‘严谨’‘谦和’，一个严谨谦和并愿意分享

的人比外貌知识更重要！”



### ● 课程设置

成长小组课程分一阶、二阶、三阶。从易到难，为心理咨询师提供循序渐进的职业成长和职业实践平台。**本次课程只招募一阶学员。**

1. **第一阶：**主要通过理论讲解与演练，提升对心理咨询职业的本质、危险（你是不是从来没想过）及职业伦理要求的理解，学会对自身有机体的觉察能力及咨询“场”的构建，审视自我“职业盲点”，以发现自我职业优势和潜能。  
➤ 适合于有热情，没有经历过个案，并愿意尝试心理咨询，或希望提升自我的心理咨询师。
2. **第二阶：**主要通过案例分析与分享，演练“听”与“说”的能力，学习摄入性和结构性会谈，提升个体咨询的基本能力与技巧，促进职业综合能力的提高，夯实基本功。同时强化个案实践中对“自我”及“场”的觉察力，体验倾听、反应及影响等技术在咨询中的应用。  
➤ 适合经历过一阶训练的心理咨询师；有个案经历，渴望个人职业成长。
3. **第三阶：**主要通过案例分析与督导，以心理动力为基础，学习认知行为治疗的基本程序和概念化，同时体验不同取向的心理咨询，并结合自身知识结构

和特点初步形成具有个人风格的职业发展方向。

- 适合经历过二阶训练的心理咨询师；有连续 6 次以上个案经验。

### ● 一阶内容

	内 容
1	理解职业——有效咨询者的素质
2	关注觉察——心理咨询从觉察开始
3	觉察自己——学习心理咨询从自我觉察开始
4	觉察关系——建立“关系”（工作同盟）
5	觉察移情与反移情——“好”咨询师的基石
6	体验冲突（多元文化）——伦理上的决策
7	觉察防御——理解“真实”的他
8	觉察投射性认同——了解“客观”的自己
9	治疗环境——技术有效的前提
10	感受分享、未来路线——体验职业、告别

本次小组只招募一阶学员。

为封闭式，学员 12 人开班，上限 18 人。

为保证小组的安全与稳定性，小组形成后（活动 2 次以后）不再加入新的成员。

每阶 5 天 10 次，每次 3 小时。



微信号: wzknrd

### 带领者介绍

刘志宏

男，医学、心理学双培训背景，整合取向心理治疗师、心理学副教授、注册心理师(X-08-037)。齐齐哈尔院神经精神专业毕业、中科院心理所研修、美国东西方健康科学院临床心理学硕士，先后参加中法精神分析师、中德精神分析师、中德认知行为治疗师、中德完形治疗师以及中国心理学会注册系统心理督导师等连续培训项目。有超过 1.6 万人次个案咨询经历，已形成个性化的心心理咨询理念与风格。温州医科大学附属康宁医院心理咨询与治疗中心主任。

社会兼职：

中国优生优育协会儿童脑潜能开发专业委员会副主任、中国医师协会精神科医师分会睡眠医学专委会委员、中国高教学会医学心理学专委会委员、中华心理咨询师国际协会常务理事、浙江省心身医学专委会常委、浙江省公安厅民警心理健康服务特聘专家、浙江省多个市县（区）社会心理服务指导中心顾问、厦门大学医学院讲座教授。

**主要科研：**

主编、副主编《心理健康通论》、《实用临床心理诊断与心理治疗》、《性心理学》、《医学心理学》、《大学生心理卫生》等教材或著作 8 部，发表《太极拳对老年人心理衰老的影响》等学术论文十余篇，省市科研项目 3 项。

**擅长领域：**

儿童青少年成长心理辅导，恋爱婚姻家庭心理咨询，神经症（焦虑、抑郁、强迫、躯体化等）、心身疾病、性心理障碍、心境障碍、失眠等心理治疗，以及健康教育、精神康复、心理培训、个案督导、企业心理服务等。

**咨询收费：**收费标准：1000 元/50 分钟。咨询时间另行预约。

## 团体安排

**【时间】** 上午 8:30-11:30 13:00-16:00

**【频率】** 湖州心理咨询师专业成长小组（一阶第 26 期）时间安排表：

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. 25		6. 8		6. 22		7. 20		8. 24	

注：1. 每半天（3 学时）一个单元，每阶段 10 个单元；

2. 以上时间是计划时间，如带领者有事，原则上提前 2 天告知。

**【地点】** 湖州市吴兴区仁皇山路 1141 号湖州心助心理咨询服务有限公司 2 楼

## ▪ 费用细则

团体费用：3600 元/期，每期 5 天 10 次。

预报名：3200 元（2019 年 3 月 15 日之前缴费享受）。

心助心理专兼职签约心理咨询师、2018 年度我会和湖州红十字心理健康的志愿者服务队十佳或优秀志愿者预报名：3000 元（2019 年 3 月 15 日之前缴费享受）。

注：**报名确认以收到费用先后顺序为准。**限额，一经确认不办理退款退学。

## ▪ 报名流程

请通过支付宝缴纳（支付宝帐户：52687525@qq.com 账户名称：湖州市社会心理学会），并将缴费截图和《小组申请表》（见附一）发送学会联系人确认。

▪ 联系人手机（微信同号）

冯 霞：13375829056 冷存云：13325728563 缪倩芸：13058928563  
郭洪梅：13306821756 王勤勤：13375828557

▪ 注意事项

1. 入组前请仔细考虑时间因素、经济能力和动机。
2. 法定节假日及带领者外出，团体活动会暂停并顺延，具体顺延情况视实际而定。
3. 如有需要，请联系学会秘书处发培训邀请函。



湖州市社会心理学会  
2019年3月11日

### 附三：小组申请表

编号：

姓名		性别		出生年月	
婚姻状况		有无子女		联系电话	
通讯地址				邮政编码	323700
E-mail			工作单位		
职业		学历		心理咨询相关资格证书名称	
心理咨询相关资格证书编号		获证时间		从事心理咨询相关工作年限	
<b>学历及教育经历(包括学校、专业、所获学位等)</b>					
<b>从业经历 (包括心理咨询与治疗经历、其他工作经历)</b>					
<b>接受督导经历 (包括督导日期、督导取向、督导机构、督导师、持续和间隔时间、所获证书等)</b>					
<b>自我体验与成长经历 (包括个人治疗、团体成长工作坊的日期、主题、机构、带领者、持续时间、所获证书等)</b>					