

# 河南工程学院学生工作部（处）文件

学〔2026〕008号

## 心光学堂高阶培训课程实施方案

为进一步强化学校心理健康教育中心心理咨询师、基层心理健康教育工作指导小组成员的高阶专业素养，推动校园心理健康服务从“基础保障”向“优质提升”跨越，完善学校心理健康教育专业支持体系，根据《中国心理学会学校心理健康教育教师专业能力标准》要求，结合我校学生心理健康工作的实际需要，经研究，决定组织实施2026年心光学堂高阶培训课程，具体方案如下：

### 一、培训目标

1. 情绪聚焦理论扎实化：使学员建立系统的EFT知识框架，把握核心理论内核与关键概念逻辑，形成以情绪为导向的咨询思维模式。
2. 情绪工作技能高阶化：通过针对性进阶训练，提升学员情绪评估、深度共情、精准干预等实操能力，能够独立应对复杂情绪议题。
3. 科研能力综合化：使学员明晰社科研究逻辑，掌握论文发表与课题申报方法，实现科研与咨询协同发展。

## 二、培训对象

学校心理健康教育中心心理咨询师、基层心理健康教育工作指导小组成员。

## 三、培训时间

2026年1月15日

## 四、培训内容

本次培训围绕“理论奠基—技能精进—科研提升”三大核心模块，针对学校心理健康工作者在情绪聚焦实践及科研工作中的专业痛点与进阶需求，层层递进提升专业服务与科研创新水平，具体内容如下：

（一）“EFT 核心理论与概念体系”专题。系统梳理 EFT 的发展脉络，深度拆解情绪基模的构成要素与运作机制。梳理 EFT “联结与觉察—唤起与探索—产生替代选择”三阶段治疗框架，帮助学员建立“以情绪为指南针”的咨询工作地图。

（二）“情绪评估与核心技能精进”专题。聚焦情绪风格精准评估，传授来访者情绪处理七种核心能力的实操评估方法，掌握情绪唤起程度的判断技巧。开展分层情绪调节技巧训练，深化细化共情技能训练，提升学员共情的精准度与深度，实现与来访者的情绪同频共振。

（三）“打造社会科学研究竞争力”专题。以论文发表与课题申报为核心，构建数据、故事与理论融合的科研思维框架。聚焦高质量外文期刊研究空白挖掘与理论现实交叉领域关键问题提炼，传授论文证据链构建、学术叙事塑造、审稿逻辑解析及课题研究方案设计、团

队组建、成果转化等核心技巧，助力融入学科话语体系，提升论文发表与课题申报竞争力及落地可行性。

## 五、培训安排

见附件。

## 六、培训要求

1. 参训纪律要求：参训人员需提前 20 分钟入场签到，培训期间将手机调至静音或关机模式，不随意离场、交头接耳；严格遵守个案保密原则，不泄露培训中涉及的个案信息；确需请假的，须经学校心理健康教育中心主任签字同意后，报学生处审批备案，请假后需完成补学任务。

## 七、考核方式

1. 参训出勤考核：以实际参训情况为依据，无缺席且请假不超过 1 次即符合合格要求；

2. 实践成果考核：参训人员需在培训结束后 2 周内，向心理健康教育中心提交一份完整的校园来访者案例材料，运用 EFT 理论完成个案概念化。

附件：2026年心光学堂高阶课程培训安排

学生工作部（处）

2026年1月13日

附件

## 2026年心光学堂高阶课程培训安排

时间	主题	主讲人	地点
1月15日	9: 30-11: 30 数据、故事与理论：打造社会科学研究的三重竞争力	武培博	综合楼 513团体 辅导室
	14: 30-16: 30 情绪聚焦：EFT 核心理论、评估方法与技能精进	李雪英	