



2019-2020年度

短程心理咨询与督导实录

职场篇

EAP中的危机干预与伦理



美利华在线健康大学
Meilihua Health University



EAP服务的职业道德规范

执业许可证：国际注册EAP从业者考试资格要求
专业认证
合格鉴定

回看网址：www.mhealth.com | 公众号：美利华



危机干预

- 危机是普遍存在的
- 危机是特殊的存在
- 个体面对严重的危机时，解体、失衡、迷惑及应对机制的破坏都是不可避免的
- 带有魔力的语言：
“你是一个对异常事件做出正常反应的人”
- 已经是现代EAP服务里面的必知必会内容，但是……



危机事件 (Critical Incident)

- **危机事件应激：**原意是指用来描述第一反应者对创伤性事件或情境（火灾、救援、灾难等）的情绪反应和心理反应。这些反应包括麻木状态和过度警觉间的游移，对事件的感受与回忆受到了阻碍并伴有各种生理症状。
- **危机事件应激管理：**以米歇尔创立的危机事件群体晤谈为代表的10个部分构成的综合性危机干预系统



美利华在线健康大学
Meilihua Health University



危机干预的原则、实践与方案

1、无焦虑状态

- 帮助重建幸存者的安全感和掌控感……技术
- 助人者的“无焦虑感”……训练

回看网址：www.mhealth.com | 公众号：美利华



危机干预的原则、实践与方案

2、人际交往能力

- 热情、坦诚地与经历创伤事件的幸存者建立良好关系的能力
- 通常的心理咨询?
- 危机处理当中的心理咨询?



危机干预的原则、实践与方案

3、游离（SCHWOOP）：认知-情感-认知

- Jeffrey Mitchell与他开创的“Mitchell Model”

危机事件群体晤谈（Critical Incident Stress Debriefing, CISD）

- **原理**：事件的认知结构，例如思想、感觉、记忆和行为在复述事件并体验情感释放时都会得以修正。
- **方法**：幸存者通过对危机事件进行叙述，充分还原这个过程而获得成长的过程



危机干预的原则、实践与方案

3、游离 (SCHWOOP)：认知-情感-认知

- 安全评估开始：

从“游离”与“当时当地” 到 “思考”与“此时此刻”

- schwoop心理教育：

- ①向幸存者指明“游离”的状态
- ②帮助幸存者摆脱无法抗拒的情绪反应

- 从语言上理解幸存者的症状及经历过程的“含义”



危机干预的原则、实践与方案

4、情感表达

- 包容幸存者在情感表达上的各种不同表现包括不能很好表达的情感。
- 宣泄和情绪释放对于创伤后应激症状是否真的有效？
- 放弃自己以为的什么是“应该”！不要偏信某种理论、信念及经验，看看“正在”发生什么，去做工作！



危机干预的原则、实践与方案

5、反应与症状的正常化

- 记不记得那句**带有魔力的语言**？
- 干预本身不是为了“治疗”或者“处理”，而是为了**促进和加速自然痊愈和恢复过程**



美利华在线健康大学
Meilihua Health University



危机干预的原则、实践与方案

6、为应对可能的症状并且融入社会

- 心理教育的功能
- 自我保健技巧的介绍
- 可能出现的任何需要



危机干预的原则、实践与方案

7、建立支持系统

- 支持系统对恢复的关键作用：重要原则与发现

8、团队协作

切忌单枪匹马

- 困难、复杂程度高
- 分担工作量与压力且“旁观者清”
- 提供多样化且创造性的服务‘
- 防止burn out，完善服务计划和方案



美利华在线健康大学
Meilihua Health University



危机干预的实施方案

个体减压

- 建立联系
- 评估
- 收集事实
- 询问想法
- 询问感受
- 提供支持、消除疑虑、提供信息

回看网址：www.mhealth.com | 公众号：美利华



美利华在线健康大学
Meilihua Health University



危机干预的实施方案

复原：为从事急救服务的人员设计的

- ◆ 超短模式
- ◆ 信息介绍-休息-简单交流-必要时个体减压

回看网址：www.mhealth.com | 公众号：美利华



危机干预的实施方案

危机管理信息通报：

为大型群体、机构、公司或社团提供的干预技术（300人以上）。其目标主要是：

- ① 提供信息
- ② 控制谣言与猜测
- ③ 稳定混乱中的局面
- ④ 提供应对资源
- ⑤ 确定和促进后续的关注
- ⑥ 增强群体凝聚力与士气
- ⑦ 评估群体的进一步需求
- ⑧ 恢复人员的自适应机制

EAP专业人员需要：

- ◆ 组织参与者
- ◆ 提供危机的事实真相
- ◆ 讨论事件发生后的常见行为和心理反应
- ◆ 讨论个体与组织的应激管理措施并指导参与者获取更多的资源。



危机干预的实施方案

4、群体减压

事件发生后8小时以内的临时措施，CISD的缩减版

- ◆ 缓解事件的影响
- ◆ 促进恢复过程
- ◆ 评估其他服务的需要
- ◆ 减少创伤后应激症状

EAP专业人员需要：

- ◆ 有安全感的中性环境
- ◆ 允许压力感受的快速释放
- ◆ 促进不同层级之间的信息交流
- ◆ 还原对事件的理性认知
- ◆ 提供应对压力经验的有效信息
- ◆ 肯定全体人员的适应能力
- ◆ 建立社会支持与服务的联系网络
- ◆ 建立对未来的预期



危机干预的实施方案

5、危机事件群体晤谈

危机发生后的12~72小时进行，需要1.5-3小时

- ①介绍阶段
- ②事实阶段
- ③认知阶段
- ④反应阶段
- ⑤症状阶段
- ⑥教育阶段
- ⑦回归阶段

EAP专业人员需要：

- ◆ 提供早期干预的机会
- ◆ 提供宣泄的机会
- ◆ 提供口头叙述创伤经历的机会
- ◆ 将混乱的创伤事件结构化
- ◆ 提供群体支持
- ◆ 提供同伴支持
- ◆ 提供对应激经历的信息
- ◆ 为后续的服务提供机会和便利条件



美利华在线健康大学
Meilihua Health University



危机干预的实施方案

- 6、个体晤谈
- 7、眼动脱敏再加工
- 8、同情心疲劳

回看网址：www.mhealth.com | 公众号：美利华



美利华在线健康大学
Meilihua Health University



EAP职业道德

- 协会准则： 美国
- 心理咨询师职业道德标准： 中国

回看网址：www.mhealth.com | 公众号：美利华



美利华在线健康大学
Meilihua Health University



希波克拉底誓言

- 自主原则：尊重客户自由选择的权力
- 不伤害原则：禁止伤害他人
- 慈善原则：助人与行善
- 公正原则：履行资源平等分配的义务
- 守信原则：履行义务

回看网址：www.mhealth.com | 公众号：美利华



美利华在线健康大学
Meilihua Health University



EAP职业道德

- 保密权
- 专业能力
- 消费者权益保护
- 评估与转介
- 社会责任与职业关系

回看网址：www.mhealth.com | 公众号：美利华



谢 谢