



中国心理学会2023年临床与咨询心理学学术大会
2023 Conference of Clinical and Counseling Psychology, Chinese Psychological Society

内容摘要

中国心理学会临床与咨询心理学专业委员会

北京师范大学珠海校区

2023年7月8-9日

目录

重点报告	1
重点报告 A1: “AI”心理咨询的过程与效果: 与人类咨询师的比较.....	1
重点报告 A2: 疫情常态化背景下中小學生自杀的心理解剖研究.....	2
重点报告 A3: 家庭情绪和正念教养对儿童青少年心理健康的影响.....	3
重点报告 B1: DSM-5 和 ICD-11 框架下维度化人格评估和心理病理...4	
重点报告 B2: “家-校-社”协同视角下中小学心理辅导的伦理困境与对策.....	5
重点报告 B3: 无效家庭环境在人格障碍中的病理地位——来自临床的系列研究思路.....	6
重点报告 C1: 即时视频咨询的咨访体验与胜任力.....	7
重点报告 C2: 动力性人际治疗对抑郁症患者疗效的多中心随机对照研究及其内隐图式作用机制的初探.....	8
重点报告 C3: 焦虑障碍心理治疗联合药物治疗循证研究及治疗选择..9	
重点报告 D1: 在线系统干预提升我国心理师的循证实践:一项随机对照试验.....	10
重点报告 D2: 数字化技术在精神卫生行业的应用.....	11
重点报告 D3: 武汉一线医务人员 PTSD 患者三年团体治疗的观察....	12
工作坊	13
工作坊 A1: 相信、听到、看到——萨提亚家庭治疗中的积极转化....	13
工作坊 A2: “沉浸式”心理舞台剧在心理教育中的应用.....	14
工作坊 A3: 精神病性人格结构的临床识别与治疗.....	15
工作坊 A4: 如何帮助青少年及其家长确定统一的心理咨询目标--IPT 人际关系疗法的临床运用.....	16
工作坊 A5: 心理应激单次干预“简快重建”团体的线下、线上应用..	17
工作坊 A6: 疫情高发区非感染人群整合式积极取向的团体干预策略	18
工作坊 A7: 人际团体体验工作坊.....	19
工作坊 A8: 儿童青少年咨询中的同步父母工作——精神分析的视角	20
工作坊 A9: 家庭治疗临床实操的六步地图.....	21
工作坊 A10: 家庭治疗新探索: 家庭系统动力学.....	22
工作坊 A11: 整合性沙盘游戏疗法与社会心理健康服务: 模式、应用案例与技术要领.....	23
工作坊 A12: 心理危机学生家长自我成长团体的系统式干预方案.....	24
工作坊 A13: 督导工作中的问题解决工作坊.....	25

工作坊 A14: 动力学团体治疗中的移情工作.....	26
工作坊 B1: 发展多元故事与叙事治疗的实践.....	27
工作坊 B2: 心智化干预工作坊.....	28
工作坊 B3: 反映小组工作模式在心理咨询师朋辈案例讨论中的应用	29
工作坊 B4: 家庭治疗中的常见挑战与应对技术.....	30
工作坊 B5: 在虚拟世界中改写你的人生: 图式疗法意象对话与改写应用东西方比较.....	31
工作坊 B6: 基于评估的人格障碍诊断与心理治疗.....	32
工作坊 B7: 突发事件下的心理危机干预实务.....	33
工作坊 B8: 系统式创伤治疗的临床运用.....	34
工作坊 B9: 社会心理服务工作者胜任力提升与职业规划.....	35
工作坊 B10: 情绪聚焦疗法(EFT)视角下共情技术刻意练习工作坊.....	36
.....	
工作坊 B11: 移空技术工作坊.....	37
工作坊 B12: 基于 PCOMS 反馈的循证治疗实践培训.....	38
工作坊 B13: 团体关系会议(Group Relations Conference, GRC) 小型学习团体的初步体验.....	39
主题论坛.....	40
主题论坛 A1: 社会心理咨询服务机构规范性文件编制.....	40
主题论坛 A2: 督导中的受督导者个人议题:与专业成长有关的那些事.....	41
.....	
主题论坛 A3: 中小学心理危机干预体系建立中的探索.....	42
主题论坛 A4: 系统合作与转介——心理咨询师的基本胜任力.....	43
主题论坛 A5: 浮华褪尽: 高校心理健康教育的核心对象与策略.....	44
主题论坛 A6: 督导的督导视角下, 督导师胜任力提升专题论坛.....	45
主题论坛 A7: 学校/医院短程心理咨询/心理治疗探讨.....	46
主题论坛 A8: 青少年心理健康服务生态系统的建构——家校社一体化模式的探索与思考.....	47
主题论坛 A9: 团体关系会让世界更美好吗?.....	48
主题论坛 B1: 三人督导模式的理论、研究与实践.....	49
主题论坛 B2: 中国婚姻与家庭治疗伦理的探索之路.....	50
主题论坛 B3: 心理治疗/咨询可以做多短?.....	51
主题论坛 B4: 媒体与心理咨询.....	52
主题论坛 B5: 儿童青少年综合心理评估和整合心理干预的探讨.....	53

主题论坛 B6: 后疫情时代的存在主义危机.....	54
主题论坛 B7: 讨论非自杀性自伤、边缘型人格障碍与复杂性 PTSD 的 关联性.....	55
主题论坛 B8: EMDR 的科学研究与循证实践	56
主题论坛 B9: 被监管人群心理咨询与心理治疗中相关伦理与法律问题 探析.....	57
主题论坛 B10: 美国与香港心理健康相关专业硕博申请、培训和发展	58
专题报告	59
专题报告 A1: 高校学生心理危机预防干预的实证研究.....	59
报告 1: 提升心理援助热线中的危机干预有效性探究.....	59
报告 2: 时间观理论在大学生心理危机干预中的应用探析.....	60
报告 3: 高校心理咨询师危机干预胜任特征的定性研究.....	60
报告 4: 当事人眼中高校危机干预工作中的伦理议题: 质的分析	61
专题报告 A2: 自杀预防与干预研究.....	62
报告 1: 询问自杀会不会诱发自杀风险.....	62
报告 2: 自杀干预者的态度问卷的编制与应用.....	62
报告 3: 内隐自杀意念预测自杀尝试风险: 内隐死亡无畏的调节作 用.....	63
报告 4: 基于生态瞬时评估法探索自杀意念对情绪的影响.....	63
专题报告 A3: CBT 临床技巧的新探索与新应用	65
报告 1: 家庭作业在 CBT 临床干预中的挑战及应对.....	65
报告 2: 完美主义个案的 CBT 干预策略.....	65
报告 3: 中国文化下边缘型人格障碍的意象重塑.....	66
报告 4: CGT 在大学生哀伤辅导中的应用.....	66
报告 5: 针对社交焦虑的 CBT 暴露技术拓展与应用.....	66
专题报告 A4: 医学领域的慢病患者心理影响机制及心理干预研究....	68
报告 1: 冠心病患者家庭心脏康复运动依从性的社会心理影响因素 探究: 一项质性研究.....	68
报告 2: 更年期综合征女性的生命意义感来源与内涵: 一项质性研 究.....	69
报告 3: 癌症患者心理痛苦的测量与心理干预的综述.....	69
报告 4: 康复治疗师的心理学知识与患者及其照料者的身心健康之	

间的关系.....	70
报告 5: 轻度认知障碍老年人的共情特征与抑郁.....	70
专题报告 A5: 心理求助意愿及行为研究: 理论与实践.....	72
报告 1: 视频接触对提升抑郁症患者精神科治疗求助态度的干预研究.....	72
报告 2: 不同性取向青年的求助行为及其对自杀的缓冲作用.....	73
报告 3: 数字化干预提升多元青年针对自杀及心理健康寻求帮助意愿: 一项随机对照研究.....	73
报告 4: The associations of identification with all humanity and help-seeking during COVID-19.....	74
报告 5: 疫情爆发期间全国热线心理求助者画像分析及干预建议.....	75
专题报告 A6: 创伤与危机事件后群体身心反应及发展机制的研究....	77
报告 1: HIV 阳性母子中母亲照护的儿童疾病管理整合模型: 定性和定量研究.....	77
报告 2: Longitudinal association between posttraumatic stress symptoms and depression symptoms among Chinese adolescents during COVID-19: Evidence from the network perspective.....	78
报告 3: 童年虐待与忽视对非自杀性自伤与自杀意念的不同影响: 情绪调节的中介作用及性别差异.....	79
报告 4: 警察工作倦怠对心理健康水平的影响: 基于潜在剖面分析.....	79
报告 5: 自杀高危大学生非自杀性自伤与自杀意念: 共变发展与纵向关联.....	80
专题报告 A7: 生成论视角下的焦点解决短程疗法.....	81
报告 1: 生成论视角下更新迭代的 SFBT 2.0.....	81
报告 2: 动允性延展与积极前馈应对的建构——基于焦点解决短程治疗的问句技术.....	81
报告 3: 动允性对大学生人际关系的影响——家-校-医合作模式的临床实践.....	82
专题报告 A8: 箱庭疗法(沙盘游戏)的效果评估与过程机制.....	83
报告 1: 跨个案视角下箱庭疗法中的治疗关系对治疗效果的贡献.....	83
报告 2: 依恋取向的亲子沙盘游戏治疗共同要素及过程机制.....	83

报告 3: 限制性团体箱庭促进职前幼儿教师共情能力的效果与过程.....	84
报告 4: 自性的模样与力量——箱庭疗法的内生动力.....	84
专题报告 A9: 治疗性评估的效果与机制.....	86
报告 1: 针对中国成年当事人的治疗性评估有效性基于个案的时间序列研究.....	86
报告 2: 认知信任在咨询面谈中的作用: 治疗性评估在中国文化背景下的适用性探索.....	86
报告 3: 治疗性评估简化模式的作用机制初探——一例个案研究.....	87
报告 4: 基于治疗性评估疗法(TA)对一例病理性自恋青少年的干预研究.....	88
专题报告 A10: 心理干预的数字化发展及研发应用.....	89
报告 1: 数字化心理干预在情绪障碍中的应用.....	89
报告 2: 移动网络化 ACT 干预 PTSD 的效果及可接受性: 一项随机对照试验.....	89
报告 3: 针对大学生抑郁的移动网络化 CBT 的研发、效果和机制.....	90
专题报告 B1: 哀伤研究和干预新进展.....	92
报告 1: 中瑞丧亲群体人际情绪调节资源与延长哀伤的关系.....	92
报告 2: 失独父母哀伤与成长的类型与转变模式.....	92
报告 3: 延长哀伤障碍人群的认知及脑机制.....	93
报告 4: 中国延长哀伤丧亲者网络化干预的方案开发与效果初探.....	94
报告 5: 疫情期间哀伤咨询的需求和挑战: 对来访者和咨询师的质性研究.....	94
专题报告 B2: 新时代中国人心理健康素养再思考.....	96
报告 1: 新时代中国国民心理健康素养提升的路径.....	96
报告 2: 心理健康素养与社会经济发展: 基于实证研究的思考... ..	96
报告 3: 精神疾病话语分殊对精神健康不平等现象的形塑.....	97
报告 4: 心理健康素养只有“高”、“低”之分吗? ——心理健康素养的异.....	97
报告 5: 精神疾病的生物医学解释会产生负面影响?	98
专题报告 B3: NSSI 的心理生理机制和心理治疗专题报告	100

报告 1: NSSI 心理生理机制研究进展.....	100
报告 2: 催眠隐喻故事在 NSSI 中的应用.....	100
报告 3: NSSI 的辩证行为治疗.....	101
报告 4: 沙盘游戏视角下的 NSSI 治疗.....	101
专题报告 B4: 正念的效果及机制研究.....	102
报告 1: 特质正念和状态正念对进食问题的作用及机制.....	102
报告 2: 内感受敏感性提升是正念太极拳缓解焦虑的关键心理机制.....	102
报告 3: 正念联合运动干预对高校学生抑郁和失眠症状的影响: 一项随机对照的试点研究.....	103
报告 4: 长期瑜伽练习对提升认知控制能力效果的大脑活动特征研究.....	104
专题报告 B5: 心理治疗过程-效果的实践与研究.....	105
报告 1: 青少年复学过程中家庭治疗的助益性分析.....	105
报告 2: 心理治疗副反应的识别和评估.....	105
报告 3: 采用机器学习预测来访者对心理治疗的满意度.....	106
报告 4: 解释现象学分析在心理干预领域中的应用.....	107
报告 5: 系统治疗中的催眠效用研究.....	107
专题报告 B6: CBT 的结构化与灵活性: 以网瘾和贪食症为例.....	108
报告 1: CBT 的结构化.....	108
报告 2: 面对网瘾青少年的 CBT.....	108
报告 3: 一例贪食大学生的 CBT.....	109
报告 4: CBT 的灵活性.....	109
专题报告 B7: 文化资源在心理咨询与治疗领域的应用.....	110
报告 1: 觉察力训练与提高反移情运用能力.....	110
报告 2: 当正念与精神分析相遇.....	110
报告 3: 儒家身心修养功夫在心理咨询实践中的应用.....	111
专题报告 B8: 人工智能/数字化心理健康干预研究与实践.....	112
报告 1: 人工智能在心理干预中的伦理议题.....	112
报告 2: 心理健康机器人的实证干预研究.....	112
报告 3: 中国大学生朋辈在线与 AI 聊天机器人的心理健康干预效果:	113
报告 4: 大学生在线朋辈心理支持中的助人技术类型及其对助人效果的影响.....	113

报告 5: AI 聊天机器人在线心理支持的帮助性与阻碍性因素研究	114
.....	
专题报告 B9: 竞技运动领域中的心理咨询服务	115
报告 1: 运动心理咨询中的常见问题及干预技术	115
报告 2: 备战东京奥运会中国国家步枪队运动心理服务研究	115
报告 3: 人本主义疗法应用于国家队运动员赛前心理调节的个案研究	116
报告 4: 运动心理咨询工作中的常见伦理问题	116
专题报告 B10: 贝利婴幼儿发展量表第四本土化修订研究	117
报告 1: Bayley 量表在全球的使用情况	117
报告 2: Bayley-4 言语量表的临床应用效果评估研究	117
报告 3: Bayley-4 与儿心量表和 Grffiths 对照研究	118
报告 4: Bayley-4 在早产儿脑损伤随访中的应用探讨	119
报告 5: 中国版 Bayley-4 与 Bayley-II 项目的比较	120
报告 6: Bayley-4 婴幼儿发育量表在早产儿随访中的应用	120
专题报告 B11: 临床与咨询心理学专业人员的胜任力评估: 研究与实践	121
.....	
报告 1: 临床与咨询心理学专业人员胜任力评估工具综述	121
报告 2: 基于案例报告的咨询师胜任力评估: 一项实证研究	121
报告 3: 实习咨询师胜任力评估与管理的经验与反思	122
分组报告	123
分组报告 A1: 延长哀伤与心理干预	123
人际关系疗法 (IPT) 对丧亲青少年抑郁的干预----一例个案研究	123
.....	
丧亲个体哀伤反刍、日常情绪与延长哀伤的关系: 一项生态瞬时评估	123
意义重建疗法干预自杀遗族延长哀伤症状: 一例个案研究	124
中国延长哀伤个体网络化干预的可行性研究	125
死亡咖啡馆——临终护理的心理教育实践与评估	125
分组报告 A2: 儿童青少年心理健康研究	127
儿童和青少年情绪识别与内化问题关系的三水平元分析	127
新冠疫情背景下儿童与青少年焦虑的风险因素与保护因素: 一项系统性综述与元分析研究	127
重大公共卫生事件背景下藏族聚居区青少年的心理健康服务需求	

.....	128
童年性虐待与抑郁的关系：羞耻感和孤独感的中介作用.....	128
分组报告 A3：青少年情绪问题研究.....	130
自我调控理论框架下的促进取向与预防取向如何预测高中生的情绪适应.....	130
深港两地初中生家长自身情绪状况及其对子女积极情绪之反应方式初探.....	130
青少年家庭感知与负面情绪的关系：一项经验取样研究.....	131
表达性写作对高考前考试焦虑的效果检验与机制探寻：整群随机对照试验.....	132
悲悯心训练在中国大学生和高中生群体中的研究与应用.....	132
分组报告 A4：心理干预的个案与质性研究.....	134
运用 CBT 对一例强迫障碍的 12 次心理咨询报告.....	134
处理家庭暴力(配偶)个案的困难与挑战.....	134
国人幸福感的质性研究：个体与世界的交互.....	135
常识与科学的鸿沟：大学生对社交焦虑及干预的知识和态度的质性研究.....	135
一次单元心理辅导个案研究——陷入人际关系泥潭的学生.....	136
分组报告 A5：焦虑、抑郁的心理干预研究.....	137
群体如何形成抑郁症消极刻板印象共识？——基于共享现实的理论视角.....	137
自信心提升心理日记法改善大学生社交焦虑：评价恐惧的中介作用.....	137
线上社交焦虑量表的编制.....	138
痛苦耐受度中介正念干预对焦虑抑郁的缓解效果：两项随机对照研究.....	138
青少年情绪障碍统一治疗方案缓解抑郁焦虑的效果：一项元分析.....	139
分组报告 A6：老年心理健康研究.....	140
咨询师如何体验与老年来访者的工作？——老年心理咨询过程-效果研究.....	140
轻度认知障碍老年人的共情特征与抑郁.....	140
祖辈在隔代抚育中的自我牺牲综述.....	141
农村地区敬老院孤寡老人心理健康的社会网络干预.....	141

中国老年人的个体真实性主观建构及其追求过程.....	142
分组报告 A7: 咨询与督导相关研究.....	143
AI 聊天机器人在线心理支持的帮助性与阻碍性因素研究——基于 来访者视角.....	143
面向实习咨询师基于 ESP 理论的人工智能辅助督导系统.....	143
中国文化背景下临床心理督导谦逊的结构及测量.....	144
个体咨询情境下应用正念干预自杀意念: 基于单被试实验的效果和 可行性研究.....	144
以“地戏”为依托的心理剧在强制隔离戒毒中的应用及效果研究	145
分组报告 A8: 在线咨询与心理干预.....	146
线上自助正念干预缓解情绪困扰: 不评判的中介作用.....	146
同伴支持对抑郁状态大学新生在线干预效果.....	146
影响在线咨询求助者信息安全感知的组织及人的因素.....	147
大学生在线朋辈心理支持中的助人技术类型及其对助人效果的影 响.....	148
对中国大学生进行单次数字化心理健康干预: 朋辈在线与 AI 在线 的随机对照实验.....	148
分组报告 A9: 认知行为疗法的干预研究.....	150
单疗程心理治疗 (SST) 在中国大陆临床情境中的应用——以一例 门诊惊恐发作来访者 SST 干预为例.....	150
认知行为疗法对注意缺陷多动症融合生情绪行为障碍干预的研究	150
社交焦虑数字化认知行为疗法中的干预技术分析.....	151
父母导向认知行为疗法在中国儿童焦虑干预中的适用性研究....	151
技术支持的认知行为疗法干预焦虑障碍的成分: 基于随机对照试验 的系统综述和成分网状元分析.....	152
分组报告 A10: 社会支持与心理健康.....	153
新冠疫情期间初中生孤独感的发展轨迹: 感知社会支持的预测作用	153
重大突发公共卫生事件下儿童抑郁焦虑的联合发展轨迹: 感知社会 支持与个体抗逆力的预测作用.....	153
教师暴力与中学生心理困扰的关系: 质性和量化研究.....	154
主观社会支持对中华民族共同体意识的影响: 有调节的中介模型	155

新冠肺炎背景下网络化社会支持与消极心理健康的关系：一项多水平元分析.....	155
分组报告 A11：生命意义、情绪与丧失.....	156
中华民族共同体意识与个体焦虑：生命意义感和逆境信念的序列中介作用.....	156
死亡反省干预对大学生死亡焦虑和生命意义感影响的效果研究	156
未完成的事务与丧亲高校学生的哀伤症状：持续性联结的中介作用.....	157
心理健康服务的情绪特征：基于网络爬虫和 NLP 技术的检验..	157
当事人眼中的价值观改变.....	158
分组报告 A12：疫情下的心理政策与学生心理健康研究.....	159
基于政策工具的新冠肺炎疫情期间心理政策文本分析.....	159
心理热线援助在新冠肺炎疫情中的使用与作用.....	159
新冠肺炎疫情前后大学生心理问题现状对比研究——基于某高校 6 年心理咨询数据分析.....	160
新冠肺炎疫情下大学生共情对亲社会行为的影响：社会责任感的中介作用.....	160
后疫情时代高职学生心理健康状况调查——基于心理健康双因素模型视角.....	161
分组报告 A13：心理健康与心理干预策略.....	162
中国式现代化心理健康服务在大型央企中的实践与研究——以中国石油兰州石化公司为例.....	162
心理健康素养只有“高”、“低”之分吗？——心理健康素养异质性研究.....	162
八段锦对医学生心理健康影响的追踪实验研究.....	163
治疗性评估：协作式心理评估及其效果.....	163
强迫症的精神动力学解读.....	164
分组报告 A14：心理咨询理论与应用.....	165
戏剧治疗的理论框架与实践模型.....	165
心理咨询师胜任力模型研究：范围综述.....	165
优势干预技术发展现状及其在学校心理健康工作中的应用.....	165
依恋的锚定效应理论及其在临床中的应用.....	166
心理咨询理论与实践的新进展：焦虑认知六因素骨牌模型及其应用.....	166

分组报告 A15: 心理咨询与治疗的干预研究.....	168
慈悲聚焦疗法对新手心理咨询师耗竭的干预研究.....	168
积极未来想象中的身体自我意识效应.....	168
心理咨询督导中受督导者不暴露内容与相关因素.....	169
虚拟沉浸绿色自然对精神障碍患者主观幸福感方面的影响.....	169
精神疾病话语分殊对精神健康不平等现象的形塑.....	170
分组报告 B1: 心理治疗的效果与咨访关系.....	171
精神分析性短期焦点治疗的治疗性协作分析: 基于治疗性最近发展区理论.....	171
叙事生涯咨询过程及效果的研究进展.....	171
论叙事治疗中的双重倾听.....	172
当事人不确定性容忍度的改变与咨询效果的关系.....	172
宁波市康宁医院注册实习点的创建与发展—基于心理师胜任力模型.....	173
分组报告 B2: 抑郁障碍的多角度探索.....	174
因果信念和内隐理论对抑郁障碍内隐与外显污名感的影响.....	174
亲子关系、教养行为与地震后青少年抑郁: 青少年个体间、个体内的关系.....	174
抑郁症患者内隐自我图式和他人图式的事件相关电位研究.....	175
双相情感障碍患者个案报告——CBT 疗法临床应用分析.....	175
分组报告 B3: 正念干预实践与心理健康促进.....	177
基于学校的正念干预对青少年抑郁焦虑的效果检验: 整群随机对照试验.....	177
正念与教师道德决策: 共情关注与道德自我效能感的链式中介.....	177
经验回避在正念干预早期阶段的作用: 两项中介研究.....	178
正念练习对前线社工职业倦怠的积极作用: 一项准实验研究....	179
正念教养对小学儿童问题行为的影响: 父母情绪调节策略的不同作用.....	179
分组报告 B4: 童年创伤与自伤、自杀研究.....	180
童年创伤模式对自杀意念的影响: 抑郁、希望感和表达抑制的作用.....	180
无效家庭环境与非自杀性自伤: 羞耻感的中介作用.....	180
机器学习在自杀风险研究、预防领域的应用.....	181
恼羞必成怒? 创伤经历大学生的羞耻和内疚对网络攻击和非自杀	

性自伤的影响机制.....	181
分组报告 B5: 正念及其他心理干预研究.....	182
疫情期间急性哀伤期丧亲者的持续性联结与丧亲后适应: 基于潜在剖面分析.....	182
注意控制和正念在正念干预情绪困扰中的中介作用: 一项随机对照研究.....	182
短时正念认知疗法和接纳承诺疗法对情绪困扰个体的干预效果研究.....	183
人际心理治疗干预离异单亲母亲的抑郁症状——基于心理弹性视角.....	184
内观疗法对戒毒人员冲动性干预效果的脑电研究.....	184
分组报告 B6: 心理干预的个案和随机对照研究.....	186
网络人际心理治疗干预经产妇产后抑郁症状--一例个案研究.....	186
综合疗法在线自助干预课程对大学生抑郁情绪的影响: 一项随机对照研究.....	186
曼陀罗绘画对大学生抑郁倾向的自助干预.....	187
动力性人际治疗对抑郁症患者人际功能的改善作用: 一项随机对照研究.....	188
青少年人际心理治疗 (IPT-A) 对中职生人际交往效能感低下的干预——一例个案研究.....	188
分组报告 B7: 大学生心理创伤与心理健康.....	190
大学生网络心理咨询行为倾向研究.....	190
大学生意义中心应对与心理健康的关系: 依存型自我建构及学校联结的链式中介作用.....	190
后疫情时代大学生焦虑与应对方式的关系: 基于交叉滞后网络分析模型.....	191
高校丧亲学生人际关系敏感和延长哀伤症状的关系: 自我-他人融合的中介效应.....	191
网络欺凌对消极情绪的影响: 感知严重性和马基雅维利主义的作用.....	192
分组报告 B8: 性别与心理健康及咨询实践.....	193
女性抑郁症首次发作的发展途径: 从青春期到成年期.....	193
COVID-19 期间中国性少数女性抑郁症状的网络分析: 群体内视角.....	193

中国双性恋群体的心理健康风险——来自两岸三地的声音.....	194
辅导心理学专业在香港的发展、挑战及机遇.....	194
存在-人本主义心理咨询个案概念化初探	195
分组报告 B9: 高校咨询理论与实践.....	196
高校学生心理健康促进的虚拟仿真互联网平台建设及科普培训	196
高校心理咨询同盟破裂现象的本土化探索.....	196
高中生生涯咨询中生涯决策困难的网络分析.....	197
高校见习心理咨询师培养的探索与设计——以浙江大学为例....	197
生涯思维对师范生职业决策影响机制及路径优化研究.....	198
分组报告 B10: 心理咨询中的伦理问题.....	199
临床心理督导中的有害督导.....	199
从一例自伤学生个案反思学校心理工作伦理.....	199
心理咨询中非自杀自伤议题的伦理困境和伦理决策.....	200
高校专职心理咨询师角色冲突对工作同盟的影响: 伦理敏感的中介作用.....	200
被监管人群心理咨询与治疗伦理与法律问题探析——以强制隔离戒毒人员为例.....	201
分组报告 B11: 心理创伤与创伤后应激障碍	202
社会支持对创伤后应激障碍症状发展的预测: 负性认知偏向的调节作用.....	202
疫情丧亲者心理弹性与心理健康的关系: 双过程应对与关系冲突的作用.....	202
指导性叙事技术在减轻小学生教师批评引发的创伤后应激症状中的应用: 一项整群随机对照试验.....	203
震后中学生创伤后应激障碍(PTSD)延时症状的网络分析.....	204
创伤后应激障碍和创伤后成长在羞耻、内疚对亲社会行为影响间的中介作用.....	204
分组报告 B12: 大学生心理健康与心理干预.....	205
自尊与社交焦虑关系: 横断和纵向研究的元分析.....	205
内摄与投射对大学生人际关系动力模式的影响.....	205
睡眠知识科普对中国大学生睡眠质量的影响: 一项随机对照实验研究.....	206
针对大学生应激心理的网络社群干预.....	206
一次单元咨询在大学生心理咨询中的干预效果初探.....	207

分组报告 B13: 团体心理干预研究.....	208
巴林特小组对改善大学生抑郁情绪的效果研究.....	208
A Mindfulness-Based Wellbeing Group for International Students in the U.S. during the COVID-19 Pandemic	208
团体心理辅导中不同团体氛围测量工具对治疗因素的预测作用比较.....	209
工作坊干预对改善抑郁和焦虑效果的综述.....	209
朋辈心理团体带领者培养效果研究.....	210
分组报告 B14: 儿童心理健康与问题行为.....	211
注意缺陷多动障碍共患对立违抗障碍的家庭特征的研究进展....	211
珠海市妇幼保健院.....	211
Childhood adverse experience negatively predicted the intention to marry and fertilize in adulthood, a chain mediated by resilience and attachment.....	211
元认知对儿童问题行为的影响: 元情绪的中介作用.....	212
儿童期混乱型依恋量表的编制及信效度检验.....	213

重点报告

重点报告 A1：“AI”心理咨询的过程与效果：与人类咨询师的比较



报告人

朱旭

华中师范大学心理学院副教授

报告简介：通过系列研究探索当 AI 的心智感知水平达到与人类相近时，AI 对咨询过程与效果的影响。研究 1 调查了心智感知水平与对待 AI 态度的关系，结果发现大学生对 AI 的能动性和感受性有着不同的期待。研究 2 比较“AI”咨询师和人类咨询师咨询过程和效果的差异，结果发现“AI”咨询师的咨询效果和人类咨询师没有差别，但当事人对“AI”咨询师存在矛盾的心理。研究 3 通过关系线索来操作“AI”咨询师的心智感知水平，检验“AI”咨询中的恐怖谷效应，发现关系线索可以促进当事人对“AI”咨询师的喜好度，但“AI”心理咨询中没有出现恐怖谷效应。综上，“AI”咨询师可以和人类咨询师做得一样好，但我们对“AI”咨询师却有着更加复杂和矛盾的情感。

重点报告 A2：疫情常态化背景下中小學生自杀的心理解剖研究



报告人

安媛媛

南京师范大学心理学院副教授、副院长

报告简介：课题组在 2020-2022 年疫情常态化背景下对 89 例中小学自杀死亡者进行心理解剖学的研究。对中小學生自杀死亡危险因素的探讨，一直是心理学乃至社会学界关切的话题，是预防自杀的重要环节和组成部分。由于自杀者死亡后难以获取真实信息，致使自杀死亡的原因以及危险因素研究长期以来未得到很好的开展。本研究通过对 89 例中小学自杀死亡者班主任、部分父母和同学进行回溯性访谈的心理解剖研究，从人口学变量、心理问题史、人格特征、长期社会心理应激、扳机事件以及家庭环境等方面，综合探讨中小學生自杀死亡的危险因素，尝试刻画中小學生自杀的特点和过程，研究结果为中小學校心理危机的精准识别与前置预防提供了实证研究的依据。

重点报告 A3：家庭情绪和正念教养对儿童青少年心理健康的影响



报告人
韩卓

北京师范大学心理学部教授，应用实验心理北京市重点实验室主任

报告简介：从家庭情绪教养和正念教养两个视角介绍两种教养方式涵盖的内容以及对不同年龄段儿童的压力、情绪功能、内外化问题等的影响及神经生理机制。

重点报告 B1：DSM-5 和 ICD-11 框架下维度化人格评估和心理病理



报告人
程诚

天津大学副教授、心理研究所副所长

报告简介：DSM-5 和 ICD-11 的先后颁布，开启了心理病理维度化变革的新趋势。相比 DSM-III 提出的类别系统，维度系统对于环节“不同障碍间的共病”“障碍的异质性”“术语的污名”发挥了重要的作用，并且在临床效度和效用、贯通“正常与异常”、整合“不同的干预模式”以及联结临床科学的“研究与实践”中表现出较大的潜力。报告以人格病理的维度化研究的前沿理论框架切入点，结合国际和国内的研究进展，阐明 DSM-5 和 ICD-11 中心理病理维度化评估的当前进展、理论和实践意义及未来发展方向。

重点报告 B2：“家-校-社”协同视角下中小学心理辅导的伦理困境与对策



报告人

安芹

北京理工大学副教授

报告简介：中小學生是各種心理問題的高發群體，對學校心理輔導工作提出更多需求和更高標準，學校心理健康教育走向心理健康服務是必然趨勢，家庭、學校及社會如何有效協作是急需解決的重要問題。學校心理輔導是專業性很強的助人活動，目前除《中國心理學會臨床與諮詢心理學工作倫理守則》通用規範外，還沒有針對性倫理細則，學校心理輔導是否需要對學生進行價值引導，父母作為監護人有知情同意的權利，以及學校在教育上應知道等，會與學生的隱私權發生衝突，特別是面對危機學生常遇到諸多不確定因素，心理教師如何發揮會商職能等，從倫理視角可以探究應對這些困境的策略，以實現家校共育，保障學生的福祉。

重点报告 B3：无效家庭环境在人格障碍中的病理地位——来自临床的系列研究思路



报告人

钟杰

北京大学心理与认知科学学院临床与健康心理学系副教授，精神分析师

报告简介：无效家庭是指与边缘型人格障碍相关的病理性家庭环境。在这种家庭环境中，个体所表达的体验，会得到来自养育者的不稳定的、不恰当的、甚至极端的反馈。本研究团队基于临床案例的启示，在此领域开展了以下三方面的研究：（1）通过质性研究 FI 的现象学，尤其是中国文化下的独特性；（2）基于之前的质性研究成果编制了中国无效家庭量表（CIFS），并发现中国无效家庭具有“心理控制”和“过分强调成就”两个西方研究者所没有重视的维度，“控制型”家庭作为新增的无效家庭类型在中国具有普遍性；（3）进一步的研究发现：FI 不仅对 BPD 存在影响，而是在更广泛人格病理机制中起重要作用。

重点报告 C1：即时视频咨询的咨访体验与胜任力



报告人

陈昌凯

南京大学心理健康教育与研究中心主任

报告简介：即时视频咨询由于突破了空间的束缚，越来越受到咨询师的关注和青睐，几乎已经占据了当前国内心理咨询的半壁江山。然而，目前对于即时视频咨询的体验、效果及胜任力的研究，并未能跟上其实践的飞速发展。特别是在临床实践中，不仅发现咨询师对视频咨询持有不同的认知，而且咨询师与来访者双方常常对视频咨询的效能也有非常不同的态度。报告将通过多个研究层层递进，从多个维度对比即时视频咨询和面对面咨询的效果差异，以及咨询师与来访者在视频咨询过程中的体验差异，同时关注和建构即时视频咨询所需要的胜任力要素，及其对咨询效能的影响和预测作用。

重点报告 C2：动力性人际治疗对抑郁症患者疗效的多中心随机对照研究及其内隐图式作用机制的初探



报告人

仇剑崑

上海市精神卫生中心心理咨询与心理治疗中心主任，主任医师，国际精神分析协会（IPA）认证精神分析师

报告简介：本研究探索 DIT 对中国抑郁症患者的疗效，并初探内隐图式作用机制。结果显示抑郁症患者接受 DIT+ADM、GST+ADM 急性期治疗疗效相当，均优于 ADM；但 DIT+ADM 可能使患者获得更长期疗效。急性期治疗阶段 DIT+ADM 可改善患者内隐自我图式和他人图式，可能是其具有长期疗效的机制所在。

重点报告 C3：焦虑障碍心理治疗联合药物治疗循证研究及治疗选择



报告人

李占江

北京安定医院主任医师、教授，
首都医科大学附属北京安定医院临床心理中心首席专家

报告简介：焦虑障碍是心理咨询与心理治疗中常常遇到的精神障碍之一。目前资料显示，接近三分之一的人在一生中的某一阶段受到焦虑障碍的困扰，个人的社会功能受到损害，给家庭和社会带来沉重的经济负担。循证医学研究证明，焦虑障碍目前有效的治疗方法包括抗焦虑和抑郁药物治疗、心理治疗和物理治疗三种治疗方法。药物治疗和心理治疗，特别是认知行为治疗均可以单独使用来治疗焦虑障碍。有研究认为药物治疗与心理治疗联合使用会得到更好的治疗效果，但也有观点认为联合治疗可能对心理治疗带来不良影响。为此，本报告将重点介绍焦虑障碍不同心理治疗与药物治疗模式下循证研究证据以及治疗适应证和时机的把握，从而指导治疗师合理选用治疗方法，把握治疗时机和联合应用策略，达到改善患者治疗结局的目的。

重点报告 D1：在线系统干预提升我国心理师的循证实践：一项随机对照试验



报告人

臧寅垠

北京大学心理与认知科学学院研究员

报告简介： 虽然我国心理咨询行业迅速发展，但是心理师对循证实践（Evidence-based practice, EBP）仍较为陌生，而 EBP 是心理健康服务体系科学化的一环。基于此，我们设计了系统的 EBP 在线课程，并开展了第一个针对心理师群体的随机对照研究，旨在检验系统性在线培训能否有效改善国内心理师对循证实践的知识、行为、信心和态度。本研究共招募 186 名心理师，随机分为 EBP 培训组、案例研讨组和等待组。EBP 组接受了 16 小时的 EBP 在线培训课程，案例研讨组参加了 16 小时的在线案例研讨会。我们在基线、干预后、1 个月和 3 个月追踪四个时间点，通过在线问卷测量了心理师对 EBP 的知识、行为、信心和态度。结果发现，EBP 培训组和案例研讨组在对 EBP 的知识、行为、态度和信心方面表现出显著的改善。与案例研讨组相比，EBP 培训组在信心方面的改善程度更高。本研究的发现为今后提升心理师群体的循证实践水平提供了参考。然而，我们也将对在研究中发现的阻碍心理师开展 EBP 实践的困难因素做进一步探讨。

重点报告 D2：数字化技术在精神卫生行业的应用



报告人

张岚

四川大学华西医院主任医师、教授

报告简介：我国心理服务行业面临着需求量大但专业服务能力有限的巨大挑战。近 10 年数字化技术的快速发展，为解决这一难题提供了新的思路。本报告将介绍国内外数字化技术在精神心理领域的应用现状，并对未来的趋势进行展望。

重点报告 D3：武汉一线医务人员 PTSD 患者三年团体治疗的观察



报告人

童俊

武汉市精神卫生中心教授、主任医师，IPA 认证分析师

报告简介：本团体治疗是针对经历公共卫生事件的幸存一线工作者开展的心理学动力性创伤后团体治疗。团体成员均确诊 PTSD，该团体治疗共计 19 次，设置随着团体的成长会做相应的调整：前 10 次都是每周一次；之后的 2 次为每两周一次；再后的 4 次为每月一次；最后三次分别在团体一年后回访、两年后回访，以及开放后 Omicron 感染高发期。在后面 9 次的团体治疗中，会反复出现前 10 次治疗中的讨论主题，因此这里选择性地呈现前 10 次治疗作为范本。在团体治疗进行到后期，团体成员们分享的主题更多会集中于识别扳机点和哀悼。参与本团体的全体成员在完成 16 次治疗后症状消失，个人、工作和家庭生活恢复正常。团体成员在一年后、二年后和三年后均全部接受回访，全部正常。

工作坊

工作坊 A1：相信、听到、看到——萨提亚家庭治疗中的积极转化



蔺桂瑞

个人介绍：

首都师范大学教授，原心理咨询中心主任；中国心理学会首批注册心理督导师；国际认证萨提亚模式治疗师、督导师；国际认证欧文·亚隆团体心理治疗师。

主题论坛内容：

萨提亚家庭治疗是一种积极取向的心理治疗，它改变了病理化的的心理治疗倾向。萨提亚认为每个人都有生命力，都有促进其生存及成长的积极资源。认为来访者的“‘问题’本身不是问题，如何应对才是问题”，人的身心痛苦的症状是人们寻求自我存在的被认可，寻求生命力成长的这一深层渴望的表达。“问题”（症状）是人们对其成长的不恰当关系系统（主要是原生家庭）的恰当应对，是保护自己活下来的方式。因此，信任来访者的生命力，透过来访者“问题”，听到、看到他“问题”背后的积极资源，运用其积极资源转化不健康家庭关系系统带给他内在心理系统(冰山)的影响，使来访者看到并认可自己生命力的资源，达到自我的改变与成长。

工作坊 A2：“沉浸式”心理舞台剧在心理教育中的应用



李卫华

个人介绍

李卫华, 副教授, 北京航空航天大学积极心理体验中心副主任, 注册督导师。先后接受国际心理剧认证培训、发展与转化戏剧(DvT)国际认证培训、叙事戏剧国际认证项目等培训。

内容介绍

内容：“沉浸式”心理舞台剧，是对传统心理情景剧的改造和发展，它重点突出心理的沉浸感，深潜心灵最深处，遵循心理学规律的同时又综合运用多种艺术手段，淋漓尽致地表达波澜壮阔的内心深处。运用于心理教育工作中，可切实起到以下作用：①生动入脑入心地传播心理知识。②修复当事人遭遇的成长创伤。③启发当事人找到成长过程的自身议题和资源。

本次工作坊将重点探讨：

1. 从咨询室到舞台：戏剧的心理辅导及教育功能
2. 心理剧、戏剧治疗及教育戏剧在舞台上的运用
3. “沉浸感”的产生：真实、共情、深刻、震撼。
4. 舞台上的艺术：如何使用声光电搭建心理隐喻空间
5. 从冲突到疗愈：怎样创作一部好看又深刻的心理舞台剧

工作坊 A3：精神病性人格结构的临床识别与治疗



吴艳茹

个人介绍：

国际精神分析协会（IPA）候选精神分析师，具有 23 年的精神科和 20 年的心理治疗临床实践经验。

工作坊内容：

目标：帮助参加者更好地识别精神病性人格结构，更好地处理一些棘手的临床现象。

流程：临床案例中存在精神病性人格结构的来访者并不少见。临床心理工作者常常对这些来访者有些模糊的感觉，但是认识不深，处理起来也比较棘手，国内目前对精神病性人格结构的专业书籍和培训相对也比较欠缺。

本工作坊，首先对精神病性人格结构这个概念进行简要的历史回顾；区分精神病性人格结构和精神病性障碍；介绍精神病性人格结构的临床表现；从焦虑水平、治疗中的移情-反移情、客体关系、依恋角度进行动力学理解；讲解自闭-毗连位和偏执-分裂位、毁灭性的客体表征在治疗中的呈现、来访者对治疗的强烈需求和强烈恐惧以及对治疗联结的攻击。最后，主要从比昂和温尼科特的理论视角，介绍对这些临床现象的处理。

工作坊 A4：如何帮助青少年及其家长确定统一的心理咨询目标 ——IPT 人际关系疗法的临床运用



张露佳

个人介绍：

曾就职于美国纽约的曼哈顿精神医学中心 Manhattan Psychiatric Center，同济大学附属东方医院临床心理科，现任上海童创未来精神科门诊部心理治疗中心总监，有 19 年中美丰富的临床心理治疗经验。

工作坊内容：

目标：

掌握有循证支持的 IPT 人际关系疗法的一项心理自评/治疗技术；提高制定心理咨询/心理治疗目标的临床胜任力

流程：

介绍 IPT 人际关系疗法，以及 IPT 的循证支持

介绍 IPT 人际关系疗法的工具：心理咨询/心理治疗目标方案图

结合个案，模拟练习，掌握工具的临床操作及运营

分析当青少年及其家庭成员的心理咨询目标不一致时，如何处理，如何统一心理咨询目标

总结，反馈，提问，回答

工作坊 A5：心理应激单次干预 “简快重建” 团体的线下、线上应用



隋双戈

个人介绍

隋双戈，医学博士(应激干预方向)，中国心理学会注册督导师，EMDR 心理创伤治疗督导。

内容介绍

内容：随着心理应激干预需求的不断增加，不仅需要安全、有效的团体辅导方案，还需要可以远程开展。

应激事件单次团体干预“简快重建法”基于心理应激与团体辅导等理论、实践，整合发展了前人范式，通过一次完成的四个步骤，在事故、灾难、公共安全事件、公共卫生事件等遭遇者及救援人员中得到广泛应用，在新冠疫情期间通过远程实施取得了较好的效果，协助受影响人员快速减少混乱，增强稳定，看到资源，获得支持，促进心理、社会功能重建。

该模式结构性强，操作简单，过程安全，不仅是咨询师、社工、精神科医生、企业 EAP 专业人员等的简易工具，非专业人员也可快速掌握。

工作坊 A6：疫情高发区非感染人群整合式积极取向的团体干预策略



任苇

个人介绍：

注册系统督导师，先后参与 2003 年非典心理援助热线、2008 年汶川灾后救援、2009 年至今新疆暴恐一线军警团体心理危机干预、2020 年教育部华中师大抗疫心理援助热线的督导工作。

工作坊内容介绍：

新冠疫情突发，长期居家隔离极易引发大面积非感染人群焦虑、抑郁等身心症状。将人群分为三类：

- 1.严重焦虑等倾向：线上带领为期 2 周正念冥想，让参与者每天记录并在团体中分享，逐渐减缓症状恢复正常生活。
- 2.兼具身心症状：躯体疼痛、睡眠障碍等，通过三轮心理阴影融合催眠，将阳光自己和阴影的自己融合，进而消融阴影。
- 3.不确定的泛化焦虑：每晚睡前感谢自己三件事儿，聚焦日常富有细节的正向资源，缓解焦虑。
- 4.居家网课学生：“资源探宝”，团体内分享信手拈来的缓解焦虑办法，音乐、舞动、呐喊、刷刷、举办网上厨艺大赛、家人聚餐等，通过团体成员间分享和彼此支持系统，达至团体归属缓解症状的目标。找寻现实生活已有资源，赋予全新的心理意义。

工作坊 A7：人际团体体验工作坊



蔡振宗 / 林钗华

个人介绍：

共同带领人 蔡振宗：美国伊利诺大学香槟校区咨询心理博士，加州和佛罗里达州心理学家执照、博士与博士后督导师。

共同带领人 林钗华：注册督导师（D-21-030），普渡大学咨询心理学博士，北京师范大学心理学部硕士生导师，中国心理卫生协会副秘书长。

工作坊内容：

目标：带领学员体验非结构式人际团体心理咨询，从设置、开展、到探索团体核心过程。通过切身的团体体验、观察、此时此地议题的讨论、与带领者的解说，获得关于团体进程深入简出的教、学和个人体验的学习与成长。

流程：团体将分为体验组和观察组。体验组的成员可以作为团体成员直接体验团体咨询过程中的好奇、讨好、猜疑、冲突、磨合等的循环，增进自我觉察与了解，并获得关于团体过程与个人的经验式学习与成长。观察组的成员可以通过直接观察团体进程中所发生的种种（如领导者的合作、介入与推进等），以第三方的客观视角获得对团体进程的深入认识。最后，体验组与观察组成员将共同参与当天团体后的讨论，通过不同视角的分享，全方位地理解团体动力及其演变过程。

教学安排如下：

0-0:15：无结构人际团体的理论与设置简介（全员参与）

0:15-1:15：一小时的团体体验与观察（分为体验组和观察组）

1:15-1:30：团体讨论与反馈（全员参与）

工作坊 A8：儿童青少年咨询中的同步父母工作——精神分析的视角



肖广兰

个人介绍：

注册系统督导师；北京大学临床心理学硕士；中美精神分析联盟(CAPA) 高级组毕业。

主题论坛内容：

目标:通过介绍同步父母工作的干预模式，探讨儿童青少年咨询中与父母工作相关的困境及其解决，希望共同丰富儿童青少年咨询和父母工作的角度与主题，提高父母工作的有效性，以及与儿童青少年工作的效果。

流程：

- (1) 儿童青少年咨询中父母干预模式的发展与沿革
- (2) 同步父母工作模式的设置考量，及相关的伦理议题（保密、知情同意等）
- (3) 父母工作的双目标
- (4) 父母工作的主要临床技术及其目的：建立治疗联盟，评估父母、创造涵容、反思的空间等；
- (5) 父母工作中的困境处理：如何面对父母的伴侣关系的影响、代际创伤和模式的重复、父母的嫉妒等议题，处理的原则和策略

(6) 咨询师的反移情及其觉察、处理与使用；

工作坊采用内容讲解和现场提问讨论的形式。

工作坊 A9：家庭治疗临床实操的六步地图



孟馥 / 陈向一

个人介绍：

孟馥：中国心理学会临床心理学注册工作委员会委员，首批注册督导师；中国心理学会婚姻家庭心理与咨询专业委员会 副主任委员；中国心理卫生协会心理治疗与心理咨询专业委员会副主任委员，家庭治疗学组组长，首批认证督导师；中国女医师协会心身医学与临床心理专业委员会 主任委员；中华预防医学会精神医学分会 委员；上海市心理卫生学会 副理事长；上海市心理卫生服务行业协会专家委员会 主任委员；同济大学附属东方医院临床心理科 主任医师

陈向一：教授，主任医师；深港青少年与家庭治疗中心主任；原华中科技大学深圳协和医院精神科/临床心理科主任；上海家之源家庭治疗研究院副总监；深圳市社会心理服务协会副会长；中国心理学会临床与咨询专业委员会，监事组副组长，督导项目负责人之一

工作坊内容：

目标：帮助从业人员更好的学习和掌握家庭治疗,提高专业胜任力。

流程：在家庭治疗中，治疗师要带着自己的所思（理论），配合自己的所见（临床现状资料），从而决定治疗的所行（所作所为）。而在具体的治疗中，是存在一条依据过程的路径或者地图的。重点向与会者介绍家庭治疗在这方面的进展并进行现场的教学演示，帮助心理咨询和心理治疗的从业人员更好的学习和掌握家庭治疗。

工作坊 A10：家庭治疗新探索：家庭系统动力学



沈家宏

个人介绍：

沈家宏心理创始人，精神科副主任医师，广州中医药大学副教授、硕士生导师，中国心理学会注册督导师，中国心理卫生协会首批认证督导师，著有《原生家庭：影响人一生的心理动力》等。

主题论坛内容：

通过对家庭系统动力学的探索，认识什么是家庭系统动力、家庭系统动力的种类和作用、家庭系统动力对一个人成长的影响、原生家庭系统动力对再生家庭系统动力的影响，重点介绍夫妻关系、亲子关系、同胞关系的动力和死亡的动力所带来的影响，同时介绍如何利用这些动力来干预家庭治疗中遇到的家庭问题。

工作坊中会利用分组讨论、雕塑来呈现这些动力的影响。

工作坊 A11：整合性沙盘游戏疗法与社会心理健康服务：模式、应用案例与技术要领



李灵

个人介绍:

李灵，女，中国心理学会注册督导师，北京师范大学心理学部教授，珠海校区 MAP 咨询方向专职教师。

内容介绍:

疫情 3 年导致心理健康问题日益增多，如何运用某一心理疗法培养积极心态，构建幸福人生变得尤为重要。主讲人从 2014 年起，以家庭为切入点，以学校为依托，联合社区工作者，基于“双生态系统”建设模式，陆续运用整合性沙盘游戏疗法，进行了一系列沙游系列干预项目（如自闭症儿童家庭、残障人士家庭儿童、贫困家庭与老年抑郁症家庭等），取得了非常好的社会影响与干预效果。

本次工作坊将着重从心理健康问题的视角转变；疫情 3 年后社会心理健康服务的需要与挑战；社会心理服务的模式：源自心理学研究成果转化的疗法应用实践；基于“双生态系统”建设的整合性沙游疗法及特色；简版五步整合性沙游技术要领及应用案例等五个方面阐述这一话题，使之了解模式、学会应用、掌握技术要领。

工作坊 A12：心理危机学生家长自我成长团体的系统式干预方案



张静 / 路智鹏

个人介绍:

张静

中国传媒大学学生心理健康教育中心教师，副研究员

中国心理学会临床心理学注册督导师（D-21-139）

北京高教学会心理素质教育分会副秘书长

路智鹏

中国传媒大学学生心理健康教育中心教师，讲师

中国心理学会临床心理学注册心理师（X-20-071）

内容介绍:

以支持性团体的方式，采用线上+线下的活动形式，定向招募高校具有心理危机学生的家长，团体容量为 8-10 个家庭。团体通过理论讲授、小组讨论、模拟演练、家庭作业、问题答疑、在校支持、读书分享等系统干预的方式，传授抑郁症、双向情感障碍、自伤自杀等精神类障碍的相关知识，讨论和解决父母和孩子在生活相处时遇到的实际困难，以及父母如何在困境中陪伴支持孩子、做好自我关爱等。团体通过角色扮演的方式模拟冲突场景，引领家长学习有效的沟通表达技巧与危机行为应对方法，同时运用趣味性活动帮助家长们释放情绪压力，鼓励家长们之间进行情感支持与联结，从而获得内心的成长。

工作坊 A13：督导工作中的问题解决工作坊



樊富珉

个人介绍:

樊富珉，北京师范大学心理学部临床与咨询心理学院院长，教授。

活动简介:

本工作坊运用心理学问题解决策略与社会学习、团体支持、团体赋能等理论，为正在进行咨询督导工作的专业人员（实习督导师、督导师）提供一个共同学习和分享的机会，同时，运用团体的力量和集体的智慧，找到解决督导中常见问题的处理方法。是一种高效且生动的提升督导能力的方法。

本工作坊需要三个小时，分成三个阶段：小团体建立关系阶段、工作阶段、结束阶段。关系建立阶段通过热身和互相介绍，使同桌的专业人员相识，并分享各自在督导中最有成就感的经验。工作阶段分成提出督导中的问题、对问题进行分类、每组对一类问题进行分析找到相应的解决办法、各组分享讨论成果。结束阶段导师总结和成员总结、道谢道别。

工作坊 A14：动力学团体治疗中的移情工作



朱宏博

个人介绍:

朱宏博，女，中国心理学会注册督导师（D-16-006），精神科主任医师，硕士生导师，精神分析心理治疗师，团体治疗师。长春市第六医院西广门诊部主任。

内容介绍:

精神动力学团体治疗是在团体中进行精神分析的过程。每个团体的分析性情境都是一个多重人际、多重关系的场合。团体内有着为数众多的真实和移情关系。所有这些移情关系都必须在团体中被反复的体验、识别、分析，达到修通目标。团体带领者需要能识别和利用移情有效开展工作。讲者将结合团体治疗案例，讲解移情的定义；在团体分析中的移情情境；讲解对团体带领者、对成员、对整个团体的移情；治疗师如何利用移情进行有效工作，促进团体深入发展。

工作坊 B1：发展多元故事与叙事治疗的实践



高瞻

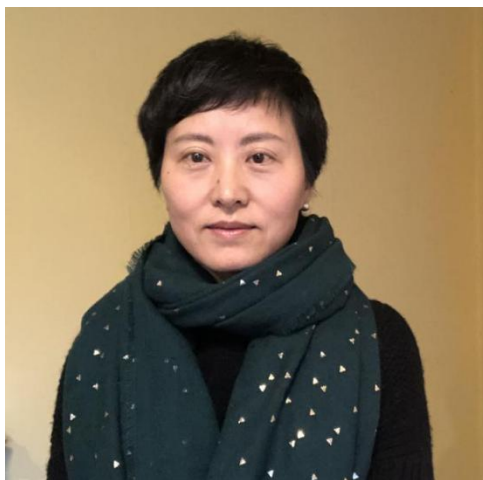
个人介绍：

主任医师，中国社会心理学会婚姻与家庭治疗心理学专业委员会常委，中国女医师协会心身医学与临床心理专业委员会委员。近九年来致力于叙事疗法的实践与推广，主持过多场叙事疗法的工作坊。

工作坊内容介绍：

如果把自我的生命体验当作一种叙事结构来理解，那么，单一的主题、单一的故事线可能导向单薄的体验，在咨询实践工作中，我们常见问题故事在被述说中成为具有统治力的主流故事，并占据其述说的生命叙事的大部分空间，叙事的主人也会被问题和困扰所紧紧缠绕、难以挣脱。本工作坊尝试展示叙事疗法视角下“多元故事”和人的关系；体验从那些被遗忘或忽视的生命经验出发，发展出多元的主题、多元的故事线，因此带来更为丰厚的生命意义的体验。本工作坊的主要内容：1.叙事的隐喻和叙事结构的特点；2.相关的叙事疗法基础理念和世界观介绍；3.提供“多元故事”发展视角的体验机会。

工作坊 B2：心智化干预工作坊



吴明霞

个人介绍：

心理学博士，西南大学心理学部应用与临床心理学系副教授，注册心理督导师（D-18-014）。比利时鲁汶大学心理与教育科学学院临床中心访问学者（2018-2019），导师为心智化研究学者 Patrick Luyten。安娜弗洛伊德中心青少年心智化治疗师。

工作坊内容介绍：

心智化是人性的核心，心智化能力指我们能够基于有意向的心理状态来尝试理解自己和他人的行为。如果没有心智化，就不会有活跃的自体感和建设性的社交互动，同样也不会有人际关系中的交互性和个人的安全感。所有的心理问题都与心智化的缺损有关。

本工作坊将分为三步进行讲解示范心智化干预：一、心智化相关知识理论。包括：心智化的概念、维度、心智化的发展、心智化立场、有效与无效的心智化、情感表征水平（心智化与非心智化的表征）；二、心智化技术。包括：评估心智化、心智化移情、反向移动等等；三、选择咨访互动片段来演示心智化干预的程序和方式。如，抑郁病人反刍式谈话、边缘病人高度警觉敏感的互动。

工作坊 B3：反映小组工作模式在心理咨询师朋辈案例讨论中的应用



王欣

个人介绍:

中国心理学会临床心理学注册工作委员会注册督导师；中德第三期系统家庭治疗师、督导师；中科院心理所合作对话认证学员。中美短程家庭治疗学员。

活动简介:

“as if”反映小组的工作模式，以系统观和社会建构论为理论基础，通过有结构、有节奏的团体工作模式，借助团队成员的体验式参与，训练并提升咨询师系统性多元视角和关系性思维方式及全方位理解个案的能力、全身心专注当下的双重聆听和回应的能力、在多个空间聆听、表达和思维拓展的能力、批判性的反思能力、共情与心智化能力、个案概念化能力及团队成员合作意识与人际间联结等综合胜任力。

“as if”反映小组工作模式工作坊教学设计：

提前招募心理咨询师案例报告 1 例

现场进行“as if 反映小组”工作模式六个阶段的团体体验

工作坊限制 100 人内，并要求参与和分享。

工作坊 B4：家庭治疗中的常见挑战与应对技术



刘丹

个人介绍：

清华大学学生心理发展指导中心原副主任，北京大学心理学系临床心理学博士。中国心理学会临床心理学专业机构和专业人员注册系统督导师(D-06-42)。中国社会心理学会婚姻与家庭心理学专委会副主任委员。中国心理卫生协会心理治疗与心理咨询专业委员会家庭治疗学组常务副组长。德中心理治疗研究院副主席。

工作坊内容：

目标：在临床实践中新手家庭治疗师经常会遇到的挑战很多，因为不能熟练应对，常常会卡在其中，造成个案脱落，也给自己带来严重的职业挫败感、自卑感。希望帮助新手在开展家庭治疗过程中，顺利应对三种常见挑战。

流程：

三种常见的挑战包括：

邀请家庭成员一起参加的困难

家庭成员目标不一致，冲突严重

会谈中涉及家庭秘密

本工作坊聚焦三种常见挑战情景，帮助新手家庭治疗师结构清晰、目标明确地开展工作，提升家庭治疗效果。

教学设计安排：

- 1.强化家庭治疗基本技术：加强与家庭多边结盟的能力（20分钟）
- 2.应对挑战 a：正确邀请家庭的技术及分组练习（20分钟）
- 3.应对挑战 b：应对家庭成员冲突的技术及分组练习（20分钟）
- 4.应对挑战 c：应对家庭秘密的技术及分组练习（20分钟）
- 5.反馈及答疑（10分钟）

工作坊 B5：在虚拟世界中改写你的人生：图式疗法意象对话与改写应用东西方比较



林孟仪

个人介绍：

香港树仁大学心理暨辅导学系--心理辅导硕士课程总监、硕士及博士生导师及督导；毕业于美国 APA(美国心理学会)认证之学府训练成为临床心理学博士专业；新加坡注册临床心理学家及临床心理学督导师；中国心理学会注册督导师(D-23-033)；国际图式疗法协会会员(ISST)。

工作坊内容：

目标：工作坊旨在让参与者实地观摩图式疗法中最核心的技巧“意象对话与改写”东西方运用的不同手法。

流程：工作坊最主要聚焦於实地示范图式疗法核心之介入技巧--“意象对话与改写”，让参与者能够得到基础了解此技巧在操作上的窍门与难易处；并展现因东西方文化的不同，在技巧操作上的考量也随之需要弹性化的部分。有鉴于仍有参与者不了解图式疗法理论，工作坊一开始仍会介绍其精髓，循序进入讲述何为“意象对话与改写”以及与认知行为疗法(CBT)的相似以及不同处，最后留有大量时间示范意象对话与改写的操作过程；东西方文化不同运用手法会特别分化出来展现；本讲者极力鼓励参与者进行讨论，若时间允许，也会欢迎参与者上台体验，感受图式疗法的运用。工作坊前半部理论教学上会使用简报投影(PPT)；后半部完全以实地操作为主并开放讨论。

工作坊 B6：基于评估的人格障碍诊断与心理治疗



蒋文晖

个人介绍：

医学硕士，副主任医师，国际精神分析协会（IPA）认证精神分析师，上海市精神卫生中心心理服务科副主任，中国心理卫生协会精神分析专业委员会委员，中国心理学会督导师，上海市心理卫生学会理事。

工作坊内容介绍：

ICD 系统及 DSM 系统对人格障碍的诊断都发生了转变，从基于特定诊断标准的分类诊断转向基于人格功能受损严重程度的人格维度取向，聚焦于自体和人际功能维度。对于大部分人格障碍患者，针对其人格功能及其功能缺陷进行工作是心理治疗的核心。对人格病理的评估要超越人格病理学的分类诊断，需对其严重程度和功能障碍进行评估，并以此指导临床治疗。

本工作坊将介绍人格障碍的流行病学和传统分类诊断及主要特征、人格障碍的维度诊断及以 STIPO-R 为例的人格组织水平评估、针对人格障碍的移情焦点治疗（TFP）及辩证行为治疗（DBT）。

工作坊 B7：突发事件下的心理危机干预实务



苏亚玲

个人介绍:

中科院心理所及省、市突发事件应急心理危机干预专家，广东省高校心理健康教育与咨询专委会副主任。

活动简介:

近年来，公共危机事件时有发生，对事发群体造成了强烈的心理冲击，如何及时且有效地进行干预，防止心理危机引发的次生灾害，维护人的心理健康和社会稳定，是需要我们审慎对待的重要议题。本次工作坊拟将从如何制定科学性与实用性相结合的危机预案，如何同危机中的个体有效对话，如何与团队分工联动，如何处理社会大众的舆情等几个方面，以真实的案例分享交流，并将此过程中的经验与不足进行反思总结，让有志于危机干预的工作者学习成长。

工作坊 B8：系统式创伤治疗的临床运用



戴吉

个人介绍:

副教授，中国心理学会注册督导师（D-22-003），湖南工商大学心理健康教育中心主任，中国心理学会注册系统湖南督导项目点督导组组长，中国心理卫生协会大学生心理咨询专业委员会委员，中国心理卫生协会心理治疗与心理咨询专业委员会家庭治疗学组委员，中国社会心理学会婚姻与家庭心理学专委会委员。

活动简介:

心理咨询和危机干预中难免会碰触到“创伤”主题，因此从业者有必要掌握创伤咨询的基本理论和技术。系统式创伤治疗理论以系统观为基础，将创伤纳入整个系统中进行理解，遵循资源取向和未来取向，帮助受到创伤的来访者更好地应对日常生活、更加具有自我效能地应对症状，被称为“前向创伤治疗(Forward Trauma Therapy)”。具体操作时，在稳定化的基础上通过创伤心理教育、利用内外资源、将症状转化等方式，结合 BASK 模型、积极生活事件清单、观看积极的老电影、创伤-资源图、创伤事件的电影技术、四格图等技术，帮助来访者疗愈创伤、促进成长。本工作坊将结合咨询案例介绍系统式创伤的基础理论、演示稳定化技术和创伤暴露技术，分享对该理论的理解。

工作坊 B9：社会心理服务工作者胜任力提升与职业规划



柴美静

个人介绍：

加州整合大学应用心理学硕士在读，主治医师，中国心理学会临床心理学注册系统督导师(D-16-001)，中国心理学会临床心理学注册工作委员会委员，中国心理卫生协会临床与咨询专业委员会委员，河南省心理学会社区心理学专业委员会副主任，安阳市社会心理服务体系建设研究会副秘书长。

工作坊内容介绍：

社会心理服务体系建设的现状：部分国家试点城市解决了平台建设和队伍建设，及存在的队伍建设和机制建设问题。目前集中的社会热点问题：如自伤、自杀、离异冲突和突发暴力性案件等。

社会心理服务体系建设的未来发展任务：根据《指导意见》要求到 2030 年提升心理健康素养，应针对整体社会的自伤、自杀离异冲突和暴力性事件等焦点问题，找到社会心理服务的有效途径，大力推动亲善友爱的积极社会心态的形成，应该：

建立长效工作机制；

提升专业胜任力；

做好实践、研究和经验交流；

专业发展规划和途径。

工作坊 B10：情绪聚焦疗法（EFT）视角下共情技术刻意练习工作坊



陈玉英

个人介绍：

上海和睦家医院资深心理咨询师，注册系统督导师。国际认证的 EFT 督导师与培训师，EFT 国际认证机构中国负责人。

主题论坛内容：

《刻意练习》是美国心理学家托尼·罗斯曼尼埃（Tony Rousmaniere）引入到心理咨询师训练中的一个概念，主张的是咨询技能并非仅仅重复一万小时的操练就能出类拔萃，而是要通过有目标、有方法、有督导的《刻意练习》，让咨询的技术成为程序性记忆，使得咨询师即使在身体疲惫或情绪压力的状态下也依然能够有效地回应来访者。这个概念引起了心理咨询界的共鸣与重视。而研究证明，应用共情建立咨访联盟是心理咨询与治疗的核心有效因子，因此，共情技术的《刻意练习》是心理咨询师最基本、最重要的应掌握的技术。

教学设计：

简要介绍：简要介绍 EFT 共情刻意练习基本内容及技术步骤

实操指导练习：由老师与助教进行共情技术演示，然后指导学员分组练习进行每一步共情技术刻意训练。

工作坊 B11：移空技术工作坊



陈益

个人介绍：

南京师范大学心理学院副教授，注册系统心理师，移空技术研究院科研部部长、督导工作负责人。

主题论坛内容：

移空技术是一项体现中国智慧的本土原创心身治疗技术，以中国传统养生功法中的存想与入静技术为核心操作内容，由治疗师指导来访者充分运用意识的想象功能进行一系列操作，从而缓解或消除心身不适症状及其影响。

2008 年移空技术首次在第五届世界心理治疗大会上提出，目前移空技术已日臻成熟，从理论研究到临床实践已积累较丰富的经验。

本次工作坊旨在让参加者了解移空技术的特点、治疗目标、操作步骤，给心理咨询师、心理助人者提供一项安全、有效、快速又易学的心身治疗技术。工作坊将介绍移空案例并现场带领参加者体验移空技术的核心技术“三调放松”，并预留时间互动答疑。

工作坊 B12：基于 PCOMS 反馈的循证治疗实践培训



余壮

个人介绍：

华东师范大学临床与心理咨询专业博士候选人、麦吉尔大学咨询心理学系访问学者。从事正式反馈方面的研究、实践与培训工作近 7 年。曾为国内 10 余家心理咨询机构和高校心理中心开展基于 PCOMS 的正式反馈使用培训。创办有“循证心理”公众号，致力于在国内推广 PCOMS 的临床应用。余壮老师接受过 PCOMS 创始人 Dr. Barry L. Duncan 的系统培训与亲自考核，其目前为 Better Outcome Now 官方认定的国内唯一 PCOMS 培训师(认证为最高级别 II 级)。

工作坊内容：

目标：掌握如何在临床实践中使用标准化的当事人效果反馈来改善临床疗效
流程：培训包括相关理论与操作讲授、现场互动与演练环境。

首先，培训者将初步讲授基于 PCOMS 反馈干预(合作-改变效果管理系统)的使用背景、测量工具、操作流程以及中国文化背景下使用注意事项。其中，将重点介绍两个简短的治疗效果评估工具：治疗效果评定量表(ORS)和会谈评定量表(SRS)。此外，本次培训还将讲授如何在首次会谈中引入 ORS 和 SRS，以及如何在后续会谈中利用 ORS 来识别早期缺乏治疗进展的个案以促进治疗策略的调整。并强调 PCOMS 在国内临床中使用可能面临的挑战。预计用时 60-70 分钟。

其次，为促进受训者掌握 PCOMS 的使用，本次工作坊将安排 10-15 分钟的现场演练时间，以促进受训者掌握基于 PCOMS 反馈技术。

最后，培训者将安排 10 分钟左右的答疑时间。

工作坊 B13：团体关系会议（Group Relations Conference, GRC）小型学习团体的初步体验



鲁小华

个人介绍：

北京交通大学心理素质教育中心教师。心理学硕士，教育学博士。中国心理卫生协会团体心理辅导与治疗专业委员会常务委员。

主题论坛内容：

参会成员有机会体验团体关系会议中的小型学习团体，通过体验和讨论了解团体关系会议（GRC），了解团体关系顾问与团体咨询师的异同，了解此时此地工作的方式，了解团体作为整体的顾问姿态。

- （1）介绍团体关系会议（GRC）鲁小华
- （2）3 个小型学习团体体验（刘瑾 孟莉）（吕大为 龚艳）（秦琳 吕悦）
- （3）回顾与问答

主题论坛

主题论坛 A1：社会心理咨询服务机构规范性文件编制

申请人：钱铭怡

个人介绍：

钱铭怡，博士，北京大学心理与认知科学学院教授（退休），香港中文大学（深圳）学生健康辅导中心名誉主任，人文学院应用心理学兼职教授；中国心理学会理事；中国心理学会临床心理学注册工作委员会副主任委员；注册督导师（D-06-061）；中国心理学会会士，世界心理治疗学会会士等。

主题论坛内容：

随着心理咨询专业领域的快速发展，对社会心理咨询服务机构（以下简称“社会机构”）进行规范化管理的重要性日益凸显。而规范管理的第一步，就是编制出一套切实可行的规范性文件。这是引领行业专业化、规范化发展的重要基础，也是众多从业者现实关切的问题。

基于此，本主题论坛旨在讨论和制定一系列能够在社会机构中使用的常用文件，为社会机构的管理者和咨询师提供一套规范化文件参考模板，以促进社会心理咨询服务的规范化发展，提高心理服务质量。本次报告将从社会机构中的咨询协议（知情同意）、危机干预工作指南、咨询师管理、档案管理，以及当事人各类记录表格的设计等五个方面展开，最后对本套规范性文件的优势与限制进行讨论。

参与人员：

- | | | | |
|-------|-----|----------------|--------------------------|
| 主持人 | 林秀彬 | 湖北东方明见心理健康研究所 | 注册工作委员会注册心理师 |
| 评论人 | 钱铭怡 | 北京大学心理与认知科学学院 | 注册工作委员会注册督导师 |
| 讨论人 1 | 秦琳 | 涵育心理咨询（北京）有限公司 | 注册工作委员会注册督导师 |
| 讨论人 2 | 王建玉 | 一沙心理咨询（上海）有限公司 | 注册工作委员会注册督导师 |
| 讨论人 3 | 李子秋 | 北京师范大学（兼职） | 注册工作委员会注册督导师 美国纽约州执照心理学家 |
| 讨论人 4 | 程菲 | 深圳市程一城心理咨询有限公司 | 注册工作委员会注册心理师 |
| 讨论人 5 | 李丹阳 | 湖北东方明见心理健康研究所 | 注册工作委员会注册心理师 |

主题论坛 A2：督导中的受督导者个人议题：与专业成长有关的那些事

申请人：王铭

个人介绍：

武汉理工大学心理健康教育中心副教授，注册督导师(D-20-044)，注册工作委员会委员，湖北省心理学会临床与心理咨询专业委员会副主任、湖北省社会心理学会理事。

主题论坛内容：

面对受督导者的个人议题，督导师不能借心理督导之名行心理治疗之实，更不能简单粗暴地撇在一边。如何看待受督导者的专业成长？如何在督导实践中有效应对受督导者的个人议题？

参与本次论坛的讨论人和评论人均来自督导实践的一线。吕悦老师对受督导者个人经验的关心和洞察，使人深受触动；杨新国老师对督导关系的敏锐和探究，令人豁然开朗；田瑞琪老师对过程与效果的关注和钻研，让人如入宝山。评论人严文华老师温暖大气、视野开阔，携人由情至理收获满满。

本次论坛参与人向广大同行诚意分享一个共识：受督导者的专业成长是一种“全人成长”，督导师需要重新审视督导的功能，如同心有“全牛”之庖丁，方能更好协助受督导者的专业成长。

参与人员：

主持人	王 铭	武汉理工大学心理健康教育中心 注册督导师
评论人	严文华	华东师范大学心理与认知科学学院 注册督导师
讨论人 1	吕 悦	重庆理工大学重庆知识产权学院 注册心理师
讨论人 2	杨新国	广西大学马克思主义学院 注册督导师
讨论人 3	田瑞琪	西南交通大学心理研究与咨询中心 注册督导师

主题论坛 A3：中小学心理危机干预体系建立中的探索

申请人：陈师韬

个人介绍：

北京师范大学心理学部硕士生导师，中国心理学会注册系统督导师。

主题论坛内容：

近些年来，中小学心理危机频发，引起社会广泛关注。中小学心理老师在学生心理危机频发的现状下遇到不同的困难与挑战，例如对心理老师、班主任、任课教师、学校领导的角色定位及团队协作不明确，对不愿意咨询但有诊断及潜在危机的学生处置不清晰，心理老师对危机评估与干预的胜任力不足，对危机学生的转介资源不丰富，中小学心理教师压力剧增缺乏系统支持及自我关照等。面对以上困境，全国不同地区都在做不同的探索。该论坛的评论者及讨论人均深度参与了不同地区的探索与实践。

参与人员：

主持人	陈师韬	北京师范大学	讲师	注册督导师
评论人	乔志宏	北京师范大学	教授	注册督导师
讨论人 1	徐 洁	北京师范大学	副教授	注册督导师
讨论人 2	钟 珩	北京市西城区教科院	高级心理教师	注册心理师
讨论人 3	陈美玲	贵阳市第一中学	中级心理教师	北师大在读教育博士

主题论坛 A4：系统合作与转介——心理咨询师的基本胜任力

申请人：宗敏

个人介绍：

外交学院心理素质与咨询中心主任，注册系统督导师（D-21-215），北京高教学会心理素质教育研究分会委员

主题论坛内容：

系统方面胜任力是咨询师胜任力模型中的重要组成部分，强调运用跨学科支持系统、行政与管理、优化与推广的能力。但在实务工作中，很多咨询师缺少系统合作与转介技能的培训，遇到困难案例，经常独自努力，长时间陷入困境，却不知道如何与系统合作、及时转介。

本论坛聚焦系统合作和转介能力，帮助咨询师在行业、机构和同行共处的大系统中充分合作、精准转介，提升服务效率和效果。

参与人员：

主持人	宗 敏	外交学院心理素质与咨询中心主任 注册系统督导师 北京高教学会心理素质教育研究分会委员
评论人	刘 丹	清华大学学生心理发展与指导中心副教授 注册督导师
讨论人 1	张阳阳	中央民族大学心理健康教育与咨询中心主任 注册督导师
讨论人 2	刘 竟	北京安定医院临床心理病区主任 副主任医师 注册督导师
讨论人 3	常 蕾	北大六院“厌学”专业心理门诊 心理治疗师 注册心理师

主题论坛 A5：浮华褪尽：高校心理健康教育的核心对象与策略

申请人：徐花

个人介绍：

南京大学副教授，CPS 注册工作委员会江苏督导项目点秘书、督导师。南京大学“我最喜爱的老师”，主讲的在线开放课程《心理咨询的理论与方法：会谈技巧》，目前学习者已超过 38 万。

主题论坛内容：

心理健康教育是学校心理辅导的重要部分，是普及心理健康知识，增强心理健康意识的重要手段，也是协助学生了解心理困扰，消除对心理咨询与治疗污名化、病耻感的重要途径。然而，目前高校中的心理健康教育出现了泛娱乐化和形式化的现象，参加活动的并非真正是需要关注的主要人群。

另一方面，在校园危机发生后，当事人并未或不愿接受心理咨询与辅导，甚至完全没进入教师和同学的视线，几乎不参与心理健康教育活动。如何让心理困扰较严重的学生参与到心理育人活动中，提升他们的心理健康素养，尤其是自助和求助的能力，是当下高校心理健康教育的重难点这是守好校园安全底线的关键。

参与人员：

- | | | |
|-------|-----|---|
| 主持人 | 徐花 | 南京大学副教授 CPS 注册工作委员会江苏督导项目点秘书
督导师 |
| 评论人 | 李焰 | 清华大学心理发展中心主任 注册督导师 教育部心理健康
教育专家指导委员会委员 |
| 讨论人 1 | 陈昌凯 | 南京大学心理健康教育与研究中心 主任 注册督导师 |
| 讨论人 2 | 王淳颖 | 华东师范大学心理健康教育与咨询中心 副主任 |
| 讨论人 3 | 鲁艳桦 | 南宁师范大学教育科学学院心理系 注册督导师 |
| 讨论人 4 | 石岭 | 江苏师范大学学工处 副处长 注册心理师 |

主题论坛 A6：督导的督导视角下，督导师胜任力提升专题论坛

申请人：瞿伟

个人介绍：

重庆医科大学附属第三医院临床心理科主任。中国心理学会临床心理学注册工作委员会委员第 2-5 届委员、注册督导师（D-06-029）。

主题论坛内容：

临床督导是咨询师发展的必要训练，而督导师则是保证咨询师训练质量的重要力量。但是督导技能并不等同于高阶咨询技能，而是与咨询技能有交集但是相互独立的另外一组专门技能，因此督导师也需要训练。除了课堂教学的知识学习以外，跟任何技能学习一样，需要专门的手把手教实操技能的部分。督导的督导就是帮助临床督导师学习和训练督导技能的重要环节。本论坛旨在介绍督导的督导视野下，督导师培养的观察、思考、探索与实践，并以东方明见心理的督导平台建设为例，介绍通过督导实践培养督导师的结构模式，并为未来的督导师培养以及督导的督导实践提供一些洞见和经验。

参与人员：

主持人	瞿伟	重庆医科大学附属第三医院 临床心理科主任医师
评论人	谢东	美国路易斯安那理工大学心理学与行为科学系 副教授
讨论人 1	桑志芹	南京大学社会学院心理学系 教授
讨论人 2	刘军	北京安定医院心理科 主治医师
讨论人 3	张华	湖北东方明见心理健康研究所 首席运营

主题论坛 A7：学校/医院短程心理咨询/心理治疗探讨

申请人：刘稚颖

个人介绍：

苏州大学教育学院副教授，苏州市心理学会临床与咨询心理学专业委员会主任委员，中国心理学会注册督导师。

主题论坛内容：

学校、医院或社区等心理健康服务机构中，受到机构设置、资源紧张、管理政策等因素影响，心理咨询/心理治疗的实践以提供短程心理咨询及心理治疗为主，并因此而面临特定的挑战。本论坛将邀请长期在学校、医院等机构从事心理健康实践的专家，共同探讨以下几个主题：（1）短程心理咨询（治疗）的必要性；（2）循证依据；（3）短程心理咨询（治疗）方案及可实施性；（4）问题和改进。

参与人员：

主持人	乔慧芬	南京脑科医院 注册督导师
评论人	王建平	北京师范大学 注册工作委员会委员
讨论人 1	刘稚颖	苏州大学 注册督导师
讨论人 2	范青	上海精神卫生中心 注册督导师
讨论人 3	殷炜珍	广州脑科医院 注册心理师

主题论坛 A8：青少年心理健康服务生态系统的建构——家校社一体化模式的探索与思考

申请人：王瑶

个人介绍：

河南大学教授，硕士研究生导师。CPS 注册工作委员会委员、督导师，河南省心理学会理事。

主题论坛内容：

目前，我国中小学心理健康教育存在着诸多问题，如学校领导及教师心理健康教育基本理念和基础知识缺乏；心理辅导专兼职人员匮乏；专职心理辅导人员咨询技能欠缺；学生心理问题得不到及时关注、评估和解决；经济不发达地区对学校心理健康教育的投入不足等。

鉴于此，本论坛探索将社会心理服务机构引入学校，整合校内外资源，形成学校、家庭、社会三位一体互动共赢的生态系统，促进师、生和家长心理健康水平的共同提升。目前这种工作模式已在两所中小学付诸实践，本论坛拟以此为契机，探索我国中小学心理健康教育的新途径。

参与人员：

主持人	王瑶	河南大学 教授 注册督导师
评论人	陈欣	河南大学 副教授 注册督导师
讨论人 1	姬旺华	副教授 注册心理师
讨论人 2	杨扬	副教授 注册心理师
讨论人 3	韩颖	讲师 注册心理师

主题论坛 A9：团体关系会让世界更美好吗？

申请人：孟莉

个人介绍：

注册督导师；北京师范大学心理学部副教授；第四届、第五届委员及宣传组副组长，伦理师资；中国心理学会临床与咨询心理学专业委员会人本主义治疗学组委员，人本取向连续培训项目师资。

主题论坛内容：

本论坛围绕自2014年引入中国的团体关系会议（Group Relations Conference, GRC）以及后续延伸出来的团体关系相关培训和学习，探讨团体关系在社会各个领域的应用，包括在家庭，学校，组织，以及各种不同的动力理解，聚焦讨论团体关系会让世界更美好吗？

参与人员：

主持人	孟莉	北京师范大学 注册督导师
评论人	鲁小华	北京交通大学心理中心 注册督导师
讨论人 1	龚艳	中山大学心理中心 注册心理师
讨论人 2	刘瑾	昕心工作室 注册心理师
讨论人 3	吕大为	心理咨询个人执业 注册心理师
讨论人 4	吕悦	重庆理工大学社会工作系 注册心理师
讨论人 5	秦琳	涵育心理工作室 注册督导师

主题论坛 B1：三人督导模式的理论、研究与实践

申请人：桑志芹

个人介绍：

南京大学社会学院心理学系荣休教授，博士生导师，中国心理学会临床与咨询心理学注册工作委员会副主任，伦理组组长。

主题论坛内容：

三人督导，又称一对二督导，是一位督导师同时对两位心理咨询师提供的专业督导，是介于个体督导与团体督导的中间形式。该模式自 2001 年在美国逐渐盛行，近年来，我国部分机构和督导师也已开始相关临床实践，但总体而言相关实践和研究才刚刚起步。本论坛旨在介绍三人督导的相关理论、研究和实践经验，并就如何推广与完善这一督导模式进行讨论，为推动我国心理咨询师培养与督导制度建设提供参考。

围绕“三人督导的理论与研究综述”、“三人督导的实施建议”两个主题，介绍国外三人督导的相关理论与研究进展，并对这一模式的有效实施提出若干建议。介绍“国内三人督导的实施现状”和“三人督导过程与效果”的主要研究结果，探讨三人督导的有效性、优势与困境及效果影响因素。分享北京师范大学心理学部临床与咨询专业硕士专业实习中的三人督导管理经验，为培养单位和实习机构实施三人督导提供参考。

参与人员：

主持人	桑志芹	南京大学 注册工作委员会副主任 注册督导师
评论人	钱铭怡	北京大学 注册工作委员会副主任 注册督导师
讨论人 1	桑志芹	南京大学 注册工作委员会副主任 注册督导师
讨论人 2	陈瑜	南京航空航天大学 注册心理
讨论人 3	李非寒	北京师范大学 注册督导师

主题论坛 B2：中国婚姻与家庭治疗伦理的探索之路

申请人：刘军

个人介绍：

中国心理学会临床心理学注册工作委员会委员，中国社会心理学会婚姻家庭专委会委员、注册督导师，中国心理卫生协会精神分析专业委员会委员、心理治疗与心理咨询专业委员会家庭治疗学组委员，北京安定医院精神科主治医师，北京心理卫生协会心理治疗与咨询委员会常务委员。参加了注册系统伦理修订工作，并参与本次婚姻与家庭治疗伦理的修订工作。

主题论坛内容：

婚姻与家庭治疗伦理规则修订工作在家庭治疗学组孟馥组长带领下、陈向一顾问动议下、刘丹和刘军等多位委员共同开展。

这是一项开创性的工作，引领家庭治疗行业规范化、专业化发展。帮助专业人员有规范的伦理守则，促进家庭治疗工作进一步发展，保护中国家庭的和谐，提升从业人员专业胜任力，在与时俱进的专业化发展道路上具有里程碑的意义。主要强调婚姻家庭咨询与一般咨询的区别，规范家庭咨询师的能力、资格和行为；提供从事婚姻家庭咨询时的工作参考；保护来访家庭的权益；促进咨访关系的彼此信任。

伦理修订工作参考国外经验，切合中国国情，广泛征集专家同道的意见，结合婚姻家庭咨询临床工作的困境，经过多轮研讨和反复修改。希望借此论坛与各位同道讨论碰撞，广泛了解大家的意见，为家庭治疗行业在中国的发展保驾护航，行稳致远。

参与人员：

主持人	刘军	北京安定医院 注册工作委员会委员 注册督导师
评论人	陈向一	华中科技大学深圳协和医院 注册督导师
讨论人 1	刘丹	清华大学学生心理发展指导中心 注册督导师
讨论人 2	王金丽	华东师范大学心理与认知科学学院 注册督导师
讨论人 3	沈家宏	广州沈家宏心理工作室 注册督导师

主题论坛 B3：心理治疗/咨询可以做多短？

申请人：陈秋燕

个人介绍：博士，教授，北师大临床与咨询心理学院副院长。CPS 专委会委员、注册工作委员会委员。中国心理学会注册督导师（D-20-002）和中国心理卫生协会注册督导师（XXD-20-126）。

主题论坛内容：

在心理治疗与咨询过程中，当事人面临的困境与咨询师提供的治疗时间之间如何匹配是影响咨询长度的一个因素，心理咨询的长短是一个从弗洛伊德时代争论至今的问题。为满足更多人群心理健康的需求，短程咨询成为心理治疗发展的一个趋势，各流派都在探索短程心理咨询的理论、过程、技术和效果。

短程心理咨询是指20次以内的咨询方式，以解决问题为导向，强调当事人的资源，聚焦当事人的特定问题，注重工作时间、专业技术和精力的合理使用，以提高当事人改变的有效性。它可应用到个体、团体和家庭问题上。

本论坛是从心理动力、人本咨询、家庭治疗和两仪心理疗法等四个取向，对短程心理咨询适用哪些对象、心理问题、咨询次数以及效果等议题上进行对话交流。

参与人员：

- | | | |
|-------|-----|--|
| 主持人 | 陈秋燕 | 北师大临床与咨询心理学院副院长 中国心理学会注册督导师（D-20-002）中国心理卫生协会注册督导师（XXD-20-126） |
| 评论人 | 李 焰 | 清华大学学生心理发展指导中心主任 教授 |
| 讨论人 1 | 陈 钰 | 上海精神卫生中心临床心理科主任 注册督导师 |
| 讨论人 2 | 杨文圣 | 上海交通大学心理咨询中心总督导 注册督导师 |
| 讨论人 3 | 李子秋 | 美国加州和纽约双执照心理学家 督导师 |

主题论坛 B4：媒体与心理咨询

申请人：林钗华

个人介绍：

北京师范大学心理学部讲师、硕士生导师，中国心理卫生协会副秘书长，中国心理学会注册督导师，国际华人心理援助协会（ACHPPI）终身会员。

主题论坛内容：

随着新媒体时代的发展，越来越多的心理咨询师开始探索如何通过新媒体进行自我宣传、科普心理健康知识，并拓展心理咨询的影响范围。然而心理咨询师作为咨询师和媒体人的身份存在冲突，在媒体的呈现中也存在各种潜在的伦理问题和风险，本论坛邀请了以下几位媒体心理咨询师就如何通过媒体进行自我宣传和科普、如何处理和应对潜在伦理问题等方面进行分享和讨论。

参与人员：

主持人	林钗华	北京师范大学心理学部 注册督导师
评论人	贾晓明	北京理工大学 教授 注册工作委员会主任委员
讨论人 1	钱 庄	知我探索教育科技有限公司（Know yourself）临床精神卫生硕士
讨论人 2	孙婷然	独立执业心理咨询师 艺术治疗心理咨询硕士
讨论人 3	陈 荫	紫苏心理咨询服务有限公司 三级咨询师

主题论坛 B5：儿童青少年综合心理评估和整合心理干预的探讨

申请人：杨婵娟

个人介绍：

注册督导师；广州医科大学附属脑科医院专职党委副书记、主任医师，广州医科大学精神医学专业和应用心理学专业硕士生导师，广州心理卫生协会主任委员

主题论坛内容：

近年来，儿童青少年的心理健康问题尤为突出，而儿童青少年仍处于发育成长期，家庭和学校环境、父母养育方式和同伴关系的影响巨大。在为该群体提供心理健康服务时，干预手段不应仅有个体心理干预，还需包括不同主题的团体心理干预、不同层级的家长心理干预及环境干预等，应在综合心理评估和个案概念化的基础上进行整合心理干预。然而，目前国内尚缺乏成熟的儿童青少年心理综合评估和整合干预模式。本论坛将邀请长期在医院、学校等机构为儿童青少年开展心理评估和干预的专家，共同探讨以下几个主题：（1）儿童青少年综合心理评估和整合干预的必要性；（2）国内儿童青少年综合心理评估与整合干预模式的探索；（3）问题和改进。

参与人员：

主持人	杨婵娟	广州医科大学附属脑科医院	注册督导师
评论人	王建平	北京师范大学	注册工作委员会
讨论人 1	杨秋苑	广州市康复中心	注册督导师
讨论人 2	殷炜珍	广州医科大学附属脑科医院	注册心理师
讨论人 3	陈亮	深圳市福田区华富中学	注册心理师

主题论坛 B6：后疫情时代的存在主义危机

申请人：袁莉敏

个人介绍：

北京师范大学心理学院博士，北京工业大学副研究员，中国心理学会临床与咨询心理学专业委员会注册系统注册督导师、注册心理师，国际存在人本主义心理学院（IIHEP）认证督导师、咨询师。

主题论坛内容：

柳叶刀全球调查研究显示，新冠疫情以来，全球抑郁症和焦虑症发病率急剧上升，增幅均超过 25%。有专家称，疫情对全人类精神心理健康的影响，最少要持续 10-20 年以上。后疫情时代，焦虑、内疚、孤独、恐惧、无意义感……它们以各种形式和组合，以危机的现象出现。

本论坛基于存在-人本主义心理咨询的五大既定：死亡-有限性、意义-无意义、自由-责任、孤独-关系和情绪-具身化，汇报以下专题：对咨询中来访者无意义和意义感的思考，焦虑-来自存在主义内疚的呼唤，存在主义危机下心理议题的身体干预，疫情后对自由空间转化的思考。

讨论人和评论人拥有 15 年以上的咨询工作经验，一起学习和实践存在-人本主义心理咨询 10 年以上，并在相应领域各有所长。

参与人员：

主持人	袁莉敏	北京工业大学 注册督导师
评论人	牛勇	北京交通大学 注册心理师
讨论人 1	周蜜	中国农业大学 注册督导师
讨论人 2	钟姝	清华大学 注册心理师
讨论人 3	罗锐	中国劳动关系学院 注册心理师
讨论人 4	张雅萱	注册心理师

主题论坛 B7：讨论非自杀性自伤、边缘型人格障碍与复杂性 PTSD 的关联性

申请人：王华

个人介绍：

精神科副主任医师，硕导，注册督导师，IPA Candidate，精神分析专委会委员。

主题论坛内容：

武汉市心理医院在过去近二十年里一直开展住院式心理治疗。这些既需要心理治疗又需要住院的病人大多是我们称之为非自杀性自伤、边缘型人格障碍以及复杂型PTSD的病人。现在，这些诊断明确地出现在ICD-11的疾病分类里。有些疾病是首次被正式命名，如CPTSD（复杂型创伤后应激障碍），有的则有较大的改动，比如青少年就可以被诊断为边缘型人格障碍。而这类疾病之间从临床表现和病因以及分类上有很多关联或共同之处。对这些领域进行讨论有益于澄清似是而非的问题，也为疾病的早期识别和心理治疗甚或危机干预的介入提供关注点并进行预后评估。

参与人员：

主持人	童俊	武汉市精神卫生中心	武汉市心理医院	注册督导师
评论人	陈静	武汉市精神卫生中心	武汉市心理医院	中国心协督导师
讨论人1	马旻	武汉市精神卫生中心	武汉市心理医院	注册督导师
讨论人2	王华	武汉市精神卫生中心	武汉市心理医院	注册督导师
讨论人3	张红	武汉市精神卫生中心	武汉市心理医院	注册督导师

主题论坛 B8：EMDR 的科学研究与循证实践

申请人：张劲松

个人介绍：

心理学博士，医学（精神病学）硕士；主任医师，硕士生导师。

主题论坛内容：

EMDR（眼动脱敏再加工治疗）疗法是一种综合治疗方法，旨在处理记忆的生理存储以及它如何影响到经历。由于记忆存储的改变以及与适应性记忆网络的链接，变化被理解为再加工的副产品。EMDR的理论基础是适应性信息加工模型，并用记忆网络解释症状和治疗的变化，EMDR在脑神经生理层面对病理症状发生着改变。EMDR治疗有效性如何，起作用的神经生理作用机制是什么，一些假说仍在研究之中，并不断有新的假说。很多实证研究证实了EMDR的有效性，并在神经机制上对治疗机制进行解释。本论坛围绕EMDR起作用的机制和实践，通过文献的荟萃分析、对理论假说新进展解释和实践讨论EMDR的科学性和有效性，不仅会给听众带来EMDR的在神经科学和实践效果的研究进展，而且还会有操作性示范。

参与人员：

主持人	张劲松	上海交通大学医学院附属新华医院 主任医师
评论人	李建军	南京晓庄学院 副教授
讨论人 1	马向真	东南大学应用心理研究所 教授
讨论人 2	吴葳莉	西华大学 教授
讨论人 3	茆 丁	千江心理咨询（上海）事务所 EMDR 督导师
讨论人 4	隋双戈	深圳市春风应激干预服务中心 注册督导师

主题论坛 B9：被监管人群心理咨询与心理治疗中相关伦理与法律问题探析

申请人：陈佩华

个人介绍：

中国心理学会临床与咨询心理学注册系统注册督导师（D-10-001），原中华杰出女性协会理事、原珠海瑞桦戒毒康复医院副院长。

主题论坛内容：

被监管人群心理咨询与心理治疗是一个复杂的领域，既涉及到心理学的专业知识，也涉及到伦理与法律的规范。被监管人群包括但不限于犯罪嫌疑人、罪犯、精神病患者、戒毒人员、问题少年等，这些人的心理状况往往比普通人更加复杂，同时，他们的身份特殊，受到了特殊的监管和限制，因此，在对这些人进行心理咨询和治疗时，必须严格遵守伦理与法律的规定。本论坛将对被监管人群心理咨询与心理治疗的伦理与法律问题进行探讨，分析其困难和挑战，旨在提高心理咨询师和心理治疗师的专业素养和工作质量，有效发挥临床心理工作在特殊场所的作用，促进社会主义法治文明建设，尊重特殊群体的合法权益，并提出一些解决方案和建议，用于指导和实践中。

参与人员：

主持人	李庆	云南省第二强制隔离戒毒所 主任 注册助理心理师
评论人	钟杰	北京大学 CPS 副主任委员 注册督导师
讨论人 1	王海涛	华北理工大学 教授 硕导
讨论人 2	刘建伟	云南省第二强制隔离戒毒所 副所长
讨论人 3	余继祥	云南省精神病院 主任医师 教授 督导师

主题论坛 B10: 美国与香港心理健康相关专业硕博申请、培训和发展

申请人: 朱一迅

个人介绍:

咨询心理学博士, 美国印第安纳州持证心理学家, 就职普渡大学咨询中心。国际华人心理与援助专业协会 (ACHPPI) 教育培训副主席。

主题论坛内容:

近年来国内的经济的发展, 伴随着压力与社会需求的增强, 国人大众对心理健康需求与意识都相对的提升, 越来越多的学子走出国门前往海外或港澳台地区进行硕士/博士的深造。本论坛针对美国与香港心理健康相关专业硕博申请、培训、和发展作深入探讨, 提供参与者认识相对比较成熟的心理健康培训必须具备的种种条件, 比如对硕博申请的认识, 不同培训学校或机构符合胜任力的基本条件、设置和管理, 以及相关领域的着重发展方向作全面的探索与分享。参与本论坛的五位参与者在北美或香港地区获得心理健康领域的硕博学位, 并且目前在海内外从事心理健康工作, 讨论分享他们的经历, 为有兴趣出国学习或是在国内从事培训的同仁提供参考与交流。

讨论内容主要分为四个方面: 1) 深造申请过程和文书撰写的注意点; 2) 在美国和香港心理健康相关专业硕博学习的过程和关键节点; 3) 不同心理健康机构基于胜任力的培训条件、设置和管理; 以及 4) 心理健康相关职业发展

参与人员:

- | | | |
|-------|-----|--|
| 主持人 | 朱一迅 | 普渡大学咨询中心 路易斯安那理工大学咨询心理学博士 美国持证心理学家 |
| 共同主持人 | 蔡振宗 | 加州大学尔湾分校咨询中心 伊利诺伊大学香槟校区咨询心理学博士, 美国加州与佛州心理学家执照, 现任 ACHPPI 会长、APA 17 分会国际支部会长、APA Fellow、曾任佛罗里达大学心理所与心理咨询中心临床副教授 |
| 评论人 | 蔡振宗 | |
| 讨论人 1 | 孙晓宁 | 上海交通大学心理与行为科学研究院 俄勒冈大学临床心理学博士 注册心理师 心理治疗师 (中级) |
| 讨论人 2 | 程菲 | 香港深圳私人执业 香港城市大学心理学博士 注册心理师 |
| 讨论人 3 | 曾丹 | 香港中文大学 (深圳) 学生健康辅导中心 丹佛大学心理咨询硕士 |

专题报告

专题报告 A1：高校学生心理危机预防干预的实证研究

主持人：贾晓明（北京理工大学人文与社会科学学院，教授）

评论人：李焰（清华大学学生心理发展指导中心，教授）

报告简介：调查显示每年自杀死亡的大学生占非正常死亡人数的 47.2%，自杀导致的死亡排列首位。高校心理危机干预工作难度大、压力大，咨询师需要与学生家庭、医院等校外、多部门合作，涉及知情同意、保密突破等诸多伦理、法律困境。本专题通过四项研究的分享，探究如何更好在高校推进心理危机预防与干预工作。

报告 1：提升心理援助热线中的危机干预有效性探究

报告人：张静

（中国传媒大学学生心理健康教育中心，副教授）

疫情期间，国家卫生健康委员会在 2020 年 2 月 2 日发布《关于设立应对疫情心理援助热线的通知》，要求各地在原有心理援助热线的基础上，设立应对疫情心理援助热线，很多高校纷纷开通心理援助热线，为学生提供心理健康服务，其中心理危机干预是热线中常见又非常重要的工作内容。本研究采用 24 小时热线的形式，对北京某高校的心理热线来电进行了实证和质性分析，49 天累计接听 132 人次，共计 3474 分钟，最短时长 3 分钟，最长时长 80 分钟，平均 26 分钟，男生 25 人，女生 107 人，发现潜在心理危机 16 人，占到总数的 12.12%。结论：高校在疫情期间，在学生压力应激状态下开展心理热线是非常必要的，热线危机的干预中采用稳定化技术、联结技术、共情式评估技术、保障安全技术、寻找资源技术以及制定安全计划、即时转介等技术进行心理危机干预工作，帮助学生身心尽量恢复到平衡状态，保障校园安全稳定是非常重要的。

关键词：心理；援助热线；危机干预

报告 2：时间观理论在大学生心理危机干预中的应用探析

报告人：宗敏

（外交学院心理咨询中心，副教授）

新冠肺炎疫情的出现极大改变了人们对时间的看法和对未来的期待。大学生心理危机干预需要适应后疫情时代以及社会发展不确定性增加的新形势，重点解决学习发展任务叠加带来的压力升级和社会发展不确定性带来的行动困难等新问题。时间观理论特别是其倡导的平衡时间观理念，提供了对学生心理危机干预的新思路，可以帮助大学心理健康教育工作者增加对危机干预问题理解的深入程度，通过重塑过去故事，变过去消极为过去积极；促进当下行动，降低现在宿命感提升现在适度享乐；增加未来对话，坚持未来希望导向；建构灵活思维，培养平衡的时间观等方法提高干预的效果，并为追踪工作提供有效抓手，提高大学生心理危机干预工作的实效。

关键词：时间观理论；平衡时间观；大学生；心理危机

报告 3：高校心理咨询师危机干预胜任特征的定性研究

报告人：周蜜

（中国农业大学心理素质教育中心，副教授）

背景：高校心理咨询师危机干预胜任力因高校特殊背景和危机特点具有特殊性。方法：招募具备高校危机干预经验咨询师 8 名，运用质性研究方法半结构访谈，运用主题分析法分析。结果：高校心理咨询师危机干预胜任力包括危机干预知识、技能、态度和特质四部分。危机干预知识包括危机评估、干预及自杀相关知识，了解机构要求，具有干预经验。危机干预技能包括运用工具评估、制定实施干预方案、沟通合作、稳定情绪能力。危机干预态度包括生命态度和危机干预职业伦理，生命态度包括生命至上、希望感和意义感，理解自杀想法不认同自杀行为；危机干预职业伦理包括非价值中立,对危机解决抱有信念,对来访者尊重、负责、真诚、关心，能够自我觉察和照顾。危机干预咨询师特质包括情绪稳定、有责任担当、勇于挑战、自信坚定、乐观和亲和力。结论：本研究探索建立高校心理咨询师危机干预胜任力模型，以期为高校选拔、培训、考核具备危机干预胜任力的咨询师提供依据。

关键词：高校心理咨询师；危机干预；胜任力

报告 4：当事人眼中高校危机干预工作中的伦理议题：质的分析

报告人：黄安麟

（北京大学心理与认知科学学院）

目的：从当事人的角度探讨我国高校心理危机干预中存在的伦理议题并探索当事人对其的看法。方法：通过方便取样，对 12 名曾经在高校经历过危机干预的学生进行半结构化访谈，对访谈结果进行内容分析并采用三级编码对访谈誊录稿进行分析。结果：当事人比较关注伦理议题中知情同意与隐私权保护两个核心主题，其中包含 7 个概念类属。当当事人的隐私权受到尊重或感到被关心时，他们满意伦理议题的处理，反之亦然；在未来，当事人期待干预人员能够有更强的隐私保护意识以及更高的专业性。结论：保密突破是当事人在危机干预中最关注的伦理议题；除了心理咨询师以外，危机干预体系中涉及的其他人员的伦理意识也有待提高。

关键词：心理危机干预；高校心理健康；突破保密；伦理议题

专题报告 A2：自杀预防与干预研究

主持人：吴才智（华中师范大学，教授）杨丽（天津大学，教授）

评论人：江光荣（华中师范大学，教授）

报告简介：本专题聚焦于自杀预防与干预研究，由四篇报告组成。

报告 1：询问自杀会不会诱发自杀风险

报告人：周忠英

（武汉体育学院/华中师范大学，讲师）

直接询问与自杀相关的问题是自杀筛查与风险评估的常见举措。然而，包括众多临床研究者、实践者在内的许多人担心询问自杀相关的问题会对当事人带来伤害，如诱发不良情绪、自杀意念，甚至实施自杀行为。本文综述了与自杀问题相关的自我报告法、口头询问或评估性访谈、密集纵向的评估方法的医源性影响，发现直接询问自杀相关的问题，可能会使少量当事人出现短暂的负性情绪，但并不会增加长期的情绪困扰和自杀风险，甚至还有可能让当事人产生治疗性获益。了解自杀筛查与风险评估是否存在医源性影响，对于开展临床实践和自杀相关的研究具有重要意义。

关键词：询问自杀；自杀筛查；自杀风险评估；医源性影响

报告 2：自杀干预者的态度问卷的编制与应用

报告人：彭文

（西南民族大学，华中师范大学，助教）

在临床实践中，自杀干预工作取决于危机干预工作者或心理健康工作者的风险评估和管理。而这些自杀干预工作者对自杀患者的干预效果往往受到他们自身对自杀干预的态度的影响。本研究通过专家推荐法的方式选取了 10 位危机干预与自杀预防领域的专家进行结构化的访谈，对访谈逐字稿进行内容分析得到对自杀干预工作有益的态度描述。根据内容分析结果，编制初始自杀干预态度量表。在可能参与到自杀干预工作中的助人者群体中抽取 320 人进行初次施测，对初始问卷进行项目分析和探索性因素分析；后选取 257 人进行正式施测，对所得数据进行验证性因素分析和信效度检验。结果表明，自杀干预态度问卷共 28 题，包含歧视自杀、对生命的态度、对自杀者的认知、自杀干预的价值、回避讨论自杀、情感隔离，共 6 个维度；验证性因素分析表明该问卷结构模型拟合良好；问卷信

效度指标符合心理测量学要求，能够作为测量个体自杀干预态度的有效工具。

关键字：自杀干预；自杀干预态度；内容分析；问卷编制

报告 3：内隐自杀意念预测自杀尝试风险：内隐死亡无畏的调节作用

报告人：练诗涵

（天津大学，研究生）

内隐自杀意念是个体无法内省识别的、无法以意志控制的自杀意念，可以有效规避外显测量的否认、隐瞒、内省力不足等问题。本研究在 45 名自杀倾向大学生与 46 名无自杀倾向大学生中测量了自杀想法及行为史、自评自杀尝试可能、Beck 抑郁问卷、Beck 自杀意念问卷、Beck 绝望量表、死亡/自杀内隐联想测验所、获得性自杀能力量表-死亡无畏分量表，以及本研究开发的死亡无畏内隐联想测验。并在一个月后对自杀倾向大学生随访测量自杀尝试行为、自杀行为筛查问卷。结果发现：（1）不同风险水平被试的内隐自杀意念水平差异显著，风险水平越高，内隐自杀意念水平也越高；（2）内隐自杀意念可以显著鉴别自杀尝试史，具有较高特异性；（3）内隐自杀意念对随访期自杀尝试没有独立预测作用；（4）不同风险水平被试的内隐自杀意念差异实际体现在“我-活着”内隐联系强度上。（5）内隐死亡无畏在不同风险水平被试中差异显著；（6）内隐死亡无畏与在内隐自杀意念与随访期自杀尝试间的调节效应边缘显著。这些结果表明内隐自杀意念对于自杀尝试具有较好的区分能力，但预测能力不足；并且内隐自杀意念的本质为“我-活着”内隐联系强度的减弱；开发的内隐死亡无畏的测量工具有效，以及内隐自杀意念对自杀尝试风险的作用机制需进一步探讨。

关键词：内隐自杀意念；内隐死亡无畏；自杀尝试；内隐联想测验；自杀能力

报告 4：基于生态瞬时评估法探索自杀意念对情绪的影响

报告人：徐冲

（天津大学，研究生）

背景：近期的理论研究和临床观察表明，许多患者在思考自杀后会感到安慰和释放，这暗示自杀意念可能对情绪具有调节作用。因此，本研究旨在利用生态瞬时评估法探索自杀意念对情绪的影响。方法：采用方便取样的方法，对 30 名过去两周内有自杀意念的大学生进行为期 7 天的生态瞬时评估。被试每天随机接受 6 次评估，以记录其当前是否有自杀意念和相关的情绪状态。被试也可在自

杀意念出现时主动发起生态瞬时评估调查。结果：（1）从有自杀意念的 T 时刻至无自杀意念的 T+1 时刻，消极情绪降低，积极情绪增加；（2）从自杀意念发生前（T-1）到自杀意念发生后（T+1），积极情绪均分和兴奋情绪显著降低，其他情绪并无显著变化；（3）事后分析发现，消极情绪在 T-1 至 T 时刻增加，在 T 时刻达到顶峰，T 至 T+1 时刻降低，积极情绪则在 T-1 至 T 时刻降低，在 T 时刻达到低谷，在 T 至 T+1 时刻增加。结论：自杀意念对情绪具有调节作用，这一发现将有助于解释自杀意念的长期维持，并为临床自杀干预提供指导。

关键词：大学生；自杀意念；情绪；生态瞬时评估

专题报告 A3：CBT 临床技巧的新探索与新应用

主持人：刘稚颖（苏州大学 副教授）

评论人：王建平（北京师范大学心理学部 二级教授）

报告简介：CBT 是最具循证的治疗取向，涉及较多的干预技术，针对不同的临床问题，结合来访者的具体情况，常常会使用不同的干预技术。本专题报告将聚焦于如何有效使用 CBT 临床技术以提升干预效果。

报告 1：家庭作业在 CBT 临床干预中的挑战及应对

报告人：朱雅雯

（西北师范大学，副教授）

家庭作业是咨询师在两次咨询会谈间，基于个案概念化为来访者量身定制的一项或多项特定的干预任务。在认知行为治疗（Cognitive Behavior Therapy, CBT）中应用尤为广泛，强调恰当地使用家庭作业对来访者的改变至关重要。尽管家庭作业在 CBT 临床干预中应用广泛且有效，但仍存在如下问题：来访者对家庭作业存在不合理认知、来访者欠缺完成家庭作业的意愿、咨询师布置了不恰当的家庭作业、咨询师不重视家庭作业在临床干预中的应用等等。因此，在未来发展中可以从提升咨询师的专业胜任力、及时与来访者讨论家庭作业、明确家庭作业的评估标准、在布置家庭作业时引入现代科技等方面进行深入探讨。

关键词：家庭作业；认知行为治疗；干预效果

报告 2：完美主义个案的 CBT 干预策略

报告人：胡泊

（徐州工程学院师范学院，讲师）

完美主义是心理咨询领域的热点，1950 年 Horney 首次将其描述为一种神经症的亚型（Horney, 1950），继而 Burns 在 1980 年编制了完美主义单维度量表，开启了完美主义量化研究的先河（Burns, 1980）”，进入 1990 年，Frost, Hewitt 分别从不同的角度提出了多维度完美主义结构（Frost et al., 1990; Hewitt et al., 1991），直至 Shafran 提出了单因素临床完美主义的概念（Shafran, Cooper, & Fairburn, 2002），完美主义的概念一直存在争议。本研究综述了完美主义的概念与发展，并以 Shafran 临床完美主义为理论基础结合中国文化的特点重点介绍本

土化下完美主义个案的评估，概念化，核心特征，以及基于该理论模型的完美主义的干预策略（Shafran et al., 2002; Shafran, Egan, & Wade, 2010, 2015）。

关键词：完美主义；认知行为模型；概念化；干预策略

报告 3：中国文化下边缘型人格障碍的意象重塑

报告人：李荔波

（宁波大学科学技术学院，讲师）

边缘人格障碍患者通常有非常负面的童年经历。意象重塑技术（Imagery rescripting, IR）会从记忆中提取创伤性事件的心理表征，从中改变该事件的进程以朝着理想的方向发展，从而重建与负性图式相关的童年经历的含义。研究表明意象重塑对改变 BPD 患者早年不良图式有较好的效果，但在中国文化下，需要更注意让来访者能接触到自己的情绪；需要在意象中巧妙地处理“不孝顺”、“亏欠父母”等文化主题；需要在针对群体的社会规范与期望和针对个体的健康发展间取得平衡；需要考虑童年经历所处的中国特定的时代背景。

关键词：边缘人格障碍；意象重塑；意象改写；中国文化

报告 4：CGT 在大学生哀伤辅导中的应用

报告人：史光远

（清华大学，讲师）

复杂性哀伤疗法（complicate grief therapy, CGT）是目前针对丧亲人群最具有研究依据和实践效果的疗法之一，其主要理论和技术依据来自于认知行为疗法。大学生处于成年早期，在丧亲后会出现一系列的哀伤反应，甚至会面临学业困难、人际关系不良、生命意义感降低等问题。CGT 主要通过心理教育、认知重建、哀伤监测、暴露练习、问题解决等技术，对悲伤内疚、哀伤反刍、焦虑抑郁回避等哀伤反应进行干预，从而促进哀伤反应的正常化，乃至实现个人成长。本研究在文献综述的基础上，针对大学生哀伤反应的特点，基于 CGT 的框架提出大学生哀伤咨询服务模式、工作方法和建议。

关键词：丧亲；大学生；复杂性哀伤疗法；哀伤辅导

报告 5：针对社交焦虑的 CBT 暴露技术拓展与应用

报告人：林灵

（福建省福州市良友心理咨询有限公司）

行为暴露是认知行为疗法中的一个关键技术，社交焦虑个体进行暴露的主要

目的，是通过不含任何回避或安全行为的暴露手段，收获全新的学习体验，从而推翻其原有非理性认知。传统的暴露练习是使社交焦虑的来访者意识到自己因表现不佳带来灾难性后果的情况不太可能会出现，而且他们完全有能力应对那些社交情境。有别于传统，社交尴尬暴露技术则是让来访者真实地处于一种令其尴尬的场景或做某些特别的事（比如在广场上唱歌、脸上画朵花在路上行走等）。通过这样刻意为之，能有效打破来访者惯常使用回避策略带来的自我负强化循环圈，体验到即便发生了让其所担心的尴尬场景，也不会导致可怕的负性结果，使其对感知到日常社交情境的“威胁”做出重新评价。

关键词：社交焦虑；行为暴露；认知行为疗法

专题报告 A4：医学领域的慢病患者心理影响机制及心理干预研究

主持人：官锐园（北京大学医学人文学院医学心理学系，教授）

评论人：刘松怀（北京康复医院，副主任医师）

报告简介：随着社会发展，医学领域中的患者心理健康问题越来越凸显，尤其是随着疾病谱的改变，慢性病患者群体在社会人群中的比重越来越多，关于慢病患者的心理健康问题发生机制和心理干预方式也日益成为重要的研究热点。本专题主要介绍在医学领域中开展的患者心理健康影响机制及相关心理干预的疗效研究。

报告 1：冠心病患者家庭心脏康复运动依从性的社会心理影响因素探究：一项质性研究

报告人：周婷

（北京大学医学人文学院医学心理学系，副研究员）

目的：以计划行为理论为依据，探究冠心病患者家庭心脏康复运动依从性的社会心理影响因素。**方法：**采用目的性抽样和分层典型抽样策略，在北京市三甲医院和社区医院招募被试，共选取 20 名参与家庭心脏康复的冠心病患者和 6 名从事心脏康复工作的医务人员进行半结构式访谈。采用主题分析法进行编码。**结果：**冠心病患者家庭心脏康复运动依从性的社会心理影响因素为可归纳为 5 个主题：态度、主观规范、知觉行为控制、运动计划 and 自我调节。其中，前三项为依据计划行为理论进行演绎式编码所得，后两项为通过归纳式编码所得的补充因素。对运动抱有积极态度、感知充足的社会支持、坚持运动的自我效能感高、能够制定规律运动计划以及具备一定自我调节能力的患者运动依从性更好。**结论：**冠心病患者的运动依从性与其对运动康复的相关认知、运动行为计划及自我调节能力密切相关。临床工作者应考虑将这些社会心理因素纳入干预方案，提供患者的运动康复依从性。

关键词：冠心病患者；康复运动；依从性；质性研究

报告 2：更年期综合征女性的生命意义感来源与内涵：一项质性研究

报告人：苗淼

（北京大学医学人文学院医学心理学系，副研究员）

生命意义感与个体的身心健康密切相关。在各类疾病患者中，生命意义感对患者的身心适应都有重要意义，但是少有研究探索患有更年期综合征的女性的生命意义感。随着近年来生命意义感方向的研究进一步拓展，研究者逐渐形成了对生命意义感成分的共识，即包括连贯性、目标感和价值感等三个成分。而在中国人群中，价值感包括内在价值和外在价值。针对生命意义感的来源的研究发现，不同人群的生命意义感来源可能存在差异。对于更年期女性而言，特殊的发展阶段、疾病状态和女性身份，都使其面对独特的挑战，可能使其拥有独特的意义感来源。本研究旨在使用有结构的内容分析方法，通过对 20 名更年期综合征女性的半结构性访谈，探索其生命意义感的来源和内涵。结果显示：（1）该人群的连贯性总体较为稳定，但是关于疾病的连贯性出现较大改变，对于疾病本身的不解和怀疑使其连贯性受到挑战。（2）该群体的目标感较强，但是目标的具体内容很可能根据发展阶段和疾病状态而改变，但是总体目标感保持稳定。（3）在价值感方面，该群体能够很好地表述自己的外在价值，即其对他人或社会的价值，但是不易表达自己的内在价值感。（4）关于意义感的来源，人际关系在综合征出现前后均为最重要的来源。但是，对于更年期女性，夫妻关系的重要性可能下降，而与其他亲友关系的重要性有所提升。同时，健康与各种与自身发展相关的议题也变得更加重要，成为生命意义感的重要来源。本研究能够帮助研究者和临床工作者更好地理解更年期综合征女性的生命意义感现状，以及该群体在现阶段面临的挑战与改变，从而为提升该群体的生命意义感提供实证研究的依据，以期提高其生活质量和主观幸福感。

关键词：更年期综合征；女性；生命意义感；质性研究

报告 3：癌症患者心理痛苦的测量与心理干预的综述

报告人：徐红红

（北京大学医学人文学院医学心理学系，讲师）

癌症是全球发病率和死亡率的主要原因之一，癌症患者不仅有生理上的痛苦，其生活质量也在很大程度上被心理痛苦影响。美国国家癌症综合网络(NCCN) 对心理痛苦的定义为：一种多因素所致的不愉快的情感体验，包括心理的(认知的、行为的、情感的)、社会的、精神的和/或生理的层面，并且可能影响患者应对生

理症状和肿瘤治疗的能力。目前，心理痛苦已成为第六项生命体征。因此有效的识别癌症患者的心理痛苦程度并进行积极干预对于癌症患者治疗及生命质量都非常重要。本文针对癌症患者心理痛苦的相关工具以及心理干预方法进行综述，为更好的向癌症患者提供有温度的医疗关怀和心理干预服务提供参考。

关键词：癌症患者；心理痛苦；测量；心理干预

报告 4：康复治疗师的心理学知识与患者及其照料者的身心健康之间的关系

报告人：奇巍

（北京大学医学人文学院医学心理学系，博士后）

躯体康复环境中，患者和照料者的身心健康都会受到巨大挑战，而疾病导致的生活改变也影响患者与照料者的生命意义感。躯体康复的过程中，治疗师的服务能够极大的改善患者的生活技能，提高患者与照料者的生活质量。而治疗师的心理学知识对于其康复服务以及对患者与照料者的身心状态的影响则少有研究。本研究旨在探索在康复环境的心理咨询服务之外，康复治疗师的心理学知识背景是否与患者和照料者的健康相关。本研究在多所康复医院中进行调查，招募了 160 对康复患者和照料者，并且对二者及其主要的康复治疗师进行了问卷调查。本研究测量了患者与照料者的身心健康指标，如生命意义感、生活质量、照料者负担和日常生活能力等，并且测量了治疗师对自己的心理学背景知识的主观评定。通过回归分析，本研究发现，康复治疗师的心理学背景知识，与照料者的焦虑、患者的生活质量显著相关。治疗师的心理学知识越高，则照料者的焦虑水平越低，并且患者的主观生活质量评定越高，而这些相关关系与患者实际的康复功能水平无关。本研究结果显示，康复治疗师的心理学背景对于综合改善康复患者和照料者的康复体验非常重要，在康复治疗的躯体和运动功能指标以外，对于改善患者和照料者的生活质量具有额外的作用。建议加强面向康复治疗师群体的心理学知识培训，从而进一步健全和完善康复治疗的体系。

关键词：康复治疗师；患者；照料者；身心健康

报告 5：轻度认知障碍老年人的共情特征与抑郁

报告人：庞芳芳

（中国消防救援学院，讲师）

近年来，共情在神经认知障碍领域获得了大量关注，被认为是阿尔茨海默病(AD)的潜在核心诊断标准之一，但 AD 临床前期的轻度认知障碍(MCI)老年人其

共情改变特征尚无定论。本文设计了两个研究部分，分别从问卷自评和行为范式的角度，考察轻度认知障碍老年人的共情特征。研究 1 通过方便取样，招募北京市某社区老年人作为研究对象，采用蒙特利尔认知评估量表将被试划分为 MCI 组(n=106)和健康对照(HC)组(n=107)，卡方检验提示：两组被试在基本人口学信息上均无显著差异。之后通过人际反应指数量表(IRI)比较了 MCI 组和 HC 组的自评共情能力，结果发现：□社区老年人的个人痛苦与抑郁正相关；□与 HC 组相比，MCI 组老年人共情关注得分显著下降，个人痛苦得分显著升高。研究 2 通过多维共情测试(MET)实验范式，进一步比较了 MCI 组(n=106)和 HC 组(n=107)老年人对于积极和消极情绪的行为共情，结果显示：□社区老年人的积极情绪共情与抑郁负相关；□MCI 组老年人认知共情得分显著下降；□并且 MCI 组老年人的积极情绪共情得分也显著下降。综上所述，本研究发现 MCI 老年人的认知共情和积极情绪共情受损，为将来从共情视角开发 AD 的早期筛查工具提供了一定的证据基础。

关键词：轻度认知障碍；老年人；共情；抑郁

专题报告 A5：心理求助意愿及行为研究：理论与实践

主持人：乔志宏（北京师范大学心理学部党委书记，教授）

评论人：宗敏（外交学院心理咨询中心主任，副教授）

报告简介：本专题报告涉及心理求助行为的基础研究和实践研究，将系统地呈现国内目前有关心理求助意愿及求助行为研究的进展，不同群体的心理求助模式，影响心理求助行为的因素，不同干预手段对提升心理求助意愿或行为的作用，以及国内外心理求助行为的理论模型。

报告 1：视频接触对提升抑郁症患者精神科治疗求助态度的干预研究

报告人：夏勉

（华中师范大学心理学院，副教授）

在患有心理疾病的人群中，寻求精神科治疗的人比例比较低。为了提升人们寻求精神科治疗的态度，使更多的人能够得到有效治疗，研究者提出了一些干预方法，最普遍的干预方法是教育和接触，而相比教育，接触是被众多研究者认为是更具优势的干预方法。在国内，对教育干预的效果进行了一些研究，但对于接触的研究却寥寥无几。本研究选择接触干预形式中经济便利的视频接触方式，以随机对照前后测的实验方法，探讨了视频接触提升抑郁症患者求助精神科治疗的态度，并考察了心理求助行为的社会容认度和心理疾病观核心维度在干预过程中的中介作用。研究结果如下：1.相比对照组，视频接触能够有效提升实验组被试求助精神科治疗的态度，增加对抑郁症整体糟糕性的认知评价和对抑郁症原因的理解。但在追踪时，接触效果呈下降趋势。2.心理求助行为的社会容认度能够显著预测精神科治疗求助态度，心理疾病观核心维度中行为可预测及原因难理解维度也可以显著预测精神科治疗求助态度。即社会容认度越高，个体越倾向于求助；个体认为抑郁症患者行为越不可预测，个体越倾向于求助；个体认为抑郁症的原因越容易理解，越倾向于求助。3.心理求助行为的社会容认度不是接触干预和精神科治疗求助态度之间的中介变量，心理疾病观核心维度中原因难理解维度是接触干预和精神科治疗求助态度之间的中介变量。即接触不仅直接作用于求助态度，还通过原因难理解维度对求助态度产生影响。

关键词：视频接触；抑郁症；精神科治疗求助态度

报告 2：不同性取向青年的求助行为及其对自杀的缓冲作用

报告人：丰怡

（中央财经大学心理咨询中心，副教授）

过往研究表明，有自杀意念的青年更容易做出进一步的自杀行为，求助可以预防他们的自杀行为。此外，性少数和异性恋在自杀行为的发生率上并不一致，这可能与他们的求助意愿相关。但以往研究并未清楚揭示寻求帮助对于预防自杀计划和自杀行为的具体作用，也没有系统地探讨不同性取向的群体之间求助之间的差异。本研究的目的旨在探讨求助对有自杀意念的青年群体进一步出现自杀计划和自杀行为的缓冲作用，同时也研究了不同性取向的青年在有自杀意念时的求助率和自杀行为上的差异。本研究覆盖中国共计 26,616 名有自杀意念的青年，其中 20,351 是顺性别群体，6,265 是性少数群体。参与者完成了求助意愿、自杀行为和社会人口学信息等自我报告量表。采用分层逻辑回归等方法，探讨求助和性倾向对于该群体的自杀计划和自杀行为的影响。结果发现，求助意愿正向预测了自杀计划和自杀尝试，性少数也正向预测了自杀计划和自杀尝试。与顺性别相比，性少数且无求助的青年群体自杀计划及自杀尝试的发生率显著高于其他青年群体。此外，性少数青年的求助率显著低于顺性别群体。因此，无论是何种性倾向，求助都是防止有自杀意念的青年进一步做出自杀计划和自杀尝试的保护因素。同时，与顺性别青年相比，性少数青年的自杀行为更多，求助意愿更低。在未来开展求助主题的干预时，尤其要关注性少数青年群体。

关键词：求助；自杀意念；自杀计划；自杀尝试；性少数

报告 3：数字化干预提升多元青年针对自杀及心理健康寻求帮助意愿：一项随机对照研究

报告人：韩萌

（清华大学万科公共卫生与健康学院，博士后）

多元青年群体相比一般群体经历着更多的心理痛苦，有着更高的心理健康风险，但他们同时也在寻求心理健康帮助时面对着更多的阻碍。尽管对该群体的研究日益增加，但目前仍缺乏针对该群体所定制的心理健​​康求助提升的有效干预措施。本研究的目的是开发一项多成分数字化的干预措施，旨在提高多元群体青年针对心理健康和自杀问题寻求帮助，并进一步验证干预的有效性。

本研究包含“数字化干预组合包”的开发和干预方案有效性验证两项主要的研究内容。研究者通过文献回顾和社群调研，总结归纳了阻碍多元青年群体寻求心理健康帮助的因素。针对这些因素结合心理健康干预理论和技术，开发了包含

干预视频、线上小组讨论和求助资源包三个主要成分的“数字化干预组合包”。本研究选取的参与者为目前存在心理健康困扰但在过去的 12 个月中没有寻求过专业心理健康帮助的多元青年。根据纳入和排除标准共入组了 144 名参与者(平均年龄 22.17 岁),随机分配为干预组(72 人)和对照组(72 人),两组被试除干预内容不同外,在研究中的流程完全一致。根据干预的性质,研究结果评估包括 4 个时间点,分别为:基线期(T0)、小组讨论结束后(T1)、干预后 1 个月(T2)以及干预后 3 个月(T3)。本研究发现,与平行对照组相比(除内容不同外,流程和结构与干预组相同),“数字化干预组合包”可以显著有效地提高多元青年针对情绪问题和自杀问题寻求心理健康帮助的求助意愿,并且求助意愿的提高一直到 3 个月随访结束时始终显著。此外,干预组合包也提高了参与者的心理健康知识素养,以及他们对于鼓励其他人寻求帮助的知识。同样,这些心理健康知识素养的增加也在 3 个月随访期间一直维持。

本研究开发并验证了一种包含多成分的数字化干预组合措施,可以作为改善多元青年群体寻求帮助意愿和提高抑郁、焦虑知识素养的实用选择,并且由于其简短、数字化、易传播的特点,从而具有巨大的推广潜力。这启示我们,轻量级的数字化心理干预是一种低成本高效益的干预模式,应当在不同人群的心理健康宣教活动中更广泛地应用。意识到自己有心理健康问题并且需要寻求帮助,是迈出获得有效心理健康改善的第一步,也是最重要的一步。

关键词:心理健康求助;数字化干预;情绪问题;自杀意念;随机对照研究

报告 4: The associations of identification with all humanity and help-seeking during COVID-19

报告人: 杨心荻

(北京师范大学-香港浸会大学联合国际学院人文社科学院, 硕士)

Help-seeking is one of the key factors in alleviating mental problems. It is critical to identify factors that are associated with help-seeking, especially in the COVID-19 pandemic. The Identification with All Humanity (IWAH) scale was designed to measure the extent to which an individual identifies oneself with all human beings. The current research aimed to conduct the validation of IWAH in a Chinese population, and test the associations between IWAH and the likeliness of help-seeking during COVID-19. A study was conducted from September 1st, 2020 to the end of October 2020, with a sample of 9,046 participants recruited to explore the relationship between IWAH, fear of COVID-19, and the likeliness of help-seeking. The present study found that IWAH mediated the relationship between fear of COVID-19 and the likeliness of help-seeking.

The associations of IWAH on help-seeking provided further understanding of the possible practical value of IWAH during times of global stressful life events. Furthermore, this study is the first to explore how IWAH relates to anxiety, depression, and callousness.

Keywords: Help-seeking; identification with all humanity (IWAH); COVID-19; China

报告 5：疫情爆发期间全国热线心理求助者画像分析及干预建议

报告人：陈师韬

（北京师范大学心理学部，讲师）

2020 年新冠疫情爆发之初，北京师范大学心理学部作为国内第一支高校队伍，集结了教师、毕业校友及临床与咨询方向在读研究生力量为社会提供了及时的心理援助。该心理援助通过 24 小时热线电话、网络心理辅导等形式给国内及海外同胞提供了一线心理支持，带来积极的社会意义。该心理援助服务共提供了 7000 多人次的心理辅导，并对 500 多人次提供了心理危机干预。回顾疫情爆发初期我国高校提供的首个社会心理援助服务，本研究将通过疫情服务期间积累的大量热线及网络辅导数据，从量化和质性的两种方式来分析求助者的画像和人群特质并提出针对的干预建议。研究发现，从求助人群的地域分布分析，对比疫情爆发初期最严重的湖北地区和其他非湖北地区，湖北省的求助比例显著高于全国水平；但随着疫情的发展变化，来自湖北求助者人数和全国人数一致在过程中逐步降低。在求助者的性别对比上看，男性求助者远低于女性求助者，分别占求助者的 29%和 70%。从求助者的年龄上看，青年群体占比最高（18-45 岁左右），约占 62%，其次是中年群体（约占 9%）和高中生群体（约占 5%）。从求助的时间段分布看，求助者主要集中在 9-21 点进行求助，21 点之后和 9 点之间求助人数有所下降。在所有求助者中，有自伤自杀危机的求助者占所有求助者的 7.2%。

通过对这些危机求助者的画像分析可以看出，危机的人数并未随着时间的推移而有显著性降低，危机的人次始终保持在稳定的数量上。有危机的求助者性别比例上，女性（79%）要远高于男性（21%）；且有危机的初高中生占总危机人数的 19%，远高于该年龄段的整体求助者（约 6%）。与此同时，从危机求助者的求助时间上看，在 21-24 点之间并未出现人数的下降，反之，晚间（18-24 点）的危机求助者人数要多于白天的危机求助者（9-15 点）。最后，本研究还进一步对危机的儿童青少年求助者画像进行质性分析，从危险因素和保护因素出发分析什么样的来访者更容易陷入危机。本研究基于疫情期间求助者的画像还提出了针

对性的干预性建议,为未来再次提供社会面的心理援助服务及危机干预服务提出了可参考的改善方向。

关键词：新冠疫情；热线求助者；青少年危机；画像分析；干预建议

专题报告 A6：创伤与危机事件后群体身心反应及发展机制的研究

主持人：王文超（北京师范大学心理学部，讲师）

评论人：安媛媛（南京师范大学心理学院副院长，副教授）

报告简介：创伤事件类型及暴露程度（如童年期虐待与忽视、HIV 感染、警察应激）会带来严重的心理问题（如非自杀性自伤、自杀意念等），并对临床现实的个案处理提出了极大的挑战。本专题报告会 5 篇研究报告采取了横断与追踪设计、定性与定量分析、变量为中心与个体为中心的研究方法，探讨不同创伤类型群体身心反应，尤其是与心理危机相关的症状及其心理机制

报告 1：HIV 阳性母子中母亲照护的儿童疾病管理整合模型：定性和定量研究

报告人：陈晨

（香港城市大学社会及行为科学系，博士研究生）

围产期 HIV 阳性（PHIV+）儿童在整个童年和青少年时期都面临着因 HIV 这一复杂的慢性疾病而产生的压力和挑战。对此，照顾者的关怀和支持是至关重要的，特别是他们同样 HIV 阳性的母亲。然而，目前较少有研究关注 HIV 阳性母亲是如何帮助她们 PHIV+ 孩子适应 HIV 并缓解心理压力的。本研究采用混合研究方法来确定 HIV 阳性母子中母亲对孩子 HIV 管理进行照护的不同群体特征，并对不同亲子类型中儿童疾病管理的结果进行比较。研究一对 20 对 HIV 阳性母子进行了访谈。二元层面的定性分析发现，根据母亲参与孩子 HIV 管理的程度和母子关系的亲密程度这两个维度，能得到四种亲子类型：支持型、独立型、矛盾型和疏离型。这四种类型在孩子的 HIV 管理指标（即 HIV 状态告知、HIV 相关沟通、药物依从性、污名应对和情绪管理）上显示出差异。研究二对 127 名 PHIV+ 儿童进行了横断面问卷调查，他们完成了关于母子亲密度和二元应对以及心理健康结果（即幸福感、抑郁、焦虑和污名感知）的测量。聚类分析的结果展现了与定性研究结果一致的四种亲子类型。与支持型和独立型相比，矛盾型和疏离型亲子中儿童报告的幸福感较低，抑郁、焦虑和污名感知程度较高。本研究结果对于为 PHIV+ 儿童制定有母亲参与的干预方案有一定指导意义。

关键词：PHIV+ 儿童；HIV 管理；心理健康；二元定性分析；聚类分析

报告 2: Longitudinal association between posttraumatic stress symptoms and depression symptoms among Chinese adolescents during COVID-19: Evidence from the network perspective

报告人: 金佳露

(南京师范大学心理学院, 硕士研究生)

Background: Although there are an increasing number of studies that have explored the mental health consequences of COVID-19 focusing on revealing risk factors, the longitudinal research examining the potential mechanism of the co-occurrence of posttraumatic stress symptoms (PTSS) and depression symptoms among adolescents were scarce. The present study identified the important comorbidity symptoms and explored the dynamic processes of PTSS and depression symptoms from the network perspective.

Methods: A two-wave investigation (four months interval; T1 and T2) was conducted in a sample of 1225 Chinese adolescents during the COVID-19 pandemic in Nanjing, Jiangsu Province. The mean age of participants was 16.79 ± 0.20 years, and 635 (51.8%) were male. All participants completed the PTSD Checklist for the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (PCL-5) and the Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D) at both T1 and T2. Cross-sectional network and cross-lagged panel network (CLPN) analyses were conducted.

Results: The comorbidity symptoms consisted of both overlapping and non-overlapping symptoms, including “Future foreshortening” at T1 and T2 from PTSS and “Hard to get started” at T1 and “Not sleep well” at T2 from depression symptoms. The strongest longitudinal pathways were all apparent from PTSS to depression symptoms, among which the pathway from “Difficulty concentrating” to “Hard to get started” was the strongest. Besides, “Difficulty concentrating” from PTSS had the highest out-prediction centrality and “Hard to get started” from depression symptoms had the highest in-prediction centrality.

Conclusions: These findings suggest that the possible comorbidity between PTSS and depression symptoms is caused by their independent and related structures, and their longitudinal associations. From a clinical practice perspective following traumatic events, note that long-term interventions for the comorbidity symptom (i.e., “Future foreshortening”) that is stable over time may alleviate adolescents' psychological problems, and early intervention for PTSS may reduce the likelihood of the onset of

depression symptoms among adolescents.

Keywords: COVID-19; adolescents; posttraumatic stress symptoms; depression symptoms; network perspective

报告 3: 童年虐待与忽视对非自杀性自伤与自杀意念的不同影响: 情绪调节的中介作用及性别差异

报告人: 王培仲

(北京师范大学心理学部, 本科生)

童年期虐待与成年早期的自杀行为密切相关, 但以往很少有研究对童年虐待和童年忽视进行区分并探究两者机制的差异。本研究采用童年期创伤问卷, 情绪调节策略问卷, 非自杀性自伤问卷以及绝望抑郁问卷中的自杀意念子问卷在中国五所大学对 848 名有童年虐待经历的大学生进行问卷调查, 探究了童年虐待和童年忽视对非自杀性自伤和自杀意念的影响和表达抑制、认知重评的中介作用及其性别差异。结果发现, 童年虐待显著预测女性的自杀意念, 而童年忽视显著预测男性的自杀意念。此外, 情绪调节策略在童年期虐待与非自杀性自伤和自杀意念之间发挥了中介作用。在女性群体中, 儿童虐待通过增加表达抑制显著预测非自杀性自伤; 而儿童忽视在整体样本中通过减少认知重评显著预测非自杀性自伤以及自杀意念。本研究发现, 童年虐待对女性的影响更大, 而童年忽视对男性的影响更大。此外, 研究结果还表明情绪调节是童年期虐待与成年早期非自杀性自伤和自杀意念之间的重要机制, 并且存在显著的性别差异。

关键词: 童年虐待; 童年忽视; 情绪调节策略; 非自伤性自杀; 自杀意念

报告 4: 警察工作倦怠对心理健康水平的影响: 基于潜在剖面分析

报告人: 程选

(南京师范大学心理学院, 硕士研究生)

工作倦怠是指个体因为不能有效应对工作上延续不断的各种压力, 而产生的一种长期性反应, 包括情绪衰竭(emotional exhaustion, EE)、玩世不恭(cynicism, Cy)和成就感低落(decreased professional efficacy, PE)。警察在工作中会面临高压、高风险, 可能发展出不同类型的工作倦怠模式, 而工作倦怠会影响个体心理健康水平。本研究于 2020 年 5 月对 2550 名警察(82.87%男性)的工作倦怠水平和心理健康保护因子(个体抗逆力、社会支持)及其症状反应(抑郁、焦虑、创伤后应激障碍)进行了施测, 采用潜在剖面分析方法探究警察工作倦怠类型及其对心理健康水平的影响。结果发现: (1)警察工作倦怠存在“中 EE-中 Cy-中 PE”(占比

52.12%)、“低 EE-低 Cy-低 PE”(占比 36.82%)、“高 EE-高 Cy-中 PE”(占比 11.06%) 三种类型；(2)警种与三种工作倦怠类型关联显著($ps < 0.01$)；(3)“高 EE-高 Cy-中 PE”组较“低 EE-低 Cy-低 PE”组抑郁症状水平更高($p = 0.039$)、抗逆力水平更低($p < 0.001$)，较“中 EE-中 Cy-中 PE”组创伤后应激症状水平更高($p = 0.023$)、个体抗逆力水平更低($p = 0.001$)，“中 EE-中 Cy-中 PE”组较“低 EE-低 Cy-低 PE”组个体抗逆力水平更低($p = 0.001$)。未来临床实践工作需关注不同警种警察的工作倦怠水平，重视提升“高 EE-高 Cy-中 PE”工作倦怠类型警察的心理健康水平。

关键词：工作倦怠；警察；潜在剖面分析；心理健康

报告 5：自杀高危大学生非自杀性自伤与自杀意念：共变发展与纵向关联

报告人：刘鹿鸣

(北京师范大学心理学部，硕士研究生)

背景：自杀是世界范围内公众关注的主要问题，而大学生群体的自杀现状尤为值得关注。然而，在现有研究中，对于自杀危险性因素的发展和转化过程的探究尚显不足。基于自杀的“意念-行动”框架 (the Ideation-to-Action Framework of Suicide) 及自杀风险的动态视角，本研究旨在阐明自杀企图风险性因素的发展和转化过程，从而加强对高危大学生自杀问题的预防与干预。方法：通过对 303 名高危大学生 (50.5% 女性; $M_{age} = 19.51$, $SD = 1.24$) 进行了三次追踪调查，本研究探讨了非自杀性自伤与自杀意念的共同发展轨迹和时间前景关系。为了准确阐明二者关系，本研究使用平行潜在增长曲线模型 (Parallel Latent Growth Curve Model, PLGCM) 描述其共同发展模式，并使用随机截距交叉滞后面板模型 (Random-Intercpet Cross-Lagged Panel Model) 区分被试间与被试内效应。结果：非自杀性自伤和自杀意念具有相似的发展模式。此外，自伤与自杀意念存在双向的交叉滞后关系，且其具体模式取决于非自杀性自伤和自杀意念的变化率。当下降速率快时，仅自杀意念表现出对非自杀性自伤的前瞻性影响。而当非自杀性自伤和自杀意念的下降速度减慢时，自杀意念和自伤表现出双向滞后效应。结论：总体而言，自杀意念可被非自杀性自伤维持，形成恶性循环。因此，非自杀性自伤和自杀意念均为高风险大学生的长期自杀风险。当前结果支持了自杀风险的动态视角，并提供了理论和实践意义。

关键词：非自杀性自伤；自杀意念；共变发展；纵向关联；大学生

专题报告 A7：生成论视角下的焦点解决短程疗法

主持人：刘军（北京安定医院，注册工作委员会委员/注册督导师）

评论人：缪群芳（杭州师范大学，注册督导师）

报告简介：在生成论的视角下，个体生活在具有动允性（affordance）的周围世界（umwelt）里。当动允性场域狭窄或失谐会影响心理健康。焦点解决短程疗法即通过对积极未来的细节进行描述，以帮助来访“延展世界”，使个体的动允性场域变得谐调。本次专题报告将从生成论的视角探讨焦点解决的理论基础和起效机制。

报告 1：生成论视角下更新迭代的 SFBT 2.0

报告人：骆宏

（杭州师范大学，教授/主任医师）

当前心理治疗各流派均在不断吸收前沿理论知识的过程中充实和整合。传统的焦点解决短程治疗（SFBT）也在接纳生成认知等理论发展的进程中更新迭代，给 SFBT 的实践应用带来改变。生成论主张认知并非为了表征或概括环境事物，而是为了发现行动的可能性，即知觉是为了指导行动。在生成论的视角下，个体生活在具有动允性（affordance）的周围世界（Umwelt）里。动允性是一种存在于交互过程中的关系属性，指的是个体在环境中获得的使其某些行为得以实施的可能性。当个体的动允性场域受到限制或压抑，其周围世界将会持续失谐，表现为传统观点中的心理健康问题。基于以上理论观点，SFBT 2.0 旨在延展来访者的动允性场域，通过让来访者描述细小的进步迹象、状况好转时的表现等方式帮助来访生成新的且重要的周围世界，以达到来访者共建解决之道的目标。

关键词：SFBT；生成论；动允性

报告 2：动允性延展与积极前馈应对的建构——基于焦点解决短程治疗的问句技术

报告人：谢琳

（杭州师范大学，讲师）

身体在应对姿势干扰时会采取前馈和反馈控制机制，前者为基于预先获得的信息而组织的“自上而下”的开环控制，后者为基于干扰应对结果而组织的“自下而上”的闭环控制。生成论主张知觉是通过身体形成的，身体塑造了心理表征的

格式。基于生成论的观点，将身体应对干扰的前馈和反馈控制机制引用至个体对应激事件和心理困扰的应对方式。焦点解决短程治疗旨在引导来访者建构问题的解决之道，即包括建构前馈应对计划以及反馈应对方式。SFBT 可通过奇迹问句、评量问句等技术帮助来访者延展动允性场域，以组织和建构丰富、有积极预期结果的前馈应对计划，以减少反馈应对的负荷，促进来访者进行问题解决之道的建构和提高实施行动的可能性。

关键词：焦点解决短程治疗；生成论；前馈应对；动允性

报告 3：动允性对大学生人际关系的影响——家-校-医合作模式的 临床实践

报告人：朱春莹

（杭州师范大学附属医院，主治医师）

人类的问题本质上是人际关系问题，心理问题的关键是对人与人之间的关系进行干预。对一个人成长影响最初的人际系统是家庭，大学生处于一个特殊的人生时期，大学生的人际互动的经验较多来自与家人互动的经验，家庭的互动模式需要延展，例如权利转移、改善沟通等。更为重要的是，家庭成员自身有着延展的资源和优势。

在团队的临床实践中，高校心理中心是大学生个体心理咨询的主战场，医院心理治疗室是家庭治疗的合作场域，团队成员从多年临床经验着手，致力于家-校-医合作模式构建，围绕大学生常见的诉求：如人际关系、个体发展、职业困惑等，联合医院发展校内个体咨询，校外家庭治疗模式；应用关系问句、资源取向，积极赋义等技术，帮助大学生重新审视“心理与身体”、重新发展人际交互的可能性，构建新的联结，延展出有生命力的世界。

关键词：动允性；合作模式；关系问句

专题报告 A8：箱庭疗法（沙盘游戏）的效果评估与过程机制

主持人：徐洁（北京师范大学心理学部，副教授）

评论人：杨春（天津师范大学，教授）

报告简介：本专题报告会通过个案研究、文献综述等形式共同探讨箱庭疗法（沙盘游戏）的效果和过程机制，旨在搭建箱庭疗法（沙盘游戏）领域理论、研究与实践的桥梁，根据心理咨询效果与过程研究的范式对箱庭疗法（沙盘游戏）的独特的疗效因子、共同要素及过程机制进行揭示，以更好地指导该领域的临床实践。

报告 1：跨个案视角下箱庭疗法中的治疗关系对治疗效果的贡献

报告人：徐洁

（北京师范大学心理学部，副教授）

箱庭疗法是一种深层、非言语、表达性的心理咨询与治疗方法，其效果已经被国内外的临床实践研究普遍证明。治疗关系是心理咨询过程与效果的共同因素已成为行业内的共识。除了治疗师因素之外，箱庭疗法中的治疗关系因其实施过程、治疗设置有其独特性。箱庭疗法中的治疗关系是如何体现及如何发挥作用的常常是临床实践者的迷思所在。本报告将结合国内外最新的研究进展对箱庭疗法中“母子一体性”治疗关系进行多维度概念解析，同时进一步从跨个案的咨询师视角、来访者视角及来访者箱庭作品特征和历程对箱庭疗法中治疗关系的作用进行量与质的呈现与分析，进而梳理和总结在箱庭历程中治疗关系对治疗效果的贡献。

关键词：箱庭疗法;治疗关系; 治疗效果

报告 2：依恋取向的亲子沙盘游戏治疗共同要素及过程机制

报告人：李洁

（江西师范大学，副教授）

依恋取向的亲子沙盘游戏为一种立足于依恋关系理论与互为主体理论的亲子治疗模式，以促进儿童安全地投入与首要依恋他者的关系，以及提高首要依恋他者的敏感性和积极教养行为目标，运用体验性的方法，透过与首要依恋他者合作，提供健康的依恋互动序列、共同情感调节的经验，减少与创伤的负向连结，修复儿童对自我与他人的看法，发展出一致的情绪行为体验。本研究以一例依恋取向的父子沙盘游戏治疗个案和一例依恋取向的母子沙盘游戏治疗个案为例，从

荣格分析心理学视角，概述依恋取向的亲子沙盘游戏工作过程共同要素及过程机制，拓展沙盘游戏在家庭治疗中的应用。

关键词：父子；母子；沙盘游戏治疗；亲子依恋

报告 3：限制性团体箱庭促进职前幼儿教师共情能力的效果与过程

报告人：寇延

（西安欧亚学院人文教育学院，副教授）

幼儿教师的社会情感能力对师幼互动的质量至关重要，进而影响幼儿社会情感能力的发展。而共情能力是社会情感能力的重要组成部分，与师生互动的质量高度相关。因此，提升职前幼儿教师的共情能力可以更好地提升其职业胜任力，改善师幼关系，促进幼儿的发展。方法：招募职前幼儿教师 10 人，采用人际反应指针量表中文版(IRI-C)对其共情能力进行前测，根据测试结果将其分为实验组和对照组，每组各 5 人。实验组进行每周 1 次共 8 次的限制性团体箱庭，对照组不进行干预。结果：实验组实验前后共情能力总分及观点采择、想象、个人痛苦三个维度分数差异显著，实验后优于实验前，同情关怀维度差异不显著。限制性团体箱庭疗法可以有效促进学前教育本科生共情能力的提升。产生效果的机制为：限制性团体箱庭促使成员学习无评判地观察、倾听他人的表达，学习多元视角看待问题；促进成员想象他人在不同情境下的情绪情感及应对方式，理解他人；促使成员接受其他成员对于其行动的反馈，增强其自我调整和自我管理的能力；安全的治疗关系有利于成员直接面对人际互动中的冲突，学习解决问题，增强其抗压能力。结论：提升共情能力是职前幼儿教师人才培养的重要内容之一，限制性团体箱庭是提高共情能力的有效方法，将箱庭疗法的应用拓展到了教师教育领域。

关键词：限制性团体箱庭；职前幼儿教师；共情能力；促进机制

报告 4：自性的模样与力量——箱庭疗法的内生动力

报告人：陈顺森

（闽南师范大学教育科学学院，教授）

自性是人类心灵深处存在着的一种“完美的”、“最好的”心象模式。无意识中对“最好的自己”的典型知觉模式，是朝向“最好的自己”的倾向、趋势、模式，是人的发展内生动力。自性是心灵的统一原则，也是构建心灵殿宇的原始动力，因此，自性实现可以视作人生的目标。但是，由于自性包含着大量的无意识成分，因而不能在意识上获得充分的认识。它深藏于心灵深处，是不能通过文字表达被呈现、描绘出来的，但可以通过想象和体验呈现出来。可以借助人物、动物、

植物等象征，展示出人们对自性的理解。箱庭疗法为想象最不可思议的东西提供了一个美妙的空间，是自性呈现的一种可视化方法和途径。经历一个箱庭疗法的过程，个体可能在箱庭中呈现出“自性”的模样来，给人以一种神圣感，令作者与欣赏者感动，成为推动个体走向个性化的内生动力。

关键词：箱庭疗法；自性原型；内生动力

专题报告 A9：治疗性评估的效果与机制

主持人：孙启武（华中师范大学，副教授）

评论人：钟杰（北京大学，副教授）

报告简介：心理测量与评估的传统临床应用包括四个方面，分别是诊断、评估、治疗计划和效果评估，其最新的应用包括进度反馈和治疗性评估。治疗性评估对中国当事人的适应性如何？本报告会分别通过四个研究探讨治疗性评估对不同中国当事人的治疗效果，并初步探索其可能的治疗机制。

报告 1：针对中国成年当事人的治疗性评估有效性基于个案的时间序列研究

报告人：孙启武

（华中师范大学，副教授）

本研究旨在报告治疗性评估方法应用于三例中国当事人的治疗效果。

首先由研究助理与当事人确定咨询目标。接着由咨询师与当事人确定的评估问题，采用明尼苏达多相人格测验 MMPI 和早期记忆程序（EMP 测试结果，回答当事人的评估问题。采用单个案时间序列实验设计，当事人每日评估咨询目标进展，共评估 75 天，包括基线期、干预期和追踪期。实验前以及干预结束后，分别测量 OQ45,SES 和 WAI SR。在干预阶段，标准化测试结果表明 2 例当事人取得了临床可靠性改变，一例当事人有所恶化。个性化测试的时间序列仿真建模分析表明三例当事人取得了显著的效果 2 例当事人在干预阶段取得的治疗效果非常稳固，延续至追踪阶段 1 例当事人仅在追踪阶段取得了积极的治疗效果。治疗性评估模型是简明有效的干预方法。

关键词：治疗性评估；效果；时间序列设计；个案研究

报告 2：认知信任在咨询面谈中的作用：治疗性评估在中国文化背景下的适用性探索

报告人：严文华

（华东师范大学，副教授）

背景：治疗性评估（Therapeutic Assessment）强调以评估过程中的人际互动因素建立认知信任，使来访者降低警惕、接受面谈中的信息，但来自美国的

技术和理论在中国文化背景下是否适用？治疗性评估和传统的信息收集在认知信任方面有何不同？方法：本研究设置了运用治疗性评估技术展开面谈的实验组(n=16)和运用信息收集技术的对照组(n=14)，两组被试均接受三次面谈，每次面谈之后及面谈结束四周后对被试开展访谈，并收集被试对面谈评价和与评估员关系建立程度的问卷数据。通过扎根理论对访谈获得的语料进行编码，同时分析问卷数据，深入探究在中国文化背景下，治疗性评估面谈中建立的认知信任特点、建立过程及其成效机制，以及该技术在中国的适用性。质性结果表明：实验组被试产生了高水平的认知信任，且这种信任在面谈各阶段中都会产生和被强化，帮助其更好地接受面谈中的信息。量化结果表明：实验组与对照组问卷数据表现出显著差异(面谈评价SEQ: $p=.065<0.1$ ；工作同盟WAI-SR: $p=.003<.05$)。结论：研究发现中国文化中的集体主义价值观、关系社会导向、权力距离以及内省导向影响了认知信任的建立。本研究表明，治疗性评估技术在已经检验的中国大学生样本中具有良好的适用性；但面谈的人际导向虽然能够促进认知信任的建立，却同样会给来访者带来压力。因此，该技术的深入实践仍然需要慎重地探索。

关键词：治疗性评估；认知信任；中国文化；适用性；扎根理论

报告 3：治疗性评估简化模式的作用机制初探——一例个案研究

报告人：王铭

(武汉理工大学，副教授)

用治疗性评估(Therapeutic Assessment)简化模式在三例当事人中开展临床实践，初步探讨该模式对中国当事人的作用机制。在基线期和干预期，采用我的感受问卷(MFSR-12)、心理觉察平衡指数量表(BIPM)、工作同盟量表(WAI-RC)和当事人投入问卷(CEQ)分别测量核心人际图式、心理觉察、工作同盟和治疗投入，采用治疗效果问卷(OQ45.2)和自尊量表(SES)分别测量治疗效果和自尊水平。结果发现：(1)案例 1 的治疗效果比较明显($\Delta=10$)，案例 2 不明显($\Delta=1.7$)，案例 3 非常明显($\Delta=26$)；案例 1 的自尊水平降低($\Delta=-5.67$)，案例 2 改变不明显($\Delta=1$)，案例 3 提高($\Delta=6$)；(2)在三个重要他人的核心人际图式上，案例 1 有消极改变(Δ 分别为-1、-5、-7)，案例 2 的改变方向不一(Δ 分别为-3、-5、4)，案例 3 有积极改变(Δ 分别为 7、11、9)；(3)案例 1 的心理觉察改变不明显($\Delta=0.33$)，案例 2 消极改变($\Delta=-3$)，案例 3 积极改变($\Delta=3$)；(4)案例 1 的工作同盟改变不明显($\Delta=1$)，案例 2 积极改变($\Delta=4$)，案例 3 积极改变($\Delta=9$)；(5)案例 1 的治疗投入无变化(Δ

=0), 案例 2 积极改变($\Delta=3$), 案例 3 积极改变($\Delta=2$)。可见, 心理觉察对治疗性评估简化模式的治疗效果具有积极作用, 核心人际图式、工作同盟和治疗投入的影响则需进一步考察。

关键词: 治疗性评估; 简化模式; 治疗效果; 作用机制

报告 4: 基于治疗性评估疗法(TA)对一例病理性自恋青少年的干预研究

报告人: 张宏宇

(北京工商大学, 副教授)

病理性自恋是指个体在面对积极自我形象的失望和威胁时出现严重的监管缺陷和使用适应不良的策略进行应对的自我状态, 核心是自我调节障碍。具有病理性自恋的青少年更容易出现人际交往困难和情绪障碍等问题。本研究的个案为一名 16 岁高二女生, 因在学校出现人际关系问题和情绪失控前来寻求咨询。个案提出问题为自己在人际关系中的阻碍和对于他人评价的在意, 并拒绝家长的参与。本研究运用治疗性评估(TA)的方法, 包括初始会谈阶段、测量与评估阶段、评估性干预阶段、总结讨论阶段和书面反馈阶段, 咨询会谈 13 次, 每次 90 分钟。个案提出的问题为自己在人际关系中的阻碍和对于他人评价的在意, 并拒绝家长的参与。评估方案包括使用亲密关系体验—关系结构量表(ECR-RS)中文版、人际反应指针量表中文版、明尼苏达多相个性问卷新版中文版(MMPI-2)、艾森克人格问卷成人版(EPQ)和罗夏墨迹测验评定个案的依恋风格、人际关系、人格特征。测量评估结果显示个案的核心人格特征是被动—依赖型, 因长期处于较高的痛苦情绪之中, 形成以回避和歪曲现实为主的应对策略, 并影响个案对外界刺激的认知加工以及形成概念的过程。个案的自尊水平较低, 情绪共情和认知共情水平显著低于平均水平。本研究通过与个案对评估结果的讨论和探索, 帮助个案理解自己在人际中的状态和感受, 并回答了个案提出的问题。通过前后测的对比, 个案的人际知觉、分离焦虑维度评分降低, 脆弱自我与羞怯维度无明显变化, 认同需要略有上升; 心理健康素养的四个维度(知识、识别、态度和行为)分值均有所上升, 其中知识和态度维度分值上升明显, 识别和行为维度分值略有上升。

关键词: 治疗性评估; TA; 病理性自恋; 个案研究

专题报告 A10：心理干预的数字化发展及研发应用

主持人：任志洪（华中师范大学心理学院，教授）

评论人：臧寅垠（北京大学心理与认知科学学院研究员、博士生导师）

报告简介：数字化心理健康（Digital Mental Health, DMH），尤其是基于网络的移动端自助心理干预是拓展心理支持资源的重要方式。本专题旨在分享数字化心理健康干预的发展现状，以创伤后应激障碍（PTSD）手册干预的数字化转化以及针对抑郁的自助研发数字产品为例，展现国内心理干预的数字化发展及研发应用。

报告 1：数字化心理干预在情绪障碍中的应用

报告人：符仲芳

（北京大学心理与认知科学学院，研究员）

伴随信息技术的发展，心理健康服务领域的数字化自助干预近年来逐渐兴起，其可广泛投送和简便易行的特点，提升了参与者的覆盖面和接受度，非常利于干预措施的实施和传播。大量研究表明数字化心理干预在不同心理障碍及亚临床人群中的有效性，但对于其起效的机制目前仍未达成一致。对其机制的探讨能够促进对干预起效要素和人机互动中对咨询场景模拟的理解。本研究以认知行为自助类干预为例，从认知行为技能改变的角度探讨这一对认知行为疗法核心的改变过程如何在数字化自助心理干预中起作用。系统性综述中共纳入文章 7 篇，研究类型包括随机对照研究、个案研究等。与非数字化干预中认知技能改变进行比较发现该领域结果的不一致可能由测量工具不一致和研究设计上的不足导致。未来需进行进一步的探索来寻找更多干预靶点。

关键词：认知行为技能；数字化心理干预；干预机制

报告 2：移动网络化 ACT 干预 PTSD 的效果及可接受性：一项随机对照试验

报告人：赵春晓

（湖北中医药大学人文学院，副教授）

背景：COVID-19 的流行及其广泛影响，导致创伤后应激障碍(posttraumatic stress disorder, PTSD)症状的发病率大幅度上升。本研究旨在评估移动网络化接纳承诺疗法(Acceptance and Commitment Therapy, ACT)缓解 PTSD 症状的有效性

和可接受性。方法：本研究采用随机对照试验，以 221 名符合 PTSD 临时诊断以及亚临床症状者为被试，设置 ACT 干预组，正念干预组 (Mindfulness Intervention, MI 组) 以及等待组 (Waitlist, WL 组)，考察移动网络化 ACT 干预程序对 PTSD 有效性。评估分别在干预前和干预后进行，考察指标为 PTSD、焦虑、抑郁症状的改善，心理灵活性、创伤后成长的提升、脱落率以及用户满意度。结果：结果显示，与 WL 组相比，ACT 组和 MI 组的参与者在心理健康结果方面都有显著更大的改善。除了心理灵活性，ACT 组的参与者的心理灵活性较 MI 组，改善更多 ($d = -0.37$)，其他结果变量没有显著差异。与 WL 相比，ACT 组在创伤后应激障碍症状 ($d = -0.79$)、焦虑 ($d = -0.62$)、抑郁 ($d = -0.51$)、创伤后成长 ($d = 0.46$) 和心理灵活性 ($d = 0.76$) 方面表现出更大的改善。ACT 组和 MI 组的脱落率分别为 25.76% 和 39.71%。ACT 组的参与者报告了更高的项目满意度。结论：本研究结果表明，移动网络化 ACT 干预程序能显著减少创伤后应激障碍症状。

关键词：创伤后应激障碍；移动网络化干预；接纳承诺疗法；随机对照试验

报告 3：针对大学生抑郁的移动网络化 CBT 的研发、效果和机制

报告人：李婉君

(江苏食品药品职业技术学院，副教授)

背景：数字化心理健康 (Digital Mental Health, DMH)，尤其是基于网络的移动端自助心理干预是拓展心理支持资源的重要方式。国外 DMH 的临床有效性已经获得大量研究的支持。然而，国内仍然缺少针对中国大学生抑郁群体的有实证证据支持的 DMH 产品。因此，本研究旨在开发针对大学生抑郁群体的移动端 iCBT 自助产品。采用随机对照实验来检验干预效果和探索干预机制。方法：基于电子健康的内容开发逻辑，基于说服系统设计和基于人的开发原则，自主开发 iCBT 干预抑郁症状的微信小程序。采用随机对照实验检验小程序对大学生抑郁干预的效果和机制。由 19 所高校心理中心联合招募的 504 名轻中度抑郁的大学生被试被随机分配到干预组、阅读组和等待组，以贝克抑郁量表第二版 (BDI-II) 和广泛性焦虑量表 (GAD-7) 对被试抑郁和焦虑水平进行监测。使用潜变量增长模型对被试抑郁症状和假设中介变量 (即负性自动思维、解释偏差、行为活化和环境奖赏水平) 在干预过程中的变化轨迹及变化速率间的关系进行机制探索。结果：(1) 干预组的 BDI-II 得分显著低于等待组，达到小到中等效果量 ($d = 0.42$)，同时具有临床显著性；干预组的 GAD-7 得分显著低于等待组。(2) 干预结束 1 个月后的追踪，干预组与阅读组的 BDI-II 得分均显著低于等待组 ($d = 0.60$; $d = 0.48$)，同时均达到临床显著性；干预组与阅读组的 GAD-7 得分均显著低于等待组 ($d = 0.55$; $d = 0.54$)。(3) 相对于等待组，干预组的抑郁症状缓解更快，且负性自动思

维的中介效应显著 (估计值 = -0.180, $p = 0.007$; 95%CI: [-0.311, -0.048]), 解释偏差的中介效应显著 (估计值 = -0.189, $p = 0.025$; 95%CI: [-0.366, -0.066])。结论: 自主研发的小程序对大学生抑郁的干预具有显著的临床效果且可以缓解伴随的焦虑, 适合在大学生抑郁群体中进行推广使用。干预起效的过程通过降低负性自动思维和消极解释偏差达成, 提示小程序干预内容对传统 CBT 进行了有效的迁移。

关键词: 基于网络的认知行为疗法; 大学生抑郁; 随机对照实验; 干预机制

专题报告 B1：哀伤研究和干预新进展

主持人:王建平（北京师范大学心理学部，二级教授）

评论人:李洁（中国人民大学，副教授）

报告简介: 哀伤议题是近几年的社会和研究热点，本专题将从跨文化视角、认知神经机制、哀伤症状和成长的转变模式等方面，促进对哀伤人群心理机制的理解和深入研究，并汇报疫情期间哀伤咨询的需求和挑战、中国丧亲者网络化哀伤干预的效果研究。

报告 1：中瑞丧亲群体人际情绪调节资源与延长哀伤的关系

报告人: 申了

（华东师范大学，在读硕士生）

经历丧失事件后，适应不良的个体会发展延长哀伤障碍，而社交网络成员提供的人际情绪调节策略能帮助个体更好地应对丧亲事件。不同自我建构文化影响人们对死亡的态度、哀伤行为表现等。故不同文化的个体可能在人际情绪调节资源上存在差异，而人际情绪调节资源对延长哀伤的作用也可能不同。本研究以基于社会支持的情绪调节系统模型作为主要理论依据进行探索性研究。方便取样招募 491 名丧亲者（301 名中国人，190 名瑞士人），使用国际延长哀伤障碍问卷、社交网络指数和情绪调节清单依次测量延长哀伤、社交网络规模、人际情绪调节策略数量及人际情绪调节系统。通过聚类分析、卡方检验、双因素方差分析等统计方法，结果表明：（1）丧亲者可被聚类为人际情绪调节资源丰富组、中等组和匮乏组，而簇间分布具有跨文化差异；（2）国籍和聚类的交互效应不显著，但两者对延长哀伤的主效应均显著。瑞士丧亲者的延长哀伤显著高于中国丧亲者；情绪调节资源丰富组和中等组的延长哀伤无显著差异，但均显著低于匮乏组。本研究证实了中瑞丧亲者人际情绪调节资源差异及其对延长哀伤的作用，该结果揭示了中瑞丧亲者的社交支持特点，在实际哀伤干预中具有一定的跨文化应用价值。

关键词: 延长哀伤；情绪调节；跨文化

报告 2：失独父母哀伤与成长的类型与转变模式

报告人: 徐鑫

（苏州大学，讲师）

背景：唯一的儿童死亡是最痛苦的丧亲类型之一，往往会导致较为严重的哀伤反应；与此同时，它也能促进创伤后成长的发生。然而，即使都是失独父母，丧亲结果也可能具有个体差异性。因此，本研究拟从个体层面，探索失独父母哀伤与创伤后成长的类型和转变模式。

方法：采用方便取样法，对 265 名丧子时长为 5 年内的失独父母进行了间隔 5 个月左右的追踪问卷调查。以延长哀伤问卷修订版和创伤后成长问卷-失独父母简版的条目为指标，通过潜在类别分析和潜在转变分析，探索失独父母哀伤与创伤后成长的类型和转变模式。

结果：在两个时间点上（T1 和 T2），失独父母的哀伤与创伤后成长都可以分为三个潜在类别：成长组（T1: 19.6%; T2: 32.5%）、韧性组（T1: 35.8%; T2: 37.0%）和高哀伤组（T1: 44.5%; T2: 30.6%）。从 T1 到 T2，成长组、韧性组和高哀伤组的个体保持在原组的概率分别为 53.2%，55.6% 和 59.2%。韧性组中 26.2% 的个体转变为成长组，高哀伤组中 40.8% 的个体转变为成长组或韧性组。

结论：即使丧子时长相对较短，失独父母的丧子结果也有不同的模式。随着时间的发展，一部分失独父母的哀伤严重程度会下降；还有些失独父母可能发展出一定水平的创伤后成长。

关键词：失独父母；哀伤；创伤后成长；潜在转变分析

报告 3：延长哀伤障碍人群的认知及脑机制

报告人：史光远

（清华大学，讲师）

本文综述了延长哀伤障碍个体的认知及脑机制。首先，认知相关模型主要包括认知行为模型、认知依恋模型和学习适应理论；适应不良的认知与行为反应的相互作用、自我概念和对重要他人的依恋、奖赏紊乱等是延长哀伤症状发展和维持的关键。其次，对哀伤刺激的注意偏向与过度概括化的自传体记忆是延长哀伤障碍个体常见的认知加工过程。最后，诱发哀伤情绪时脑岛和伏核区活动的增强、情绪调节任务中前额叶的受损、脑容量减少小、默认网络模式和中央执行网络的受损，楔前叶、左侧顶下小叶和双侧背外侧前额叶皮层连接性异常等是预测延长哀伤障碍的重要脑区。总结来说，延长哀伤障碍个体的认知及脑机制，对于未来哀伤人群的理论 and 实践研究具有重要的指导意义。

关键词：哀伤；延长哀伤障碍；认知机制；脑机制

报告 4：中国延长哀伤丧亲者网络化干预的方案开发与效果初探

报告人：唐苏勤（深圳大学，助理教授）

背景：延长哀伤障碍先后被列入 ICD-11 和 DSM-5-TR，研究者开始研发包括网络化干预在内的标准化干预，但目前暂无针对中国延长哀伤丧亲者网络化干预。方法：本研究基于丧亲应对的双过程模型、认知行为疗法和意义重建理论，开发了以微信小程序为载体的“哀伤疗愈”干预方案。子研究一通过德尔菲法专家征询针对干预方案的意见，子研究二通过预实验考察该干预方案在改善延长哀伤丧亲者心理健康状况方面的效果。子研究一共有 25 位专家进行了两轮意见征询，邀请其对干预方案的理论基础、干预策略及干预设置的适用性进行评分并提出改进建议。子研究二于网络招募延长哀伤丧亲者 44 名，邀请其进行为期 6 周的网络化干预，并在干预前后评估其延长哀伤、创伤后应激、抑郁、焦虑和创伤后成长水平。结果：专家一致认为干预方案所依据的理论适用于延长哀伤丧亲者，各阶段干预策略的设计有助于达成干预目标，但对干预设置的意见存在分歧，并对干预的多样化及灵活性等提出建议。使用“哀伤疗愈”微信小程序后，丧亲者的延长哀伤、创伤后应激、抑郁、焦虑症状减轻，创伤后成长水平升高。结论：新开发的“哀伤疗愈”网络化干预理论整合与策略选择适用于中国延长哀伤丧亲者，且有助于改善其心理健康状况。

关键词：丧亲；延长哀伤障碍；网络化干预；德尔菲法；预实验

报告 5：疫情期间哀伤咨询的需求和挑战：对来访者和咨询师的质性研究

报告人：钱文丽

（北京师范大学，在读博士生）

经历丧亲之痛的个体亟需专业哀伤咨询的帮助。然而我国哀伤咨询还处于起步阶段，基于本土哀伤咨询的实践经验及针对性培训尚不足。此外，新冠疫情的突发性和持续性也为丧亲者的心理和哀伤咨询的开展带来了新的挑战。本研究通过丧亲者和哀伤咨询师的双视角，深入了解疫情期间哀伤咨询的现状并为今后的哀伤培训提供依据。对 110 名丧亲者和 79 名哀伤咨询师的半结构化访谈材料进行主题分析后，确定了 4 个主题：（1）来访者需求（2）咨询主题（3）咨询师感知到的挑战（4）咨询师的解决方案。来访者需求包括寻求帮助的原因和对咨询的期望；咨询主题包括哀伤相关的情绪反应、哀伤中的特定议题、疫情相关话题、人际关系、身体健康、现实困难、自我成长、危机处理和咨询过程；咨询师的挑战分为网络咨询相关问题、咨询师胜任感、来访者配合、哀伤咨询和其他问题；解决方案包括项目设置、咨询技术和咨询师的努力。因此，哀伤咨询不应只围绕

哀伤单一议题,而应在全面评估的基础上,基于来访者不同需求提供个体化咨询。我国咨询师尚需更加专业化、系统化、规范化和针对性的哀伤咨询培训和督导,以提升胜任感。同时,针对网络咨询等为哀伤咨询带来的新挑战,应及时展开研究以完善咨询服务。

关键词: 哀伤咨询; 来访者需求; 咨询挑战; 质性研究

专题报告 B2：新时代中国人心理健康素养再思考

主持人：李强（南开大学，教授）

评论人：任志洪（华中师范大学，教授）

报告简介：目前国内心理健康素养的研究与实践仍然建立在精神科的诊断标准或精神科专家的判断之上，忽略了心理健康素养的多学科交叉属性。本次报告试图从心理学、社会学等多个学科视角切入，展开对新时代中国人心理健康素养的深入讨论与再思考。

报告 1：新时代中国国民心理健康素养提升的路径

报告人：李凤兰

（华中农业大学，教授）

既有研究显示，当前国民心理健康素养有待提升，然而既有的、提升心理健康素养的传统方法多源自于国外，针对中国国民心理健康素养的提升效果是否可靠尚未可知。报告人拟围绕此主题展开介绍以下三点：其一，心理健康素养的概念与内涵；其二，国外研究中指出的提升心理健康素养的传统方法；其三，针对我国国民心理健康素养提升的探索性研究。

关键词：中国；心理健康素养；提升

报告 2：心理健康素养与社会经济发展：基于实证研究的思考

报告人：李丹阳

（华中师范大学，博士生）

心理健康素养是指个体在促进自身及他人心理健康，应对自身及他人心理疾病方面所养成的知识、态度和行为习惯(江光荣等, 2020)。基于全国公众和湖北省居民的两项横断面调查显示，公众的心理健康素养处于中偏低水平，心理健康素养的态度习惯类维度较之知识观念类维度，与心理健康状况和主观幸福感之间的相关更强。在个体水平，社会经济地位对知识观念类素养影响较大，对态度习惯类素养影响较小。在社会水平，城市人均 GDP 水平与心理健康素养有关，失业率、恩格尔系数较低的城市和医疗保健绝对支出较高的城市，知识观念类素养较高；不同城市的心理疾病诊断名称、医学求助、抑郁症药物就诊及自杀的百度指数，在知识观念类(效应量在 0.13~0.21 之间)和态度习惯类(效应量在 0.06~0.08 之间)素养上的差异均显著，心理学求助的百度指数仅在知识观念类素养上差异显

著。这提示，社会经济发展水平主要影响个体的知识观念类心理健康素养，但对应心理疾病、维护与促进心理健康的态度和习惯影响较小，而后者对心理健康、主观幸福感的影响更大。因此，提高疾病应对、健康维护与促进的心理健康素养，可能是未来工作的重点、难点和突破口。

关键词：心理健康素养；社会经济发展；主观幸福感

报告 3：精神疾病话语分殊对精神健康不平等现象的形塑

报告人：魏晓薇

（天津市教育科学研究院，助研）

精神健康不平等现象是我国乃至国际社会当下所面临的重大公共卫生挑战。造成精神健康不平等的实质原因是精神疾病话语的分殊。精神疾病话语分殊体现为精神疾病话语在不同群体间的普遍差异与冲突。然而，既往研究往往将此问题锚定于地域文化和身份层面，所诞生的框架解释力不足。基于该现实基础，报告人拟介绍关于精神疾病话语现代性和后现代性、“自然的”和“自然主义的”解释框架，同时进一步说明疾病的医学生物学模式在解释精神疾病心灵苦痛时对“自然的话语”的遮蔽及其在精神健康不平等再生产中扮演的角色。

关键词：精神健康不平等；话语冲突；精神现象学

报告 4：心理健康素养只有“高”、“低”之分吗？——心理健康素养的异质性现象

报告人：翟宏堃

（南开大学，博士生）

在我国工业化、现代化快速推进过程中，一些人在应对多样化的社会价值观念、复杂的社会关系变化等方面明显心理准备不足，心理健康问题日益凸显，对个体生活质量产生了负面影响，也造成了沉重的社会经济负担。面对日益凸显的公众心理健康问题，许多研究者将解决问题的希望寄托于提升国民心理健康素养。诚然，一些研究结果指出心理健康素养的提升有助于提高个体的求助意愿。但也有冲突的证据指出，心理健康素养，尤其是其中的知识性成分对解决个体心理困扰、保障心理健康影响不大，甚至可能对病患污名和求助行为产生负面影响。造成这种现象的原因主要是由于经典的心理健康素养研究诞生于西方医学精神病学的文化土壤中，更多关注抽象的疾病本身，采用抽象人的模型，强调个体间的同质性而忽视了异质性。据此，本研究从异质性角度出发，采用个体中心的研究视角，站在具体人的层面，探讨人群中是否存在不同心理健康素养组成的亚群体，

并进一步讨论不同亚群体中心理健康素养与心理健康之间的关系。本研究包括 3 个子研究，子研究 1 采用潜类别分析探究人群中是否存在不同心理健康素养类型的子群体；子研究 2 分别更换了测量时间与被试群体，探究子研究 1 的发现是否具有可重复性与可泛化性，同时补足研究 1 样本的不足之处；子研究 3 采用线性回归，探究不同心理健康素养亚群体中心理健康素养与心理健康的关系。研究发现，人群中存在以“高心理健康素养”、“低心理健康素养”、“低知识态度高行为”和“高知识态度低行为”为特点的 4 种不同心理健康素养的子群体；不同心理健康素养子群体的平均心理健康水平不同，且在控制人口学变量的情况下，不同子群体中心理健康知识与心理健康的关系不同。

关键词：心理健康素养；异质性；潜类别分析；心理健康

报告 5：精神疾病的生物医学解释会产生负面影响？

报告人：臧慧琳

（南开大学，博士生）

漫长的人类文明中，有关精神疾病的起源一直在自然主义和超自然主义之间徘徊。近几十年来，由于受到精神药理学革命(psychopharmacological revolution) 的影响，精神疾病的生物医学解释框架越来越占主导地位，人们越来越多地将精神疾病解释为生物医学疾病，将其视为遗传和神经生物学异常的表现。与此同时，随着现实生活中一系列利益相关者的大力推动，精神疾病的生物医学解释逐渐被公众广泛接受。

精神疾病的生物医学解释在崛起之初，人们普遍希望这种对生物遗传原因的认可和推广能够降低精神疾病污名，从而提高精神疾病患者的生活质量。然而大量研究表明，精神疾病的生物医学解释会产生诸多负面影响，例如减少患者的康复机会，以及掩盖其他能够有效减轻精神痛苦的心理治疗和社会方法。此外，精神疾病的生物医学解释常常被视为其他解释的竞争模型，与其他解释间相互独立且互不相容。由此一来，当一个人坚定地认为精神疾病是由遗传和神经生物因素导致的，那么他就很难相信环境或者成长经历的影响作用。这种精神疾病的生物医学解释与其他解释的不相容性对精神疾病的“生物-心理-环境”三因素模型造成了巨大冲击和挑战，因为生物医学解释很可能会挤占其他解释层次的生存空间。目前，精神疾病的生物医学解释的主导地位特征及其所产生的负面影响，让心理学界对其越来越警觉和关注。

基于以上理论和现实背景，本研究细致梳理了精神疾病的生物医学解释框架的产生背景及其历史流变，整理了精神疾病生物医学解释效果的归因理论模型、本质主义理论模型、非人化理论模型和混合祝福理论模型，在此基础上从公众、

患者、护理人员、专业人员和医疗保健系统这五个方面详细梳理了生物医学解释的正面影响和负面影响，最后讨论了抵消生物医学解释负面影响的可能路径。

关键词：精神疾病，生物医学解释，负面影响

专题报告 B3: NSSI 的心理生理机制和心理治疗专题报告

主持人: 禹海航 (宁波市康宁医院副院长, 主任医师)

评论人: 胡珍玉 (宁波市康宁医院)

报告简介: 非自杀性自伤 (non-suicidal self-injury, NSSI) 指不以自杀为目的, 直接、故意损伤自己的身体组织, 且不被社会所接纳、认可的行为。NSSI 是一个国内外重大的公共卫生问题, 也是自杀死亡的危险因素之一, 且在我国的发生率呈上升趋势。

报告 1: NSSI 心理生理机制研究进展

报告人: 王相兰

(中山大学附属第五医院, 主任医师)

摘要: (1) NSSI 相关的心理社会因素: 人格特征; 家庭因素; 学校、人际关系等环境因素; (2) 心理机制: NSSI 的动机与功能分析; (3) 生物学机制: 遗传学研究; 脑影像学研究; 其他生物学研究。

关键词: NSSI; 心理机制; 生理机制

报告 2: 催眠隐喻故事在 NSSI 中的应用

报告人: 张媛媛

(宁波市康宁医院, 副主任医师)

摘要: (1) NSSI 是目前临床青少年心理问题中的常见表现之一, 其伤害性及影响性一直备受关注。(2) 介绍 NSSI 的机制模型, 了解 NSSI 症状背后的不同功能; (3) 介绍催眠中的隐喻和隐喻故事, 青少年 NSSI 的来访者多数情感表达及应对方式存在不同程度的阻碍和困难, 隐喻故事因其不经意的优势可以作为临床咨询非常好的切入点, 间接与来访者的议题联系在一起, 并且通过隐喻故事可以鼓励 NSSI 来访者拥有更高的自我掌控感, 并且学会管理面对困难情境时所做出的反应。(4) 介绍如何根据不同的 NSSI 来访者设计和组织适合他/她的隐喻故事。本论述的创新点在于隐喻故事与 NSSI 的结合, 以及在咨询/治疗中的灵活运用。

关键词: 青少年; NSSI; 隐喻故事

报告 3：NSSI 的辩证行为治疗

报告人：冯婧婧

（宁波市康宁医院，中级心理治疗师）

非自杀性自伤是全球性重大公共卫生问题之一，辩证行为疗法是目前针对非自杀性自伤行为的治疗中有效性证据最充分的治疗方法。本研究介绍辩证行为疗法相较于传统认知行为疗法的治疗优势、针对于非自杀性自伤行为的模型解释和治疗方案，以及辩证行为疗法的核心策略在非自杀性自伤行为上的运用。旨在进一步明晰辩证行为疗法在非自杀性自伤行为上的治疗方案。

关键词：NSSI；辩证行为疗法；认知行为疗法

报告 4：沙盘游戏视角下的 NSSI 治疗

报告人：崔静静

（宁波市康宁医院，中级心理治疗师）

摘要：（1）NSSI 来访者在沙盘游戏中的创伤主题主要表现有空洞、受伤、威胁、残缺、限制、忽视、攻击等；随着治疗进行，治愈主题主要表现有能量、旅程、深入、新生、培育、灵性、仪式、规则、整合等。（2）NSSI 来访者越来越低龄化，临床中发现其生命原初的情感体验较荒漠化，有消极的母亲情结或父亲情结；自我迷失，受困于创伤阴影而不能自拔，伴随自我意识的觉醒，艰难应对青春期心理危机，甚至以死亡的方式宣示生命的存在与主权。（3）NSSI 症状是自我-自性轴发展的号角，沙盘游戏治疗可以结合自由联想、扩充技术、积极想象、心意八法等陪伴来访者进行自性化之旅。总之，沙盘游戏的身心共鸣性使得它对于 NSSI 来访者是个很有意义的选择。

关键词：NSSI；自残；心理治疗；沙盘游戏治疗

专题报告 B4：正念的效果及机制研究

主持人：徐 慰（北京师范大学，副教授）

评论人：王玉正（中国科学院心理研究所，助理研究员）

报告简介：正念在不同领域和不同人群中得到了广泛的应用，一些新的正念干预方式的效果需要进一步验证，以及正念的机制也需要更加系统和深入的探索。本专题讨论均为正念研究领域的前沿成果，以期为更深入了解正念机制、发挥正念积极作用提供参考借鉴。

报告 1：特质正念和状态正念对进食问题的作用及机制

报告人：徐 慰

（北京师范大学，副教授）

当前基于正念的干预已经在改善进食问题方面得到了一定的应用，其效果也获得了数据的支持。然而，作为正念干预的直接对象，正念水平和进食问题行为的具体关系以及相关作用机制仍然缺乏深入系统研究。本研究分别探讨特质正念和状态正念对进食问题行为的作用，并考察去抑制的中介作用。研究一针对 791 名健康大学生进行三次为期半年的追踪测量，发现特质正念总分和有觉知的行动分维度可以显著负向预测半年后的进食问题行为，其中去抑制起到中介作用。研究二针对 96 名有进食障碍亚临床表现的大学生进行连续 10 天、每天 5 次的动态评估，发现个体内水平的状态正念总分、有觉知的行动和不评判可以显著负向预测下一个时间点的进食问题行为，但是去抑制并不能起到中介作用，但是在个体间水平，去抑制的中介作用显著。研究表明提升特质和状态正念均对改善进食问题存在潜在效果，但是去抑制这一心理过程的机制更多体现在特质和个体间层面上。

关键词：状态正念；特质正念；进食问题；去抑制；动态评估；追踪研究

报告 2：内感受敏感性提升是正念太极拳缓解焦虑的关键心理机制

报告人：魏高峡

（中国科学院心理研究所，青年特聘研究员）

焦虑是常见的情绪障碍，影响人们的幸福感和生活质量，严重的焦虑会导致成瘾和自杀行为。临床和非临床实践研究已经广泛证实，基于正念的干预方式 (Mindfulness-based interventions) 可以显著缓解焦虑。但正念干预对焦虑的影响机

制尚未得到充分阐明。内感受(interoception)是正念干预缓解负性情绪的潜在机制。内感受指个体对身体内部生理状态的感知和加工过程(Craig, 2003), 包括内感受敏感性、内感受准确性和内感受觉知。横断面研究发现, 内感受与焦虑症状存在负相关。此外, 内感受与自主神经系统功能密切相关, 高内感受个体心率变异性相关指标更高。

目前, 内感受是否为正念干预改善焦虑情绪的潜在心理机制是未知的, 内感受与自主神经功能的关系尚不清楚。本研究旨在探索了内感受在正念太极拳干预焦虑情绪的中介作用及其生理机制。研究采用准实验设计, 干预组包含 50 名被试, 对照组包含 36 名被试。干预组被试进行了 12 周太极拳干预训练, 对照组不进行任何干预。在基线和干预结束, 分别测视了所有被试的焦虑情绪(DASS)、内感受敏感性(MAIA)、内感受准确性(数心跳任务)、内感受觉知(数心跳任务)和心率变异性指标。方差分析结果显示, 12 周太极拳训练后, 干预组焦虑水平降低, 内感受敏感性、内感受准确性提升, 静息心率降低。相关分析发现, 干预组中, 内感受敏感性提升和焦虑水平降低、心率变异性指标(RMSSD、SDNN)提升存在显著相关。中介分析发现, 干预组中, 内感受敏感性提升在太极拳干预和焦虑降低之间起到中介作用。该研究提示, 内感受敏感性是正念太极拳缓解焦虑的关键心理机制, HRV 增强是内感受敏感性提升的生理机制。研究结果为焦虑等情绪障碍的临床干预提供了内感受视角。

关键词: 内感受; 正念; 太极拳; 焦虑

报告 3: 正念联合运动干预对高校学生抑郁和失眠症状的影响: 一项随机对照的试点研究

报告人: 迟新丽

(深圳大学, 副教授)

依据具身认知理论, 个体的认知方式和身体表达通过相互作用以影响个体的情绪状态, 然而先前诸多干预方案仅针对单一因素进行干预, 对心理症状的改善效果不稳定且依从性较低。因此本研究旨在检验并探讨基于具身认知理论开发的针对高校学生的正念联合运动干预方案的有效性及其潜在心理机制。该双臂研究共纳入 72 名非重度心理症状风险的有效被试, 并将其随机分配到干预组(接受正念联合运动干预)或控制组(不接受任何干预), 干预前和干预结束后进行问卷测量, 其中 8 名被试自愿接受半结构式访谈。通过线性混合模型、中介模型和框架分析法来探究联合干预的有效性和作用机制。结果显示, 相比与控制组, 联合干预显著降低了被试的抑郁症状得分, 且在控制前测得分后, 失眠症状的后测得分在组别和抑郁症状后测得分中起完全中介作用。定性分析对该结果起补充解

释作用。结果表明，本研究开发的联合干预方案对高校学生的抑郁症状有效，并通过减少个体失眠症状起到改善抑郁症状的作用。本研究从理论上提出正念联合运动干预并实证和探索其对高校学生抑郁症状的有效性和作用机制，拓展和丰富了具身认知理论的应用，为该理论的落地提供了实践依据，并为高校学生心理健康提供了实践启示。

关键词：正念；运动干预；抑郁；失眠；随机对照设计

报告 4：长期瑜伽练习对提升认知控制能力效果的大脑活动特征研究

报告人：李夏雯

（上海健康医学院，讲师）

目的：近年来，瑜伽作为一种愉悦身心的运动项目深受国内女性群体的青睐。然而，长期瑜伽练习提升认知控制能力的大脑机制特征尚不明确，仍然需要进一步探讨。呼吸、瑜伽体式练习、冥想是瑜伽练习的核心内容，三者相辅相成。因此，本研究旨在采用近红外技术，探讨长期瑜伽练习经验对瑜伽士的相关认知控制能力影响的大脑激活特征。方法：采用近红外技术，比较 20 名瑜伽士（平均训练年限 6.05 ± 1.39 年）和 20 名瑜伽初学者（平均训练年限 0.91 ± 0.38 年）完成呼吸任务、观察不同难度瑜伽体式任务以及冥想任务时的差异特征。结果：呼吸任务中，当被要求进行缓慢且深长的完全式呼吸时，相较于瑜伽初学组，瑜伽士在相同时间内呼吸总次数显著低于初学组 ($p=0.030$)，左侧背外侧前额叶皮层的 HbO 浓度显著升高 ($p=0.007$)。观察瑜伽体式任务中，行为和近红外数据均发现，组别和体式难度水平交互作用显著，高难度体式条件下，瑜伽士对体式的掌握程度显著高于初学组对瑜伽体式的掌握程度 ($p<0.001$)，而瑜伽士观看高难度体式图片时左侧腹外侧前额叶区域的 HbO 浓度却显著低于初学组观看姿势图片时诱发的 HbO 浓度 ($p=0.002$)；简单体式条件下，瑜伽士对瑜伽体式的掌握程度同样显著高于初学组对体式的掌握程度 ($p=0.007$)，而两组被试观看简单体式时诱发的 HbO 浓度没有显著差异。冥想任务中，瑜伽士在进行冥想时左侧眶额皮层的 HbO 浓度显著高于初学组冥想时的 HbO 浓度 ($p=0.011$)。结论：长期的瑜伽练习经验有效的提升了瑜伽练习者的相关认知控制能力，具体表现为呼吸调控能力更强，对瑜伽体式掌握水平更高，冥想时的大脑激活更强烈；长期瑜伽练习者在做呼吸、体式观察以及冥想训练时，其对应背外侧前额叶皮层、腹外侧前额叶皮层以及眶额皮层的激活水平显著增强，具有较好的认知控制能力和姿势加工能力。

关键词：瑜伽；认知控制；大脑活动；近红外技术

专题报告 B5：心理治疗过程-效果的实践与研究

主持人/评论人：孟馥（同济大学附属东方医院，主任医师）

报告简介：围绕心理治疗的过程和效果主题，一线心理治疗实践者展开的相关研究，包括研究的过程和结果。

报告 1：青少年复学过程中家庭治疗的助益性分析

报告人：姚玉红

（同济大学，教授）

本研究以 6 例认可家庭治疗具有助益性的青少年休学家庭为研究对象（青少年情况为 4 女 2 男）通过跨案例分析法探索他们在复学过程中遭遇的困难及其应对，以揭示青少年再适应学校过程中所需要的家庭支持。研究结论主要包括：

1.青少年复学过程中遭遇的困难包括来自现实压力（如学业困难的、师生互动的、日常作息的）、心理压力（如情绪调整的、家庭功能的）、环境压力（如文化信念的、传统习俗的）等方面，系统性的压力常常让复学过程变得起伏曲折，难以让家长理解和应对；

2.家庭治疗师在“家庭情绪氛围”，“父母支持孩子的情感态度”、“家庭处理冲突的方式方法”、“原生家庭/代际的传承”等方面进行有益的治疗工作，主要运用的咨询技术有“呈现”、“理解”、“重构”、“资源取向”、“优化应对”等

3.助益性的家庭治疗对复学过程中的青少年个体可以提供提升学业胜任能力、情绪耐受与转化能力、反思与决策能力、培养创造性意志等方面的支持。

结论：当休学青少年终于开始复学时，常常并没有完全解决适应群体生活的系统性困难，需要家庭、学校和社会予以更多关注、理解和支持，跟进家庭功能的持续性的稳定改善。

关键词：休学青少年；复学过程；家庭治疗；系统观

报告 2：心理治疗副反应的识别和评估

报告人：陈发展

（同济大学附属精神卫生中心，副主任医师）

【背景】心理治疗存在与治疗目标不一致的副反应，但是得到认可的评估工具缺乏。治疗师缺乏对心理治疗伤害性的足够认识和评估。

【方法】自编 25 条目的《心理治疗副反应量表 (PSES)》，在 420 名来访者中进行心理测量品质检验。使用机器学习法对 PSES 预测来访者有无副反应体验的能力进行计算。

【结果】(1) 使用 7 种机器学习模型逐一计算 PSES 的预测能力，结果显示 ROC 值均大于 0.7，其中基于 Catboost 的预测模型效果最好，ROC 值为 0.944。

(2)对 25 个条目的预测模型分析中，“让我感到愤怒”、“让我对治疗产生依赖”、“让我的情绪低落”三个条目的 SHAP 值排在前三位。(3) 当综合 PSES 之外的变量进入预测模型后，ROC 下降为 0.929，说明加入其他治疗特征后预测模型的效果下降，这提示 PSES 的评估能力更佳，且受其他因素影响较小。(4) 心理治疗副反应预测模型中，SHAP 值排在前五位的变量分别是“治疗次数”、“让我感到焦虑”、“让我想离开治疗”、“让我感到愤怒”、“治疗师数量”、“治疗师的年龄”。

【结论】PSES 具有较稳定的预测能力，可以用于临床评估。对心理治疗的外部特征（治疗师的年龄、数量和治疗的次数）和治疗的内部特征（来访者的负性体验）的双重监测，有利于治疗师及时评估和感知心理治疗可能带来的压力和伤害性。

关键词：心理治疗；副反应；评估；预测模型

报告 3：采用机器学习预测来访者对心理治疗的满意度

报告人：姚丽君

（同济大学，副教授）

背景：一个有效的心理治疗需要能够让来访者满意，但治疗满意度与很多因素有关。目前我们对心理治疗满意度的影响因素以及这些因素如何协同影响客户的心理治疗体验还不是非常清楚。本研究旨在使用机器学习技术来预测特定客户对心理治疗的满意度，并对相关因素进行系统分析。

方法：本研究通过微信平台发放在线问卷调查。总共收集了 791 名接受过心理治疗的参与者的信息。这些信息包括参与者的人口统计学特征和心理治疗相关特征，并利用卡方统计对特征进行研究。基于这些数据，我们采用了七种有代表性的监督式机器学习的算法来构建心理治疗满意度的预测模型，并比较不同模型的预测效果。

结果：在 791 名参与者中，619 名(78.3%)参与者表示对他们接受的心理治疗感到满意。来访者的职业、心理治疗的地点和心理治疗的方式是决定来访者对心理治疗是否满意的三个最重要的特征。基于 CatBoost 算法的模型在对心理治疗是否满意方面取得了最佳的预测效果，AUC 值为 0.938，F1 值为 0.876。

结论：本研究阐明了客户对心理治疗满意度的相关因素，基于机器学习的分

类器可以准确地区分对心理治疗感到满意或不满意的客户。这些结果将有助于为特定客户制定更好的治疗策略，从而提高心理治疗效果。

关键词：心理治疗；治疗满意度；机器学习；预测模型

报告 4：解释现象学分析在心理干预领域中的应用

报告人：王艳波

（同济大学，讲师）

解释现象学分析(Interpretative Phenomenological Analysis, IPA)是基于现象学、解释学及特则取向的质性研究方法。近年，IPA 在心理治疗领域有广泛应用，并由基于个体层面的研究设计发展出二元及多元视角（如夫妻、家庭、系统）的研究设计和分析程序，为心理干预、行为变化干预设计以及其他政策和实践相关建议研究提供了明确的研究路径。多视角设计保留了 IPA 与现象学和解释学概念的紧密联系，同时还整合了系统心理学的理念，提出一套基于复杂文本发展主题的研究策略。本报告将结合实践案例，比较个人及多元视角 IPA 设计的特征、实施流程及资料分析策略。

关键词：解释现象学分析；质性研究；心理干预

报告 5：系统治疗中的催眠效用研究

报告人：史靖宇

（同济大学，副教授）

如果人们长期把某个人或某件事当作问题来体验，那么当事人注意力的焦点通常会变得狭窄。家庭成员会紧紧围绕着这个问题去找解决办法，以至于能找到的解决策略不是维持问题就是强化问题。问题发生的过程仿佛人们不由自主地被诱导进入催眠状态，即问题催眠状态。系统治疗中所采用的循环提问、奇迹提问、改释、聚焦资源和说唱团等技术起到了催眠暗示的作用，通过转换来访者和家庭成员注意力的焦点，拓展视野，使之进入新的解决问题的催眠状态。本文论述了系统治疗技术的催眠效用，为探索系统治疗的起效机制和提升系统治疗的效果具有重要的参考价值。

关键词：催眠；系统治疗；资源取向；循环提问；恍惚状态

专题报告 B6：CBT 的结构化与灵活性：以网瘾和贪食症为例

主持人：赵静波（南方医科大学，教授）

评论人：范方（华南师范大学，教授）

报告简介： 本场专题报告会由四个报告组成：第一，CBT 的结构化；第二，面对网瘾青少年的 CBT；第三，一例贪食大学生的 CBT；第四，CBT 的灵活性。

报告 1：CBT 的结构化

报告人：范云歌

（华南师范大学，特聘副研究员）

CBT 的结构化主要体现在两个层面，一是总体工作流程的结构化，包括个案评估诊断、个案概念化、治疗与干预、督导与反思四个基本流程。在对求助者的问题进行理解和诊断的基础上，治疗师对治疗的进程事先做出方案和计划，明确每次会谈的目标与干预策略，并在治疗正式开始之前将流程与安排告知求助者。二是具体干预技术的结构化，通过聚焦于产生障碍或问题的认知和行为机制，选择多种识别和矫正非理性信念的方法，结合与之匹配的行为试验技术，并以家庭作业的方式帮助求助者掌握独立解决问题的能力，预防求助者问题的复发，实现助人自助的治疗原则。

关键词：CBT；结构化；工作流程；干预技术

报告 2：面对网瘾青少年的 CBT

报告人：攸佳宁

（华南师范大学，教授）

面对网瘾青少年的 CBT 充分体现出 CBT 兼具结构化和灵活性的特点。首先，网瘾青少年大多没有强烈的改变动机，甚至对咨询是抗拒的，因此在进入正式的 CBT 干预流程之前，助人者必须先与求助者建立良好的咨询关系，同时了解来访者抗拒的原因，并灵活运用处理抗拒的九大技巧，提高会谈效率。其次，青少年会沉迷网络，一定是在现实生活中遇到了他们目前无法解决的问题，因此助人者要在咨询前期充分利用 CBT 的行为技巧和焦点解决技巧帮助来访者解决问题、缓解痛苦。最后，在咨询中后期，当来访者问题困扰度已经下降后，才进入修正认知阶段，改变来访者的自动化思维、中介信念、乃至核心信念。

关键词：网瘾；青少年；CBT；处理抗拒

报告 3：一例贪食大学生的 CBT

报告人：汤思尧

（南方医科大学，讲师）

出现暴食行为的来访者往往对自己有较负面的评价及强烈的绝望、羞耻感，以 CBT 的认知、情绪、情绪调节技术为核心，以叙事疗法中的“外化”对话作为问题解决线索，以使来访者更能维持希望和积极的自我认同，同时（1）充分收集信息，清晰地形成对自身问题的认识；（2）充分体验问题导致的代价；（3）思考自己能对问题作出的新反应；（4）改变来访者对负性思维及消极应对行为。

来访者是一名女大学生，有暴食行为以及焦虑、沮丧的情绪问题，对自己感到厌恶，出现失眠、胃肠功能紊乱，并回避社交。咨询过程中了解到来访者父母长期忽视来访者的情感需求，对来访者仅有的情感回应是通过食物来安慰，同时母亲会攻击来访者身材肥胖，并有被同龄异性嘲笑身材肥胖的经历。来访者暴食频率为每周一到两次，自述感到完全失控，一次进食量为日常的四倍，进食后胃痛至难以行走，无催吐。三个月咨询后，来访者自述暴食冲动明显减轻，社交活动得到改善。后续跟踪了解来访者半年内暴食行为未再出现。

关键词：暴食行为；CBT 叙事疗法；外化对话

报告 4：CBT 的灵活性

报告人：赵静波

（南方医科大学，教授）

每种咨询情境都具有独特性和变化性，每个人都是独一无二的，每个个体的成长轨迹、生活阅历、人格构成等都有其独特性和复杂性。因此，我们需要全面综合多角度看人的心理和行为，要觉察每一种情境下 CBT 的适用性，灵活运用 CBT 的技能和方法。CBT 的灵活性体现：在作为一个有意识的个体本身，来充分接触当下，并基于情境所提供的元素，来改变行为或持续某一行为。从现在双方的情感、感觉、认知出发，觉知一个又一个瞬间所呈现的体验，关注身与心的交互运作，把觉知力带到身体，直接体验各种情绪的转变，有效地帮助求助者暴露内心，澄清问题。

关键词：CBT；情境性；灵活性

专题报告 B7：文化资源在心理咨询与治疗领域的应用

主持人：张天布（陕西省人民医院心理科，主任医师）

评论人：马向真（东南大学应用心理研究所，教授）

报告简介：本次专题报告会探讨文化资源在心理咨询与治疗领域的研究与应用。几位讲者将分别以“觉察力”、“正念”、“儒家功夫论”在心理咨询中的运用为主要脉络，汇报各自在实践工作中，如何从东方文化中汲取宝贵资源，并且将其应用于心理咨询与治疗领域的经验和成果。以期为心理咨询与治疗专业在相关领域的研究和探索积累经验，并提供新的视角与方向。

报告 1：觉察力训练与提高反移情运用能力

报告人：郝滨

（北京阿尼玛心理咨询中心，注册督导师）

觉察，是对当下整体的关注、感知与会意。源自传统文化中的身心锻炼方式和调节方法，有助于觉察力的提高。反移情代表着咨询师在咨询过程中意识和无意识的反应。本文作者结合临床观察、文献阅读和个人分析后认为：反移情中蕴含着咨询师和来访者之间无意识交流的丰富信息，是理解咨访双方无意识交流的重要途径。这些信息可以通过咨询过程中的语言、情绪、思维、生理反应、行为等途径呈现。觉察力训练，可以提高咨询师的觉察能力，帮助咨询师通过对反移情的觉察，整体的接收、觉知、识别、命名、理解双方无意识交流的信息。并且以恰当的方式，将上述过程传递给来访者，以促进来访者的觉察和领悟。在本文中，笔者结合临床工作，报告了对上述观点的探索与实践。

研究方法：结合文献和临床案例

结论：觉察力训练，有助于通过提高咨询师运用反移情的能力，促进来访者的觉察与领悟。

关键词：觉察；觉察力训练；反移情

报告 2：当正念与精神分析相遇

报告人：吴艳茹

（上海市精神卫生中心，注册督导师）

无论是药物治疗还是心理治疗，无论是什么流派的心理治疗，核心都是对人的治疗。评估人格结构，是开展治疗的一个重要前提。精神分析对人格结构的评估非常细致，细致的另一方面带来的问题是复杂、不容易掌握和误判，特别是对

经验不丰富的咨询师。通过正念中的闭眼静坐呼吸，咨询师或精神科医师根据来访者对此的反应，可以简单、快速、有效地评估来访者的人格结构，并据此制定治疗计划。依恋理论、来访者内在的自我表征、他人表征、焦虑水平等不同维度可以从理论上很好地解释这实用的临床技术。

关键词：正念；精神分析；人格结构；静坐呼吸

报告 3：儒家身心修养功夫在心理咨询实践中的应用

报告人：东振明

（上海盖德焦虑障碍研究中心，注册督导师）

心理健康不是仅凭主观意愿或者单纯的意志决断就能实现的。当个体遭遇各种困境、挫折、创伤时，是否可以保持心理健康不是其主观意愿或理性思辨所能完全规定的，更需要主体具备某些应对具体困境所需要的特定能力。比如，情绪调节能力、问题解决能力、自我接纳能力等等。这些能力的获得与提升需要切实地努力与持续地实践，这恰恰是儒家身心修养功夫所关切的重点。因此，儒家身心修养功夫可以很好的应用于心理咨询实践中，本文报告笔者在这方面的初步尝试和探索工作。

关键词：心理健康；儒家身心修养；功夫；心理咨询

专题报告 B8：人工智能/数字化心理健康干预研究与实践

主持人：赵嘉路（清华大学，助理教授）

评论人：朱旭（华中师范大学，副教授）

报告简介：人工智能与数字化技术能提高心理健康服务效率和可及性，降低心理疾病患病率与社会负担。本专题报告会旨在深入探讨人工智能和数字化技术在心理健康干预中的应用和实践，以及这些技术对心理治疗、辅导和评估的影响。

报告 1：人工智能在心理干预中的伦理议题

报告人：陈昌凯

（南京大学，副教授）

摘要：（1）人工智能与真实咨询师之间的差异；（2）人工智能对生命价值的态度与行为；（3）反人工智能的可能性。

关键词：人工智能；心理干预；伦理

报告 2：心理健康机器人的实证干预研究

报告人：黄明烈

（清华大学，副教授）

随着人类对心理健康支持需求的日益增长，开发心理疗愈机器人的研究和工作在世界和中国范围内都变得更加重要。疗愈机器人以其高可得性和低成本，为人类提供了更便捷的心理健康服务。一般的心理健康服务可以分为两类：认知支持和情绪支持。基于此，本研究开发并验证了基于认知行为理论（CBT）的结构化机器人和基于共情机制的聊天对话机器人的疗效。同时，由于过去的机器人都处于英文情境下，较少有中文机器人提供心理健康服务。因此本研究探究了 Emohaa，一款集 CBT 练习为主的认知性训练和共情机制为主的生成式对话为一体的中文机器人对人们心理健康的影响。具体而言，本研究招募到了 134 位有效被试，并将他们随机分为三组：基于 CBT 的认知机器人组，基于 CBT 和共情对话的综合机器人组，以及空白对照组。在经历 21 天的干预后，研究结果表明，相比较于空白对照组，无论是使用以 CBT 为基础的认知类机器人组，还是使用综合机器人组，被试的焦虑、抑郁和消极情绪相比较于前测，都得到了显著的改善。被试对于两类机器人干预平台的满意度都较高。因此，我们得出结论，Emohaa

能有效改善人们的精神痛苦。

关键词：聊天机器人；情绪支持；CBT；心理健康；深度学习

报告 3：中国大学生朋辈在线与 AI 聊天机器人的心理健康干预效果：

一项随机对照组实验

报告人：张琴

（清华大学，研究生）

背景：匿名的朋辈在线支持和人工智能（AI）聊天机器人已经成为两种新兴的数字化心理健康服务手段，但其对大学生心理健康的干预效果及作用机制有待探究。方法：本研究在全国招募 133 名大学生，随机分配其中 108 人至实验组接受 60 分钟朋辈在线心理支持（n=53）或 AI 聊天机器人心理支持（n=57），其余 23 人为对照组。所有参与者分别于实验前、实验结束当日、结束后 3 周填写患者健康问卷-9(PHQ-9)和广泛性焦虑量表-7(GAD-7)，以评估干预效果。另外，收集实验组来访者的网络社会临场感量表数据作为过程变量。结果：1) 朋辈在线支持组对抑郁和焦虑的即时干预效果显著，AI 聊天机器人组不显著。2) 两组抑郁和焦虑的长期干预效果均表现显著。3) 社会临场感在支持者类型对抑郁即时干预效果的影响中发挥中介作用。结论：匿名朋辈在线支持在改善大学生心理健康的即时效果上表现更好，而两者均有显著的长期效果。它们都可以成为构建高校心理健康服务体系的重要手段。未来研究和实践应关注社会临场感这一对数字化心理服务效果产生重要影响的因素。

关键词：朋辈在线支持；AI 聊天机器人；大学生心理健康；数字化心理健康

报告 4：大学生在线朋辈心理支持中的助人技术类型及其对助人效果的影响

报告人：鲁婉冰

（清华大学，研究生）

背景：在线朋辈心理支持是有效的新型数字化心理健康服务形式，研究发现助人技术是影响其效果的重要因素，然而鲜有研究关注朋辈心理支持者所使用的助人技术的主要类型和特点，其与助人效果的关系也尚不明确。方法：围绕以上问题，本研究选取 12 例大学生在线朋辈心理支持个案，依据来访者的中文版患者健康问卷（PHQ-9）和广泛性焦虑症(GAD-7)问卷前后测得分差值，划分有效组和无效组各 6 例。采用内容分析法对 12 例个案原始会话文本中朋辈支持者使

用的助人技术进行编码和统计，编码命名依据为助人三阶段模式理论。结果：1) 总体上，朋辈支持者使用最多的助人技术类型是提问（18%）、提供信息（18%）、直接指导（16%）和认可（11%）。特点是采用分享个人观点和经验的方式为来访者提供信息、给予认可；主要使用提供信息和直接指导来促进行动。2) 比较有效组与无效组的助人技术使用发现，有效组朋辈支持者的开放式提问、重述、认可技术使用量显著高于无效组，封闭式提问技术使用量显著低于无效组。结论：本研究发现了提问、重述、认可等特定助人技术类型的恰当运用对在线朋辈心理支持的效果起关键作用，为未来高校培养朋辈心理助人者，提高校园现代化心理健康服务质量提供参考。

关键词：在线朋辈心理支持；助人效果；助人技术；大学生心理健康

报告 5：AI 聊天机器人在线心理支持的帮助性与阻碍性因素研究

——基于来访者视角

报告人：蒋婧英（清华大学，研究生）

目的：本研究从来访者的视角出发，探索人工智能(Artificial Intelligence, AI)聊天机器人在线心理支持过程中的帮助性因素与阻碍性因素，揭示 AI 聊天机器人在线心理支持中独特的价值。方法：本研究对 8 名使用过 AI 聊天机器人在线心理支持的来访者，采用人际历程研究方法（IPR, Interpersonal Process Recall）进行访谈，并对资料内容主题分析。结果：AI 聊天机器人在线心理支持的一般帮助性因素有 10 种，分别为获得自我新视角、增强自我联结、促进问题解决、被赋权、自我接纳、被对方接纳、感到放松、产生积极期望、感到安全与信任、积极参与；AI 聊天机器人在线心理支持特有帮助性因素有 4 种，分别为匿名隐私环境、低人际负担、客观稳定、持续陪伴。AI 聊天机器人在线心理支持中一般阻碍性因素有 4 种，分别为感到脱节、丧失表达欲、缺乏指导、受到伤害。结论：AI 聊天机器人在线心理支持具有一般帮助性因素和特有帮助性因素，可以提供有效的心理支持；其阻碍性因素需要使用者引起关注。

关键词：AI 聊天机器人；在线心理支持；帮助性因素；阻碍性因素；来访者视角

专题报告 B9：竞技运动领域中的心理咨询服务

主持人：杨寅（北京体育大学，副教授）

评论人：徐守森（首都体育学院，教授）

报告简介：心理咨询理论、技术在应用于治疗各类心理障碍的同时，也被广泛用于竞技运动表现促进与提升。由于工作对象及环境的特殊性，运动心理咨询在工作模式、设置及伦理等方面都有其独特性。本报告将提供四个主题分享以期促进心理咨询理论技术在运动领域的应用。

报告 1：运动心理咨询中的常见问题及干预技术

报告人：杨寅

（北京体育大学，副教授）

高水平运动员常常面临在高压情境中完成高水平竞技表现的要求，因而会表现出一系列独特的心理问题。本报告旨在对运动员常见的运动心理问题，以及运动心理咨询中的常用干预技术进行全面的介绍，以期促进对运动心理咨询的工作对象、工作目标及主要技术方法的了解。

关键词：竞技运动；心理咨询；表现提升；伦理

报告 2：备战东京奥运会中国国家步枪队运动心理服务研究

报告人：赵大亮

（广州体育学院，副教授）

运动队心理服务在依托于心理咨询理论框架的同时，在服务的对象、目标、设置及形式等方面均表现出不同于传统心理咨询工作的特点。本报告从服务理念、工作同盟的建立、服务的内容和形式以及服务效果评估 4 个方面反思了备战东京奥运会中国国家步枪队运动心理服务研究的过程。讨论了在服务过程中所遇到的问题，并为之后的服务与研究提出了建议。

关键词：东京奥运会；运动心理服务；工作同盟

报告 3：人本主义疗法应用于国家队运动员赛前心理调节的个案研究

报告人：温筱茜

（黑龙江省自行车射击射箭运动管理中心，助理研究员）

本报告通过个案研究的形式，呈现如何应用心理咨询理论及技术方法干预高水平运动员在比赛前的心理状态，促进其个人成长与运动表现。报告选取某项目国家队运动员的运动心理咨询个案，对来访的主诉、个人背景，以及对该来访及其主诉的理解进行介绍，并展示如何应用基于人本主义疗法的心理咨询对其开展干预。最后，报告人将对干预效果及干预起效的因素进行反思性总结。该报告有助于从微观层面理解运动心理咨询在提升运动表现和促进运动员心理成长上的作用，并为运动心理咨询工作提供策略与思路上的启发。

关键词：人本主义疗法；高水平运动员；运动表现

报告 4：运动心理咨询工作中的常见伦理问题

报告人：王丹丹

（广东省二沙体育训练中心，研究实习员）

竞技运动心理服务领域的伦理议题对心理服务的效果有着重要的影响，但该领域的咨询伦理又存在着诸多特殊情况。为了更有效地开展运动心理咨询工作，了解运动心理咨询伦理规范及中国运动心理咨询工作中的常见伦理议题就显得尤为必要。本报告将分别介绍国际运动心理学会发布的注册运动心理咨询师（ISSP-R）实践伦理规范（国际运动心理学会 ISSP, 2020），包括 6 项基本原则和 16 条具体标准；以及在中国竞技体育“举国体制”的大背景下，运动心理咨询在为运动员卓越表现服务的同时，需要面对的各种伦理问题，如保密、多重关系、专业胜任力等，在运动心理咨询中的表现及处理策略做简要讨论。

关键词：运动心理咨询；伦理；保密；多重关系；专业胜任力

专题报告 B10：贝利婴幼儿发展量表第四本土化修订研究

主持人：王建成（北京师范大学珠海分校教育学院，教授）

评论人：邹泓（北京师范大学心理学部，教授）

报告简介：本次报告会将着重介绍贝利四中文版修订过程中的理论与实践研究，分为三个部分：1、版权所有方培生公司介绍贝利量表在国外各个国家的使用情况并介绍贝利四相较于之前版本的优化。2、修订指导专家介绍贝利四中文版在修订过程需要解决的重大问题。3、修订技术专家介绍在贝利四修订过程中遇到的具体问题以及解决方案。

报告 1：Bayley 量表在全球的使用情况

报告人：王建成

（北京师范大学珠海分校教育学院，教授）

本报告结合贝利婴幼儿发展量表第四版（Bayley Scales of Infant and Toddler Development | Fourth Edition, Bayley-4）版权所有人——美国培生公司提供的演讲视频，介绍贝利量表在全球范围内的使用情况。

贝利量表是一种婴幼儿发展评估的有效工具，被广泛应用于全球范围内婴幼儿保健、发展及心理学和精神病学领域。已被翻译成多种语言，以适应不同文化背景的人群需求。这些量表在许多国家和地区进行过研究，被证明在不同文化背景人群中具有较高的可靠性和有效性。

本报告将介绍贝利量表在不同国家和地区的应用情况，并概述其在儿童发展迟缓诊断、早期干预计划、儿科诊断和教育规划等方面的重要性。这将有助于医务人员、研究人员和政策制定者等更好地了解 Bayley 量表，并为儿童发展领域的研究、实践和决策等提供有益的参考。贝利量表第四版中文修订版将于 2023 年年底前后在中国大陆地区正式发行。

关键词：贝利量表第四版（Bayley-4）；婴幼儿发展评估

报告 2：Bayley-4 言语量表的临床应用效果评估研究

报告人：赵瑾珠

（华中科技大学附属同济医院，主管技师）

一、研究背景

Bayley-4 量表的言语部分被广泛应用于评估 1 至 42 个月儿童接受性沟通、表达性沟通的能力，可用于识别语言发展迟缓儿童。然而，该工具在不同的人群中的适应性和准确性尚不明确。

二、研究设计

1、研究目的：采用横断面观察设计，评估 Bayley-4 语言量表在不同人群中的临床应用效果，探索 Bayley-4 语言量表（包括接受性和表达性沟通）在评估不同人群（包括语言发展迟缓儿童、孤独症谱系障碍儿童及正常儿童）的语言特征方面的准确性；探讨 Bayley-4 言语量表在 12 至 42 个月龄儿童中的特异性、敏感性和整体诊断的准确性。

2、研究方法：

2.1 研究人群

选取华中科技大学同济医学院附属同济医院儿童保健科就诊的 12-42 月龄的语言发育迟缓、孤独症谱系障碍儿童和正常儿童为研究对象。

2.2.纳入和排除标准

纳入标准：年龄在 12-42 月龄；临床诊断语言发育水平显著低于正常儿童；完成各项相关检查评估。

排除标准：视力、听力障碍；脑性瘫痪、ASD、全面发育迟缓、唐氏综合征等其他疾病。

2.3 评估工具：

使用 Bayley-4 量表进行全面评估，记录言语量表测试得分；使用语言诊断工具 DREAMIT 进行评估，评估结果与 Bayley-4 量表言语量表部分结果进行比较。

2.4 数据管理和统计分析

收集的数据将进行去标识处理，并存储在安全的、密码保护的数据库中。

三、质量控制

所有的研究人员和现场人员将接受统一培训。研究将进行定期的监督和监控，以确保数据的质量和一致性。任何出现的数据异常或不规则都将被及时进行调查。

关键词：贝利量表；言语沟通；临床

报告 3：Bayley-4 与儿心量表和 Griffiths 对照研究

报告人：李娜

（四川大学华西第二医院，主治医师）

本研究旨在对比 Bayley-4 量表与儿心量表（Child Behavior Checklist, CBCL）和 Griffiths 量表在儿童发展评估中的应用情况。Bayley-4 量表是一种广泛使用的儿童发展评估工具，用于测量儿童的认知、语言、运动和社交行为等

方面的能力。儿心量表和 Griffiths 量表也是常用的儿童发展评估工具，但在评估的重点和方法上可能存在差异。

本研究将收集儿童发展评估数据，并同时使用 Bayley-4 量表、儿心量表和 Griffiths 量表进行测量。我们将对比这些量表在不同发展领域的评估结果，并探讨它们之间的相关性和一致性。

研究结果将有助于评估这些量表在儿童发展评估中的优势和适用性。通过对比分析，我们可以了解这些量表在不同领域中的衡量指标是否一致，并确定它们是否能够提供相似的评估结果。

该研究的结果将为临床实践和研究提供有益的参考依据。对这些评估工具的对比分析可以帮助医务人员和研究人员选择合适的工具，以更准确地评估儿童的发展情况和提供相应的干预措施。

通过这项研究的对照研究设计，我们期望能够增进对 Bayley-4 量表、儿心量表和 Griffiths 量表的理解，并促进儿童发展评估领域的发展和进步。

关键词：Bayley-4；儿心量表；Griffiths；比较

报告 4：Bayley-4 在早产儿脑损伤随访中的应用探讨

报告人：马丹

（四川大学华西第二医院，主治医师）

本研究旨在探讨 Bayley-4 量表在早产儿脑损伤随访中的应用价值。早产儿脑损伤是一种严重的并发症，可能对儿童的发展产生长期影响。Bayley-4 量表是一种广泛使用的儿童发展评估工具，具有测量儿童认知、语言、运动和社交行为等方面能力的的能力。

通过本研究，我们将采集早产儿脑损伤患者的临床数据，并使用 Bayley-4 量表对其发展情况进行评估。我们将重点关注早产儿脑损伤与认知、语言和运动发展之间的关系，并探讨 Bayley-4 量表与其他量表相比，在早产儿脑损伤发育评估方面的优势。

研究结果将有助于增进对早产儿脑损伤的理解，提供更准确的评估和干预方法。此外，研究还将为临床实践和政策制定提供重要的参考依据，以改善早产儿脑损伤患者的长期预后和生活质量。通过该研究的探索性分析，我们期望为早产儿脑损伤领域的研究提供新的视角和启示，并为未来的研究和临床实践奠定基础。

关键词：早产儿；脑损伤；贝利四

报告 5：中国版 Bayley-4 与 Bayley-II 项目的比较

报告人：张茜

（北京大学第一医院，主治医师）

本研究旨在探讨 Bayley-4 量表在早产儿脑损伤随访中的应用价值。早产儿脑损伤是一种严重的并发症，可能对儿童的发展产生长期影响。Bayley-4 量表是一种广泛使用的儿童发展评估工具，具有测量儿童认知、语言、运动和社交行为等方面能力的的能力。

通过本研究，我们将采集早产儿脑损伤患者的临床数据，并使用 Bayley-4 量表对其发展情况进行评估。我们将重点关注早产儿脑损伤与认知、语言和运动发展之间的关系，并探讨 Bayley-4 量表与其他量表相比，在早产儿脑损伤发育评估方面的优势。

研究结果将有助于增进对早产儿脑损伤的理解，提供更准确的评估和干预方法。此外，研究还将为临床实践和政策制定提供重要的参考依据，以改善早产儿脑损伤患者的长期预后和生活质量。通过该研究的探索性分析，我们期望为早产儿脑损伤领域的研究提供新的视角和启示，并为未来的研究和临床实践奠定基础。

关键词：早产儿；脑损伤；贝利四

报告 6：Bayley-4 婴幼儿发育量表在早产儿随访中的应用

报告人：周琦

（复旦大学附属儿科医院，主治医师）

早产儿尤其是极早产儿，是发生神经发育损伤的高危人群。NICU 出院后，临床往往需要对极早产儿进行随访评估及必要的早期干预。Bayley-4 量表作为广泛应用于儿童发育评估的工具，能够全面评估儿童的认知、语言、运动和社交行为等各方面能力。

本研究拟使用 Bayley-4 量表对出院后极早产儿进行评估，从而关注国内 NICU 出院后早产儿在不同发展领域的表现并研究 Bayley-4 量表在识别早产儿神经发育损伤风险的的有效性。

关键词：Bayley-4；早产儿；NICU

专题报告 B11：临床与咨询心理学专业人员的胜任力评估：研究与实践

主持人：孙晓宁（上海交通大学心理与行为科学研究院，助理研究员）

评论人：林钗华（北京师范大学心理学部，讲师）

报告简介：测量和评估临床与咨询心理学专业胜任力是建立临床与咨询心理学学历培训体系、构建专业人员考核认证标准过程中的重要一环，可用作专业人员获得职业资格的重要指标，也可作为行业协会及教育部门管理培训项目的依据。四个报告将围绕在临床与咨询心理学专业人员的综合胜任力评估及其重要经验展开讨论。

报告 1：临床与咨询心理学专业人员胜任力评估工具综述

报告人：吕 韵

（浙江大学心理与行为科学系，研究员）

本报告综述了各临床与咨询心理学胜任力评估工具及其研究现状，为临床与咨询心理学培训项目设计胜任力评估提供建议。其中，督导师对受训者的表现用多维度量表打分是最普遍的评估方式，但测量学研究缺乏，且存在结构效度不明、内容冗长、宽恕偏见严重等不足，可能阻碍督导师和培训项目履行专业“守门人”的职责，损害心理咨询行业的专业质量。

关键词：心理咨询师专业胜任力；测量工具；正式评估

报告 2：基于案例报告的咨询师胜任力评估：一项实证研究

报告人：陈 玥

（浙江大学心理与行为科学系，博士研究生）

本报告聚焦用案例报告评估咨询师胜任力的方法，邀请 210 名心理同行对匿名咨询师 S 的案例报告评分，探索评分人的刻意练习时间、工作年限、流派，以及个人偏见（实验操控认为 S 是新手还是成熟咨询师）对评分的影响。

关键词：心理咨询师专业胜任力；案例报告；评分人因素

报告 3：实习咨询师胜任力评估与管理的经验与反思

报告人：李非寒

（北京师范大学心理学部，讲师）

本报告将分享北京师范大学心理学部心理健康服务中心在实习咨询师的胜任力评估中的管理经验，从新手咨询师胜任力评估的意义、实习过程管理和督导组织管理的角度，为实习机构评估咨询师胜任力提供建议和参考。

关键词：心理咨询师学历教育；专业胜任力评估与测量；教育管理实践

分组报告

分组报告 A1：延长哀伤与心理干预

人际关系疗法（IPT）对丧亲青少年抑郁的干预——一例个案研究

雷丽莉

北京师范大学心理学部 2021 级

丧亲是重大的生活负性事件，作为抑郁发作的独立危险因素，对青少年的影响深远，而国内鲜有相关的干预研究。本研究采用个案法，运用人际关系疗法（IPT）对一例有丧母经历的女性青少年个案进行干预，以检验该疗法的有效性和适用性。

来访者两年前丧母并独自料理后事，在母亲去世半年后出现情绪低落、易激惹、回避社交，近期症状加重。通过贝克抑郁量表第二版（BDI-II）和复杂哀伤问卷修订版（ICG-R）评估来访者的情绪状态，结果显示来访者符合中度抑郁症状表现。依据生物心理社会模型对来访者进行个案概念化，其情绪症状和人际困扰来源于丧亲后的悲伤反应和与父亲之间的角色冲突这两个问题领域。研究者按照 IPT 的框架，运用沟通分析、角色扮演等 IPT 核心技术对个案进行了 10 次的心理咨询，以帮助来访者缓解情绪，完成哀悼程序，提升人际技能和改善人际关系。

咨询过程中遇到咨访双方先后感染新冠病毒、来访者网络信号不佳等环境和事件带来的挑战，但基于良好稳固的咨询关系，干预计划仍按期顺利完成。研究结果显示，来访者抑郁症状显著改善至正常水平，人际冲突得到有效缓解，自尊水平有所提升，生活兴趣和人际关系顺利恢复。研究验证了在我国文化背景下 IPT 干预丧亲青少年抑郁的有效性和适用性。

关键词：人际关系疗法；抑郁；丧亲青少年

丧亲个体哀伤反刍、日常情绪与延长哀伤的关系：一项生态瞬时评估

周士人 唐苏勤

深圳大学心理学院

背景：丧亲个体的哀伤反刍在其延长哀伤障碍（prolonged grief disorder, PGD）的病程发展中起着重要作用，当前尚未有研究采用生态瞬时评估（Ecological Momentary Assessment）来考察丧亲个体日常哀伤反刍与日常情绪及 PGD 症状水平之间的关系。方法：纳入 36 名丧亲个体（女性 27 人，年龄 18~24 岁），连续

14天、每天4次评估其哀伤反刍与情绪，并在14天前后分别对其哀伤反刍与延长哀伤症状进行测量。对数据进行两水平回归分析和交叉滞后效应分析。结果：每日评估回收率为90.77%。（1）基线哀伤反刍可正向预测每日评估中的反事实思维（ $\gamma = 0.038, SE = 0.019, p < 0.05$ ）和寻找积极意义（ $\gamma = 0.063, SE = 0.026, p < 0.05$ ）。（2）日常哀伤反刍中有关怀念逝者、后悔、反事实思维的反刍与消极情绪存在相互正向预测关系，反事实思维则与积极情绪存在相互负向预测关系。（3）当前的积极情绪可正向预测随后的寻找积极意义和自我安慰、负向预测考虑他人，当前的消极情绪则负向预测随后的自我安慰。（4）日常哀伤反刍中有关怀念逝者、寻找积极意义、考虑他人和自我安慰的反刍均能预测后测PGD症状的减轻，反事实思维则负向预测了PGD症状的减轻。结论：丧亲个体的哀伤反刍与日常情绪之间的关系随不同反刍内容而变化，临床工作者在进行哀伤咨询时应基于反刍思维的内容调整干预策略。

关键词：生态瞬时评估；哀伤反刍；延长哀伤障碍；情绪

意义重建疗法干预自杀遗族延长哀伤症状：一例个案研究

杨凯迪

北京师范大学心理学部

丧亲后的系列生理心理变化也被称为“哀伤反应”。虽然大多数丧亲者的哀伤反应能够自发缓解，但仍有部分个体的哀伤适应过程更易受阻，并发展为延长哀伤障碍。其中，因所爱之人自杀而丧亲者（自杀遗族）通常面临更高的患病风险。自杀遗族哀伤适应过程中的最大挑战就是理解挚爱选择自杀的原因，重新寻找生命的意义。本研究基于Neimeyer（2010）提出的意义重建疗法干预框架与Sands（2011）的自杀遗族三方模型，设计干预方案，对一例自杀遗族个案进行了哀伤咨询。

经过评估，本研究确定了一名延长哀伤问卷（PG-13）得分为22分、丧亲3年的个案作为研究对象，并为个案提供了12次哀伤咨询。咨询过程包含5个阶段：开始、重新理解丧失、重新建立关系、重新定位关系以及结束。

测量结果显示，随着咨询进行，T的哀伤反应水平整体呈现下降趋势（ICG-R得分由75分降低到39分）；其意义重建水平也明显上升（ISLES得分由39分增加到61分；GMRI由84分增加到104分）。此外，T也报告在自我觉知、人际关系、未来观和世界观方面都完成了不同程度的意义重建，对死亡的哲学态度也产生了积极的变化。

总而言之，本研究初步验证了意义重建疗法结合自杀遗族三方模型，对自杀遗族进行哀伤干预的有效性，为后续研究与实践提供了参考。

关键词：意义重建疗法；自杀遗族；自杀丧亲；哀伤干预

中国延长哀伤个体网络化干预的可行性研究

金文啸 唐苏勤

深圳大学心理学院

背景：近年来，网络化干预被应用于改善丧亲人群心理健康状况的实践中，但暂无研究考察网络化干预对中国丧亲人群中延长哀伤个体的可行性。方法：本研究于2022年8月至12月网络招募延长哀伤个体44名，邀请其试用基于双过程模型开发的“哀伤疗愈”微信小程序，进行为期6周的网络化干预，并填写使用体验问卷、接受使用体验访谈，以评估干预方案和干预形式的可行性与可接受性。对量化数据进行描述性统计，对访谈逐字稿进行主题分析。结果：30人(68.2%， $N = 44$)完成了所有干预及问卷调查，25人(56.8%)接受了访谈。问卷结果表明参与者对本研究的干预形式(M 相对优势 = 5.87, $SD = 5.5$ ； M 相容性 = 5.93, $SD = 3.12$ ； M 复杂性 = 5.79, $SD = 5.21$ ；7点正向评分)、内容(M 数量 = 3.94, $SD = 0.76$ ； M 质量 = 4.13, $SD = 0.66$ ；5点正向评分)及干预方案(M 总体满意度 = 4.16, $SD = 0.63$ ； M 总体帮助性 = 4.09, $SD = 0.64$ ；5点正向评分)的可接受性较高。主题分析结果表明大多数受访者认为干预有助于应对哀伤，感知到了对自己的积极影响，改变了对心理干预和哀伤的固有认知，同时也提出了一些优化建议。结论：微信小程序的干预形式和基于双过程模型设计的网络化干预方案在中国延长哀伤个体中有较好的可接受性和可行性，可进一步实施随机对照试验以评估干预方案的有效性。

关键词：丧亲；延长哀伤障碍；网络化干预；双过程模型；可行性

死亡咖啡馆——临终护理的心理教育实践与评估

王敬钧 邱晨 李小麟

四川大学华西临床医学院（华西医院）

四川大学华西护理学院

背景：近年来，我国社会老龄化不断发展，临终关怀服务需求持续增长。然而，我国临终关怀教育培训体系不完善，护理学生对临终关怀的认知以及临终心理护理相关专业知识十分缺乏，从而导致护士从事临终关怀相关岗位意愿较低。

方法：本研究共邀请大二护理专业71名学生参与“死亡咖啡馆”课程——一项小班化交互式教学项目。所有参与者被随机分至八个组，由8位导师带领下完成课程的学习。课程要求学生回忆经历过的死亡事件，并让学生通过绘制生命

线，体验人生不同年龄段（30岁、60岁、80岁和临终）的身心状态，并通过扮演不同角色进行小组分享与讨论。随后，学生通过非标准答案作业的方式，汇报各个阶段的情绪、对生死的主观认知、对临终关怀的看法及态度。数据通过词云分析和内容分析法进行质性研究。

结果：词云分析结果显示，在初次回忆死亡事件时，学生大部分显示出恐惧等负面情绪。随着课程参与的不断深入，学生的情绪由恐惧等负面情绪逐渐转变为中性或者正面情绪。内容分析法结果显示该项目能有效提高学生对生命与死亡的认知，对临终关怀的个人及职业态度有积极促进作用。

结论：死亡咖啡馆教学项目能够有效改善学生面对死亡的负面看法，并为有效的临终关怀教育提供新途经。

关键词：临终关怀；护理学生；护理教育

分组报告 A2：儿童青少年心理健康研究

儿童和青少年情绪识别与内化问题关系的三水平元分析

梁贺婷¹²³ 熊纷¹²³ 张琳¹²³

1 华中师范大学心理学院

2 青少年网络心理与行为教育部重点实验室

3 人的发展与心理健康湖北省重点实验室

情绪识别能力受损被认为是导致儿童青少年出现内化问题的影响因素，但已有研究对二者的关联程度还没有达成共识。因此本研究采用三层元分析模型对已有研究结果进行定量综合，以获得可靠的效应量估计。通过系统的文献检索，来自 29 篇文献的 158 个效应量被纳入当前的元分析，其中共包括 5123 名参与者。主效应检验发现，情绪识别与内化问题呈显著负相关 ($r = -0.082, p < 0.01$)，情绪识别准确性较弱的儿童青少年更有可能出现内化问题。此外，调节效应检验发现，发表年份和表情类型对情绪识别与内化问题之间的关系有显著的调节作用。本研究表明，情绪识别能力是儿童青少年出现内化问题的一个预测因素，应及时对情绪识别有缺陷的儿童青少年进行干预，以减少其可能出现的内化问题。

关键词：情绪识别；内化问题；三水平元分析；调节效应

新冠疫情背景下儿童与青少年焦虑的风险因素与保护因素：一项系统性综述与元分析研究

陈慧菁¹，张天明¹，王琪²，唐信峰³

1 上海大学社会学院社会工作系

2 岭南大学研究生院

3 中国人民大学心理学系

背景：探究新型冠状病毒感染疫情背景下，儿童与青少年焦虑的风险因素与保护因素，以理解新冠疫情对 6 周岁至 17 周岁儿童青少年心理健康的潜在影响。方法：本系统性综述与元分析研究已在 PROSPERO 平台注册（注册号：CRD42022316746），系统地搜索了包括 Web of Science、MEDLINE、中国知网等 8 个数据库，筛选程序遵从 PRISMA 指南，对 53 项研究（ $N=69,207$ ）进行了数据提取与元分析。结果：在新冠疫情背景下，儿童与青少年的焦虑表现出年龄与性别差异（年龄越大焦虑越小： $OR = 0.86, 95\%CI: 0.81-0.91, p < 0.001$ ；男性焦虑比女性低： $OR = 0.69, 95\%CI = 0.61-0.78, p < 0.001$ ）差异，在新冠疫情前患有心理障碍（ $OR = 5.44, 95\%CI: 1.11-26.66, p = 0.037$ ）、新冠疫情中暴露程度更高（ OR

= 1.31, 95%CI: 1.16-1.48, $p < 0.001$)、感受到更多来自新冠疫情压力 (OR = 2.50, 95%CI: 1.75-3.57, $p < 0.001$) 的儿童与青少年表现出更高的焦虑水平, 此外, 养育者的压力水平 (OR = 2.04, 95%CI: 1.60-2.62, $p < 0.001$) 与不健康行为 (OR = 1.78, 95%CI: 1.27-2.50, $p = 0.001$) 也是风险因素。儿童青少年主观幸福感 (OR = 0.19, 95%CI: 0.14-0.27, $p < 0.001$)、身体状况 (OR = 0.61, 95%CI: 0.51-0.72, $p < 0.001$)、养育者的主观幸福感 (OR = 0.34, 95%CI: 0.28-0.41, $p < 0.001$) 则是保护性因素。结论: 新冠疫情给儿童与青少年的心理健康带来了挑战, 本研究为心理健康服务与政策制定提供了启示。

关键词: 新冠肺炎疫情; 儿童; 青少年; 焦虑; 元分析

重大公共卫生事件背景下藏族聚居区青少年的心理健康服务需求

程科[□] 陈勇[□]

□西南民族大学教育学与心理学学院

□西南民族大学学生工作部(处)

新冠肺炎疫情防控期间, 青少年的生活秩序被打乱, 居家生活、网课的单调性, 与父母的冲突和大量的疫情信息等, 对青少年心理行为产生了深远影响。了解藏族聚居区青少年的心理服务主观需求, 能够为藏族聚居区开展心理健康服务提供实证依据, 对于推进当地社会心理服务体系建设也有重要意义。采用青少年心理健康服务需求调查问卷对西藏、青海、四川三省藏族聚居区 16 所中学的 4103 名学生进行调查。结果表明: 藏族聚居区青少年有较强的心理健康服务需求, 排前三位的是: 服务内容、服务态度和非专业服务; 86.4% 的青少年希望有固定的机构提供心理健康服务, 首选机构为学校心理中心, 其次是医院; 不同性别、民族、年级、家庭环境以及来自不同区域的青少年对心理健康服务的需求也有所不同。藏族聚居区应积极构建“家-校-社区”心理健康服务体系, 健全学校心理健康服务体系, 拓展家-校-社合作, 提升非专业服务质量, 在重大公共卫生事件背景下有效推进青少年的心理复原和心理成长。

关键词: 藏族聚居区; 青少年; 心理健康服务需求; 重大公共卫生事件

童年性虐待与抑郁的关系: 羞耻感和孤独感的中介作用

刘艳 叶莹莹 亓军军 周宵 (通讯作者)

浙江大学心理与行为科学系 psyzx@zju.edu.cn

背景: 作为全球性公共卫生问题, 童年性虐待经历与抑郁的关系一直是研究热点, 也是儿童保护与心理健康发展的关键议题。童年性虐待导致抑郁还是属于

心理病理学发展中的非特异性因素，仍然存在争议。依据内射理论与创伤动力理论，当儿童被成人以高度污名与去主体化的方式对待后，儿童会内化为负面自我意识。这些内在过程进而被主体体验为羞耻感。为了减少痛苦，个体会进一步产生回避的应对策略，表现为孤独感和抑郁，形成性虐待创伤的负面循环，引发受害者的低求助动机与治疗中的阻抗。因此，无论从儿童保护与健康发展，还是临床筛查与干预的角度，我们都有必要探究羞耻感和孤独感在童年性虐待与抑郁之间的作用机制。

方法：采用儿童期创伤问卷、羞耻感量表、孤独感量表、儿童抑郁量表，面向 5013 名中学生开展问卷调查。剔除回答率不足 60% 的问卷，最终收回有效问卷 4976 份。其中，经历过性虐待并达到临界值（性虐待得分 ≥ 8 分）的被试共有 227 名。

结果：儿童期性虐待对抑郁的正向预测作用不显著。性虐待可以分别通过内在羞耻和纯孤独感间接地正向预测抑郁，也可以通过外在羞耻经由纯孤独感的多重中介作用来正向预测抑郁。

结论：本研究发现羞耻感和纯孤独感在儿童期性虐待影响抑郁过程中的中介作用显著。并且，本研究通过区分作为自我意识情绪的内在羞耻与作为社交意识情绪的外在羞耻，进一步探索童年性虐待预测抑郁的中介机制。有童年性虐待经历者回避负面自体感，产生内在羞耻和孤独感，进而产生抑郁症状。只是担心他人评价的社交耻感不一定引发抑郁反应，只有这种外在羞耻感引发孤独感，才会导致抑郁。这一结论提醒我们四点，第一，积极建设童年受虐儿童的社会庇护机制，全力减少污名化与否认；第二，在临床抑郁干预中筛查童年受虐经历的必要性；第三，区别有童年性虐待史的抑郁干预工与无童年性虐待史的抑郁干预，前者需要重点识别与干预羞耻感带来的阻抗，接纳并理解其防御功能；第四，可以从孤独感介入，协助个体增加社会支持，中断导致抑郁的创伤负面循环。

关键词：童年性虐待；羞耻感；孤独感；抑郁

分组报告 A3：青少年情绪问题研究

自我调控理论框架下的促进取向与预防取向如何预测高中生的情绪适应

李昭暄 王茜

香港中文大学心理学系

当代中国文化背景下的心理治疗，既植根于本土理论，也借鉴西方理论。本研究在源自西方的自我调控理论框架下(self-regulatory focus theory; 参见 Higgins, 1997)，探究促进取向(promotion focus)与预防取向(prevention focus)如何预测中国高中生的情绪适应。来自西南地区一所城镇中学的 581 名高一学生在相隔 4 个月的两个时间点，分别填写了一份问卷，自我报告本人的心理调控取向和情绪适应（以生活满意度、自尊和积极情绪体验为指标的情绪健康，与以抑郁症状和消极情绪体验为指标的情绪失调）。在考虑了学生本人的年龄和性别以及学生父母的受教育程度之后发现，促进取向越高的学生，其 4 个月后的情绪健康水平越高，情绪失调水平越低；与此相反，预防取向越高的学生，其 4 个月后的情绪健康水平越低，情绪失调水平越高。上述结果与已有发现一致（如小学生的促进取向与其生活满意度呈正相关，而预防取向与其生活满意度呈负相关；参见邸妙词等，2015）。由于本研究考察了情绪适应的多个方面并进行了预测分析，这些结果更有力地表明，促进取向或有益，而预防取向或有碍青少年的心理成长。研究显示，偏重避免“坏事”而非必争“好事”的传统中国文化观念或已改变。因此，如何引导和培养青少年的自我调控取向，在当前的心理治疗实践中值得关注。

关键词：自我调控理论；促进取向；预防取向；高中生情绪适应；当代中国文化

深港两地初中生家长自身情绪状况及其对子女积极情绪之反应方式初探

王茜 邱方倩

香港中文大学心理学系

大湾区融合背景下，深港交流日益频繁深入。了解两地家长在教养方式上的异同，可为学生和家長良好适应跨境学习与生活，以及两地学校老师和心理咨询专业人士与学生和家長有效沟通提供参考。本研究邀请 757 名来自深圳、351 名来自香港的初一学生及其母亲填写问卷。学生报告日常生活中母亲对其积极情绪的强化（比如当孩子收到礼物很开心时，倾听孩子讲关于这个礼物的事）与淡化

反应（比如当孩子考试取得好成绩很兴奋时，提醒孩子更艰巨的学习任务）；母亲报告过去一个月里自己体验积极（如高兴）与消极情绪（如焦虑）的频繁程度。根据学生报告，来自深圳的母亲比来自香港的母亲对孩子的积极情绪采取相对更多强化反应、更少淡化反应；根据家长自我报告，来自深圳的母亲比来自香港的母亲有相对更多积极情绪体验、更少消极情绪体验。分析发现，母亲自身积极情绪体验越多，对孩子的积极情绪采取强化反应越多；母亲自身消极情绪体验越多，对孩子的积极情绪采取强化反应越少、淡化反应越多。已有研究表明，家长对孩子的积极情绪采取强化而非淡化反应更有益孩子的心理健康，本研究结果提示家长更多关注自身情绪体验，从而优化教养方式。香港家长逊于深圳家长的情绪体验值得进一步探究。

关键词：初中生；积极情绪；消极情绪；强化反应；淡化反应

青少年家庭感知与负面情绪的关系：一项经验取样研究

熊纷，梁贺婷，张琳

华中师范大学

背景：大量研究表明研究青少年的家庭感知与青少年的负面情绪之间存在显著的相关关系。以往的相关研究主要集中在个体内水平的青少年家庭感知与负面情绪之间的关系上，较少考虑到个体间的影响因素。

方法：本研究采用前瞻性设计，通过使用经验取样法 (ESM) 来检验青少年家庭感知及其日常情绪体验的个体内差异，同时考虑到外化的跨层调节作用。通过一项经验抽样研究，对武汉某所中学的 208 位中学生进行追踪调查。在 14 天的研究过程中，每个参与者需要完成关于他们的家庭感知、外化和情绪的调查报告，以获取每日家庭感知和每日情绪状态的相关数据。

结果：（1）青少年每日家庭感知中的部分水平与青少年的每日消极情绪显著相关。青少年的家庭压力感知正向预测了青少年的日常消极情绪。同时，青少年对家庭的消极体验也正向预测了他们的每日消极情绪。（2）青少年的外化水平在青少年“家庭的消极体验—负面情绪”的联系中发挥调节作用。

结论：研究结果加深了对中国青少年家庭感知与情绪体验之间的理解，并揭示了外化在这种关系中的作用。

关键词：青少年；经验取样法；家庭；情绪；内化

表达性写作对高考前考试焦虑的效果检验与机制探寻：整群随机对照试验

范佳仪^{1#} 罗焱丰^{1#} 何颖¹ 余昱昕¹ 臧寅垠¹（通讯作者）

1 北京大学心理与认知科学学院和行为与心理健康北京市重点实验室

背景：面临重要考试时，考试焦虑会对学业效能和实际表现产生负面影响。虽有研究表明表达性写作可降低考试焦虑，但在高风险考试中的实际效果仍缺乏实证支持。因此，本研究旨在探讨表达性写作对高考前考试焦虑的干预效果及其起效机制。

方法：本研究为整群随机对照试验，将某高中高三学生基于班级随机分为表达性写作组（n = 331）和对照组（n=330）。干预连续三天，每次持续 20 分钟。实验组写下对考试的想法和感受，对照组则客观记录当天经历。研究在 5 个时间点（基线，两次写作后，干预后，15 天追踪）收集参与者考试焦虑等相关指标，并通过多层线性模型和调节分析分别探讨表达性写作对考试焦虑的干预效果及起效机制。

结果：分析表明，表达性写作能显著降低参与者考试焦虑，且效果持续至追踪时期。实验组学业效能感提升幅度显著更大。心理弹性、社会支持、主观幸福感和生命意义感更低、失眠更严重的参与者从表达性写作中受益则更多。

讨论：本研究为表达性写作对高考前考试焦虑的干预效果提供了实证支持，表明表达性写作可提升参与者应对高风险考试的能力。此外，本研究还揭示了表达性写作的起效机制。但本研究未发现表达性写作对参与者学业表现的影响，后续可以就此进行探索。

关键词：表达性写作；考试焦虑；高考；多层线性模型；中介

悲悯心训练在中国大学生和高中生群体中的研究与应用

郭明春¹ 张书帙² 王萍¹ 顾蕾¹ 孙凤¹ 秦浩文¹ 刘奥博¹ 卓瑾¹

¹ 福建师范大学心理学院

² 福建医科大学健康学院

通讯作者：郭明春，mingchun.guo@foxmail.com

悲悯聚焦疗法（CFT: Compassion-focused therapy）是英国心理学家 Paul Gilbert 创立的心理治疗方法，致力于培养个体对自我和他人的悲悯，进而改善其心理病理症状，提升心理健康水平。悲悯心训练（CMT: Compassionate Mind Training）是 CFT 在团体中的应用。西方的研究已经证实了 CMT 的良好效果，但还缺乏国内对此方法的应用和研究。因此，我们采用随机控制试验的方法开展

了6项研究，评估了CMT对中国大学生和高中生的干预效果，并将其与认知行为疗法进行整合，应用于改善大学生的考试焦虑、社交焦虑和提升亲密关系满意度。研究表明：（1）CMT显著提高了大学生的正念水平，减少了大学生的自我批评，提升了他们的总体幸福感。（2）CMT能显著改善高中生的自我批评、悲悯恐惧以及心理病理症状，并能有效提升高中生的自我悲悯水平。（3）整合CMT的团体认知行为干预不仅能显著减少大学生的社交焦虑、考试焦虑，提升大学生的亲密关系满意度，还能有效减少大学生的自我批评和羞耻感，显著改善抑郁、焦虑、压力等心理病理症状，提升大学生的主观幸福感。总体而言，CMT能有效改善提升中国大学生和高中生的心理健康水平，与CBT的整合还能有效处理多种心理健康问题，因此值得在我国进行深入研究和推广。

关键词：悲悯心训练；心理健康；大学生；高中生

分组报告 A4：心理干预的个案与质性研究

运用 CBT 对一例强迫障碍的 12 次心理咨询报告

叶长春^{1,2} 周爱保¹

¹ 西北师范大学心理学院

² 青海民族大学心理健康教育中心

个案为一例门诊建议的药物辅助心理咨询，依据认知行为治疗（Cognitive Behavioral Therapy, CBT）理论，解决个体当前的心理问题，矫正功能不良的认知和行为。来访者，女，33 岁，已婚。自 11 岁起出现强迫仪式行为，与“死亡”相关。因强迫行为、强迫思维痛苦，疫情导致加重，严重影响工作、生活。评估与门诊强迫障碍诊断一致。个案概念化：起因：自幼父母分居，11 岁时同学父亲因意外突然去世，自此极度担心父亲并出现仪式行为以求父亲平安。核心信念：“世界/环境是不安全的”“他人是危险的”“我是很可能会因为意外而被抛弃的”。中间信念：态度“死亡特别可怕，也不可控”，规则“我必须保证万无一失才行”，假设“如果我没有做好一些事，就肯定会发生意外”。自动思维：意外发生后的场景及灾难化后果。宏观概念化：易感因素为创伤性的成长经历，诱发因素为疫情，维持因素为适应不良的认知，保护因素为良好的受教育背景及较好的心理学领悟能力。咨询计划：建立咨询关系、收集信息、制定咨询目标及计划、个案概念化（认知调节）、暴露练习及家庭作业（行为调节）、保持阶段。反思启示：结构化过强的咨询模式较难为来访者创设自由和保护的空间从而易引起阻抗，避免生硬将 CBT 用作公式。

关键词：强迫障碍；认知行为治疗；个案概念化

处理家庭暴力(配偶)个案的困难与挑战

蔡文虹

澳门政府部门

澳门早于 1994 年颁布家庭政策纲要法，确立了政府和民间相关的家庭服务机构，支持有需要的困难家庭，以维持正常的家庭运作。

随着社会经济和文化的变化，家庭问题并不局限于经济或其他生活支持的需要，家庭成员间的暴力(配偶、儿童及长者)行为时有发生。在过去受着文化的影响，尤其家暴配偶个案，受害人往往将家暴行为以家丑不外扬的心态成为了家庭秘密，长久之下对家庭成员的影响可以既广又深，在关注团体的倡导下，澳门特别行政区第 2/2016 号法律-预防及打击家庭暴力法，于 2016 年 10 月 5 日生效，

法律生效后，无论是举报个案的数字、机构间的合作及家庭暴力相关的培训等，都成为了一时的关注主题。

作者就有关本澳法律生效前后各不同范畴和职能单位之间的合作情况、分工与运作的变化，以及受害人和施暴者的特征、处境与需要等作分享。作者总结过往的工作经验，如何走近受害人和施暴者的内在处境与需要，如何与受害人建立信任关系、如何在危机情境下与受害人同行等作经验分享。

关键词：家庭暴力；政府部门；受害人；施暴者

国人幸福感的质性研究：个体与世界的交互

胡琬琰（北京大学心理与认知科学学院）

贾夕涵（阿姆斯特丹自由大学行为与运动科学学院）

谢燮（伦敦大学学院脑科学学院心理学与语言科学部）

臧寅垠（北京大学心理与认知科学学院）

背景：随着积极心理学的兴起，我国对幸福感的研究逐渐增多。然而，目前的研究主要采用西方开发的量表和横断面调查，且研究人群主要集中在大学生群体，使得该领域的成果受限于西方幸福感框架，缺乏基于我国文化和社会的深入探索。当下积极心理学的第三波浪潮鼓励非西方民族心理学拓宽和突破西方的思维方式和对世界的理解。因此，本研究通过质性研究方法探索不同社会经济地位和年龄的中国人对幸福的理解。

方法：使用目的抽样的方法，对 43 位不同年龄（M=45.78 岁，范围：23-81）和不同社会经济地位的成年人进行了访谈，并进行主题分析。

结果：本研究发现了幸福的七个主题：环境与社会、清醒、务实、能力、意义、体验和关系。与西方结论不同，中国人从与环境和社会的互动中获得幸福感，这一互动分为三条路径：第一条路径描述了一个人如何处理现实世界对其施加的影响，包括清醒、务实和能力；第二条道路说明了人们如何从外部世界获得幸福，包括意义和体验；第三条道路兼具付出与获得属性：关系主题涉及获得他人支持，并为他人的幸福做出贡献。

结论：本研究扩大了积极心理学的研究人群，提供了一个综合性的理论框架，整合了不同的西方幸福感框架，并揭示了中国人对于幸福感的独特理解。

关键词：幸福感；质性研究；本土化

常识与科学的鸿沟：大学生对社交焦虑及干预的知识和态度的质性研究

唐信峰^{1*} 邓嘉琪¹ 宋亦江^{1,2}

¹中国人民大学心理学院;²中国人民大学商学院;

目的:随着“社恐”一词在网络上的流行,社交焦虑越来越引起人们的重视。不少大学生存在社交焦虑且程度较高,但其心理健康素养水平并不乐观。本研究对大学生社交焦虑知识和态度进行了质性探索。

方法:我们对21名在《社交恐怖症量表》得分在43分以上的大学生进行了质性访谈,并采用主题分析进行资料分析。

结果:研究有以下发现:①对社交焦虑的认识:绝大多数同学对“社恐”的“社交焦虑”概念的异同存在较大分歧;②对社交焦虑流行率的估计:远大于真实数据;③社交焦虑的成因:大多数人认为是性格原因或性格问题;④对心理干预的了解:他们知道心理咨询可能有效,但基本上不知道咨询会如何开展,大多数人只认为咨询只是提供一些原因分析和鼓励;⑤求助意愿:他们大多数没有迫切改善的意愿,他们认为这是很正常的现象,或者会优先寻求亲朋好友的帮助或估计自己多参加活动,还有一个原因是缺乏对专业心理干预的了解。

结论:即使是正在接受高等教育的社交焦虑大学生,对社交焦虑认识还不够准确,凸显了常识与科学之间的鸿沟。因此,研究人员和实务工作者需要大力普及关于社交焦虑的心理健康知识。

关键词:大学生;社交焦虑;认识与态度

一次单元心理辅导个案研究——陷入人际关系泥潭的学生

刘婧

四川冠华教育科技有限公司

本案例探讨了一位身心处于急速发展的中学生被卷入关系中无力应对的困境中,在运用一次单元心理咨询技术后,学生的情绪得到缓解,与朋友关系得到改善的案例。咨询过程分为建立关系、了解状态、应对方式、心理教育和总结咨询五个阶段:在与学生建立良好的关系后,充分倾听并了解学生当下遇到的困难;根据学生描述的状况进行评估,排除危机风险后了解学生所遇难题对其学习、生活和社交等方面的影响以及学生长期以来的应对方式;从众多议题中聚焦于学生在关系中的自我表达方面,在与其充分探讨让学生有所领悟后,帮助学生学习新的应对方式,通过练习和行动改变在生活中积累正向反馈,逐渐建立自我和自信。本案例聚焦于对于学生来说较为容易处理和解决的“微小”议题,以小搏大,通过实际行动改变让学生积累正向反馈,从而提升其在人际交往中的自信,以此探讨一次单元心理咨询技术的可行性和价值。

关键词:心理咨询;一次单元心理咨询技术;中学生

分组报告 A5：焦虑、抑郁的心理干预研究

群体如何形成抑郁症消极刻板印象共识？——基于共享现实的理论视角

臧慧琳，李强，朱贞洁，翟宏堃，王玉钰

(南开大学周恩来政府管理学院，天津 300450)

人们在沟通中根据受众这一沟通对象对某个话题的态度来调整自己的信息表达，该现象被称为受众调节效应。受众调节效应进一步影响记忆，当个体形成偏向受众态度的记忆偏差时，个体与受众便创造了关于某个话题的共享现实。本研究基于共享现实理论，采用共享即相信实验范式，在人际沟通情境下探究抑郁症消极刻板印象的受众调节效应及其对记忆的影响。结果发现：(1)被试会根据受众对抑郁症个体的态度来调整对抑郁症个体的描述和记忆，在受众态度积极(或消极)时，被试会更积极(或消极)地描述和回忆抑郁症个体；(2)相较于抑郁症中性刻板印象信息，受众消极态度会放大抑郁症消极刻板印象信息的负向描述偏差和负向记忆偏差。这些发现揭示了人际沟通中的受众态度在抑郁症消极刻板印象的共享现实建构中发挥重要作用。

关键词：抑郁症；消极刻板印象；共享现实；受众调节效应

自信心提升心理日记法改善大学生社交焦虑：评价恐惧的中介作用

彭梓轩 余萌（通讯作者）

中山大学心理学系

背景：社交焦虑个体会恐惧来自他人的负面和正面评价，而自信心高的人对自我持肯定态度和积极认知倾向，本研究旨在验证评价恐惧在自信心和社交焦虑之间的中介作用。方法：研究一招募了 353 名大学生(男 56.1%)进行线上问卷调查。研究二招募了 75 名高社交焦虑大学生，对其进行为期一周的、提高自信心并改善社交焦虑的心理日记线上干预。其中，干预组 38 名，等待对照组 37 名。结果：研究一发现，大学生的负面和正面评价恐惧在自信心和社交焦虑之间起部分中介效应，总中介效应占比 54%。研究二发现，心理日记显著提升了干预组的自信心($F=5.569$, $P=0.021$, 偏 $\eta^2=0.071$)并帮助缓解了其社交焦虑($F=3.289$, $P=0.074$, 偏 $\eta^2=0.043$)。但是，一周的心理日记干预并没有帮助减轻负面($F=0.057$, $P=0.812$, 偏 $\eta^2=0.001$)和正面评价恐惧($F=0.025$, $P=0.875$, 偏 $\eta^2=0.000$)。此外，自信心变化率对社交焦虑变化率有直接影响($\beta=-0.3547$, $P=0.059$)，但正面和负面评价恐惧的变化率未起到中介作用。结论：负面和正面评价恐惧在自信心和社

交焦虑之间起部分中介作用。未来研究可进一步改进心理日记方案，并结合其他干预手段，来强化和提升干预效果。

关键词：大学生社交焦虑；自信心；负面评价恐惧；正面评价恐惧；心理日记干预

线上社交焦虑量表的编制

严小羽^{1,2}，李洁¹，刘佳琦¹，罗鉴煜¹，余萌³，唐信峰¹（通讯作者）

¹中国人民大学心理学院；²中国人民大学哲学院；³中山大学心理学系

背景：过去十多年间线上社交互动越来越常见和频繁，而线上社交互动所引起的焦虑值得研究者的关注与干预。本研究参照《Liebowitz 社交焦虑量表》的形式，编制了《线上社交焦虑量表》，用于评估个体在不同线上社交情境中的焦虑和回避程度。

方法：我们对 31 位有明显社交焦虑的大学生开展半结构式访谈，形成初始项目池。接着收集了 798 名大学生的问卷，对其中 399 名中国大学生预测问卷的数据进行项目删减和探索性因素分析，对另外 399 名大学生的数据进行验证性因素分析和信效度检验。

结果：线上社交焦虑量表共 23 个项目，包括六个维度：观点表达场景、他人注意场景、社交互动场景、私人信息分享场景、视频沟通场景和群体互动场景。量表的 Cronbach's α 系数为 0.95，其中焦虑分量表的 Cronbach's α 系数是 0.92，各维度的 Cronbach's α 系数分别为 0.83、0.82、0.83、0.74、0.78、0.80；回避分量表的 Cronbach's α 系数是 0.89，各维度的 Cronbach's α 系数分别是 0.75、0.79、0.79、0.68、0.73、0.79，信度指标可接受。问卷的内容效度、结构效度（焦虑分量表 $\chi^2/df=2.483$ ，RMSEA=0.061，CFI=0.922，IFI=0.923，TLI=0.909；回避分量表 $\chi^2/df=2.237$ ，RMSEA=0.056，CFI=0.915，IFI=0.916，TLI=0.900）、聚合效度和区分效度良好。

结论：线上社交焦虑问卷各项指标均达到心理测量学要求，可以有效测量个体的线上社交焦虑。

关键词：线上社交焦虑；量表编制；焦虑情绪；回避行为

痛苦耐受度中介正念干预对焦虑抑郁的缓解效果：两项随机对照研究

李燕娟¹ 贺梦瑶¹ Stefan G. Hofmann² 刘兴华¹(通讯作者)

1 北京大学心理与认知科学学院

2 临床心理学系, Philipps 大学马尔堡分校

通讯作者 Email: Xinghua_liu@pku.edu.cn

目的: 本研究旨在系统地探究痛苦耐受度是否作为正念干预缓解焦虑和抑郁的中介因素。方法: 本研究进行了两项随机对照试验。研究一招募了 374 名情绪困扰参与者, 将其随机分配到干预组 (N = 174) 和等待对照组 (N = 173)。在干预前、第 3 周、第 5 周和干预后测量正念、痛苦耐受度、焦虑和抑郁。研究二招募了 82 名情绪障碍患者, 将其随机分配到干预组 (N = 41) 和常规治疗对照组 (N = 41)。同样的变量在干预前、干预期间每周结束后和干预后进行测量。结果: 两项研究中结果都发现, 线性混合效应模型显示, 与对照组相比, 干预组的正念、痛苦耐受度、焦虑和抑郁显著改善。平行过程潜在增长曲线模型表明, 痛苦耐受度的变化中介了正念干预对焦虑和抑郁变化的影响。干预第 3 或第 4 周的痛苦耐受度的变化可以预测干预后焦虑和抑郁的变化。最后, 痛苦耐受度的显著变化被发现在时间上优先于抑郁 (具有确定性证据) 和焦虑 (部分证据) 的变化。结论: 基于实验操纵、强相关和时间上优先的中介成立标准, 我们能得出痛苦耐受度中介正念干预对焦虑和抑郁的缓解效果的结论。

关键词: 正念干预; 痛苦耐受度; 焦虑; 抑郁; 中介

青少年情绪障碍统一治疗方案缓解抑郁焦虑的效果: 一项元分析

张彬, 杨清怡, 邹颖敏, 邹颖敏 (通讯作者, Email:

zouym7@mail.sysu.edu.cn)

中山大学心理学系

青少年重性抑郁障碍和焦虑障碍有一定的共病概率, 近些年, 基于抑郁焦虑共享的易感和维持因素, 研究者发展出青少年情绪障碍统一治疗方案, 为治疗青少年抑郁焦虑提供了新的视角。大部分研究结果显示, 统一治疗方案能够改善青少年抑郁或焦虑症状, 但是仍有小部分研究未发现显著的疗效, 当前, 该方案的效果尚未明确。本研究运用元分析方法, 以青少年焦虑和抑郁为结果变量, 考察青少年情绪障碍跨诊断统一治疗方案的干预效果, 并考察被试特征、干预特征和对照组类型 3 个方面对效果的调节作用。通过数据库检索与筛选, 本研究纳入随机对照研究 3 项, 非对照研究 6 项, 共 9 项。结果发现, 非对照研究中, 干预在非对照研究中表现出显著的焦虑 ($g = 0.56$) 的中等效应量和抑郁 ($g = 0.40$) 的小效应量; 而在随机对照研究中效果不显著。亚组分析结果表明: 青少年统一治疗方案的干预效果受研究国家的影响。后续研究应进一步在青少年情绪障碍统一治疗方案研究的研究质量的提升、国家背景文化的结合及其他调节变量的探索上作改

进, 以提升干预效益。

关键词: 青少年情绪障碍统一治疗方案; 青少年; 焦虑; 抑郁; 元分析

分组报告 A6: 老年心理健康研究

咨询师如何体验与老年来访者的工作? ——老年心理咨询过程-效果研究

黄慧仙

华中师范大学

在未来的 10-20 年里, 已经建成全面小康社会的中国将面临人口老龄化高峰, “有钱、有闲、有痛苦”的老年人将越来越多。然而, 研究显示不少咨询师对老年人存在专业偏见或不愿意接待老年来访者, 对他们的可治疗性、改变和发展的潜力存疑。

对此, 本研究基于 15 名咨询师的半结构化访谈, 通过建构主义扎根理论的方法对咨询师眼中的老年来访者和老年咨询进行质化探索。在进行了不断螺旋式上升的编码过程后, 研究者建构了三个基于轴心编码的理论模型图: 咨询师眼中的老年来访意象模型 1、咨询师的意象-策略选择模型 2、咨访双方态度-效果关联模型 3, 最后基于这三个模型进一步上升为抽象程度最高的老年咨询过程-效果模型, 由此展现了咨询师主观建构视角下老年咨询的动态演变过程及过程中的影响要素。

我们的发现首次为中国心理咨询师如何体验和感知他们与老年来访的工作提供了深入、全面的视角, 显示了国内咨询师对老年来访者的偏见或刻板印象觉察和探讨不足, 某种程度上反映了当前中国老年咨询的实践现状。基于老年咨询与青少年、青中年咨询鲜明的差异以及老年咨询需求的上升趋势, 我们倡导有关部门开展老年咨询专业培训, 推动老年咨询尽快纳入社保体系。

关键词: 心理咨询师; 老年来访者; 年龄; 心理咨询过程-效果研究; 建构主义扎根理论

轻度认知障碍老年人的共情特征与抑郁

庞芳芳^{1,2} 乔新宇¹ 官锐园^{1,†}

1. 北京大学医学人文学院医学心理学系

2. 中国消防救援学院政治工作系

† 通信作者, E-mail: guanry@bjmu.edu.cn

近年来, 共情在神经认知障碍领域获得了大量关注, 被认为是阿尔茨海默病

(AD)的潜在核心诊断标准之一，但 AD 临床前期的轻度认知障碍(MCI)老年人其共情改变特征尚无定论。本文设计了两个研究部分，分别从问卷自评和行为范式的角度，考察轻度认知障碍老年人的共情特征。

研究 1 通过方便取样，招募北京市某社区老年人作为研究对象，采用蒙特利尔认知评估量表将被试划分为 MCI 组(n=106)和健康对照(HC)组(n=107)，卡方检验提示：两组被试在基本人口学信息上均无显著差异。之后通过人际反应指数量表(IRI)比较了 MCI 组和 HC 组的自评共情能力，结果发现：①社区老年人的个人痛苦与抑郁正相关；②与 HC 组相比，MCI 组老年人共情关注得分显著下降，个人痛苦得分显著升高。研究 2 通过多维共情测试(MET)实验范式，进一步比较了 MCI 组(n=106)和 HC 组(n=107)老年人对于积极和消极情绪的行为共情，结果显示：①社区老年人的积极情绪共情与抑郁负相关；②MCI 组老年人认知共情得分显著下降；③并且 MCI 组老年人的积极情绪共情得分也显著下降。综上所述，本研究发现 MCI 老年人的认知共情和积极情绪共情受损，为将来从共情视角开发 AD 的早期筛查工具提供了一定的证据基础。

关键词：轻度认知障碍；老年人；抑郁；共情

祖辈在隔代抚育中的自我牺牲综述

程雯婧 朱佳佳 沈逸飞

北京师范大学珠海校区

目前老龄化形势日益严峻，在庞大的老年人群中，超过半数有照看孙辈的经验，隔代抚育越发普遍。有学者发现，祖辈在照看孙辈时会做出很多牺牲，这些牺牲或许是不被他人或者祖父母本人所注意和重视的，而这可能是威胁祖父母心理健康的因素之一。本综述主要探讨了过往研究里中老年人在隔代抚育中做出的牺牲，从其类型、动机及其影响等方面展开，我们将过去研究中的隔代抚育牺牲进行分类，并展开讨论祖父母做出牺牲的动机、影响，整理了祖父母牺牲相关量表，最后对该方面的未来研究取向进行展望。引入该方面的研究，有助于我们更深入地理解隔代抚养对老年人的意义和老年群体的心理，促进老年人身心健康和晚年幸福，协同大湾区心理健康服务发展。

关键词：隔代抚育；自我牺牲；老年人心理健康

农村地区敬老院孤寡老人心理健康的社会网络干预

付琳¹ 陈雅茹^{2,3} 于菲菲^{2,3} 胡婷³ 刘正奎^{3,*}

¹ 北京工业大学 文法学部/北京社会管理研究基地

² 中国科学院大学

³ 中国科学院心理研究所 心理健康重点实验室

* 通信作者: 刘正奎 liuzk@psych.ac.cn

目的: 社会网络干预侧重“人在情境中”, 旨在通过改变包含个体在内的微观环境来干预心理和行为; 孤寡老人往往极度缺乏社会支持, 具有较高的心理健康风险; 本研究旨在考察社会网络干预, 是否可通过促进老人之间的交往, 构建支持网络, 从而提升心理健康。

方法: 采用方便取样选取安徽省合肥市肥东县的某两家敬老院, 其一为干预组, 参与连续三周的心理健康服务(干预设计旨在帮助老人构建同伴支持网络); 另一为对照组, 不进行实验处理。干预前后对两组老人进行心理健康调查, 包括抑郁焦虑、社会支持、认知障碍、慢性病及基本人口学信息等, 同时参与前后测的老人共 38 位(干预组 20 人)。干预后对敬老院工作人员进行半结构化访谈, 了解干预组老人们的行为和心理变化。

结果: 量化分析结果显示, 干预组老年人在干预后的抑郁水平显著降低。质性访谈印证了这一结果, 老人在干预后获得了更多积极情绪、减少了消极情绪, 个别老人的睡眠质量明显改善, 大多老人对每一次干预活动抱有期待; 老年人之间的社会交往明显增多, 老人被关注的需求逐渐显现, 社交意愿有所增强, 随意社交行为有所增多, 内心社交意愿逐渐萌发。

结论: 社会网络干预在一定程度上有效地提升孤寡老人的情绪, 促进社会交往、改善老年心理健康。本研究为社会网络干预提供了研究证据, 社会网络干预设计与实施为心理工作实践者提供了新视角与思路, 具有理论和实践意义。

关键词: 心理健康; 社会网络干预; 孤寡老人; 抑郁

中国老年人的个体真实性主观建构及其追求过程

方青 朱佳佳 赵艺桐

北京师范大学心理学部

为了解中国老年人对个体真实性的主观建构以及追求过程, 访谈中国大陆 18 名 50-88 岁老年人(其中 3 名未满 60 岁, 但均已退休), 运用扎根理论对访谈资料进行三级编码。结果发现, 中国老年人对真实性的主观建构包括自我导向、兼顾自我-他人导向、他人/责任导向; 促进和阻碍老年人个体真实性的因素有社会环境因素、个体心理因素、生物发展因素; 中国老年人对真实性有追求真实、避免不真实、妥协真实、平衡真实、顺其自然五种动机形式, 有无控制、次级控制和初级控制追求真实性的策略; 真实以及不真实分别会带来积极结果和消极结果。

关键词：老年人；个体真实性；主观建构；追求过程；扎根理论

分组报告 A7：咨询与督导相关研究

AI 聊天机器人在线心理支持的帮助性与阻碍性因素研究——基于来访者视角

蒋婧英¹ 唐雨彤¹ 赵嘉路*

(¹北京师范大学心理学部 *清华大学学生心理发展指导中心)

目的：本研究从来访者的视角出发，探索人工智能(Artificial Intelligence, AI)聊天机器人在线心理支持过程中的帮助性因素与阻碍性因素，揭示 AI 聊天机器人在线心理支持中独特的价值。方法：本研究对 8 名使用过 AI 聊天机器人在线心理支持的来访者，采用人际历程研究方法 (IPR, Interpersonal Process Recall) 进行访谈，并对资料内容主题分析。结果：AI 聊天机器人在线心理支持的一般帮助性因素有 10 种，分别为获得自我新视角、增强自我联结、促进问题解决、被赋能、自我接纳、被对方接纳、感到放松、产生积极期望、感到安全与信任、积极参与；AI 聊天机器人在线心理支持特有帮助性因素有 4 种，分别为匿名隐私环境、低人际负担、客观稳定、持续陪伴。AI 聊天机器人在线心理支持中一般阻碍性因素有 4 种，分别为感到脱节、丧失表达欲、缺乏指导、受到伤害。结论：AI 聊天机器人在线心理支持具有一般帮助性因素和特有帮助性因素，可以提供有效的心理支持；其阻碍性因素需要使用者引起关注。

关键词：AI 聊天机器人；在线心理支持；帮助性因素；阻碍性因素；来访者视角

面向实习咨询师基于 ESP 理论的人工智能辅助督导系统

丁 钟^{1,2}，刘振焘^{1,3}，刘陈陵^{1,2*}

(1.中国地质大学(武汉)心理科学与健康研究中心； 2.中国地质大学(武汉)教育研究院； 3.中国地质大学(武汉)自动化学院)

心理咨询督导是心理咨询师成长中不可或缺的关键一环。专家心理督导师供不应求，督导成本高昂，难以及时督导反馈等，已成为咨询师培养的一大难题。随着人工智能技术的发展，人工智能辅助的心理咨询督导有望缓解这一难题。传统人本主义督导理论强调同理心 (Empathy)、真诚 (Sincere) 和积极因素 (Positivity)，本文以人本主义督导理论 (ESP) 为基础，提出一个人工智能辅助督导系统。该系统主要包括三个模块：识别咨询过程中咨询师情感变化的“共情

E”模块；识别咨询过程中咨询师和来访者之间情感追随一致性的“真诚 S”模块；识别咨询过程中来访者表达中出现的积极因素的“积极性 P”模块。网络模型上采用深度神经网络辅助多任务学习，利用咨询数据对模型进行训练以提升系统判断准确率。本文研究的主要理论贡献在于：提出的模型是人工智能技术应用于心理咨询实践的大胆尝试，也为循证心理治疗提供了可能的评价标准。此外，利用提出的系统对实习咨询师咨询中的语音信息进行分析，能提供类督导的共情情感支持、基于情感追随的咨访关系评价和来访者积极因素挖掘，以帮助实习咨询师实现辅助督导。本文的研究有助于探索缓解督导短缺的尖锐矛盾的新方法。

关键词：临床咨询心理学；心理咨询督导；人工智能；语音情感计算；深度学习

中国文化背景下临床心理督导谦逊的结构及测量

张海乐^{1,2}，田瑞琪¹

(1.西南交通大学；2.哈尔滨工业大学)

背景：临床心理督导谦逊是影响督导有效性的重要变量，但此概念主要基于西方督导框架且缺乏实证支持。本研究探索我国受督导者眼中的督导谦逊结构并编制问卷，分析其信度和效度。方法：通过文献分析、深度访谈、问卷调查和专家评价形成问卷的理论构想，对 220 名受督导者进行项目分析和探索性因素分析，对 194 名受督导者进行信效度检验。选取领导者谦逊问卷及督导满意度量表（SSQ）作为效标效度工具。结果：督导谦逊问卷由督导师态度（5 项）、督导师行为（4 项）以及受督态度行为（4 项）3 个维度共 13 个项目组成，累计方差贡献率为 65.098%。问卷的内部一致性信度、分半信度及 4 周重测信度系数分别为 0.880、0.832、0.722；问卷总分与维度相关系数在 0.798-0.941 之间，维度间相关系数在 0.471-0.666 之间，呈中度相关。三因子探索性结构方程模型结果显示模型拟合良好（ $\chi^2/df=1.569<3$ ，GFI、CFI、IFI 均大于 0.9，RMSEA<0.06）；问卷与领导者谦逊问卷（ $r=0.740$ ）及 SSQ（ $r=0.614$ ）存在显著相关。结论：督导谦逊问卷具有较好的信度和效度，可作为评估中国受督导者督导谦逊的测量工具。

关键词：临床心理督导；督导谦逊；问卷编制；信度；效度

个体咨询情境下应用正念干预自杀意念：基于单被试实验的效果和可行性研究

徐少卿 太原学院教育系

李 波 北京理工大学人文学院

符仲芳 北京大学心理与认知科学学院

背景：已有自杀意念的正念干预研究多采用团体干预的形式，真实世界里，自杀意念多暴露于个体咨询情境下，但个体咨询中采用正念干预自杀意念的效果和可行性还缺乏 证据。方法：借鉴学者李波著作《正念第八天》作为干预措施，采用单被试实验 A-B-A 设计，筛选 2 名《自杀行为问卷》得分 ≥ 7 分的门诊患者参与实验。以单条目问卷对其自杀意念和心理痛苦连续测量 22-24 次，通过视觉分析和非重叠对占比，结合结构化书面访谈，分析干预措施的效果、安全性和接受度。结果：访谈结果显示被试对正念干预并无不安全的强烈消极体验，且感受到了“冷静”情绪、促进接纳和激发领悟等效果，对干预总体上是接受的。连续测量结果显示正念干预使 2 名被试的自杀意念在趋势上出现了由上升到下降的积极变化，其中 1 名被试出现了自杀意念和心理痛苦的分离。结论：个体咨询情境下，可借鉴《正念第八天》的结构和内容作为自杀意念的干预措施，未来需通过系统复制探究正念干预与自杀意念更为稳健的功能关系。

关键词：正念；自杀意念；单被试实验；可行性

以“地戏”为依托的心理剧在强制隔离戒毒中的应用及效果研究

冯建军 顾君 张学强 庄大勇 肖恒

(贵州省安顺强制隔离戒毒所)

帮助强制隔离戒毒人员(简称强戒人员)戒除毒瘾是一项复杂的系统工程，而心理矫治作为一种帮助强戒人员戒毒的手段，是指通过心理矫治技术，改变强戒人员的“知、情、意、行”，对于其戒断“心瘾”和顺利回归社会具有重要意义。非遗传统文化艺术“地戏”可以被融入表达性艺术治疗的心理矫治技术中，其能够提高心理矫治效率，为建立戒毒心理矫治的新长效机制提供了新的思路。本研究在强戒人员中选取干预组（接受地戏心理剧矫治）和对照组（接受传统心理矫治）各 30 名，以工作坊和地戏心理剧排演的形式对其进行干预。随后采用问卷调查在心理矫治前、中、后三个阶段采集强戒人员的心理健康和毒品心理依赖指标，以传统心理矫治作为比较基线，评估地戏心理剧矫治的效果并挖掘其相应的心理机制。结果表明，采用地戏心理剧矫治的强戒人员，其社会排斥、抑郁和复吸倾向水平显著下降，领悟社会支持水平显著上升。本研究证明地戏心理矫治新模式不仅可以帮助强戒人员改变消极情绪和行为，增强人际交往能力和自我调节能力，从而降低复吸倾向。而且为戒毒工作提供新思路，形成更为有效的矫治模式和实施策略，并有利于非遗传统文化艺术的保护和传承和拓宽表达性艺术治疗的研究和应用范围。

关键词：地戏心理剧；强制隔离戒毒；工作坊；戒毒心理矫治；融合范式

分组报告 A8：在线咨询与心理干预

线上自助正念干预缓解情绪困扰：不评判的中介作用

冷宇¹ 李燕娟¹ 刘兴华¹ (通讯作者)

1 北京大学心理与认知科学学院, 通讯作者 E-mail:

xinghua_liu@pku.edu.cn

背景：互联网自助的情绪困扰正念课程 (internet-based mindfulness intervention for emotional distress, iMIED) 是一套针对情绪困扰背后的跨诊断因素而设计的课程, 本研究旨在探明正念的五个维度中, 哪个维度对课程改善情绪困扰的贡献最大。

方法：线上招募具有情绪障碍的被试, 在收集其精神科诊断并通过访谈筛查后, 纳入 82 名被试; 将被试随机分为仅接受常规治疗 (TAU) 的组 ($n = 41$), 和包括常规治疗的 iMIED 组 ($n = 41$)。在治疗前(T0) 后 (T7) 以及干预期间 (T1 - T6), 采用五因素正念量表简版测量被试在五个正念维度上的水平、采用总体焦虑/抑郁水平及其干扰程度量表测量被试的焦虑/抑郁程度。

结果：方差分析的结果表明, 相比于 TAU 组, iMIED+TAU 组在干预后, 抑郁程度显著降低 ($\eta^2 = 0.20$), 焦虑程度降低但未达到显著水平, 正念的五个维度中, 观察、有觉知的行动和不评判的水平显著提高 ($\eta^2 = 0.19 - 0.27$); 简单效应分析的结果表明, 两组被试抑郁程度上的差异出现在第七周, 而在三个正念维度上, 仅有不评判的差异出现时间 (第二周) 早于抑郁程度的差异出现时间; 以组别为自变量, 前测到第二周不评判水平的残差变化分数为中介变量, 前测到第七周抑郁程度的残差变化分数为因变量, 建立中介模型, 分析结果表明间接效应显著。

结论：对于构成诊断的情绪障碍者而言, iMIED 课程可以在很大程度上改善其抑郁水平, 而在正念的五个维度中, 不评判能力的提升对其抑郁改善有着更大的贡献, 课程的带领老师应对此予以重视。

关键词：iMIED; 情绪障碍; 正念; 不评判

同伴支持对抑郁状态大学新生在线干预效果

袁彩红^{1,2} 刘琼乡^{1,2} 朱仕林^{1,2} 高琛^{1,2} 刘陈陵^{1,2}

1 中国地质大学 (武汉) 教育研究院

2 中国地质大学 (武汉) 心理科学与健康研究中心

背景与目的:《中国国民心理健康发展报告(2021—2022)》显示大学生属于抑郁风险高发群体,抑郁风险高达 26%,然而抑郁大学生较少寻求专业心理服务,倾向于向同伴等非专业人员求助。在线同伴支持是一种低成本、易获取、匿名性的非专业干预方式,在心理疾病预防干预与康复中广泛使用。本研究基于公共卫生框架培训高年级同伴,为抑郁新生提供一对一在线支持,并检验干预效果,为高校推广在线同伴支持干预抑郁大学生提供依据。

方法:采用干预组对照组设计。干预组是招募有抑郁状态(PHQ-9 \geq 10)的大一新生作为受助者,共 33 人;与选拔培训同伴 16 人随机匹配,每个同伴的帮扶对象在 2-3 个;在知情同意下,同伴使用聊天软件(QQ)定期拜访受助者,连续 4 周,每周在线文字交流 5-30 分钟。从大一心理健康课程随机抽取 PHQ-9 \geq 10 且没有接受同伴干预的 32 人作为对照组。评估指标四个 PHQ-9、GAD-7、自我调节疲劳量表(SRFS)、孤独感(UCLA)。

结果:重复测量方差分析发现干预组 PHQ-9、SRFS 总分前测上无显著差异,后测显著降低($p<0.05$),对照组前后测无显著差异。干预组和对照组 GAD-7、UCLA 总分前测上无显著差异;后测时,干预组 UCLA 显著低于对照组($p<0.05$),GAD-7 边缘显著($p=0.08$)。

结论:在线一对一同伴支持有效改善了抑郁新生的心理健康状况,高校可以发展同伴支持项目。

关键词:同伴支持;抑郁;大学生;在线干预

影响在线咨询求助者信息安全感知的组织及人的因素

杜岸政 陈欣 王瑶

河南大学教育学部心理学院

在线咨询信息安全感知是求助者对信息安全的主观认知,信息技术层面的保障固然重要,但不足以满足求助者对信息安全的确认感。事实上,求助者在线咨询信息安全感知更多依赖于组织和人的线索。因此,本研究的目的在于探索影响在线咨询信息安全感知的组织和人的因素,了解这些因素与求助者信息安全感的关系。**方法:**以在线咨询信息安全感知问卷、咨询机构信任问卷、咨询机构及咨询师信息保障认知问卷为调查工具,对 650 大学生进行了调查。**结果:**在线咨询信息安全感知与咨询机构信任有显著正相关,与咨询机构及咨询师信息保障认知有显著正相关,咨询机构信任在在线咨询信息安全感知、咨询机构及咨询师信息保障认知间具有部分中介效应。**结论:**组织与人的线索对在线咨询信息安全感知具有重要影响,咨询机构与从业人员若要开展在线心理咨询服务,需要从制度、模式、信息保障、安全认知等多个方面向求助者提供信息安全线索,接受求助者

信息安全评估，满足信息安全感知需要。

关键词：大学生；在线咨询；信息安全感知；组织因素；人的因素

大学生在线朋辈心理支持中的助人技术类型及其对助人效果的影响

第一作者 鲁婉冰 清华大学心理学系

第二作者 贺文蕙 清华大学教育研究院

合作者 吴奇林 北京师范大学心理学部

通讯作者 赵嘉路 清华大学学生心理发展指导中心

背景：在线朋辈心理支持是有效的新型数字化心理健康服务形式，研究发现助人技术是影响其效果的重要因素，然而鲜有研究关注朋辈心理支持者所使用的助人技术的主要类型和特点，其与助人效果的关系也尚不明确。方法：围绕以上问题，本研究选取 12 例大学生在线朋辈心理支持个案，依据来访者的中文版患者健康问卷（PHQ-9）和广泛性焦虑症(GAD-7)问卷前后测得分差值，划分有效组和无效组各 6 例。采用内容分析法对 12 例个案原始会话文本中朋辈支持者使用的助人技术进行编码和统计，编码命名依据为助人三阶段模式理论。结果：1) 总体上，朋辈支持者使用最多的助人技术类型是提问（18%）、提供信息（18%）、直接指导（16%）和认可（11%）。特点是采用分享个人观点和经验的方式为来访者提供信息、给予认可；主要使用提供信息和直接指导来促进行动。2) 比较有效组与无效组的助人技术使用发现，有效组朋辈支持者的开放式提问、重述、认可技术使用量显著高于无效组，封闭式提问技术使用量显著低于无效组。结论：本研究发现了提问、重述、认可等特定助人技术类型的恰当运用对在线朋辈心理支持的效果起关键作用，为未来高校培养朋辈心理助人者，提高校园现代化心理健康服务质量提供参考。

关键词：在线朋辈心理支持；助人效果；助人技术；大学生心理健康

对中国大学生进行单次数字化心理健康干预：朋辈在线与 AI 在线的随机对照实验

张琴 清华大学心理学系（第一作者）

童姝珊 清华大学心理学系（第二作者）

柯丁玲 清华大学心理学系（第三作者）

鲁婉冰 清华大学心理学系（合作者）

赵嘉路 清华大学学生心理发展指导中心（通讯作者）

背景：匿名的朋辈在线支持和人工智能（AI）聊天机器人已经成为两种新兴

的数字化心理健康服务手段,但其对大学生心理健康的干预效果及作用机制有待探究。方法:本研究在全国招募 131 名大学生,随机分配其中 108 人至实验组接受 60 分钟朋辈在线心理支持 (n=53) 或 AI 聊天机器人心理支持 (n=55), 其余 23 人为对照组。所有参与者分别于实验前、实验结束当日、结束后 3 周填写患者健康问卷-9(PHQ-9)和广泛性焦虑症量表-7(GAD-7),以评估干预效果。另外,收集实验组来访者的共情量表和网络社会临场感量表数据作为过程变量。结果: 1) 朋辈在线支持组对抑郁和焦虑的即时干预效果显著, AI 聊天机器人组不显著。 2) 两组抑郁和焦虑的长期干预效果均表现显著。 3) 社会临场感在支持者类型对抑郁即时干预效果的影响中发挥中介作用。结论: 匿名朋辈在线支持在改善大学生心理健康的即时效果上表现更好, 而两者均有显著的长期效果。它们都可以成为构建高校心理健康服务体系的重要手段。未来研究和实践应关注社会临场感这一对数字化心理服务效果产生重要影响的因素。

关键词: 朋辈在线支持; AI 聊天机器人; 大学生心理健康; 数字化心理健康

分组报告 A9：认知行为疗法的干预研究

单疗程心理治疗（SST）在中国大陆临床情境中的应用——以一例门诊惊恐发作来访者 SST 干预为例

曹璇

上海交通大学医学院 附属新华医院

Talmon(1990)将单疗程心理治疗（Single Session Therapy, SST）定义为治疗师与来访者之间一次性的面对面治疗方式，且在一年时间内，咨访双方于该次治疗之前或之后没有会面[1]。

SST 治疗是以家庭治疗实践为框架，治疗假设：所有来访者本身具备改变的能力，治疗是为了响应来访者的需求。目前心理咨询需求量巨大，但仍然有很多来访者及家庭无法得到及时帮助，因此开展更加高效、经济的心理干预方法显得非常迫切且有必要。

本文以一例惊恐发作、伴焦虑症状来访者为例，在中国大陆临床情境中使用 SST 治疗方法干预，明确当次治疗目标，试图让来访者看到 TA 自己对困难具备控制力，帮助其整合资源，激发来访者的修复力和问题解决能力。

关键词：SST；短程心理治疗；惊恐；焦虑

认知行为疗法对注意缺陷多动症融合生情绪行为障碍干预的研究

第一作者、通讯作者：隋龙。E-mail: Suilong@hotmail.it

第二至第七作者：孙詠雅；张春燕；陈碧玲；马骏；杨焕；孙胜男

澳门培华中学

研究背景：情绪行为问题在患有注意缺陷多动症（ADHD）的儿童中较为常见，不仅影响其学业，也困扰日常社交。

个案简介：个案为 18 周岁融合生，因在小学阶段学习方面出现困难而接受心理评估，确诊为注意缺陷多动症，并接受药物治疗和行为矫正。

评估：根据个案以往病史以及对教师、家长访谈，并结合对个案的观察与量表评估发现，个案主要缺乏调节控制能力，易冲动、易怒，无法与师生建立良好的互动关系，认为被他人刻意孤立，导致严重心理困扰。此外，个案还患有语言障碍。

干预计划：采用认知行为疗法，每周一次，每次时长为 40-60 分钟，为期五个月。

反思：由于个案存在语言障碍，在采用认知行为疗法时，无法基于一般个案

所具备的语言抽象思维能力而取得成效,需要对个案进行较长时间的持续性干预。而且,在干预过程,避免以传统谈话式干预手段为主,采用情境模拟、布置作业等干预方式,在一定程度上弥补了个案因语言表达障碍而无法描述自己情绪的问题。

启示:通过为期五个月的持续干预,个案负向思维得到了一定程度的纠正,而且不良行为表现也得到了改善。认知行为疗法可以有效用于注意缺陷多动症融合生情绪行为障碍干预,为今后有关个案的干预提供了参考依据。

关键词:融合生;注意缺陷多动症;情绪行为障碍

社交焦虑数字化认知行为疗法中的干预技术分析

宋亦江^{1,2} 彭梓轩³ 严小羽⁴ 余萌³ 唐信峰¹ (通讯作者)

¹中国人民大学心理学系;²中国人民大学商学院;

³中山大学心理学系;⁴中国人民大学哲学院

目的:认知行为疗法(cognitive behavioral therapy, CBT)是治疗社交焦虑的一线干预手段,数字化的干预形式也越来越盛行。但已有的数字化 CBT 在干预技术和内容上存在较大的异质性。方法:我们采用提炼和匹配模型(distillation and matching model)提取社交焦虑数字化 CBT 中共同和特异的干预成分。我们在 5 个英文数据库(如 Medline, PsycINFO)中进行文献检索,并将干预项目中的技术进行编码。结果:在 3861 篇全文中,筛选出符合标准的 35 篇随机对照试验,目前初步确定至少含 17 种干预技术,其中认知重构(87.5%)、暴露(77.5%)和心理教育(77.5%)使用频次最高,而采用这些技术的治疗项目也均取得了较好的治疗效果。结论:对共同和特异的干预成分进行分析,将更有效地指导未来针对社交焦虑的数字化 CBT 干预技术的开发。

关键词:社交焦虑;数字化认知行为疗法;元分析;提炼和匹配模型

父母导向认知行为疗法在中国儿童焦虑干预中的适用性研究

徐夫真¹ 李鑫² 孙雨³ 王颖颖⁴ 赵文文⁵ 董悦¹

¹ 山东师范大学心理学院, ² 江苏省南京市江宁实验小学, ³ 山东枣庄科技职业学院, ⁴ 山东圣翰财贸职业学院, ⁵ 山东女子学院

背景:焦虑障碍是儿童最常见的心理健康问题,但只有少数儿童得到适当的专业帮助。父母导向认知行为疗法(Parent-led Cognitive-Behaviour Therapy, Parent-led CBT)是父母在专业人员的指导下恰当使用 CBT 在日常生活中帮助儿童应对焦虑,被认为是一种简洁、经济、有效、低强度的儿童焦虑干预方法。本研究基

于五年纵向研究考察了 Parent-led CBT 在我国儿童焦虑干预中的适用性。方法：采用分层抽样法选取 1000 名 7-12 岁儿童及家长为研究对象，共有 651 对父母和儿童完成 Spence 儿童量表，其中焦虑得分超过临界值的 62 名儿童及家长接下来参加诊断性访谈、质性访谈等，六个月后有 49 个孩子仍至少符合一种焦虑症诊断标准。最终有 26 对父母完成干预项目。干预过程分为 CBT 教学、面对面会谈、电话回访三个阶段。三个月、一年后进行两次后测。结果：三个月和一年后分别有 46%和 77% 的儿童不再符合焦虑障碍诊断标准。父母报告的儿童焦虑总分、分离焦虑、社交恐惧、惊恐和场所恐惧均显著低于干预前。时间间隔越长，干预效果越好。结论：Parent-led CBT 可以增加儿童获得循证治疗的机会，父母学习使用 CBT 可以有效帮助焦虑的儿童。但由于样本量小和缺乏对照组，我们需要进一步系统地评估该方法，并确定和解决一些家庭参与的潜在障碍。

关键词：儿童；焦虑；父母导向认知行为疗法

技术支持的认知行为疗法干预焦虑障碍的成分：基于随机对照试验的系统综述和成分网状元分析

赖丽足¹ 苏萍¹ 蔡曼琪¹ 任志洪¹

¹ 华中师范大学心理学院

技术支持的认知行为疗法 (Cognitive Behavior Therapy, CBT) 干预焦虑障碍已经成为当前的关键研究领域。但 CBT 包含了多种治疗成分，例如肌肉放松，认知重构，暴露，正念等。有必要厘清技术支持的 CBT 干预焦虑障碍的核心成分及不同成分的组合效果。本研究在 Medline, PsycINFO, Cochrane Library, Embase 和 PubMed 进行文献检索，筛选技术支持的 CBT 干预社交焦虑障碍、广泛性焦虑障碍、惊恐障碍、特殊恐惧症的随机对照试验 (Randomized Controlled Trial, RCTs)。元分析共纳入 82 项研究，含 4564 名被试。采用成分网状元分析分解 CBT 不同治疗成分的相对效应。结果显示，正念、暴露和心理健康教育与更好的焦虑治疗效果相关，动机增强与更低的治疗效果相关。未来的研究需要考虑如何组合有效的治疗成分，针对焦虑障碍发展个性化的技术支持的 CBT。

关键词：焦虑障碍；CBT；随机对照试验；成分网状元分析

分组报告 A10：社会支持与心理健康

新冠疫情期间初中生孤独感的发展轨迹：感知社会支持的预测作用

安迪¹ 周琳丽² 金佳露¹ 安媛媛¹(通讯作者)

¹南京师范大学心理学院, anran220@163.com

²阿姆斯特丹大学心理学系

背景：孤独感作为初中生高发心理问题之一，可能会引发抑郁、失眠等其他心理问题。新冠疫情期间初中生群体社交活动和方式的变化会导致其孤独感水平升高，而完善的社会支持系统能够降低其孤独感水平。方法：本研究选取江苏省句容市某中学七、八年级共 635 名初中生为研究对象，于 2021 年 2 月、6 月和 12 月进行了三次追踪调查。采用儿童孤独量表(CLS)和社会关系网络问卷(NRI)，构建潜变量混合增长模型考察初中生孤独感的变化轨迹，并探究性别、年级、是否独生和感知社会支持对初中生孤独感潜在类别的预测作用。结果：(1) 初中生的孤独感发展存在三种潜在类别，分别是“高水平上升组(14%)”、“中水平稳定组(22%)”和“低水平下降组(64%)”；(2)以“低水平下降组”为参照组，情感支持低、肯定价值高的初中生更有可能属于“中水平稳定组”；而亲密感高的初中生更有可能属于“高水平上升组”。结论：研究结果揭示了初中生的孤独感发展存在异质性，感知社会支持的不同维度对初中生孤独感的发展轨迹存在不同的预测作用。本研究提示心理干预工作者要关注初中生孤独感的动态变化，可以通过给予初中生更多的情感支持、肯定价值和亲密感以缓解初中生的孤独感。

关键词：初中生；孤独感；感知社会支持；发展轨迹；潜变量混合增长模型

重大突发公共卫生事件下儿童抑郁焦虑的联合发展轨迹：感知社会支持与个体抗逆力的预测作用

方婧欣 赵轶 程选 安媛媛

南京师范大学心理学院

背景：重大突发公共卫生事件可能对儿童的心理健康造成长期影响，其中抑郁和焦虑两种常见负性情绪可能存在共同变化的趋势。本研究考察了疫情高峰期到常态化时期儿童抑郁焦虑的独立和联合发展轨迹，并探究感知社会支持与个体抗逆力对轨迹亚类型的作用。方法：选取南京市 584 名儿童，于 2020 年 2 月、3 月和 10 月使用流调中心儿童抑郁量表(CES-DC)、焦虑自评量表(SAS)、社会支持评定量表(SSRS)和 Conner-Davidson 心理韧性量表(CD-RISC)进行追踪测评并采用潜变量混合增长模型进行分析。结果：儿童抑郁和焦虑的独立与联合轨迹均

存在 4 个亚类型，其中抑郁轨迹亚类型分别是低水平稳定组(22.09%)，低、中水平上升组(49.49%， 22.95%)和高水平下降组(5.48%)；焦虑轨迹分别是低、中低、中高水平的稳定组(14.38%， 48.97%， 14.04%)和高水平上升组(22.60%)；联合轨迹分别是低、中高水平稳定组(66.95%， 12.25%)，中水平上升组(15.41%)和高水平下降组(5.39%)。感知社会支持与个体抗逆力均能负向预测两变量的独立轨迹 ($p_s < 0.05$)，感知社会支持能负向预测联合轨迹($p < 0.05$)。结论：重大突发公共卫生事件下儿童抑郁和焦虑的独立与联合轨迹均存在 4 个亚类型，且联合轨迹的变化趋势更为明显；同时具有抑郁焦虑的儿童有较高的恶化风险。促进儿童对社会支持的感知有助于同时缓解抑郁和焦虑情绪的发生发展。

关键词：抑郁；焦虑；联合发展轨迹；感知社会支持；公共卫生事件

教师暴力与中学生心理困扰的关系：质性和量化研究

胡一波¹ 魏世娟² 范晟晟² 周媛媛³ 林令瑜⁴

1.彭州中学；2.北京大学心理与认知科学学院；

3.彭州市第一中学；4.清华大学心理学系

教师暴力 (teacher violence) 是教师为了控制或纠正学生言行而使用的身体或情感暴力。为探究学生对教师暴力的理解、应对方式以及教师暴力对学生的影响，研究一招募 27 名中、大学生 (男 13 名，女 14 名，平均年龄 16.59 ± 2.74 岁) 进行结构化访谈，结果显示：1) 典型的教师暴力行为包括孤立、冷暴力、歧视、施压、体罚、言语攻击。2) 教师暴力会对身体健康、心理健康、学习态度、自尊、师生关系造成负面影响。3) 学生常用的应对方式包括合理化、求助他人、回避、忍耐、攻击老师。研究二招募 593 名中学生 (男 284 名，女 309 名，平均年龄 14.83 ± 1.55 岁)，采用教师暴力量表、青少年社会支持量表、DASS-21 量表进行测量，采用 Bootstrap 方法和结构方程模型进行分析。结果显示，教师暴力对心理困扰的直接效应显著 (置信区间 0.156~0.313)，父母社会支持在教师暴力和心理困扰之间起到部分中介作用 (置信区间 0.032~0.094)，而同伴支持和教师支持的中介作用不显著。该结果为后续干预提供了依据。

关键词：教师暴力；父母社会支持；中学生；心理困扰

主观社会支持对中华民族共同体意识的影响：有调节的中介模型

詹婷婷¹，金文静¹，赵卓²，耿耀国^{1,2}

1 郑州大学马克思主义学院；

2 郑州大学教育学院

目的：探讨主观社会支持与中华民族共同体意识两者关系，以及生命意义感的中介作用和马基雅维利主义特质的调节作用。方法：使用社会支持评定量表、中华民族共同体意识量表、生命意义感量表、黑暗十二条量表对 1810 名大学生进行调查。结果：（1）生命意义感在主观社会支持和中华民族共同体意识间起部分中介作用；（2）马基雅维利主义特质调节生命意义感与中华民族共同体意识的关系，对于低马基雅维利主义特质个体，生命意义感对中华民族共同体意识预测作用不显著；对于高马基雅维利主义特质个体，生命意义感对中华民族共同体意识的正向预测作用显著；结论：主观社会支持可以通过生命意义感间接影响中华民族共同体意识，马基雅维利主义特质促进了生命意义感对中华民族共同体意识的正向预测作用。

关键词：中华民族共同体意识；主观社会支持；生命意义感；马基雅维利主义特质

新冠肺炎疫情背景下网络化社会支持与消极心理健康的关系：一项多水平元分析

刘昕怡¹ 李睿¹ 李莹 刘奕浓 任志洪（通讯作者）

青少年网络心理与行为教育部重点实验室，华中师范大学心理学院，湖北省人的发展与心理健康重点实验室

新冠肺炎疫情背景下，网络化社会支持获得了越来越多的关注，但其是否有助于降低公众的负面心理问题，现有研究结果并不一致。本研究采用三水平元分析系统探究新冠肺炎疫情期间网络化社会支持与消极心理健康的关系及其调节因素。通过文献检索与筛选，该元分析纳入 10 项研究，共 23 个效应量，总样本量为 12593。结果发现：（1）网络化社会支持与消极心理健康存在显著正相关($r = 0.02$ $p < 0.001$)；与压力($r = 0.17$ $p < 0.01$)或其他消极心理健康问题($r = 0.20$ $p < 0.001$)显著正相关，但与孤独感显著负相关($r = -0.20$ $p < 0.001$)；（2）被试来源、新冠确诊经历显著调节网络化社会支持和消极心理健康的关系。本研究为重大公共卫生事件下公众心理健康的网络化服务及针对不同人群特征的个性化干预提供了启示。

关键词：网络化社会支持；心理健康；COVID-19；三水平元分析

分组报告 A11：生命意义、情绪与丧失

中华民族共同体意识与个体焦虑：生命意义感和逆境信念的序列中介作用

金文静¹，詹婷婷¹，耿耀国^{1,2}

(1. 郑州大学马克思主义学院；2. 郑州大学教育学院)

背景：生命意义感和逆境信念对维护个体健康的心理功能起到重要的助益。探讨中华民族共同体意识对个体焦虑的影响及其作用机制。**方法：**使用中华民族共同体意识量表、广泛性焦虑量表、生命意义感量表、逆境信念量表对 1578 名在校大学生进行调查。**结果：**(1) 中华民族共同体意识与生命意义感和逆境信念显著正相关，与广泛性焦虑显著负相关。生命意义感与广泛性焦虑显著负相关，与逆境信念显著正相关。逆境信念与广泛性焦虑显著负相关；(2) 中华民族共同体意识不仅直接影响个体焦虑，而且存在两条间接路径：逆境信念的单独中介作用；生命意义感和逆境信念的序列中介作用；(3) 总的间接效应为 0.076，占总效应(0.160)的 47.5%。**结论：**中华民族共同体意识对个体焦虑具有一定抑制效应，且这种效应是通过生命意义感和逆境信念共同作用形成的。**理论贡献：**本研究丰富了中华民族共同体意识的理论研究，并针对中华民族共同体意识、生命意义感、逆境信念和焦虑的关系研究给予理论参考。**实际意义：**通过对其中中华民族共同体意识影响焦虑的内部机制研究，可以为改善个体焦虑提供行动的具体方向，比如筑牢个体的中华民族共同体意识可以通过提高其生命意义感和逆境信念。

关键词：中华民族共同体意识；焦虑；生命意义感；逆境信念

死亡反省干预对大学生死亡焦虑和生命意义感影响的效果研究

刘威彤¹ 唐苏勤²

(1 北京师范大学心理学部；2 深圳大学心理学院)

背景：本研究基于死亡反省理论，将国外实验室诱发死亡反省的操纵进行本土化，进行适应性修订，形成干预方案，考察方案对大学生死亡焦虑和生命意义感的干预效果。**方法：**采用随机对照试验，研究设计为 2×3 混合实验设计，被试间变量为干预类型，被试内变量为时间。以大学生为研究对象，随机分为干预组(n=24)和对照组(n=23)，干预组接受为期 8 周的书写任务干预，干预任务包含了死亡反省的核心成分，对照组进行自由书写，书写日期和时间与干预组一致。测量干预前、干预后、干预后一个月随访的死亡焦虑(中文版死亡焦虑量表)、内隐死亡态度(内隐联想测验)、生命意义感(中文版生命意义感问卷)和死亡

反省（中文版死亡反省量表）。结果：全样本大学生在干预前后各变量无显著差异。中等水平死亡焦虑大学生在干预前后死亡焦虑显著降低；在后测时，干预组死亡焦虑水平显著低于对照组（ $F=10.664$ ， $p=0.005$ ）；随访时，干预组死亡焦虑水平显著低于前测（ $p<0.001$ ）。高水平组干预前后无显著差异。结论：基于死亡反省理论开发的干预适用于我国文化背景下的大学生，干预方案能显著降低中等水平死亡焦虑大学生的死亡焦虑水平。

关键词：死亡反省；死亡焦虑；生命意义感；随机对照试验；大学生

未完成的事务与丧亲高校学生的哀伤症状：持续性联结的中介作用

黄晶菁¹，蒋宛月¹，钱文丽¹，于心怡¹，唐任之慧¹，符仲芳²，王建平^{*1}

（1.北京师范大学心理学部，应用实验心理北京市重点实验室，心理学国家级实验教学示范中心（北京师范大学）；2.北京大学心理与认知科学学院，行为与心理健康北京市重点实验室）

对于高校学生来说，丧失关系密切之人（简称“丧亲”）可能给其本就压力重重的生活增加新的压力，使其出现一系列哀伤症状，甚至有较高风险罹患延长哀伤障碍，这将会严重干扰他们在学业、社交等多方面的发展。根据预测丧亲后果的综合风险因素框架，未完成的事务可能是丧亲高校学生出现严重哀伤症状的一种重要风险因素，而持续性联结（包括内化联结和外化联结）作为一种应对方式可能在二者间起中介作用。本研究采取滚雪球式抽样法，通过网络招募了 615 名在最近 3 年内经历了丧亲的高校学生，每名被试均完成了基本信息调查、未完成的事务量表、持续性联结量表和延长哀伤问卷修订版。结果表明：（1）未完成的事务、内化联结、外化联结和哀伤症状两两之间均显著正相关；（2）控制人口学和丧亲相关变量后，未完成的事务显著正向预测哀伤症状，且外化联结在二者间起中介作用，但是内化联结的中介作用不显著。本研究明确了未完成的事务是丧亲带来的应激源之一，如果高校学生采用外化联结这种应对方式，则会加剧他们的哀伤症状。这一结果验证和扩展了综合风险因素框架，有助于识别罹患延长哀伤障碍风险较高的丧亲高校学生，并为设计针对性的哀伤干预方案提供可能的靶点。

关键词：丧亲；高校学生；未完成的事务；持续性联结；哀伤症状

心理健康服务的情绪特征：基于网络爬虫和 NLP 技术的检验

陈婧¹ 周世源² 魏铭岑¹ 冯雅昕¹ 卓东霓³ 臧寅垠^{1*}（通讯作者）

1 北京大学心理与认知科学学院和行为与心理健康北京市重点实验室

2 多伦多大学计算机系

3 华盛顿大学

背景：探讨豆瓣与微博用户对于心理健康服务的情绪特征，为后续提升人们寻求心理援助方式的干预方式提供思路与数据支持。**方法：**本研究通过网络爬虫的方法，以“心理健康”为关键词，获取豆瓣近两年共计 1968 条帖文；下载新浪微博用户于 2019 年 1 月 8 日至 2023 年 1 月 8 日内发表的 416363 条博文数据。研究采用人工标注的方式制作心理健康服务词典，使用 R 语言对数据进行分析。通过 TF-IDF 等五种方法对数据进行关键词提取、分词和正负性情感预测。**结果：**在豆瓣帖文中，围绕心理健康最为重要的三个词汇是“心理”，“孩子”，“情绪”。在微博数据的结果中，包含心理健康服务相关关键词的博文共计 172622 条，占总博文条目 41.46%。其中，心理健康服务情绪消极的博文占比 8.44%，非消极情绪博文占比 91.56%。此外，心理咨询服务与心理教育受到了更多的关注，分别占比 32.56%和 27.18%。**讨论：**本研究发现“心理”、“孩子”、“情绪”对于中国豆瓣用户的心理健康重要程度较高。微博用户对于心理健康服务的态度较为积极，心理咨询服务与心理教育受到了更多的关注，提示这两种方法可能是当前微博用户较为熟知的两类心理健康服务，其他类型的心理健康服务的普及与推广仍需进行。下一步研究将根据时间进行情绪变化规律及特点的分析。

关键词：心理健康服务；NLP；网络爬虫；情感分析；社交媒体

当事人眼中的价值观改变

闫玉朋^{1,2} 江光荣^{1,2}

(1 湖北东方明见心理健康研究所, 2 华中师范大学心理学院)

当事人的价值观改变 (Client Values Change, CVC) 是一个棘手的问题。从伦理上来说，咨询师应尊重当事人的价值观，避免将自己的价值观强加给当事人；另一方面，诸多理论取向中都或明或隐地指出促进 CVC 的必要性，一些研究也发现，CVC 确实发生了。而当事人如何看待这一过程，尚未得到充分研究。**方法：**从一个考察 CVC 与咨询效果的关系的研究的参与者中招募价值观发生改变的当事人。共 12 名当事人参与研究。通过半结构式访谈，进行协商一致的质性分析。**结果：**测量结果符合个人感知与不符合个人感知的情形都比较常见；价值观的改变彼此关联；有许多因素促成价值观的改变，咨询内影响因素主要包括“咨询师引导/建议”、“反思”和“良好的咨询关系”，咨询外影响因素主要包括“尝试新行为”、“准备改变”、“现实变化”、“从个人经验中体悟”等；CVC 过程包括“循序渐进型”和“突变型”，以“循序渐进型”为主；CVC 带来的影响包括“自由愉悦”、“良好关系”、“关怀自己”、“开放无畏”等。**结论：**在当事人看来，其价值观改变受到咨询内外多种因素的综合影响，且促成了其发展性的变化。

关键词：当事人的价值观改变；协商一致的质性研究；心理咨询

分组报告 A12：疫情下的心理政策与学生心理健康研究

基于政策工具的新冠肺炎疫情期间心理政策文本分析

王枫¹，何晨皓¹，孙付童语¹，王馨苑¹，焦楠¹，谭曦²

1.北京中医药大学

2.北京中医药大学深圳医院（龙岗）

背景：2020年初爆发的新冠肺炎疫情对人们的心理健康产生了重大的影响。国家高度重视应急管理心理危机干预，出台了一系列疫情下的心理政策，保障人们的心理健康状况。**目的：**了解新冠肺炎疫情发生以来为应对心理危机，政府发布的心理相关政策的政策工具使用情况，以期为突发公共事件下心理相关政策的制定和有效实施提供理论参考。**方法：**运用内容分析法，从政策工具视角出发，构建“政策工具-心理危机应急管理能力”二维框架，对政策文本进行定量分析。**结果：**政策工具使用重需求型，轻供给型和环境型；主要聚焦于为危机应对阶段提供具体措施途径，对预防和恢复重建阶段的关注较少，尤其缺少资金投入和监管评价方面的政策要素。**结论：**政策工具的使用达到了一定的效果，但仍需优化政策结构，提升政策工具应用水平，重视长期的心理危机干预体系的建设。

关键词：政策工具；内容分析；心理危机；应急管理；政策文本

心理热线援助在新冠肺炎疫情中的使用与作用

王雨婷¹，蔡鑫兰¹，宣元山¹，徐瑶婧¹，胡博¹

（1 宁波大学心理学系暨研究所）

采用共识性质性研究的方法(consensual qualitative research)考察心理热线援助在新冠肺炎疫情中的使用模式与效果。十三位参与热线援助的注册心理师的访谈数据支持援助的有用性。数据描述并解释了十个主题：疫情中热线援助的目标、策略、技术和指导原则，援助热线的特点、援助者的角色、求助者的特征、援助的效果与评估，以及援助有效性的影响因素。跨主题分析显示，处理疫情与防控引起的恐惧、焦虑和抑郁情绪与应对疫情中的现实困难是热线援助模式的核心要素。

关键词：心理援助热线；新冠肺炎疫情；共识性质性研究；作用；热线咨询师

新冠肺炎疫情前后大学生心理问题现状对比研究——基于某高校6年心理咨询数据分析

沈艳红^{1,2} 陈程²

(1 南京师范大学博士研究生)

(2 安徽师范大学心理健康教育中心)

新冠肺炎疫情下,大学生学习方式转变、社交隔离增多、求职压力变大等多重因素导致心理问题激增,疫情对大学生心理健康造成持续性、累积性的影响。方法:本研究基于安徽省某高校近六年共2220例心理咨询案例数据,对比分析疫情前(2017-2019)和疫情后(2020-2022)大学生心理问题现状。结果:①疫情前后心理咨询量均呈稳步上升趋势,女生咨询比率始终高于男生,文史类学生咨询比率高于理工类,艺体类咨询比率最低,大二、大三学生咨询比率相对较高。②大学生求助心理困惑类型整体稳定,发展性心理咨询占比较高,其中人际关系问题占比较高,占发展性咨询比率稳定在28%左右。③疫后大学生面临的学习困扰在不断增长,学习问题占发展性咨询比率从11.97%增长到21.71%。④障碍类心理咨询比率从21.00%增长到33.39%,其中抑郁障碍占障碍类咨询比率从45.89%增长到69.25%,双相情感障碍占比从3.46%增长到6.42%。结论:在疫情影响下,大学生心理问题出现了“变”与“不变”的双重特征。总体上,疫情下大学生心理问题呈复杂化趋势,障碍类心理咨询比率不断增长,人际关系和学习问题成为大学生主要困扰,高校心理育人工作任重道远。因此高校要形成更强大心理育人合力,通过联动“家校医社”、在学科教学中渗透心理健康教育等多样化方式提升学生心理健康素质。

关键词:疫情前后;心理问题现状对比;心理咨询数据

新冠肺炎疫情下大学生共情对亲社会行为的影响:社会责任感的中介作用

姜艳斐^{1,2}, 姚有娟², 祝孝亮², 王世玲²

(1 甘肃省行为与心理健康重点实验室)

(2 西北师范大学心理学院)

背景:亲社会行为在新冠肺炎疫情下具有不可替代的作用,不仅有助于疫情防控,更有助于促进个体的心理健康。方法:当前研究在中国疫情进入防控常态化阶段后,采用人际反应指针量表、亲社会倾向测量问卷和大五人格问卷,对西北师范大学大学生共情、社会责任感和亲社会行为进行调查,898名大学生被试参与了调查($M=19.50$, $SD=1.05$, 年龄范围16-24岁)。结果:大学生的社会责任感

在共情和亲社会行为之间起部分中介作用。本研究为促进疫情背景下大学生心理健康提出了新的思路和启发。结论：本研究对疫情背景下及后疫情时代大学生的心理建设具有积极的借鉴意义，国家、社会和学校可以通过多种方式培养大学生的共情和社会责任感，促使大学生产生更多的亲社会行为，进而提高大学生心理健康水平。

关键词：亲社会行为；共情；社会责任感；新冠肺炎疫情；心理健康

后疫情时代高职学生心理健康状况调查——基于心理健康双因素模型视角

王晓敏¹ 王笑² 凌莉³

(1.广东财贸职业学院心理健康教育中心；2.广东行政职业学院学生工作部；3.广东省团校青年公益与志愿者学院)

背景：心理健康双因素模型突破传统心理健康模型过度依赖精神病理学症状指标，在心理健康评估中融合主观幸福感的积极心理健康指标，对心理健康形成更全面的了解。以此为背景，调查与分析后疫情时代高职学生的心理健康状况。方法：以班级为单位采取整群方便抽样，采用 90 项症状自评量表(SCL-90)、生活满意度量表 (SWLS)、积极情感消极情感量表 (PANAS) 对 12918 名高职学生进行问卷调查。结果：(1)在心理症状检出率方面，高职学生总症状指数的检出率是 4.3%，各症状维度得分部分在性别、年级上有显著差异；(2)积极心理健康维度，主观幸福感在性别 ($t=9.562, p<0.000$)、年级 ($F=106.011, p<0.000$) 上分别存在显著差异；(3)心理健康双因素模型有效对高职学生心理健康状态进行划分，康健者 9010 人 (69.7%)、易感者 3353 人 (26.0%)、有症状但自我满足者 151 人 (1.2%)、疾患者 404 人 (3.1%)。结论：心理健康双因素模型适用于高职学生，应重点关注大一新生的心理健康状态，对其康健者、易感者与有症状但自我满足者三类人群采取有针对性的干预。

关键词：心理健康双因素模型；高职学生；心理健康

分组报告 A13：心理健康与心理干预策略

中国式现代化心理健康服务在大型央企中的实践与研究——以中国石油兰州石化公司为例

荣玲莉

中国石油兰州培训中心

党的二十大报告强调，“中国式现代化，是中国共产党领导的社会主义现代化”。中国式现代化的本质要求是：坚持中国共产党领导，坚持中国特色社会主义，实现高质量发展，发展全过程人民民主，丰富人民精神世界，实现全体人民共同富裕，促进人与自然和谐共生，推动构建人类命运共同体，创造人类文明新形态。自党的十九大报告提出，“加强社会心理服务体系建设，培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态”以来，2018年11月，国家卫生健康委、中央政法委、中宣部等10部门联合印发了《全国社会心理服务体系试点工作方案》。基于中国人口规模长期位居世界首位，通过试点工作探索中国式现代化心理健康服务模式和工作机制，更加符合中国国情。本文以大型央企——中国石油兰州石化公司为例，研究心理健康服务在企业中的建立与实施，经过十多年的实践，取得了积极成效，为健康中国、平安中国、幸福中国夯实基础。

关键词：中国式现代化；心理健康服务；实践；研究

心理健康素养只有“高”、“低”之分吗？——心理健康素养异质性研究

李强 南开大学社会心理学系

翟宏堃 南开大学社会心理学系

研究者普遍认为心理健康素养的提升有助于提高公众的心理健康水平。然而，有研究发现，心理健康素养，尤其是其中的知识性成分对解决个体心理困扰影响不大，甚至可能对病患的求助行为产生负面影响。此外，另有研究显示，心理健康素养概念下的各个成分之间也并不总是呈现正相关关系。本研究认为，出现此种情况的原因是，既往研究大多采用同质性假设，忽视了心理健康素养概念本身的复杂性。本研究采用面向个体的研究取向，提出了心理健康素养的异质性假说，试图为解决前述冲突、细化心理健康素养概念提供新的视点。本研究包括3个子研究，研究1采用潜类别分析探究人群中是否存在不同心理健康素养类型的子群体；研究2分别更换了测量时间与被试群体，探究研究1的发现是否具有可重复性与可泛化性，同时补足研究1样本的不足之处；研究3采用线性回归，探究不

同心理健康素养亚群体中心理健康素养与心理健康的关系。研究发现,人群中存在以“高心理健康素养”、“低心理健康素养”、“低知识态度高行为”和“高知识态度低行为”为特点的4种不同心理健康素养的子群体;不同心理健康素养子群体的平均心理健康水平不同,且在控制人口学变量的情况下,不同子群体中心理健康知识与心理健康的关系不同。

关键词:心理健康素养;异质性;潜类别分析;心理健康

八段锦对医学生心理健康影响的追踪实验研究

姬旺华

河南中医药大学

目的:了解新冠疫情后复学医学生的心理健康状况,探索八段锦干预的即时效果和持续效应,为提升其心理健康水平提供策略参考,为进一步推广八段锦提供依据。方法:采用90项症状自评量表于2020年3月对310名医学新生进行测量,在此基础上筛选自愿参与实验者110人,随机分为两组。实验组进行八段锦训练12周,对照组不干预,比较干预前、后、结束12周三个时点医学生心理健康的变化。结果:(1)疫情后,医学生心理不健康的检出率为36.7%;(2)组间比较显示,实验前,两组学生心理健康水平无差异;干预后,抑郁($P<0.05$)、焦虑($P<0.05$)、精神病性因子($P<0.01$)、人际关系敏感($P=0.053$,边缘显著)低于对照组;干预后12周,人际关系敏感、抑郁、焦虑、精神病性均显著低于对照组($P<0.05$);(3)实验组组内分析表明,干预后医学生精神病性、焦虑水平显著降低($P<0.05$);干预后12周,实验组人际关系敏感、抑郁、焦虑、精神病性水平均显著低于干预前与干预后($P<0.01$);(4)干预组别效应显示,实验组躯体化、敌意、恐怖、偏执水平均显著低于对照组($P<0.05$)。结论:八段锦干预可有效改善疫情后复学医学生心理健康状况,其中人际关系敏感、焦虑、抑郁、精神病性症状干预的持续效应显著,可考虑挖掘八段锦内涵,进一步推广普及。

关键词:八段锦;心理健康;医学生;追踪实验研究

治疗性评估:协作式心理评估及其效果

严文华^{1,2} 沈芝羽² 岳冰洁² 王铭³ 孙启武⁴

1 上海市心理健康与危机干预重点实验室

2 华东师范大学心理与认知科学学院

3 武汉理工大学心理健康教育中心

4 华中师范大学心理学院

共同一作：严文华，沈芝羽

共同通讯作者：王铭，孙启武

治疗性评估是一种评估和干预的半结构化模型，是心理测量与评估临床应用的最新进展。自提出以来，治疗性评估已在海外兴起，然而国内研究较为缺乏。本文基于治疗性评估的最新研究进展，阐述了治疗性评估的概念及其标准化操作流程，整理了治疗性评估在治疗效果方面的实证研究，重点探讨了治疗性评估的效果及其理论基础，它不同于传统心理咨询技术的工作机制，尤其对心理测验工具的使用、协作式的咨访关系等。最后，就目前实证研究中存在的问题和未来研究方向进行讨论的同时，也对治疗性评估在中国的本土化发展提出了思考。本文对治疗性评估这一新的、短程的治疗取向进行了综述和梳理，总结了当前研究中的不足并提出展望。

关键词：治疗性评估；心理测验；协作；效果；作用机制

强迫症的精神动力学解读

孟素香

安徽省精神卫生中心

安徽医科大学附属心理医院

强迫症（Obsessive compulsive disorder, OCD）是一种反复出现的、持续不断的不想要的想法、冲动或图像，它们在本质上具有侵入性，会导致焦虑和痛苦，为了缓解这些负面情绪，患者感到被迫执行重复的行为，尽管患者意识到这种症状的不合理，但患者却陷入了这种耗费时间的做法之中。有调查显示，我国成人强迫症的终身患病率约 2.4%^[1]，其中 50%的成人患者在童年或青少年期已出现强迫症的早期症状。文章从精神动力学角度展开分析，理解强迫症状背后的精神动力学机制、防御方式，为强迫症的治疗和预防工作提供参考。

关键词：强迫症；精神动力学

分组报告 A14：心理咨询理论与应用

戏剧治疗的理论框架与实践模型

杨静一（北京师范大学艺术治疗研究中心）

葛操（郑州大学教育学院）

Wolfgang Mastnak（北京师范大学艺术治疗研究中心）

戏剧治疗是心理学与戏剧艺术相结合，并应用于临床实务的综合性干预方法。作为艺术治疗的方法之一，戏剧治疗既应用了戏剧艺术的基本原理，也涉及到了心理学的经典理论。因此，文章以戏剧治疗的理论框架与实践模型为研究焦点，尝试从心理咨询理论和戏剧艺术理论两个角度讨论戏剧治疗的理论依据，其中包括：（1）心理咨询理论，包括心理动力取向，人本主义取向和认知行为取向理论；（2）戏剧艺术理论，包括审美距离理论，角色理论与表演理论。并进一步尝试探讨具有融合性的戏剧治疗三维度理论框架：（1）自发性表达与自我实现；（2）审美距离及认知与行为重构；（3）治疗性表演与矫正性情感体验；最终，在理论分析的基础上，试图建构并进一步分析戏剧治疗的实践模型与潜在的作用机制。

关键词：戏剧治疗；心理咨询理论；戏剧艺术理论；实践模型；作用机制

心理咨询师胜任力模型研究：范围综述

陈成 张嫣迪 郭晴

（浙江大学心理与行为科学系）

近年来，我国心理咨询需求不断增加，相关政策也相继出台以促进行业的发展。但是，目前心理咨询从业者质量良莠不齐，培养模式不成体系，考核标准模糊不清。因此，明确心理咨询师胜任力并探索人才培养途径至关重要。目前而言，国内外对心理咨询师胜任力的研究和探讨已经非常广泛，但尚未形成共识，要想明确咨询师的成长路径，还需要一个清晰且有效的评估模型。

范围综述（scoping review）可以通过分析特定领域的研究，形成易于理解和传播的结果，指导临床实践和政策制定。我们运用此方法，得到心理咨询师胜任力模型，从而规范从业者的专业培训，为有志于从事心理咨询的人士指明成长方向，进而加强心理咨询人才储备。

关键词：心理咨询师；胜任力；范围综述；人才培养

优势干预技术发展现状及其在学校心理健康工作中的应用

何秋霓 李瑛

陕西师范大学心理学院

积极心理学自诞生起一直以提升幸福感和促进个体发展为目标,其中积极的个人特质,即优势,已被证明是个体发挥能力、在各个领域取得成功的重要条件,能够有效预防人们罹患心理疾病。优势干预技术是指识别、应用与开发个体优势的系列活动过程,近年来逐渐受到学校教育工作者关注和重视。本文首先回顾了国内外有关运用优势干预技术的实证研究,归纳了常用的操作方案;其次论述了优势干预技术相较于传统干预方式在提升个人幸福感、工作与学习绩效以及成长主动性等方面的可行性和有效性,并分析了优势干预技术的影响机制;最后梳理了优势干预技术在学校心理健康工作中对挖掘个体潜能、发挥个体力量、提升幸福感和学习表现、促进心理健康等方面应用的效果。

关键词: 积极心理学; 优势干预; 学校心理健康; 幸福感; 学习表现

依恋的锚定效应理论及其在临床中的应用

王烁¹, 李昂扬^{2,3}

(1.南京审计大学心理健康教育教学部; 2.南京信息工程大学教师教育学院; 3.北京师范大学心理学部)

依恋理论一直以来在临床心理学领域扮演着重要角色。以往临床心理学工作者大多关注早期依恋经验对个体认知表征的影响,忽视了依恋经验对个体行为决策的作用,限制了依恋理论的解释力。为了扩展依恋理论的应用范畴,本研究整合依恋理论与锚定效应,提出依恋的锚定效应理论。首先,阐述依恋的锚定效应理论的内涵以及与其他相关理论的区别与联系。该理论认为依恋表征可以作为“锚定点”,日常生活中个体会依据锚定点进行有意识或无意识的决策与行为选择。其次,分析依恋锚定效应在临床与咨询中,诸如生涯规划、亲密关系与情绪调节等方面的重要性与应用潜力。最后,本研究阐述在实践中需要注意的问题和未来研究方向。依恋的锚定效应理论的提出有助于临床工作者提供新的理论和实践视角,从而提升个体的身心健康。

关键词: 依恋理论; 锚定效应; 临床应用; 心理健康

心理咨询理论与实践的新进展: 焦虑认知六因素骨牌模型及其应用

汤永隆

西南大学心理学部

理论背景:“心理现象的存在皆具有功能”,在这一进化心理学视角下,思考“情绪”、特别是最常见的“焦虑”情绪所具有的意义与功能。本研究认为焦虑

情绪的主要功能在于“未雨绸缪”。心理咨询师如果未能掌握这一焦虑的内在心理机制，容易限于“治标”，仅进行压力情绪的生理反应管理，而无法“治本”，根本地干预引发焦虑情绪的内在心理过程。

焦虑认知六因素骨牌模型总结自报告者 30 多年的临床经验，提出焦虑情绪肩负着“未雨绸缪”的功能，有助于系统地理解焦虑情绪发生过程中在认知上所经历的历程。具体包括六个元素：1、对时间掌握的认识能力；2、对未来发生事件的认识能力；3、对自身处理事件的认识能力；4、对结果的认识能力；5、对后果的认识能力；6、对承担责任的认知能力。当其中任何一个环节出现问题，就容易陷入恶性循环中，形成不恰当的焦虑状态，需要适当的资源介入帮助其脱离恶性循环。

创新点与意义：在情绪教育中以更积极的视角，帮助大众认识、接纳焦虑情绪；在心理咨询中帮助咨询师理解来访者，并快速有效地掌握焦虑问题的心理根源，从而与来访者共同面对核心问题，调整焦虑程度，使其成为促进自我成长的推动力。

关键词：焦虑情绪；焦虑认知六因素骨牌模型

分组报告 A15：心理咨询与治疗的干预研究

慈悲聚焦疗法对新手心理咨询师耗竭的干预研究

吕欣 张亚

（华东师范大学心理与认知科学学院，上海市心理健康与危机干预重点实验室）

慈悲聚焦疗法属于 CBT 的第三波疗法，关注痛苦产生的原因及应对方法，呼吁现代人以自我慈悲的方式善待自己。心理咨询师由于职业特性，要持续面对来访者的痛苦和困扰，并提供共情和倾听，是耗竭的高发人群。为探究慈悲聚焦疗法对新手心理咨询师耗竭的干预效果，使用慈悲聚焦疗法团体对产生耗竭的实验组新手心理咨询师进行 8 次一对多干预。结果表明：慈悲聚焦疗法团体能够有效降低新手咨询师的整体耗竭、身心疲惫和机构支持感降低水平。结论：自我慈悲水平越高的心理咨询师越不容易产生耗竭，连续 8 周的半结构化慈悲聚焦团体咨询能够缓解心理咨询师的整体耗竭感，提升心理咨询师的自我慈悲水平，降低自我批评程度。

关键词：心理咨询师；耗竭；慈悲聚焦疗法；自我慈悲；疗效因子

积极未来想象中的身体自我意识效应

谢琳^{1,2}

1 杭州师范大学临床医学院，2 杭州师范大学附属医院临床心理科

未来想象是预期、感知和解释未来的心理模拟能力，对维持心理健康有重要作用。抑郁障碍患者对未来的积极预期减少、消极预期增多，可通过未来想象训练进行干预；焦点解决等治疗流派中会利用奇迹问句等技术引导来访者进行积极未来想象以建构解决方法。未来想象与自我因素密切相关。在具身论的视角下，身体自我意识是自我因素中不可忽视的部分。身体自我意识是对身体空间定位和状态觉察的整体意识，是在中枢神经系统对视觉、触觉和本体感觉等多通道感觉信息进行整合处理的基础上形成的。由此提示在引导未来想象的过程中，不仅需要引导来访者对积极事件场景画面的想象，同时需要注重对来访者舒展姿势、肌肉放松等身体层面的引导，以通过形成积极的身体自我意识更有效地引导积极未来想象。

关键词：未来想象；身体自我意识；多感觉整合；具身论

心理咨询督导中受督导者不暴露内容与相关因素

廖佳^{1,2} 田瑞琪^{1,2}

(1 西南交通大学心理研究与咨询中心成都; 2 西南交通大学应用心理学研究院)

为了探索心理咨询督导中受督导者不暴露的现状和相关因素。本研究采用目的性抽样法选取了 13 名受督导者进行深度访谈, 使用主题分析法对转录稿进行数据分析。结果显示, 受督导者不暴露包括督导相关、咨询相关和受督导者相关三部分内容。其中督导相关包括督导感知、督导设置、督导关系、督导满意度, 咨询相关包括个案内容、对个案的感受, 咨询师相关包括个人议题、专业发展水平。受督导者不暴露的相关因素包括动态因素、静态因素, 其中动态因素包括关系、评估与反馈、团体动力、自我评估, 静态因素包括个人相关、督导相关。这表明中国的受督导者不暴露内容与相关因素与国外研究结果具有相似性, 且团体督导中的受督导者会出现更多的不暴露, 所以团体督导带领者需要对被督导者不暴露给予高度重视, 并且我国督导师可以参考国外对被督导者不暴露的研究成果, 减少督导过程中的不暴露行为。

关键词: 心理咨询督导; 不暴露; 受督导者; 内容; 相关因素

虚拟沉浸绿色自然对精神障碍患者主观幸福感方面的影响

高琛^{1,2}, 刘陈陵^{1,2*}

(1.中国地质大学(武汉)心理科学与健康研究中心, 武汉 430074; 2.中国地质大学(武汉)教育研究院, 武汉 430074)

自然环境对心理健康的益处已被大众认可, 随着虚拟现实(VR)的流行, 虚拟沉浸绿色自然因其易得性与高复制性被推荐用于临床, 以增加患者的现实连通感。虚拟沉浸自然技术已应用于焦虑症、抑郁症、恐惧症、创伤后应激障碍等精神障碍, 并成为精神障碍患者的解压放松工具, 以改善情绪体验, 提高主观幸福感(包括积极情绪、消极情绪、生活满意度)。然而, 有许多研究表明部分 VR 用户会出现例如晕动、恶心等不良反应, 从而影响对情绪的改善。本

综述从主观幸福感路径探索了虚拟沉浸绿色自然对精神障碍患者的心理恢复性, 为精神障碍患者接受系统治疗并积极进入社会提供有力支持。虚拟沉浸绿色自然技术虽势头正盛, 但未来若将其作为一种临床辅助治疗手段广泛应用, 还需在个体化差异、生理负面影响、人力财力成本等方面做努力。实证研究还可以结合认知神经科学从神经机制方面减少 VR 带来的负面影响, 以提高精神障碍患者的主观幸福感。

关键词：虚拟现实；绿色自然；主观幸福感；情绪；精神障碍患者

精神疾病话语分殊对精神健康不平等现象的形塑

魏晓薇^{1,2} 李强¹ 翟宏堃¹ 臧慧琳¹

(1. 天津市教育科学研究院德育与教育心理研究所；2. 南开大学社会心理学系)

精神健康不平等现象是我国乃至国际社会当下所面临的重大公共卫生挑战。精神健康不平等是指：处于不利社会地位的个体精神疾病发病率畸高的现象，主要表现为精神健康状况和精神卫生服务可及性的社会分层。一般研究认为，社会决定因素的差异是导致精神健康不平等的原因。而在这一直观因素的背后，精神疾病话语的分殊不断加剧着精神健康不平等社会再生产。这一过程更加隐蔽，对于精神健康不平等的塑造也更为深刻、持久。

精神疾病话语分殊体现为精神疾病话语在不同群体间的普遍差异与冲突。过往研究往往采用地域文化二分法框架及身份二分法框架来解释这一现象。然而，这一框架因解释力不足与过分笼统而受到质疑。回到现实生活和科学的层面去重新审视精神疾病话语的冲突，我们能够发现一个全新的框架，即在现代性和后现代性、“自然的”和“自然主义的”意义上来理解精神疾病的话语。一方面，精神疾病话语同时具备现代性和后现代性特征。精神医学是当代构建精神疾病话语最主要学科阵地，而现代性和科学精神甫一诞生，就处于彼此渗透的状态中。但同时，多元化的、非理性的精神疾病叙事也始终占据一席之地。另一方面，精神疾病话语又分化为“自然的”与“自然主义的”。精神疾病的亲历者对于疾病的认识经历了一个由“主体的痛苦体验”到“作为客体的疾病”的过程，由此产生了对精神疾病的“自然的”认识和体验。而医生等专家群体更注重将疾病作为一个认识客体加以凸显，以达到科学的真理性，由此产生了对精神疾病“自然主义的”认识和体验。

医学生物学模式是解释作为精神疾病的心灵苦痛的主要阵地，而在医学模式下，精神疾病“自然主义的话语”遮蔽了“自然的话语”，现代性的叙事淹没了后现代性的叙事。这在无形中加剧了精神健康不平等。在面对人类的心灵苦痛时，应超越传统的解释框架，重新正视精神疾病话语的多元性及其意义。

关键词：精神健康不平等；话语冲突；精神现象学

分组报告 B1：心理治疗的效果与咨访关系

精神分析性短期焦点治疗的治疗性协作分析：基于治疗性最近发展区理论

周家豪 颜群 鲁艳桦

（南宁师范大学教育科学学院）

背景：当事人的改变是不同心理治疗流派的主要目标，William B. Stiles 等在 20 世纪 90 年代初提出的“同化模型”是心理治疗的整合模型，也是心理治疗中改变的泛理论解释。基于同化模型和维果茨基的最近发展区理论，Leiman 和 Stiles 提出了治疗性最近发展区，用以评估治疗性协作，能够进一步解释治疗师在不同阶段的帮助策略。以往研究对于好坏效果案例，不同流派案例的治疗性协作特点进行过分析，但对于精神分析性短期焦点治疗取向的咨询特点分析存在空白，特别是本土治疗案例的研究分析稀缺。方法：采用治疗性协作编码系统对该取向治疗师的 6 例好效果案例进行内容分析，将对话按照编码规则转换成可量化的编码结果，将编码结果导入 SPSS 进行数据分析。结果：在治疗师介入类型方面，治疗师有倾向性地更多选择挑战性介入；当事人回应类型方面以确认性回应为主；在治疗性交流类型方面，落在“确认-安全”区段略高于“确认-可忍受冒险”区段，差异不显著；导致当事人从不确认回应重回确认性回应的治疗师介入原因有：挑战中带有支持性介入技术、抓住当事人的主导/问题声音进行介入、进一步挑战、回撤先前行动并重新收集信息。结论：该取向治疗师对潜意识工作的咨询技术易促成当事人原有观点的重构；治疗师关注由支持性介入导致的不确认性回应，善于从中找到当事人的主导/问题声音并展开工作；治疗师挑战性介入中包含的支持性介入部分能带来更多确认性回应。

关键词：心理治疗；治疗性协作；治疗性最近发展区；精神分析性短期焦点治疗；治疗性协作编码系统

叙事生涯咨询过程及效果的研究进展

姜梦颖 mengying_jiang@126.com

申宇辰 yuchenshen@nju.edu.cn

自生涯建构理论提出以来，故事叙说取向的生涯咨询成为生涯咨询领域的新趋势。以心理咨询治疗的情境模型为分析视框，本文回顾了近十年来针对故事叙说取向的生涯咨询研究。在咨询效果方面，叙事取向的生涯咨询可以增强来访者的幸福感，包含情绪改善、认知正向化、行动积极化等。在生涯相关的效果上，

叙事取向的生涯咨询能够提升来访者的生涯适应力和职业认同等。从咨询过程来看,目前对于特定成分中激发来访者体会、思考、行动的技术研究进展较多,出现了访谈、文字、图画类的多种叙事方式,定量与质性工具的结合使用也受到关注。回顾发现目前对过程变量的研究还不充分,干预难以复制及差异化应用,未来可建立问题诊断和干预体系来指导实践。

关键词:叙事取向;生涯咨询过程;生涯咨询效果

论叙事治疗中的双重倾听

叶慧燕

清华大学

叙事治疗(Narrative Psychotherapy)作为后现代心理治疗中具有典型意义的疗法,兴起于20世纪80年代,由澳大利亚的麦克·怀特(Michael White)和新西兰的大卫·艾普斯顿(David Epston)创立。叙事治疗工作方式的核心在于叙述故事。在叙事治疗中,应用双重倾听的技术深入倾听故事中的对话,使双重倾听这一技术在心理咨询和治疗中得到更广泛应用。本研究通过澄清叙事中的双重倾听技术的细节及特点,丰富和扩展了叙事的技术架构,从而推动叙事的推广并与其他心理咨询流派的整合。

关键词:叙事治疗;倾听;双重倾听

当事人不确定性容忍度的改变与咨询效果的关系

李丹阳 江光荣

(华中师范大学心理学院,青少年网络心理与行为教育部重点实验室,湖北省人的发展与心理健康重点实验室,湖北东方明见心理健康研究所)

不确定性容忍度是指个体在对其关切的事物缺乏了解或判断的状况下,所产生的一系列正性和负性的情绪、认知与行为反应集合,与个体的心理健康密切相关。目前,不确定性容忍度在常规心理咨询中是否发生改变,以及这一改变与传统的咨询效果之间有何关联,尚未有清晰的认识。

因此,本文通过纵向研究,使用不确定性容忍度问卷和常规临床效果评估量表,以1所高校心理健康中心和1所社会心理咨询机构共153名当事人为研究对象,采用多项式回归与响应面分析,考察不确定性容忍度的改变与咨询效果之间的关系。

结果显示,当事人的不确定性容忍度在咨询后显著提高,且咨询前后的稳定与变化、变化方向均能显著预测咨询效果;当事人保持稳定的低不确定性容忍度,

则咨询效果更差，保持稳定的高不确定性容忍度，则咨询效果更好；咨询后不确定性容忍度较咨询前降低，则咨询效果更差。

本研究立足于常规心理咨询设置，发现当事人的不确定性容忍度确实在咨询后发生了变化，且与传统的咨询效果有关，为不确定性容忍度作为衡量咨询效果指标的可行性提供了证据支持，为实践者进一步探索促进咨询效果的办法提供了参考。

关键词：不确定性容忍度；心理咨询效果；多项式回归与响应面分析

宁波市康宁医院注册实习点的创建与发展—基于心理师胜任力模型

崔静静¹ 冯婧婧 张媛媛 禹海航 胡珍玉²

2015年宁波市康宁医院正式成为中国心理学会的注册实习机构，编码为SXS15-004，近8年来基于心理师胜任力模型，依据注册心理师的注册标准，在知识、能力、态度三个方面，开展了大量心理咨询与治疗临床实习与脱产培训等重要实践。近三年工作主要体现在：（1）临床心理科实习带教一百余名本科硕士心理生，致力于提升准心理师的胜任力；实现小程序云中心的搭建，扩大专兼职心理师队伍至近百人，以“6+1+1”模式开展质量控制，依托注册点平台组织持续规范的专业督导；（2）心理咨询治疗中心已开展七期“临床心理咨询与治疗师专项进修培训项目”，旨在培养心理咨询与心理治疗方面的实战型人才；（3）依托宁波市心理卫生协会积极投身于社会心理服务体系建设，开展线上线下心理讲座及团体心理辅导1万余场次，共服务约17331余人次；心理危机干预11起，共服务约705人次；开展心理评估和心理体检共服务5066人次等等。未来期待注册系统能加强互动指导频率，帮助我们引进国内外优秀长程连续性培训，向全国高校通报和宣传注册实习机构。总之，宁波市康宁医院注册实习点的体系建设与实践有效地推动了当地专业工作的规范开展，更促进了心理咨询与治疗专业人员的专业胜任力提升，使接受心理咨询与治疗服务的来访者的利益得以保障。

关键词：注册实习机构；胜任力模型；宁波市康宁医院

分组报告 B2：抑郁障碍的多角度探索

因果信念和内隐理论对抑郁障碍内隐与外显污名感的影响

高雯 梁思雨 阎琳琳

辽宁师范大学心理学院

与采用自我报告法测量的外显污名感不同，抑郁障碍内隐污名感是指个体自己难以觉察到的、自动化的、对抑郁障碍及其患者的消极态度，常常通过内隐联想测验进行观测。抑郁障碍的因果信念和内隐理论分别是指个体对抑郁障碍的成因（生物归因/社会心理归因）和可变性（可治愈/不可治愈）的信念。为了考察上述变量之间关系，本研究使用 TC Lab 在线实验平台和问卷星，对随机选取的 123 名 18~27 岁的大学生进行了认知-行为实验和问卷调查，从内隐和外显两个层面测量了被试关于抑郁障碍的污名感、因果信念和内隐理论。其中，本研究借鉴抑郁障碍内隐污名感的测量范式，创设并实施了抑郁障碍因果信念和内隐理论的单类内隐联想测验。结果显示，大学生在内隐和外显层面上都倾向于认可抑郁障碍是消极的、由社会心理因素导致的；他们在外部报告中认为抑郁障碍是可治愈的，但是内隐层面上认为抑郁障碍是不可治愈的；抑郁障碍内隐理论在因果信念与污名感之间的中介作用在内隐层面上成立，但在外显层面上不成立。这些结果表明各种形式的心理健康教育需要深入公众的内隐信念，通过干预公众内隐的抑郁障碍因果信念和内隐理论来降低他们内隐的抑郁障碍公共污名感。

关键词：抑郁障碍；内隐污名感；外显污名感；因果信念；内隐理论

亲子关系、教养行为与地震后青少年抑郁：青少年个体间、个体内的关系

李伊凡 叶莹莹 周宵

浙江大学心理与行为科学系

本研究旨在研究亲子关系、教养行为(温暖、拒绝和过度保护)和创伤后青少年抑郁之间的时序关联，并使用随机截距交叉滞后模型区分青少年个体间、个体内的差异。我们于九寨沟地震后 12 (T1)、21 (T2)、27 (T3)个月对中国青少年进行了三次调查。在 585 名至少参与了两次调查的青少年中，T1 时的平均年龄为 15.50 岁(SD = 1.58)，57.8%为女孩。控制青少年 T1 创伤暴露、年龄和性别，个体内结果表明：在 T1-T3，亲子关系和青少年抑郁通过教养温暖的中介作用双向影响。在 T2-T3，父母拒绝与青少年抑郁呈双向关系，青少年抑郁单向地与更高的父母过度保护与更低质量的亲子关系相关。综上，创伤事件发生后，短期内的

干预应同时关注亲子关系和青少年抑郁症状的改善；较长时间内，干预则应重点通过缓解青少年抑郁打破“恶性循环”，避免青少年抑郁对亲子关系和教养行为的负面影响。

关键词：抑郁；亲子关系；教养行为；青少年；随机截距交叉滞后模型

抑郁症患者内隐自我图式和他人图式的事件相关电位研究

姚佳宇^{1†} 郑子蔚^{1†} 张艺¹ 苏珊珊¹ 王媛¹ 陶晶¹ 彭毅华¹ 吴艳茹¹ 蒋文晖¹ 仇剑崑^{1*}（通讯作者）

（1 上海交通大学医学院附属精神卫生中心）

背景：人际问题是抑郁症（Major Depressive Disorder, MDD）的维持和复发因素，内隐图式在 MDD 的人际问题中起到重要作用。研究旨在考察 MDD 患者内隐图式的事件相关电位特征。

方法：招募 40 名发作期 MDD 患者和 33 名健康对照（Healthy Controls, HCs）。采用汉密尔顿抑郁和焦虑量表评估临床症状，采用人际问题量表测量人际问题。通过外部情感西蒙任务（The Extrinsic Affective Simon Task, EAST）测量内隐自我图式和他人图式。

结果：①MDD 组在过度接纳等六个人际问题维度上的得分高于 HCs（ $p < 0.01$ ）。②HCs 对积极自我和积极他人的反应时分别小于对消极自我（ $t = -3.304, p = 0.002$ ）和消极他人（ $t = -3.155, p = 0.003$ ）的反应时，MDD 组缺乏该特征，且他人 EAST 效应组间差异显著（ $t = 2.937, p = 0.004$ ）。③HCs 对消极他人的 N2 成分更大（ $t = 2.950, p = 0.005$ ）、对积极他人的 P3 波幅更大（ $t = 2.185, p = 0.033$ ），MDD 组缺乏该特征。组间比较发现，积极自我条件下，MDD 组 LPP 波幅更小（ $t = -2.180, p = 0.034$ ）；消极他人条件下，HCs 的 N2 成分更大（ $t = 2.833, p = 0.006$ ）；积极他人条件下，MDD 组 P3（ $t = -2.906, p = 0.005$ ）、LPP 波幅（ $t = -2.367, p = 0.022$ ）更小。④相关分析发现，仅 LPP 成分与过度接纳等部分人际问题维度显著负相关（ $p < 0.05$ ）。

结论：MDD 患者缺乏积极自我图式和积极他人图式，他人图式与早期自动加工阶段和晚期精细加工阶段的异常均有关，而自我图式仅与晚期精细加工阶段的异常有关。

关键词：抑郁症；内隐图式；事件相关电位

双相情感障碍患者个案报告——CBT 疗法临床应用分析

陈家兴

昆明医科大学

该个案取自云南省精神病院某科室一成年男性病例。患者持续住院 2 个月，期间皆为封闭病房管理。自愿入院，想解决情绪控制问题。自述情绪起伏大，且变换频率高，影响了正常的社会生活。入院时意识清晰，谈吐正常，无家族病史。该患者小学至初中有较为长的被霸凌史。初中毕业后，去沿海某城市打工。在此时期开始，出现情绪低落，兴趣丧失，意志减退，最长持续 4 个月。在员工宿舍内，幻听有人呼喊其别称与电话铃响，并伴随有一种被监视感。在打工期间，数次出现自杀自伤行为，但都被自我克制未有彻底实施。2018 年年初出现兴奋异常，多动话多，不觉疲惫，易发脾气，强烈地想攻击他人。随后兴奋与抑郁情绪开始不断切换，且一周内可切换数次。入院后，在日常药物治疗与作息管理的配合下，规律性的导入 CBT 疗法。运用 IPSRT 技术，针对悲伤、角色纠纷、角色转变和关系缺陷四个维度，前后共进行 4 次团辅与 8 次咨询面谈，成功帮助该患者建立了稳定的自我认知与正确信念。

关键词：双相情感障碍；个案分析；CBT 疗法；IPSRT 技术

分组报告 B3：正念干预实践与心理健康促进

基于学校的正念干预对青少年抑郁焦虑的效果检验：整群随机对照试验

罗焱丰¹ 曾卓¹ 臧寅垠¹（通讯作者）

1 北京大学心理与认知科学学院和行为与心理健康北京市重点实验室

青少年时期是抑郁和焦虑首次发作的高峰期。新冠疫情期间，青少年群体的心理健康状况呈现下降的趋势，受到抑郁和焦虑困扰的青少年比率分别为 25.2% 和 20.5%，是疫情之前的两倍之多。正念是认知行为流派第三浪潮的重要组成，指有意识地觉察并保持非评判的态度专注于当下。已有大量实证研究支持正念对青少年抑郁和焦虑的干预效果，但基于学校开展正念对青少年抑郁和焦虑的影响却仍存在争议，且缺乏本土化干预方案。基于此，本研究设计了一套 6 周的正念干预课程（每周包括 30 分钟左右的正念讲解视频课程和课后自主正念练习），并于 2022 年 11 月招募山东某中学的 312 名初二学生实施整群随机对照试验，检验干预效果。所有参与者被基于班级随机分为正念课程组（ $n = 271$ ）和等待组（ $n = 41$ ），并在前、中、后测和第 1、2 个月追踪时测量其正念和抑郁焦虑水平。本研究使用多层线性模型（multi-level modeling）对组间差异进行分析。结果表明，尽管受到新冠疫情的影响，两组抑郁焦虑水平均随时间有所上升，但基于学校的正念干预可以减缓上升的趋势，揭示了正念在预防青少年抑郁和焦虑方面的潜在价值。

关键词：正念；基于学校的心理干预；青少年；抑郁；焦虑

正念与教师道德决策：共情关注与道德自我效能感的链式中介

胡佳颖 匡倩 张祺秀 封珊 代芸 钟罗金

华南师范大学教师教育学部 华南师范大学心理学院

华南师范大学经济与管理学院

随着新时代教育发展的需求日益增多，教师在日常工作情境中面临着更多复杂的道德困境，对教师个体心理和行为，以及学校育人质量都会产生影响。如何有效应对这一困境，提高教师的道德决策水平，加强师德培养，是学界和广大教育工作者热切关注的主题。先前的研究发现，正念训练能显著提高个体的道德决策水平。为考察正念干预在教师道德决策过程中的作用机制，本研究基于社会认知观的自我调节理论和道德四成分模型，采用方便抽样和整群抽样相结合的方法，选取广州市的 120 名中小学教师为对象，结合等候名单控制组实验，问卷调查法

和日记法进行系统研究。研究 1 采取前后测设计和跟踪研究,通过正念干预操纵和道德判断测验验证正念干预对教师道德决策水平的积极影响。研究 2 结合问卷调查和日记法,采用人际反应指针量表和道德自我效能感量表进行数据收集,进一步探讨共情关注和道德自我效能感在正念对教师道德决策调节作用中的链式中介效应。研究 1 和研究 2 结果显示:正念干预后个体的道德决策水平显著提升,体现出了更高的共情关注和道德自我效能感,从而在日常情境中更多表现出利他的道德决策。该研究成果有助于深入理解正念在教师道德决策中的作用机制,推进正念和师德领域的研究进展,同时也为制定相关的师德培养计划提供了可行的建议。

关键词: 正念; 道德决策; 共情关注; 道德自我效能感; 教师

经验回避在正念干预早期阶段的作用: 两项中介研究

贺梦瑶¹, 李燕娟¹, 巨睿琳¹, 刘姝¹, Stefan G. Hofmann², 刘兴华^{1*}

1 北京大学心理与认知科学学院行为与心理健康北京重点实验室

2 德国马尔堡菲利普大学临床心理学系和美国马萨诸塞州波士顿市波士顿大学心理和脑科学系

背景: 如今,越来越多的研究调查了传统 8 周正念干预缓解情绪困扰的潜在机制。尽管 2-4 周的正念干预已经可以显著改善情绪困扰,但很少有研究关注 8 周正念干预的早期机制。目前的研究试图检验经验性回避是否中介了早期正念干预对情绪困扰的影响。

方法: 通过网络招募高情绪困扰的参与者。在研究 1 中, 324 名参与者被随机分配到正念干预组(N = 171)或等候组(N = 153)。在基线和第三周干预后测量经验性回避和情绪困扰。在研究 2 中, 158 名参与者被随机分配到正念干预组(N = 79)或等待组(N = 79)。在基线和干预前三周的每周测量经验性回避和情绪困扰。

结果: 与等待组相比,正念干预组的经验性回避、情绪困扰、焦虑和抑郁在早期显著改善(Cohen' d = 0.22-0.63)。此外,研究 1 的结果表明,前三周经验性回避的变化中介了正念干预对前三周情绪困扰变化的影响;研究 2 的结果表明,正念干预的前三周,经验性回避的变化可以中介正念干预对随后情绪困扰变化的影响。

结论: 本研究结果揭示了经验性回避在早期正念干预缓解情绪困扰中的机制作用。

关键词: 正念干预; 情绪困扰; 经验性回避

正念练习对前线社工职业倦怠的积极作用：一项准实验研究

王琪 岭南大学

背景：在 COVID-19 疫情期间，中国社工需要处理弱势人群的需求，因而可能导致高水平的心理压力和职业倦怠。正念干预是一种应对这些障碍并促进福祉的有效方法。本研究的目的是评估线上正念干预对 COVID-19 疫情期间中国社工减少职业倦怠的效力。

方法：本研究采用准实验设计。上海的前线社工可以选择加入干预组（线上正念干预）或对照组（自我学习正念练习）。主要实验结果是职业倦怠，次要结果包括积极和消极情感、正念水平和日常灵性体验。

结果：共有 142 名（80.3% 女性；平均年龄 = 37.54；标准差 = 6.90）和 66 名（75.8% 女性；平均年龄 = 36.91；标准差 = 6.28）。社工非随机地加入干预组和对照组。经过八週的正念练习后，干预组显示出显着的职业倦怠减少（ $d = -0.21$ ），而对照组的职业倦怠得分显著增加（科恩 $d = 0.27$ ）。此外，只有干预组显著减少了消极情感。同时，干预组和对照组都表现出正念和日常灵性经验的显著增加。

讨论：本研究的结果表明，在 COVID-19 疫情期间，线上正念练习是一种有效的干预手段，可以减少前线社工的职业倦怠和消极情感。参与任何形式的正念练习的参与者都可以提高正念水平和日常灵性体验。这些结果表明，正念练习，特别是线上正念练习，可能是促进社工心理健康和福祉的有用工具。

正念教养对小学儿童问题行为的影响：父母情绪调节策略的不同作用

阎琳琳 高雯 申奥文

辽宁师范大学

为了探讨正念教养与小学儿童问题行为（内化问题和外化问题）的关系以及父母情绪调节策略在其中的不同作用，本研究对 498 名小学生的父母进行问卷调查，由父母填写人际正念量表、情绪调节策略问卷、自我同情量表和儿童行为量表。结果显示：（1）正念教养可显著负向预测儿童问题行为；（2）父母自我同情在正念教养和儿童问题行为间的中介作用均存在；（3）父母认知重评在父母正念教养和儿童问题行为间的中介作用均不存在；（4）父母表达抑制仅在父母正念教养和儿童外化问题间的中介作用存在。研究结果进一步揭示了正念教养对儿童问题行为影响的内在机制：正念教养对儿童问题行为具有积极的影响；正念教养可以通过父母自我同情来减少儿童问题行为。

关键词：正念教养；问题行为；中介模型；自我同情；情绪调节

分组报告 B4：童年创伤与自伤、自杀研究

童年创伤模式对自杀意念的影响：抑郁、希望感和表达抑制的作用

叶莹莹¹ 李伊凡¹ 周宵¹（通讯作者）

¹ 浙江大学心理与行为科学系, psyzx@zju.edu.cn

背景：童年创伤经历是目前普遍发生的问题，会对个体的身心产生长期的消极影响，容易引发抑郁，甚至自杀意念等内化问题。然而，不同模式的童年创伤经历如何影响随后的自杀意念和潜在的机制仍不清楚。因此，本研究将通过潜在剖面分析确定童年创伤的潜在模式，并探究不同的模式如何通过抑郁、希望感和表达抑制影响自杀意念。**方法：**本研究采用童年创伤问卷、流调中心用抑郁量表、状态希望问卷、情绪调节策略问卷及儿童行为问题问卷对 1777 名青少年进行了一年的随访调查。**结果：**研究结果发现了低童年创伤、高忽视、复杂性创伤这三种童年创伤的模式。控制了人口学变量后，与低童年创伤组相比，高忽视组的青少年在一年后对自杀意念的直接预测作用更强，高忽视组和复杂性创伤组都更容易通过抑郁直接预测一年后的自杀意念，或者通过抑郁经由一年后的希望感和表达抑制的中介作用间接预测自杀意念。**结论：**研究结果说明了童年期忽视是直接或间接影响自杀意念的重要因素，而复杂性创伤主要通过抑郁经由一年后的希望感和表达抑制来增加自杀意念。对于不同童年创伤模式的群体，本研究发现为开发针对性的心理干预方案提供了证据支持。

关键词：童年创伤；自杀意念；抑郁；希望感；表达抑制

无效家庭环境与非自杀性自伤：羞耻感的中介作用

黄安麟¹，钟杰¹（通讯作者）

¹ 北京大学心理与认知科学学院，行为与心理健康北京市重点实验室

目的：探讨无效家庭环境与非自杀性自伤的影响中，外显与内隐羞耻感的中介作用。**方法与结果：**研究一对 540 名特殊职业教育学院的学生进行问卷调查，考察无效家庭环境与外显羞耻感对个体非自杀性自伤严重程度的影响。结果发现无效家庭环境与非自杀性自伤的关系之间，外显羞耻感起到了中介作用；研究二对 56 名参与者进行行为实验 - 羞耻感的内隐联想测验 (IAT-Shame)。结果发现内隐羞耻感在高低无效家庭环境与有无自伤历史之间并不存在组间差异。讨论：外显羞耻感在无效家庭环境与非自杀性自伤之间起到了中介作用，而内隐羞耻感则没有显著影响。

关键词：非自杀性自伤；家庭无效环境；羞耻感；内隐联想测验

机器学习在自杀风险研究、预防领域的应用

张立颖¹ 伍新春^{1,2} 王文超^{1,2}

1.北京师范大学心理学部, 应用实验心理北京市重点实验室, 心理学国家级实验教学示范中心(北京师范大学); 2. 北京师范大学应用心理学院(珠海校区)

自杀风险一直是心理健康领域的重点研究问题, 但自杀风险的研究和预防难度极大。本文概括了传统方法在研究、预防自杀风险上暴露出的局限性。重点介绍了机器学习这种新兴方法在自杀风险研究、预防领域的应用, 其种种优越性助力了自杀风险的理论研究, 同时大大提高了识别与预测自杀风险的准确率, 为后续预防干预工作打好基础。但没有完美的方法, 本文另对机器学习在自杀风险研究、预防中出现的局限与不足之处进行了总结讨论, 并借此提出未来的研究方向, 旨在为研究者与临床工作者提供一定的参考价值。

关键词: 自杀风险; 机器学习; 机制研究; 识别与预测; 预防

恼羞必成怒? 创伤经历大学生的羞耻和内疚对网络攻击和非自杀性自伤的影响机制

李昌盛 伍新春 王文超

(北京师范大学心理学部, 应用实验心理北京市重点实验室, 心理学国家级实验教学示范中心[北京师范大学])

不良的攻击行为, 无论是指向他人的网络攻击还是指向自己的非自杀性自伤行为, 都是创伤经历个体的常见问题。过去的研究表明创伤相关羞耻和内疚对攻击行为有促进或抑制作用, 但结果不一致且缺乏认知机制探讨, 并且还没有一项研究验证结论对网络攻击的外推性。以 1171 名不同地区中国大学生为被试, 筛选出 739 名创伤经历相关个体, 采用问卷法间隔 6 个月追踪研究创伤相关羞耻与内疚对网络攻击和非自杀性自伤的影响, 并考察认知因素(侵入性反刍和主动反刍)的中介作用, 结果发现: (1) 羞耻可以正向预测两种攻击行为, 相反地, 内疚可以负向预测两种攻击行为; (2) 羞耻可以通过侵入性反刍和主动反刍的中介正向预测两种攻击行为, 相反地, 内疚可以通过主动反刍的中介作用负向预测非自杀性自伤行为; (3) 羞耻通过侵入性反刍-主动反刍的链式中介正向预测非自杀性自伤行为。本研究在一般攻击模型的基础上理清了创伤相关羞耻和内疚对攻击行为的认知影响机制, 并在使用同一样本, 追踪研究的基础上, 同时考察了指向他人和自我的两种攻击方式, 拓展了理论的可靠性。

关键词: 内疚; 羞耻; 网络攻击; 非自杀性自伤; 反刍;

分组报告 B5：正念及其他心理干预研究

疫情期间急性哀伤期丧亲者的持续性联结与丧亲后适应：基于潜在剖面分析

于心怡^{1**} 钱文丽^{1**} 黄晶菁¹ 徐鑫² 唐任之慧¹ 焦克媛³ 邹欣妍⁴ 申新兰¹ 王建平¹ [通讯作者：王建平, E-mail: wjphh@bnu.edu.cn]

(1 北京师范大学心理学部, 应用实验心理北京市重点实验室, 心理学国家级实验教学示范中心 (北京师范大学))

(2 苏州大学教育学院心理学系)

(3 香港大学社会工作及社会行政学系)

(4 中国科学技术大学心理健康教育与咨询中心)

经历丧亲事件后, 丧亲者通常会试图维持与逝者的联结, 即持续性联结, 其与急性哀伤期丧亲者的心理病理症状的关系仍不明确。新冠疫情的爆发不仅使许多人经历丧亲之痛, 其造成的特殊现实条件也可能影响丧亲者建立的持续性联结。本研究的目的是探索疫情期间丧亲者在急性哀伤期的持续性联结表现上是否存在亚群体, 并考查不同亚群体的预测因素及哀伤和抑郁症状水平的差异。本研究招募了 159 名疫情期间丧亲且丧亲时长一年内的成年人, 丧亲者完成了基本信息问卷、复杂性哀伤问卷、病人健康问卷抑郁量表和持续性联结问卷。潜在剖面分析表明, 持续性联结表现存在 4 类亚群体: (1) 低联结组 (30.2%), (2) 较高内化 - 较低外化联结组 (35.2%), (3) 中等联结组 (20.8%) 和 (4) 高联结组 (13.8%)。低联结组丧亲者的哀伤症状最少, 且较高内化 - 较低外化联结组丧亲者的抑郁症状多于高联结组。性别、年龄、与逝者关系及亲密程度可以显著预测丧亲者的亚群体归属。本研究从个体中心视角出发, 揭示了疫情期间丧亲且处于急性哀伤期的丧亲者的持续性联结在个体水平上存在质的差异, 且在急性丧亲期, 内化联结可能无法促进哀伤适应, 以上发现有助于在丧亲早期为丧亲者提供更有针对性的预防性干预。

关键词: 持续性联结; 急性哀伤; 抑郁; 潜在剖面分析

注意控制和正念在正念干预情绪困扰中的中介作用: 一项随机对照研究

王珍珍¹ 刘兴华¹

北京大学心理与认知科学学院

背景: 正念和注意控制水平在基于正念的干预后显著提高, 且与情绪困扰呈

显著负相关，可能是基于正念的干预改善情绪困扰的潜在机制变量。因此，本研究采用随机对照研究设计，探讨注意控制和正念水平在正念干预缓解情绪困扰中的中介作用。

方法：线上招募 498 名高情绪困扰的受试者，随机分配到情绪困扰的正念干预组(N = 249)或等待对照组 (N = 249)。分别在基线(T0)、第 3 周(T3)、第 5 周(T5)和第 7 周(干预后, T7)采用问卷测量两组受试者的正念、注意控制和情绪困扰水平。

结果：重复测量方差分析结果显示，正念 ($p < 0.001$)、注意控制 ($p < 0.001$)和情绪困扰 ($p < 0.05$)的时间和组别的交互效应均显著。链式中介分析发现，注意控制(T3)和正念(T5)依次中介了正念干预对情绪困扰(T7)的缓解作用，注意控制的变化($\Delta T3-T0$)和正念的变化($\Delta T5-T0$)也依次中介了正念干预对情绪困扰变化的影响($\Delta T7-T0$)。

结论：结果表明，正念干预对注意控制、正念和情绪困扰具有显著的改善作用，正念干预可能通过提高注意控制和正念水平来减少情绪困扰，因此，注意控制和正念可能是正念干预起效的潜在机制。

关键词：正念；正念干预；注意控制；情绪困扰；中介

短时正念认知疗法和接纳承诺疗法对情绪困扰个体的干预效果研究

郑琼娟¹ 南威治¹（通讯作者）

1 广州大学教育学院脑与认知科学中心

通讯作者 Email: nanwz@gzhu.edu.cn

情绪困扰已成为当今社会一个普遍现象，掌握可行的自助心理干预方法是提高民众心理健康水平的重要途径。目的：本研究采用简化的正念认知疗法（Mindfulness-based Cognitive Therapy, MBCT）和接纳承诺疗法（Acceptance and Commitment Therapy, ACT）对情绪困扰的个体进行干预。MBCT 以正念训练为核心，而 ACT 以认知解离为核心。确定并对比两者疗效，推广可行的心理自助干预方法，以缓解民众情绪困扰。方法：通过问卷筛查出疫情开放后产生高度情绪困扰的个体共 42 人，随机分为三组：MBCT 组、ACT 组和对照组。进行为期一周（每日一课，每次 1-1.5 小时）的线上干预。每次课程包括理论讲解、实操训练、答疑讨论三部分。结果：进行 2(前后测)×3(组别)混合方差分析结果显示：第一，对照组前后测在各测试维度上无显著差异；第二，干预组(MBCT 和 ACT)在抑郁、状态焦虑、特质焦虑、心理痛苦、认知融合等维度上前后测均有显著下降；第三，干预组 (MBCT 和 ACT) 在生活幸福感、正念水平等维度上前后测均有显著上升；第四，以上各维度的改善效果，MBCT 和 ACT 组间无显著差异但

均与对照组差异显著。结论：第一，短时 MBCT 和 ACT 均能显著改善个体的情绪困扰，且两疗法效果相当。第二，短时 MBCT 和 ACT 均可以作为自助心理干预方法进行推广。

关键词：短时正念认知疗法；短时接纳承诺疗法；情绪困扰；自助心理干预方法

人际心理治疗干预离异单亲母亲的抑郁症状——基于心理弹性视角

陈姿妍

北京师范大学心理学部

抑郁是评估情绪健康的常见指标之一。由于离异单亲母亲在离异后往往会面临情感破裂、经济情况波动和育儿责任变化等问题，因此该人群常常处于压力和挑战之中，同时也容易暴露在抑郁的风险因素中，最后可能带来身心状况变差、社会功能受损等负面影响，并且难以恢复到身心平衡的状态。本研究基于心理弹性的视角，采用人际心理治疗对一例出现抑郁症状的离异单亲母亲个案进行咨询干预。经评估，该个案存在抑郁症状并且心理弹性水平较低，难以处理离婚带来的影响，甚至影响到应对生活中的其他事件。研究者对个案进行了共 12 次个体咨询，每次 50 分钟。按照人际心理治疗的治疗框架，研究者主要使用了人际关系清单、生活事件时间线、情感宣泄等技术，并结合心理弹性视角聚焦个案的优势与资源，帮助个案重新认识和理解离婚事件，建立面对新生活的信心。研究者使用病人健康问卷（PHQ-9）、心理弹性量表（CD-RISC）、社会支持评定量表（SSRS）进行前测、中测、后测和追踪测，并在咨询结束后通过半结构化访谈收集了个案的反馈结果，以探究本研究方案的有效性和对目标人群的适用性。研究结果显示，基于心理弹性视角下，人际心理治疗能够缓解来访者的抑郁症状、提升心理弹性水平并改善社会支持水平。

关键词：人际心理治疗；离异单亲母亲；心理弹性；抑郁

内观疗法对戒毒人员冲动性干预效果的脑电研究

柳毅¹，牛溪溪²，黄辛隐³

1.江苏省太湖强制隔离戒毒所；

2.苏州工业园区斜塘学校；

3.苏州大学教育学院。

背景：内观疗法对降低毒品成瘾者的复吸倾向，帮助成瘾者的社会回归和适应有显著作用。但目前研究未关注到成瘾人群的主要特征个体冲动性，本研究结

合延迟折扣任务、ERP 技术及相关问卷，探究内观疗法对戒毒人员冲动性的干预效果及生理学依据。方法：通过内观疗法对强制隔离戒毒所自愿报名的 24 名戒毒人员进行为期两个月的前后测干预研究，同时结合延迟折扣任务及脑电技术 (ERPs) 测量戒毒人员在干预前后冲动性的行为指标（延迟折扣水平）和生理指标（脑电波幅）。结果：干预后戒毒人员选择即时奖赏的概率有所减小，即延迟折扣水平（冲动性行为指标）有所降低；选择延迟奖赏时的反应时显著增大 [$t(24)=-2.208, p=0.037, \text{Cohen's } d=0.45$]，对应的 P3 波幅也显著增大 [$t(23)=-2.402, p=0.025, \text{Cohen's } d=0.49$]。结论：内观干预后，戒毒人员在延迟折扣任务中选择即时奖赏的概率减小，选择延迟奖赏时的反应时显著增大，对应的 P3 波幅显著增大，决策时更有耐心，冲动性有所降低，提示内观疗法对戒毒人员的冲动性具有一定干预作用。

关键词：内观疗法；戒毒人员；冲动性；延迟折扣；脑电研究

分组报告 B6：心理干预的个案和随机对照研究

网络人际心理治疗干预经产妇产后抑郁症状——一例个案研究

江皎

北京师范大学心理学部

产后抑郁症状是指产妇分娩后两年内，经历的一系列抑郁情绪，全球大约超过一成产妇会经历产后抑郁。经产妇这一群体同时面临分娩和养育多个孩子的压力，面临产后抑郁风险。

本研究使用网络视频的方式，对一例有产后抑郁症状的经产妇进行干预。来访者二胎分娩后半年，主诉产后抑郁症状，病程约两个月左右。经过量表和访谈评估，确定来访者有产后抑郁症状。

本研究使用人际心理治疗（IPT），使用生理-心理-社会/文化模型进行个案概念化。共进行 13 次咨询，初始阶段（1-4 次）为收集信息、确定问题领域和咨询目标；中间阶段（5-11 次）针对角色转换和角色冲突两个问题领域工作；结束阶段（12-13 次）总结和终止咨询。

量表和访谈结果显示，个案的产后抑郁症状显著减轻，育儿压力大幅降低，婚姻满意度有所提升，社会支持增加。起效因子包括工作同盟、来访者和咨询师个人特质、疗法因素等。面临的挑战包括产后抑郁和焦虑的共病、视频咨询的有限性以及疫情的影响。

本研究结果说明网络 IPT 对经产妇产后抑郁症状具有一定的有效性和适用性。

关键词：网络人际心理治疗；经产妇；产后抑郁；个案研究

综合疗法在线自助干预课程对大学生抑郁情绪的影响：一项随机对照研究

王寿湜¹ 徐慰¹

¹ 北京师范大学心理学部

心理健康问题的在线自助干预具有不受地点和时间的限制，易于使用的优点，并已被证明对亚临床群体有效。目前，国内尚无成熟的针对于大学生群体的在线心理健康自助干预课程。本研究结合了认知行为疗法、行为激活以及正念多种方式，设计了一款网络 14 天自助干预课程，对其有效性进行验证。研究共 102 名达到轻度抑郁的大学生参与，被随机分为两组。干预组完成 14 天的干预课程，对照组采用阳性对照，每天阅读一篇抑郁相关的心理学科普文章并回答相应问题。

干预开始前 (t1)、干预第 7 天 (t2) 及干预结束后 (t3) 进行了三次测量, 包括抑郁水平、思维反刍、认知灵活性、愉快性体验、知觉压力以及病耻感。研究结果表明, 干预组和对照组干预前后的抑郁水平均有显著改善 ($p<0.001$), 并达到 Cohen's d 达到高效应。但干预组的干预效果并未显著优于对照组。其他结果变量的分析结果与抑郁水平相同。综上, 本研究发现在线自助干预以及科普抑郁相关的知识均可以有效缓解大学生的抑郁问题, 这一研究结果为未来大学生的抑郁干预提供了参考, 强调了多种方法结合的干预有效性以及知识普及的重要性。

关键词: 在线自助干预; 抑郁情绪; 综合疗法; 随机对照法

曼陀罗绘画对大学生抑郁倾向的自助干预

鲁艳桦 (通讯作者) 邓雯文

南宁师范大学教育科学学院

抑郁症人数逐年增多, 检出率较高, 最新数据显示发病群体中 18-24 岁占比首位, 此年龄阶段多为大学生, 且由于大学生自身原因或其他外在因素, 如羞愧、经济负担、交通不便以及合格的治疗师数量有限等而更倾向选择自助干预形式。此外, 在关于抑郁自助干预的研究中发现, 结合本土特点开发的工具较少, 表达性艺术治疗形式仍有一定的探索空间, 因此本研究关注抑郁倾向大学生群体, 注重对中国传统文化的传承, 结合传统文化设计曼陀罗绘画自助干预绘本, 招募三组抑郁倾向大学生被试检验其干预效果, 探索自助干预的有效性, 比较曼陀罗绘画与自由绘画的疗愈效果差异。研究采用抑郁自评量表 (SDS) 筛选出 105 名抑郁倾向大学生被试随机分为曼陀罗绘画组、自由绘画组、对照组, 进行为期 4 周的干预实验, 并在实验结束 4 周后进行追踪测量。结果显示: (1) 干预后, 曼陀罗绘画组抑郁水平显著低于对照组 ($p=0.024$), 两实验组差异不显著, 自由绘画组与对照组差异不显著; (2) 两实验组的前后测抑郁得分差值显著高于对照组 ($p=0.000$), 但两实验组无显著差异; 三组追踪前测与后测的抑郁得分差值差异不显著, 干预组抑郁倾向未回落到前测水平, 干预效果得到保持; (3) 绘后感受差异分析显示, 曼陀罗绘画组激发的积极感受显著多于自由绘画组 ($p=0.023$)。为更好地比较两实验组的疗愈效果, 本研究在实验结束后分别邀请两实验组被试对实验进行评分反馈, 结果显示, 在绘后思考对其自身收获和启发程度上, 曼陀罗绘画组显著高于自由绘画组 ($p=0.001$); 在绘画对缓解自身抑郁情绪的帮助程度上, 曼陀罗绘画组边缘显著高于自由绘画组 ($p=0.057$)。研究得出以下结论: 曼陀罗绘画自助干预能有效降低大学生的抑郁水平, 由干预产生的效果得到保持; 被试主观认为曼陀罗绘画相比于自由绘画, 对缓解抑郁情绪效果更优, 激发的积极情绪更多, 本研究设计的绘本具有一定的应用价值。

关键词：抑郁倾向；大学生；曼陀罗绘画；自助干预

动力性人际治疗对抑郁症患者人际功能的改善作用：一项随机对照研究

郑子蔚^{1†} 姚佳宇^{1†} 王媛¹ 蒋文晖¹ 吴艳茹¹ 彭毅华¹
陶晶¹ 苏珊珊¹ 赵文清¹ 赵亚婷¹ 仇剑崑^{1*}

(1 上海交通大学医学院附属精神卫生中心)

目的：抑郁症是全球重要的公共卫生问题，抑郁症患者存在多种人际问题。短程、手册化的动力性人际治疗（DIT）被证明对抑郁症有良好疗效，本研究考察其对抑郁症患者人际功能的提升作用。方法：招募 152 例抑郁症患者，随机分配至 DIT+抗抑郁剂（DIT+ADM：n=88）或单用抗抑郁剂（ADM：n=64）组，使用多重插补法及混合设计方差分析比较 16 周治疗前后的抑郁症状和人际问题。结果：（1）主要疗效指标汉密尔顿抑郁量表（HAMD）的时间×组别交互效应显著（ $F(5, 753)=5.92, P<0.001$ ），在 8 周、12 周和 16 周随访中 DIT+ADM 组优于 ADM 组；（2）人际问题问卷（IIP）的社交逃避（ $F(1, 194)=5.135, P=0.024$ ）和顺从（ $F(1, 309)=4.030, P=0.045$ ）的时间×组别交互作用显著，过度接纳（ $F(1, 237)=3.466, P=0.064$ ）和自我牺牲（ $F(1, 434)=3.716, P=0.054$ ）的时间×组别交互作用边缘显著。进一步分析发现 DIT+ADM 组的过度接纳、社交逃避、顺从、自我中心和自我牺牲显著改善，ADM 组的人际问题无显著变化；（3）存在显著差异的人际问题可合并为讨好-服从型人际问题。中介分析显示，讨好-服从型人际问题的改变在 DIT 对抑郁症治疗效果的中介效应边缘显著（ $dind = -0.052, P=0.070$ ）。结论：DIT+ADM 可有效缓解急性期的抑郁症状，并减少抑郁症患者的讨好-服从型人际问题，说明 DIT 治疗后抑郁症状的缓解可能与人际功能改善有关。

关键词：抑郁症；动力性人际治疗；人际问题；中介分析

青少年人际心理治疗（IPT-A）对中职生人际交往效能感低下的干预——一例个案研究

宋琳琳

北京师范大学心理学部 MAP2021 级

由于产业升级，我国技术型人才需求量持续攀升，中职生成为未来技术发展不可或缺的中坚力量。然而，该群体普遍存在人际关系困扰，其心理问题也易被忽视。本研究采用个案法和访谈法，运用青少年人际心理治疗（IPT-A）针对具

有人际关系困扰的中职生进行干预，提升其人际交往效能感，改善亲子、同伴关系。

来访者自开学以来无法适应中职校生活，在校交友困难，在家因网络使用不当和母亲发生激烈冲突，学习动力低下。本研究共经历 15 次心理咨询和 5 次家长访谈，依照 IPT 基本干预框架，针对角色转换和角色冲突进行深入探索，帮助新生阶段来访者完成角色转换，发展适应的人际关系。通过鼓励情绪宣泄、沟通分析、决策分析、角色扮演等技术探索无效的人际沟通方式，逐渐发展积极有效的沟通策略，促使来访者增加成功的人际交往经验和情绪调节能力，进一步提升人际交往效能感。

本研究使用青少年人际交往效能感量表和人际关系诊断量表评估人际关系改善情况，并在结案一个月后进行追踪访谈评估咨询效果。研究结果显示，干预后来访者的亲子冲突得到有效缓解，人际交往技能逐步增加，对中职生角色更加适应，情绪状态有所好转。因此，在中职生群体中运用 IPT-A 干预人际困扰、提升人际交往效能感切实有效。

关键词：青少年人际心理治疗；中职生；人际交往效能感；亲子关系

分组报告 B7：大学生心理创伤与心理健康

大学生网络心理咨询行为倾向研究

倪晓昉 徐帅

云南民族大学

为了解某大学学生对网络心理咨询的行为倾向,探讨大学生网络心理咨询行为倾向的影响因素。本研究随机抽取某大学 326 名在校本科生作为被试,采用《大学生网络心理咨询行为倾向调查表》进行调查,使用 SPSS17.0 对数据进行数据分析。结果表明,对大学生而言,传统的面对面咨询更具有影响力,大学生对网络心理咨询的接纳度不高,可能受到怀疑水平、预期风险、社会成见的影响,网络心理咨询的形式更适用于解决情绪情感问题和发展性问题。

关键词:网络心理咨询;行为倾向;大学生

大学生意义中心应对与心理健康的关系:依存型自我建构及学校联结的链式中介作用

陆琴^{1,2,3} 陈倩^{1,2} 张元灏^{1,2,4} 周宗奎^{1,2}

(1.青少年网络心理与行为教育部重点实验室; 2.华中师范大学心理学院暨湖北省人的发展与心理健康重点实验室; 3.青海大学大学生心理健康教育中心; 4.武汉警官职业学院)

为探讨持续慢性应激(疫情)下大学生的意义中心应对与心理健康(以焦虑、抑郁为主)的关系,并检验依存型自我建构和学校联结在其中的中介作用。本研究在新冠疫情流行期间,采用意义中心应对量表、依存型自我建构分量表、学校联结量表、贝克焦虑量表和简版流调中心抑郁量表,对青海省某高校共 856 名大学生进行调查。结果表明:(1)大学生意义中心应对显著负向预测大学生心理健康;(2)学校联结在大学生意义中心应对与心理健康之间起独立中介作用,但依存型自我建构的独立中介作用不显著;(3)依存型自我建构与学校联结在大学生意义中心应对与心理健康之间起链式中介作用。本研究考察了慢性应激背景下大学生意义中心应对对心理健康的影响及其作用机制,为今后培养大学生汲取传统文化和积极心理学意义理论的智慧,主动建构意义感,并积极利用环境及人际的保护因素,提升应对问题和抗压能力,维护心理健康提供了实践启示。

关键词:意义中心应对;依存型自我建构;学校联结;心理健康;大学生

后疫情时代大学生焦虑与应对方式的关系：基于交叉滞后网络分析模型

李思颖

南京师范大学心理学院

本研究旨在探究后疫情时代(post-pandemic)大学生焦虑症状与应对方式间的因果关系，以 336 名非临床大学生为研究对象，在 2023 年 1 月中下旬、2 月中下旬进行 2 次施测，建立了焦虑与应对方式的交叉滞后网络，考察二者之间的交叉滞后效应。结果发现，积极问题关注(AP)的应对方式发出最多正向预期影响(EI)，对焦虑中的害怕(A2)的正向预测是网络中第二强的交叉滞后边缘；积极情绪关注(AE)的应对方式发出最多负向预期影响(EI)，对焦虑中的不幸预感(A5)的负向预测是最强的交叉滞后负向边缘。结果表明了当前情境对于大学生的不确定性和不可控性，因而问题关注的应对失效，情绪关注的应对产生积极作用，印证了压力与应对的多维互动模型(Multidimensional Interaction Model, MIMSAC)，对后疫情时代大学生焦虑的识别模式和干预方案提供了启示。

关键词：焦虑；应对方式；交叉滞后网络分析；纵向研究

高校丧亲学生人际关系敏感和延长哀伤症状的关系：自我-他人融合的中介效应

蒋宛月¹ 黄晶菁¹ 钱文丽¹ 于心怡¹ 唐任之慧¹ 王建平¹（通讯作者）

（1 北京师范大学心理学部，应用实验心理北京市重点实验室，心理学国家级实验教学示范中心（北京师范大学）王建平（通讯作者），E-mail address: wjphh@bnu.edu.cn）

背景：高校学生可能难以适应失去关系密切的重要他人这一种严重的人际关系丧失。如果他们在丧亲后，不能建立和巩固良好的人际关系，其出现严重延长哀伤症状的风险可能较高。人际关系敏感和自我-他人融合程度都与人际关系的产生和维持息息相关，可能会对延长哀伤症状产生影响。因此，本研究将探索高校丧亲学生人际关系敏感和延长哀伤症状之间的关系，并且考查自我-他人融合的中介作用。方法：通过滚雪球的方式在网络上招募了 777 名最近 3 年经历了丧亲的高校学生，其中女性占 51.6%，平均年龄 21.68，平均丧亲时长 15.09 个月，分别测量了延长哀伤症状、人际关系敏感和自我-他人融合水平（包括与逝者的自我-他人融合、与在世重要他人的自我-他人融合两个维度）。结果：控制了人口学和丧亲相关变量后，人际关系敏感显著正向预测延长哀伤症状。然而，自我-他人融合的两个维度均没有起到显著的中介作用，只有这两个维度的差值起到了显

著的部分中介作用。结论：本研究初步探索了人际关系敏感这一重要风险因素影响高校丧亲学生延长哀伤症状的作用机制，为进一步深入理解打下了基础。同时，在干预高校丧亲学生时，应该重视帮助他们维持和巩固与在世重要他人的人际关系。

关键词：高校学生；丧亲；延长哀伤症状；人际关系敏感；自我-他人融合

网络欺凌对消极情绪的影响：感知严重性和马基雅维利主义的作用

赵卓 郭银梅 耿耀国

郑州大学教育学院

与传统欺凌相比，网络欺凌对个体影响更具广泛性和持久性。以往关于网络欺凌的研究多集中于中小學生，对大学生的研究相对匮乏。本研究基于压力应对模型，以大学生为被试，探讨网络欺凌对消极情绪的影响及感知严重性和马基雅维利主义的作用。研究一以 557 名在校大学生（17~35 岁）为被试，采用受网络欺凌行为问卷（CVS）、马基雅维利主义特质量表（MPS）、感知网络欺凌严重性量表（CSS）和正性负性情绪量表（PANAS）中的负性情绪量表进行考察；研究二通过 2（网络欺凌组 vs 控制组）×2（高马基雅维利主义 vs 低马基雅维利主义）被试间实验考察网络欺凌与消极情绪的因果关系，并验证感知严重性的中介作用。研究一结果显示在控制了性别后，感知严重性在网络欺凌和消极情绪关系中起中介作用；马基雅维利主义在隐匿身份欺凌和感知严重性关系中起调节作用，当马基雅维利主义水平较低时，隐匿身份欺凌可以显著正向预测感知严重性，马基雅维利主义水平较高时，感知严重性不受遭受隐匿身份欺凌频率影响。研究二验证了感知严重性的中介作用。提示心理健康工作者可通过对受欺凌者感知严重性等认知因素进行干预以减轻网络欺凌对其产生的消极影响。

关键词：网络欺凌；消极情绪；感知严重性；马基雅维利主义

分组报告 B8：性别与心理健康及咨询实践

女性抑郁症首次发作的发展途径：从青春期到成年期

牟文婷

清华大学社科学院心理学系

背景：尽管重性抑郁症的风险标志物是动态的，尤其是在青春期，但很少有研究探讨青春期风险水平的变化如何预测向成年过渡期间重性抑郁症的发作。我们比较了风险动态影响的两个相互竞争的假设。风险升级假说假设风险恶化预示着重性抑郁症的发作超出了风险水平。慢性风险假设假设持续升高的风险水平，而不是风险变化，预测重性抑郁症发作。方法：我们的样本包括来自青少年情绪发展和人格特质项目的 393 名女孩（基线年龄 13.5-15.5 岁）。参与者每隔九个月接受五次诊断访谈和重性抑郁症风险标记评估，并在六年的随访中再次接受访谈。我们的研究聚焦于 16 个公认的风险标记。对于每个风险标记，我们检查了风险水平和变化对第六波首次重性抑郁症发作的预期影响，使用前五波的数据通过增长曲线模型进行估计。结果：对于 16 种抑郁症风险标志物中的 12 种，青春期风险水平升高，但风险没有变化，预测重性抑郁症在过渡到成年期间首次发作，支持慢性风险假设。风险升级假设的证据很少。结论：在向成年过渡期间首次发作重性抑郁症的参与者在整个青春期表现出较高的风险水平。研究人员和从业者应进行多项评估并关注持续升高的风险水平，以确定最有可能发展为重性抑郁症的个体并提供有针对性的重性抑郁症预防。

关键词：动态风险；预测；首发抑郁症；风险变化；慢性风险

COVID-19 期间中国性少数女性抑郁症状的网络分析：群体内视角

李睿 史从戎 任志洪 刘昕怡

华中师范大学心理学院

基于精神障碍网络理论，本研究从性取向和性别表达的群体内视角出发，探讨新型冠状病毒肺炎流行期间中国性少数女性抑郁症状的网络结构。研究以 1420 名 18 岁以上且遗传性别为女的中国性少数女性为被试，采用流调中心抑郁量表(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, CES-D)测量了中国性少数女性的抑郁水平。采用网络分析，根据群体内视角比较不同性取向和性别表达的抑郁网络结构。研究结果发现，中国性少数女性的核心抑郁症状是“感到消沉”、“疲劳”、“悲伤”和“失败”。此外，不同性取向和性别表达的抑郁症状网络结构和全局强度没有发现显著差异，但核心抑郁症状存在显著差异。研究结果表明

了中国性少数女性核心抑郁症状以及群体内部的核心抑郁症状差异,关注中国性少数女性的抑郁症状与社会历史背景之间的独特联系,这不仅能够深化中国性少数女性的抑郁研究,还能为当前形势下制定针对中国性少数女性的抑郁干预措施提供宝贵的指导。

关键词: 网络分析; 抑郁症状; 中国性少数女性; COVID-19; 群体内视角

中国双性恋群体的心理健康风险——来自两岸三地的声音

魏重政 Tania Israel

美国加州大学圣芭芭拉分校

背景: 全球范围内,中国在对性少数群体的社会接受程度方面排名第 100 位。尽管双性恋人群在所有性倾向中面临着最高的行为和心理健康问题风险 (Chan et al., 2020; Dodge et al., 2016), 但我国仍极其缺乏针对双性恋群体心理健康的研究数据和临床服务,本研究通过揭示中国大陆、香港和台湾地区双性恋社群的社会心理健康风险来填补这一空白。

方法: 通过两岸三地学术组织和性少数社群组织传播的在线问卷,本研究调查了 685 名双性恋者的心理健康状况,包括抑郁、焦虑、自杀意念、内化污名、药物滥用等数据。受访者有 69.2%居住在大陆,13.6%来自香港地区,17.2%来自台湾地区。

结果: 所有 685 参与者均有轻度或更严重的焦虑和抑郁症状: 大约 60%有重度抑郁,大约 40%有重度焦虑。台湾受访者报告了最高比例的焦虑和抑郁症状。超过 50%的参与者报告了一年内的自杀意念。双性恋者的内化污名与抑郁、焦虑症状呈显著正相关,与其自尊、主观幸福感呈显著负相关。

结论: 中国拥有世界上最大的人口,可能也拥有最大的双性恋群体。中国双性恋群体面临严重的心理健康危机,心理健康从业者需迫切提升临床服务水平、帮助减少社会歧视,并开展更多科学研究。

关键词: 双性恋; 心理健康风险; 两岸三地

辅导心理学专业在香港的发展、挑战及机遇

张艳 张伟良 余镇洋

香港树仁大学

距香港梁湘明教授 2007 年首次撰文介绍并以 SWOT 框架探讨辅导心理学 (Counselling Psychology) 在香港的发展优势、劣势、机遇及挑战已过去十五年。本研究首先依据现时辅导心理学的本土专业研究生培训课程、香港心理学会权威

认证状况、毕业生人数、从业者在香港社区、学校等不同领域的专业职能等一一回应梁教授十五年前对专业的分析与展望。此外，本研究还会依照香港辅导心理学的发展现况，提出专业在下一个十年的发展挑战与机遇，并尝试寻求与海峡两岸友邻在心理辅导专业的实务、研究等的协同发展契机。

关键词：辅导心理学；香港心理学会；心理辅导

存在-人本主义心理咨询个案概念化初探

袁莉敏

北京工业大学

本研究以咨询师作为受督者的角度，结合了存在-人本主义的个案概念化和咨询师临床胜任力评估，探索如何开展个案概念化和书写个案报告。从受督导者、设置、来访者主诉、咨询师的观察和理解、具体咨询过程和效果的评估、督导问题等维度开展探索，尤其在咨询师的观察和理解中，首先从存在-人本主义心理咨询的死亡-有限性、孤独-关系、意义-无意义、自由-责任、情绪具身化五个既定出发来进行分析，然后评估咨询目标、咨询计划和咨询进展，接下来从真诚/一致性、无条件的积极关注/接纳、共情、联结、关系张力来探索咨访关系，全文以多个关键点提问的方式为咨询师如何进行个案概念化进行指导。

关键词：存在-人本主义心理咨询；个案概念化；咨询关系

分组报告 B9：高校咨询理论与实践

高校学生心理健康促进的虚拟仿真互联网平台建设 with 科普培训

邱晨 王敬钧

四川大学华西临床医学院(华西医院)

四川大学华西护理学院

背景：我国高校学生精神心理疾病发病率逐年上升。新冠疫情下学校封闭式管理、集体活动减少、学习压力增大等现状更加剧了我国高校学生精神心理问题。目前我国学校心理健康教育缺乏专业指导，医疗卫生机构提供的心理咨询与治疗难以推广，远不能满足广大学生的普遍需求。

方法：本研究联动高校团队、医疗机构、虚拟仿真技术团队等多方资源，依托于四川大学华西临床医学院虚拟仿真实验教学中心，开发适用于高校学生心理健康促进的创新虚拟仿真互联网平台和科普培训，填补了心理健康教育线下开展覆盖率不高的难题。

结果：本研究以虚拟仿真互联网平台为载体，以“评估、预防、干预”为途径，提供广泛使用与高校学生的心理健康大样本评估和筛查。此外，平台通过 3D 仿真技术提供“沉浸式、真实性、可扩展性”的互动式学习平台，内容包括大学生心理健康科普微视频，虚拟仿真互动学习课程，例如学习方法、情绪与调节，压力与应激等，同时提供线上心理小游戏、电子绘本，以及就医指南等交互功能。平台用户使用量已达 5 万余人次及以上。

结论：高校学生心理健康促进的虚拟仿真互联网平台以公益性的传播方式，惠及广泛学生群体，科普方式接受度良好。

关键词：高校学生；心理健康；虚拟仿真；数字化

高校心理咨询同盟破裂现象的本土化探索

郭明佳，贾晓明（通讯作者）

北京理工大学人文与社会科学学院

同盟破裂被认为是心理咨询中的常见现象，严重的破裂将导致来访者脱落，而一旦破裂被识别和处理，甚至能达到更好的咨询效果。本研究采用质性研究方法，通过对 8 位高校心理咨询师及大学生来访者的个人深度访谈对高校心理咨询同盟破裂现象进行初步的本土化探索。情境分析发现，高校心理咨询同盟破裂会伴随来访者不同的表现，包括“来访者直接表达不满”、“来访者含蓄的抱怨”、“来访者善意的谎言”、“来访者言行转变”等不同情形。

整体看来，高校心理咨询同盟破裂具有很强的隐蔽性，少见直接表达不满，较多以含蓄的方式呈现。对于一些隐蔽的同盟破裂，咨询师可能缺乏觉察，比如“放假无法继续咨询”、“自己好了”、“课程与咨询冲突”等善意的谎言常被来访者当作中止咨询的理由，反映了中国文化不直接制造冲突的特征，尤其是面对权威人士。与此同时，高校心理咨询危机干预保密突破对工作同盟有巨大的挑战，咨询师的相关行为以及院校其他人员的介入可能会加剧同盟破裂。本研究丰富了心理咨询领域同盟破裂的相关研究，对高校心理咨询效果的提升具有一定的参考价值。

关键词：同盟破裂；高校心理咨询；工作同盟；咨询效果

高中生生涯咨询中生涯决策困难的网络分析

徐琢瑶 清华大学附属中学

徐坤 宜宾学院 懿韬心理测量

新高考改革以来，生涯决策贯穿高中时期。在高中生生涯咨询中，决策困难的种类多样，且困难种类间的关系错综复杂。为了有针对性及高效地解决高中生生涯咨询中关于生涯决策困难的问题，定位生涯决策困难诸多种类之间的交互关系，本次研究通过生涯决策困难问卷（CDDQ-R）调研了 604 名高一新生的生涯决策困难现状，在题目级别使用 LASSO 算法估计得到一个正则化的偏相关网络。研究发现，在决策前的困难与在决策过程中的困难并未有显著的关联；但是在决策过程中，因缺乏对自我了解的信息而导致的困难与其他多种困难之间存在显著关联链路。其中，对自己缺乏了解、不可靠信息与内在冲突等困难之间存在显著的链路关系，乃至环路关系。另外，在生涯决策困难网络中，对自己缺乏了解和对获取职业相关信息的途径缺乏了解占据中心地位。本研究尝试基于该发现探索相关的个体咨询和班级课程方案。总体来说，本研究的发现能够用于识别高中生生涯决策困难的亚型，并提供针对性的干预方案，也能够为学校开设生涯课程、设计生涯活动提供一定的实证基础。

关键词：高中生生涯咨询；生涯决策困难；心理网络分析

高校见习心理咨询师培养的探索与设计——以浙江大学为例

谈论语¹，刘艳¹，黄芳¹，金真皓¹，梁社红¹，祝一虹^{1*}，朱婉儿^{1*}

1 浙江大学心理健康教育与咨询中心；* 通讯作者

目前国内各实习机构对专业人员的培养主要聚焦于心理咨询技能的培训，但是随着心理热线、初始访谈、社区心理工作的逐渐普及，需要大量具备“结构化评估访谈”的人才。现有的咨询师培养体系培养周期长，并不能完全匹配这类

需求。因此，本机构尝试在见习生的培养方面做一些探索，以培养“结构化评估访谈”的人才为目的，匹配社会需求。

浙江大学心理健康教育与咨询中心以胜任力模型为基础，结合本机构“初始访谈”的业务工作，开发了“见习”分类培养制度，旨在培育具备结构化评估访谈胜任力的专业人才。见习咨询师的培养过程主要由理论培训、朋辈演练和个案实践构成，配备“专业”与“行政”双导师，受训者分别通过理论和实践考核后参与到中心初始访谈中，要求掌握危机识别、疾病转介、问题识别、咨询协调等结构化的技能。

见习咨询师的培养周期短，成效显著，填补了高校“初始访谈”专业人员培养的空白。该项目既能作为独立项目运行，也能作为实习生培养的前期环节，促进心理咨询人才培养的连续性发展，从长远看，也有利于向社会输送专业化人才助力社会心理服务体系建设。

关键词：高校；心理咨询；人才培养；见习制度

生涯思维对师范生职业决策影响机制及路径优化研究

李莎莎 南京工业职业技术大学 创新创业学院

李怀艳 太仓市教育局

师范生表面上就业方向明确，但求职环境、政策制度不断变化，也面临较大压力。职业决策状态包括决策性和舒适性两方面，较高决策性有助于提高就业率，但较低舒适性可能导致就业质量下降，或增加跳槽率；非功能性生涯思维（Dysfunctional Career Thoughts）会妨碍学生进行职业决策。因此本研究采用《职业决策调查表》中的决策性和舒适性量表，以及《大学生生涯思维量表》，对江苏第二师范学院 500 名师范生进行随机抽样调查（有效 415 份），以了解生涯思维对其职业决策的影响，并提出路径优化策略。采用 SPSS 26 对数据进行频度分析、t 检验和方差分析。

结果显示：（1）师范生处于决策-舒适范围，不同年级、是否定向存在显著性差异；（2）生涯思维总体处于非功能性生涯思维水平，生涯决策理解不足维度得分最高，不同性别、年级、决策状态分类、是否定向均存在显著性差异；（3）生涯思维总体对决策性和舒适性均具有预测作用，生涯决策理解不足维度对决策性、自我理解不足和选择焦虑维度对舒适性预测作用最大。

综上所述，生涯思维对师范生职业决策有显著影响，对舒适性影响比决策性更大，因此，识别并转变非功能性生涯思维将有助于师范生提高职业决策状态。研究结论既为生涯思维本土化研究提供了理论基础，又为师范生生涯教育优化提供了实践依据。

关键词：生涯思维；职业决策；师范生

分组报告 B10：心理咨询中的伦理问题

临床心理督导中的有害督导

黄译萱¹ 田瑞琪^{1,2}

(1 西南交通大学心理研究与咨询中心)

(2 西南交通大学应用心理学研究院)

有害督导是指督导师对受督导者造成心理、情感或身体伤害或创伤的督导做法。相关的实证研究表明督导师的有害督导行为对受督导者的身心健康及职业发展产生了一定的影响。受督导者的认知偏差、督导师的评估功能及权威地位以及行业规范的不健全等因素均对有害督导具有一定的预测力。今后还需进一步探究有害督导是否会导致“踢狗效应”、并结合中国文化重新定义有害督导并编制本土化量表、在研究设计中应充分考虑受督导者的不暴露、受时间间隔的影响以及“当局者迷旁观者清”的影响，并基于管理学和临床心理学开展更多有关有害督导的影响因素和不良后果的研究。

关键词：临床心理督导；有害督导；督导师；受督导者

从一例自伤学生个案反思学校心理工作伦理

张焕知 酒泉市教育科学研究所

目前国内外成熟的心理咨询伦理守则对我国学校心理健康教育及面询工作的指导意义大多停留在宏观层面，在指导学校心育实务中难免不力。本文通过一例人本取向心育教师辅导自伤学生的个案，呈现学校心理健康教育工作中可能遇到的多重关系、保密及突破、收/赠礼物、在来访者或监护人抗拒的情况下工作、其他反移情导致的专业界限模糊等与现行咨询师伦理细则产生冲突的情景，并讨论原因、对策。本案例当事学生为高三女生，家庭支持少，情绪不稳定，难以信任他人，对处于中上水平的学业成绩不满意，且对即将到来的高考表现得悲观、无助，常有较重自伤行为，近半月以来焦虑情绪愈发严重。当事心理教师判断为一般至较严重的心理问题。除了进行6—10次人本取向的个体面询外，心理教师还采取了很多符合教师职业道德、却与现行咨询师伦理细则不一致的支持措施，虽然最终改善了学生的情况，但也由此产生困扰。反思与启示：学校心理工作区别于社会心理咨询，对两者所遵循的伦理细则也应作出差异化要求。心理教师应遵循《中小学教师职业道德规范》，从善行、责任等伦理总则出发，充分利用师生关系的资源，灵活参照伦理行事，围绕增进学生福祉来工作。

关键词：人本取向；学校心理工作；伦理冲突情景；责任与善行；教师职业道德

心理咨询中非自杀自伤议题的伦理困境和伦理决策

贺文蕙¹ 赵嘉路²

1 清华大学教育研究院;

2 清华大学学生心理发展指导中心

目的:了解心理咨询师在处理非自杀自伤时可能面临的伦理困境以及伦理决策的过程。方法:采用目的取样,选取15名心理咨询师组成两个焦点小组(分别有8人和7人平均从业年限6年)进行焦点小组访谈。采用共识性质性研究方法(CQR)对访谈资料进行分析。结果:处理非自杀自伤时面临两个主要的伦理困境,分别为是否突破保密、是否将减少自伤行为作为咨询目标的伦理困境。咨询师在面临伦理困境时的伦理决策包括三个步骤,分别是信息评估、方案选择和方案实施。结论:处理非自杀自伤时,造成伦理困境的根源是价值观的冲突;在进行伦理决策时需要综合考虑的因素包括来访者信息评估结果、咨询师因素、伦理与法律因素、服务机构因素和专家建议。

关键词:非自杀自伤;心理咨询;伦理困境;伦理决策

高校专职心理咨询师角色冲突对工作同盟的影响:伦理敏感的中介作用

游琳玉¹, 贾晓明²

1 外交学院心理咨询中心; 2 北京理工大学人文与社会科学学院

背景:高校专职心理咨询师教师-咨询师双重角色难以避免,有必要探讨其角色冲突如何影响工作同盟,践行善行和无伤害的伦理责任。方法:通过方便取样,采用角色冲突问卷、伦理敏感问卷与工作同盟问卷对544位高校专职心理咨询师开展调查。结果:(1)相关分析显示,角色冲突与工作同盟($r=-0.12, p<0.01$)、伦理敏感($r=-0.35, p<0.01$)显著负相关,伦理敏感与工作同盟($r=0.52, p<0.01$)显著正相关;(2)角色冲突对工作同盟的负向预测作用显著($B=-0.10, t=-2.41, p<0.05$);(3)中介效应检验结果表明,伦理敏感的中介效应(-0.09) Bootstrap 95%置信区间不包含0,表明中介效应显著,且伦理敏感在角色冲突对工作同盟的影响中起完全中介效应。结论:伦理敏感可以将角色冲突带来的潜在风险转化为对工作同盟的促进作用,这凸显了咨询师的主观能动性,也为高校心理咨询师在面对不可避免的双重角色时如何做到善行提供了理论依据。

关键词:高校专职心理咨询师;角色冲突;伦理敏感;工作同盟

被监管人群心理咨询与治疗伦理与法律问题探析——以强制隔离戒毒人员为例

李 庆

云南省第二强制隔离戒毒所心理矫治中心

被监管人群心理咨询与心理治疗是一个复杂的领域，既涉及到心理学的专业知识，更涉及到伦理与法律的规范。被监管人群包括但不限于犯罪嫌疑人、罪犯、精神病患者、戒毒人员、少年矫正对象等，这些人的心理状况往往比普通人更加复杂。这些人常常面临着心理健康问题，包括抑郁、焦虑、创伤后应激障碍等。心理咨询与治疗可以帮助他们缓解这些问题，提高他们的生活质量。但同时，他们的身份特殊，受到了特殊的监管和限制。对于他们开展心理咨询与心理治疗的相关伦理和法律要求也就更高。

本文旨在探讨被监管人群心理咨询伦理和法律相关的问题，以强制隔离戒毒人员为例，在执行强制隔离戒毒期间开展临床心理咨询与治疗为背景，在此过程中所涉及到的伦理及法律相关问题。首先介绍了心理咨询和治疗的重要性及被监管人群心理咨询和治疗的特殊情况。一是着重分析在被监管人群定义下心理咨询师和治疗师在对被监管人群的心理咨询和治疗的伦理问题，尤其是保密原则和社会安全之间的平衡；二是分析心理咨询师和治疗师在对被监管人群的心理咨询和治疗过程中涉及的法律问题，三是被监管人群在心理咨询与治疗中伦理与法律冲突时的合理选择问题。四是提出解决被监管人群在心理咨询与治疗中伦理与法律的具体解决方案和建议。旨在提高心理咨询师和心理治疗师的专业素养和工作质量，有效发挥临床心理工作在特殊场所的作用，促进社会主义法治文明建设，尊重和保护特殊群体的合法权益，用于指导和实践中。

关键词：被监管人群；心理咨询；伦理与法律冲突

分组报告 B11：心理创伤与创伤后应激障碍

社会支持对创伤后应激障碍症状发展的预测：负性认知偏向的调节作用

赵子仪 任志洪

青少年网络心理与行为教育部重点实验室, 华中师范大学心理学院,
湖北省人的发展与心理健康重点实验室

创伤后应激障碍（PTSD）是一种以直接或间接方式接触实际的或被威胁的死亡、严重创伤或性暴力事件后所发展出的心理障碍。根据 PTSD 的社会-人际模型，社会支持是 PTSD 症状发展的保护性因素。与此同时，个体对社会支持的感知和理解方式则可能进一步影响社会支持对 PTSD 症状的预测模式。然而，尚未有研究关注社会环境与认知加工在 PTSD 症状发展过程中可能存在的交互作用。基于此，本研究采用追踪研究设计，使用问卷法、混乱句子范式及 Eye-Link 眼动追踪方法，以 60 具有 PTSD 症状的大学生（ $M_{age} = 20.17, SD_{age} = 2.11$ ）为被试，探究社会支持对 PTSD 症状发展的预测模式，及负性信息加工模式（注意偏向、评估偏向、记忆偏向）在其中可能起到的调节作用。结果显示：（1）社会支持显著负向预测 2 个月后的 PTSD 症状；（2）负性注意偏向可调节社会支持对 PTSD 症状的预测模式，对负性注意偏向水平较低的个体来说，社会支持显著负向预测 PTSD 症状，对负性注意偏向水平较高的个体来说，社会支持对 PTSD 症状的预测作用不显著；（3）进一步的 Johnson-Neyman 分析显示，当中心化的负性认知偏向水平超过 0.07 时，社会支持将显著正向预测 PTSD 症状。本研究为 PTSD 的社会-人际模型提供了实证研究支持，未来针对 PTSD 的社会人际干预应同时关注对负性注意偏向的矫正。

关键词：创伤后应激障碍；社会支持；注意偏向；评估偏向；记忆偏向

疫情丧亲者心理弹性与心理健康的关系：双过程应对与关系冲突的作用

吴丽萍¹ 唐苏勤²

1 深圳大学政府管理学院

2 深圳大学心理学院

背景：在疫情中失去亲人的个体面临着严峻的心理健康问题，但尚未有研究综合考察疫情丧亲者的心理弹性与心理健康的关系，以及双过程应对和关系冲突在其中的作用。方法：通过网络问卷调查了 408 名疫情丧亲者的心理弹性、双过

程应对、关系冲突、延长哀伤症状、创伤后应激症状、焦虑症状、抑郁症状和创伤后成长。结果：（1）心理弹性与焦虑症状和抑郁症状水平呈负相关、与创伤后成长呈正相关；关系冲突与延长哀伤症状、创伤后应激症状、焦虑症状、抑郁症状呈正相关；（2）双过程应对可以中介心理弹性与焦虑、抑郁以及创伤后成长之间的关系；（3）关系冲突调节了双过程应对与焦虑、抑郁和创伤后成长之间的关系。结论：心理弹性是疫情丧亲者应对心理健康问题的保护因素，双过程应对在其中具有中介作用，关系冲突调节了丧亲者应对方式与心理健康结果之间的关系。临床工作者在服务疫情丧亲者时可根据其心理弹性水平、应对方式和与逝者的关系质量的不同而调整干预重点。

关键词：疫情丧亲；心理弹性；心理健康；双过程应对；关系冲突

指导性叙事技术在减轻小学生教师批评引发的创伤后应激症状中的应用：一项整群随机对照试验

李牧阳¹，樊林希¹，臧寅垠¹

¹ 北京大学心理与认知科学学院

背景：教师批评是中国青少年中的典型应激事件，易导致小学生出现创伤后应激症状（Posttraumatic stress symptoms；PTSS）。妥善处理教师批评、减少PTSS可能预防小学生发展出更严重的心理问题。方法：本研究在深圳市某城中村小学五年级学生中进行了整群随机对照试验，检验指导性叙事技术（guided narrative technique；GNT）对减轻教师批评引起的PTSS的效果。四个班随机分为实验组和对照组。实验组进行为期三天每天20-30分钟的GNT写作，对照组无干预。在干预前、后及六个月后施测儿童创伤后应激症状自评量表（Child PTSD Symptom Scale；CPSS），采用多层线性模型进行分析。结果：后测与六个月追踪时，GNT组与对照组相比符合PTSD诊断的人数均更少（后测： $b = 1.55, t = 2.13, p = 0.033$ ；追踪： $b = 3.08, t = 2.31, p = 0.021$ ）。而且，六个月追踪时，GNT组CPSS分数显著低于对照组（ $b = -0.73, t = -5.28, p < 0.001$ ）。干预组CPSS分数下降速度快于对照组（ $b = -0.27, t = -3.78, p < 0.001$ ），摆脱诊断速率亦较快（ $b = 3.33, t = 2.12, p = 0.035$ ）。结论：本研究展示了GNT作为一种学校心理干预的潜力，为提高中国小学生心理健康水平提供了可行策略。未来研究可进一步探讨GNT的影响机制，并在更广泛的学校类型和年级中验证其效果。

关键词：创伤后应激症状；教师批评；青少年心理健康；整群随机对照试验；指导性叙事技术

震后中学生创伤后应激障碍（PTSD）延时症状的网络分析

徐坤

宜宾学院 懿韬心理测量

本研究采用网络分析方法，探讨震后中学生创伤后应激障碍（PTSD）延时症状的关联规律和突显症状，以便在临床实践中为中学生群体针对性的提供适切的调适和干预方案。本研究对汶川灾区的 2111 名中学生（男 987 人，女 1120 人）在灾后 12 至 14 个月进行 PTSD 症状的测量，并针对与症状对应的 17 个项目采用 LASSO 算法估计得到正则化偏相关网络。结果表明，症状之间的偏相关关系和过往研究结果较为一致，但在记忆缺失、烦躁与侵入等症状上有所差异。另外，该网络的中心性和过往研究差异较大，即中介中心性集中在睡眠和梦境症状，接近中心性集中在注意力集中症状，强度中心性集中在易怒症状。该结果表明，对于 PTSD 的中学生群体的延时干预，应该聚焦于睡眠和注意力等症状。另外，该研究还尝试基于网络中症状集群找出 PTSD 延时症状的类型，并提供相应的干预建议。

关键词：创伤后应激障碍（PTSD）；网络分析；青少年心理健康

创伤后应激障碍和创伤后成长在羞耻、内疚对亲社会行为影响间的中介作用

卢子昂，王文超，伍新春

北京师范大学心理学部

采用创伤相关内疚量表、创伤相关羞耻量表、创伤后应激障碍症状核查表、创伤后成长问卷和亲社会行为问卷对 540 名近半年内经历过创伤的大学生进行三次追踪调查，考察创伤相关羞耻和内疚对其亲社会行为的影响，并检验创伤后应激障碍(PTSD)和创伤后成长(PTG)的中介作用。结果显示，创伤相关羞耻直接负向预测亲社会行为，并且通过 PTSD、PTG 的中介负向预测亲社会行为；创伤相关内疚正向预测亲社会行为，通过 PTSD 负向预测亲社会行为，通过 PTG 正向预测亲社会行为。通过对比的视角考察了羞耻和内疚对亲社会行为的不同作用，发现了内疚对亲社会行为产生“双刃剑效应”的影响机制，为大学生创伤后亲社会行为的干预提供依据。

关键词：创伤相关羞耻；创伤相关内疚；创伤后应激障碍；创伤后成长；亲社会行为

分组报告 B12：大学生心理健康与心理干预

自尊与社交焦虑关系：横断和纵向研究的元分析

皮雨虹，刘佳琦，邓嘉琪，唐信峰*

中国人民大学心理学系

背景：自尊是与社交焦虑关系最为密切的风险因素之一，本文将对自尊与社交焦虑之间的横向和纵向关系进行元分析。

方法：我们在 5 个英文数据库（MEDLINE、PsycINFO、EMBASE、Scopus 和 Web of Science）中对 2021 年 10 月前发表的文章进行检索，筛选后纳入 120 篇合格文献。采用随机效应模型分析横断总相关系数和纵向预测系数，对社会焦虑维度、年龄、性别、研究质量和测量工具进行调节效应分析。

结果：横断研究表明，自尊和社交焦虑之间存在中等大小的负相关关系($r = -.426, p < .001, 95\% CI [-.452, -.399]$)。纵向研究显示，自尊能够显著负向预测社交焦虑水平($\beta = -.085, 95\% CI [-.068, -.102]; I^2 = 0$)，社交焦虑也能显著负向预测自尊水平($\beta = -.099, 95\% CI [-.032, -.165]; I^2 = 90.353$)。自尊和负面评价恐惧之间的关系($r = -.415, 95\% CI [-.480, -.345]$)明显强于社交回避之间的关系($r = -.290, 95\% CI [-.362, -.216]; Qb = 5.954, p = .015$)。青少年的自尊和社交焦虑之间的关系($r = -.465, 95\% CI [-.525, -.400]$)明显强于儿童($r = -.342, 95\% CI [-.418, -.261]; Qb = 5.771, p = .016$)。

结论：本研究结果揭示了自尊与社交焦虑的横断和纵向关系，对社交焦虑的预防和干预提供了思路。

关键词：社交焦虑；自尊；横断关系；纵向关系；元分析

内摄与投射对大学生人际关系动力模式的影响

马晓辉

北京师范大学珠海校区心理健康教育与咨询中心

人际关系是人类个体的核心属性之一。无论是在健康的关系中，亦或是在病理性的关系中，内摄与投射都是构成人际关系的核心要素。对存在于无意识过程中的内摄和投射的充分觉察，有助于厘清关系的本质、化解关系的冲突。本文以精神分析理论客体关系取向为基础，尝试从内摄与投射的视角对大学生人际关系模式进行分析，尤其重在揭示冲突性关系的无意识动力，同时结合咨询个案进行探讨，以期能够在此主题上扩展视野、加深理解，并希望对大学生的个体心理咨询有所助益。

关键词：内摄；投射；客体关系；人际关系；大学生

睡眠知识科普对中国大学生睡眠质量的影响：一项随机对照实验研究

刘天媛，徐慰

北京师范大学 心理学部，应用实验心理北京市重点实验室，心理学国家级实验教学示范中心(北京师范大学)

研究背景：过往研究表明大学生睡眠质量呈下降趋势，探索低门槛的有效改善方案至关重要，但目前国内尚无研究考察过知识科普对睡眠质量的改善作用。**目的：**检验以睡眠知识为内容的科普文章对中国大学生睡眠质量的影响。**方法：**本研究采用随机对照实验设计。招募 113 名大学生（男=54，女=59）进行干预。在干预前将所有被试通过 SPSS 软件进行随机编码，分为两组：知识科普组(n=57)和基于实证研究的干预对照组(n=56)。知识科普组被试接受为期 14 天的睡眠科普文章阅读，对照组被试则接受 14 天的认知行为及正念训练结合的线上自助练习。所有的心理学变量在第 1、7、14 天进行测量。**结果：**重复方差分析结果表明，在完成 14 天的睡眠知识科普文章的阅读后，被试的睡眠质量和情绪得到了显著的提高，并且降低了其知觉压力和睡眠拖延水平。在变量的改善水平上和基于实证研究的一线干预方案没有显著的差异。**结论：**本研究初步验证了科普文章阅读在改善被试睡眠质量上的作用。

关键词：知识科普；睡眠质量；随机对照实验

针对大学生应激心理的网络社群干预

张嫣迪 邵麟 查一畅

浙江大学心理与行为科学系

网络社群是指人们通过互联网互动而形成的、由一定的社会关系联结的集合体。目前，针对应激心理的干预方式以线下为主，因场地、时间、学生意愿限制，线下的干预方式在大学中实施存在困难；而大学生对于应激心理干预的需求却在不断增长。因此，我们考虑将表达性写作、正念训练等常见干预方式引入网络社群，结合以交流为主的朋辈支持和心理健康教育。我们认为，线上、自助式的干预方式在大学生群体中更易实施。

这一项目的实施主体均为心理学专业本科生，由学生负责网络社群的构建与管理、干预过程的实施与监控。因此，除了服务学生外，本项目还能够为心理学专业本科生心理服务能力的建设提供平台，为心理学学生如何在实践中构建专业

能力提供道路。

关键词：网络社群；应激心理；心理服务；能力建设

一次单元咨询在大学生心理咨询中的干预效果初探

庄婉儿 张亚

华东师范大学心理与认知科学学院

目的：一次单元咨询(Single-Session Therapy, SST)作为一种提供心理服务的态度或方法，将每次咨询视作独立的单元，具有节省资源、成本效益高等优点。本研究在中国大学生群体中初步探究 SST 的干预效果和影响因素。方法：30 名在校大学生和 20 名在职咨询师完成 30 对视频咨询，并填写常规心理咨询效果评估表(CORE-OM)、中国大五人格问卷简式版(CBF-PI-B)、关系问卷(RQ)和工作同盟量表简版修订版(WAI-SR)。研究者在咨询结束后 2 周、4 周、6 周时随访。结果：(1)本研究中绝大多数来访者在完成 SST 后心理健康水平有明显提升(Cohen's $d=1.062$, $p<0.001$), 并报告了主观的满意感；(2)与咨询师评定的工作同盟相比，来访者评定的工作同盟水平更高，且与咨询效果显著相关；(3)更高水平的严谨性、宜人性、开放性和外向性预示着更好的咨询效果，但是大五人格(除了开放性)与工作同盟之间关系较弱；(4)来访者的依恋风格对工作同盟和咨询效果的影响不显著，但是有一定趋势，安全型依恋的来访者可能建立了更好的工作同盟并表现了更多的改善。结论：本探索性研究初步证实了 SST 的干预效果。存在人际、情绪问题的大学生可以在一次会谈中与咨询师建立良好的工作同盟，并从中获益。不过来访者个体因素和工作同盟在 SST 中的作用仍待深入探究。

关键词：一次单元咨询；大五人格；依恋风格；工作同盟

分组报告 B13：团体心理干预研究

巴林特小组对改善大学生抑郁情绪的效果研究

周树芝 罗金晶

武汉理工大学心理健康教育中心

背景：中国大学生抑郁情绪检出率平均水平逐年上升并高于全国常模水平，这一现象引起了人们的广泛关注。人际交往能力和领悟的社会支持对个体抑郁情绪存在缓冲作用。巴林特小组的原始目的是为全科医生进行医患关系训练，近年来，被推广到多个领域中使用。本研究旨在探究巴林特小组对大学生人际交往能力、领悟的社会支持和抑郁情绪的影响。

方法：2022年3月至6月，公开招募在校大学生29人（ $5 \leq \text{PHQ-9}$ 得分 ≤ 19 ），分3批进行人际关系主题的巴林特小组团体辅导，1人脱落。干预前后使用 Beck 抑郁量表、人际交往能力问卷、领悟的社会支持量表进行评定。

结果：6周干预后被试人际交往能力及各条目分值均显著提高（ $t=-5, 56; P < 0.05$ ），领悟的社会支持显著提升（ $t=-3.15; P < 0.05$ ），抑郁分数显著下降（ $t=3.89; P < 0.05$ ），差异均具有统计学意义。

结论：六次巴林特人际关系团体辅导能够有效提高大学生人际交往能力和感受到的社会支持，有效降低抑郁情绪。巴林特小组的推广和普及将为提高大学生心理健康水平提供一种有效途径。

关键词：巴林特小组；人际交往；抑郁；领悟社会支持；希望

A Mindfulness-Based Wellbeing Group for International Students in the U.S. during the COVID-19 Pandemic

熊义莹

约翰霍普金斯大学（Johns Hopkins University）

近年来，在美留学生的人数与日俱增。这些留学生在美留学期间有较多困难，比如适应性困难，遭受歧视等。在新冠疫情期间，留学生尤其遭受了更多的挑战。有研究表明留学生的焦虑和抑郁状态在新冠期间比疫情前更加严重。本报告介绍了一种旨在疫情期间提高留学生身心健康的干预团体。此团体以正念为基础，包括了八周的团体干预，每次团体包括了以适应（acculturation）为主的教育讨论和正念（mindfulness）练习。团体成员包括了36名在美留学生，我们将这些留学生随机分配到干预组和控制组，并进行了干预前测和后测。研究结果表明此干预对于留学生的身心健康均有提高，对于他们的抑郁焦虑状态也有所降低。此研究

可以帮助心理咨询专业人士为留学生提供更加有效的干预方式。

关键词：在美留学生；新冠疫情；正念；团体干预

团体心理辅导中不同团体氛围测量工具对治疗因素的预测作用比较

肖晓华¹ 陈玥² 吕韵^{2*} 杨芊^{1*}

1.浙江大学公共卫生学院

2.浙江大学心理与行为科学系

*通讯作者

背景：治疗因素是团体效果的关键，团体氛围是影响团体效果的最重要因素之一，目前有团体凝聚力(GEM)、团体氛围(GCQ)量表常用于测量团体氛围，但鲜有研究对不同团体氛围测量工具的预测作用进行比较，团体凝聚力和团体氛围对治疗因素的作用孰大孰小缺乏一致性的结论。

方法：本研究采用重复测量设计，将83位本科生按照年级、性别、专业分层随机分成15个小组，进行长学期的积极心理学取向的团体心理辅导，每周一次，每次90分钟，在每次团体心理辅导结束后使用治疗因素、团体凝聚力、团体氛围量表测量成员们当次活动的感受，共测量13次，采用两层线性模型(HLM)分析个体重复测量数据不同层面的因素的影响（每次测量结果巢于个体）。

结果：团辅的时间正向显著预测成员的治疗因素（ $\beta = 0.0228$, $P < 0.001$ ）；团体氛围中的投入（ $\beta = 0.3917$, $P < 0.001$ ）和冲突维度（ $\beta = 0.1851$, $P < 0.001$ ）正向显著预测成员的治疗因素，且高于成员当次凝聚力对治疗因素的正向预测（ $\beta = 0.1102$, $P < 0.001$ ）。

结论：研究证明了在长学期的团体心理辅导过程中，团体凝聚力和团体氛围对团体的治疗因素有预测作用，且团体氛围对于治疗因素的预测程度高于团体凝聚力。

关键词：团体心理辅导；治疗因素；团体凝聚力；团体氛围

工作坊干预对改善抑郁和焦虑效果的综述

李慧妍 皮雨虹 唐信峰*

中国人民大学心理学系

抑郁和焦虑是常见的心理健康问题，工作坊干预是一种新兴的能够减少污名化和增加参与度的干预形式，具有干预时间集中的优点，通常会持续1-2天。近30年来，工作坊干预的研究迅速兴起，美国、英国、加拿大和澳大利亚有不同的研究团队陆续开发了一系列以认知行为疗法(Cognitive Behavioral Therapy, CBT)、

接纳承诺疗法 (Acceptance and Commitment Therapy, ACT) 和基于接受的行为疗法 (Acceptance-Based Behavioral Therapy, ABBT) 为基础的工作坊干预, 主要干预的心理健康问题包括压力/焦虑管理, 产后抑郁和抑郁症等。我们回顾了 21 篇工作坊干预的随机对照试验, 所有研究中效应量大小的范围是 0.01-1.40 (中位数 = 0.69), 有 19 篇文章的研究取得了显著的结果。结论: 工作坊的干预形式便于推广和进行大规模实施, 对于解决学校的一些常见心理健康问题具有广阔的应用价值。

关键词: 工作坊干预; 心理健康; 抑郁; 焦虑

朋辈心理团体带领者培养效果研究

盖弈涵¹ 郭颖^{2,3}

(1 中国人民大学心理学系) (2 中国人民大学财政金融学院)

(3 中国人民大学心理健康教育与咨询中心)

背景: 高校学生的心理辅导工作一直备受关注, 许多高校存在着心理健康资源不足以满足学生需求的问题, 朋辈心理团体模式应运而生。朋辈心理团体带领者具有关键作用, 培养合格的带领者意义重大。方法: 研究选取了 41 名高校学生, 使其参与 12 周的培养课程。培养过程包含理论技术讲授、个人体验、实践、督导四大模块。并使用积极心理资本量表、团体咨询师胜任力量表对成员进行了前后测。结果: 完成培养课程后, 学员的积极心理资本水平显著提高。在其四个分维度中, 学员在自我效能、韧性、乐观维度上有显著变化, 在希望维度上无显著变化。成员的团体咨询师胜任力分数也显著提高, 在知识、技能、能力、态度方面均有显著变化。结论: 朋辈团体带领者培养课程具有良好效果, 朋辈心理团体模式具有较高的推广价值。

关键词: 朋辈; 心理; 团体; 带领者; 效果

分组报告 B14：儿童心理健康与问题行为

注意缺陷多动障碍共患对立违抗障碍的家庭特征的研究进展

周翔

珠海市妇幼保健院

注意缺陷多动障碍（ADHD）是儿童期常见的神经发育性障碍之一，主要表现为与发育水平不相称的注意缺陷、多动和冲动，并伴有认知障碍和学习困难。对立违抗障碍（ODD）是 ADHD 最常见的共病，表现为频繁而持续的愤怒、易激惹的心境，对权威的挑衅、对立和违抗行为。ADHD 共病 ODD 的预后较差，表现为学业成就低、就业率低、物质滥用高和犯罪率高，扰乱家庭功能，给家庭带来沉重的压力。ADHD 共病 ODD 受遗传和环境因素的影响，其中环境因素对其起病和病程演变有着重要的作用。ADHD 共病 ODD 的家庭因素有低社会经济水平、不良教养方式、长期父母冲突和父母精神病理现象等。目前关于两者共病的家庭特征因素的研究较少，本文从家庭系统特点、家庭关系互动和个体生物学因素的角度综述 ADHD 患儿共病 ODD 的家庭因素。

Childhood adverse experience negatively predicted the intention to marry and fertilize in adulthood, a chain mediated by resilience and attachment

Jin Zhang ^[1], Mei Li ^[2], Qian Yang ^[1]

1. School of public health, Zhejiang University, The Fourth Affiliated Hospital
Zhejiang University School of Public Health 2. Mental Health Education and
Counseling Center, Hangzhou Normal University

Background: With nearly one-fifth of the world's population, China's total fertility rate decreased to the lowest level in the last 15 years according to the seventh census. On the influencing factors of intention to marry and fertilize (ITMF), previous studies focused on socioeconomic factors but ignored early experience and personal characteristics.

Objective: To determine how adverse childhood experiences (ACEs) affects the ITMF and whether resilience and attachment mediate this effect.

Method: We conducted a cross-sectional survey (n=8768) among college students and used the CDC-Kaiser ACE scale, Adult Attachment scale (AAS), and Resilience Scale-14(RS-14) to measure ACE, attachment and resilience, respectively. In addition,

the Swedish Fertility Awareness Questionnaire (SFAQ) and 2 self-made questions were used to measure the ITMF. Finally, multiple linear regression was used to evaluate the influencing factors of ITMF.

Result: Emotional neglect, parental separation or divorce, depression or suicide of a family member are the main factors affecting the ITMF. After controlling for basic demographic information, compared with those who never experienced ACEs, those with ACEs were less likely to intend to marriage ($\beta = -0.169$, $P < 0.001$) and have children ($\beta = -0.187$, $P < 0.001$) and preferred a lower number of children ($\beta = -0.144$, $P < 0.001$), also, planned to marry ($\beta = 0.287$, $P < 0.001$) and fertilize at an older age ($\beta = 0.348$, $P < 0.001$). Also, this association was more severe in the group with the increase in ACEs. Mediation analyses supported the hypothesis that ACEs exerted an effect on ITMF through the mediational chains of resilience and attachment.

Discussion: These findings suggest that early experience plays a role in ITMF in adulthood. In addition, attachment and resilience play a chain mediating role between ACEs and ITMF, which highlights potential areas for intervention to withstand the adverse effects of ACE and provides a foundation for longitudinal follow-up.

Keywords: intention to marry and fertilize; adverse childhood experience; resilience; attachment; chain mediator

元认知对儿童问题行为的影响：元情绪的中介作用

王杰¹ 徐慰¹（通讯作者）

1 北京师范大学心理学部, livingxw@bnu.edu.cn

问题行为已成为衡量儿童心理健康与社会适应性的重要方面,包括内化和外化问题行为。根据 Wells 自我调节执行功能模型,元认知信念通过影响个体的思维方式和应对方式而导致心理障碍的产生。根据辩证行为疗法的观点,情绪管理困难是造成问题行为的主要原因,而元情绪作为个体对自身情绪的觉察、体验、表达和监控等,调节着个体对情绪的反应。本研究采用追踪的方式对广州市某小学四、五年级的学生进行了两次调查,共有 525 名学生(男生 46.67%,女生 53.33%;平均年龄 10.56 岁, $SD = 0.76$) 在基线期 (T1) 和五个月后的随访中 (T2) 对元认知、元情绪及问题行为情况进行了报告。结果表明,在控制年龄、性别及 T1 的问题行为后, T1 元认知对 T2 元情绪的正向预测作用显著 ($\beta = 0.22$, $p < 0.01$), T2 元情绪对 T2 问题行为负向预测作用显著 ($\beta = -0.36$, $p < 0.01$), T1 元认知对 T2 问题行为负向预测作用显著 ($\beta = -0.04$, $p < 0.01$)。研究表明,儿童的元认知、元情绪均与问题行为呈显著负相关,元认知通过元情绪的中介作用来预测问题行

为。研究揭示了元认知通过元情绪影响问题行为的作用机制，为预防儿童问题行为提供科学依据。

关键词：元认知；元情绪；儿童问题行为

儿童期混乱型依恋量表的编制及信效度检验

李昂扬^{1,3}，王烁²，刘翔平³

(1.南京信息工程大学教师教育学院；2.南京审计大学心理健康教育教育部；3.北京师范大学心理学部)

目标：编制适用于儿童期混乱型依恋量表并进行信效度检验。方法：首先对24名9-12岁具有典型依恋混乱模式的儿童进行半结构化访谈，编制问卷初稿；其次，从辽宁省某地随机选取354名儿童为样本1对初测量表进行项目分析、探索性因素分析；再次，从辽宁省和江苏省某地随机选取359名儿童为样本2对量表进行验证性因素分析与信效度检验；最后，在两个月后，随机选取样本2中90名儿童为重测样本对量表进行重测信度检验，形成最终量表。结果：儿童期混乱型依恋量表共16个项目，包括照顾和敌对2个维度，每个题目围绕儿童对父母的情感态度与行为倾向进行李克特式5点计分。内部一致性系数在0.92~0.95之间，重测信度为0.82~0.85，结构效度良好，问卷得分与即时效标亲子依恋显著负相关，与预测效标内化与外化问题显著正相关。结论：本研究编制的儿童期混乱型依恋量表能有效测量依恋混乱程度，对临床筛查和预防混乱依恋相关心理问题具有重要意义。

关键词：混乱型依恋；儿童；量表编制；信效度检验