

焦点解决短期治疗

讲师：张砾匀

【课程背景】

焦点解决短期治疗又称为短期治疗，是由 Steve de Shazer 及 Insoo Berg 夫妇在短期家族治疗中心(Bride Family Therapy Center, BFTC)发展出来的一种心理治疗模式。由于其正向的哲学观点，以及短期疗效，在后现代心理咨询及企业 EAP 心理辅导中被广泛应用。

【课程时长】 3-6 小时

【课程大纲】

一、历史起源及哲学发展

1. SFBT 高效焦点解决治疗概述
2. 焦点解决概述及其咨询师的特征
3. 焦点解决的发展及其哲学背景
4. 焦点解决的人性观和重要原则
5. 焦点解决咨询师需要具备哪些关键技能
6. 焦点解决中倾听的含义是什么？

二、基础理论及应用

1. 焦点解决的核心技术 (S, C, O)
2. 焦点解决的基本流程
3. 焦点解决中观：听、选、建
4. 焦点解决的经典案例解析
5. 焦点解决咨询师与来访者的关系
6. 焦点解决的五个原则

三、发展及未来

1. 焦点解决的应用
2. SFBT 的常见误区
3. 如何成为更好的焦点解决咨询师