

南京直面心理咨询研究中心

企业 EAP（员工帮助计划）说明书

一、什么是企业 EAP？为什么企业需要这个项目。

EAP（Employee Assistance Program）直译为“员工帮助计划”。它是由企业为员工设置的一套系统的、长期的福利与支持项目。通过心理咨询专业人员对组织的诊断、建议和对员工及其直系亲属提供专业指导、培训和咨询，达到帮助解决员工及其家庭成员的各种心理情绪问题，从而提高员工工作积极性和效率，增进员工幸福感，进而实现企业与员工双赢的目的。

EAP 国际协会主席 Jorgensen 认为，EAP 不仅仅是员工的一种福利，同时也是对管理层提供的福利。因为在行为科学的基础上，员工心理援助专家可以为员工和企业提供战略性的心理咨询、确认并解决问题，以创造一个有效、健康的工作环境。通过对员工的辅导，结合对组织环境的分析，处理并解答影响员工工作表现的问题，帮助 HR 处理员工关系的死角，消除可能影响员工绩效的各方面因素，增加组织凝聚力，提升公司形象。

同时企业 EAP 服务并不改变企业原先的任何部分，它只是一种参辅性的服务，运用专业的心理咨询技术使得企业各部分之间更有机、协调的合作，从而达到整体大于部分的效果；既保持企业独立运作，又能得到“润物细无声”的收获。

二、企业员工遇到的普遍心理问题有哪些。

根据我们常年的调研反馈以及临床心理咨询经验，困扰中国企业员工的心理情绪问题从高到低依次为以下几个方面：

1. 压力感大。家庭、亲子、情感、身体等多方面问题造成小型压力累加，在此基础上还要面对工作压力，多方面压力源导致整体压力感巨大，严重影响工作绩效。

2. 烦躁易怒。无法控制自己的情绪，容易发火，心情波动较大。生气之后又后悔无助，陷入恶性循环。

3. 悲观迷茫。感到个人职业生涯迷茫无望，对于生活失去激情和动力，对未来没有希望和期待。想改变但又不知从何下手。

4. 人际冷漠。不愿与人交流，更远沉迷于电子产品与虚拟世界，内心却渴望他人理解，却没有勇气实现与他人的连接与沟通。

5. 挫折感。持续不断的没有成就感，挫败感。从工作迷茫至生活多个层面。

6. 沮丧孤独。总是高兴不起来，对任何事情都没有兴趣与激情。内心感觉没人理解自己，又不知该如何向他人表达这种感受。

三、我们的 EAP 可以为员工提供那些具体的心理服务。

在合约期内，心理顾问将结合企业员工特点，为其提供（包括但不限于）以下服务：

1. 建立私人心理档案。为企业员工建立私人心理档案，阶段性的跟进员工心理状态。

2. 人际关系适应。对员工进行人际关系适应与沟通辅导，增进企业各部门之间，员工与员工之间，上下级之间的沟通效率，从而提高

工作效率。

3. 工作解压与职业生涯规划。缓解企业员工因工作原因导致的紧张焦虑情绪，帮助其做出契合自身和企业发展的职业生涯规划，使得企业员工对个人发展拥有一个明确的方向与目标，从而增加内心动力与实际行动能力。

4. 团队效能提升指导。帮助企业从心理角度评估与组建团队成员，根据个人深层性格特点实现团队成员高效的团队合作，发挥团队工作的最大效能。

5. 为领导人员、人力资源管理人员提供专业的督导服务。

6. 婚恋及婚姻关系辅导。从专业的心理角度为员工提供婚恋与婚姻关系辅导，创造美满健康稳定的家庭婚恋关系，从而使员工更加安心高效的工作。

7. 婴幼儿养育指导。为员工提供婴幼儿养育、青少年成长指导及相关亲子教育服务。孩子的成长牵动每个父母的心，企业员工的子女教育得到合适的指导，孩子获得健康的发展，可以很大层面上减轻员工的心理负担，增强价值感。

因为心理咨询与辅导相关服务有很强的专业性与针对性，其外延与涵盖范围也较广。所以具体服务辅导方式方法与内容需要根据企业与员工自身情况与需求量身定制。我们更倾向于在企业内部员工调查的前提下做出更能满足客观需求的服务与辅导。

四、我们EAP的服务与辅导形式具体有哪些。

1. 人才测评。分为职业测评，人际关系与冲突处理模式测评，人

格倾向测评等多方面。

2. 个人面谈与电话辅导。

3. 团体辅导与企业团体心理顾问。

4. 家庭治疗、沙盘治疗、婚恋辅导。

5. 中高级管理人员私人心理顾问。

6. 各类心理培训、讲座。

7. 在线课程。

8. 工作坊。直面系列工作坊有：“找回你自己工作坊”；“叙事与发现工作坊”；“走进恋爱情感的奥秘工作坊”；“面对人生不确定性工作坊”；“在关系中经历疗愈与成长工作坊”；“神经症的意义工作坊”；“与潜意识联结工作坊”；“人生五层面工作坊”。

五、企业 EAP 具体执行方式有哪些参考。

方式 1.

根据我们服务企业的经验，员工“暖心卡”是一种很好的形式，可以实现将心理咨询服务与辅导作为企业福利传递给员工的目的。

企业可以为每一位参加 EAP 服务的员工购买一张“暖心卡”，员工或者其家人都可以用此卡来购买心理咨询服务，购买内容与时间可由员工自行决定。

据我们的经验，这样执行的好处有以下几个方面：

(1) 员工可以根据实际需要进行心理服务的购买，灵活机动性较大，员工满意度较高。

(2) 不仅员工，其家人都可受益，而家庭的和谐稳定直接影响到

员工工作效率。

(3)可以提高企业在员工心中的形象。暖心卡作为一种员工福利，会让员工真切体会到企业对自己的关心，从而产生自豪感与价值感，企业的凝聚力也会由此提升。

这种执行方式的不足是：略为复杂，需要对心理咨询作用于企业员工的意义有一定的理解与认同感。

方式 2.

在年度或半年人员测评的基础上，我们利用专业的心理学方法为企业筛选出需要进行心理辅导与干预的员工，再针对这些员工进行心理辅导。

这种方式操作起来较为简便，也有较强的针对性。但弊端是，此方式往往在员工心理情绪问题到了一个临界点的时候才能实现干预，而此时辅导不仅达到预期效果的周期长，而且很多由于心理问题导致的工作问题已经产生。另外，企业是一个有机的系统，只有全体员工的心理情绪得到整体调整与改善，才能从根本上提高企业工作效率。

五、EAP 专业团队介绍

南京直面心理咨询研究所的企业 EAP 服务汇集了一支国际知名的专家团队，他们可以运用自身丰富的专业知识与临床经验将国际优质心理学资源转化为高品质的心理专业服务。主要团队成员介绍如下。

1. 王学富博士

南京直面心理咨询研究所所长，专家级心理咨询师。

王博士早年在厦门大学从事人文类学科的教育科研工作，后多年

在国外大学修读心理学、文学、哲学等。回国后长期沉潜于心理咨询的专业实践，积累了丰富的心理咨询临床经验，并创导出一套更加适合中国人心理文化特征的直面心理学理论与操作方法，称为“直面疗法”，在国内外心理学领域产生巨大影响。

王博士著有《受伤的人》、《成长的路》、《医治的心》、《成为你自己》等多部心理学著作，译有《欧文-亚隆思想传记》，并主编《心理学辅导延伸教材（ECP）》。曾参与组织“第一届存在主义心理学国际大会”，在国内心理咨询界被誉为“中国存在主义心理治疗第一人”。

2. 路易斯·霍夫曼博士

美国赛布鲁克大学心理学教授，超个人心理学与人本主义心理学研究室主任，美国人本主义心理学会（美国心理学会 32 分会）会长。《人本主义心理学》、《心理评论：美国心理协会评论手册》等杂志的编委。发表多篇心理学研究论文，编著五本著作，包括《存在主义心理学：东方与西方的对话》。是一个热忱、深情、颇具感染力和启发性的心理学专家、老师。近年来与南京直面心理咨询研究所建立了密切的合作关系。

3. 艾瑞克·克莱格博士

美国心理学会人本主义分会前会长，国际梦研究协会前会长，美国新墨西哥州心理分析协会现任秘书长。格莱格博士是人本—存在主义心理学教学、研究、治疗工作已逾 40 年。曾分别师从于人本主义心理学奠基者之一的克拉克·莫斯塔克斯，存在主义心理分

析取向的现实疗法创立者保罗·斯坦，“存在分析”疗法的创立者
麦达·波斯。克莱格博士完成了近 50 篇学术论著，并被翻译成 7
种语言。克莱格博士曾经在全世界各地发表过数百次讲演，是一
位具有影响力的心理专家、老师。近年来与南京直面心理咨询研
究所建立了密切的合作关系。

4. 艾琳·赛琳博士

美国心理学会人本主义心理学分会会长，美国旧金山市心理学会
会长。赛琳博士为美国旧金山和马林县执业临床心理学家和注册
舞蹈治疗专家，美国舞动治疗协会高级治疗师（ADTR）。赛琳博士
曾执教于美国赛布鲁克大学、加利福尼亚大学洛杉矶分校、纽约
格式塔心理研究所、苏黎世荣格心理研究所、美国和以色列的莱
斯利大学。近年来开始在中国推动舞动治疗的训练，并与南京直
面进行合作。

5. 杨吉膺博士

杨吉膺博士为美国注册临床心理治疗师。杨吉膺博士出生于台湾，
9 岁随父母移民美国。1994 年毕业于美国富勒心理学院，获临床
心理学博士学位。杨吉膺博士现为美国国际联合大学香港城市大
学校区临床心理治疗培训部主任。擅长个体和团体心理辅导，哀
伤辅导，存在主义心理辅导。现与直面心理进行合作。

6. 贝隽文老师

台湾“哈科米治疗中心”创办人，首席治疗师。“哈科米”认证治
疗师、教师及训练师。师从哈科米创始人朗·克兹（Ron Kurtz）

和唐娜·马丁 (Donna Martin)。贝隽文老师 1999 年起，担任美国西雅图市“哈克米”教育网络教师，从事个体、婚姻和团体辅导。2004 年，他作为 PESI 的主要讲员，在美国各地做巡回辅导。2008 年至今，贝隽文老师创办“哈科米中心”，在台湾多地区带领和教授“哈科米”课程，为当地政府组织、私立基金会、高效机构提供服务。先与直面心理进行合作。

7. 孙闻老师

孙闻老师毕业于南京师范大学。南京直面心理研究所资深咨询师。有 20 年临床咨询经验。企业 EAP 项目部高级讲师。曾为政府机构，国际知名企业进行员工心理支持服务。1996 年至 2000 年接受新加坡关怀心理辅导机构专业人员的培训，并在厦门关怀心理咨询中心工作，从事心理热线与面谈辅导。2000 年至 2002 年在南京大学大学生心理健康与教育研究中心任兼职辅导员。2005 年赴丹麦成人社会工作学员进修，2008 年在美国富勒心理学院做访问学者，获得美国“Family Wellness Instructor”（家庭健康指导师）证书。

南京直面心理咨询研究中心企业 EAP 项目部

2017 年 3 月

南京直面心理咨询研究所介绍请参看附录

附录

南京直面心理咨询研究所简介

南京直面心理咨询研究所成立于 2002 年 4 月，是一个专业心理咨询服务与研究机构。分设“心理咨询与治疗中心”、“直面心理学研究中心”、“存在心理学研究中心”、“心理辅导延伸项目（ECP）部”、“企业员工帮助计划项目（EAP）部”、“直面学塾”。拥有一支由专职与兼职心理咨询专家和心理咨询师组成的专业队伍，专业人员具有博士、硕士、大学本科学历，曾在国内外接受系统的心理咨询专业训练，并在长期的心理咨询与治疗实践中积累了丰富的经验。



直面心理咨询研究所

南京直面心理咨询研究所立足于深厚的专业资源和热忱的服务理念，自 2002 年迄今，为数以千计的求助者提供数以万计的面谈心理咨询，免费心理咨询热线的服务总量达到两万人/次。直面每年举办“直面-存在心理学分析师”培训，迄今已成功举办二十期，为直面机构本身和社会各界培养出一批既有服务理念又初具专业能力的心理辅导人员。为了提高本机构心理辅导人员的专业能力，直面不定期举办案例讨论和专业督导，派送专业人员出国进修，并与国内、外

专业机构联合举办心理咨询与治疗研讨会等。



直面心理咨询室一角

直面举办各类活动，如直面沙龙、读书会，内容涵盖心理、文化、教育、文学、科学、宗教、自然、法律等。直面参与社会服务活动，与南京市政府机构、社区、电台、电视台、报纸等进行广泛合作，共同推动心理咨询社会服务。直面每月印发《直面报告》，编写、出版“直面心理治疗系列丛书”（《受伤的人》、《成长的路》、《医治的心》《成为你自己》等），推动心理咨询领域的专业发展和中国社会的文明进步与文化更新。



直面沙盘游戏治疗室一角

2005年，南京直面心理咨询研究所创办心理辅导延伸项目（ECP），编写成套（12本）自学自助教材及相关辅助学习资料，目的是让更多关注生命成长的人获得切实可行的自助与助人的策略。

助人成长荟菁粹，十年潜心磨一剑。南京直面心理咨询研究所专业人员在专业带头人王学富博士的带领下，长期沉潜于心理咨询实践与理论方法研究，逐渐提炼出一套适宜中国人心理文化特征的“直面心理学”方法，称为“直面方法”，并越来越引起国内、外同行的关注、赞赏与支持。同时，直面还成立了“存在心理学研究中心”，探索在中国文化背景中的存在心理治疗的应用与研究，与国内外大学、心理机构合作主办第一届（2010年，南京）存在主义心理学国际大会。



直面定期邀请中外心理学界专家来中心讲学研讨

南京直面心理咨询研究所以其高品质的专业服务和业绩赢得了同行的赞赏、社会的称誉和政府的特别嘉奖。在南京市团委、南京市青联、南京市社科联、南京市工商局联合举办的“2004 南京十大新兴行业青年风云人物”评选活动中，王学富博士代表南京直面心理咨询研究所荣获“2004 年南京十大新兴行业青年风云人物”和“南京新长征突击手”称号。

2012 年，南京直面心理咨询研究所与王学富博士荣获美国心理协会人本主义心理学会“夏洛蒂和卡尔·彪勒奖”（Charlotte & Karl

Buler Award)。这是美国心理协会第一次把这个殊荣授于亚洲专业机构与个人，这标志着中国的直面机构与王学富博士在世界人本主义心理学领域做出了引人瞩目的贡献。



南京直面心理咨询研究所与王学富博士荣获美国心理协会人本主义心理学会“夏洛蒂和卡尔·彪勒奖” (Charlotte & Karl Buler Award)

南京直面心理咨询研究所是由一群真心关注生命成长的人共同创立和维持的。直面服务源于对生命的爱和怜惜，直面的存在是为了鼓励灰心的；扶持软弱的；医治受伤的；唤回逃避的。直面用信心、爱心、耐心和专业的品质，帮助人们恢复自尊、自信和对未来的盼望，让每一个人活得诚实、正直，充分发挥个人的潜能，直面生活的挑战，成为独特的自己。