

《中国员工心理管理计划》

封面、前言、目录

(1) 封面



(2) 前言

由中国保健协会心理保健专业委员会和中国员工心理管理计划专项基金共同推出的中国员工心理管理计划，是以国外成熟的员工援助计划（EAP）为基础，并考虑到我国的特殊国情而制定的一个既能解决员工的心理问题，又能使企事业单位更好地实现发展目标的员工心理管理系统方案。中国保健协会是经卫生部和民政部审核、报国务院批准成立的全国性行业协会，中国保健协会心理保健专业委员会是中国保健协会的分支机构，登记机关为中华人民共和国民政部。中国员工心理管理计划专项基金由中国经济改革研究基金会设立，中国经济改革研究基金会是国家发改委下属的全国性公募基金会，是在国家民政部登记注册的独立社团法人。

国际上的EAP员工援助计划，原由美国人发明，发展多年后，逐渐成为企业为员工设置的一套福利系统与项目。EAP进入中国的时间大约是20世纪80年代末，从2001年起国内的一些企业开始重视心理培训，但规模一直非常零散。5·12大地震及国际金融危机爆发后，国内的一些企业掀起了一场关注员工心理的热潮，当时很多企业邀请我们协会派专家去讲课，一些单位还提出，希望我们协会出具书面整体评估报告，对个别问题员工进行心理干预。于是，我们就向国家有关部门提出了推出“中国员工心理管理计划”的项目。

随着世界经济的快速发展和我国各项改革的不断深入，涉及民生、就业、用人和劳动关系等社会问题日益突出。企事业单位在合并、重组、裁员、缩减开支、新管理手段运用等新环境下，处理劳动雇佣关系面临更多的风险和挑战。因此，搭建“中国员工心理管理计划”

平台，加强对员工心理的关注和引导，显得越来越迫切和重要。

由于我国还处于社会经济的转型期，中国的企业和员工都面临着激烈的竞争和空前的压力，因此，中国员工心理管理计划一经推出就受到了全国人大、国家发改委、国务院国资委、卫生部、人力资源和社会保障部等国家部委相关领导的重视和中国神华集团、中信集团、中化集团、中国兵器集团、中储粮总公司、河南煤业化工集团、四川九洲电器集团、天津一轻集团、山西沁新能源集团等众多企业的支持。

现在很多企业都觉得员工不好管理，其实是没有找到一种有效的员工心理管理的方法。大量实证研究证明，通过培育员工心理资本，开发员工积极心理的品质，培养员工对企业组织的忠诚度，加强对企业组织的软实力建设，不仅可以提升员工的心理素质，化解企业矛盾，还能够激发员工的主动性和创造性，为企事业组织创造更大的经济效益。因此，我们认为实施中国员工心理管理计划，是市场经济发展的必然趋势，是企事业单位规避风险和提升员工幸福感指数的必由之路。

中国员工心理管理计划在我国是一个新生事物，它在借鉴国外 EAP 的基础上，还需要花大力气才能完成本土化。该项目体系庞大，专业性强，涉及面广，需要很多同仁的参与和企业的支持。在此，我本人真诚邀请有志于此的广大同仁，踊跃加入，同举大业，让我们都能成为中国员工心理管理计划的参与者和推动者。而各位同仁在实施这一项目的过程中，也将获得自己的收益与成长。

中国员工心理管理计划项目现已有签约心理学机构 600 多个，签约心理工作者 3000 多人，并已组建了 300 多人的专家服务团队。尤其是中国员工心理管理计划启动仪式于 2009 年 10 月 16 日在人民大会堂成功举办后，我们又先后与清华大学、国务院国资委研究中心、河南煤业化工集团义马气化厂、天津一轻集团等单位合作，举办了一系列相关的大型活动。现已有近百家企业成为本项目的签约客户。所以，也可以说这本书是我们实践经验的结晶和科学总结。本书既是企事业单位创建“以人为本”管理创新模式的指导性读物，又是培养企业 EAP 执行师和员工心理培训的良好教材。

本书在编写中借鉴了许多 EAP 专家的研究成果，在此表示感谢。本书在时间较短的情况下编成，难免有疏漏之处，敬请各方专家指正。我们殷切希望本书能给大家一些收获、一些启迪和一些参考，让我们的企事业组织更加和谐、高效和可持续性地向前发展。

王伟

2012 年 7 月

(3) 目录

第一章 中国员工心理管理计划项目介绍	001
第一节 项目概述	001
第二节 项目方案	006
第三节 项目基础	019
第二章 EAP 执行师的心理学基础	034
第一节 普通心理学	034
第二节 发展心理学	066
第三节 社会心理学	083

第四节 积极心理学·····	99
第五节 心理卫生学·····	132
第三章 EAP 体系建设和对组织服务的主要模块·····	162
第一节 建设 EAP 体系的方法·····	162
第二节 EAP 在人力资源管理中的运用·····	187
第三节 组织团队建设·····	211
第四节 员工职业生涯规划·····	218
第四章 EAP 对员工心理健康的管理·····	228
第一节 心理健康管理概述·····	228
第二节 员工心理咨询·····	235
第三节 员工压力与挫折应对·····	243
第四节 员工情绪管理·····	254
第五节 危机干预服务·····	270
第五章 EAP 对员工的心理培训·····	287
第一节 团体心理辅导·····	287
第二节 拓展训练·····	307
第三节 企业教练·····	320
第四节 心理培训授课的方法与技巧·····	327
第六章 EAP 对员工婚姻家庭的心理服务·····	344
第一节 婚姻与家庭概述·····	344
第二节 婚恋家庭问题分析与指导·····	364
第三节 婚姻家庭危机分析与指导·····	373
第七章 EAP 为员工提供的心理治疗·····	411
第一节 心理治疗的方法·····	411
第二节 神经症的治疗·····	420
第三节 性心理障碍的治疗·····	437
第八章 EAP 对员工人格的全面提升·····	464
第一节 认知能力的提升·····	464
第二节 情绪情感能力的提升·····	492
第三节 意志力的提升·····	503
第四节 人格的全面提升·····	516
附录一：企业 EAP 执行师考试复习指南·····	529
附录二：中国员工心理管理计划企业调查问卷·····	549
附录三：中国经济改革研究基金会倡议书·····	551
附录四：中国员工心理管理计划专项基金捐赠管理办法·····	553
附录五：中华人民共和国国家版权局著作权登记证书·····	556
后 记·····	557