

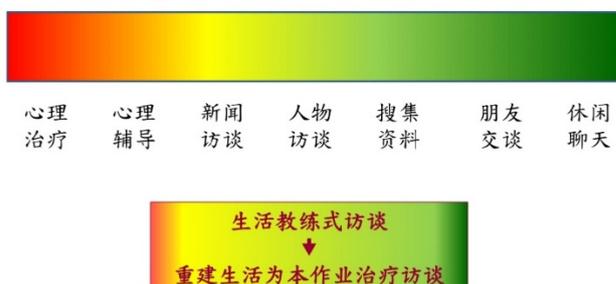
重建生活为本访谈

KF 生活教练访谈法的应用

马丽虹 山东中医药大学康复学院

多次参加过重建生活为本康复理念及运作模式创立人梁国辉教授系列课程培训，令我受益匪浅。2019 年 9 月，再次参加了“重建生活为本访谈技术”2.0 主题课程学习。三天学习，梁国辉教授就生活教练访谈及重建生活为本访谈的基础理论、一般技巧、特质策略、思维套路、及临床应用作深度阐释，并现场透过实操演绎了精典的访谈过程。带着满满的期望，我回到学校，学以致用，岂不快哉！

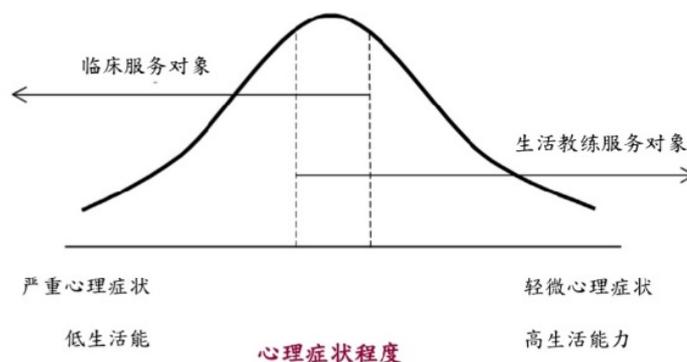
访谈性质光谱



在教学中，师生的沟通是非常频繁而必要的。以往的沟通多是单向指导为主，学生问，老师答，这种形式的沟通简单但效率不高，由于学生未必能够理清其面临的现况，提问中常常出现无效问题，故而老师的解答并不能完全有效帮助解决学生的困境。学习了梁师的 KF 访谈技术之后，明白了倾听、引导、鼓励、总结、升华的重要性，首先要先听听 00 后们发自内心的声音，然后引导学生梳清思路，提出他认为最重要的问题，到了这一步，相当一部分问题就可以迎刃而解了。

比尔盖茨先生说“人人都需要一位 Life coach”，梁先生说从作业治疗学专业的角度来说，人人都需要一位生活教练。作业治疗学源于生活，干预措施离不开生活范畴，病人如此，学生亦如此。优秀的作业治疗师必定是位生活达人。

临床及生活教练服务使用者 与心理症状的关系



Anthony M Grant, Coaching Psychology Unit, School of Psychology, University of Sydney

在校园里，学生面临的问题都是与其生活息息相关，访谈了十几位学生后，简单总结下大概有以下几类：

1、学业问题，以后的发展方向。就业还是考研是永久的话题，也是困扰大多学生的问题。

2、个人的情绪情感问题。青年是容易躁动不安的年纪，面临的情绪情感变化丰富而脆弱，每个人的经历不同，过往的经历在成年期逐步显现出来，困扰着这些年轻人。

3、与家庭的关系问题。大学是学生逐步走向社会，实现独立的过渡阶段，学生与家人的关系必然要逐步发生转变，相对强势的家长不想放权，急于独立的学生想摆脱束缚，于是矛盾产生。

经历了实践之后，发现 **KF 生活教练访谈法** 不仅仅可以提高访谈效果，同时在访谈过程中也可以引导学生认识自我，帮助其实现自我成长。通过访谈可以传递积极乐观、幸福丰盈的专业价值观，实现专业信念的培育，一举数得，效率加倍。

KF

生活教练访谈法

1个

信念

5个

访谈步骤

20条

技巧策略

150题

启发性问题