附件 1：专家简介——关雨桐

1. 个人简介

- 北京师范大学应用心理学硕士
- 中国心理学会临床与咨询心理学专业注册系统（CPS）注册心理师，注册号：X-22-357
- 北京工商大学兼职心理咨询师
- 雨时花心理工作室创始人

从事心理咨询专业工作 8 年，咨询总时长超过 1100 小时，督导总时长超过 200 小时。

2. 咨询受训背景

长期培训：叙事疗法、生涯咨询、儿童青少年心理咨询技术

短期培训：箱庭疗法、焦点解决教练技术、正念技术、人本主义、CBT、ACT 和 DBT 技术等

3. 擅长咨询领域

亲子关系、人际沟通、情绪压力（焦虑、抑郁、恐惧等）、个人探索与成长、生涯咨询

4. 擅长疗法

整合流派，多采用叙事疗法和后现代艺术疗法

5. 工作背景：

- 曾任中国国家射击队、射箭队心理教练，独立设计并开展提升运动员心理韧性和专注力的特训课程，为教练员和运动员开展咨询工作和心理放松训练。

- 曾在多所高校担任心理咨询工作，参与心理团体活动的组织和开展。
- 曾任清华大学 x-lab 创业教练，对在校生和校友开展生涯咨询和生涯辅导，服务人数超过 300 人。

6. **研究经历**

担任《心理学基础知识与咨询技能入门》教材（书号：ISBN 9787518427376）副主编，组织并参与撰写系统的心理咨询师成长教材。生涯量化研究小组带头人，重点开发本土生涯研究量表。

7. **咨询理念**

快乐与欢喜，悲伤与痛苦，分离与哀思，矛盾与冲突，它们都需要一个被安放的地方，我只想找寻到最适合你的咨询方法，给你一片空间。