

ICS 号

中国标准文献分类号

团 体 标 准

T/ZSMTTA 0002-2022

心理疏导师 课程体系及岗位能力评价标准

The curriculum system of psychological tutor and the evaluation standard of job ability

（征求意见稿）

2022-××-××发布

2022-××-××实施

中关村安全管理技术人才发展促进会 发 布

目录

前	言	III
引	言	1
心理疏导师执行规范		2
1 范围		2
2 规范性引用文件		2
3 术语和定义		3
3.1 心理疏导师		3
3.2 职业能力		3
3.3 职业环境条件		3
4 一般要求		3
4.1 工作原则		3
4.2 合作关系		3
4.3 工作对象		3
4.4 工作目标		3
5 基本要求		4
5.1 职业道德基本知识		4
5.2 职业守则		4
5.3 专业知识		4
5.3.1 心理疏导的历史和理论		4
5.3.2 造成求助者产生心理异常的原因分析		4
5.3.3 常见心理异常症状		4
5.3.4 常见精神障碍		5
5.3.5 应激障碍		5
5.3.6 人格障碍		5
5.3.7 与生理健康相关的心理异常问题		5
5.4 专业技能		5
5.4.1 初诊接待		6
5.4.2 关系建立		6
5.4.3 心理测评		6
5.4.4 放松训练		6
5.4.5 自杀风险评估与干预		6
5.4.6 危机干预		6
5.5 操作流程		7
6 教育培训		7
6.1 心理疏导师级别分类		7
6.2 心理疏导师课程大纲		7
6.2.1 四级心理疏导师课程大纲		7
6.2.2 三级心理疏导师课程大纲		8
6.2.3 二级心理疏导师课程大纲		9
6.2.4 一级心理疏导师课程大纲		9
6.3 报考条件		10
6.3.1 四级心理疏导师报考资格		10
6.3.2 三级心理疏导师报考资格		10
6.3.3 二级心理疏导师报考资格		10
6.3.4 一级心理疏导师报考资格		10
6.4 培训师资要求		10
6.5 培训时长		11

前 言

本标准按照GB/T 1.1-2020《标准化工作导则 第1部分：标准化文件的结构和起草规则》给出的规则起草。

本标准由中关村安全管理技术人才发展促进会提出并归口。

本标准主要起草单位：雅知国际咨询（北京）有限公司。

本标准参加起草单位：北京中睿永道文化传播有限公司

本标准主要起草人：魏志勇、李建京、刘菲

本标准为首次发布。

引 言

本标准结合原心理咨询师国家职业资格二级的基础上，充分参考了国家有关法律法规和原心理咨询师国家职业标准规范的要求，融合国内外心理咨询与心理疏导的理论，结合我国国情和社会发展的需要，编制本标准。

本标准的实施将促进心理从业工作者在学习心理疏导相关知识的标准化和进行相关心理工作过程中的流程标准化，规范心理疏导师的学习内容、工作对象、工作的一般程序、工作中使用的技术等专用要求，为心理疏导师的培训考核及从业提供准则。对心理从业者的职业道德、基础要求、实际操作等内容实现专业化、标准化，具有重要指导作用。对于帮助解决心理异常人群的心理困扰、回复他们的社会功能、促进个体身心健康、保持社会稳定、构建和谐社会、以及提升全民身心健康水平都具有重要的意义。

心理疏导师执行规范

1 范围

本标准规定心理疏导师从学习内容、培训培养、从业实操等方面的内容。保障心理疏导工作的从业者具备专业基础的心理疏导知识。保障心理异常人群在寻求心理疏导工作从业人员时，能够得到正确的对待及有效的帮助。保障心理疏导行业有标准可依，规范了心理行业的从业准则和标准。适用于所有从事心理工作的从业者。

2 规范性引用文件

下列文件对于本规范的应用是必不可少的。

【01】 ISBN 978-7-301-27039-4	理解DSM-5精神障碍
【02】 ISBN 978-7-301-23033-6	整合式短程心理咨询
【03】 ISBN 978-7-100-11045-7	存在主义心理治疗
【04】 ISBN 978-7-5019-9978-1	罗杰斯心理治疗
【05】 ISBN 978-7-301-15856-2	医学心理学
【06】 ISBN 978-7-5167-3022-5	心理咨询师（国家职业资格基础知识）
【07】 ISBN 978-7-04-021289-1	心理咨询与治疗丛书
【08】 ISBN 978-7-5167-3024-9	心理咨询师（国家职业资格二级）
【09】 ISBN 978-7-5167-3023-2	心理咨询师（国家职业资格三级）
【10】 ISBN 978-7-301-08972-9	变态心理学
【11】 ISBN 978-7-5019-9575-2	心理咨询面谈技术
【12】 ISBN 978-7-117-16792-5	健康管理师（职业技能基础知识）
【13】 ISBN 978-7-117-16794-9	健康管理师（国家职业资格三级）
【14】 ISBN 978-7-117-16748-2	健康管理师（国家职业资格二级）
【15】 ISBN 978-7-117-16747-5	健康管理师（国家职业资格一级）

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本规范。

3.1 心理疏导师

心理疏导师应具有良好的职业道德，运用心理学以及相关学科的专业知识，遵循心理学原则，通过心理疏导的技术与方法，帮助求助者解决心理问题的专业人员。

3.2 职业能力

心理疏导师应具备：观察能力、分析能力、逻辑思维能力、表达能力、人际沟通能力、自我控制能力。

3.3 职业环境条件

常温、安静、通风的心理工作室

4 一般要求

一般要求是对于心理疏导师对于职业道德、专业知识、工作对象等设定的一般要求。心理疏导师自身专业知识需要满足本要求的内容，从业过程中需要遵守职业道德和操作规范。

4.1 工作原则

心理疏导师开展工作时，应遵循以下原则：自愿原则、主动性原则、价值中立原则。

4.2 合作关系

心理疏导师与被帮助对象是“求”与“帮”的关系，同时也是一种“合作关系”，意指心理疏导师运用心理学理论和技术帮助求助者来解决自身的问题，也就是“助人自助”。

4.3 工作对象

心理健康疏导师的工作对象为出现心理问题、严重影响到个体的社会功能甚至会损害个体的生命的主动寻求帮助的人。

4.4 工作目标

4.4.1 帮助心理异常人群恢复到心理正常的状态。

4.4.2 帮助心理异常人群掌握应对压力的方式与方法，让他们更够更好的应对未来。

4.4.3 帮助心理异常人群更加理性、身心健康的工作、生活、学习。

4.4.4 对心理疏导师进行督导

4.4.5 对危机人群进行危机干预

4.4.6 对自杀人群进行预防和干预

5 基本要求

5.1 职业道德基本知识

5.1.1 心理疏导师不得因求助者的性别、年龄、职业、民族、国籍、宗教信仰、价值观等任何方面的因素歧视求助者；

5.1.2 心理疏导师在帮助关系建立之前，必须让求助者了解心理疏导工作的性质、特点、这一工作可能的局限以及求助者自身的权利和义务；

5.1.3 心理疏导师在对求助者进行工作时，应与求助者对工作的重点进行讨论并达成一致意见，必要时应与求助者达成书面协议；

5.1.4 当心理疏导师认为自己不适合对某个求助者进行心理疏导时，应向求助者作出明确的说明，并且应本着对求助者负责的态度将其介绍给另一位合适的心理疏导师；

5.2 职业守则

5.2.1 尊重求助者的意愿；

5.2.2 促进求助者的身心健康；

5.2.3 对求助者的个人隐私及所提供的资料保密；

5.2.4 与求助者建立平等的咨询关系，不得产生和建立咨询以外的任何关系。

5.3 专业知识

5.3.1 心理疏导的历史和理论

5.3.2 造成求助者产生心理异常的原因分析

5.3.2.1 生物性原因

5.3.2.2 社会性原因

5.3.2.3 心理性原因

5.3.3 常见心理异常症状

5.3.3.1 感知障碍

5.3.3.2 思维障碍

- 5.3.3.3 注意障碍
- 5.3.3.4 记忆障碍
- 5.3.3.5 智能障碍
- 5.3.3.6 自知力障碍
- 5.3.3.7 情绪障碍
- 5.3.3.8 意志行为障碍

5.3.4 常见精神障碍

- 5.3.4.1 精神分裂症
- 5.3.4.2 心境障碍
- 5.3.4.3 神经症

5.3.5 应激障碍

- 5.3.5.1 急性应激障碍
- 5.3.5.2 创伤后应激障碍
- 5.3.5.3 适应障碍
- 5.3.5.4 癔症

5.3.6 人格障碍

- 5.3.6.1 偏执性人格障碍
- 5.3.6.2 分裂样人格障碍
- 5.3.6.3 反社会性人格障碍
- 5.3.6.4 冲动性人格障碍
- 5.3.6.5 表演性人格障碍
- 5.3.6.6 强迫性人格障碍
- 5.3.6.7 焦虑性人格障碍
- 5.3.6.8 依赖性人格障碍

5.3.7 与生理健康相关的心理异常问题

- 5.3.7.1 脑卒中
- 5.3.7.2 躯体疼痛
- 5.3.7.3 睡眠障碍
- 5.3.7.4 进食障碍
- 5.3.7.5 呼吸系统障碍

5.4 专业技能

5.4.1 初诊接待

- 5.4.1.1 咨询室设置
- 5.4.1.2 心理疏导师着装
- 5.4.1.3 心理疏导师语言及行为
- 5.4.2 关系建立
 - 5.4.2.1 尊重
 - 5.4.2.2 共情
 - 5.4.2.3 真诚
 - 5.4.2.4 热情
 - 5.4.2.5 积极关注
 - 5.4.2.6 价值中立
- 5.4.3 心理测评
 - 5.4.3.1 智力测验
 - 5.4.3.2 人格测验
 - 5.4.3.3 心理与行为测验
 - 5.4.3.4 压力测验
 - 5.4.3.5 投射测验
- 5.4.4 放松训练
 - 5.4.4.1 鼻腔呼吸放松
 - 5.4.4.2 腹腔呼吸放松
 - 5.4.4.3 肌肉放松
 - 5.4.4.4 想象放松
- 5.4.5 自杀风险评估与干预
 - 5.4.5.1 自杀风险评估
 - 5.4.5.2 自杀干预
- 5.4.6 危机干预
 - 5.4.6.1 拟人化技术
 - 5.4.6.2 快速眼动技术（EMDR）
 - 5.4.6.3 安全岛技术
 - 5.4.6.4 蝴蝶拍技术
 - 5.4.6.5 突发事件应急会谈（CISD）
 - 5.4.6.6 评分技术
 - 5.4.6.7 系统脱敏
 - 5.4.6.8 脑屏投射

5.4.6.9 种“种子”技术

5.4.6.10 保险箱技术

5.4.6.11 健脑操挂钩式

5.5 操作流程

5.5.1 建立关系

5.5.2 收集信息

5.5.3 分析原因

5.5.4 初步评估

5.5.5 初步诊断

5.5.6 鉴别诊断

5.5.7 确定方案

5.5.8 执行方案

5.5.9 效果评估

6 教育培训

6.1 心理疏导师级别分类

6.1.1 四级心理疏导师

6.1.2 三级心理疏导师

6.1.3 二级心理疏导师

6.1.4 一级心理疏导师

6.2 心理疏导师课程大纲

6.2.1 四级心理疏导师课程大纲

序号	课程名称	课程内容
1	心理现象与心理学概况	心理现象
		心理学的产生、发展与性质
		心理学的研究任务与意义
		心理学的研究方法原则
2	心理的一般规律性	心理的生理基础
		心理的客观源泉
		心理的发生、发展与实践活动
		心理的能动性与主观性
3	基础心理学知识	感觉、知觉
		记忆
		思维、言语、想象
		意识与注意
		需要与动机
		情绪、情感、意志

		能力和人格
4	社会心理学知识	社会心理学概述
		社会化与自我概念
		社会知觉与归因
		社会动机和社交情绪
		态度形成与态度转变
		沟通与人际关系
		社会影响
		爱情、婚姻与家庭
5	发展心理学知识	发展心理学概述
		婴儿期的心理发展
		幼儿期的心理发展
		童年期的心理发展
		青春期的心理发展
		中年期的心理发展
		老年期的心理发展
6	心理健康知识	关于心理健康的定义
		评估心理健康的标准
		心理不健康的分类
		常见躯体疾病患者的心理问题
		疼痛的心理学问题
7	压力与健康	从心理学看压力
		压力的适应
		压力的临床后果与中介系统

6.2.2 三级心理疏导师课程大纲

序号	课程名称	课程内容
1	变态心理学知识	变态心理学概述
		心理正常与心理异常
2	常见的心理异常症状	认知障碍
		情绪障碍
		意志行为障碍
3	常见精神障碍	精神分裂症及其他妄想性障碍
		心境障碍
		神经症
		应激相关障碍
		人格障碍
		多动障碍
		心理生理障碍
		癔症
4	心理疏导知识	咨询心理学概述
		历史理论观点
		心理疏导的对象、任务、分类和一般程序
		不同年龄阶段的心理疏导
		婚姻、家庭的心理疏导
		性心理疏导
5	工作关系的建立	如何进行初诊接待

		摄入性会谈
		心理测验的使用原则
		一般临床资料的整理与评估
		求助者心理问题产生的原因分析
		尊重、热情、真诚、共情、积极关注
		心理疏导目标的确立
6	心理疏导实操技术	参与性技术
		影响性技术
		放松训练
		阳性强化法
		心理疏导效果评估
7	心理测验技术	90项症状清单
		抑郁自评量表
		焦虑自评量表

6.2.3 二级心理疏导师课程大纲

序号	课程名称	课程内容
1	常见心理问题的诊断	抑郁症的诊断
		焦虑症的诊断
		恐惧症的诊断
		疑病症的诊断
		强迫症的诊断
		精神衰弱的诊断
2	心理测验技术	韦氏成人智力测验
		明尼苏达多项人格测验
		汉密尔顿抑郁量表
		汉密尔顿焦虑量表
		简明精神病量表
		躁狂量表
3	心理疏导技术	系统脱敏
		冲击疗法
		厌恶疗法
		模仿法
		合理情绪疗法
4	团体心理疏导技能	团体心理疏导方案的制定
		团体心理疏导方案的实施

6.2.4 一级心理疏导师课程大纲

序号	课程名称	课程内容
1	危机干预的理论	什么是危机干预、什么情况下需要危机干预
3	自杀风险评估与干预	通过自杀观念及自杀行为，对个体进行自杀风险评估及干预
	危机干预的划分与评估	灾难性事件、社会性事件、日常生活事件的危机干预
2	简易创伤诊断	绘画作品中的创伤呈现

3	拟人化技术	帮助个体对自己的不良情绪、认知及行为命名，并进行行为应对
4	突发事件应急会谈（CISD）	通过团里会谈达到对团体成员减压、疏导情绪
5	眼动脱敏技术（EMDR）	通过会谈及引导，帮助个体快速处理创伤感受。
6	蝴蝶拍技术	快速缓解情绪，把个体引导进入一个“安全地带”
7	评分技术	通过个体主观上对自己的情绪、关系、安全感等内容进行评分，使之能够了解自我当下的状态，并对危机干预的成果进行评估。实操演练。
8	健脑操挂钩式	快速缓解情绪
9	保险箱技术	常见精神障碍：人格障碍、癔症、应急相关障碍、生理心理障碍
10	系统脱敏	通过系统脱敏，帮助求助者有效应对焦虑、恐惧等情绪
11	安全岛技术	通过语言暗示，引导受术者进入自己的安全空间
12	脑屏投射技术	通过想象建立脑屏投射、配合放松训练，缓解个体不良情绪
13	种“种子”技术	通过本技术对个体施加积极、正向的暗示，帮助个体建立积极地目标，塑造积极行为
14	督导	心理疏导师督导
		心理疏导师个人成长

6.3 报考条件

6.3.1 四级心理疏导师报考资格

- ①具有心理学、教育学、医学专业本科及以上学历。
- ②具有心理学、教育学、医学专业大专学历，经心理疏导师正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。
- ③具有其他专业本科以上学历，经心理疏导师正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。
- ④年满25周岁。

6.3.2 三级心理疏导师报考资格

- ①已经取得四级心理疏导师资格。

6.3.3 二级心理疏导师报考资格

- ①已经取得三级心理疏导师资格。
- ②已经取得原人保部三级心理咨询师资格。

6.3.4 一级心理疏导师报考资格

- ①已经取得二级心理疏导师资格。
- ②已经取得原人保部二级心理咨询师资格。

6.4 培训师资要求

从事心理疏导师培训讲师须符合以下条件：

- 6.4.1 心理学、教育学、医学专业本科学历
- 6.4.2 具有国家二级心理咨询师职业资格
- 6.4.3 具有一级心理疏导师资格
- 6.4.4 连续从业5年以上

6.5 培训时长

6.5.1 四级心理疏导师的理论学习时长不低于150课时，实习时长不低于80课时

6.5.2 三级心理疏导师的理论学习时长不低于120课时，实习时长不低于120课时

6.5.3 二级心理疏导师的理论学习时长不低于100课时，实习时长不低于1800课时

6.5.4 一级心理疏导师的理论学习时长不低于80课时，实习时长不低于240课时