

操作技能 (中级)

第一篇 心理评估

概述

第一章 案例概念化

第一节 认知行为理论案例概念化

一、学习目标

学会依据认知行为理论进行案例概念化。

二、工作程序

(一) 认知概念化

(二) 行为概念化

(三) 认知行为概念化

三、相关知识

(一) 认知行为治疗案例概念化概述

(二) 认知-情绪-生理-行为

四、注意事项

(一) 概念化理论模型在临床中的应用

(二) 概念化技术在临床中的应用

第二节 精神分析理论案例概念化

一、学习目标

学会依据精神分析理论进行案例概念化。

二、工作程序

- (一) 问题症状描述
- (二) 问题过去的经历 (心智化模型)
- (三) 问题模式及成长经历的联系 (探究症状的意义和功能)
- (四) 修通

三、相关知识

- (一) 精神层次理论
- (二) 人格结构理论
- (三) 性本能理论
- (四) 释梦理论
- (五) 心理冲突理论

四、注意事项

- (一) 识别阻抗
- (二) 识别退行
- (三) 识别移情与反移情

第三节 接纳承诺疗法的案例概念化

一、学习目标

学会收集来访者案例信息，依据接纳承诺疗法的心理僵化模型、心理灵活性模型、无效应对模式等理论模型进行案例概念化。

二、工作程序

- (一) 收集信息
- (二) 心理僵化六维度评估
- (三) 无效应对模式分析

三、相关知识

- (一) 心理僵化模型
- (二) 心理灵活性模型
- (三) 无效应对模式

四、注意事项

- (一) 案例概念化需要基于动态评估
- (二) 案例概念化需要和来访者商议

第二章 常见轻性精神障碍评估

第一节 广泛性焦虑障碍

一、学习目标

学会对广泛性焦虑障碍进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定广泛性焦虑障碍的核心特征
- (二) 了解广泛性焦虑障碍的其他临床特征
- (三) 了解病程特征
- (四) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

- (一) 注意文化相关特征
- (二) 注意性别相关特征

第二节 惊恐障碍

一、学习目标

学会对惊恐障碍进行评估。

二、工作程序

(一) 确定惊恐障碍的核心特征

(二) 了解惊恐障碍的其他临床特征

(三) 了解病程特征

(四) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

(一) 与正常状态的区别

(二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

(一) 注意文化相关特征

(二) 注意性别相关特征

第三节 场所恐惧症

一、学习目标

学会对场所恐惧症进行评估。

二、工作程序

(一) 确定场所恐惧症的核心特征

(二) 了解场所恐惧症的其他临床特征

(三) 了解病程特征

(四) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

- (一) 注意文化相关特征
- (二) 注意性别相关特征

第四节 特定恐惧症

一、学习目标

学会对特定恐惧症进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定特定恐惧症的核心特征
- (二) 了解特定恐惧症的其他临床特征
- (三) 了解病程特征
- (四) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

- (一) 注意文化相关特征
- (二) 注意性别相关特征

第五节 社交焦虑障碍

一、学习目标

学会对社交焦虑障碍进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定社交焦虑障碍的核心特征
- (二) 了解社交焦虑障碍的其他临床特征
- (三) 了解病程特征
- (四) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

- (一) 注意文化相关特征
- (二) 注意性别相关特征

第六节 强迫症

一、学习目标

学会对强迫症进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定强迫症的核心特征
- (二) 了解强迫症的自知力标注 (表现)
- (三) 了解强迫症的其他临床特征
- (四) 了解病程特征
- (五) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

(一) 注意文化相关特征

(二) 注意性别相关特征

第七节 疑病症 (健康焦虑障碍)

一、学习目标

学会对疑病症进行评估。

二、工作程序

(一) 确定疑病症的核心特征

(二) 了解疑病症的自知力标注 (表现)

(三) 了解强迫症的其他临床特征

(四) 了解病程特征

(五) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

(一) 与正常状态的区别

(二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

(一) 注意文化相关特征

(二) 注意性别相关特征

第八节 创伤后应激障碍

一、学习目标

学会对创伤后应激障碍进行评估。

二、工作程序

(一) 确定创伤后应激障碍的核心特征

(二) 了解创伤后应激障碍的其他临床特征

(三) 了解病程特征

(四) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

(一) 与正常状态的区别

(二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

(一) 注意文化相关特征

(二) 注意性别相关特征

第九节 适应障碍

一、学习目标

学会对适应障碍进行评估。

二、工作程序

(一) 确定适应障碍的核心特征

(二) 了解适应障碍的其他临床特征

(三) 了解病程特征

(四) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

(一) 与正常状态的区别

(二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

(一) 注意文化相关特征

(二) 注意性别相关特征

第十节 分离性遗忘症

一、学习目标

学会对分离性遗忘症进行评估。

二、工作程序

(一) 确定分离性遗忘症的核心特征

(二) 了解分离性遗忘症的其他临床特征

(三) 了解病程特征

(四) 了解不同年龄阶段的表现

三、相关知识

(一) 与正常状态的区别

(二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

(一) 注意文化相关特征

(二) 注意性别相关特征

第十一节 分离性身份障碍

一、学习目标

学会对分离性身份障碍进行评估。

二、工作程序

(一) 确定分离性身份障碍的核心特征

(二) 了解分离性身份障碍的其他临床特征

(三) 了解病程特征

(四) 了解不同年龄阶段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

- (一) 注意文化相关特征
- (二) 注意性别相关特征

第十二节 人格解体-现实解体障碍

一、学习目标

学会对人格解体-现实解体障碍进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定人格解体-现实解体障碍的核心特征
- (二) 了解人格解体-现实解体障碍的其他临床特征
- (三) 了解病程特征
- (四) 了解不同年龄阶段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

- (一) 注意文化相关特征
- (二) 注意性别相关特征

第十三节 人格障碍及相关人格特质

一、学习目标

学会对人格障碍及相关人格特质进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定人格障碍的一般诊断要求的核心特征
- (二) 了解人格障碍的严重程度
- (三) 了解轻度人格障碍的核心特征
- (四) 了解中度人格障碍的核心特征
- (五) 了解重度人格障碍的核心特征
- (六) 了解人格特质领域标注
- (七) 了解人格障碍的其他临床特征
- (八) 了解病程特征
- (九) 了解不同年龄阶段的特征

三、相关知识

- (一) 轻度人格障碍, 特定人格紊乱的示例
- (二) 中度人格障碍, 特定人格紊乱的示例
- (三) 重度人格障碍, 特定人格紊乱的示例
- (四) 与正常状态的区别
- (五) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

- (一) 人格困难
- (二) 注意文化相关特征
- (三) 注意性别相关特征

第十四节 孤独症谱系障碍

一、学习目标

学会对孤独症谱系障碍进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定孤独症谱系障碍的核心特征
- (二) 了解孤独症谱系障碍特征标注
- (三) 了解孤独症谱系障碍的其他临床特征
- (四) 了解病程特征
- (五) 了解不同年龄阶段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

- (一) 注意文化相关特征
- (二) 注意性别相关特征

第十五节 注意缺陷多动障碍

一、学习目标

学会对注意缺陷多动障碍进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定注意缺陷多动障碍的核心特征
- (二) 了解描述临床表现核心特征的标注
- (三) 了解注意缺陷多动障碍的其他临床特征
- (四) 了解病程特征
- (五) 了解不同年龄阶段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别

(二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

(一) 注意文化相关特征

(二) 注意性别相关特征

第三章 常见严重精神障碍评估

第一节 精神分裂症

一、学习目标

学会对精神分裂症进行评估。

二、工作程序

(一) 确定精神分裂症的核心特征

(二) 了解精神分裂症的其他临床特征

(三) 了解病程特征

(四) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

(一) 与正常状态的区别

(二) 精神分裂症的病程标注

(三) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

(一) 注意文化相关特征

(二) 注意性别相关特征

第二节 抑郁障碍

一、学习目标

学会对抑郁障碍进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定抑郁障碍的核心特征
- (二) 了解抑郁障碍的其他临床特征
- (三) 了解不同年龄段的表现
- (四) 根据症状持续时间与功能受损情况判断抑郁障碍类型

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 严重程度和精神病性症状的标注
- (三) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

- (一) 关注青少年抑郁障碍

第三节 双相障碍

一、学习目标

学会对双相障碍进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定双相 I 型障碍和双相 II 型障碍的核心特征
- (二) 了解双相 I 型障碍和双相 II 型障碍的病程特征及分型差异
- (三) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)
- (三) 双相 I 型障碍与双相 II 型障碍的标注及性别相关特征

(四) 双相 I 型障碍和双相 II 型障碍心境发作的症状和病程特征

(五) 双相 I 型障碍和双相 II 型障碍的其他临床特征

四、注意事项

(一) 注意文化相关特征

(二) 注意性别相关特征

(三) 关注青少年双相障碍

第四节 环性心境障碍

一、学习目标

学会对环性心境障碍进行评估。

二、工作程序

(一) 确定环性心境障碍的核心特征

(二) 了解环性心境障碍的其他临床特征

(三) 了解病程特征

(四) 了解不同年龄段的表现

三、相关知识

(一) 与正常状态的区别

(二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

(一) 文化相关特征

(二) 性别相关特征

第五节 单次发作抑郁障碍

一、学习目标

学会对单次发作抑郁障碍进行评估。

二、工作程序

(一) 确定单次发作抑郁障碍的核心特征

三、相关知识

(一) 严重程度, 精神病性症状和缓解程度标注

四、注意事项

(一) 文化相关特征

(二) 性别相关特征

第六节 复发性抑郁障碍

一、学习目标

学会对复发性抑郁障碍进行评估。

二、工作程序

(一) 确定复发性抑郁障碍的核心特征

(二) 了解单次发作抑郁障碍和复发性抑郁障碍心境发作的症状和病程特征

(三) 了解单次发作抑郁障碍和复发性抑郁障碍的其他临床特征

(四) 了解单次发作抑郁障碍和复发性抑郁障碍的病程特征

三、相关知识

(一) 严重程度, 精神病性症状和缓解程度标注

(二) 单次发作抑郁障碍、复发性抑郁障碍与其他障碍和情况的区别

四、注意事项

(一) 文化相关特征

(二) 性别相关特征

第七节 恶劣心境障碍

一、学习目标

学会对恶劣心境障碍进行评估。

二、工作程序

- (一) 确定恶劣心境障碍的核心特征
- (二) 了解恶劣心境障碍的其他临床特征
- (三) 了解病程特征
- (四) 了解不同年龄阶段的表现

三、相关知识

- (一) 与正常状态的区别
- (二) 与其他障碍和情况的区别 (鉴别诊断)

四、注意事项

- (一) 注意文化相关特征
- (二) 注意性别相关特征

第二篇 心理咨询

第一章 个体心理咨询

第一节 认知行为疗法进阶技术

一、学习目标

- (一) 掌握并熟练运用认知概念化技能，形成系统的个案理解框架。
- (二) 深化核心 CBT 技术，学习针对中间信念和核心信念的评估与干预策略。
- (三) 提升处理治疗中的挑战（如阻抗、治疗关系破裂、高风险个案）的能力。
- (四) 培养对 CBT 过程的自我反思和督导利用能力。

二、相关知识

- (一) 高级个案概念化模型
- (二) 认知重构的深化
- (三) 情绪与体验性技术
- (四) 治疗过程与联盟动力学

三、操作要领

- (一) 评估与概念化
- (二) 确定与修正潜在假设的方法
- (三) 发展和强化新的核心信念
- (四) 发展正念认知
- (五) 结束与预防复发

四、注意事项

- (一) 灵活性与个性化

(二) 督导的必要性

(三) 文化敏感性

(四) 治疗师自身因素

第二节 精神分析常用理论常用方法

一、学习目标

(一) 深化对核心精神分析理论的理解，并能将其灵活应用于临床案例概念化。

(二) 发展并精进对移情和反移情的识别与处理能力。

(三) 学习并实践不同临床现象（如阻抗、幻想、梦、付诸行动）的分析技术。

(四) 能够在中级复杂度个案中进行精神分析式倾听、诠释和干预。

二、相关知识

(一) 理论深化与整合——从经典到现代

(二) 核心技术的精进与实践

(三) 咨询过程与框架管理

(四) 专业发展与督导

三、操作要领

(一) 精神分析的设置与治疗联盟

(二) 移情与反移情、阻抗

(三) 自由联想

(四) 解释与修通

四、注意事项

(一) 治疗师自身的准备

- (二) 长期性与深度
- (三) 适应证与禁忌证
- (四) 伦理界限

第三节 人本主义心理咨询进阶技术

一、学习目标

- (一) 深化存在-人本主义哲学基础，将咨询实践与更广阔的生命哲学相连。
- (二) 精进并扩展对核心条件的应用，特别是在挑战性情境中。
- (三) 学习人本-经验取向的特定进阶技术（如聚焦、过程导向干预），丰富咨询工具箱。
- (四) 探索在特定议题和多元人群中的应用，发展文化敏感性和情境灵活性。
- (五) 强化咨询师的自我运用，将个人存在视为核心治疗工具，并注重防止耗竭。

二、相关知识

- (一) 人本主义的哲学深化
- (二) 治疗改变的过程理论（深化）
- (三) 应对特定议题的理论框架
- (四) 自我与反移情
- (五) 当代人本主义的发展

三、操作要领

- (一) 回应高级共情
- (二) 深化无条件积极关注

(三) 运用真诚/一致性的透明化

(四) 过程评论

四、注意事项

(一) 人本不等于被动

(二) 个人成长是核心

(三) 避免共情疲劳与自我关怀

(四) 自知局限与转介

第四节 系统家庭治疗

一、学习目标

(一) 深化对主要系统治疗流派的理解与整合应用。

(二) 精进系统性评估与概念化能力，能绘制复杂的家庭关系图和互动模式。

(三) 掌握更高阶的干预技术和“艺术性”的会谈引导技巧。

(四) 发展治疗师自我在系统工作中的运用，包括处理自身反移情和“卷入”。

二、相关知识

(一) 核心理论范式

(二) 核心概念

(三) 主要流派与代表人物

三、操作要领

(一) 预备与联结

(二) 评估与诊断（系统视角）

(三) 设定目标

(四) 干预阶段 (核心技术与策略)

(五) 结束与巩固

四、注意事项

(一) 治疗师是过程的专家, 而非内容的专家

(二) 应对阻力: 系统的“稳态”会抗拒改变

(三) 治疗师的自我觉察

(四) 适应证与转介

第五节 后现代心理咨询

一、学习目标

(一) 内化社会建构主义与后现代哲学的核心思想, 并将其转化为一种咨询“存在方式”。

(二) 精进后现代治疗的实践深度与复杂度, 超越公式化应用。

(三) 探索后现代理论与其他流派的对话与整合

二、相关知识

(一) 焦点解决核心技术

(二) 叙事疗法基础理论

(三) 合作对话基础理论

(四) 接纳承诺疗法基础理论

(五) 教练技术基础理论

三、操作要领

(一) 焦点解决关键操作程序

(二) 叙事疗法基本操作程序

(三) 合作对话基本操作程序

(四) 接纳承诺疗法基本操作程序

(五) 教练技术基本操作程序

四、注意事项

(一) 后现代疗法可能存在的局限

(二) 使用后现代疗法对咨询师的要求

(三) 使用后现代疗法对来访者的要求

第二章 团体心理咨询

第一节 团体心理咨询的准备

一、学习目标

(一) 理解团体心理咨询的定义、特点、类型。

(二) 掌握团体准备阶段的核心任务：确定团体目标、甄选成员、进行入组面谈。

(三) 能够初步撰写一份完整的团体活动计划书（方案设计）

二、相关知识

(一) 基本概念：团体的定义、功能（教育、发展、预防、治疗）、优势与局限性

(二) 理论基石：团体动力的基本概念（人际互动、社会学习、团体凝聚力）

(三) 疗效因子：团体心理咨询的疗效因子并理解其在团体中的作用

(四) 伦理规范：团体领导者的基本伦理责任

三、操作要领

(一) 需求评估与目标设定

(二) 方案设计

(三) 成员招募与甄选

(四) 入组准备

四、注意事项

(一) 甄选时需排除严重心理障碍、缺乏改变动机、有强烈攻击性或可能破坏团体进程的个体。

(二) 团体规则 (尤其是保密) 必须在团体开始前清晰、严肃地说明，并获得所有成员的承诺。

(三) 计划书应保持一定的灵活性，为团体过程中的生成性内容留出空间。

第二节 初期阶段基本技术

一、学习目标

(一) 掌握团体初始阶段的特点和成员常见心理反应。

(二) 学习运用一系列破冰和初始活动，促进成员相识与互动。

(三) 掌握建立和促进团体凝聚力的核心技术。

二、相关知识

(一) 初期阶段特征

(二) 凝聚力概念

三、操作要领

(一) 开场与介绍

(二) 破冰活动

(三) 建立联结

(四) 处理初始阻抗

四、注意事项

- (一) 领导者自身应表现出真诚、尊重、共情和积极关注的态度，为团体做示范。
- (二) 避免过早、过深地切入沉重话题，安全感和信任感是深入探索的前提。
- (三) 注意平衡成员的参与度，温和鼓励沉默者，适时打断垄断发言者。

第三节 工作阶段基本技术

一、学习目标

- (一) 识别工作阶段的特点（冲突、开放、真实互动）和任务（深入探索、行为改变）。
- (二) 掌握促进团体互动和引导团体深入的核心技术（反应、互动、行动技术）。
- (三) 学习如何有效地处理团体中的冲突和挑战性事件。

二、相关知识

- (一) 工作阶段特征
- (二) 此时此地原则

三、操作要领

- (一) 核心技术运用
- (二) 引导“此时此地”的互动
- (三) 处理冲突与挑战

四、注意事项

- (一) 面质必须以良好的信任关系和充分的共情为基础，否则具有破坏性。
- (二) 领导者不是局外人，要觉察并处理自己的反移情，避免过度介入或回避问题。
- (三) 技术是工具，真诚和以人为本的态度才是根本

第四节 结束阶段基本技术

一、学习目标

- (一) 理解结束阶段的任务和处理分离情绪的重要性
- (二) 掌握结束阶段的常用活动和技巧
- (三) 学习如何对团体咨询的效果进行评估

二、相关知识

- (一) 结束阶段特征：成员可能出现的情绪反应
- (二) 结束的任务：处理分离情绪、整合学习经验、将所学迁移到日常生活、展望未来

三、操作要领

- (一) 提前预告结束
- (二) 结束活动（回顾与总结，表达与反馈，行动计划）
- (三) 评估效果（过程性评估，总结性评估）
- (四) 后续安排

四、注意事项

- (一) 重视并允许成员表达悲伤、失落的情绪，正常化这些反应。
- (二) 避免在最后时刻引入新的、沉重的话题。

(三) 评估应兼顾量化数据（量表）和质化反馈（成员感言），全面衡量效果

第三章 心理危机干预

第一节 正确理解和识别危机

一、学习目标

- (一) 掌握心理危机的定义、本质和常见类型
- (二) 识别出个体处于心理危机时的警示信号和症状表现
- (三) 初步评估危机个体的自杀风险等级及其它潜在危险
- (四) 建立信任的助人关系

二、相关知识

- (一) 心理危机的定义与内涵
- (二) 心理危机的成因
- (三) 心理危机的常见反应与警示信号
- (四) 风险评估的核心要素

三、操作要领

- (一) 主动观察与发现
- (二) 建立初步接触与沟通
- (三) 进行初步风险评估（询问技巧）
- (四) 判断危机等级并记录

四、注意事项

- (一) 态度为要
- (二) 保密例外
- (三) 寻求合作

(四) 避免误解

第二节 建立联系与稳定情绪

一、学习目标

- (一) 理解建立信任关系在危机干预中的核心重要性。
- (二) 掌握核心的沟通与倾听技术，以与危机当事人进行有效沟通。
- (三) 学会运用简单的情绪稳定化技术，帮助当事人从情绪失控状态恢复到可沟通状态。

二、相关知识

- (一) 专业关系的重要性
- (二) 心理急救 (PFA) 原则
- (三) 急性情绪状态的处置

三、操作要领

- (一) 沟通与自我介绍
- (二) 运用倾听技术
- (三) 运用稳定化技术

四、注意事项

- (一) 避免过度保证和空洞的安慰
- (二) 保持语言简洁、语速平缓、语气温暖
- (三) 尊重当事人的节奏，不强迫其说话或做练习，以邀请为主。

第三节 评估问题与探索应对

一、学习目标

- (一) 能够通过有效提问，收集信息，厘清引发危机的核心问题或诱因。

(二) 掌握评估当事人内在优势和外在支持系统（社会支持）的方法。

(三) 能与当事人共同制定简单、即时、可行的行动计划。

二、相关知识

(一) 危机的发展模型

(二) 资源取向

(三) 应对策略

三、操作要领

(一) 评估核心问题

(二) 探索应对资源与优势

(三) 共同制定行动计划

四、注意事项

(一) 始终将当事人视为自己问题的“专家”，干预者是“协作者”，而非“指挥者”。

(二) 聚焦于“现在”和“近期未来”，不过度深挖过去创伤历史（除非必要）。

(三) 计划必须由当事人主导制定，以确保其有执行的内在动机。

第四节 提供信息与协助转介

一、学习目标

(一) 明确危机干预者的角色边界和转介的伦理必要性。

(二) 熟悉本地可用的精神卫生、医疗和社会支持资源

(三) 掌握平稳、有效进行转介的操作步骤和沟通技巧。

二、相关知识

(一) 专业界限与伦理

(二) 精神卫生服务体系

(三) 转介的黄金标准

三、操作要领

(一) 解释转介的必要性

(二) 提供资源选项

(三) 促进连接

(四) 后续跟进

四、注意事项

(一) 避免因“拯救者情结”而承诺提供自己无法实现的长期帮助。

(二) 转介要传递出“我们仍在共同解决这个问题，只是引入了更专业的伙伴”的态度。

(三) 对提供的资源信息需及时更新核实，避免提供错误信息。

第五节 责任意识与风险防控

一、学习目标

(一) 理解专业记录的法律、伦理和专业价值，掌握危机干预记录的核心要素。

(二) 识别自身职业耗竭和替代性创伤的早期信号。

(三) 建立积极的自我照护策略和寻求督导支持的意识。

二、相关知识

(一) 记录的意义

(二) 耗竭与创伤

(三) 督导与支持系统

三、操作要领

(一) 撰写危机干预记录

(二) 进行个案后复盘

(三) 自我觉察与自我照护

(四) 主动寻求支持

四、注意事项

(一) 严格遵守保密原则，妥善保管干预记录。

(二) 将自我照护视为专业职责的一部分。

(三) 警惕“我没事”的自我欺骗，主动、坦诚地面对自己的耗竭信号。

第三篇 心理测验技能

第一章 韦氏智力量表

第一节 韦氏成人智力量表 (WAIS)

一、学习目标

二、操作程序

(一)测验的实施

1. 测验材料

2. 适用范围

3. 施测步骤

(二)测验的记分

1. 原始分的获得

2. 原始分的转换

(三)结果的解释

三、相关知识

(一)关于韦氏智力测验

(二) WAIS—RC 各分测验的主要功能

(三)对韦氏智力量表的评价

1. 韦氏智力量表的优点

2. 韦氏智力量表的缺点

3. 韦氏智力量表的版本

四、注意事项

第二节 韦氏儿童智力量表 (WISC)

一、学习目标

二、操作程序

(一)测验的实施

1. 测验材料
2. 适用范围
3. 施测步骤

(二)测验的记分

1. 实足年龄的计算
2. 量表分和智商的换算

(三)结果的解释

三、相关知识

(一)关于韦氏儿童智力量表

(二) WISC—CR 各分测验的主要功能

(三)韦氏智商的分级标准及智力迟滞的心理特点

1. 韦氏智商的分级标准
2. 智力迟滞的心理特点
3. 韦氏智力量表的版本

四、注意事项

第三节 韦氏智力量表的结果分析与解释

一、学习目标

二、操作程序

(一)总智商(FIQ)的分析

(二)分量表的平衡性分析

(三)比较各分测验的差异

三、相关知识

(一)智商不与因素分数相应

(二)言语能力对操作能力缺陷的补偿

(三)轮廓中得分的分散

(四)再测效应

四、注意事项

第二章 明尼苏达多相人格调查表

第一节 明尼苏达多相人格调查表 (MMPI)

一、引言与历史背景

(一) 开发目的与时代背景

(二) 经验性效标法的核心思想及其革命性意义

(三) 原始目标人群与应用场景 (精神科诊断辅助)

(四) MMPI 在心理测量学发展史上的地位与影响

二、量表结构与构成

(一) 核心组成部分

(二) 计分方式

三、施测与计分

(一) 施测形式: 纸笔测验

(二) 适用人群与注意事项 (阅读能力要求等)

(三) 计分流程: 手动计分模板使用、原始分计算、查表得 T 分

(四) 剖面图 (Profile) 的绘制

四、解读基础与效度量表作用

- (一) 效度量表解读的核心意义: 评估作答态度和测验有效性
- (二) 临床量表的初步解读:

五、MMPI 的优势与局限性

- (一) 优势
- (二) 核心局限性

第二节 明尼苏达多相人格调查表第二版 (MMPI-2)

一、修订背景与目标

- (一) 解决 MMPI 主要局限性的迫切需求
- (二) 修订过程
- (三) 核心目标

二、主要修订内容

- (一) 常模
- (二) 项目池
- (三) 效度量表
- (四) 临床量表
- (五) 施测与计分方式更新

三、MMPI-2 相对于 MMPI 的优势

- (一) 现代化、更具代表性的常模
- (二) 更优的项目内容
- (三) 更强大、多维度的效度评估体系 (VRIN, TRIN, Fb)
- (四) 增加了内容量表和附加量表, 提供更多解释视角
- (五) 更广泛的应用范围 (临床诊断、人格评估、司法、职业评估等)

(六) 计算机化施测与计分的便捷性

四、MMPI-2 的持续挑战与注意事项

- (一) 项目内容仍有批评 (长度、部分项目敏感性)
- (二) 跨文化应用的适应性问题 (需要本土化常模和验证)
- (三) 解释的复杂性增加 (需要整合更多量表信息)
- (四) 使用成本 (版权、计分软件等)
- (五) 强调必须使用基于新常模的 T 分和剖面图

第三节 明尼苏达多相人格调查表的结果分析与解释

一、解释的基本原则与伦理框架

- (一) 效度优先原则: 首要且必须步骤是全面评估效度量表, 判断剖面图是否可解释
- (二) 整合性原则: 综合效度量表、临床量表、内容量表、附加量表、背景信息、行为观察等多方面信息
- (三) 模式分析原则: 关注量表的组合模式而非单一高分
- (四) 临界值与程度: 理解 T 分临界值 (通常 60/70) 的意义, 关注升高的程度 (轻度、中度、显著)
- (五) 谨慎性原则: 避免过度解读或诊断贴标签, 结果仅为假设生成工具, 需结合其他评估验证
- (六) 伦理考量: 保密性、知情同意、能力边界、文化敏感性、结果反馈的责任

二、系统化的解释步骤

- (一) 步骤 1: 全面评估效度量表
- (二) 步骤 2: 分析临床量表剖面图 (Clinical Profile Analysis)

(三) 步骤 3: 整合内容量表 (Content Scales Integration)

(四) 步骤 4: 参考附加量表 (Supplementary Scales - Selective Use)

(五) 步骤 5: 情境化整合与假设生成 (Integration & Hypothesis Formulation)

三、常见解释陷阱与避免方法

(一) 忽视效度量表或对其解读不足

(二) 仅看单一量表高分就下结论

(三) 机械套用编码类型描述, 忽视个体差异和背景

(四) 过度病理化或诊断贴标签

(五) 忽略文化、社会、情境因素的影响

(六) 将 T 分等同于诊断标准或严重程度的绝对指标

(七) 缺乏整合其他信息来源

四、报告撰写要点

(一) 清晰描述效度情况

(二) 客观报告量表得分和显著模式

(三) 解释基于剖面图模式和相关量表的行为倾向、情绪状态和可能的心理体验

(四) 整合其他来源信息

(五) 提出谨慎的、基于证据的推论和假设

(六) 给出实用性的建议 (如治疗方向、需要进一步评估的领域、风险管理建议等)

(七) 使用清晰、非专业术语 (面向不同读者时调整), 避免确定性语言

五、 MMPI-2-RF

(一) 作为 MMPI-2 的进一步重大修订 (2008)

(二) 核心理念: 基于现代人格心理病理学模型 (Hierarchical Taxonomy of Psychopathology, HiTOP 雏形), 更精简 (338 项), 更强调高阶维度和特定问题领域。

(三) 与 MMPI-2 的关系: 继承与发展, 解释框架有重要更新。鼓励有兴趣的学习者进一步学习。

第三章 危机干预常用评估量表

第一节 MYER 的危机状况评定量表

一、量表概述与理论基础

(一) 设计的背景与目的

(二) 理论依据

(三) 主要构成维度介绍

二、测验的实施及结果解释

(一) 适用场景与时机

(二) 施测步骤

(三) 测验的记分

(四) 结果的解释与应用

三、注意事项

第二节 创伤后应激障碍量表 (PCL)

一、量表概述与构成

(一) 设计的背景与目的

(二) 内容结构

二、测验的实施及结果解释

(一) 适用范围

(二) 施测步骤

(三) 测验的记分

(四) 结果的解释与应用

三、注意事项

第三节 替代性创伤自我测验量表

一、量表概述与构成

(一) 设计的背景与目的

(二) 内容结构

二、测验的实施及结果解释

(一) 适用范围

(二) 施测步骤

(三) 测验的记分

(四) 结果的解释与应用

三、注意事项