

操作技能（初级）

第一篇 心理评估

章	细目	要点	要求
信息收集与整理	一、初始访谈	1. 做好谈话前准备	熟悉
		2. 规范接待方式和语言	熟悉
		3. 规范询问方式	熟悉
		4. 明确表明态度	熟悉
		5. 规范说明保密原则	掌握
		6. 解释说明心理咨询性质	掌握
		7. 明确双方的权利与义务	掌握
	二、摄入性谈话	1. 确定会谈目标和范围	熟悉
		2. 正确使用提问方式	熟悉
		3. 学会倾听	掌握
		4. 控制会谈内容和方向	掌握
		5. 对会谈内容进行归类	熟悉
		6. 结束会谈	熟悉
		7. 会谈法的要点	熟悉
		8. 临床访谈技巧	掌握
		9. 临床问诊策略	掌握
		10. 注意事项	掌握
		1. 使用心理测验的意义	掌握

	三、正确使用心理测验	2. 选择恰当的心理测验项目	掌握
		3. 遵守心理测验结果解释原则	掌握
		4. 注意事项	熟悉
	四、了解既往史和家族史	1. 医疗史	熟悉
		2. 药物使用史	掌握
		3. 心理咨询史	掌握
		4. 家族史	熟悉
	五、心理问题原因分析	1. 生物学躯体因素	掌握
		2. 生物学年龄因素	掌握
		3. 生物学性别因素	掌握
		4. 社会学影响因素	掌握
		5. 社会学文化因素	掌握
		6. 心理学因素中的应对方式	掌握
		7. 心理学因素中的防御机制	掌握
		8. 心理学因素中的认知因素	掌握
		9. 注意事项	熟悉
	六、信息整理	1. 主诉	掌握
		2. 一般资料	掌握
		3. 个人成长史	掌握
		4. 目前精神、身体和社会功能状态	掌握
		5. 资料可靠性分析	掌握

		6. 按资料性质进行分类整理	掌握
		7. 判断资料的可靠性	掌握
资料分析与评价	一、确定来访者心理与行为问题的关键点	1. 对资料列表分析	掌握
		2. 找出引发心理行为问题的关键点	掌握
		1. 排除来访者存在异常心理活动	掌握
		2. 来访者心理健康水平进行评估	掌握
	二、对来访者形成初步印象	3. 选择有效的心理测验对来访者进行量化评估	掌握
		4. 对含混的临床表现进行鉴别，明确心理问题的特征	掌握
		5. 确定心理问题类型	掌握
	三、确定来访者是否属于心理咨询的对象	1. 判断正常与异常心理活动的三个原则	掌握
		2. 对来访者具有典型意义的特异行为表现进行定性	掌握
		3. 准确判断来访者自知力	掌握

正常心理的评估	一、正常心理活动	1. 正常心理活动的特征	熟悉
		2. 心理健康的特征	掌握
		3. 心理不健康的特征	掌握
		4. 心理健康评估标准	掌握
		5. 心理健康水平评估标准	掌握
	二、一般心理问题的评估	1. 一般心理问题的特征	掌握
		2. 与精神障碍区别（鉴别）	掌握
		3. 与其他心理问题区别（鉴别）	掌握
	三、严重心理问题的评估	1. 严重心理问题的特征	掌握
		2. 与精神障碍区别（鉴别）	掌握
		3. 与其他心理问题区别（鉴别）	掌握
		4. 心理访谈技巧	掌握
		5. 临床问诊策略	掌握
	四、神经症性心理问题 的评估	1. 神经症性心理问题的特征	掌握
		2. 与严重精神障碍区别（鉴别）	掌握
		3. 与其他神经症性障碍区别 (鉴别)	掌握
	一、异常心理区分原则	1. 心理学区分原则	掌握
		2. 标准化区分	掌握
		3. 非标准化区分	熟悉
		4. 常识性区分	了解
		5. 精神检查方法	熟悉

异常心理评估	二、常见轻性精神障碍的识别	1. 广泛性焦虑障碍的特征	掌握	
		2. 惊恐障碍的特征	掌握	
		3. 场所恐惧症的特征	掌握	
		4. 特定恐惧症的特征	掌握	
		5. 社交焦虑障碍的特征	掌握	
		6. 强迫症的特征	掌握	
		7. 广泛性焦虑障碍临床描述 (ICD-11)	熟悉	
		8. 惊恐障碍临床描述 (ICD-11)	熟悉	
		9. 场所恐惧症临床描述 (ICD-11)	熟悉	
		10. 特定恐惧症临床描述 (ICD-11)	熟悉	
		11. 社交焦虑障碍临床描述 (ICD-11)	熟悉	
		12. 强迫症临床描述 (ICD-11)	熟悉	
		13. 注意事项	了解	
		1. 精神分裂症的特征	掌握	
		2. 双相及相关障碍的特征	掌握	
		3. 抑郁障碍的特征	掌握	

		4. 精神分裂症的临床描述 (ICD-11)	熟悉
		5. 双相及相关障碍的临床描述 (ICD-11)	熟悉
		6. 抑郁障碍的临床描述 (ICD-11)	熟悉
		7. 对精神障碍诊断的法律解释与说明 (精神卫生法)	熟悉
心理评估报告	一、心理评估报告撰写	1. 格式要求	掌握
		2. 内容要求	掌握
		3. 规范保存和处置心理评估报告	掌握
		4. 注意事项	掌握
心理评估报告	二、心理评估报告示例	1. 一般心理问题评估报告示例	掌握
		2. 严重心理问题评估报告示例	掌握
		3. 神经症性心理问题评估报告示例	掌握
		4. 广泛性焦虑障碍评估报告示例	熟悉
		5. 惊恐障碍评估报告示例	熟悉
		6. 场所恐惧症评估报告示例	熟悉
		7. 特定恐惧症评估报告示例	熟悉
		8. 社交焦虑障碍评估报告示例	熟悉
		9. 强迫症评估报告示例	熟悉

第二篇 心理咨询技能

章	节	要 点	要 求
第一章 建立咨询关系	第一节 尊重	一、尊重的含义	熟悉
		二、尊重在心理咨询中的意义	了解
		三、如何对来访者表达尊重	掌握
		四、表达尊重时的注意事项	掌握
	第二节 热情	一、热情的含义	熟悉
		二、热情在心理咨询中的意义	了解
		三、如何对来访者表达热情	掌握
		四、表达热情的注意事项	掌握
	第三节 真诚	一、真诚的含义	熟悉
		二、真诚在心理咨询中的意义	了解
		三、如何展现真诚	掌握
		四、展现真诚的注意事项	掌握
	第四节 共情	一、共情的含义	熟悉
		二、共情在心理咨询中的意义	了解
		三、如何运用共情	掌握
		四、运用共情的注意事项	掌握
	第五节 积极关注	一、积极关注的含义	熟悉
		二、积极关注在心理咨询中的意义	了解
		三、如何做到积极关注	掌握
		四、积极关注的注意事项	掌握
第二章 心理咨询基本技术	第一节 掌握和运用参与性技术	一、参与性技术的定义	熟悉
		二、运用参与性技术澄清问题	掌握
		三、运用参与性技术启发、引导来访者进行自我探索和实践	掌握
		四、运用参与性技术促进来访者成长	了解
	第二节 掌握和运用影响性技术	一、影响性技术的定义	熟悉
		二、运用影响性技术实施干预	掌握
		三、运用影响性技术解决问题	掌握
		四、运用影响性技术促进咨询目标的实现	了解

第三章 心理咨询常用方法	第一节 认知行为疗法 操作基础	一、设定咨询目标与计划	熟悉
		二、检测自动化消极思维的方法	掌握
		三、审视和应对自动化消极思维	掌握
		四、家庭作业	掌握
		五、识别核心信念	熟悉
	第二节 人本主义疗法 操作基础	一、人本主义心理学的核心思想与基本假设	熟悉
		二、深度倾听的操作方法	掌握
		三、共情性回应的实施	掌握
		四、非指导性态度的体现	熟悉
	第三节 焦点解决短程疗法的操作基础	一、焦点解决的哲学基础与核心精神	了解
		二、焦点解决的经典代表性问句	掌握
		三、焦点解决的理念和方法	熟悉
		四、焦点解决技术使用注意事项	了解
	第四节 团体辅导操作基础	一、团体辅导前的规划与筹备技能	掌握
		二、团体辅导中的基本领导技能	掌握
		三、团体辅导常见的挑战与应对	熟悉
		四、团体辅导结束阶段的技能	掌握
第四章 心理咨询方案制定与实施	第一节 个案预约及管理	一、个案预约基本流程	熟悉
		二、预约访谈基本内容	掌握
		三、预约访谈记录要素	掌握
		四、个案预约注意事项	了解
	第二节 商定咨询目标	一、心理咨询目标的内容	了解
		二、心理咨询目标的来源	熟悉
		三、商定咨询目标的时机	掌握
	第三节	四、心理咨询目标的特征	掌握
		一、咨询过程中不同阶段的特点、工作内容、要求和重点	了解

第五章 咨询效果评估与处置	制定咨询方案	二、咨询方案的内容	熟悉
		三、与来访者制定咨询方案	掌握
		四、明确突破保密例外的原则	掌握
	第四节 实施咨询方案的策略与框架	一、实施咨询方案的策略与框架	掌握
		二、调动来访者的积极性的策略	熟悉
		三、促使来访者进行自我探索和实践	掌握
		四、促进来访者发展和成长的理念	了解
	第一节 阶段小结与效果巩固	一、每次咨询效果的小结	掌握
		二、商讨下一步咨询的任务	掌握
		三、正视与处理咨询中的反复现象	了解
		四、处理咨询失误	熟悉
	第二节 咨询效果评估	一、评估咨询效果的时间点	了解
		二、评估咨询效果的内容	熟悉
		三、评估咨询效果的六个维度	掌握
		四、咨询效果的阶段性、全程性	了解
	第三节 咨询关系匹配与转介处理	一、选择合适的咨询对象的标准	掌握
		二、来访者是否适宜自己咨询的标准	掌握
		三、转介的操作要求	掌握
		四、转介的注意事项	熟悉
	第四节 案例记录整理与保管	一、遵循每次咨询记录的基本程序	掌握
		二、做好阶段性小结记录	掌握
		三、保管案例记录	掌握
		四、案例记录中的保密例外	熟悉
	第五节 咨询关系结束	一、结束咨询关系的作用	熟悉
		二、结束咨询关系的时机	掌握
		三、有效地结束咨询关系的方法	掌握

		四、结束咨询师应遵循的八大原则	掌握
--	--	-----------------	----

第三篇 心理测验

章	节	要点	要求
第一章 智力评估量表	第一节 联合型瑞文推理测验 (CRT)	一、测验的实施	熟悉
		二、测验的记分	熟悉
		三、结果的解释	掌握
	第二节 中国比内测验	一、测验的实施	熟悉
		二、测验的记分	熟悉
		三、结果的解释	掌握
	第三节 蒙特利尔认知评估量表 (MoCA)	一、测验的实施	熟悉
		二、测验的记分	熟悉
		三、结果的解释	掌握
第二章 人格评估量表	第一节 卡氏 16 种人格因素测验 (16PF)	一、16PF 的编制背景与理论基础	了解
		二、测验的实施与记分	熟悉
		三、测验结果的解释	掌握
		四、注意事项	熟悉
	第二节 艾森克人格问卷 (EPQ)	一、EPQ 的发展与理论	熟悉
		二、测验的实施与记分	熟悉
		三、测验结果的解释	掌握
		四、注意事项	熟悉
第三章 心理健康评估量表	第一节 90 项症状清单 (SCL-90)	一、SCL-90 的发展与构成	熟悉
		二、测验的实施及结果解释	掌握
		三、注意事项	熟悉
	第二节 抑郁自评量表 (SDS):(专栏:PHQ-9 简介)	一、抑郁自评量表的发展与构成	熟悉
		二、测验的实施及结果解释	掌握
		三、注意事项	熟悉
		专栏: PHQ-9 简介	掌握
	第三节 焦虑自评量表 (SAS):(专栏:GAD-7 构成)	一、焦虑自评量表的发展与构成	熟悉

章	节	要点	要求
第四章 社会支持与应对方式评估量表	简介)	二、测验的实施及结果解释	掌握
		三、注意事项	熟悉
		专栏：GAD-7 简介	掌握
	第四节 帕兹堡睡眠质量指数量表 (PSQI)	一、匹兹堡睡眠质量指数量表的发展与构成	熟悉
		二、测验的实施及结果解释	掌握
		三、注意事项	熟悉
		专栏：失眠严重程度指数量表 (ISI) 简介	熟悉
	第一节 社会支持评定量表 (SSRS)	一、测验的实施	熟悉
		二、测验的记分	熟悉
		三、量表设计的理论基础	了解
		四、量表的信度与效度	了解
	第二节 简易应对方式量表 (SCSQ)	一、测验的实施	熟悉
		二、测验的记分	熟悉
		三、量表的理论基础	了解
		四、量表的心理测量学指标	了解
第五章 家庭与人际关系评估量表	第一节 家庭亲密度和适应性评价量表 (FACES)	一、测验的实施	熟悉
		二、测验的记分	熟悉
		三、量表的理论基础	了解
		四、量表的心理测量学指标	了解
	第二节 父母教养方式评价量表 (EMBU)	一、测验的实施	熟悉
		二、测验的记分	熟悉
		三、量表的理论基础	了解
		四、量表的信度与效度	了解
	第三节 人际信任量表 (ITS)	一、测验的实施	熟悉
		二、测验的记分	熟悉
		三、量表的理论基础	了解
		四、量表的信度与效度	了解

