

甘肃省高等教育自学考试 课程考试大纲

专业名称：心理健康教育（专科）

专业代码：570116K

课程名称：心理咨询与辅导（实践）（13219）



甘肃省高等教育自学考试委员会 制定
2024年3月

心理健康教育专业（专科）

心理咨询与辅导

课程实践考核大纲及要求

《心理咨询与辅导》是指运用心理学的方法，对在心理适应方面出现问题并企求解决问题的来访者提供心理援助的过程，即对咨询对象给予帮助、指导的过程。本课程为心理学学科体系的应用性分支学科，即有较强的理论性，又有较强的操作性。

一、考核目的

设置《心理咨询与辅导》课程实践性环节考核的目的在于评估考生运用心理咨询与辅导基本理论和技术分析、诊断、处理来访者心理问题，以及设计并开设心理辅导活动课的能力。具体包括按照相应的辅导技术要点，面对来访者的具体问题熟练运用辅导技术，根据相应的辅导主题与辅导对象的身心特点设计、开设心理辅导活动课的能力。

二、考核内容

考核内容分两部分：第一部分是常用的辅导技术考核，具体包括十五种辅导技术；第二部分是设计并开设心理辅导活动课能力的考核。

（一）辅导技术

1. 探询技术：会谈中不停地向当事人问问题，是初学者最自然的倾向。
2. 鼓励技术：是借助一些短语，或复述当事人谈话中的一两个关键词或语气词，或点头、注视等表情动作来完成的。
3. 澄清技术：由于当事人是用内部参考系来表达自己，或由于当事人本身的混乱，会谈中常有一些信息不清楚的地方。在咨询师感觉重要的地方出现模糊和不确定，就需要进行澄清。
4. 释意技术：是将当事人表达的意思，经过咨询师的理解后，再反馈给当事人这种反馈一般是比较简明扼要的。
5. 情感反映：是咨询师用言语和非言语的方式，来表达当事人所谈到、所体验到的感受，简单地说，就是重现当事人的情绪感受。

6. 具体化：是针对每一位当事人的实情，对会谈中出现的一般化的内容（情绪和认知的）进行限制性定义，从而使咨询双方对所讨论的内容得到正确、清晰的了解。

7. 概述：是把当事人的口语叙述、情绪感受和行为进行分析综合，以整理过的形式向当事人表述出来。

8. 解释：是对当事人的问题、困扰作出超越其现时认识的诠释，从而使得当事人能够从一个新的角度来看自己的问题。

9. 指导：简而言之就是直截了当地指示当事人做什么和说什么，或者如何做和如何说。

10. 劝告与提供信息：就是对当事人关心的问题提出建议，给予指导性或参考性的信息，以帮助当事人思考其问题，作出决策。

11. 自我表露：又译自我开放或自我揭示。就是向交往的另一方表露自己半私人、私人和隐私性质的信息。

12. 即时性：是对会谈过程中当时发生的事情作出反应，尤其是对涉及当事人对咨询师的感受、双方对咨询关系的感受等，及时作出反应。

13. 反馈：就是表达咨询师对当事人面临的问题的种种看法。

14. 逻辑推论：是指咨询师根据当事人所提供的有关信息，运用逻辑推理的规则，引导当事人认识其思维和行动可能得到的结果。

15. 质对：是当咨询者发现当事人语言与非语言行为不一致、逃避面对自己的感受和想法、语言行为前后矛盾、不知道善用资源、未觉察自己的限制等行为时，咨询者指出来来访者矛盾和不一致的地方，协助当事人对自己、对问题有进一步的了解。

（二）心理辅导活动课的设计与教学

1. 心理辅导活动课的设计

2. 心理辅导活动课的教学

三、考核方式

（一）心理辅导活动课设计的考核

每位考生在参加考核时上交一份自己选择内容设计的心理辅导活动课教案。由考核评定小组对考生所设计的教案作出评定，其成绩占总成绩的 30%。

（二）辅导技术与心理辅导活动课的教学考核

考虑到心理咨询与辅导的专业特点，基于专业伦理与“尊重来访者利益”咨询原则的考虑，《心理咨询与辅导》课程的实践性环节考核采用“模拟个案”、“模拟情境”的方式，让考生在“模拟情境”中面对“模拟个案”或“模拟课堂”开展辅导与咨询。为了全面考察考生的心理咨询与辅导能力，《心理咨询与辅导》课程的实践性环节考核一方面选择了次文化背景相近及次文化背景相异两种背景的“模拟个案”（次文化是指来访者和咨询员虽然生活及成长在同一主要文化环境之下，但因不同年龄、不同性别、不同职业等因素，造成其生活方式、价值观念不同的现象。次文化背景相近或次文化背景相异是指来访者与咨询员具有相近或不同的年龄、性别和职业等背景因素），让考生进行模拟咨询与辅导；另一方面，采用现代教育技术手段对考生的整个“模拟咨询与辅导”过程进行全程监控，以观察考生在咨询与辅导过程中的各种反应，包括语言反应与动作语言反应。成绩评定时采用专家评分的方式，对考生的辅导能力进行综合评估。其成绩占总成绩的70%。

四、考核程序

1. 上交所设计的心理辅导活动课教案。

2. 抽取考题

由考生本人在考试前到考点题库中抽取1个咨询与辅导（其内容包括辅导技术和辅导活动课的教学）的考题。考题一经抽出，不得更换。

3. 准备

抽取考题后考试准备室准备，时间为10分钟。准备时间主要让考生调整身心，以较好的身心状态进入咨询与辅导活动。

4. 面试

环节一：考官就考生事前设计的心理辅导活动课教案的有关情况进行提问。主要包括：该心理辅导教案涉及哪项主题？为何选择这一主题？活动课想要达到哪些辅导目标？另外，就教案本身存在的问题，考官也可自由提问。时间5分钟。

环节二：模拟咨询与辅导

进入面谈室或团体辅导室，根据所选的“模拟情境”及相应的辅导技术对“模拟个案”或“模拟课堂”进行咨询与辅导。“模拟咨询”或“模拟课堂”考试时间分别为10分钟。

五、成绩评定

由两名专家组成考核评定小组，通过审阅考生所设计的辅导活动课的教案和观看考生“模拟咨询与辅导”时的反应，对考生的考核成绩作出综合评定。其中前者占总成绩的30%，后者占总成绩的70%。

评定方式采用等级法，即优、良、中、合格、不合格。

六、参考书目

1. 江光荣编著，心理咨询的理论与实务，高等教育出版社，2012年。
2. 岳晓东等著，中小学心理辅导实用理论与技巧，北京师范大学出版社，2001年版。

附录：

一、心理咨询辅导技术的界定、功能、要点及注意事项（以同感技术为例）

（一）同感技术的定义：

同感技术是指咨询员一面聆听来访者的叙述，一面进入来访者的内心世界，以感同身受的方式体验来访者主观的想法与情绪，然后跳出来访者的内心世界，将本人对来访者的理解，传递给来访者相关信息。

（二）同感技术内容说明：

- （1）转换角度，真正设身处地地使自己“变成”来访者，用他的眼睛和头脑去知觉、体验、思维；
- （2）设身处地地倾听来访者；
- （3）回到你自己的世界里来，把你从来访者那里知觉到的东西做一番清理，理解他们；
- （4）用言语和非言语作出反应；
- （5）在反应的同时留意对方的反馈信息，必要时直接询问对方是否感到自己被理解了。

（三）同感技术分为两类：

一类为初级同感技术，另一类为高级同感技术。在使用初级同感技术时，回应的内容是来访者“明白表达”的感觉与想法。使用高级同感技术时，回应的内容是来访者叙述中“隐含”的感觉与想法，所以高级同感技术可以协助来访者了解自己未知或逃避的部分。

（四）同感技术的使用时机与注意事项

初级同感技术适用于咨询与辅导的任何阶段，但更适合于咨询初期，当咨询员与来访者未建立良好咨访关系之时。高级同感技术适用于咨询中、后期，当咨询员与来访者已有良好咨访关系时。

咨询员在使用同感技术时，回应的内容必须反映来访者语言与非语言所蕴含的信息。

（五）同感技术的功能

1. 建立良好的咨访关系；
2. 修正咨询员对来访者的了解；
3. 协助来访者了解内在深层的想法与感受。

练习

1. 请使用初级同感技术回应当事人的叙述：

当事人：当时公司指派我们两人共同合作一个企划案，她蛮不在乎的样子我一点也不敢领教。我是个比较谨慎的人，希望多花一些心思在企划案上，加上时间紧迫，所以我建议天天加班。可是她却持相反的意见，认为企划案是上班时间内的工作，下班后的时间是她自己的，她不想加班。不过她说如果我愿意加班，一个人努力的话，她也不反对，我听了当然很不高兴。为了工作，我只好一个人加班偏偏这个工作需要两个才能完成，即时我加了班，仍然做不了什么事。此外，她对我的态度总是冷冷的，一点也不容易亲近。我们两人工作时，她从不跟我聊家常，有时候两人工作了一些天，除了工作上的讨论外，从没有说过任何一句题外话。不知道为什么，我们的企划案竟获得上级的赏识，而且赞美有加，就在这时，我发现自己对她有了好感。但是，她像是高挂远方的一颗星星，只能欣赏却不容易亲近，真不知道要怎么办才好。

（初级同感技术）咨询员：工作完成时，你发现喜欢上她。不过，她冷冷的态度让你不知道如何接近，你觉得好苦恼。

2. 请使用高级同感技术回应当事人的叙述：

当事人：我先生去世后，两人世界突然只剩下我一个人，内心除了悲伤外，更多的是孤单寂寞。因为家里只剩下我和小叔，我们的关系就更靠近。小叔很体贴，尽量找时间陪我、安慰我，孤男寡女在一起，日久难免生情。在一次克制不住的情况下，我们有了亲密关系。自从那次后，我们晚上都睡在一起，形同夫妻。一个星期前，我的小叔表示愿意娶我。我先生去世还不到半年，如果我答应嫁给他，不知道亲戚朋友是否可以接受。小叔目前有一个女朋友，他表示他们两人分分合合太多次了，他已经厌倦了，决定跟她分手。如果我答应嫁给小叔，因为他的女朋友我也认识，以后碰面该如何面对？我觉得好乱、好乱，头好痛，不知道自己该怎么办才好。

（高级同感技术）咨询员：你想嫁给小叔，可是小叔的女朋友跟亲戚朋友却让你心生愧疚，因此你左右为难。想要有个依靠，却困难重重，你觉得好辛苦。