· 专栏 ·

江苏省心理治疗技术管理规范的专家共识

江苏省精神科质量控制中心,江苏省心理卫生协会,江苏省精神卫生中心
陈永军,范丹慧,史家波,李箕君,刘春生,谭俊华,周爱华,郑直,甄莉丽,姚志剑,张宁,
赵太宏,王纯

摘要: 心理治疗作为一种治疗方法被越来越多地运用在各类精神心理障碍的治疗中。本文由江苏省精神科质量控制中心组织专家,江苏省心理卫生协会、江苏省精神卫生中心共同参与,查阅国内外相关文献、伦理要求与管理规范,基于江苏省和中国精神医学领域心理治疗的临床诊疗实践,编撰江苏省心理治疗技术管理规范的专家共识,为江苏省心理治疗临床工作及医疗管理提供参考。

关键词: 心理治疗; 精神心理障碍; 管理规范; 伦理; 专家共识
中图分类号: R749.05 **文献标识码:** A **文章编号:** 1005-3220(2024)06-0421-04

Expert consensus on technical management standard of psychotherapy in Jiangsu Province

Jiangsu Psychiatric Quality Control Center, Jiangsu Province Mental Health Association, Jiangsu Province Mental Health Center. CHEN Yong-jun, FAN Dan-hui, SHI Jia-bo, LI Qi-jun, LIU Chun-sheng, TAN Jun-hua, ZHOU Ai-hua, ZHENG Zhi, ZHEN Li-li, YAO Zhi-jian, ZHANG Ning, ZHAO Tai-hong, WANG Chun. Brain Hospital of Nanjing Medical University, Nanjing 210029, *China*

Abstract: Psychotherapy as a therapeutic method is increasingly used in the treatment of various psychiatric disorders. In this paper, experts from Jiangsu Psychiatric Quality Control Center, Jiangsu Province Mental Health Association and Jiangsu Province Mental Health Center jointly participated in reviewing domestic and foreign related literature, ethical requirements and management norms, and compiling an expert consensus on the management norms of psychotherapy treatment technology in Jiangsu Province based on the clinical practice of psychotherapy in the field of psychiatry in Jiangsu province and China to provide a reference for the clinical practice and medical management of psychotherapy in Jiangsu province.

Key words: psychotherapy; mental psychological disorder; management norm; ethics; expert consensus

1 研究背景

心理治疗是一类应用心理学的原理和方法,由专业人员有计划地实施治疗疾病的技术。心理治疗人员通过与患者建立治疗关系与互动,积极影响患者,达到减轻痛苦、消除或减轻症状的目的,帮助患者健全人格、适应社会及促进康复[1]。心理治疗要遵循科学原则,不使用超自然理论。

心理治疗的服务对象是心理问题严重、需要系统性心理治疗的人员,以及符合《国际疾病分类(第11版)》精神与行为障碍分类或者《精神障碍诊断与统计手册(第5版)》精神障碍诊断标准的患者[2-3]。在针对以上各类人员的治疗中,心理治疗可以作为主要的治疗方法,也可以作为其他治疗技术的辅助手段。

心理治疗的禁忌证包括:①严重精神病性障碍急性期的患者,伴有兴奋、冲动及其他严重的意识障碍、认知损害和情绪紊乱等症状的患者,不能配合心理治疗的情况;②伴有严重躯体疾病患者,无法配合心理治疗的情况。

目前国内精神心理科等开展心理治疗已较普遍,但对于心理治疗的资源配置、资质培训、规范路径等方面缺乏统一规定,可能影响江苏省心理治疗方面的服务质量、技术提升及患者权益。

因此,为规范精神心理科等心理治疗技术的临床应用,确保医疗质量和医疗安全,基于中国和江苏省精神医学领域心理治疗的临床诊疗实践,本专家组编撰江苏省心理治疗技术管理规范的专家共识,希望其能够为我省在精神心理行业开展心理治疗工作的服务规范、医疗管理、伦理保障、科学研究、规范发展以及相关政策制订中提供参考。

作者单位:210029 南京医科大学附属脑科医院(陈永军,范丹慧,史家波,李箕君,刘春生,谭俊华,姚志剑,张宁,赵太宏,王纯);盐城市第四人民医院(周爱华);淮安市第三人民医院(郑直);无锡市第七人民医院(甄莉丽)
通信作者:王纯,E-Mail:chun_wang@njmu.edu.cn
DOI:10.3969/j.issn.1005-3220.2024.06.001

中国知网 https://www.cnki.net

2　研究方法

2.1　专家共识制定依据与目标

本专家共识由来自精神医学、医务管理、临床心理学和法学的相关专家，基于文献检索、筛选、分析和综述，根据《中国心理学会临床与咨询心理学工作伦理守则（第二版）》[4]、《中华人民共和国个人信息保护法》[5]、《中华人民共和国精神卫生法》[6]、《中华人民共和国医师法》[7]、《精神障碍诊疗规范（2020年版）》[8]、《心理咨询与心理治疗技术操作规范》[9]、《医疗机构病历管理规定（2013年版）》[10]等相关法律法规，结合《国际疾病分类（第11版）》精神与行为障碍分类[2]、《精神障碍诊断与统计手册（第5版）》[3]，以及参照相关领域检索文献，经专家专题研讨后，凝练形成江苏省心理治疗技术管理规范专家共识。

2.2　文献纳入及排除标准

纳入标准为①文献内容：对“心理咨询”与“心理治疗”有明确的定义；②文献来源：期刊；③检索时限为《中国心理学会临床与咨询工作伦理守则（第一版）》[11]修订之后的文献，即2007年1月至2024年6月；④高质量文献：中文文献符合北大《中文核心刊要目总览》推荐。排除标准：①重复发表或资料相似的文献；②中英文之外的其他语言文献；③无法获得全文的文献；④内容和主题不符的文献；⑤发表形式不符，如：硕博论文、报告、评论、会议记录类文献。

2.3　文献检索策略

检索国内外“心理咨询”或“心理治疗”相关临床研究、管理规范、指南、共识和综述，检索平台包括PubMed、Web of Science、中国知网、万方数据库、维普数据库等。文献检索词以临床心理学和精神医学领域中的相关专家推荐意见作为筛选基础，结合国内外相关专家共识、管理规范、实施细则和综述中的检索词或关键词，共同确定以下文献检索词：英文数据库以“psychological counseling”“psychological therapy”“psychotherapy”“counseling”“intervention”“therapy”“consensus”“management”“standard”“specification”“norm”为检索词；中文数据库以“心理咨询”“心理治疗”“共识”“管理”“规范”为检索词。

2.4　文献筛选流程及结果

通过数据库检索得到1 040篇文献，英文文献共702篇（Web of Science 438篇，PubMed 264篇），中文文献共338篇（知网73篇，维普106篇，万方159篇）；采用EndNote X20将所检索到的文献导入并剔除重复文献328篇，去重后得到文献712篇；阅读文献标题和摘要排除文献524篇，剩余188篇；阅读全文后获得78篇文献，专家讨论会最终确定纳入专家共识文献42篇，中文15篇，英文27篇。将所得文献进行梳理，结合多学科临床经验，采用内容分析法阅读文献摘要与全文，就“心理咨询与心理治疗管理规范与共识”相关的重点问题归类、整理分析与制订条目，得出最终样本 $n=42$。

回顾国内外现有心理咨询、心理治疗研究发现：①在文献类型方面，有32篇综述涉及管理规范与现状调查的探讨；有4篇关于工作守则或专家共识的制定及解读；有6篇涉及研究或结构化访谈；②在研究主题方面，有8篇涉及远程与网络心理咨询或心理治疗管理规范的相关研究；4篇涉及人工智能与心理咨询或心理治疗相结合产生的管理规范问题；有16篇涉及线下心理咨询或心理治疗的资源配置、资质培训与规范路径。

3　专家共识的具体建议

3.1　开展心理治疗的基本要求

3.1.1　心理治疗的性质　心理治疗属于医疗行为，必须在医疗机构内开展，必须按当地卫生部门所规定的标准收费，心理治疗工作者个人不得接受和索取额外报酬。

3.1.2　心理治疗场所要求　医疗机构应该按照心理治疗工作的需要，设置专门的个体和团体心理治疗场所，配备心理治疗所需设备，个体心理治疗室使用面积建议10～20 m^2，团体心理治疗室30～50 m^2。

3.1.3　心理治疗的人员资质　根据《中华人民共和国精神卫生法》[6]，经医疗机构医务管理部门备案审核批准的以下医学、心理学工作者可以成为心理治疗人员：①精神科（助理）执业医师并接受了规范化的心理治疗培训。②通过卫生专业技术资格考试（心理治疗专业），取得专业技术资格的卫生技术人员。③外籍心理治疗从业人员，如在我省医疗机构从事心理治疗工作，须满足以下条件：a. 持有我国外籍人员工作证明；b. 在境外已经获得心理治疗资质，有10年以上心理治疗工作经验；c. 经医疗机构医务管理部门、省质控中心、省心理卫生协会组织专家审核其资质并一致同意后，医疗机构报上级主管部门备案；d. 双方达成工作协议；e. 无重大治疗事故，无违反我国法律法规和心理治疗伦理的情况。

3.1.4　心理治疗的伦理要求　心理治疗人员必须有伦理观念和责任意识，在自身专业知识和能力范围内，为服务对象提供适宜而有效的专业服务。心理治疗人员应当建立恰当的关系及界限意识，尊重

中国知网　https://www.cnki.net

服务对象(包括患者及其家属),按照《中国心理学会临床与咨询心理学工作伦理守则(第二版)》[4]伦理规定(如有更新按照最新版本),与服务对象建立职业关系,规范开展工作。本专家共识建议,本省心理治疗从业人员应完成至少 16 学时伦理学习,并将学习证明提交本医疗机构医疗管理部门或伦理委员会,作为可以开展心理治疗工作的依据之一。

3.1.5 法律责任 心理治疗应遵守《中华人民共和国精神卫生法》[6]等相关法律规定开展,违反法律规定,给患者或他人造成损失或伤害的,将依法承担当事人法律责任;如医疗机构未尽到管理、培训、教育、督查之责任,医疗机构须承担相应监管责任。

3.2 心理治疗过程

心理治疗指心理治疗人员在医疗情境中,基于治疗的需要,在伦理、法律法规和技术性规范的指导下,运用相应的心理学理论和技术所开展的专业行为。治疗关系是心理治疗操作技术的最重要的组成部分,它不等同于日常发生的社会行为,其本身具有向患者提供心理支持的作用,是各种心理治疗过程中的基础性、共同性技术。

3.2.1 心理治疗流程 ①开具心理治疗医嘱。根据门诊或住院患者精神障碍或心理问题治疗需要,由精神科医生开具心理治疗医嘱。②签署知情同意书[9]。正式开始心理治疗之前,需要将心理治疗目的、可能带来的影响、相关设置、费用等基本情况告知患者,获得患者(18 岁以下还包括监护人)的同意,并签署知情同意书。③初始心理治疗确定治疗目标。通过基于各个流派的理论和技术进行访谈,对患者的自我、人际关系、适应及认知等进行全面的评估,并和患者确定适宜(或恰当)的治疗目标。④治疗设置。不同流派具有不同的心理治疗设置。个体心理治疗通常为每周 1 ~ 3 次,每次≥50 min;团体治疗通常为每周 1 ~ 2 次,每次 90 min;家庭治疗通常为每周 1 ~ 2 次,每次 90 ~ 120 min;特殊情况(如团体或个体高频集中干预)可以每天超过 1 次或者连续每天开展,这种情况需要在病历中详细记录高频干预的原因。⑤治疗过程。根据与患者共同确定的治疗目标,通过基于循证的心理治疗理论和技术对患者进行心理治疗,做好相关治疗记录。⑥心理治疗记录[12]。心理治疗师根据治疗过程,填写心理治疗记录单,治疗记录单与患者的其他病历资料一起保存,按照相关病历资料保存要求进行管理。⑦督导及转介。应定期与专业人员进行业务研讨活动,并在督导师的指导下实行督导制度。当自身的专业知识和能力以及所在场所条件不能满足患者需要时,应及时转介。

3.2.2 注意事项 ①在心理治疗过程中,如发现患者有明确危害自身或他人生命、危及社会安全的风险,不具有完全民事行为能力的未成年人等受虐待的情况,心理治疗师有责任向患者的合法监护人、可确认的潜在受害者或相关部门预警。②存在精神病性症状、兴奋躁动、激越、自杀或伤人风险、意识障碍、木僵、有生命危险的进食障碍等情况,应及时终止心理治疗并转介精神科医生或推荐其精神科就诊。③心理治疗也可能给患者带来不良反应,心理治疗师应熟悉心理治疗的不良反应,理解这些不良反应发生的原因,定期督导,加强监测,避免可能的不良反应对患者产生危害。④在心理治疗过程中,如发现其他心理治疗师有严重违反心理治疗伦理的情况,有义务向相关部门报告,并协助患者向相关部门进行伦理投诉[13]。

3.3 教育和培训要求

3.3.1 对教育和培训基地的要求 本省心理治疗教育和培训基地的设立,由江苏省精神科质量控制中心组建的专家委员会审核认定。该教学和培训基地须具备下列条件[14-15]:①三级甲等精神病专科医院,在本地区各项心理治疗技术处于领先地位。②开展个体、家庭、团体中至少 2 种形式的心理治疗临床工作 10 年,具备心理治疗技术教学和培训能力。③有至少 5 名带教老师具备注册督导师资质。④有与开展心理治疗技术教育、培训和实习工作相适应的师资、场地和设施等条件。

3.3.2 对从事心理治疗人员的要求 建议满足上述 3.1.3 条件的心理治疗人员,需要完成以下规范化培训[16-18]:①学习临床与咨询心理学工作伦理守则、精神病学、临床心理学、发展心理学、心理治疗基础、心理治疗技术等临床心理学基础理论和实践课程。②接受不少于 2 年的心理治疗规范化培训,临床心理学基础理论知识≥200 学时(150 h)。受教育和培训的心理治疗师、精神科医师需在心理督导师[19]的指导下,在符合上述资质的三级甲等精神病专科医院的临床心理科、普通精神科、儿童青少年科、老年精神科、心境障碍科、精神康复科、心理测量室等至少 5 个不同类型的精神心理相关临床科室进行总时间≥1 年的全日制实习技能实践,参与完成个体、团体、家庭心理治疗共计≥300 h。③接受2 年的系统培训和技能实践后,受教育和培训的心理治疗师、精神科医师应达到以下要求:a. 学习并熟悉儿童、青少年、成人、老年人常见的精神障碍的诊断与治疗方法;b. 学习并掌握一般性个体心理治疗的基本方法和技术,学习并了解家庭心理治疗和团体心理治疗的基本方法和技术;c. 在督导下完成规定时

中国知网 https://www.cnki.net

数的心理治疗，取得相应的效果，无重大治疗事故，无违反心理治疗伦理的情况；d. 学习并掌握基本的心理测量技术。④在心理督导师的指导下，受教育和培训的心理治疗师、精神科医师应参与对患者全心理治疗过程的管理，包括对患者心理治疗前的心理评估、心理治疗过程记录、心理治疗过程的督导反思、心理治疗效果的总结等。⑤教育和培训结束后，须通过考核获得培训合格证书，并经本单位医务部门审核通过，方可获得本单位开展心理治疗的资质（建议医院医务部门资质授权有效期为 3 ~ 6 年，到期后应及时更新授权）。

3.3.3　对教育和培训基地的其他要求　①保证受教育和培训的心理治疗师、精神科医师在规定的时间内完成规定的培训内容。培训方案应包括 3 个核心部分：a. 伦理和心理治疗理论基础知识≥200 学时（150 h）；b. 心理治疗实践≥1 年，参与完成个体、团体、家庭心理治疗≥300 h；c. 在督导下进行心理治疗实践半年，≥60 h。②培训结束后，逐一对受教育和培训的心理治疗师、精神科医师进行理论（包括伦理与法律知识）和操作技术的考试、考核，并出具是否合格的结论。③培训基地为每位受教育和培训的心理治疗师、精神科医师建立培训及考试、考核档案。

本专家共识是本省规范开展心理治疗的初步尝试，后续将逐步改进、更新。

本专家共识 2025 年 1 月起正式实施，江苏省精神科质量控制中心、江苏省心理卫生协会和江苏省精神卫生中心负责解释。

参考文献：

[1] Vandenbos GR. APA dictionary of psychology [M]. American Psychological Association, 2007, 44(6):44-3029.

[2] Khoury B, Kogan C, Daouk S. International classification of diseases 11th edition (icd-11)[M]. 2017.

[3] Arlington VA. American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition[M]. 2013.

[4] 中国心理学会临床与咨询心理学工作伦理守则（第二版）[J]. 心理学报, 2018, 50(11):1314-1322.

[5] 中华人民共和国个人信息保护法[S]. 2021-08-20.

[6] 中华人民共和国精神卫生法[S]. 2018-4-27.

[7] 中华人民共和国医师法[S]. 2021-8-20.

[8] 国家卫生健康委员会, 医政医管局. 关于印发精神障碍诊疗规范（2020 年版）的通知[EB/OL]. http://www.nhc.gov.cn/yzygj/s7653p/202012/a1c4397dbf504e1393b3d2f6c263d782.shtml. [2020-11-23].

[9] 张亚林, 心理咨询与心理治疗技术操作规范[M]. 湖南：科学出版社, 2013.

[10] 国家卫生健康委员会, 医政医管局. 关于印发《医疗机构病历管理规定（2013 年版）》的通知[EB/OL]. http://www.nhc.gov.cn/yzygj/s3593/201312/a84f3666d1be49f7a959d7912a978db7.shtml. [2013-12-17].

[11] 中国心理学会临床与咨询心理学工作伦理守则（第一版）[J]. 心理学报, 2007, (5):947-950.

[12] American Psychological Association. Record keeping guidelines [J]. Am Psychol, 2007, 62(9):993-1004.

[13] American Psychological Association. Revision of ethical standard 3.04 of the "ethical principles of psychologists and code of conduct" (2002, as amended 2010)[J]. Am Psychol, 2016, 71(9):900.

[14] 赵旭东, 丛中, 张道龙. 关于心理咨询与治疗的职业化发展中的问题及建议[J]. 中国心理卫生杂志, 2005, (3):221-225.

[15] 陈祉妍, 刘正奎, 祝卓宏, 等. 我国心理咨询与心理治疗发展现状、问题与对策[J]. 中国科学院院刊, 2016, 31(11):1198-1207.

[16] 姚萍, 钱铭怡. 北美心理健康服务体系的培训与管理状况[J]. 中国心理卫生杂志, 2008, 22(2):144-147.

[17] 王丹君. 英国心理咨询及心理治疗协会的心理咨询师认证及其他[J]. 中国心理卫生杂志, 2007, 21(10):704-709.

[18] 樊富珉, 吉沅洪. 日本心理健康服务体系培训与管理的现状及发展趋势[J]. 中国心理卫生杂志, 2008, (8):588-593.

[19] 中国心理学会临床与咨询心理学专业机构和专业人员注册标准[J]. 心理学报, 2018, 50 (11):1303-1313.

（收稿日期：2024-06-17　修回日期：2024-09-16）

中国知网　https://www.cnki.net