



(二
级
)

8天通过 心理咨询师考试

张斌 乔悦 主编

高频考点
真题解析

重点难点
教材精讲

天津出版传媒集团



天津科学技术出版社

乔悦

国家二级心理咨询师
国家二级企业培训师
国家职业资格培训师
表达性艺术治疗
师学文教育集团培训
中心总监
企业EAP研究中
心首席讲师
八天打造心理咨
师培训理念创始人



多年来从事心理咨询、表达性艺术治疗，并致力于心理咨询师培训的教學和研究，在拓展学员知识领域、提升学员基本能力方面有独特的造诣，特别是在提高学员应考成绩方面有独到的心得，多次准确预测考题，并多次命中原题，帮助很多考生在考前大幅度提升成绩，最终顺利通过相应的资格考试。其独创的“八天通过秘笈”，有效满足了“零”基础、学习周期短学员的应考需求，创造了学习周期短、考试成绩优的行业奇迹，被称为心理咨询师培训领域的“神话”。学员覆盖北京、上海、广州、深圳、天津、河北、山东、山西、河南、浙江、新疆等三十多个省、市、自治区，累计培训学员超过万人。

张斌

国家二级心理咨询师
青少年潜能开发师
表达性艺术治疗师
青少年4Q潜能开
发创始人



多年来致力于青少年心理问题、婚恋问题、抑郁症问题的探索和研究，在心理咨询师的培训与教學研究中，曾发表《心理障碍》、《舞蹈治疗》、《系统脱敏疗法》、《ABCDE理论疏导初中生心理问题案例浅谈》、《心理咨询在监狱系统中的现状》、《网络心理咨询的理论与实践》、《救救孩子，防止假性多动症的再次出现》、《文化智力量表信效度检验及与大五人格的关系》等文章。在历年国家职业资格心理咨询师考试中，简答题预测率在90%以上。使10,638名零基础学员一次通过心理咨询师考试。目前学员遍布北京、天津、上海、广州、广西、福建、山西、山东、陕西、河南、河北等36个省市。

8 天通过心理咨询师 考试三二(下)

天津出版传媒集团

 天津科学技术出版社



数据加载失败，请稍后重试！

前 言

《8天通过心理咨询师考试》一书,经过数期、万余名学员实考验证,不愧为业内最具指导性、实用性和突破性的心理咨询师教学辅导用书。

2002年《心理咨询师》教材出版以来,虽几经改版,和其他传统教材类似,仍未摆脱总体架构上分为基础知识与咨询技能两大部分的旧套路。繁多的框架型知识结构、庞杂的知识信息,让广大学员面临着重重的学习困难,对基础薄弱特别是“零”基础的非专业考生而言,其难度更甚。看不完、学不懂、考不过是很多学员的同感,挑灯夜战、耗尽心力死啃书本而仍未通过考试的学员也屡见不鲜。

而《8天通过心理咨询师考试》一书,是在邀请心理咨询师培训一线导师与专家,将2009年至2013年共计10次的心理咨询师试题进行深度分析的基础上,为学员们清晰诠释了历年的学习难点、考试要点,特别是高频考点,同时配合真题练习的记忆强化教学法,让学员真正做到易于掌握,轻松应试,顺利过关。

“我们缺少的不是学习的动力与韧性,而是学习的方法与有效的指导”。这是本书出版的源动力,更是多年来学习和应试经验的结晶。祝每一位学员梦想成真!

感谢业界同仁和学员们对本书提出的宝贵意见,可发至邮箱 xuewenxinli@163.com。

编者

第 一 部 分

心理咨询师应试指南

第一章 心理咨询师职业概况

第一节 心理咨询师基本情况说明

一、职业名称

心理咨询师。

二、职业定义

运用心理学以及相关知识,遵循心理学原则,通过心理咨询的技术与方法,帮助求助者解除心理问题的专业人员。

三、职业等级

本职业共设三个等级,分别为:心理咨询师三级(国家职业资格三级)、心理咨询师二级(国家职业资格二级)、心理咨询师一级(国家职业资格一级)。

四、职业环境条件

常温、安静的心理咨询室。

五、职业能力

具备观察能力、逻辑思维能力、表达能力、人际沟通能力、自我控制能力。

六、基本文化程度

大专毕业。

第二节 心理咨询师培训要求和鉴定要求

一、培训要求

1. 培训期限:心理咨询师三级不少于 500 标准学时;心理咨询师二级不少于 400 标准学时;心理咨询师一级不少于 300 标准学时。

2. 培训教师:培训心理咨询师三级的教师应具有心理学、教育学、精神医学等专业副高级及以上专业技术职务任职资格或取得心理咨询师二级职业资格证书;培训心理咨询师二级的教师应具有心理学、教育学、精神医学等专业副高级及以上专业技术职务任职资格,经师资培训或取得心理咨询师一级职业资格证书满 3 年,并具有 800 小时的心理咨询实践;培训心理咨询师一级的教师应具有心理学、教育学、精神医学等专业正高级专业技术职务任职资格,经师资培训或取得心理咨询师一级职业资格证书满 5 年,并具有 1000 小时的心理咨询实践。

二、鉴定要求

1. 适用对象:从事或准备从事本职业的人员。

2. 申报条件

1)——心理咨询师三级(具备以下条件之一者)

(1)具有心理学、教育学、医学专业本科及以上学历;

(2)心理学、教育学、医学专业大专学历,经心理咨询师三级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,经心理咨询师三级正规培训达规定标准学时数,并取得结业证书。

2)——心理咨询师二级(具备以下条件之一者)

(1)具有心理学、教育学、医学专业博士学位;

(2)具有心理学、教育学、医学专业硕士学位,经心理咨询师二级正规培训达规定标准学时数,并取得结业证书;

(3)取得心理咨询师三级职业资格证书,连续从事心理咨询满3年,经心理咨询师二级正规培训达规定标准学时数,并取得结业证书;

(4)凡具有心理学、教育学、医学中级或以上专业技术职业任职资格,经心理咨询师二级正规培训达规定标准学时数,并取得结业证书,连续从事心理咨询满3年。

3)——心理咨询师一级(具备以下条件之一者)

(1)具有心理学、教育学、医学专业博士学位,经心理咨询师一级正规培训达规定标准学时数,并取得结业证书,并从事心理咨询满3年者;

(2)具有硕士学位,取得心理咨询师二级职业资格证书,连续从事心理咨询满3年,经心理咨询师一级正规培训达规定标准学时数,并取得结业证书;

(3)凡具有心理学、教育学、医学副高或以上专业技术职业任职资格,经心理咨询师一级正规培训达规定标准学时数,并取得结业证书,且连续从事心理咨询满3年。

第二章 心理咨询师考试鉴定方案

第一节 心理咨询师考试鉴定概况

一、鉴定方式

分为理论知识考试和专业能力考核。均采用闭卷笔试方式。理论知识考试和专业能力考核均实行百分制,成绩皆达 60 分以上者为合格。心理咨询师二级、一级还须通过综合评审。单科考试合格成绩有效期为 2 年。

二、鉴定时间

心理咨询师统考每年两次,分别在 5 月和 11 月的第三周周六。各等级理论知识考试时间不少于 90 分钟;专业能力考核时间不少于 120 分钟;综合评审时间不少于 30 分钟。

目前具体鉴定方式和时间见表 2-1-1。

表 2-1-1 心理咨询师鉴定方式和时间

职业	等级	鉴定内容	时间	题型	题量	答题方式	原始成绩	配分比例
心理 咨询师	三级	职业道德	上午 8:30—10:00	选择题	25	答题卡作答	100	10%
		理论知识			100		100	90%
		专业能力	上午 10:30—12:30	技能选择题	100	答题卡作答	100	80%
				案例问答题	4	纸笔作答	100	20%
	二级	职业道德	上午 8:30—10:00	选择题	25	答题卡作答	100	10%
		理论知识			100		100	90%
		专业能力	上午 10:30—12:30	技能选择题	100	答题卡作答	100	60%
				案例问答题	8	纸笔作答	100	40%
		综合评审	听具体安排	论文撰写	2 篇	口头答辩	100	100%

第二节 心理咨询师基本要求

一、职业道德

1. 职业道德基本知识
2. 基本守则
 - (1) 尊重求助者的意愿;
 - (2) 促进求助者的身心健康;

- (3)对求助者的个人隐私及所提供的资料保密;
- (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。

二、基础知识

1. 基础心理学知识

- (1)绪论。
- (2)心理活动的生理基础。
- (3)感觉、知觉和记忆。
- (4)思维、言语及想象。
- (5)意识与注意。
- (6)需要与动机。
- (7)情绪、情感和意志。
- (8)能力和人格。

2. 社会心理学知识

- (1)概述。
- (2)社会化与自我概念。
- (3)社会知觉与归因。
- (4)社会动机和社交情绪。
- (5)态度形成与态度改变。
- (6)沟通与人际关系。
- (7)社会影响。
- (8)爱情、婚姻与家庭。

3. 发展心理学知识

- (1)概述。
- (2)婴儿期的心理发展。
- (3)幼儿期的心理发展。
- (4)童年期的心理发展。
- (5)青春发育期的心理发展。
- (6)青年期的心理发展。
- (7)中年期的心理发展变化。
- (8)老年期的心理发展变化。

4. 变态心理学与健康心理学知识

- (1)变态心理学概述。
- (2)心理正常与心理异常。
- (3)常见心理异常的症状。
- (4)常见精神障碍。
- (5)心理健康与心理不健康。
- (6)心理不健康状态的分类。
- (7)关于健康心理学。
- (8)压力与健康。

5. 心理测量学知识

- (1) 概述。
- (2) 测验的常模。
- (3) 测验的信度。
- (4) 测验的效度。
- (5) 项目分析。
- (6) 测验编制的一般程序。
- (7) 心理测验的使用。

6. 咨询心理学知识

- (1) 概述。
- (2) 历史上的几种理论观点。
- (3) 心理咨询的对象、任务、分类和一般程序。
- (4) 不同年龄阶段的心理咨询。
- (5) 婚恋、家庭心理咨询。
- (6) 性心理咨询。

7. 相关法律法规

第三节 心理咨询师工作要求

一、心理咨询师三级

职能功能	工作内容	能力要求	相关知识
心理 诊断	1. 初诊接待 与资料的收集、 整理	(1) 能按心理咨询原则完成对求助者的初次会谈。(2) 能介绍心理测验。(3) 能整理初诊资料。	(1) 心理咨询师的仪态和礼貌语言。(2) 心理咨询工作的性质和工作方式。(3) 求助者的权利与义务知识。(4) 心理咨询的保密原则。(5) 心理学的谈话法。(6) 摄入性谈话的技巧。(7) 主要心理测验的性质和使用范围。(8) 心理测验的针对性原则。(9) 人口学、个人成长史、目前心身状态资料的知识。(10) 资料的整理格式。
	2. 初步诊断	(1) 能依据初诊资料, 做出精神病和非精神病的判断。(2) 能做出一般心理问题的诊断。(3) 能做出严重心理问题的诊断。(4) 能提出心理评估报告。	(1) 心理健康与心理障碍的知识。(2) 心理与行为的年龄特征。(3) 精神病与非精神病判断原则。(4) 关于分析和解释心理测验结果的知识。(5) 心理健康水平的判断指标。(6) 压力与应激的知识。(7) 心理问题严重程度的区分。

续表

职能功能	工作内容	能力要求	相关知识
心理 咨询	1. 建立咨询关系	能把握正确的咨询态度。	(1) 咨询态度对咨询关系的重要性。(2) 尊重、热情、真诚、共情和积极关注。
	2. 制定个体心理咨询方案	(1) 能确定咨询目标。(2) 能制定咨询方案。(3) 能评估咨询效果。	(1) 确定咨询目标的方法。(2) 咨询方案的格式、内容。(3) 各咨询阶段之间的内在联系。(4) 估计咨询失误的知识。(5) 关于心理问题轻重程度的知识。(6) 效果评估的基本知识。
	3. 个体心理咨询方案的实施	(1) 能运用参与技术进行咨询。(2) 能运用影响技术进行咨询。(3) 能初步识别和处理阻抗。(4) 能初步识别和处理移情。(5) 能初步进行行为矫正。(6) 能运用合理情绪疗法进行咨询。(7) 能进行心理咨询阶段性和全程性的总结。(8) 能写出咨询案例报告。(9) 能协调咨询关系和及时转介。	(1) 参与性技术。(2) 影响性技术。(3) 阻抗的表现形式和产生原因。(4) 移情的表现形式和处理方法。(5) 行为疗法基本原理和阳性强化法。(6) 合理情绪疗法的理论和方法。(7) 咨询效果的评估标准。(8) 咨询案例报告的格式、内容、要点。
心理 测验	1. 智力测验	(1) 能进行韦氏成人智力测验(WAIS-RC)。(2) 能进行联合型瑞文测验(CRT)。(3) 能进行中国比内测验。	(1) 各类测验的功能及针对性。(2) 各类测验实际操作步骤。(3) 各类测验的计分方法。(4) 测验报告的内容及格式。
	2. 人格测验	(1) 能使用明尼苏达多项人格调查表(MMPI)。(2) 能使用卡特尔十六项人格因素问卷(16PF)。(3) 能使用艾森克人格问卷(EPQ)。	
	3. 心理与行为问题评估	(1) 能使用症状自评量表(SCL-90)。(2) 能使用焦虑自评量表(SAS)。(3) 能使用抑郁自评量表(SDS)。	
	4. 应激及相关问题评估	(1) 能使用生活事件量表(LES)。(2) 能使用社会支持量表(SSRS)。(3) 能使用应对方式问卷(CSQ)。	

二、心理咨询师二级

职能功能	工作内容	能力要求	相关知识
心理 诊断	1. 鉴别诊断	(1)能对神经症和精神病进行鉴别诊断。(2)能对一般心理问题和神经症进行鉴别诊断。	(1)精神病性症状学知识。(2)ICD-10 中常见心理障碍分类和诊断标准的知识。(3)心理问题、神经症、精神病鉴别诊断知识。
	2. 识别病因	(1)能确定引发心理与行为问题的生物学因素。(2)能确定引发心理与行为问题的社会性因素。(3)能确定引发心理与行为问题的心理因素。	(1)躯体疾病患者的心理特点。(2)压力与应激。(3)生活事件与疾病的关系。(4)环境与心理健康的知识。(5)判断不良认知倾向的知识。(6)判断不良人格倾向的知识。
心理 咨询	1. 个体咨询方案的实施	(1)能运用行为疗法进行咨询。(2)能运用认知—行为疗法进行咨询。(3)能运用求助者中心咨询法进行咨询。(4)能对远期效果进行评估。	(1)系统脱敏法、冲击疗法、厌恶疗法、模仿法、生物反馈疗法的基本原理和方法。(2)关于启发、引导求助者独立思考的知识。(3)捕捉求助者心理活动的积极因素并激励主动性的知识。(4)咨询中人际吸引、人际互动、动机激励的知识。(5)“自我”的知识。(6)认知—行为疗法的知识。(7)求助者中心疗法的知识。(8)随访调查的知识。
	2. 团体咨询方案的实施	(1)能确定团体咨询的目标。(2)能进行团体咨询方案的制定。(3)能甄选团体成员。(4)能引导成员相识并形成信任关系。(5)能促进团体成员探索自我。(6)能协助团体成员总结团体经验。(7)能进行团体咨询效果评估。	(1)团体心理咨询的特点、功能与类型。(2)团体心理咨询的过程。(3)团体心理咨询常用技术。(4)团体心理咨询设计步骤。(5)沟通与人际关系的技巧。(6)团体心理咨询师的角色和作用。(7)团体咨询的治疗因素。(8)团体咨询效果评估的作用及方法。

续表

职能功能	工作内容	能力要求	相关知识
心理 诊断	1. 心理与行为问题评估	(1) 能使用汉密尔顿抑郁量表(HAMD)。(2)能使用汉密尔顿焦虑量表(HAMA)。(3)能使用简明精神病评定量表(BPRS)。(4)能使用倍克-范拉森躁狂量表(BRMS)。	(1) 评定误差及控制方法。 (2) 一致性检验的方法。
	2. 特殊心理评估的实施	(1) 能使用韦氏儿童智力量表(WISC)。(2)能使用儿童行为问题评估问卷(CBCL)。(3)能使用明尼苏达多相人格测验2(MMPI-2)	
	3. 测验结果的解释	(1)能根据智力测验的原则进行解释。(2)能根据人格测验的原则进行解释。(3)能根据心理评定量表的原则进行解释。	心理测验结果的分析方法。

第四节 试题举例

理论知识

第一部分 职业道德

一、职业道德基础理论与知识部分

答题指导:

◆该部分均为选择题,每题均有四个备选项,其中单项选择题只有一个选项是正确的,多项选择题有两个或两个以上选项是正确的。

◆请根据题意的内容和要求答题,并在答题卡上将所选答案的相应字母涂黑。

◆错选、少选、多选,则该题均不得分。

(一) 单项选择题(第1~8题)

1. 关于职业道德的说法中,正确的是()。

- A. 职业道德只有在接受和认可的前提下才能发挥作用
- B. 职业道德具有鲜明的行业性,说明职业道德缺乏共性特征
- C. 职业道德具有激励功能,表明它能够给从业人员以强大精神动力
- D. 企业利益至上日益成为职业道德的主导价值观

2. 从职业活动内在的道德准则看,“审慎”的根本含义是()。

- A. 谨慎,少言多做
- B. 不冒险
- C. 多请示汇报,同时集思广益
- D. 以最佳手段取得最优效果

3. 我国社会主义职业道德的原则是()。

- A. 集体主义 B. 群众路线 C. 人道主义 D. 民主集中制

4.《公民道德建设实施纲要》提出的我国从业人员应该遵循的职业道德要求是()。

- A. 遵纪守法、敬业奉献、公道正派、崇尚科学、开拓进取
B. 爱国守法、诚实守信、崇尚科学、团结和谐、创新进取
C. 爱岗敬业、诚实守信、办事公道、服务群众、奉献社会
D. 爱岗敬业、诚实守信、公道正派、服务社会、创业进取

5. 职业化的核心是()。

- A. 职业化素养 B. 职业化技能 C. 职业化管理 D. 职业化理念

6. “通用”名裁杰克·韦尔奇曾说:“任何一家想竞争取胜的公司必须设法使每个员工敬业。”下列说法中,与韦尔奇上述言论意思相符的是()。

- A. 敬业精神高于企业发战略
B. 想方设法使员工敬业是企业管理的核心目的
C. 只要员工具备敬业精神,企业必会无往而不胜
D. 员工的敬业精神是企业竞争取胜的重要保障

7. 世界 500 强企业关于优秀员的 12 条核心标准,要求建立“良好的人际关系”。对从业人员来说,践行这一标准的意义在于()。

- A. 人际关系好,自然好办事
B. 良好的人际关系会成为员工一生中最珍贵的资产
C. 通过建立良好的人际关系,能够增强员工的工作舒适感
D. 可以减少管理中的矛盾

8. 古语说:“进学不诚则学杂,处事不诚则事败。”下列说法中,对此理解正确的是()。

- A. 进学之道在于防止学杂,处世之道在于防止失败
B. “诚”通“成”,求学不诚会庞杂,办事不诚会败露
C. 不讲诚信,用心不专,终究难以成功
D. 求学不成则莫如当学徒,自然办事不成会导致失败

(二) 多项选择题(第 9~16 题)

9. 近现代以来,西方国家职业道德建设取得了许多进展,主要表现在()。

- A. 职业观念由“尽本职”转向“尽天职” B. 管理思想从“物本”转向“人在”
C. 职业重点由“群体”转向“个体” D. 管理作风从“控制”转向“参与”

10. 社会主义核心价值体系所包含的内容有()。

- A. 马克思主义指导思想 B. 共同富裕的社会理想
C. 以改革创新为核心的时代精神 D. 社会主义荣辱观

11. 关于践行“公道”的理解中,正确的是()。

- A. 所谓平等待人,即尊重人格,但服务方式可以有所不同
B. 所谓按照贡献取酬,即多劳多得,不劳动者不得食
C. 所谓公私分明,即只要不是牟取个人利益,就必然是为公的
D. 所谓坚持原则,即首先要立场坚定,同时要方法适当灵活

12. 关于操作规程,从业人员在业务工作中必须明确的是()。

- A. 心中时刻牢记操作规程 B. 岗前加强操作规程演练

- C. 上岗时必须坚持操作规程 D. 操作时要多尝试使用新方法
13. 依照“节约”的价值差异性,在具体实践中()。
- A. 为促进社会和谐,在个人“节约”上,对挥霍无度者应予包容
- B. 在部门实行节约,应该建立目标责任制
- C. 企业厉行节约,需要建立相应的企业操作规范或计量标准
- D. 在社会领域倡导节约,所有人应像陈光标那样摒弃汽车改骑自行车
14. 在企业经营过程中,应该秉持的正确利益观是()。
- A. 客户利益第一,公司利益第二 B. 社会利益第一,经济利益第二
- C. 公司利益第一,员工利益第二 D. 眼前利益第一,长远利益第二
15. 关于“合作”,正确的说法是()。
- A. 合理安排的工序流程,是加强合作的必要措施
- B. 换位思考、理解他人,是促进合作的思想基础
- C. 公平竞争、创先争优,是优化合作的文化环境
- D. 宽容忍让、不计较是非,是推动合作的现实条件
16. 关于“奉献”的特征,正确的是()。
- A. 非功利性 B. 不稳定性 C. 可为性 D. 普遍性

二、职业道德个人表现部分(第 17 ~ 25 题)

答题指导:

◆该部分均为选择题,每题均有四个备选项,您只能根据自己的实际状况选择其中一个选项作为您的答案。

◆请在答题卡上将所选择答案的相应字母涂黑。

17. 分配任务后,在执行任务时,你一般会()。
- A. 时时请示上司,按照上司的要求执行 B. 自己先走个计划,然后按照计划执行
- C. 跟着感觉走 D. 一边和同事们讨教商量,一边执行
18. 某企业长期排污受到国家环保部门处罚,一是巨额罚款,二是停业整顿。如果停业整顿,将导致企业利润减少,员工工资无法保障。如果你是该企业员工,你的态度是()。
- A. 接受罚款,停业整顿 B. 只接受罚款
- C. 边生产边整顿 D. 考虑离开该企业
19. 下列几种说法中,你能够认可的是()。
- A. 有了钱就有了幸福 B. 钱是人生的风向标
- C. 钱是身份的象征 D. 钱是能力的标志
20. 员工甲因忙于工作,于是委托同事乙代为购买彩票,结果中了百万大奖。乙认为,号码是自己选的,钱也是自己付的,自己没有要全部奖金已经不错了,所以,这笔奖金应该至少分给自己一半。对此,甲不予认可,坚持只给乙一万元作为酬劳。如果由你来调节二人的纠纷,你会()。
- A. 赞同甲的意见 B. 赞同乙的意见
- C. 要求甲再多分配一些奖金给乙 D. 找几个人一起研究
21. 本来工作做得很好,结果因为你的小疏忽而略显瑕疵。对此你会()。
- A. 多少感到有点遗憾,但也没关系