

心理

健康

2018

# 2018心理咨询 行业人群洞察 报告

简单理



北京师范大学心理学部  
心理健康服务中心





CBNDATA  
第一财经商业数据中心



© 2018 CBNDATA. All rights reserved.

# 蜜蜂学堂

 每天给你3份前沿资讯报告

 HRD资源交流互换



扫码回复【报告】  
拉你进【HRD前沿资讯群】

# TABLE OF CONTENTS 目录

## 第一部分：心理咨询行业现状及特征

- 1.1 国家政策助力心理咨询行业发展
- 1.2 国内心理咨询专业机构和从业人员规模增长情况
- 1.3 大众对心理健康及心理咨询的关注情况
- 1.4 心理咨询行业呈现的三个特点

## 第二部分：心理咨询来访者（用户）画像

- 2.1 心理咨询来访者的基本画像
- 2.2 心理咨询来访者的主诉问题困扰
- 2.3 心理咨询来访者的咨询行为特征
- 2.4 专家解读：主动寻求专业心理咨询帮助，是社会进步的一个标志

## 第三部分：心理咨询师群体画像

- 3.1 心理咨询师的基本画像
- 3.2 心理咨询师的执业现状
- 3.3 心理咨询师的胜任力及专业成长
- 3.4 心理咨询师的执业压力及互联网支持
- 3.5 专家解读：心理咨询师的专业水平决定了心理咨询的专业性

## 第四部分：心理咨询行业趋势及展望

- 4.1 行业趋势一：国内咨询师队伍有待壮大，专业培训机构为行业持续输送人才
- 4.2 行业趋势二：大众心理帮助突破“咨询范畴”，专业的轻量心理内容产品获得青睐
- 4.3 行业趋势三：心理咨询服务标准及内容趋于规范化，专业及市场共同探讨心理服务新定义



## 联合发布方

### 简单心理



简单心理是国内专业的心理咨询平台，只提供高质量的心理咨询服务。简单心理严选700+全球优秀华语心理咨询师，在持续的监管下已提供超过30万+人次一对一心理咨询服务；50万+分钟免费心理热线。上百万心理爱好者在这里学习深度心理课程。为你提供专业、有温度的心理支持。

### 北京师范大学心理学部心理健康服务中心



下文简称“北师大心理健康服务中心”，是北师大心理学部应用心理学临床与咨询方向专业硕士项目的实习基地，是中国目前规模最大的心理健康服务中心之一。中心持续为不同需求的来访者提供心理咨询（个体/婚姻家庭/团体）和心理测评服务；为咨询师和督导师提供丰富多样的培训；同时为社会公众提供心理健康讲座等。

### 第一财经商业数据中心



第一财经商业数据中心（CBNDATA）是基于大数据进行智能化商业研究咨询与整合营销传播的战略数据平台，依托阿里巴巴和第一财经的优势资源，拥有全球最大消费数据库和中国最大的财经全媒体集群。



## 数据及信息说明

### 数据来源：

#### 心理咨询来访者相关数据来源：

1. 简单心理对本平台付费心理咨询来访者的匿名抽样调查：整体数据部分为随机抽样10,000名付费来访者；部分内容为分层抽样，各数据分层随机抽取1,000名付费来访者；
2. 简单心理及第一财经商业数据中心（CBNData）于2018年11月面向大众的心理健康认知度及心理咨询行为调查，有效回复1,266份。

#### 心理咨询师相关数据来源：

1. 简单心理对于本平台心理咨询师的抽样调查，不同数据来源分别随机抽样500、300不等，详细差异见图表说明；
2. 简单心理及第一财经商业数据中心（CBNData）于2018年11月面向心理咨询师的执业现状调查，有效回复552份。

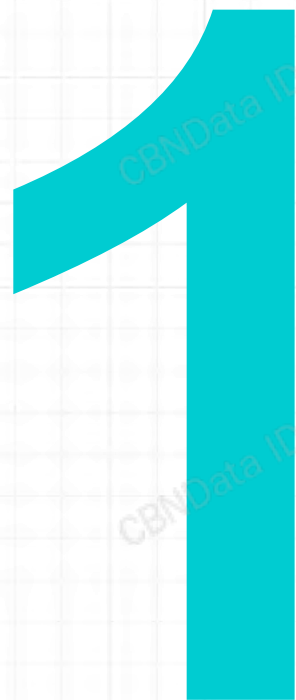
#### 其他：

另有部分来自简单心理平台数据，包含《结束咨询关系问卷》、《咨询师入驻面试胜任力评估表》、《咨询师专业简历》，及简单心理咨询师入驻管理部门、内容付费部门工作统计等，以及wind经济数据库。

### 参考文献：

1. Hsuan-Ying, H. (2018). From psychotherapy to psycho-boom: a historical overview of psychotherapy in China. In *Psychoanalysis and Psychotherapy in China* (pp. 1–30). Routledge.
2. Rodolfa, E., Bent, R., Eisman, E., Nelson, P., Rehm, L., & Ritchie, P. (2005). A cube model for competency development: Implications for psychology educators and regulators. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36, 347–354.
3. 吴垠, & 桑志芹. (2010). 心理咨询师胜任特征的定性研究. *中国心理卫生杂志*, 24, 731–736.





# 心理咨询行业现状

心理咨询行业快速发展

## 国家政策助力下，心理咨询行业迎来发展新机遇

国家对人民群众精神卫生、心理健康的关注，使得心理行业的服务日趋规范与标准化。在国家政策的助力下，各方鼓励和推动心理咨询行业持续健康发展。

**全国卫生与健康大会：**“要加大心理健康问题基础性研究，做好心理健康知识和心理疾病科普工作，规范发展治疗、心理咨询等心理健康服务。”

原国家卫生计生委、中宣部等22部委联合下发的**《关于加强心理健康服务的指导意见》**，是我国第一个关于加强心理健康服务的宏观政策指导性文件，对于提升全社会对于心理健康问题的重视具有重要意义。

**第27个“世界精神卫生日”**  
国家卫生健康委呼吁大众关注心理健康，并邀请张一山、蒋雯丽、杨紫等众多明星共同发声。

2016/8/19

2016/8/26

2016/12

2017/10

2018/10/10

2018/11

中共中央政治局会议审议通过**《“健康中国2030”规划纲要》**，从国家战略高度重视心理健康。

党的十九大提出：“**加强社会心理服务体系建设**，培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态。”增强社会各界对心理健康的重视。

国家卫生健康委等10部委联合发布**《关于印发全国社会心理服务体系**  
**建设试点工作方案的通知》**，推动社会心理服务体系建设。

资料来源：根据公开资料整理

大数据·全洞察



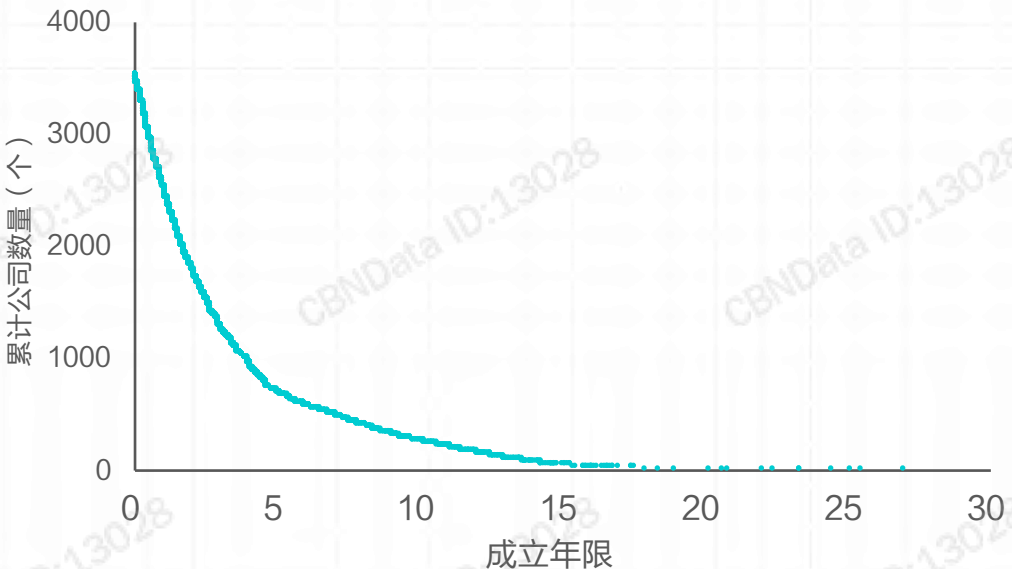
# 心理咨询专业机构和从业人员规模均在迅速成长

近几年，“心理咨询”注册公司快速增长，整体数量达到五年前的5倍；

“心理咨询师”职业的热度持续提升，考取国家心理咨询师二、三级资格证的人数持续增加。据业内专家估算，至2018年，心理咨询师二三级证书持证者约120万人。

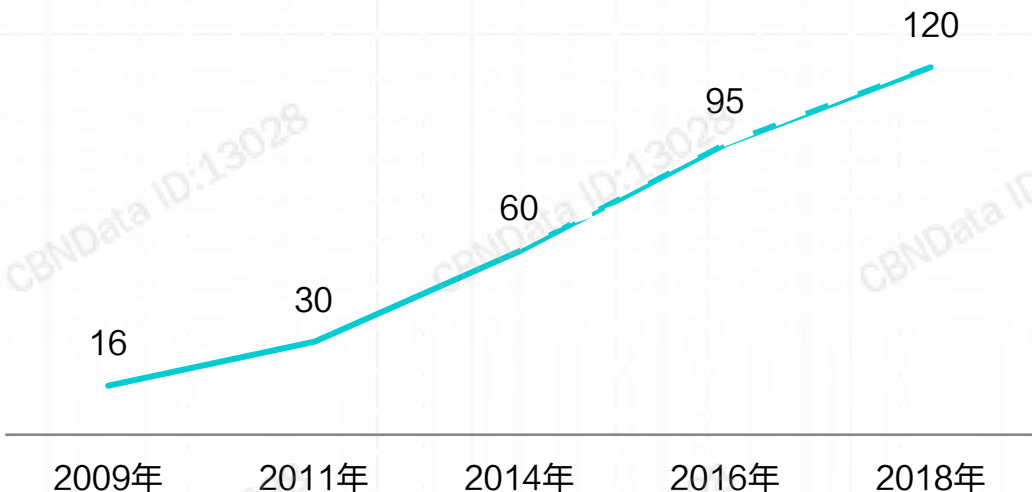
（注：国家二三级心理咨询师职业资格认证考试已于2017年9月取消，该人数预计在2018年之后不会有继续增长。）

2018年11月不同年限的心理咨询公司累计数量



数据来源：wind经济数据库  
数据说明：仅筛选“存续”状态的“心理咨询”注册公司

国家二、三级心理咨询师持证人数累计数量（万）



数据来源：部分数据来源于Hsuan-Ying, H. (2018). From psychotherapy to psycho-boom: a historical overview of psychotherapy in China. In *Psychoanalysis and Psychotherapy in China* (pp. 1–30). Routledge.  
2016年及2018年数据为业内专家估算



## 大众关注自己的情绪状态，并主动寻求帮助

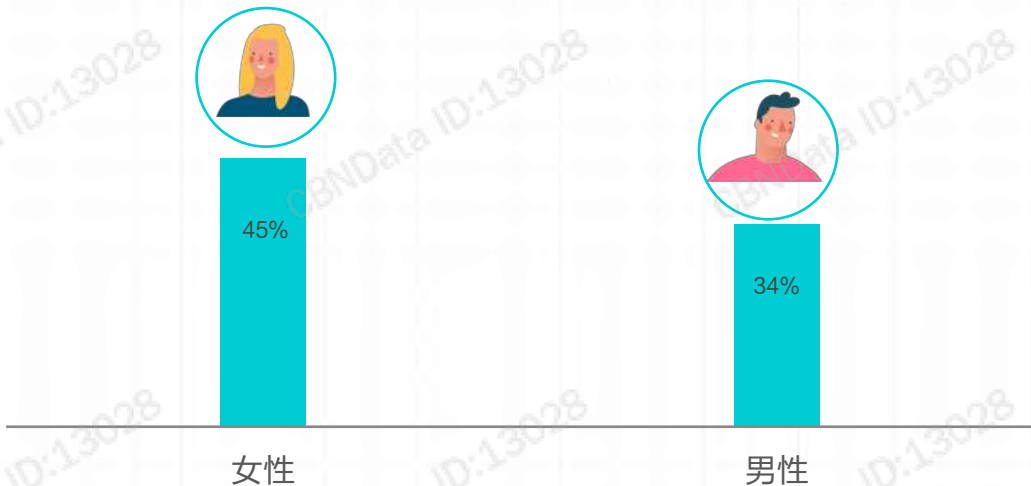
45%的女性和34%的男性总是关注自己的心理/情绪状态；

82%的女性和67%的男性在觉察到自己有情绪困扰的时候，会主动求助；

大众遇到情绪困扰时，最常选择的求助方式是：阅读心理专业书籍、上网查找相关资料和找专业心理咨询师；其中阅读心理专业书籍被选择最多（62%）。

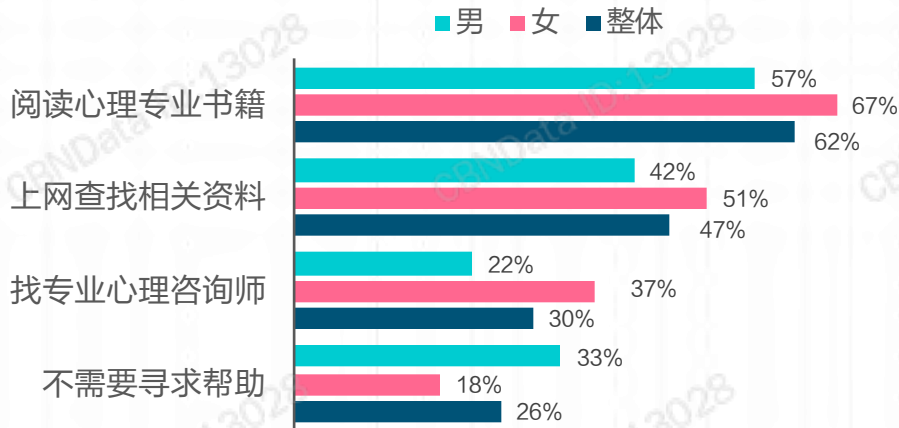
不同性别个体

“总是关注自己的心理/情绪状态”的人数比例



数据来源：2018年11月面向大众的问卷调研，N=1266

当你发现心理/情绪状态不好时，  
会去寻求哪些专业帮助？



数据来源：2018年11月面向大众的问卷调研，N=1266

# 心理咨询作为一种专业帮助，越来越被大众认可和接受

线上话题讨论、心理问答和心理热线等成为大众主动了解自己心理健康状态的热门方式；  
越来越多人主动前往专业心理咨询平台寻求专业帮助。

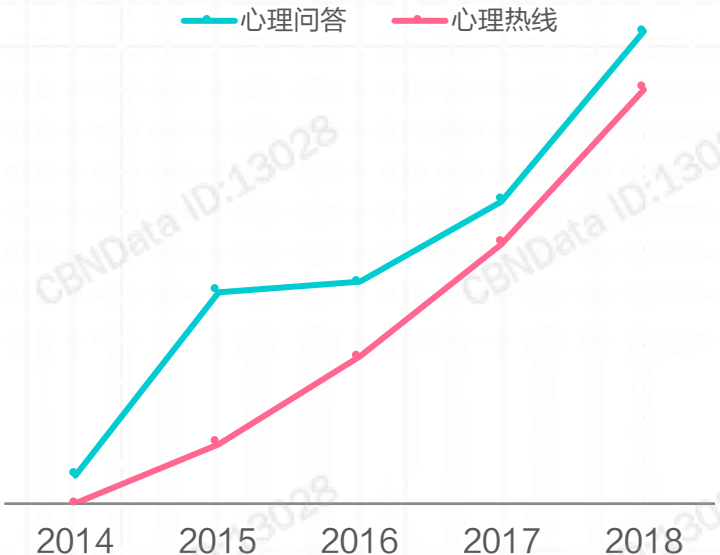
知乎“心理咨询”话题关注



 关注者72万

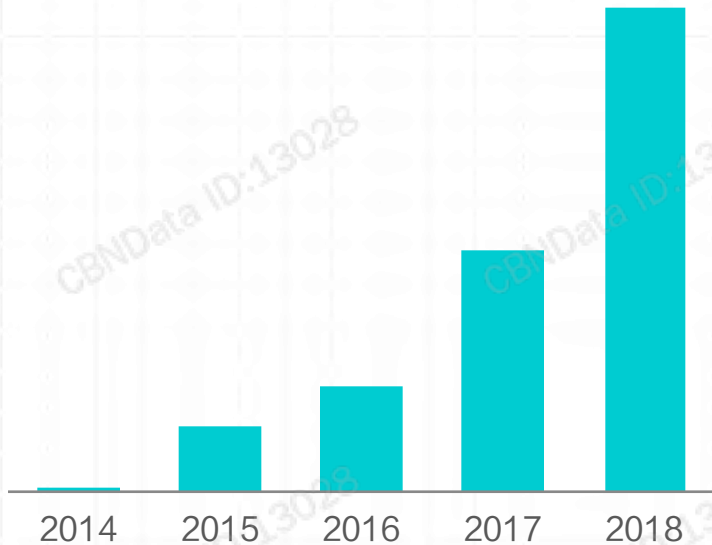
资料来源：知乎平台2018年11月统计

简单心理平台心理问答&心理热线  
使用人数增长趋势



数据来源：简单心理平台统计

简单心理平台付费心理咨询来访者  
人数增长趋势



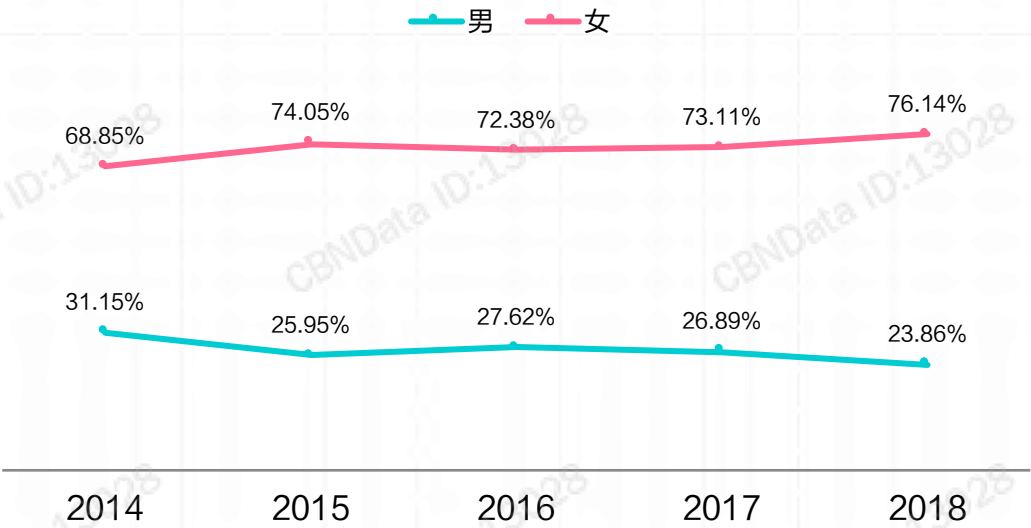
数据来源：简单心理平台统计



# 女性成为心理咨询行业新关注点

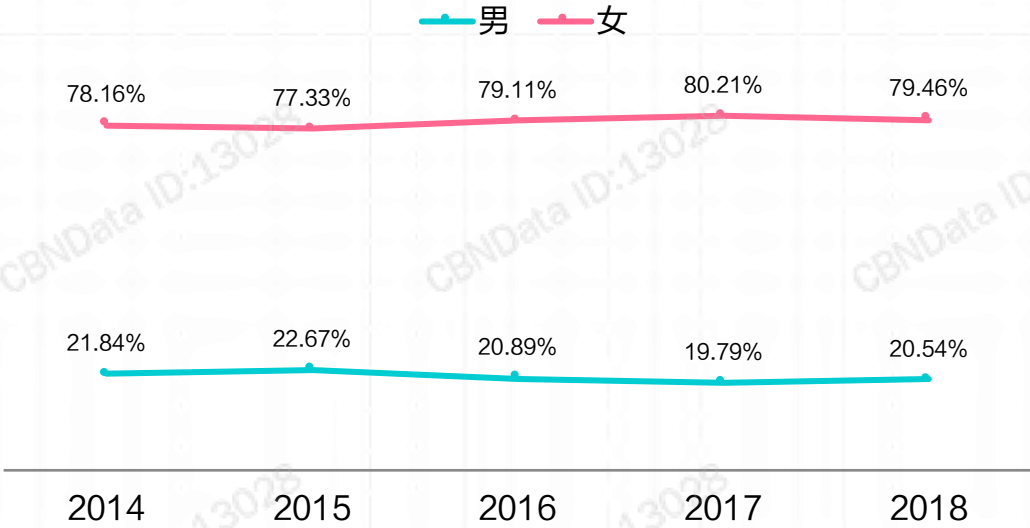
以简单心理为例，从2014年至2018年，该平台的来访者与咨询师中女性比例均远高于男性，稳居主导地位。另外，在2018年简单心理平台的付费心理咨询来访者中，女性占比76.14%（男性占比23.86%）；在入驻平台的心理咨询师中，女性占比79.46%（男性占比20.54%）。

简单心理平台付费心理咨询来访者男女比例走势



数据来源：对简单心理平台不同年度付费心理咨询来访者的匿名随机抽样，各年度随机抽样1000名，整体样本量N=5000

简单心理平台心理咨询师男女比例走势



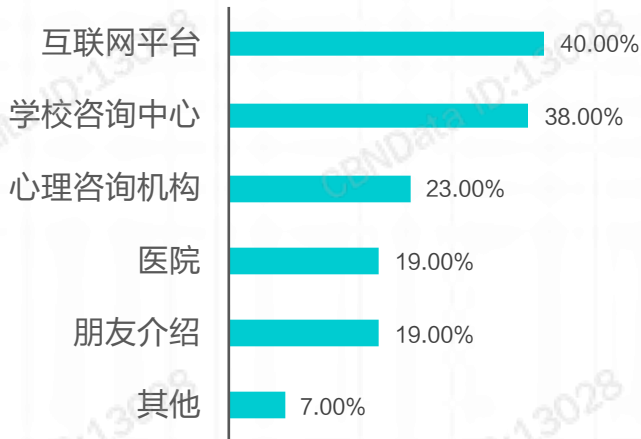
数据来源：对不同年度加入简单心理平台进行执业的心理咨询师的随机抽样，整体样本量N=500

# 心理咨询行业拥抱互联网

在问卷调研中，有40%受访者表示通过互联网平台预约心理咨询，超过了通过传统的高校心理咨询（38.00%）、传统心理咨询机构（23.00%）等渠道；

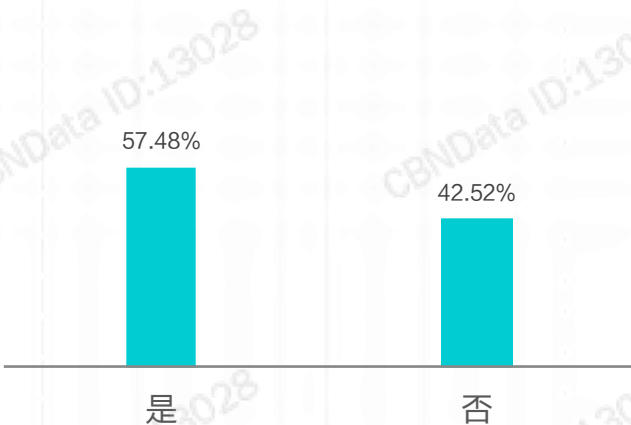
同时，越来越多专业心理咨询师选择入驻互联网平台，为用户提供心理咨询。被调研人群中57.48%咨询师已入驻互联网平台；在勾选未入驻样本中，几乎全部咨询师都表示未来如有机会，愿意入驻互联网平台。

来访者预约心理咨询的渠道分布



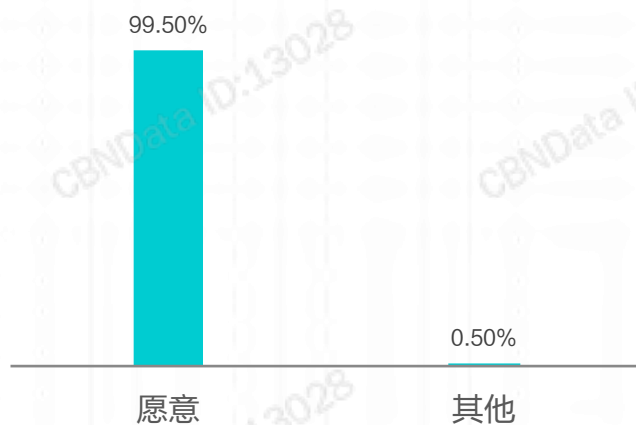
数据来源：2018年11月面向大众的问卷调研中有过心理咨询经历的用户N=627

心理咨询师是否入驻互联网平台



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研，N=552

未入驻的咨询师中有多少愿意未来有机会尝试入驻



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研，勾选了“暂未入驻”的群体，N=198



## 面对面心理咨询 vs 视频心理咨询

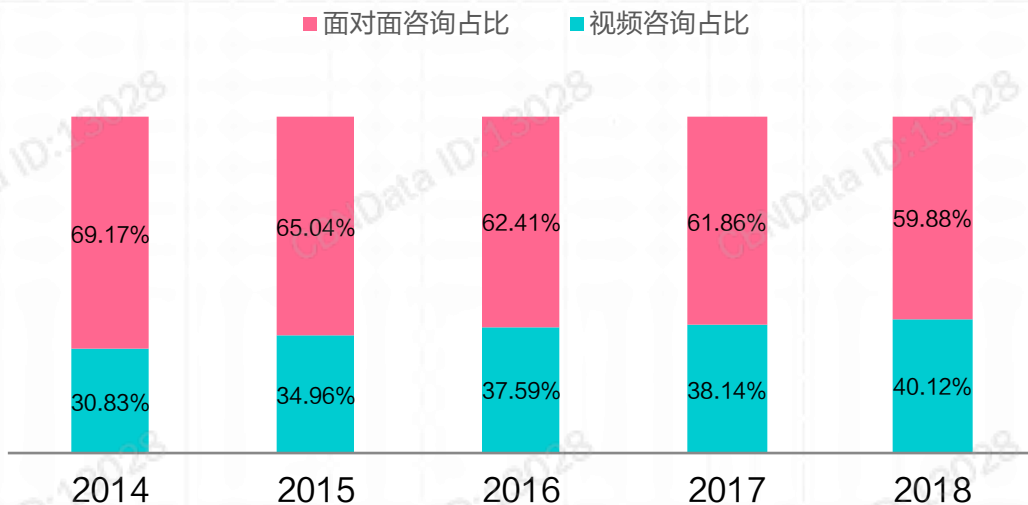
经典的心理咨询以心理咨询师和来访者面对面进行为主。随着网络技术发展、以及受到地域和资源的限制，主流心理咨询界开始逐渐接受视频的方式进行心理咨询。

如今面对面心理咨询仍然是来访者的首要选择。以简单心理为例，2018年选择面对面进行心理咨询的来访者占比近60%。

但随着互联网的不断发展，选择使用视频进行心理咨询的人数占比不断升高，由2014年的30.83%提升至2018年的40.12%。

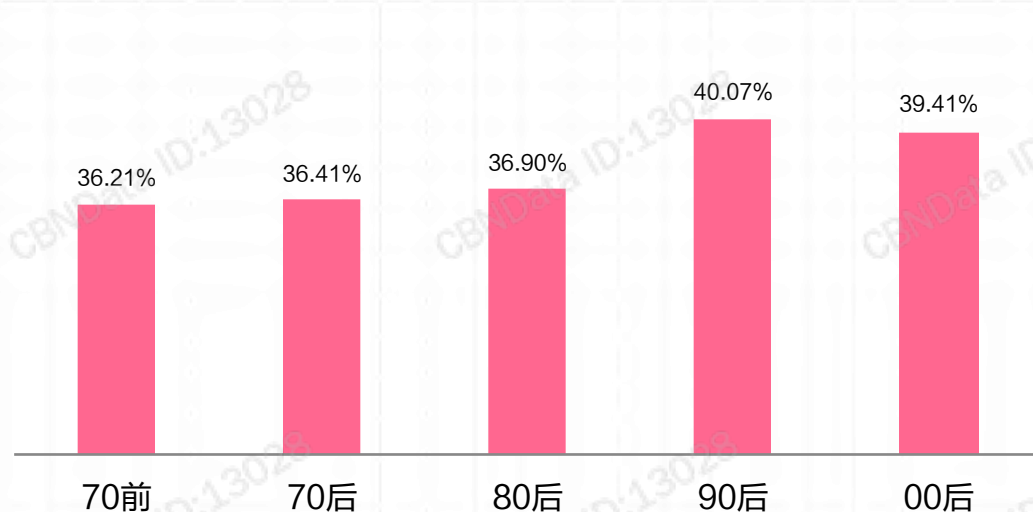
从代际角度来看，年轻人对视频咨询的接受程度更高，90后群体中40.07%的用户选择视频咨询，比例高于其他年龄层。

选择不同咨询方式的来访者占比走势



数据来源：对简单心理平台不同年度付费心理咨询来访者的匿名随机抽样，各年度随机抽样1000名，整体样本量为N=5000

不同代际选择视频咨询的来访者占比



数据来源：对简单心理平台不同代际付费心理咨询来访者的匿名随机抽样，各代际随机抽样500份，整体样本量为N=2500



”

# 心理咨询来访者特征

**关键词：**

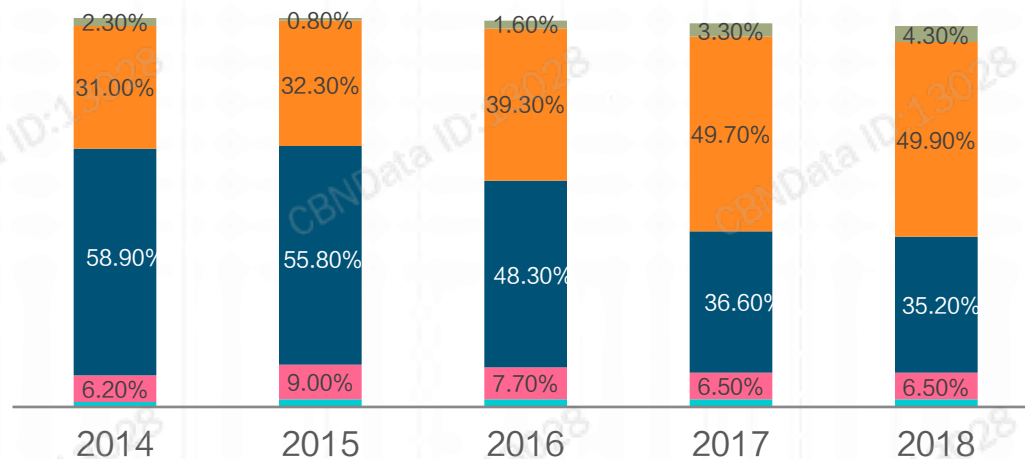
80后&90后、高学历、一线城市、  
热门行业、情绪困扰

## 心理咨询来访者年龄分布情况

80后和90后群体为心理咨询的主力军，来访者平均年龄不断下降；  
以简单心理为例，2018年，80后及90后群体占全部来访者85.10%；心理咨询来访者的平均年龄由2014年的30.76岁下降至2018年的29.05岁。

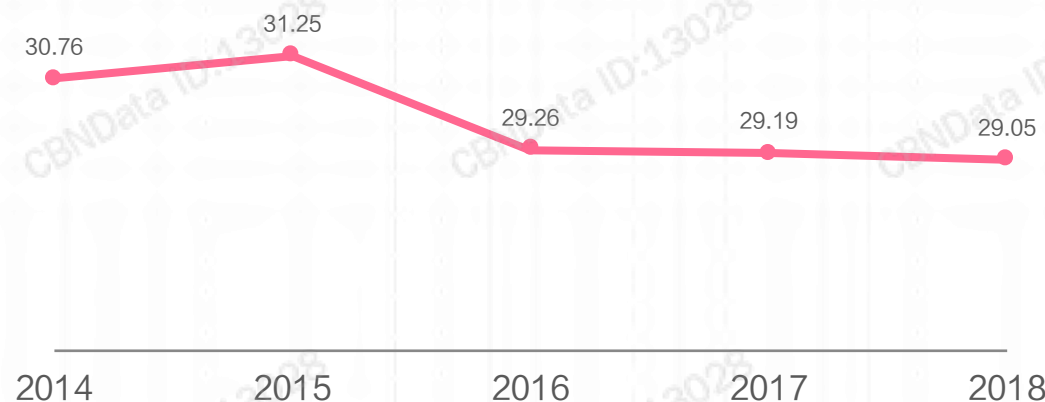
### 各年度心理咨询来访者代际分布

70前 70后 80后 90后 00后



数据来源：对简单心理平台不同年度付费心理咨询来访者的匿名随机抽样，各年度随机抽样1000名，整体样本量为N=5000

### 心理咨询来访者的平均年龄走势



数据来源：对简单心理平台不同年度付费心理咨询来访者的匿名随机抽样，各年度随机抽样1000名，整体样本量为N=5000

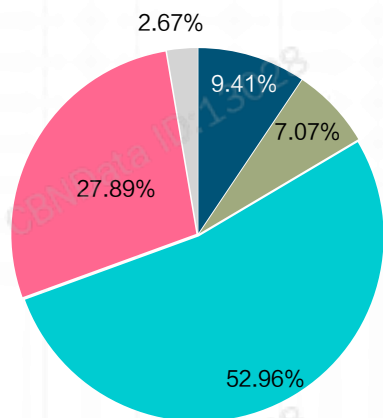
## 心理咨询来访者的受教育程度及婚姻状况

心理咨询在我国尚属新兴事物，受教育程度较高的群体较愿意接受心理咨询。根据简单心理数据统计，付费心理咨询来访者学历主要分布在本科及以上（83.52%），其中学历为本科（52.96%）和硕士（27.89%）的来访者是两个最大的用户群体；

在付费的心理咨询来访者群体中，首次咨询时婚恋状况为“单身”的来访者占比为49.70%，状态为“已婚”和“恋爱”的心理咨询来访者占比分别为30.25%和16.14%。

### 心理咨询来访者学历分布

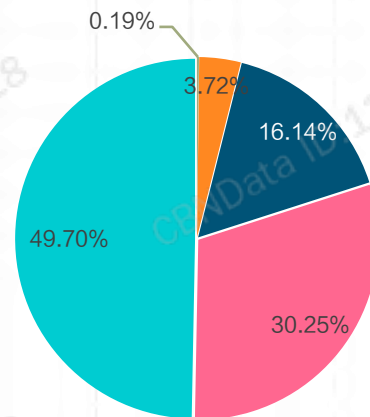
■ 高中及以下 ■ 大专 ■ 本科 ■ 硕士 ■ 博士及以上



数据来源：对简单心理平台付费心理咨询来访者的匿名随机抽样，样本量N=10000

### 心理咨询来访者婚姻状况分布

■ 丧偶 ■ 离异 ■ 恋爱中 ■ 已婚 ■ 单身



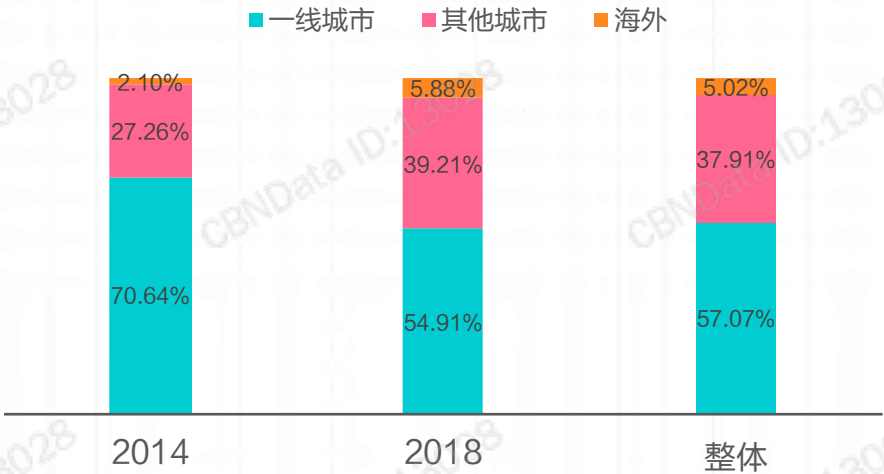
数据来源：对简单心理平台付费心理咨询来访者的匿名随机抽样，样本量N=10000



# 心理咨询来访者城市及行业分布情况

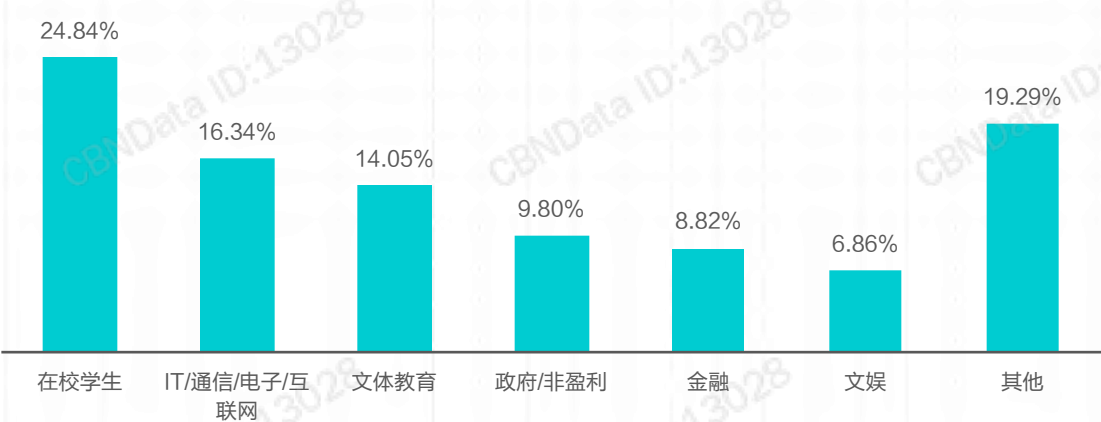
心理咨询的来访者大多来自经济文化发展水平较高的地域和行业。对简单心理平台付费心理咨询来访者的抽样调研显示：城市分布上，57.07%的用户来自一线城市（北京、上海、广州、深圳四个城市）。相较于2014年数据，2018年来自非一线城市的付费心理咨询来访者占比提升近15.73%，其中来自成都、杭州、武汉、天津、重庆五市的来访者占比增高尤为明显；行业分布上，除了在校学生外，心理咨询用户较多来自IT/互联网/电子/通讯行业（16.34%）和文教行业（14.05%）；此外，政府/非盈利、金融、文娱等领域的从业者也较多选择专业心理咨询的帮助。

心理咨询来访者城市分布情况



数据来源：对简单心理平台付费心理咨询来访者匿名随机抽样，样本量N=10000。  
2014年、2018年来访者数据为随机抽样当年1000名来访者。

心理咨询来访者行业分布情况

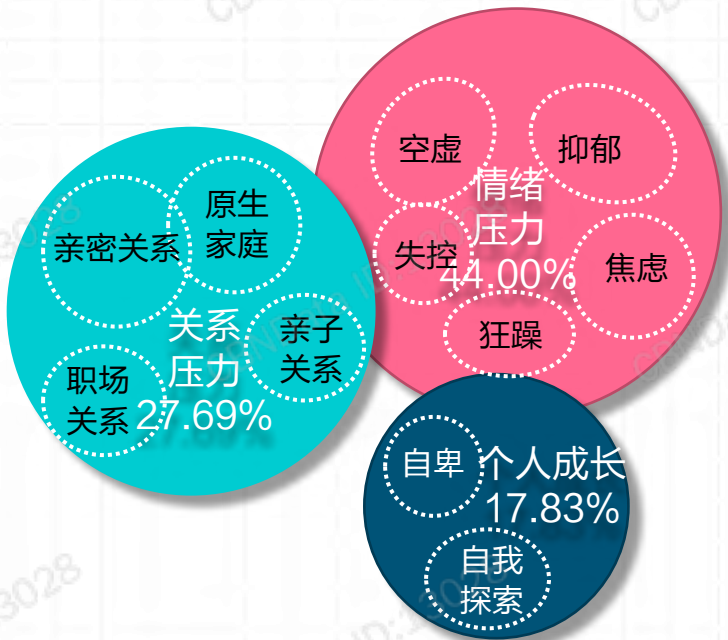


数据来源：对简单心理平台付费心理咨询来访者匿名随机抽样，样本量N=10000。

# 大众心理困扰类别及代际差异

抑郁、焦虑等情绪困扰，自我成长需求和各种关系带来的压力，是当代社会人群最常面临的三类心理困扰。不同年龄阶段皆有其特殊的心理困扰。简单心理平台的调研数据显示，情绪压力是各年龄段人群共同面临的首要心理困扰；此外，80后及以前的来访者心理困扰更多来自家庭和亲密关系，而90和00后则承受更多来自个人成长方面的压力。

当代社会人群最常面临的三类心理困扰



各代际面临的心理问题TOP3



数据来源：简单心理平台心理咨询来访者在匹配咨询师过程中填写的匹配咨询师问卷，随机抽样N=50000

数据来源：对简单心理平台不同代际心理咨询来访者的匿名随机抽样，各代际随机抽样500份，整体样本量为N=2500

## 情绪压力典型提问

人们无时无刻不处于情绪之中。如何理解自己的情绪，如何使情绪得到纾解，如何更好进行情绪管理以更好地工作和生活，是现代人共同探索的一项议题。



70后及以前的情绪压力关键词



80后的情绪压力关键词



90后的情绪压力关键词

资料来源：对简单心理平台不同代际付费心理咨询来访者的随机抽样访谈，样本总计N=45人，各代际各15人

## 个人成长典型提问

实现个人价值是人的终极追求。如何在自我实现的过程中，更多地了解自己、了解生活的意义，发掘和接纳自己的不同特质，帮助个体有足够力量去实现自我的价值，被更多人群所重视。



70后及以前的个人成长关键词



80后的个人成长关键词



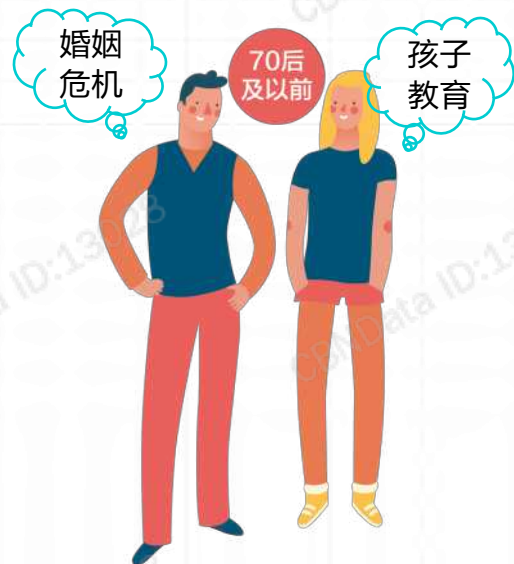
90后的个人成长关键词

资料来源：对简单心理平台不同代际付费心理咨询来访者的随机抽样访谈，样本总计N=45人，各代际各15人



## 关系压力典型提问

人们的生活和工作是由各种各样的关系所构成的。在诸多关系中，存在着因对方或多方而带来的压力，和因人们对于关系的不同期待而产生的困扰。在现代社会，更多的人们希望借助心理咨询来寻找答案和方法。



70后及以前的关系压力关键词



80后的关系压力关键词



90后的关系压力关键词

资料来源：对简单心理平台不同代际付费心理咨询来访者的随机抽样访谈，样本总计N=45人，各代际各15人  
注：基于访谈了解，“约会降级”、“恋爱降级”包含了在约会/恋爱等方面的消费降级，也包含了主观意愿方面的热情、兴趣减退。

## 心理咨询来访者的人均心理咨询次数

心理咨询的帮助并非一蹴而就，大众会通过持续多次心理咨询来探索自我、理解心理困扰，从而获得帮助。

简单心理平台的数据显示，从2016至2018年，来访者进行心理咨询的次数从人均9.63次增长至人均11.92次。

同时，将近50%的来访者会进行5次以上的心理咨询，其中18.88%用户进行了20次以上的中长程心理咨询。

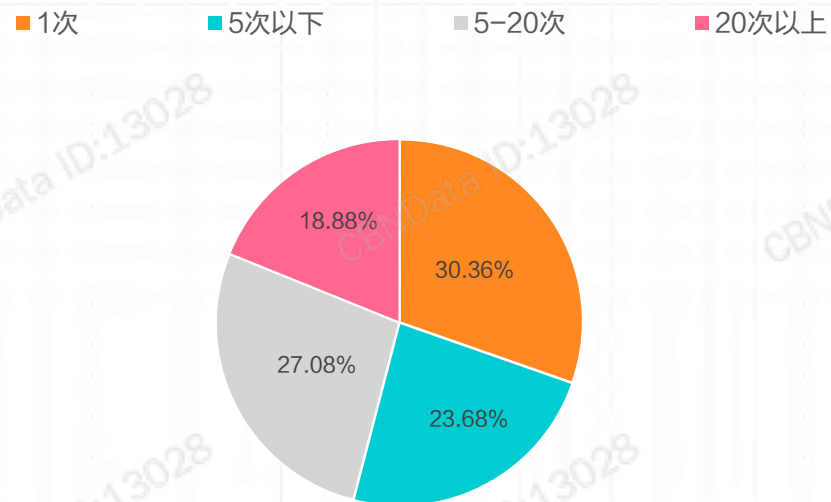
（备注：心理咨询师的理论取向可能对咨询次数产生影响。简单心理平台咨询师80%以上具备精神动力学背景。）

2016-2018年  
心理咨询来访者人均咨询次数变化



数据来源：对简单心理平台2016、2017、2018年付费心理咨询来访者的随机抽样，各年份来访者1000人，总计样本量N=3000

心理咨询来访者咨询次数分布情况



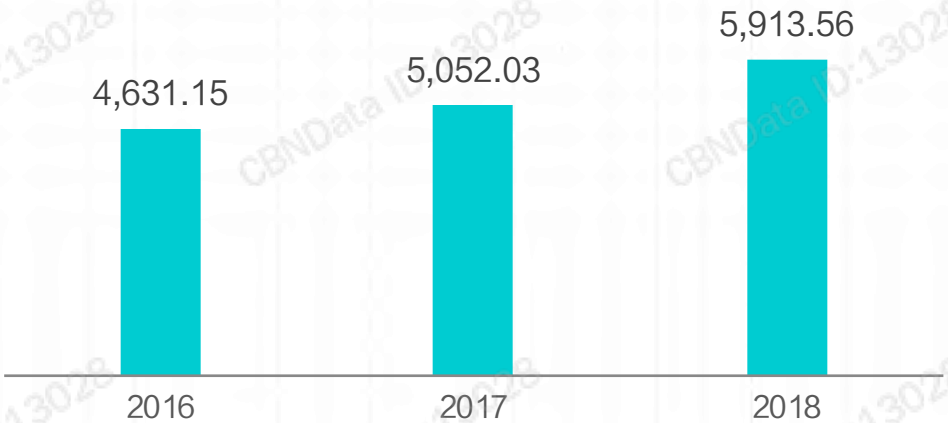
数据来源：对于简单心理平台付费心理咨询来访者的匿名随机抽样，样本量为N=10000

## 心理咨询来访者人均花费及价格偏好

人们愿意为个人成长、解决心理困扰支付更多费用。简单心理平台数据中，2018的年度人均咨询花费相比2016年增长近28%，达到人均5913.56元/年。

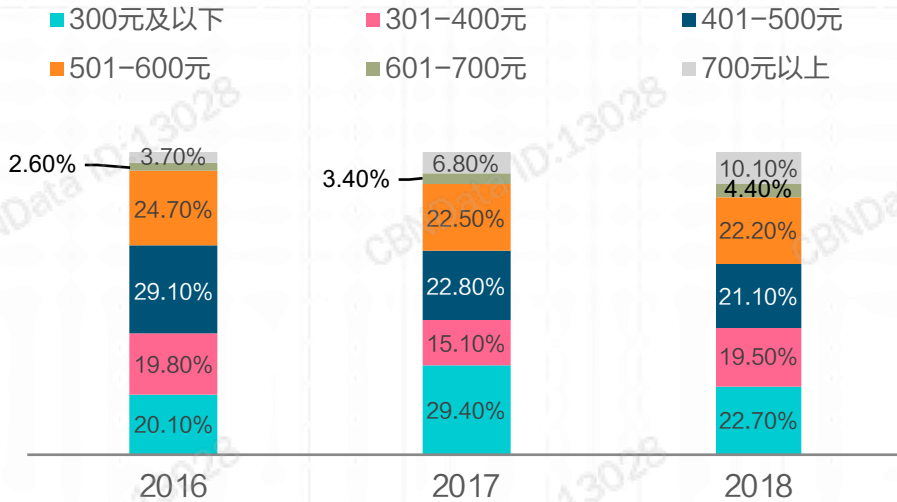
随着心理相关服务的日益发展以及咨询师数量和类型增多，心理咨询来访者消费呈现更多的特征，对于心理咨询服务价格的选择也越来越多元化。在简单心理2018年的付费心理咨询来访者中，选择300元以下/次、300-400元/次、401-500元/次、501-600元/次价格段的来访者占比均为20%左右。

2016-2018年  
心理咨询来访者的人均花费情况（单位：元）



数据来源：对简单心理平台2016、2017、2018年付费心理咨询来访者的随机抽样，各年份来访者1000人，总计样本量N=3000

心理咨询来访者选择咨询价位订单量分布



数据来源：对简单心理平台2016、2017、2018年付费心理咨询来访者的随机抽样，各年份来访者1000人，总计样本量N=3000

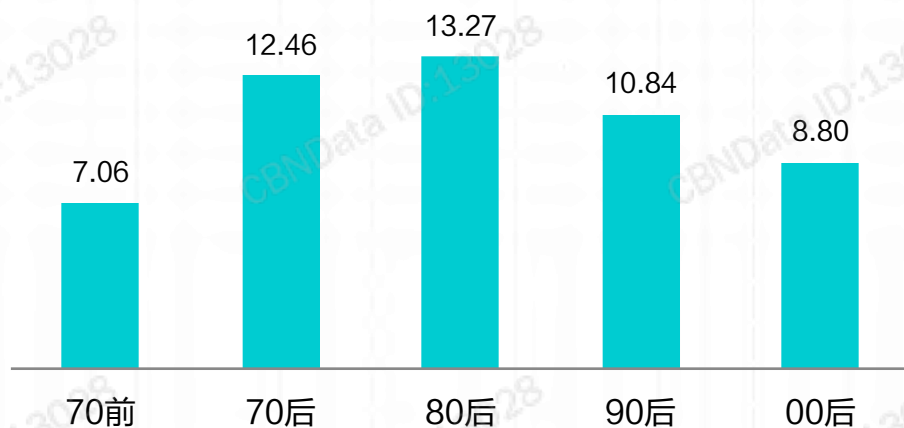
## 心理咨询人均次数及价格偏好的代际差异

不同年龄段的来访者群体在进行心理咨询的次数和价格选择上也略有差异。从简单心理平台数据可见：

70后及80后来访者进行心理咨询的平均次数更多；

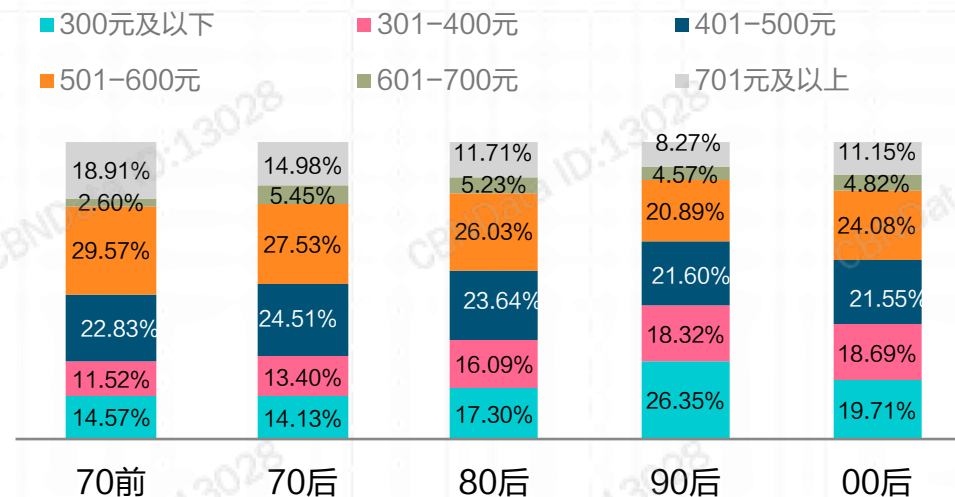
在心理咨询价格段选择上，70后和80后在各个价格段的消费选择上分布较平均，而66.27%的90后来访者选择了定价在500元/次以下的咨询师。

不同代际心理咨询来访者每年平均心理咨询次数



数据来源：对简单心理平台付费心理咨询来访者的匿名随机抽样，样本量为N=5000，不同代际随机抽样1000人。

不同代际心理咨询来访者选择咨询价位段订单量分布



数据来源：对简单心理平台付费心理咨询来访者的匿名随机抽样，样本量为N=5000，不同代际随机抽样1000人。



## 心理咨询来访者对于心理咨询的满意度情况

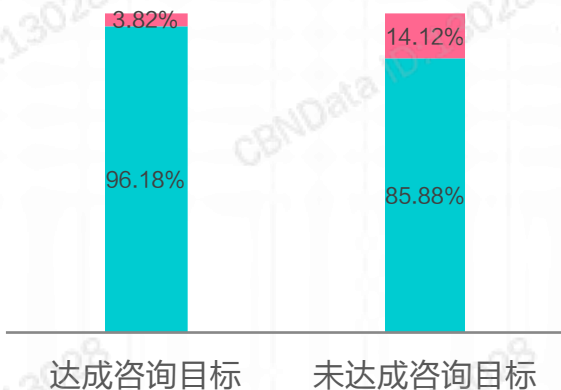
来访者对于心理咨询的满意度体现在多个方面，其中对于心理咨询过程的感受是其中的重要部分。

以简单心理为例：针对心理咨询完成（备注：是指在平台上标记为已经结束咨询关系）的来访者，该平台会定期抽样询问其是否达成咨询目标。

在随机抽样的自述“未达成咨询目标”和“已达成咨询目标”的来访者中，他们对于咨询师是否介绍清楚咨询的设置等满意度差异较小，但对于自己是否被咨询师理解和接纳、是否平等互信等方面感受差异较大。

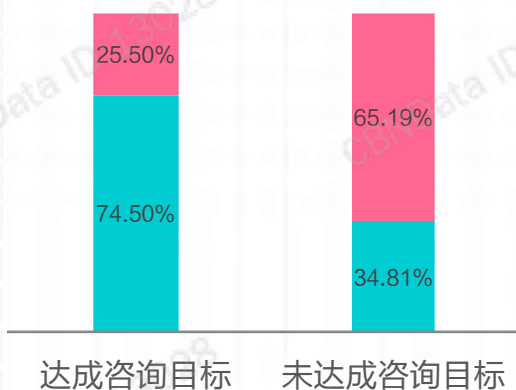
咨询师是否清楚介绍咨询设置

■ 并未清楚介绍 ■ 已清楚介绍



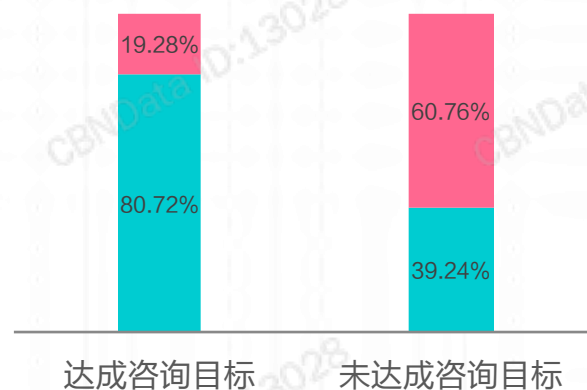
是否感觉咨询师理解和接纳

■ 有时或很少 ■ 总是感受到



是否感觉与咨询师平等互信的关系

■ 有时或很少 ■ 总是感受到



数据来源：数据来自简单心理平台《结束咨询关系问卷》，其中“已达成咨询目的”的来访者和“未达成咨询目标”的来访者各自随机选取500，样本总量N=1000

## 专家解读

心理咨询对很多人来说较为陌生，但其实很多人都存在一定心理困扰。对于“心理困扰是如何产生的”、“心理咨询怎么提供帮助”、“心理咨询来访者群体平均年龄减小了意味着什么”这类问题，来自[北师大心理健康服务中心](#)的专家的解读如下：

- 不同心理学理论流派基于不同的人性观，对心理困扰的成因有着各异的解释。目前业界普遍认同的一个解释为“压力素质模型”：个体因为生物遗传、基因等因素，拥有个人独特的生物易感性，即对于焦虑、抑郁等的敏感程度不同；同时，原生家庭环境对于个体的人格、依恋类型、人际交往技能和倾向存在一定影响，以及个体所处于的压力环境/事件，如高压力高竞争的工作/学习环境、离婚、失业等事件，也对于形成心理困扰有重要影响。
- 心理咨询区别于心理治疗，适用于每个在生活中经历困扰的人。心理咨询可以帮助来访者识别自身的心理困扰，与咨询师商定咨询目标，并通过咨询来增加面对困境的技巧，提升自信，提高行为改变的程度，同时改善心理健康水平。
- 来访者群体趋于年轻化，这一方面反映了社会给人带来的焦虑和压力普及到了更年轻的群体中；另一方面，年轻群体主动寻求心理咨询的帮助，是对自我实现需求的提升，是社会进步的一个标志。





”

## 心理咨询师群体画像

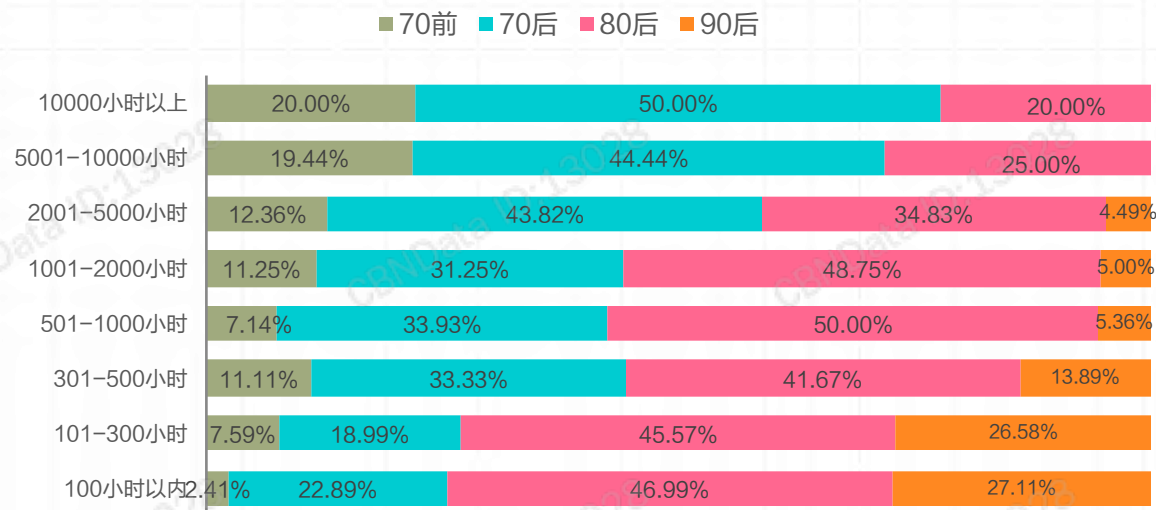
关键词：

专业素养高、执业更自由、互联网平台可助力

## 心理咨询师年龄分布情况

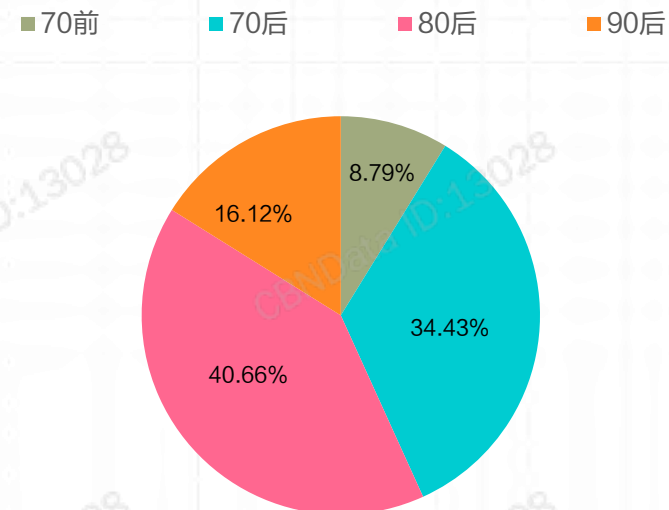
从调查问卷数据来看，在具备2000小时以上心理咨询经验的心理咨询师中，70前、70后、80后占比超96.82%。而随着行业发展，越来越多90后心理咨询师通过系统的专业培训，逐渐出现在心理咨询师队伍中。在简单心理平台上，90后心理咨询师占比为16.12%。

不同工作经验的心理咨询师的年龄分布情况



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调查，N=552

2018年简单心理平台咨询师年龄段分布



数据来源：随机抽样简单心理平台心理咨询师，N=500

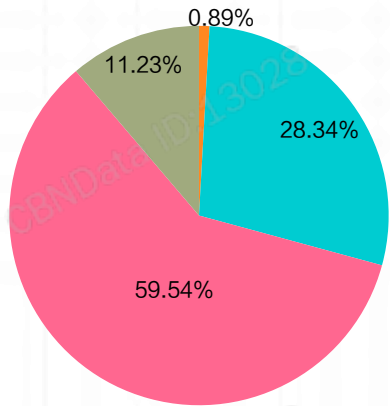


# 心理咨询师学历及学科背景分布情况

中国心理咨询师行业发展尚处于早期阶段，心理咨询相关的学历教育尚未普及，心理咨询师的学历背景呈现出多样化的特点。以简单心理平台心理咨询师的抽样数据为例，99.11%咨询师具备本科及以上学历，其中70.77%具备硕/博学历（含在读）；64.44%咨询师在学历教育中具有心理学及相关专业学科背景。

简单心理平台心理咨询师学历分布

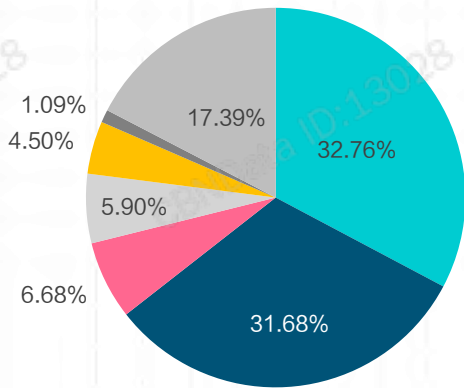
■ 专科及以下 ■ 本科 ■ 硕士 ■ 博士及以上



数据来源：随机抽样简单心理平台心理咨询师，N=500

简单心理平台心理咨询师专业分布

■ 心理学 ■ 心理学与其他学科交叉 ■ 文科 ■ 商科 ■ 工科 ■ 理科 ■ 其他



数据来源：随机抽样简单心理平台心理咨询师，N=500

# 心理咨询收费情况

心理咨询师一般按照单次咨询进行收费，其定价多由心理咨询师个人或及其所在机构制定。

依据调研数据：

咨询经验在300小时以下的心理咨询师，近80%收费在300元/次以下；

咨询经验在300-500小时的心理咨询师，97.13%收费在500元/次以下；

咨询经验在1000-2000小时的心理咨询师，有63.75%收费在300-500元/次；

咨询经验在2000-5000小时的心理咨询师，有47.19%收费在500元以上，其中4.49%收费为800元以上；

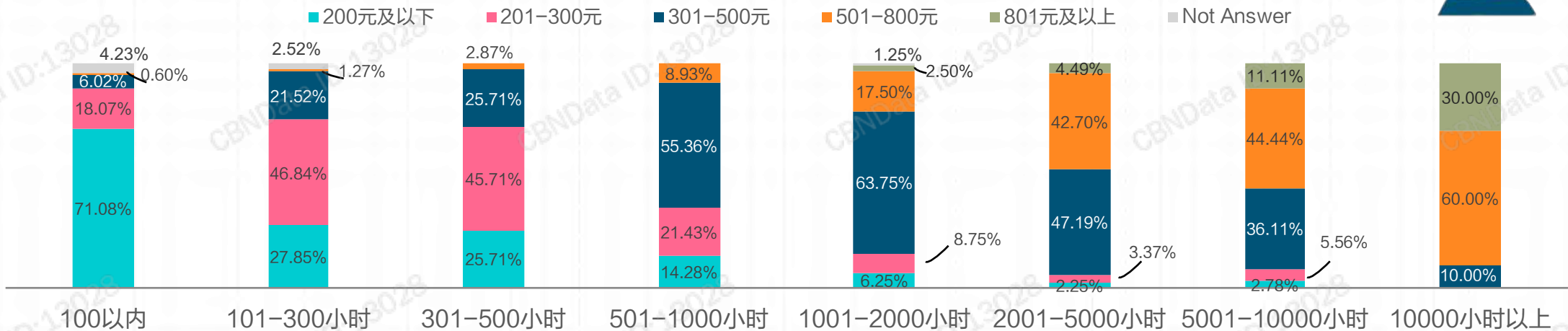
咨询经验在5000小时以上的心理咨询师，800元/次以上收费的占比也更高（10%-30%）。

小提示：

心理咨询的收费和多种因素相关。心理咨询师的咨询小时数高低只是众多因素之一，和心理咨询师收费高低之间并无决定关系。该数据仅描述心理咨询师执业收费现状。



心理咨询师单次心理咨询收费情况分布



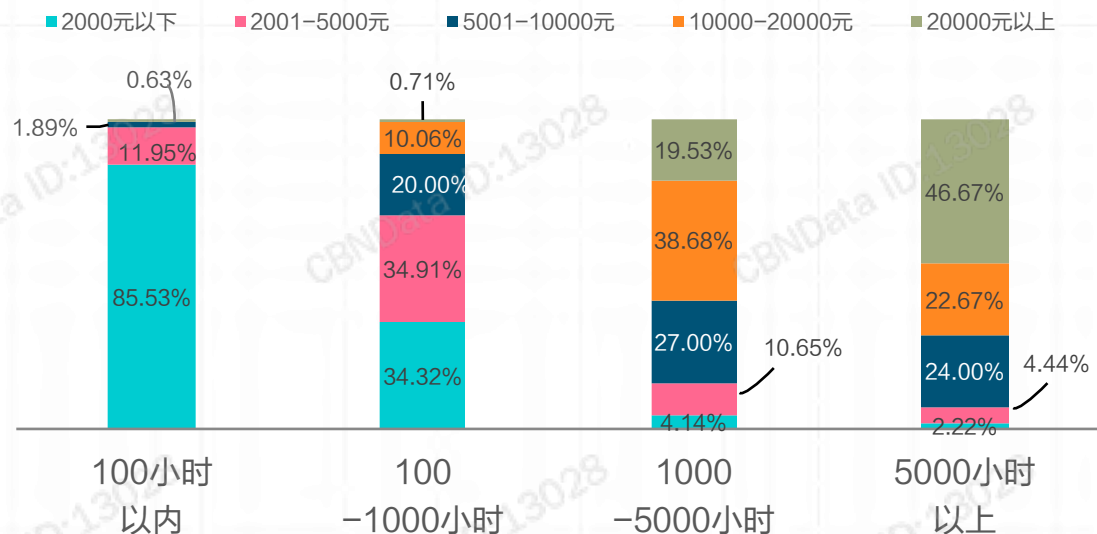
数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调查，N=552

## 心理咨询收入情况

随着工作经验的丰富，心理咨询师由心理咨询工作得到的收入也相应增加。其中，咨询经验1000-5000小时的心理咨询师有58.21%收入可达10000元/月以上，近20%收入超20000元/月。5000小时以上咨询经验的咨询师，有46.67%每月收入20000元/月以上。

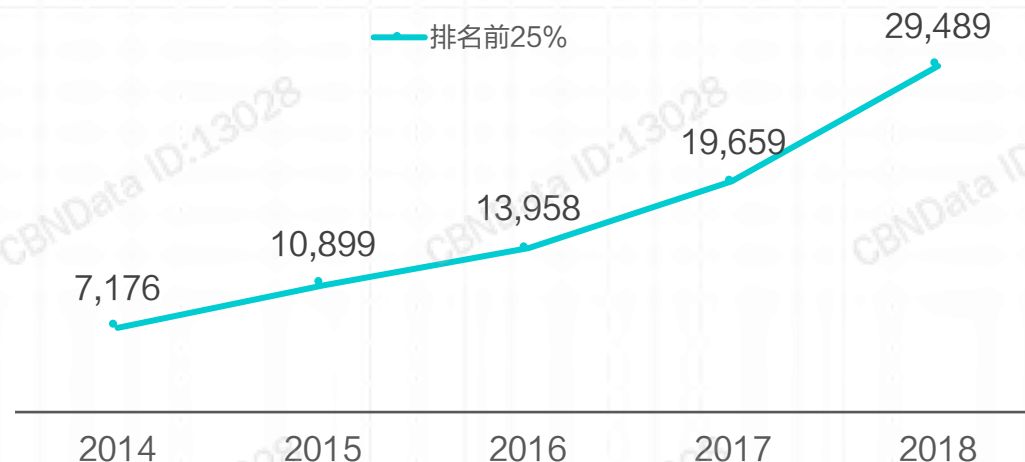
另外，互联网预约已成为心理咨询师收入重要来源。以简单心理平台数据为例，前25%的开放时间较多、稳定执业的心理咨询师，仅在简单心理平台提供的心理咨询服务收入，每月平均近30000元。

不同经验水平心理咨询师心理咨询平均月收入情况  
(包含线上线下所有预约)



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调查，样本量为N=552

简单心理平台排名前25%心理咨询师平均月收入  
(仅包含其在简单心理平台的心理咨询收入)



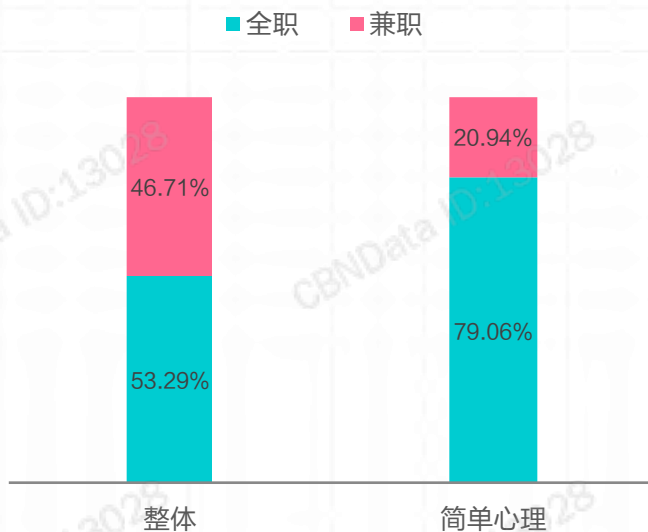
数据来源：简单心理平台统计

## 心理咨询师的执业概况：专兼职比例及工作量

调研显示，心理咨询师群体全职（53.29%）占比略高于兼职（46.71%）。在简单心理平台咨询师中，79.06%为全职心理咨询师。全职心理咨询师和兼职心理咨询师每周咨询量不同。74.52%的兼职心理咨询师每周咨询数量不超过5节，而68.15%全职心理咨询师每周接案6-20节。

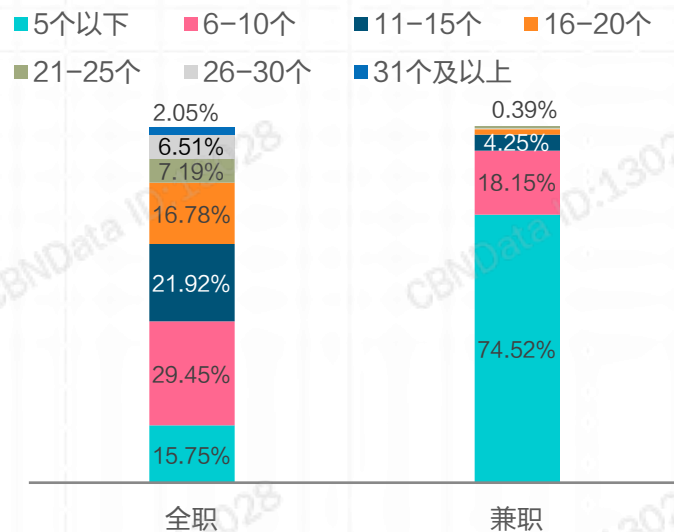
心理咨询师时间安排相对自由，60.00%以上咨询师能享受多于国家规定的节假日。

### 心理咨询师执业情况



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研，样本量N=552，简单心理咨询师数据为随机抽样300人

### 全/兼职心理咨询师每周个案量

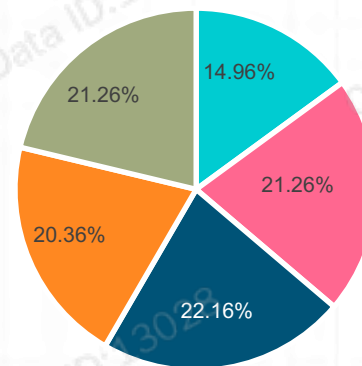


数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研，样本量N=552，其中全职N=292，兼职N=259（部分样本未填答）

大数据·全洞察

### 心理咨询师休假情况

- 很少休假，甚至比日常上班族都少
- 只休国家法定节假日
- 节假日之外，会有2周以内的休息时间
- 节假日之外，会有2-4周的休息时间
- 节假日之外，会有4周以上的休息时间



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研，样本量N=552





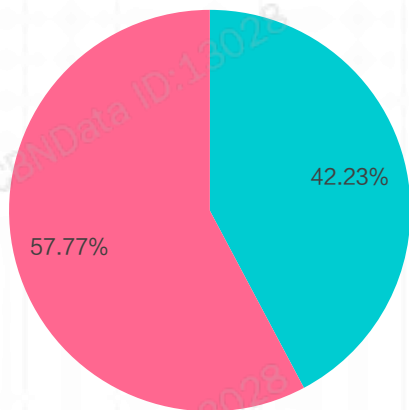
## 心理咨询师的其他专业收入来源

57.77%的咨询师有除心理咨询之外的其他收入来源。

其中，依靠心理咨询专业知识担任督导（12.66%）、进行授课（34.04%）、提供培训（11.14%）等是主要形式。

除了心理咨询，  
咨询师在心理行业是否有其他收入来源

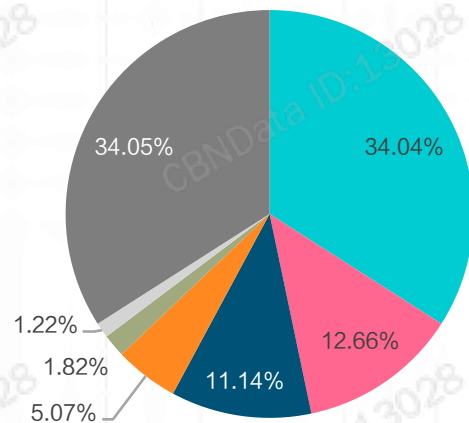
■ 没有 ■ 有



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研，样本量N=552

咨询师其他收入来源人数分布情况

■ 讲课 ■ 督导 ■ 培训 ■ 知识付费产品 ■ 自媒体广告 ■ 出书 ■ 其他



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研中，选择有其他收入的样本，N=320

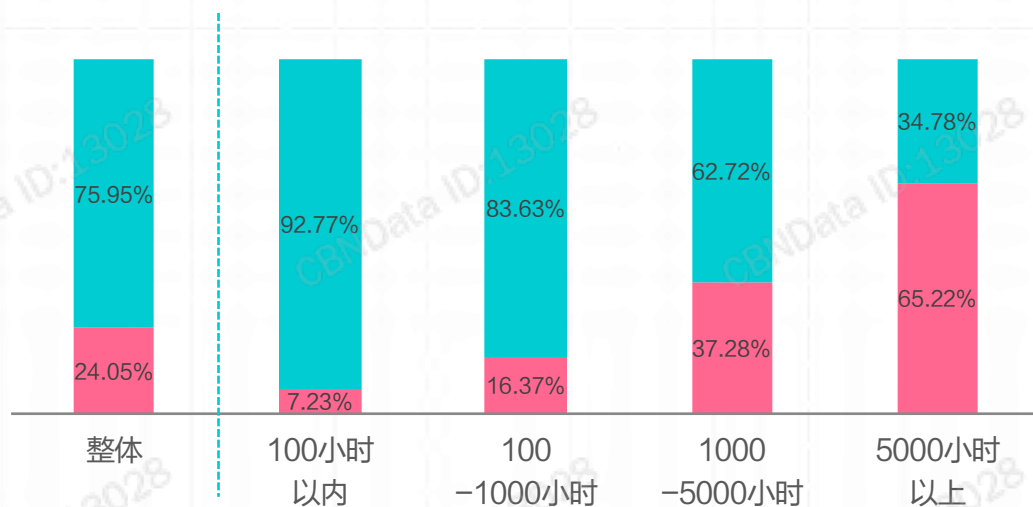
## 心理咨询师的执业概况：工作场地和入驻互联网平台情况

随着专业经验和口碑的积累，设立个人独立工作室是心理咨询师职业发展的常见选择。在具备5000小时以上咨询经验的心理咨询师中，65.22%会选择开设自己独立工作室；

具备1000小时以上咨询经验的心理咨询师中，80%左右会选择入驻互联网平台。

### 工作场地人数部分情况

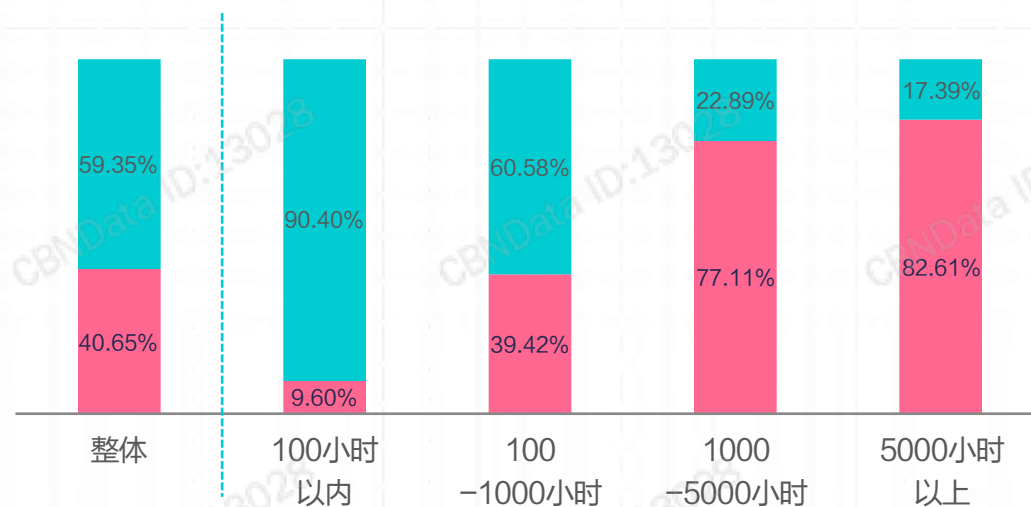
■ 独立工作室 ■ 租用/共享



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研，样本量N=552

### 是否入驻心理咨询互联网平台

■ 已入驻 ■ 无



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研，样本量N=552

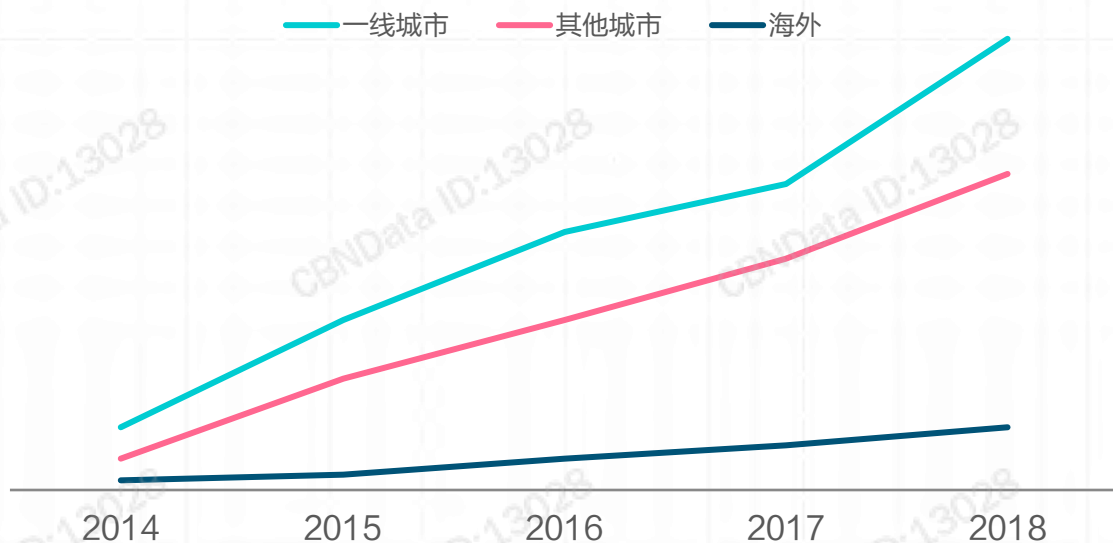


## 心理咨询师入驻互联网平台的地域差异

更多地域的心理咨询师选择入驻互联网平台进行执业。

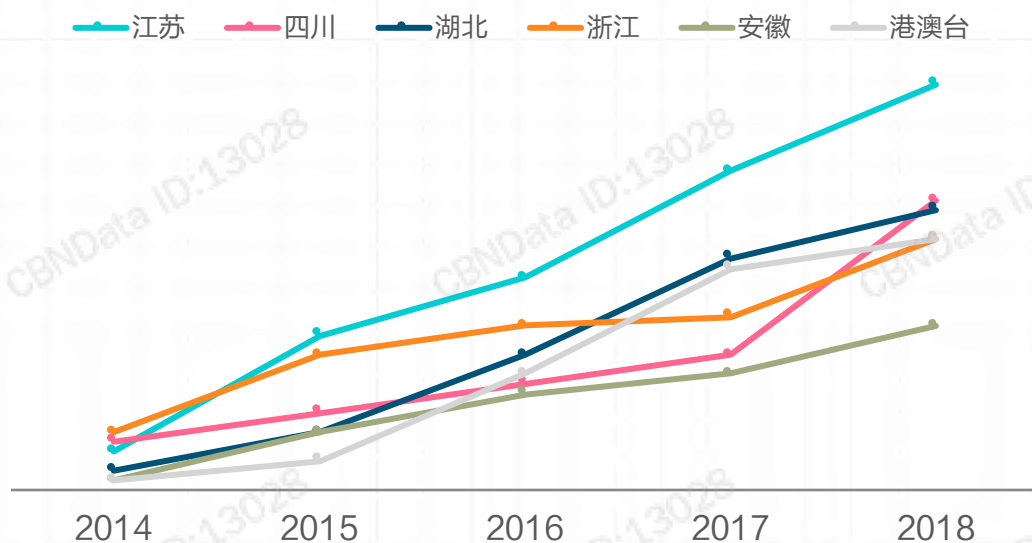
以简单心理平台数据为例，截至2018年11月，已有来自全球117个城市（含34个海外城市）的700+心理咨询师入驻简单心理平台。其中，除北上广深之外，江苏、四川、湖北、安徽等地入驻心理咨询师数量增长明显。

入驻简单心理平台的不同地域心理咨询师数量增长情况



数据来源：简单心理咨询师入驻管理部门统计数据

心理咨询师入驻简单心理平台数top5 省份情况



数据来源：简单心理咨询师入驻管理部门统计数据

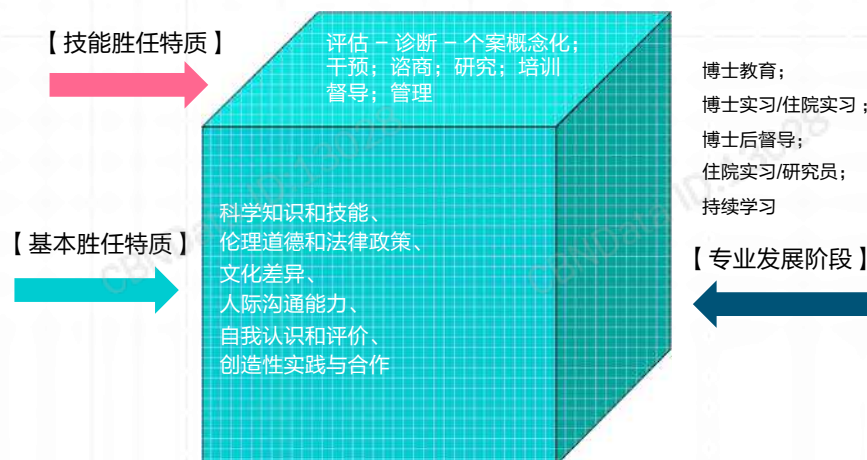
## 心理咨询师的专业胜任力构成

心理咨询师的专业胜任力构成复杂，心理咨询师需具备多种核心技能特质。海内外多位学者对“心理咨询师胜任力”这一概念进行过深入研究，学者们均认同心理咨询师的专业能力是多方面的，并非单一维度的。

### 心理咨询师8项核心特质 The 8 core competency 2002



### 三维胜任特质模型 3-dimensional competency model Rodolfa等, 2005



### 心理咨询师胜任特征模型 吴垠, 桑志芹等, 2010

#### 鉴别性胜任特征:

建立关系的基本态度、人际理解和洞察、弹性、影响力、自我觉察、自我控制力、人格健全与完善、阅历与经验、专业知识与技能

#### 基准性胜任特征:

利他性、建立关系的基本态度、人际理解和洞察、尊重、培养他人、自我觉察、自我控制力、开放性、语言表达能力、人格健全与完善、专业知识和技能

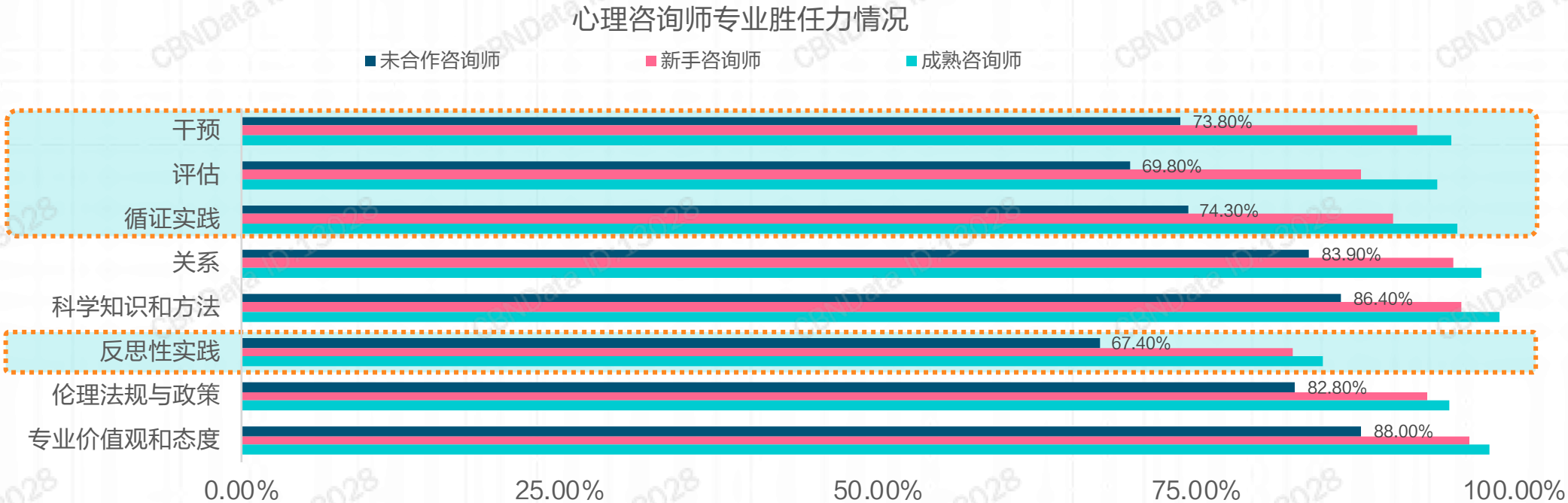
参考文献: 吴垠, & 桑志芹. (2010). 心理咨询师胜任特征的定性研究. *中国心理卫生杂志*, 24, 731-736.

Rodolfa, E., Bent, R., Eisman, E., Nelson, P., Rehm, L., & Ritchie, P. (2005). A cube model for competency development: Implications for psychology educators and regulators. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36, 347-354.



# 心理咨询师专业胜任力差异

心理咨询师间胜任力的差异多体现在临床方向的干预、评估、循证实践和反思性实践方面。  
以简单心理平台入驻面试数据看，心理咨询师们（包含平台成熟、新手和未通过入驻面试的咨询师）在专业价值观和态度、伦理法规与政策、科学知识和方法、关系方面等均表现较好（合格率均超过80%）；而在反思性实践、循证实践、评估、干预等更偏临床方向的胜任力特质上，三类咨询师合格率差异较大。



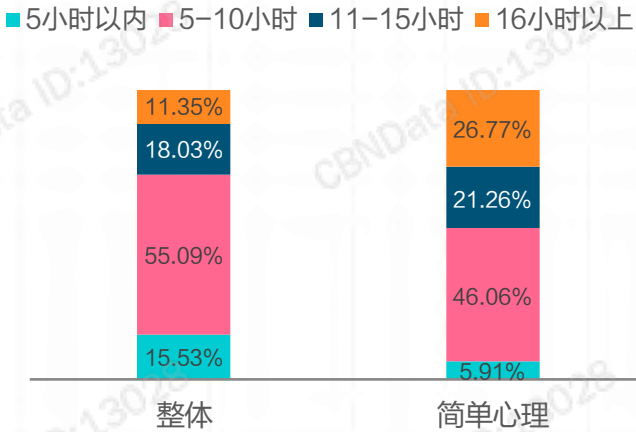
数据来源：简单心理心理咨询师入驻管理部门，随机抽样500场次心理咨询师面试专业评估数据  
备注：简单心理自2015年开始参照美国心理学会（APA）心理咨询师胜任力结构对咨询师入驻进行面试评估，共计进行了700+场面试。  
其中，仅有9.05%通过面试成为成熟咨询师，16.78%通过面试成为新手咨询师。

# 心理咨询师的持续学习情况

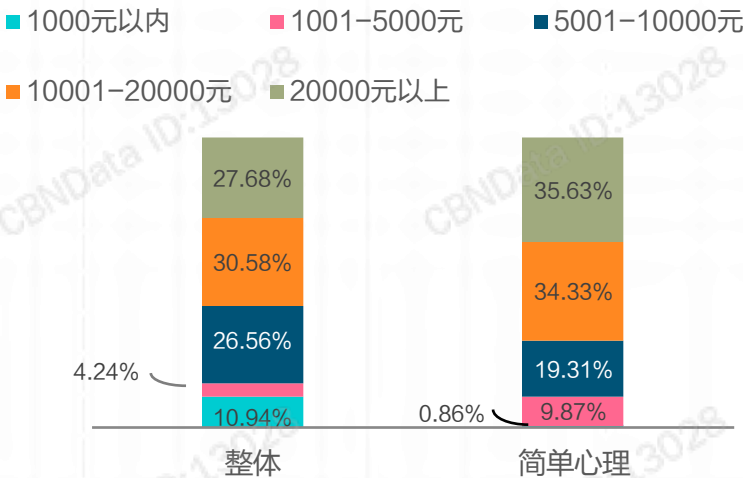
心理咨询师需要持续投入大量的时间、精力和花费不断提升自我。  
84.47%心理咨询师平均每周用于心理咨询学习的时长在5小时以上，其中29.38%学习超10小时以上。84.82%心理咨询师每年用于心理咨询专业学习的费用超过5000元，其中27.68%花费在20000元以上。75.80%心理咨询师每年用于督导的花费超过1000元，其中33.65%以上花费超过10000元。

对比平均数据，简单心理平台心理咨询师在继续学习方面，有更强的意愿和更多花费。

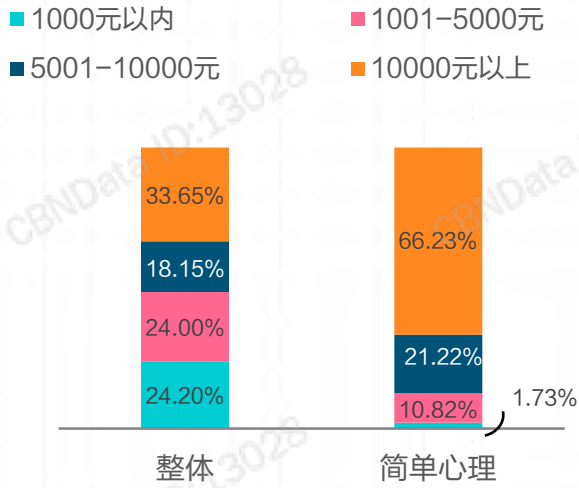
心理咨询师每周用于心理咨询学习的时间分布



心理咨询师每年用于专业学习的费用



心理咨询师每年用于督导的花费

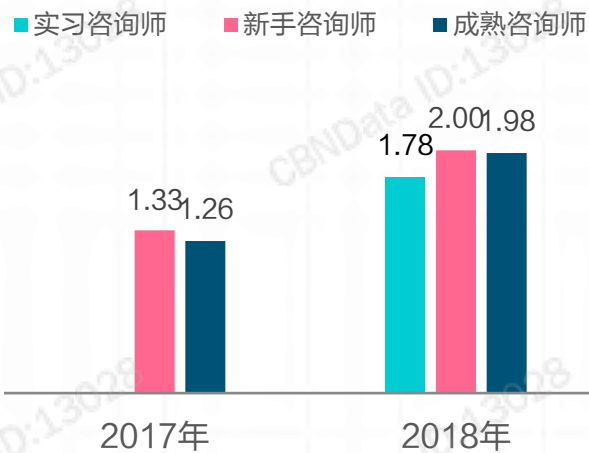


数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研，样本量为552；简单心理数据来自抽样调查简单心理的300位心理咨询师

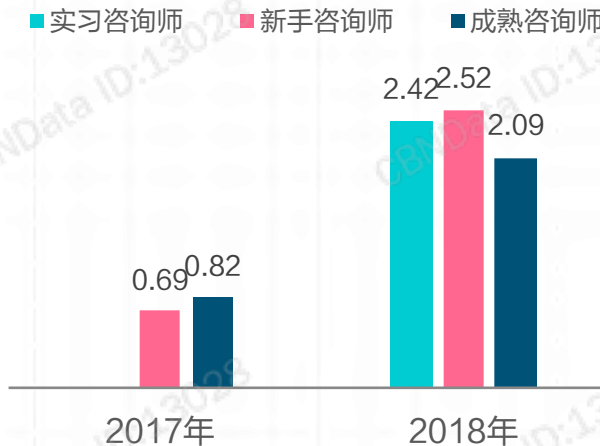
## 不同阶段的心理咨询师持续学习方式偏好/差异

从2018年简单心理平台的年审（备注：简单心理每年对于平台心理咨询师更新继续教育学习情况的监管）数据中可见，新手咨询师参加培训次数更多，今年平均增加2个系统培训（包含已结束及在读），2.52个短期工作坊；对于督导的选择中，实习咨询师更偏好团体督导，平均每月接受近5.62小时团体督导，3.60小时个体督导，而成熟咨询师使用朋辈督导的比例较高，每月进行3.63小时朋辈督导。

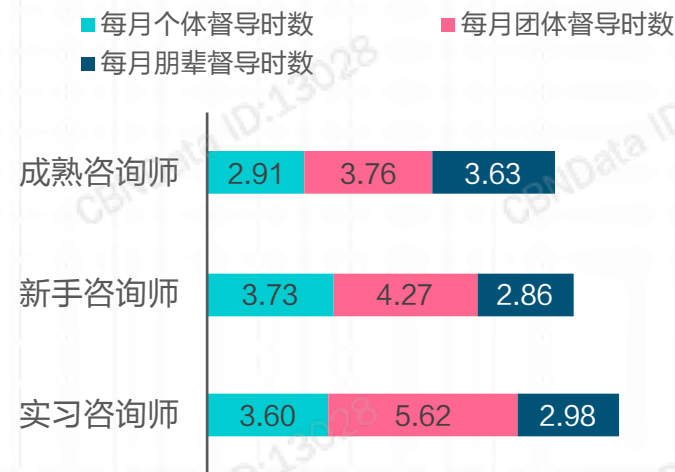
不同阶段心理咨询师每年平均参加长程培训个数



不同阶段心理咨询师每年平均参加短期工作坊个数



不同阶段心理咨询师平均每月接受不同督导时长



数据来源：简单心理咨询师运营管理部门选取并整理的300位平台心理咨询师的年审数据



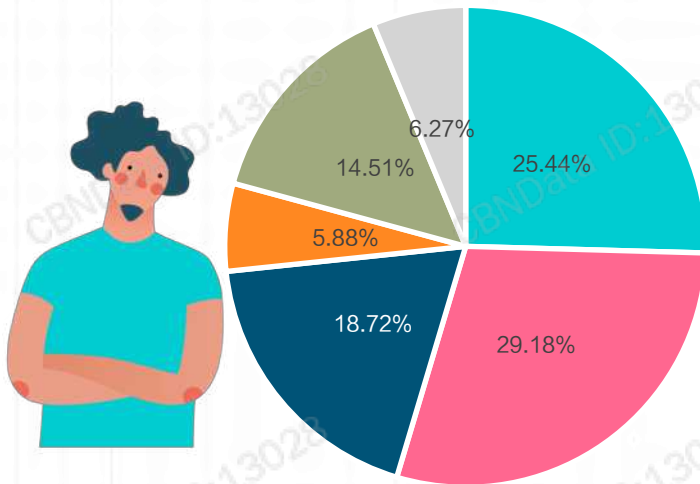
## 心理咨询师的执业压力现状

心理咨询师这项职业，被称为“最孤独的职业”。在当前法律法规、行业规范和专业支持系统有待完善的阶段，心理咨询师执业面临较多压力。

问卷调研结果显示，如何稳定获得来访者（25.44%）、专业胜任能力（29.18%）和危机个案压力（18.72%）是心理咨询师执业的三大难题。

心理咨询师执业压力分布

■ 如何稳定获客的压力 ■ 专业胜任力的压力 ■ 危机个案的压力 ■ 工作场所不稳定 ■ 孤独的感觉较大 ■ 其他



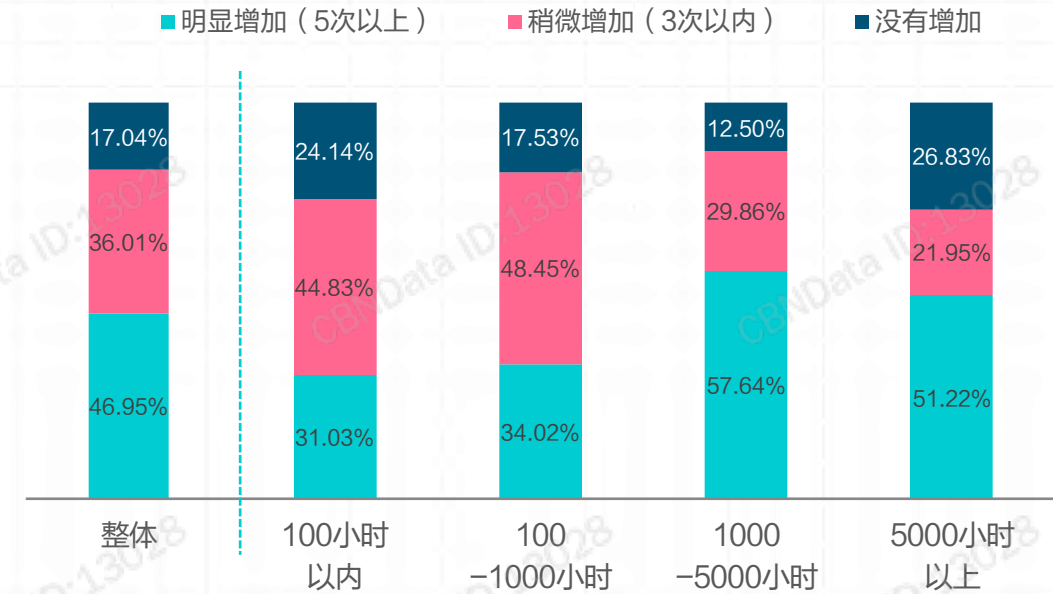
数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研，样本量N=552



# 互联网平台对心理咨询师个案量及收入的影响

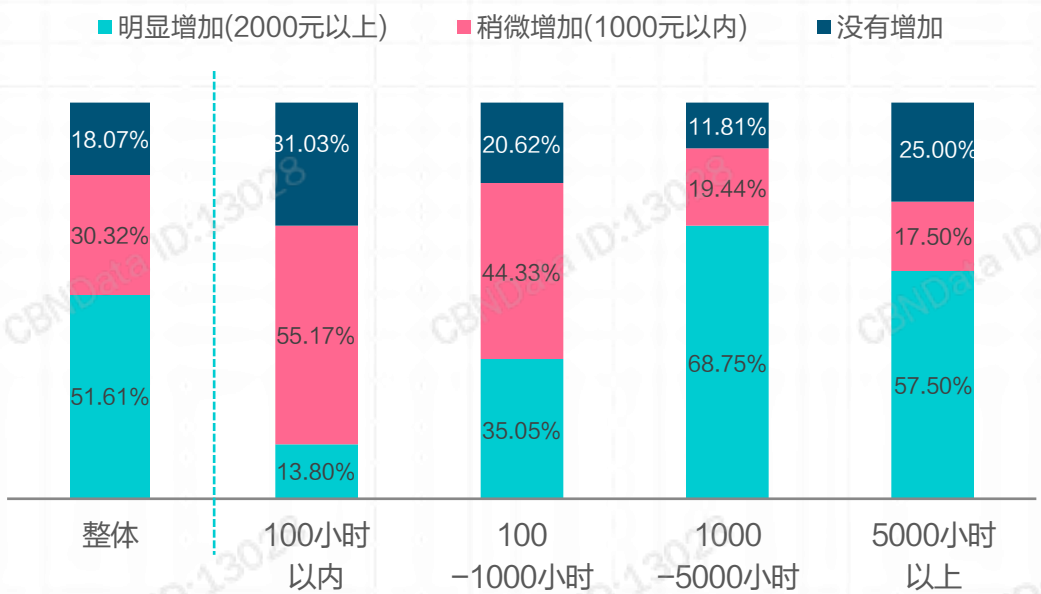
基于调研数据，不论新手/成熟心理咨询师，入驻互联网平台后个案量和收入有明显增加。  
大约50%左右的心理咨询师表示，入驻互联网平台后，平均每月个案量有了5个以上的明显增加，月收入有了2000元以上的增加。

心理咨询师每月个案量影响



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研中，其中具备互联网心理咨询执业经验310人

心理咨询师每月收入影响



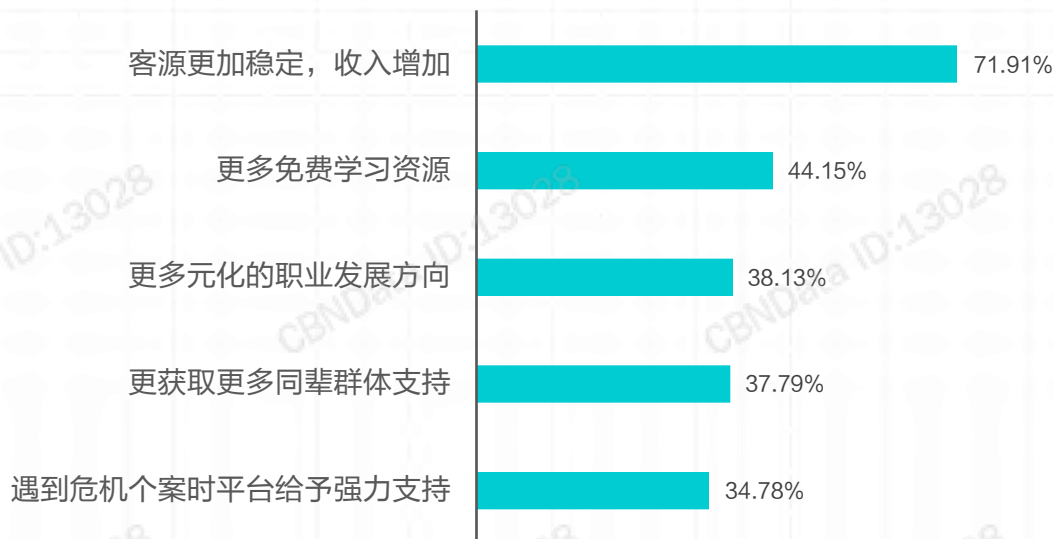
数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研中，其中具备互联网心理咨询执业经验310人

## 互联网平台对心理咨询师执业带来的变化

借助互联网在信息传递、资源/知识共享等方面的优势，互联网平台为心理咨询师的执业提供多方面支持。

依据调研情况，71.91%的心理咨询师表示，入驻互联网对于自己个案增加有帮助，也有心理咨询师表达入驻互联网对于获取更多免费学习资源（44.15%）、获得多元化的职业发展方向（38.13%）、更多同辈支持（37.79%）、危机支持（34.78%）方面都有明显帮助。

入驻互联网平台对心理咨询师的执业支持分布



数据来源：2018年11月面向心理咨询师群体的问卷调研中，其中具备互联网心理咨询执业经验310人

以简单心理为例，平台为心理咨询师提供的执业支持包括（不限于）：

### 心理咨询师执业支持系统：

- **线上执业系统：**包含心理咨询预约系统、咨询助理等；
- **个案管理：**心理咨询师通过简单心理平台为来访者发送了6498封督促来访者去精神科就诊的相关协议、2095封安全承诺协议等，尽力保障来访者得到相关的支持和诊疗；
- **危机干预支持：**由84位心理咨询师组成的简单心理危机后援团，为平台心理咨询师提供危机支持，共同抵御危机带来的极端困境；
- **法务相关支持**

### 心理咨询师同济社群、职业拓展：

- **朋辈小组：**简单心理为咨询师组织朋辈督导小组，共计125人参与，开展210次朋辈督导，互助成长；
- **职业拓展：**简单心理共有139位心理咨询师参与平台组织的EAP咨询服务、讲座、授课等专业工作，丰富职业发展。


### 专业成长资源：

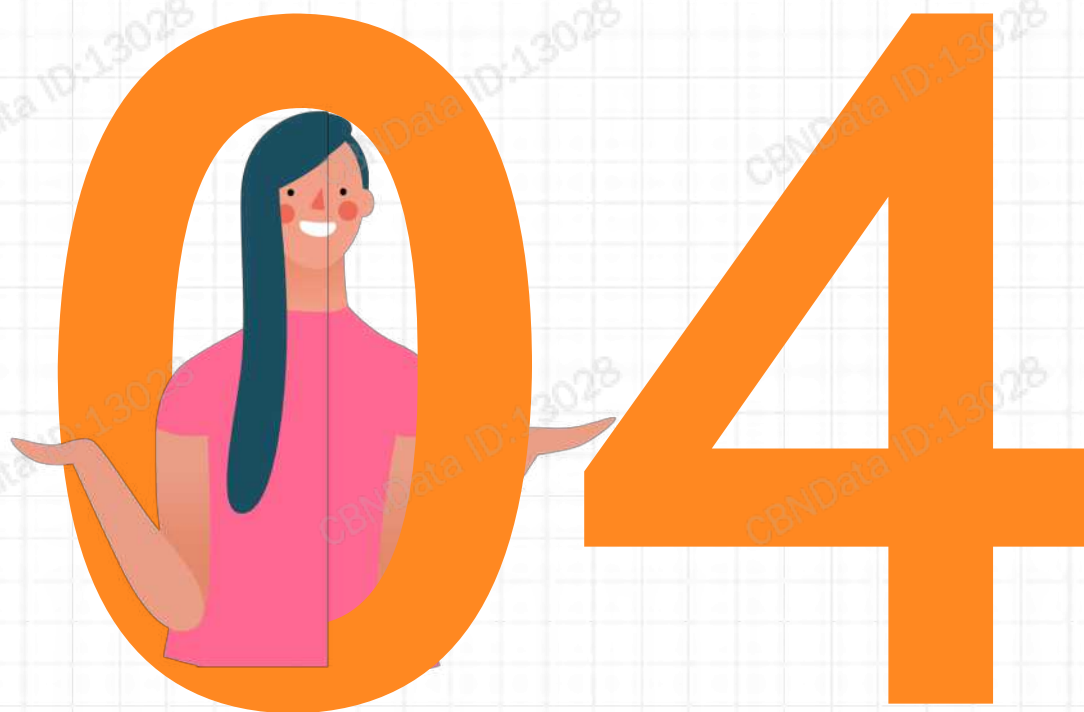
- **专业管理支持体系：**由简单心理专业委员会、年审机制、督导反馈机制等多方面构成；
- **专业成长补贴：**简单心理为实习、新手心理咨询师提供督导补贴，共计325200元；
- **免费学习资源：**“1000场公益心理讲座计划”，至今提供300余场线上、线下公益讲座，主题涵盖心理科普和心理咨询专业技术等。

数据来源：简单心理咨询咨询师运营管理部门

## 专家解读

心理咨询师的专业水平决定了心理咨询的专业性。关于“如何评定心理咨询师的专业性”、“如何培养具备专业能力心理咨询师”，来自北师大心理健康服务中心的专家认为：

- 
- 心理咨询是一门非常看重实操能力的专业，需要数百甚至上万小时的实践积累才能锻炼出一个比较有专业胜任力的咨询师。仅用标准化测试来区分鉴别从业人员的专业度，对来访者的利益保护是不够的。在取消心理咨询师资格证考试后，高校（学界）、机构（业界）和管理机构（政府）应该加大良性互动来培养专业化的人才，确保心理咨询师在专业基础、实践和伦理等各方面的胜任力。
  - 新手咨询师的临床经验最重要的来源，是接触第一手的真实个案，在有充足保护和督导的环境中，通过咨询来演练各种技术并得到成长。同时，在此过程中，探索个人的咨询兴趣点，接待各种不同年龄段（儿童青少年、成人、老年）、不同咨询方式（个体、家庭、团体）、或者不同主诉（个人成长、亲密关系、情绪问题等）的来访者，强化自己的技术多样性和风格灵活性，才能为建立整合的咨询风格提供坚实的基础。



# 心理咨询行业 趋势及展望



关键词：

专业人才培养、轻量心理服务、标准更趋规范化



## 趋势一：国内心理咨询师队伍有待壮大，专业机构为行业持续输送优秀人才

我国心理健康服务体系尚不完善，专业人员严重不足，截止到2017年底，全国精神科医师3.34万人，心理治疗师仅有约6000人，约120万的获证心理咨询师中，仅有三四万人在从事心理咨询专职或兼职工作，心理咨询师缺口多达130万人。



行业的健康持续发展，离不开专业人才的持续输出。关于“专业心理咨询师的培养现状”、“未来专业人才培养方向会怎样”，来自北师大心理健康服务中心的专家认为：

- 心理咨询本质上最重要的治疗工具是咨询师，所以人员的专业性是保障心理咨询有效性的关键。
- 目前咨询师培养模式分为学历教育 and 非学历教育。学历教育主要以硕士项目为主，多为师徒制，每年毕业人数有限，且总体缺乏系统的专业训练；非学历教育以短期培训班为主，缺乏系统的理论和实践训练，培训质量也良莠不齐。
- 要解决我国心理咨询师供不应求的局面，需要从根本上建立系统、完善的咨询师培养体系，包括学历教育、继续教育、专业资质认证与监管体系等，从而推动行业朝着有序、健康的方向发展。目前学历教育正在不断完善和发展壮大中，此外，市面上也出现了一些连续、系统的、参照学历教育开设的培训。

信息来源：中国心理卫生协会主办的第十一次全国心理卫生学术大会

## 学历教育项目示例：北京师范大学心理学部应用心理学临床与咨询心理专业硕士项目

北京师范大学心理学部响应国家和社会需要，于2016年设立了学制2年的非全日制应用心理专业硕士（MAP）临床与咨询心理专业方向。该方向以培养能够独立开展工作的心理咨询师为目标，以心理咨询师的核心胜任特征模型为培养框架，遵循临床与咨询心理专业人才的教育原则和模式，培养具备较强临床与咨询心理学职业伦理、理论素养和实践技能的应用型高级专业人才。

截至2018年11月，共有183名学生进入培养项目，其中2016年65人，2017年58人，2018年60人，报考录取比例约为5:1。其中2016级毕业生现已毕业，70%毕业生从事心理咨询相关行业的工作。

项目培养从课程、论文、和实习三个方面来进行人才培养：



### 课程

以心理咨询师胜任力特征为设计目标；包含心理学基础课+专业基础课+专业选修课，硕士阶段的课程不强调流派，学生要掌握咨询与治疗各流派的主要理论基础，掌握咨询过程的基本方法和技能。重视伦理、多元文化以及为多元人群服务。



### 论文

在传统科研型论文类型外，专门为本方向学生制定了个案研究的论文形式，强调实务能力的考核；培训案例写作，规范论文要求。



### 实习

见习100小时+实习100小时+督导100小时；满足中国心理学会临床心理学注册工作委员会的要求；是本项目最核心的内容，也是学生学习的重点。

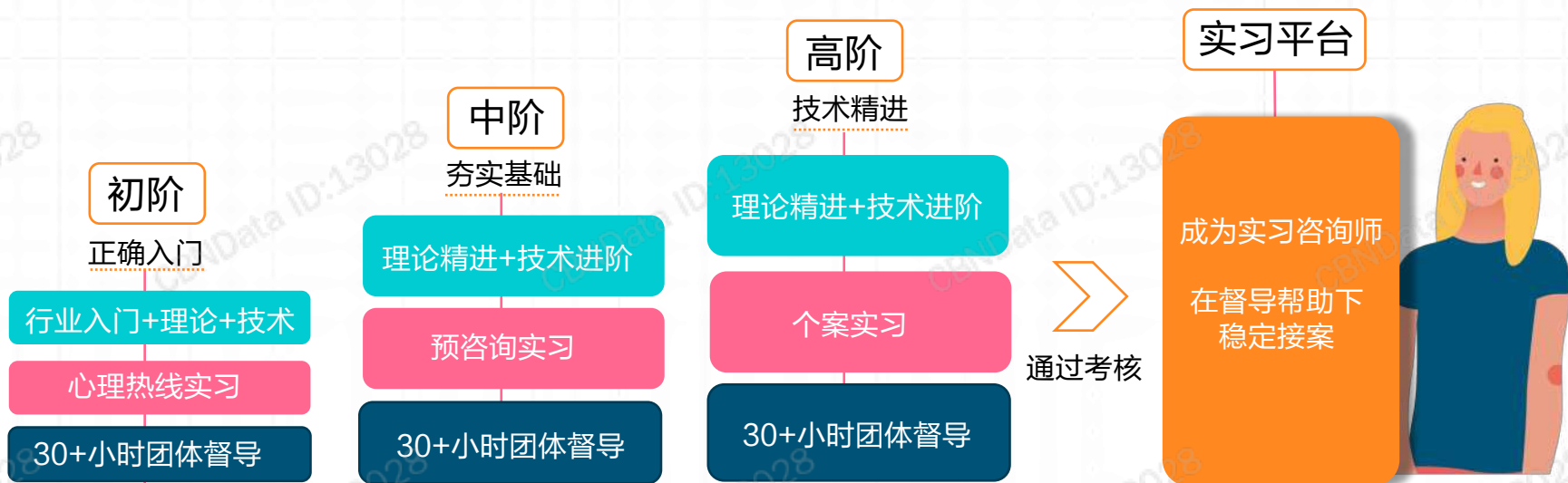
注：该项目每年限额培养，但逐渐受到更多考生认可，报考人数逐年提升，录取分数逐年提升（2016年310分，2017年322分，2018年345分），学习费用提升至19.8万（两年）。

## 非学历教育项目示例：简单心理Uni心理咨询师培养计划

简单心理Uni，致力于为心理咨询师的成长铺设道路。2016年中旬启动了“心理咨询师培养计划”，调研了数十家欧美、台湾高校硕士班培养课程，设计了简单心理Uni心理咨询师培养计划的2年课程。

该课程共持续2年，每周2次线上小班直播授课，3类不同实习逐级递进，全程配合督导。学员毕业后，通过考核可进入“简单心理实习咨询师平台”，在督导带领下提供心理咨询，逐渐走上心理咨询师执业道路。

截至2018年11月，已有超500人参加该培养计划。其中，已经毕业的63位学员中，94%顺利进入实习平台开始心理咨询实习（包括实习咨询师和学员咨询师）。

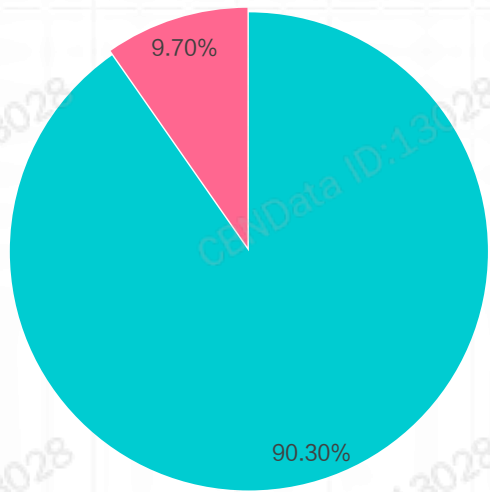


## 趋势二：大众心理帮助突破“咨询范畴”，专业的轻量心理内容产品获得青睐

更为轻量的心理内容类产品，受到更多人欢迎。调研显示，超过90%的人愿意为心理内容类产品付费，其中心理学相关书籍、音频/视频和互联网课程是最受欢迎前三产品。简单心理内容付费部门统计数据显示，对比上一年度，2018年52%的简单心理付费用户在心理内容类产品上增加了花费。

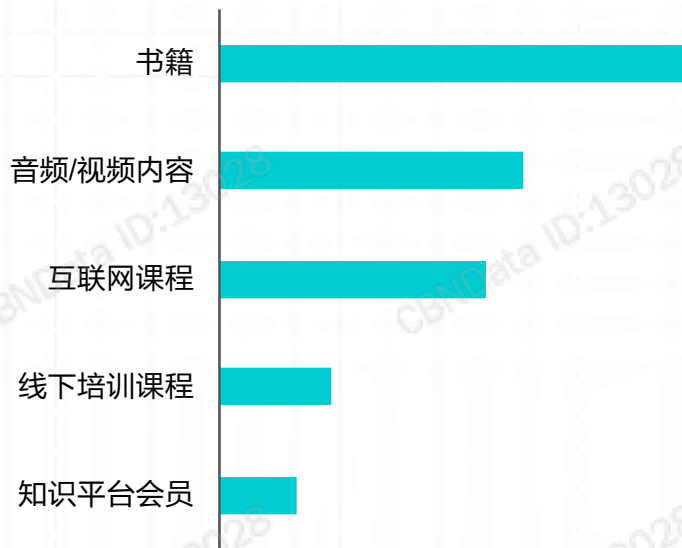
你是否愿意为心理知识产品付费？

愿意 不愿意



数据来源：2018年11月面向大众的问卷调查，样本量  
N=1266

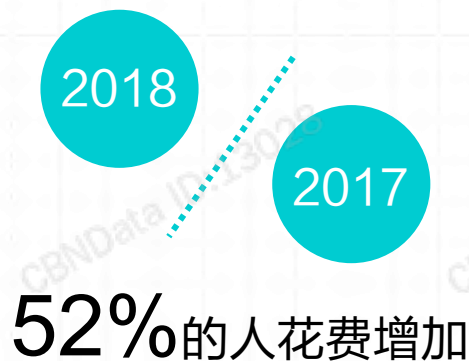
你购买过哪些心理类知识产品？



数据来源：2018年11月面向大众的问卷调查，样本量  
N=1266

大数据·全洞察

2018 VS 2017



数据来源：简单心理平台内容付费部门



## 多种轻量级心理内容产品推出，备受年轻人的青睐

以简单心理为例，自2017年起，推出多项轻量级心理专业内容和服务，受到用户青睐。

2014

2014.11

简单心理开启公益讲座计划，持续线上线下进行免费心理公开课，至目前超过300场。

2017

2017.2

简单心理Uni·南希精神分析读书会上线，同期数千人共同在线研读。

2017.10

人人可学的心理咨询课程—Seed课程上线，上千人通过学习理解自身、建立职业起步。

2017.12

简单心理情绪训练营上线，第一个线上半自助式心理帮助工具，目前已有6大不同主题训练营上线。

2018

2018.1

心理大咖公开课上线，业内大咖心理咨询师讲解俄狄浦斯期、人格面具、家庭治疗、倾听、释梦等主题。

2018.5

简单心理自助训练上线，第一个完全自助的心理帮助工具。

2018.6

简单心理共读上线，第一个心理读书社群，至今研读主题包括《精神分析引论》、《揭开情绪密码》、《读懂人生脚本》等。

2018.6

第一季《中美精神分析与心理治疗》公开讲座上线，第一个心理咨询视频系列公益讲座，数万人同期参加，至今已开办三季。

2018.9

简单心理线下中心「心室」正式面向公众开放，更丰富主题的课程、讲座、活动等持续开展。



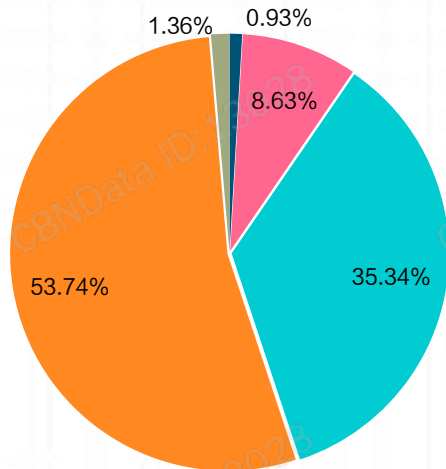
数据来源：简单心理

## 90后是课程付费主要群体，他们更偏爱入门级课程

依据简单心理平台的抽样统计，内容类产品付费人群中90后占比过半（53.74%）。简单心理平台上90后用户最喜爱的课程分别为情绪训练营、《精神分析引论》读书会 and Seed课程等入门级课程。

2017.10-2018.10 不同代际为课程付费人数占比

60后 70后 80后 90后 00后



数据来源：对简单心理平台内容产品付费用户的随机匿名抽样，N=1000

90后最喜爱课程前三名

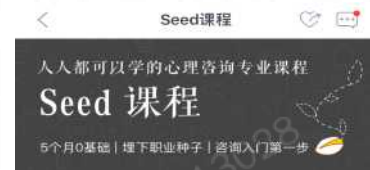
**No.1**  
第一名 售价199



**No.2**  
第二名 售价59



**No.3**  
第三名 售价3520



数据来源：对简单心理平台90后内容产品付费用户的随机匿名抽样，N=1000

## 趋势三：心理咨询服务标准及内容趋于规范化，专业及市场共同探索心理服务新定义

随着心理咨询行业的发展，多类“心理服务”不断涌现，如何规范“心理服务”的内容、边界及服务标准，是心理咨询行业后续发展的重要命题，决定后续心理服务行业的走向。行业协会、业内专家，也将协同一线企业，结合市场反馈共同探索心理服务的新定义。

大众		咨询师&学习者群体	
线上	心理测评 心理咨询 心理热线 心理问答 心理知识付费	线上	咨询师培训 咨询师执业工具 心理咨询师内容付费产品
	线下		线下
心理沙龙 心理体验活动 个人成长团体		团体督导 地面培训&工作坊 大咖讲座 实习场地 专业沙龙	



## 线下心理类活动受到大众喜爱

以简单心理·心室活动为例，简单心理·心室坐落于北京三里屯，自2018年9月正式面向公众开放。每周这里都会举办面向公众、心理咨询学习者、心理咨询师的的活动。包含行业大咖的讲座分享、心理咨询专题讲座、心理咨询师带领的电影赏析、心理剧、故事客栈、自我探索的心理小组等。



- 1.【心室·放映厅】存在人本治疗师 Mark Yang带领《泰坦尼克号》赏析
- 2.【心室·戏剧夜】德国Gali戏剧带你《成为自己》
- 3.【心室·大咖课】罗洛·梅获奖者艾琳博士的讲座
- 4.【心室·讲座厅】WABC带你走进艺术治疗
- 5.【心室·故事客栈】被猫疗愈的故事





## 关注我们



简单心理



北京师范大学心理学部  
心理健康服务中心



第一财经商业数据中心



# COPYRIGHT DECLARATION 版权声明

■ 本数据报告页面内容、页面设计的所有内容（包括但不限于文字、图片、图表、标志、标识、商标、商号等）版权归上海第一财经数据科技有限公司及北京竹间科技有限公司共同所有。

凡未经版权所有人书面授权，任何单位或个人不得复制、转载、重制、修改、展示或以任何形式提供给报告发布方之外的第三方使用本数据报告的局部或全部的内容。

任何单位或个人违反前述规定的，均属于侵犯版权的行为，版权所有人将追究其法律责任，并根据实际情况追究侵权者赔偿责任。

## ABOUT US 关于我们

视觉设计：邹文佳 黄雅琴  
联系我们：Data@dtcj.com  
商务合作：BD@dtcj.com  
加入我们：JOB@dtcj.com

## 第一财经商业数据中心介绍：

第一财经商业数据中心（CBNDATA）是基于大数据进行智能化商业研究咨询与整合营销传播的战略数据平台，依托阿里巴巴和第一财经的优势资源，拥有全球最大消费数据库和中国最大的财经全媒体集群。第一财经商业数据中心（CBNDATA）以商业数据报告/微报告、数据指数、定制化咨询等为核心产品，输出消费行业的全景分析以及面向企业和消费者的深度数据洞察；同时通过数据可视化、原生内容、活动、视频/直播等形式拓展数据研究的业务边界，丰富数据商业化的应用场景，以数据加媒体的倍增效应，全面提升中国商业世界的运行效率。



CBNDATA

第一财经商业数据中心

# 大数据 · 全洞察