ICS 03.100.01

A 02

|  |
| --- |
|  |

团体标准

T/XXX XXXXX—XXXX

|  |
| --- |
|  |

情感咨询师职业技能要求

Occupational skill requirements of emotional counselors

点击此处添加与国际标准一致性程度的标识

|  |
| --- |
|  |
|  |

XXXX - XX - XX发布

XXXX - XX - XX实施

中国中小商业企业协会   发布

目  次

目次

[前  言 2](#_Toc8849)

[1 范围 3](#_Toc31746)

[2 规范性引用文件 3](#_Toc32669)

[3 术语和定义 3](#_Toc12345)

[4 情感咨询师基本要求 4](#_Toc27278)

[5 情感咨询师职业技能等级划分 4](#_Toc7108)

[6 情感咨询师准入要求 4](#_Toc22903)

[7 情感咨询师职业资格要求 5](#_Toc5775)

[8. 情感咨询师职业鉴定要求交流与分享 5](#_Toc32290)

[附　录　A （资料性附录） 情感咨询师咨询流程及工作内容 6](#_Toc1056)

[附　录　B （资料性附录） 情感咨询技巧 7](#_Toc2031)

[附　录　C （资料性附录） 情感咨询工具 9](#_Toc32565)

前  言

本标准按照GB/T 1.1－2009给出的规则起草。

本规范由中国中小商业企业协会风险管理工作委员会提出。

本标准由中国中小商业企业协会归口。

请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别这些专利的责任。

本标准起草单位：XXX

本标准主要起草人：XXX

情感咨询师职业技能要求

1. 范围

本标准规定了情感咨询师的执业技能等级、执业资格要求、执业环境条件、职业能力特征职业技能鉴定要求。

本标准适用于情感咨询师职业技能等级的评定与管理。

1. 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件心理咨询师评定标准（标准号），仅注日期的版本适用于本文件。凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

丹尼尔·戈尔曼（Daniel Goleman）《情绪智商》

1. 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

* 1. 情感咨询服务 Emotional Counseling Service

为用户提供解决职场压力、社交压力、婚恋情感、家庭关系等问题的服务

* 1. 情感咨询师 Emotional Counselor

运用情感咨询以及相关学科的专业知识，遵循情感咨询原则，通过专业的技术与方法，为用户提供关系管理、情感疏导及婚恋情感问题咨询工作的专业人员。

* 1. 正面情绪 Positive emotion

人的积极情绪，包括开心、乐观、自信、欣赏、放松等。

* 1. 负面情绪 Negative emotion

人的消极情绪，包括焦虑、紧张、愤怒、沮丧、悲伤、痛苦等

* 1. 情绪管理 Emotion Management

通过研究个体和群体对自身情绪和他人情绪的认识及控制，从而使个体和群体保持良好的状态的方法。

1. 情感咨询师基本要求
   1. 情感咨询师职业道德
2. 保密原则：对用户所有咨询内容均应保密，不得泄露，拥有保密豁免权。
3. 理解信任原则：情感咨询师对用户的语言、行动和情绪等要充分理解，帮助用户分析原因并提供解决方案。
4. 尊重原则：尊重用户的需求和选择权利，允许用户选择继续或中止咨询。
5. 中立原则：情感咨询师应对用户谈话中涉及的道德问题保持中立，不作评判。缺乏防控风险的
6. 守时原则：咨询师必须按照预约时间到位，不能随便失约，未经对方同意不能单方面改变预约时间。
7. 豁免原则：当用户有自杀倾向时，咨询师可违反保密原则，告知家属用户的精神状态。
   1. 情感咨询师工作要求
8. 情感咨询师不应与客户产生咨询关系之外的情感链接，一旦产生链接，立刻终止咨询。
9. 情感咨询师在情感咨询期间，不应引导用户作出重大决定，诸如退休、调换工作、退学、转学、离婚等。
10. 情感咨询师不应对用户进行道德评判，无论用户做出任何决定，情感咨询师保持中立。
11. 情感咨询师职业技能等级划分

情感咨询师职业资格分为三级：

职业资格三级（初级情感咨询师）；

职业资格二级（中级情感咨询师）；

职业资格一级（高级情感咨询师）。

1. 情感咨询师准入要求
   1. 三级情感咨询师执业资格准入要求(具备以下条件之一者）

三级情感咨询师执业资格准入要求如下：

1. 本科及以上学历；
2. 大专以上学历，经情感咨询师三级正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书。
   1. 二级情感咨询师执业资格准入要求(具备以下条件之一者）

二级情感咨询师执业资格准入要求如下：

1. 本科以上学历，经情感咨询师二级正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书；
2. 取得情感咨询师三级职业资格证书，连续从事情感咨询工作满3年，经情感咨询师二级正规培训达规定标准学时数，并取得结业证书者。
   1. 一级情感咨询师执业资格准入要求(具备以下条件之一者）

二级情感咨询师执业资格准入要求如下：

1. 具有硕士以上学位，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，且连续从事心理咨询工作满3年；
2. 取得情感咨询师二级职业资格证书，经情感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工作满3年。
3. 情感咨询师职业资格要求
   1. 情感咨询师职业工作要求

要求掌握咨询流程及工作内容（见附录A）

* 1. 情感咨询师职业技能要求
     1. 三级情感咨询师职业技能要求

1. 要求掌握至少25个以上（含25个）情感技巧（见附录B）；
2. 要求掌握5个以上（含5个）情感咨询工具（见附录C）。
   * 1. 二级情感咨询师职业技能要求
3. 要求掌握至少35个以上（含35个）情感技巧（见附录B）；
4. 要求掌握8个以上（含8个）情感咨询工具（见附录C）。
   * 1. 一级情感咨询师职业技能要求
5. 要求掌握至少50个以上（含50个）情感技巧（见附录B）；
6. 要求掌握13个以上（含13个）情感咨询工具（见附录C）

中小企业应在企业内部建立有效信息系统，融合外部信息收集与内部信息流转，强化内部各部门、流程的信息共享机制。

1. 情感咨询师职业鉴定要求交流与分享

取得相应等级的证书。

3. （资料性附录）  
   情感咨询师咨询流程及工作内容
4. 1填写信息
5. 2用户需要填写情感相关信息便于咨询师提前了解用户基本信息；
6. 3心理状态评估 ：在评估过程中如果发现用户有自杀倾向或器质性病变抑郁症应持续这次咨询，结束后与其家属反馈情况。建议去医院就医。
7. 4语音咨询或者面询：通过对话形式更加深入了解用户工相关信息：
8. 5语音咨询：通过电话或者语音通话的形式了解用户工具体情感情况
9. 6面询：面对面了解用户具体情感情况
10. 7使用“情感咨询”咨询工具：探索用户目前遇到的问题状况，帮助咨询师理清逻辑；
11. 8使用“情感咨询”理论技巧：帮助用户缓解目前的情感困惑；
12. 9制定情感咨询计划 ：根据用户情况制定情感咨询计划。

15. （资料性附录）  
    情感咨询技巧

1 修炼高情商：高情商可以解决人们亲密关系中的大部分问题，在提升感情能力的同时也让人们在生活、工作的领域获得更多的幸福体验。

2 高价值展示：在情感的不同阶段需要展示不同的高价值让对方对你产生好感。

3 不可得性：掌握如何创造不可得性，让人们更渴望一段爱情。

4 情话：说情话会让人们的感情更加和谐。

5 撒娇：会撒娇的人在感情中可以更加幸福。

6 情绪价值：提供情绪价值，使人们的感情更加和谐。

7 “作”：怎么“作”能“作”出情趣，让人们的感情充满愉悦感。

8 正确沟通：遇到矛盾时人们可以通过正确有效的沟通成想要的目标。

9 吵架方式：有技巧的吵架可以变成一门增进人们感情的艺术。

10 不可取代性：创造“不可取代性”在感情中有获得更多主动权。

11 谈彩礼：怎样谈彩礼可以在一定程度上让人们在美好的状态下进入到婚姻。

12 相亲：通过相亲找到理想伴侣的方法。

13 感情中的肢体与面部语言：从人们的面部表情和肢体语言中判断此时人们的心理动态。

14 职场情商课：职场中的润滑剂，使人们在职场中更加得心应手。

15 婚恋规划：人们的婚恋需要一个计划，更容易获得幸福。

16 认识异性的方法：帮助人们扩大社交圈，在择偶中获得更大选择权。

17 兴趣指标IOI：人们在对一个人产生好感时，身体上所散发出的一种信号。

18 BHR ：通过心理上的推拉，使人们的情绪产生波动。

19 情感上升三角：在感情掌握情绪波动的规律。

20 欲情故纵：以退为进的保护感情的方式

21 需求感：在感情中的不同阶段，释放不同程度的需求感。

22 假性付出：在感情中人们通过小范围的先行付出，可促进人们的感情发展。

23 示弱：人们在感情中的示弱，可以更容易获得人们的保护欲。

24 舒适感：在感情中创造舒适感，让人们的关系更加稳定

25 引导投资：引导人们为人们投资可以增加感情中的沉没成本

26 二次吸引：通过神经元的工作原理，帮助恋人再次在一起

27 挽回期间的断联：断联可以减少人们在对方心目中的负面印象，重拾爱人心。

28 朋友圈建设：经营好朋友圈可以让获得人们的关注

29 挽回方案：面对不同的分手原因有不同的挽回方法，让人们破镜重圆。

30 制服负面情绪：找到情绪的突破扣拥有情绪的自控力，减少对人们感情的危害

31 通过吵架提出要求：把吵架变成有效沟通，让人们的感情升温。

32 灵魂伴侣：当人与人之间的共同语言越来越多，人们可以达到精神上的高度契合。

33 平衡工作与家庭：在不同的环境中及时切换不同的身份，可以让人们家庭事业两不误，“鱼和熊掌”可以皆得

34 婆媳关系：面对不同的婆婆人们需要有不同的应对方法，处理好婆媳关系，让人们的家庭更和睦，夫妻感情更牢靠。

35 经营婚姻：学会用一点点的小技巧，经营人们的婚姻，让婚姻更加幸福美满。

36 三感统一：安全感、危机感、神秘感，掌握这三感的运用技巧，婚姻可以长久甜蜜

37 离婚成本：增加人们对于离开婚姻的成本，可稳固婚姻状态。

38 责任感：培养人们对于家庭的责任感，使人们感情更加和谐。

39 原生家庭和婚姻关系：处理好原生家庭，摆脱原生家庭带来的感情阴影 。

40 家庭关系方位图：家庭关系方位图，让人们明白大家庭与小家庭的关系。方能使婚姻处于 稳定状态。

41 认知互依性：认知互依性能促进亲密关系。

42 夫妻之间的“小秘密”：增加人们互相了解的“小秘密”，让亲密爱人之间有更多的话题。

43 聊天方式：好的聊天方式可以使人们自带幽默属性，变得更受欢迎。

44 默契感：深层次沟通的方法和技巧促使人们之间达成默契，提升人们感情的甜蜜度

45 旅行：在感情的不同阶段旅行都可以修复或升级人们的亲密关系

46 在社交网站脱颖而出：通过“加工”社交资料，获得更多人的关注。

47 内在小孩：可修复原生家庭遗留的问题.

48 提要求公示：如何向人们提出合理要求

49 精力管理：通过管理精力来预防婚姻中出现第三者

50 共情：共情(empathy)，也称为神入、同理心，共情又译作同感、同理心、投情等。通过共情更了解另一半。

3. （资料性附录）  
   情感咨询工具

1 向内探索价值观：用户来咨询时对人们的价值观可能定位不精准，咨询师通过探索价值观的 99 个选项，来帮助用户更加全面细致的了解用户。

2 情感能力海洋球：可以让用户梳理情感能力，在大小不同的海洋球中写入不同的情感能力。

3 情感能力探索：情感能力是人们通过方法掌控感情的能力，如果人们对自己拥有哪些情感能力有疑惑，那可以通过“你期待的感情生活是什么样的？”“这种生活需要你拥有哪一项情感能力”等等…来帮助人们准确判断

4 情感能力事件探索：在咨询个过程中用户认为自己有很多的情感能力，咨询师经过与用户提问，可以判断出是否具有该能力。

5 KSU 情感能力获取法则：通过情感能力探索出用户目前缺乏的能力，如果用户想要获取这种能力咨询师可以帮助用户通过这个方法来获取需要的情感能力，为用户拥有幸福的感情生活打下基础。

6 情感决策平衡单：用户在脱单的过程中出现众多追求者，不知道哪个才是最适合的，可以使用情感决策平衡单帮助用户做出判断。

7 矛盾问题梳理：矛盾问题是指在恋爱和婚姻过程中，两人之间的感情出现了摩擦，具体表现为，关系越来越冷淡，争吵越来越多，这时用这个工具可以帮人们了解问题的根源，以及之后该提升哪项情感能力让人们的感情恢复甜蜜。

8 控制需求量表：针对用户错误地估计了自己在人们心目中的位置，以至于用户对对方需求感过高或过低的状态进行评估，快速帮助用户分析到自己的问题所在。

9 信息评估四象限：用户在遇到自己无法解决的问题来咨询时，咨询师通过快速拆解，分析用户的复杂问题，帮助用户更加了解自己现在的困惑。

10 提问技术：针对咨询师不清楚的问题向用户发问，使用开放式、封闭式、联想式、循环式的提问，更加细致了解用户的问题和需求，为更好提供咨询服务、打下坚实基础。

11 PN模型：通过一边咨询一边用 PNF 模型记录过去、现在、未来三个时段用户的问题，帮助咨询师快速找到用户的核心问题 。

12 行动助力模型：用户在咨询后可能会遇到缺乏行动力的问题，咨询师通过帮助用户制定目标，细化达成目标的每一步，帮助用户在后续的实践中明白自己要做什么怎么做。

13 情绪应对表：情绪的应对方式与处理方法