

2024

中国心理行业 督导现状报告



咨询师之家



壹心理



前言

- 随着社会的发展和人们心理健康意识的提高，心理行业逐渐成为社会服务领域的重要组成部分。心理咨询督导作为提升咨询师专业能力、保障服务质量的关键环节，其作用日益凸显。本报告旨在全面分析当前心理行业督导的现状、挑战与机遇，并提供行业发展的建议和策略。
- 本报告首先定义了心理咨询督导的基本概念，并回顾了其发展历史。认可以及强调了督导对于心理咨询工作的重要性，希望“无督导、不咨询”的工作理念可以深入人心。随后，报告详细介绍了受督咨询师的用户画像以及督导行为、督导师画像、胜任力分析以及人才培养。通过对行业数据的深入分析，我们识别了影响督导发展的关键因素，并基于此提出了一系列切实可行的建议。
- 本报告的目标受众包括心理爱好者、心理咨询师、督导师、行业管理者、心理平台以及政策制定者，旨在为他们提供决策支持和行业洞察。在研究过程中，我们采用了定量和定性相结合的方法，包括数据分析、问卷收集及分析，以确保报告内容的准确性和深度。
- 在报告的后续章节中，我们将详细展示数据分析结果以及基于调研的关键发现和建议。我们希望本报告能够为心理行业督导的持续发展和改进提供有价值的参考。
- 最后，我们要感谢所有为此报告形成参与调研的每一位心理咨询师和督导师，你们的专业知识和宝贵意见对本报告的完成至关重要。我们也期待督导在心理行业的普及，和大家一起见证这个行业健康发展。

CONTENTS

目录



PART 01

心理行业 督导发展概况

03-07

PART 02

受督咨询师 群体特征分析

08-27

PART 03

督导师群体 特征分析

28-50

PART 01

心理行业 督导发展概况

本章以壹心理对行业内相关报告的数据梳理、调研和总结为基础，总结当前行业发展概况的同时，也进行了国外与国内与督导有关条例和要求的对比。提倡“无督导，不咨询”的工作理念。

1.1 国际与中国心理行业督导发展

1.2 督导对于咨询师的价值

▶ 中国心理行业督导发展历程彰显了其逐步专业化与规范化的趋势,深受国内外心理咨询理论与实践的影响。

自20世纪末起

伴随心理咨询行业的兴起,督导作为一种指导和监督心理咨询师的关键机制被引入中国,并在高校与研究所中进行了初步尝试。

2007年

中国心理学会通过其“临床与咨询心理学专业机构与专业人员注册系统”,正式发布了首套督导师注册标准与督导伦理规范,标志着中国心理督导进入了标准化与规范化的新阶段。自此,各地心理咨询协会与专业机构纷纷开展督导培训,学术界亦投入更多精力研究符合中国国情的督导理论与实践方法,为督导工作打下了坚实的理论基石。

步入21世纪初

部分心理咨询专业协会或机构开始举办了系统性的督导培训计划,例如中德班、中挪班培训。为行业输送了首批高素质的督导师,提升整个行业的服务质量。

近年来

随着互联网技术的飞速发展,远程在线督导等创新形式在中国心理督导领域得到了广泛应用,极大地拓展了督导的覆盖范围和实施效率。然而,国内督导体系依然面临督导资源分配不均、督导水平参差不齐以及缺乏统一认证体系等挑战,但总体来看,中国心理行业督导正稳步迈向更专业、规范与多元的发展道路【1】

总之,中国心理督导的发展是一个复杂而渐进的过程,它不仅体现了社会对心理健康服务需求的响应,也反映了心理行业自我完善和提升的内在动力。随着社会对心理健康重视程度的提高和专业体系的不断健全,中国心理行业督导将在未来迎来更为成熟和繁荣的发展阶段。

【1】贾晓明、钱铭怡、樊富珉《心理咨询与治疗督导手册》, 2023

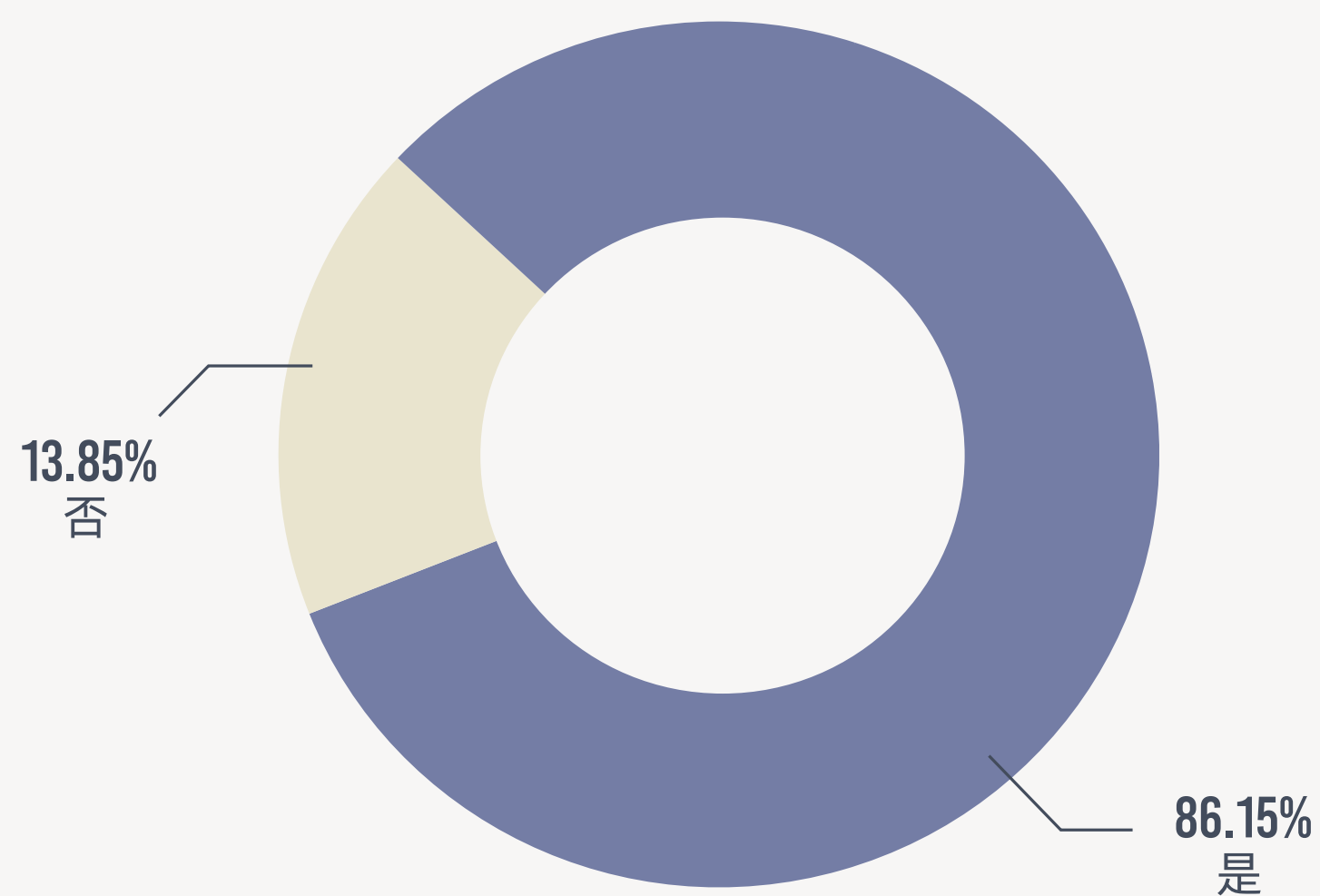
▶ 与欧美国家不同的是，中国对于咨询师的学历要求较低；对于督导时长也无统一要求，远不及欧美国家普及或强制。

主要执业标准与督导条件		美国	英国	日本	中国台湾	中国大陆
职业标准	学历要求	硕士、博士，心理学或相关专业	硕士心理学或相关专业	相对灵活、相关专业	相对灵活、大专以上学历，心理学相关优先，专业协会要求更高	心理学、教育学、医学相关专业
	职业资格考试	NCMHCE考试、NCE考试（州）	BACP认证（英国最大协会）	JPA（日本最重要的教育机构之一）	无统一的职业资格考试，协会考试为主	无统一的职业资格考试，机构培训为主
	继续教育	定期参加（各州规定不一）	定期参加	强调终身学习	每年参加一定学时	定期参加
	临床经验	督导下的实践	督导下的实践	督导下的实践	实习、独立执业积累经验	实习、督导反馈
督导条件	督导时长	获得独立从业资质前（2000小时）需要督导，之后不强制	终身督导	每周至少1小时，持续1-2年	无统一要求、但需要长期规律的督导	无统一要求
	督导内容	个案讨论、理论学习、技能提升、职业发展	案例讨论、技术指导、个人成长	个案学习、理论学习、个人成长	个案学习、理论学习、自我成长	案例讨论、技术指导、个人成长
	督导师资质	心理学或相关领域博士、特定认证（督导认证）、丰富临床经验和督导经验的注册心理学家	BACP认证、丰富的临床经验和督导经验	心理学相关高学历、丰富的临床经验和督导经验	心理学相关学历、丰富的临床经验	心理学、医学等相关专业，丰富的临床经验和一定的督导经验
总结		在欧美，督导制度较为普遍，被视为专业实践的重要组成部分，许多州或国家要求心理咨询师在获得执照前必须完成一定小时数的督导。但是目前中国的督导制度正在逐步建立和推广，还不如欧美国家普及或强制；所以国内仍然需要大力普及以及强化督导的重要性，从而确保心理咨询服务质量以及心理行业的健康发展。				

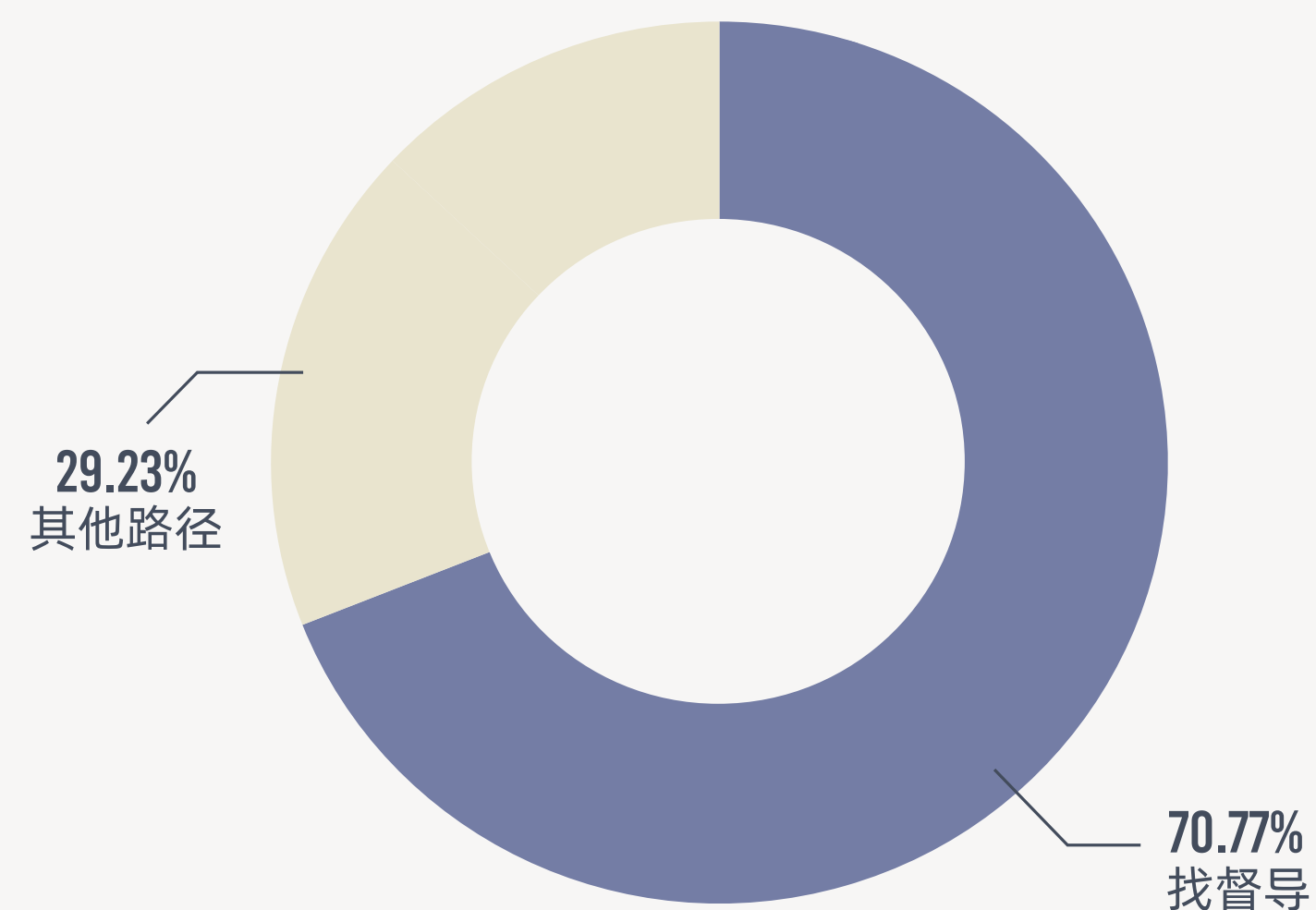
▶ 督导助力咨询师专业成长，是确保心理咨询服务质量的关键因素。

通过对心理咨询师找寻督导的原因调查，86.15%的咨询师认可督导是提升咨询师胜任力的方式，70.77%的咨询师是在接个案遇到困难时开始寻求督导帮助的。

是否认可督导是提升咨询师胜任力的方式



是否接个案遇到困难时开始寻求督导帮助



*咨询师们普遍认可督导的作用，并且有寻求督导帮助的意识。

► 督导能从以下方面为心理咨询师提供切实的帮助。

专业成长 督导为咨询师提供了一个学习和成长的机会，帮助他们提高咨询技巧和专业知识。	经验分享 通过督导，咨询师可以与经验丰富的专业人士交流，学习他们的经验和处理问题的方法。	案例讨论 督导允许咨询师讨论复杂的案例，从不同的视角获得建议和解决方案。	伦理指导 督导帮助咨询师了解和遵守专业伦理标准，确保他们的实践符合行业要求。	风险管理 督导能够帮助咨询师识别咨询过程中的潜在风险，并提供策略来降低这些风险。
情绪支持 咨询工作可能会带来情绪压力，督导提供了一个支持系统，帮助咨询师处理这些压力。	职业认同 通过与督导师的互动，咨询师可以增强对自己职业角色的认同感和自信心。	反馈和自我反思 督导提供了定期的反馈，促使咨询师进行自我反思，从而不断改进实践。	监督和质量保证 督导确保咨询师的工作质量，帮助他们提供高质量的咨询服务。	法律和规章遵循 督导帮助咨询师了解相关法律和规章要求，避免职业实践中的法律问题。
职业发展 督导可以为咨询师提供职业发展的机会，包括晋升、专业认证和继续教育。	应对挑战 在面对职业挑战时，督导可以提供指导和支持，帮助咨询师找到应对策略。	促进创新 督导鼓励咨询师探索新的理论和技术，促进心理咨询领域的创新和发展。	文化敏感性 督导可以帮助咨询师提高对不同文化背景客户的敏感性和适应性。	个人和专业界限 督导教导咨询师如何设定和维护个人和专业界限，以保护客户和自身的福祉。

综上所述，督导不仅是咨询师专业发展的重要组成部分，也是确保心理咨询服务质量和咨询师福祉的关键因素。

PART 02

受督咨询师 群体特征分析

本章节，通过对咨询师之家内部超3000+份用户数据以及近500位用户问卷的综合分析和调研。

深入探讨了2022年-2024年间受督咨询师的群体特征和督导行为分析。

2.1 受督咨询师画像分析

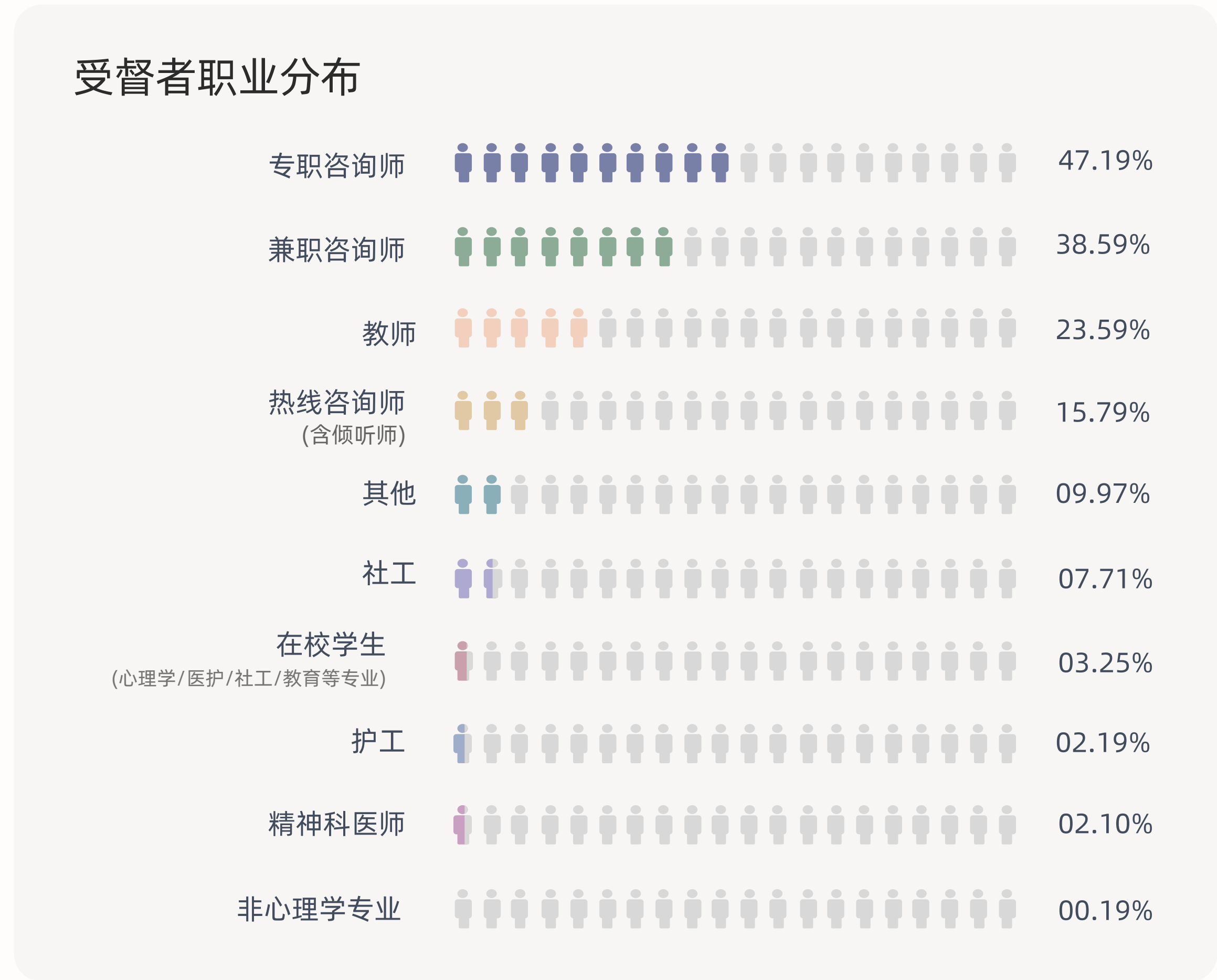
2.2 督导行为特征

2.3 受督咨询师工作难点分析



▶ 受督咨询师职业分布受督者中专职和兼职咨询师占比最大。

- **咨询师：**调查显示，47.19%的受督者为专职咨询师，兼职咨询师也占有相当比例。这表明咨询师群体对专业督导的需求日益增长，以确保服务质量和专业成长。
- **教师：**教师群体在受督者中占有近23.6%的比例，这一数据突显了高校心理咨询师对专业督导的迫切需求，以及高等教育机构对心理健康教育的持续关注。
- **热线咨询师（倾听师）：**倾听师作为新兴职业，在受督者中占有一席之地。与传统心理咨询师相比，倾听师更多地提供倾听和共情服务，但同样需要专业督导以提升其服务质量。
- **精神科医生：**精神科医生职业比例较低，可能与医院系统内部督导资源有关，医院内部的疑难案例讨论会和主任查房等情况会减少对外部督导的需求。

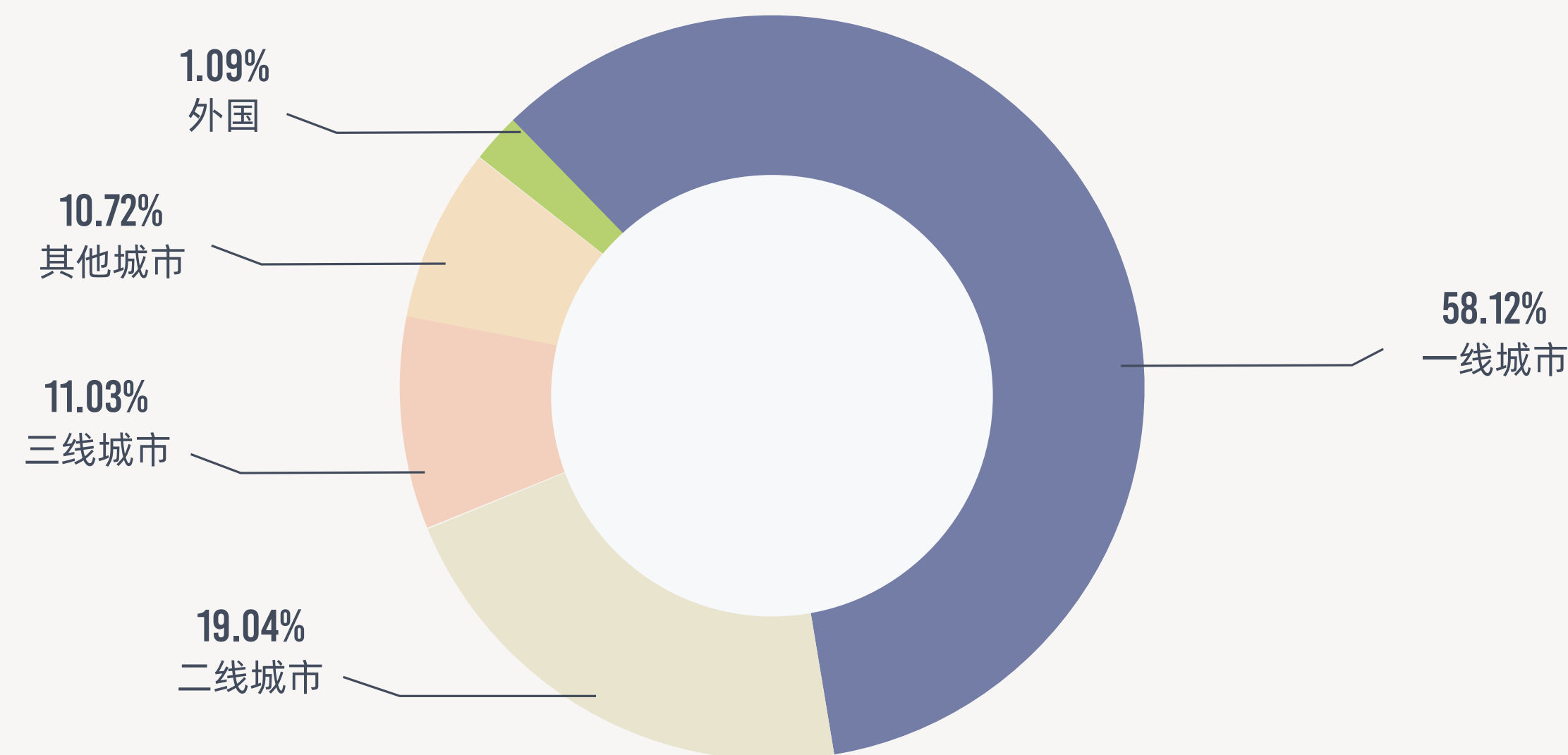


► 一线城市的咨询师占比超过50%。

- 根据咨询师地域分布的统计数据，我们发现一线城市（包括北京、上海、广州、深圳以及15个新一线城市）的咨询师占据了58.39%的显著比例。
- 这一现象可能与一线城市心理咨询大众接受度，咨询师从业所需专业资源、物质资源，经济发展水平以及文化多样性等因素有关。

备注：一线城市指北京、上海、深圳、广州、成都、重庆、杭州、西安、武汉、苏州、郑州、南京、天津、长沙、东莞、宁波、无锡、合肥和青岛共19座城市。（超一线城市4个，一线城市15个）

咨家受督者-地域分布



2.1.3 不同阶段的受督咨询师的受督时长概况

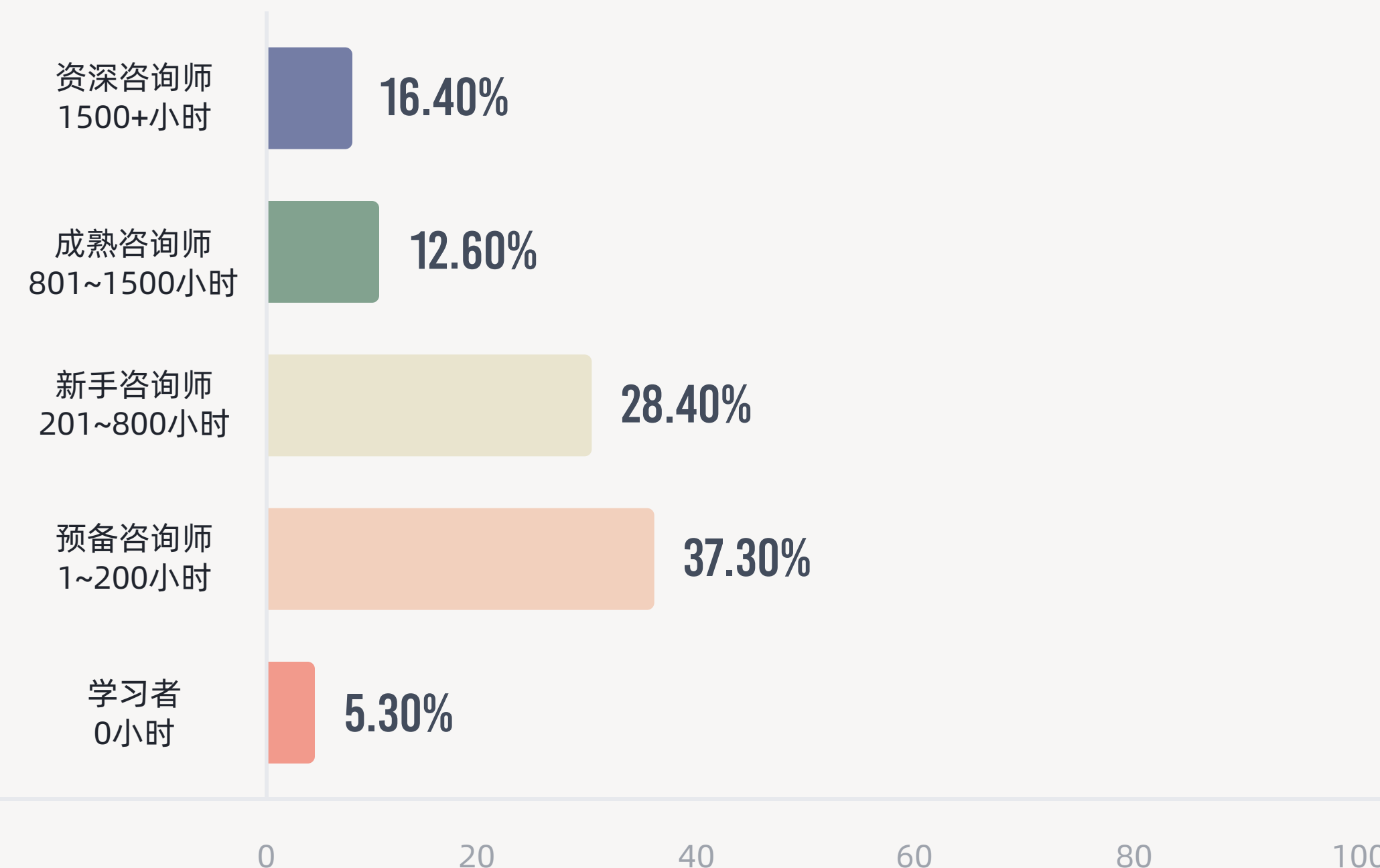


► 对于不同阶段咨询师的划分如下：

- **预备咨询师：**个案时长经验在1-200小时之间，这一阶段的咨询师通常处于职业发展的初期，正在积累初步的实践经验。
- **新手咨询师：**个案时长经验在201-800小时之间，这一阶段的咨询师已经具备一定的实践经验，但仍在不断学习和成长中。
- **成熟咨询师：**案时长超过800-1500小时，这一阶段的咨询师通常已经具备较为丰富的经验和较高的专业胜任力。
- **资深咨询师：**个案时长超过1500小时，这一阶段的咨询师已具备丰富的经验并且会进行督导师、心理讲师等多个职业路径的延伸。

受督咨询师的个案时长分布

*图表单位：%



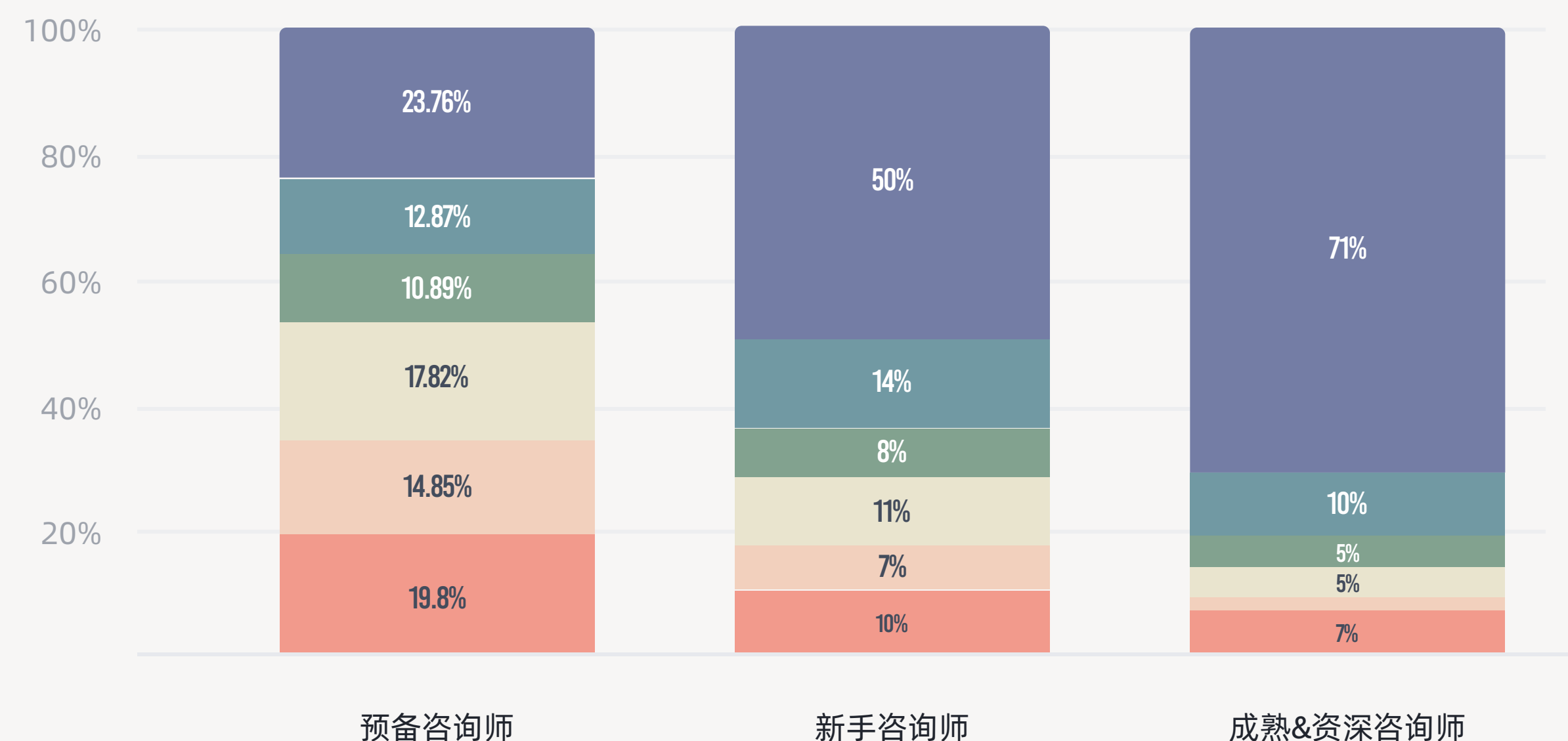
► 随着咨询师的成长，个督的受督时长分布也会随之提升。

综合分析：

- 在预备咨询师群体中，高达36%的咨询师未记录受督时长，这可能意味着他们尚未开始个别督导。对此，相关机构和培训课程应加强督导重要性的宣传教育，以降低客户投诉风险并促进专业成长。
- 成熟咨询师中，超过50小时的受督时长比例最高，与新手咨询师的差异较大。这反映出成熟咨询师倾向于进行更深入的个体督导，以持续提升和维护其专业水平。
- 这些数据强调了不同阶段咨询师对督导需求的差异性，从新手咨询师到成熟咨询师的进阶过程，督导是提升胜任力的重要环节之一，咨询师想完成从新手到成熟的蜕变，也需要不断积累受督时长。

个督受督时长分布

■ 50+小时 ■ 31-50小时 ■ 21-30小时 ■ 11-20小时 ■ 1-10小时 ■ 0小时



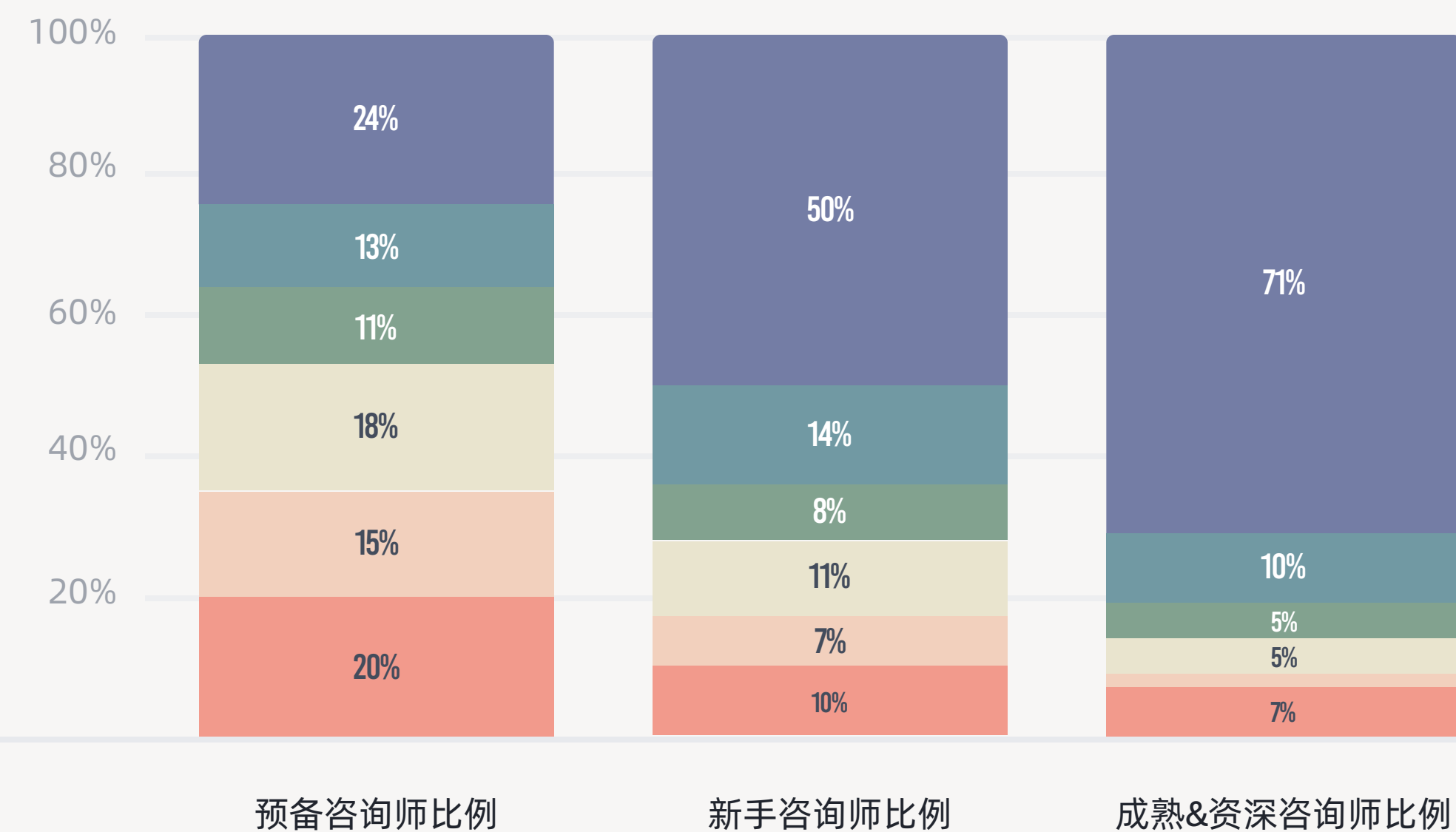
► 成熟&资深咨询师的团督参与度显著高于预备、新手咨询师。

- **预备咨询师：**24%的预备咨询师团督时长达到50小时以上，表明尽管处于职业初期，但已有相当一部分预备咨询师开始重视并实践督导。
- **新手咨询师：**50%的新手咨询师团督时长超过50小时，这一比例介于预备咨询师和成熟咨询师之间，反映出他们在积累实践经验的同时，也在寻求专业成长。
- **成熟咨询师：**71%的成熟咨询师参与团督的时长超过50小时，显示出他们在专业发展上的积极态度和对督导的高度认可。

*我们还观察到，在所有阶段中，都有一定比例的咨询师没有团督时长记录。这可能意味着这些咨询师可能尚未开始参与团督，或者正在寻找合适的督导资源和机会。

咨家受督者-团督受督时长分布

■ 50+小时 ■ 31-50小时 ■ 20-30小时 ■ 11-20小时 ■ 1-10小时 ■ 0小时



- ▶ 从新手到成熟阶段,咨询师在两种督导类型中的受督时长均呈现增长趋势,这反映了随着经验积累,他们对专业成长的持续追求和需求增加。

团体督导

在团体督导中,成熟咨询师的受督时长显著较长,71%的受督时长超过50小时,这表明他们倾向于通过长期督导来持续提升专业水平。

VS

个体督导

个体督导中,成熟咨询师超过50小时的受督时长比例为49%,虽然较高,但低于团体督导,这可能反映了不同督导形式对专业发展的影响差异。

- 预备咨询师和新手咨询师在两种督导类型中无受督时长的比例较高,这可能意味着他们还在寻找合适的督导资源或尚未启动督导过程。

- ▶ 绝大多数咨询师（86.15%）认同督导是提升专业胜任力的关键途径，而大部分（70.77%）在遇到个案挑战时寻求督导支持。

调研揭示，

专业成长和应对个案难题是咨询师寻求督导的主要动因。

此外，工作环境的变化，如政策更新、机构规定或行业趋势，也是促使咨询师寻求督导的重要因素。教育和培训完成后，咨询师也更加认识到督导在持续学习中的作用。

通过深入分析咨询师寻求督导的动机，有助于定制有效的督导服务，例如加入专业课中的督导教育有助于咨询师理解督导价值。

86.15%

督导
提升胜任力的方式

70.77%

个案遇到困境
(比如危机、困难个案)

3%

其他

37.69%

降低
个案脱落率

32.31%

入驻机构
需要督导时数

20.77%

培训
需要

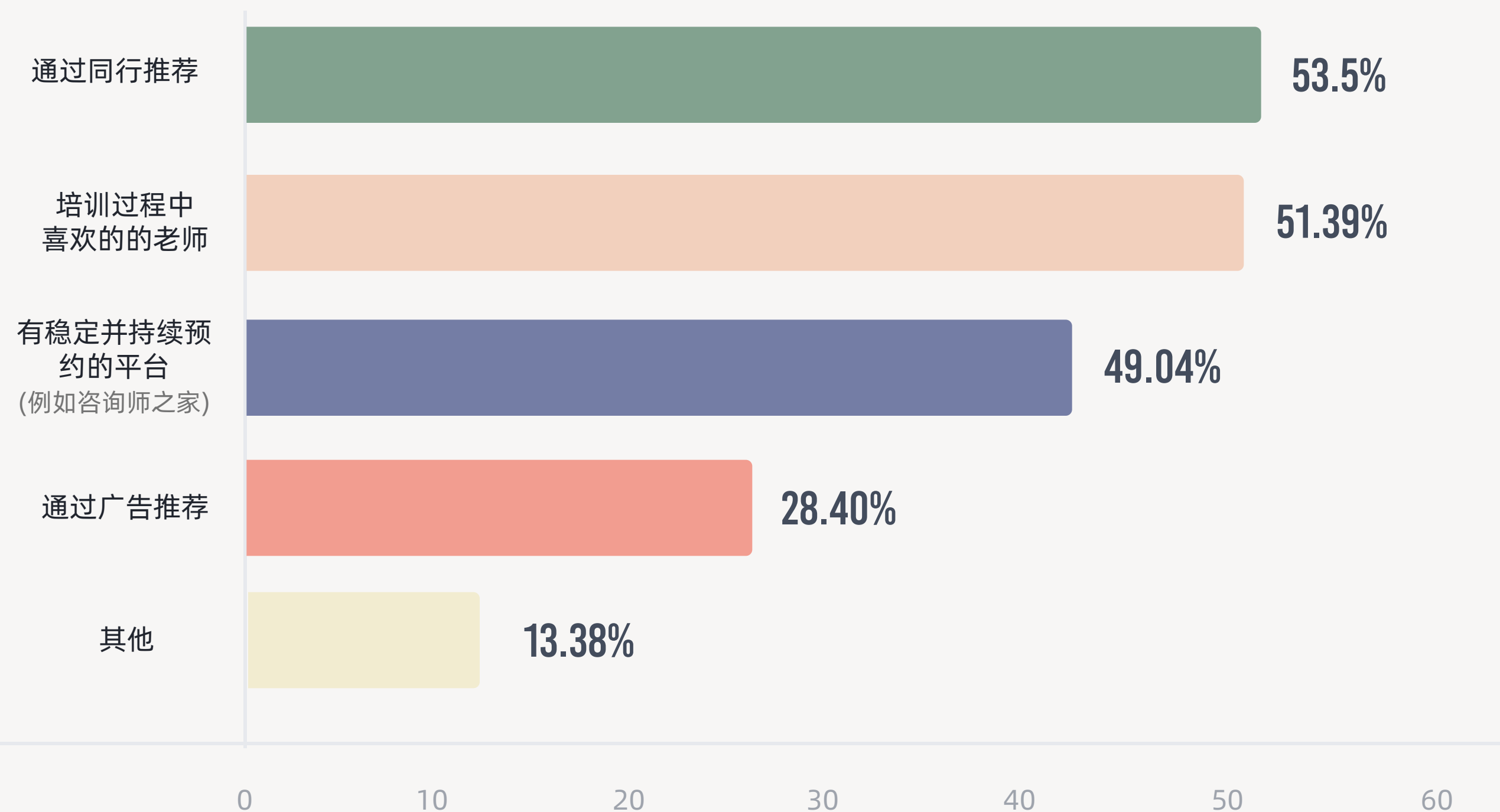
- 在找寻督导的途径和方式上，同行推荐是咨询师们的首选，其次是通过培训课程接触，以及利用督导平台进行预约。

这种差异可能由以下原因导致：

- 随着行业经验的增长，咨询师积累了更丰富的同行资源，使得他们能够更容易地通过同行网络找到合适的督导师。
- 督导预约平台在心理行业较为年轻，在心理行业中尚处于发展阶段，其预约系统和服务质量可能仍在完善之中。

*这些发现表明，随着咨询师对行业资源的熟悉度提高，他们在寻找督导师时的途径选择也会随之变化，而行业平台需要不断提升服务以满足咨询师的需求。

找督导的途径

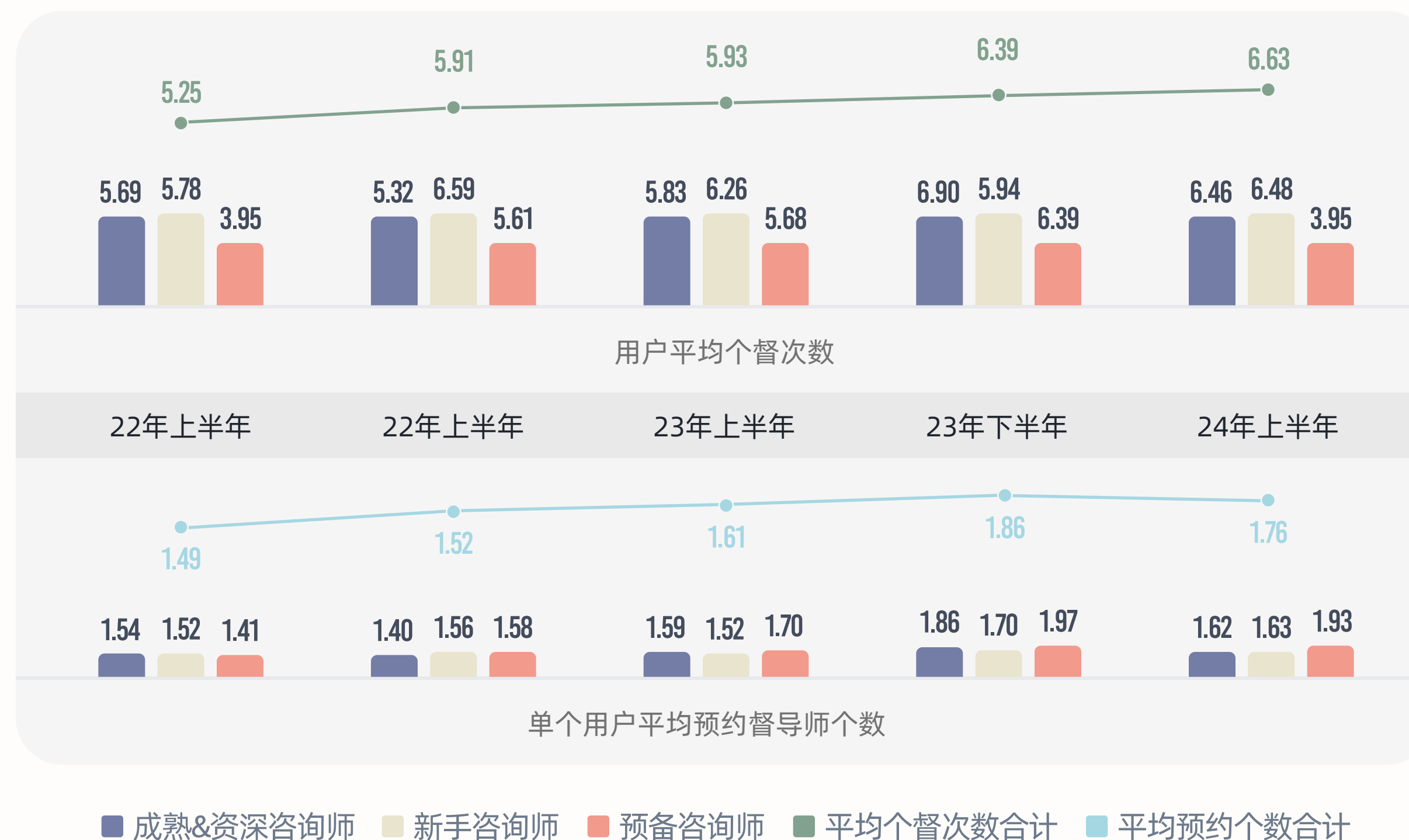


► 咨询师在各个职业阶段参与个体督导的频率及预约督导师的数量均呈上升趋势。

时间趋势分析显示，参与个体督导的用户数量和总次数均呈上升趋势，反映出个督的需求正逐年增长，尤其是2024上半年，用户平均个督次数达到6.63次，表明个督参与频率显著提高。

阶段分析揭示：

- 成熟咨询师的个督参与度和总次数保持稳定。
- 新手咨询师的个督参与度和总次数呈现逐年增长趋势。
- 新手和预备咨询师在2024年的平均预约督导师个数有所提升，表明他们在确定稳定个督老师前，需要经历一定的匹配过程。



*综合来看，随着时间的推移，所有阶段的咨询师都在增加个督的频率和预约督导师的数量，这可能与他们对专业成长的持续需求有关。尽管成熟咨询师的增长不如新手和预备咨询师显著，但他们的平均个督次数维持在较高水平，说明他们对个督的需求依然稳定。

▶ 不同阶段的咨询师在参与团督的次数上表现出一定的波动，但总体来看，团督的参与频率在各阶段咨询师中保持稳定。

阶段差异：

成熟咨询师和新手咨询师的平均团督参与次数略高，这反映出他们在专业发展上的积极态度及对经验积累的需求。

时间变化：

尽管团督参与度总体保持稳定，但2024年上半年，预备咨询师的参与度出现显著增长，这可能意味着他们在职业生涯早期更加主动地寻求团督以支持其专业成长；也有可能因为团督更具性价比的价格特点，也是预备和新手咨询师的选择。

团督用户平均参与次数

■ 成熟&资深咨询师 ■ 新手咨询师 ■ 预备咨询师



► 咨询师在督导选择上，最看重流派取向、督导经验、受训背景以及临床经验。

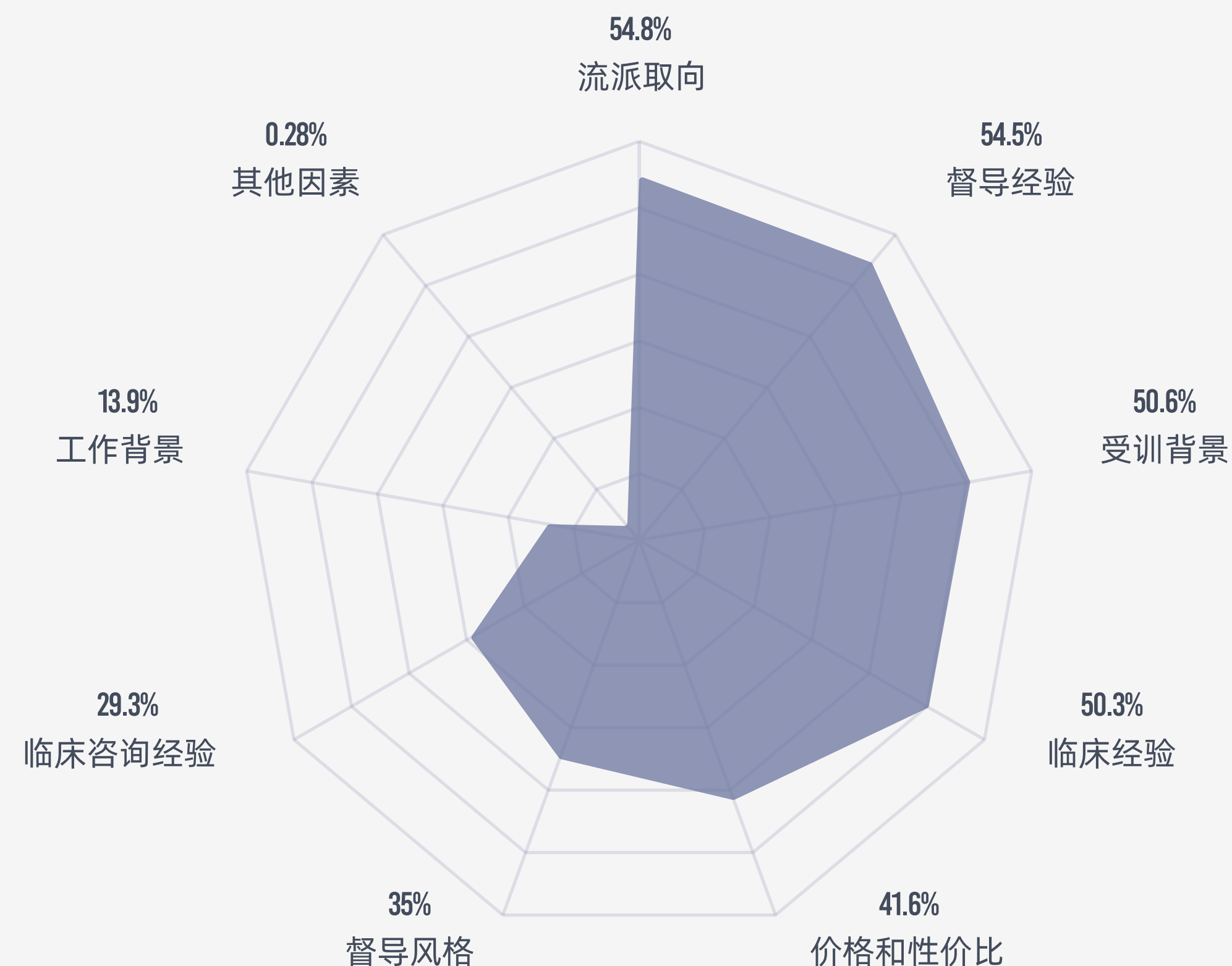
但值得关注的是，近29.3%的咨询师在排序时将督导师是否是临床咨询经验的因素排在了首位。

调研指出：

在挑选督导师时，咨询师首先注重其专业流派和督导经验，认为这关系到督导的专业性和有效性，对自身专业成长极为关键。

同时，他们也考虑督导的受训背景和临床经验，作为其知识与实践能力的体现。

特别地，29.3%咨询师重视督导师是否属于注册系统，可能一方面是对注册系统体系的信任，还可能是为了申请加入注册系统而准备。

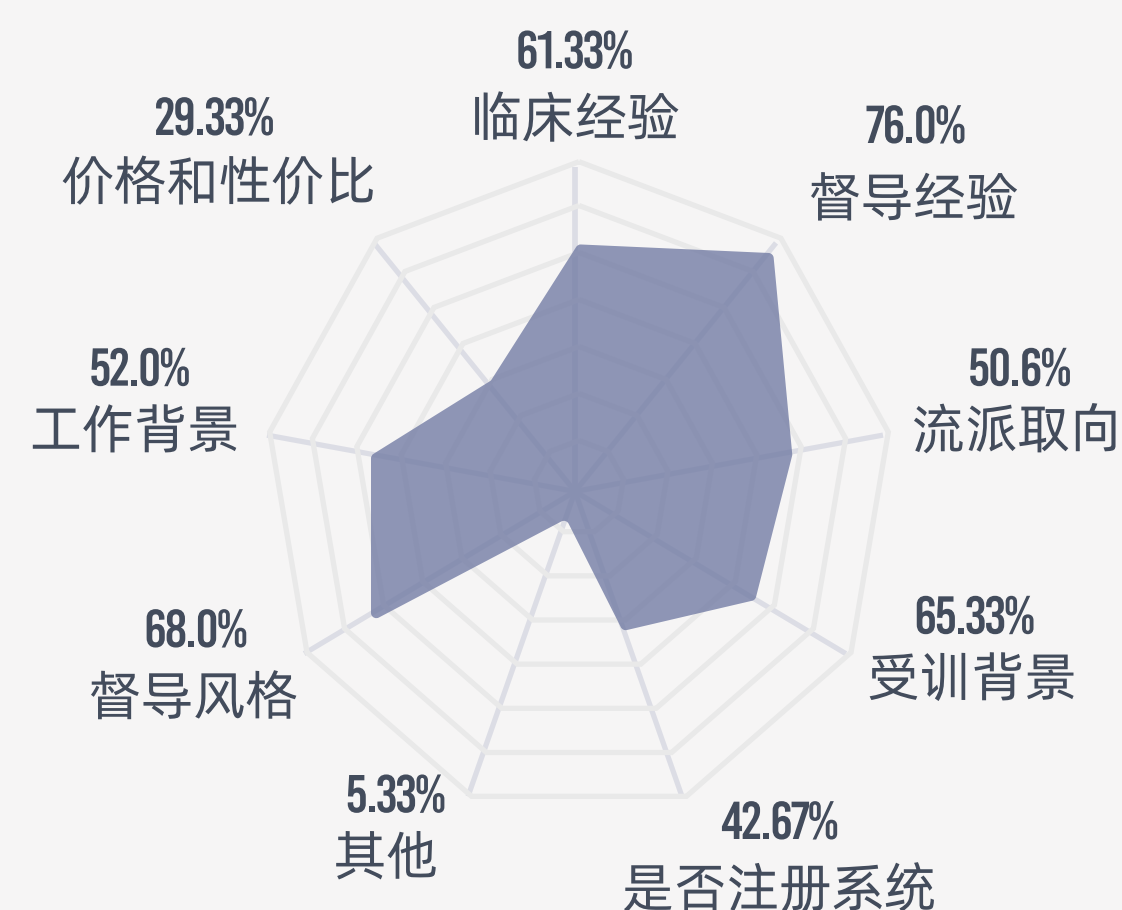


► 不同经验水平的咨询师，在督导师选择上的偏好差异。

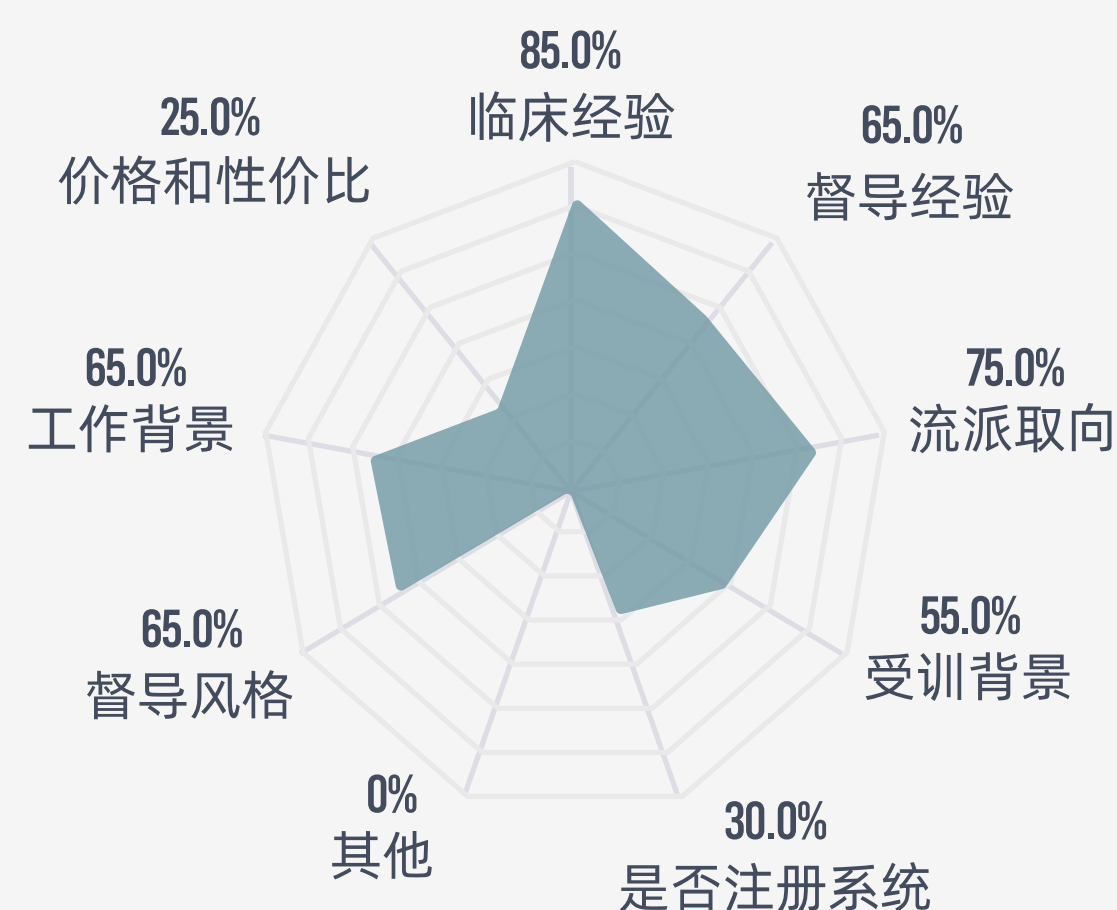
经验较少的咨询师更关注督导经验和价格因素，这可能与他们对成本效益和直接指导的需求有关。

而经验丰富的咨询师则更看重临床经验和督导经验，可能是因为他们面临更复杂的案例，需要资深督导的专业指导，同时也寻求进一步提升专业技能。

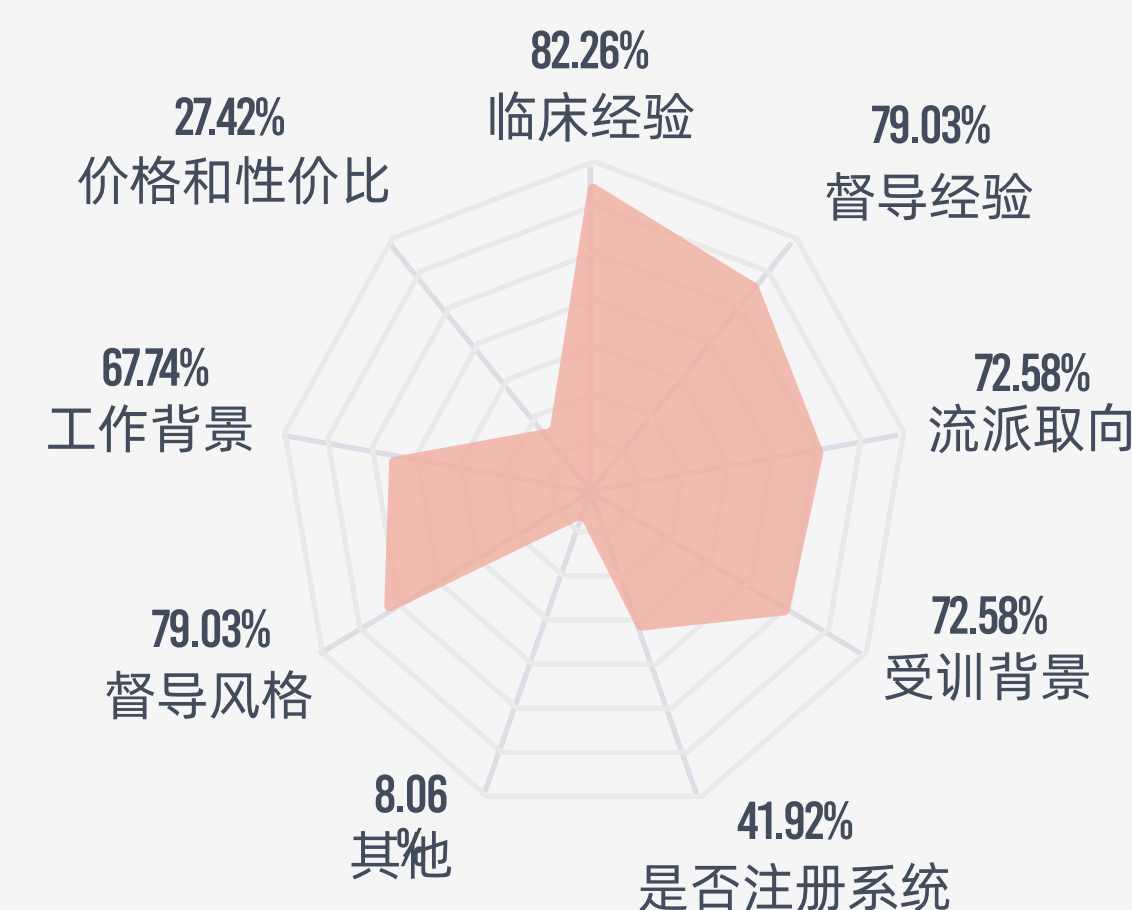
不同阶段咨询师选择督导的考虑因素



新手咨询师



成熟咨询师



资深咨询师

*这表明咨询师随着经验的增长，更加重视获得高水平的专业指导，以满足其日益增长的专业发展需求。

2.2.4 督导的形式:各督导形式的用户偏好



咨询师之家

心榜
PSYTOP

壹心理

► 个督是最受欢迎的督导形式，咨询师的认可度会随着从业时长上升。推荐咨询师通过个体督导提升能力。

交叉分析咨询经验和督导形式偏好显示：

1、无论咨询师经验如何，个督普遍最受欢迎，其次是团体督导（团督）。1v2督导和两者都在进行的选择较少，这可能因为1v2督导是较新的模式，尚未普及。

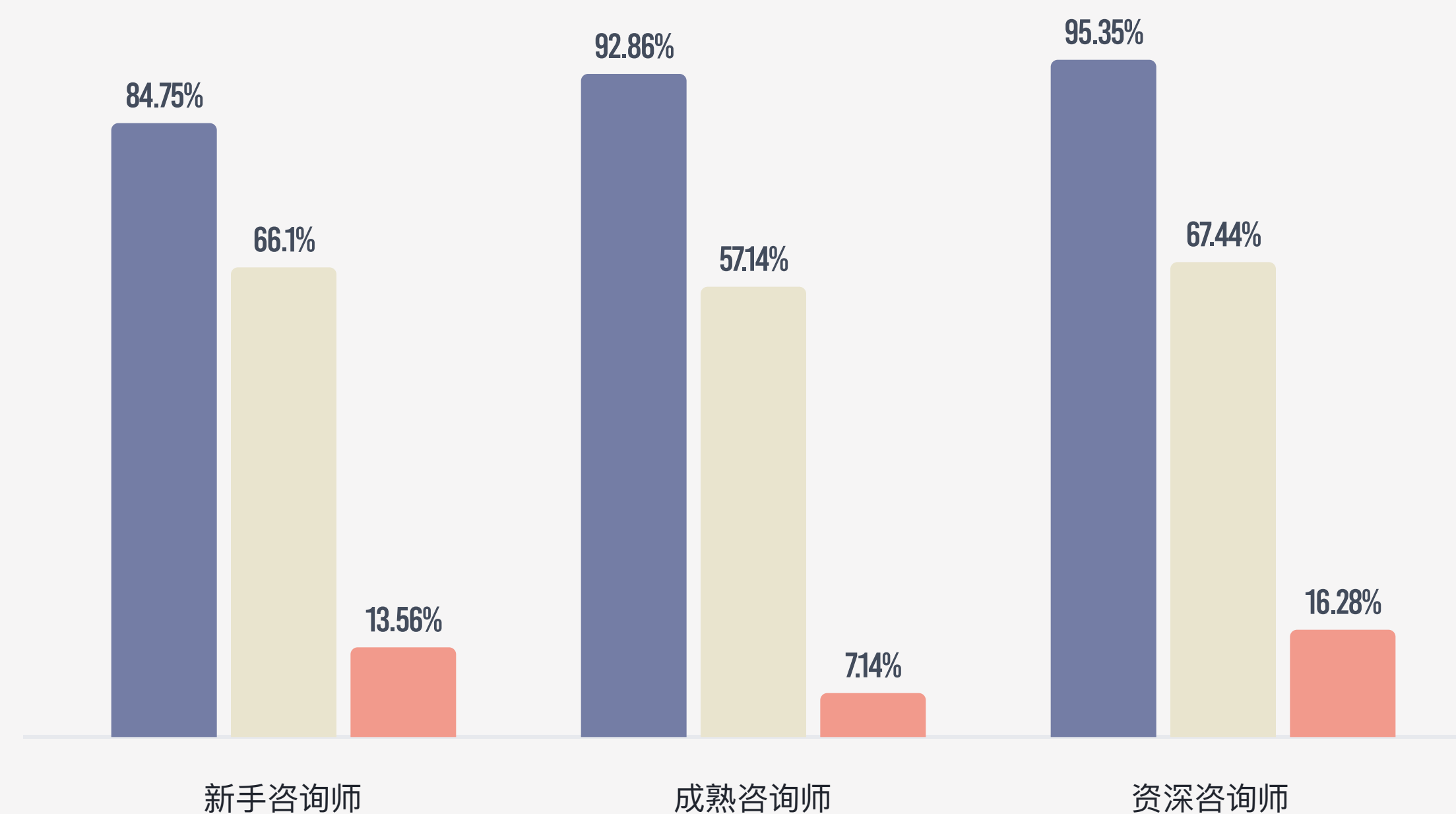
2、咨询师的个案经验显著影响其对督导形式的偏好。

个案时长在200-800小时的咨询师中，84.75%偏好个督；而个案时长超过1500小时的咨询师，这一比例上升至95.35%。

这表明随着经验的增长，咨询师更倾向于选择个督，反映出对个性化指导需求的增加。

受督对不同督导形式的主观偏好情况

■ 个督 ■ 团督 ■ 1v2督导



▶ 个督的人均消费高于团督，随着咨询师经验增长，督导投入增加。

调研显示，个督在每年的平均消费流水都普遍高于团督，这可能也是由于个督价格更高，以及其更个性化的提升能满足受督的专业提升需求。而团督因为周期较长的特点，每年的人均消费整体较为平稳。

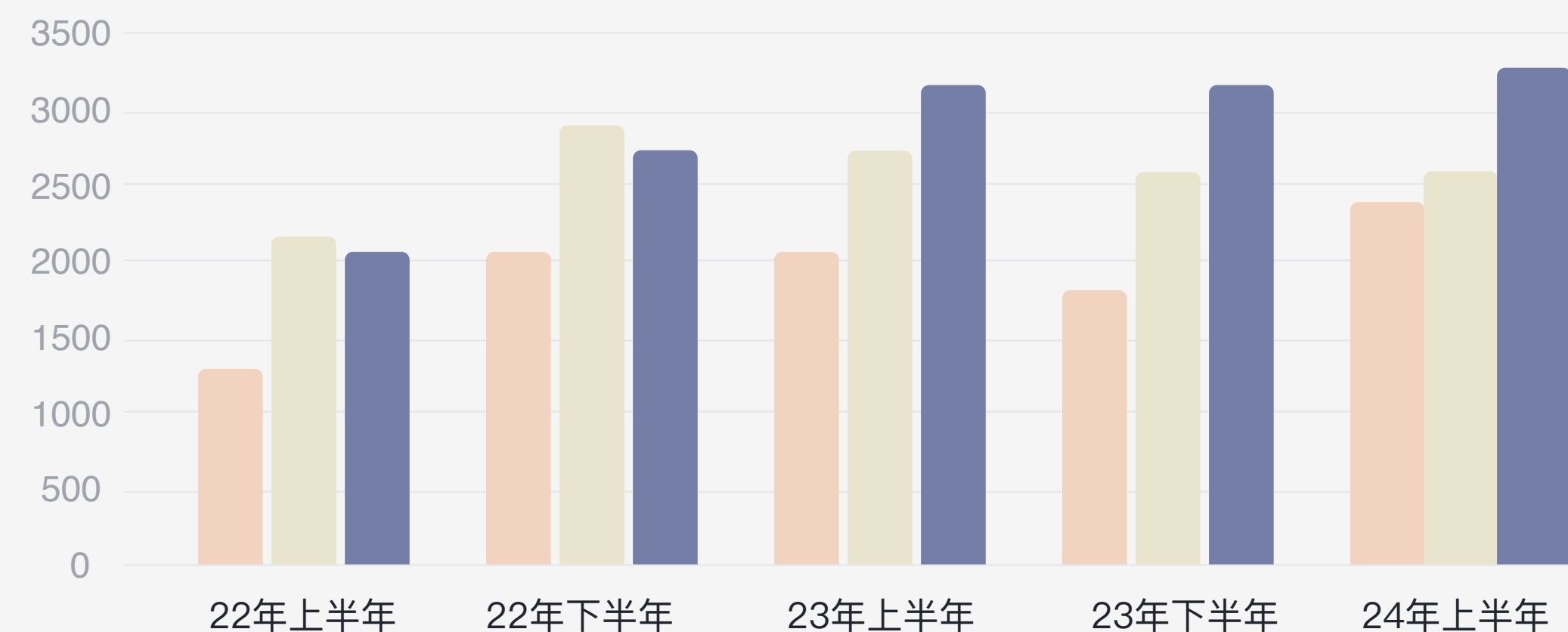
从咨询师的发展阶段来看，成熟咨询师在督导服务的投入更大，可能是随着经验丰富，成熟咨询师在选择督导师的门槛也会提升，从而提升了整体的督导投入。

平均消费:

个督用户人均消费情况

■ 预备咨询师 ■ 新手咨询师 ■ 成熟&资深咨询师

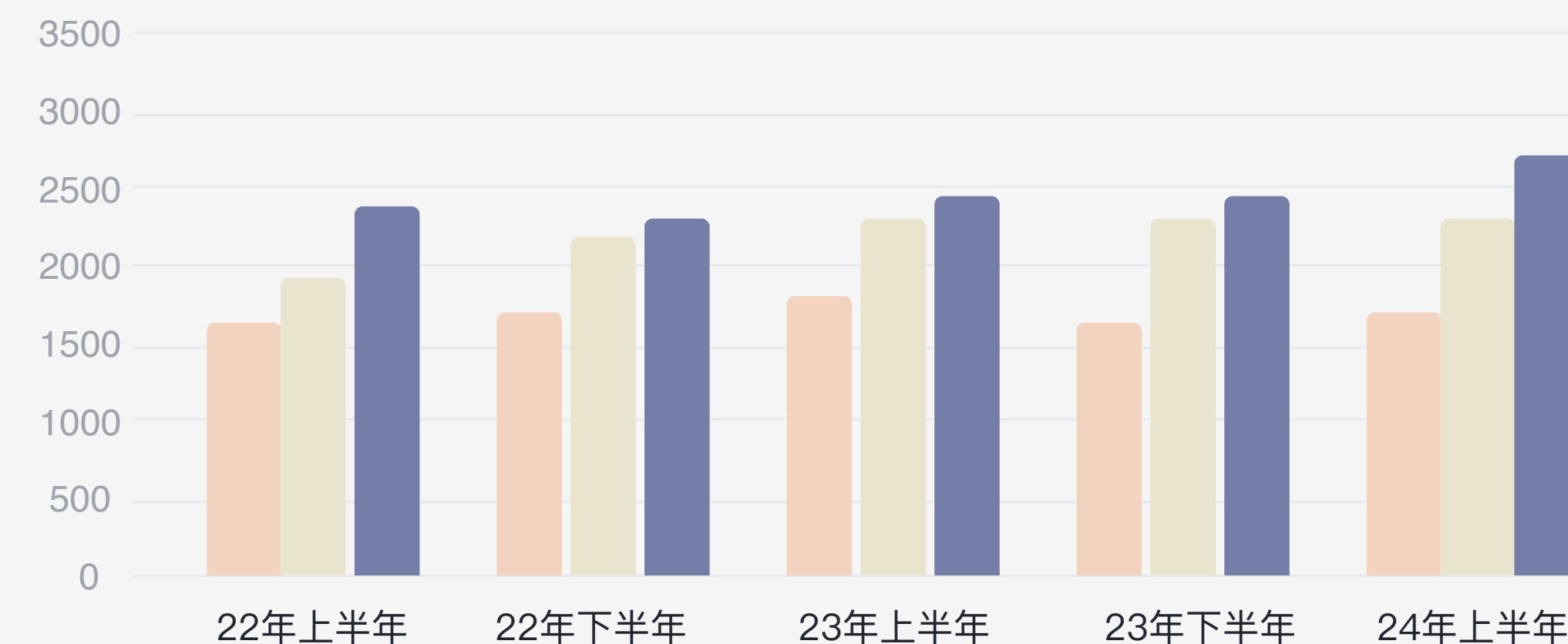
*图表单位: 元



团督用户人均消费情况

■ 预备咨询师 ■ 新手咨询师 ■ 成熟&资深咨询师

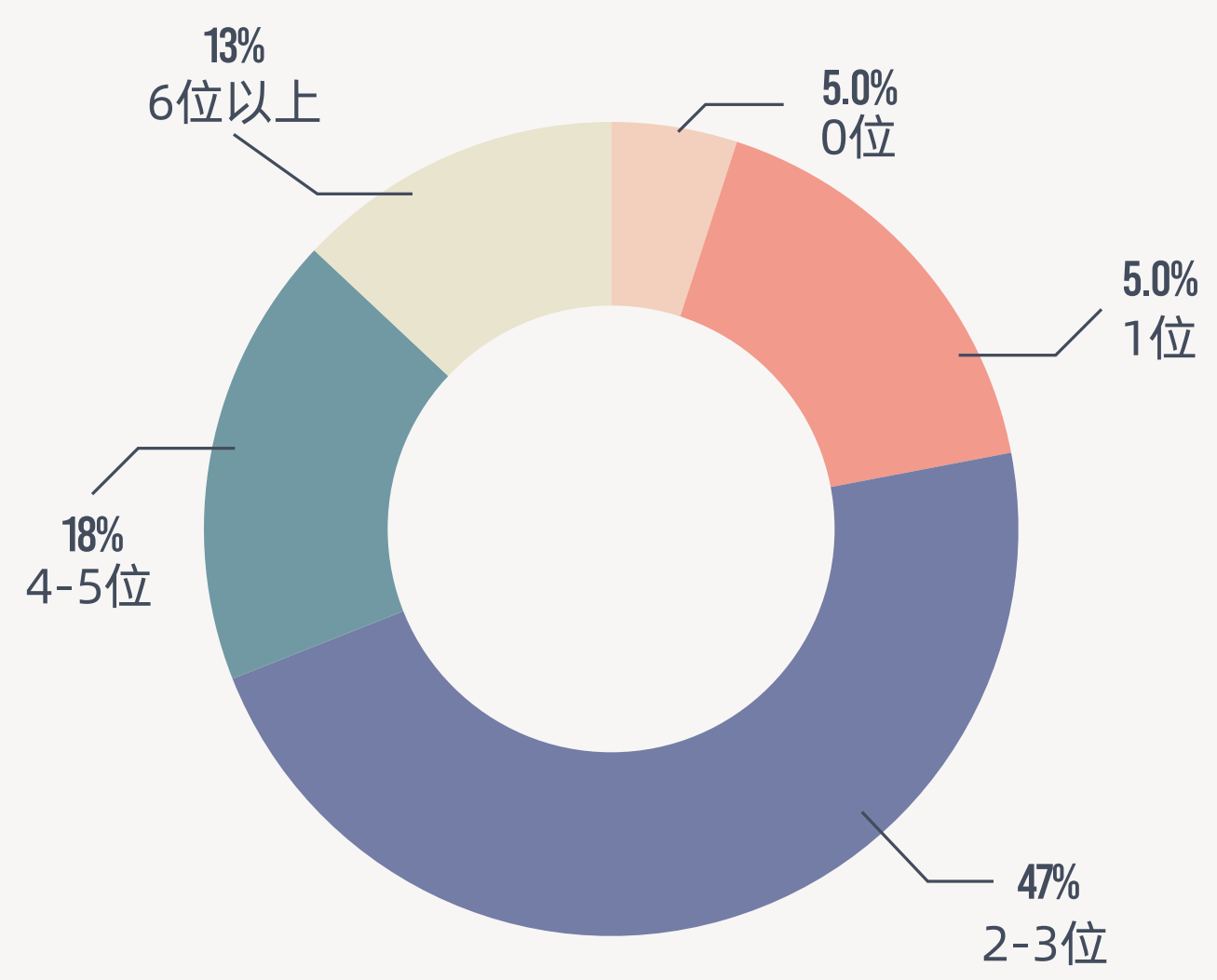
*图表单位: 元



▶ 大多数咨询师更换过督导师，更换主因是匹配度不足。

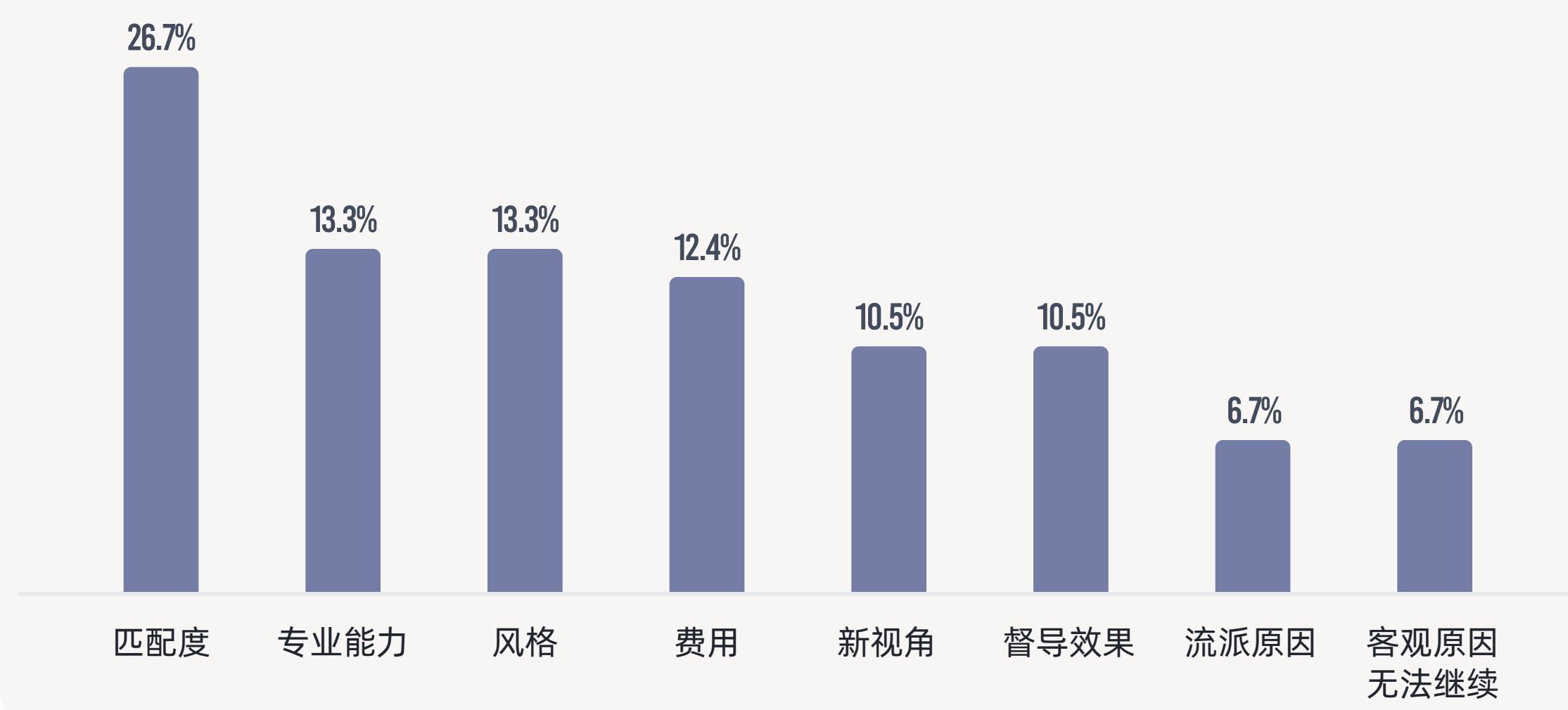
在与个体督导师合作的过程中，有78%的咨询师经历过更换督导师，拥有两位或更多督导师的经历。

具体来看，47%的咨询师更换过2至3位督导师，18%更换过4至5位，而有13%的咨询师更换过6位或以上的督导师。



进一步了解，更换督导师的主要原因是与督导师的匹配度不足，占26.7%。其他因素包括督导师的专业能力、风格和费用。同时，有10.5%的咨询师更换督导师是为了获得对个案的新视角。

■ 更换督导师的原因



► 接受过督导的咨询师，在个案防脱落、来访满意度、个案数量上都具备优势。

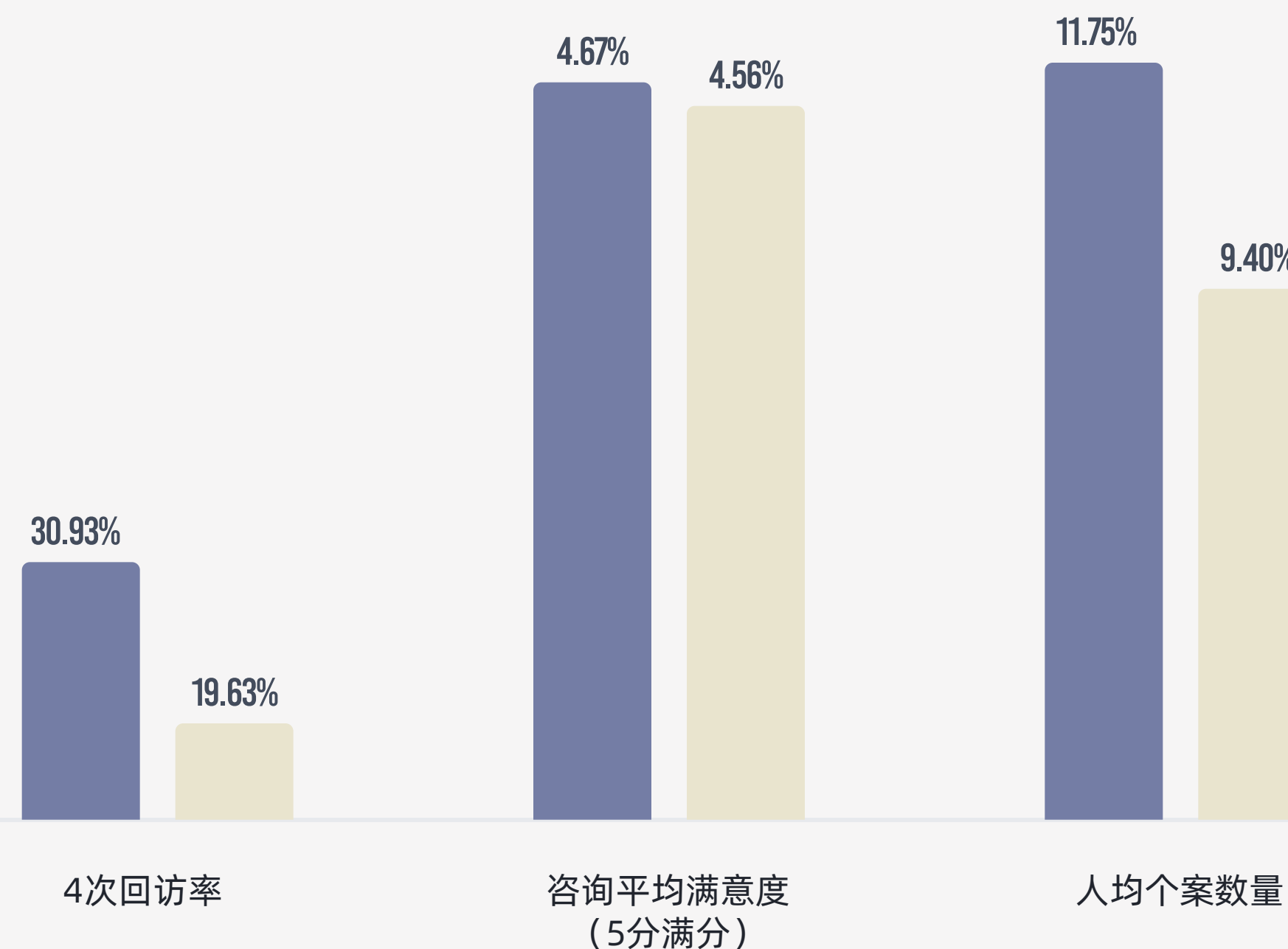
- **个案防脱落：**接受过督导的咨询师显著降低了个案脱落率，第四次咨询的回访率比未接受督导的群体高出57.56%，有助于将咨访关系从短期转变为长期。
- **来访者满意度：**接受过督导的咨询师在用户评分上平均高出2.41%，表明他们能提供更令来访者满意的服务。
- **咨询关系维持：**接受过督导的咨询师人均维持的个案数量比未接受督导的群体多出25%，显示出在维护长期稳定咨访关系方面的优势。

*调研结果强调了督导服务在提升咨询师专业能力、增强客户满意度和维持长期咨询关系方面的重要性。

2024年上半年此刻心理咨询师数据-区分是否进行督导

■ 24年上半年咨家个督用户

■ 24年上半年非咨家个督用户

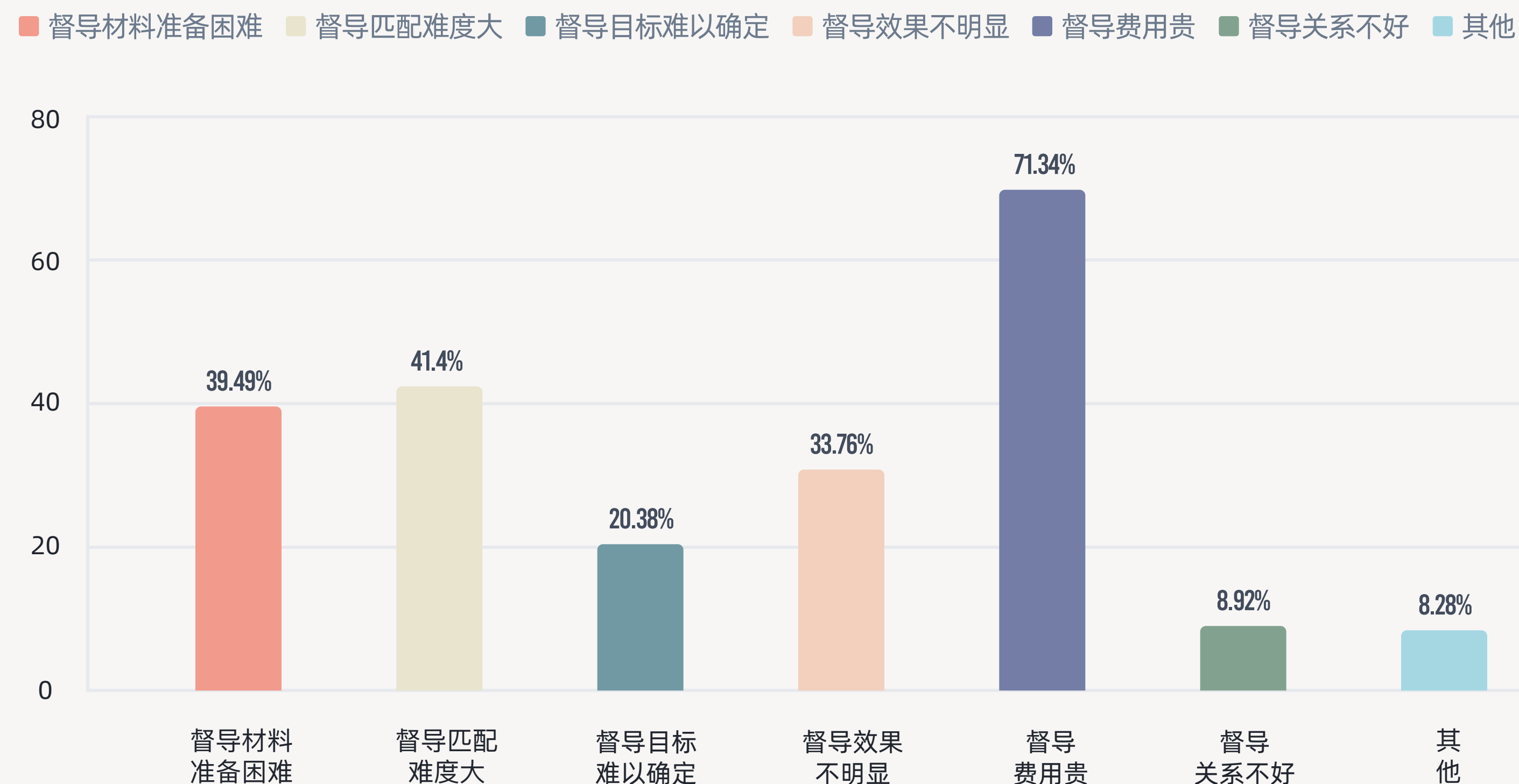


► 督导费用贵、匹配难度大、材料准备困难是咨询师的普遍受督难点。

调研反馈指出，超过70%的咨询师普遍面临督导费用的难题。此外，他们还遇到了以下挑战：难以找到合适的督导师、准备督导材料困难、感受不到明显的督导效果、确定督导目标以及建立良好的督导关系。

不同阶段咨询师在受督过程中普遍面临三大难点：督导费用贵、督导匹配难度大、督导材料准备困难的挑战。这些难点在各阶段咨询师中普遍存在。

督导工作难点分析统计情况



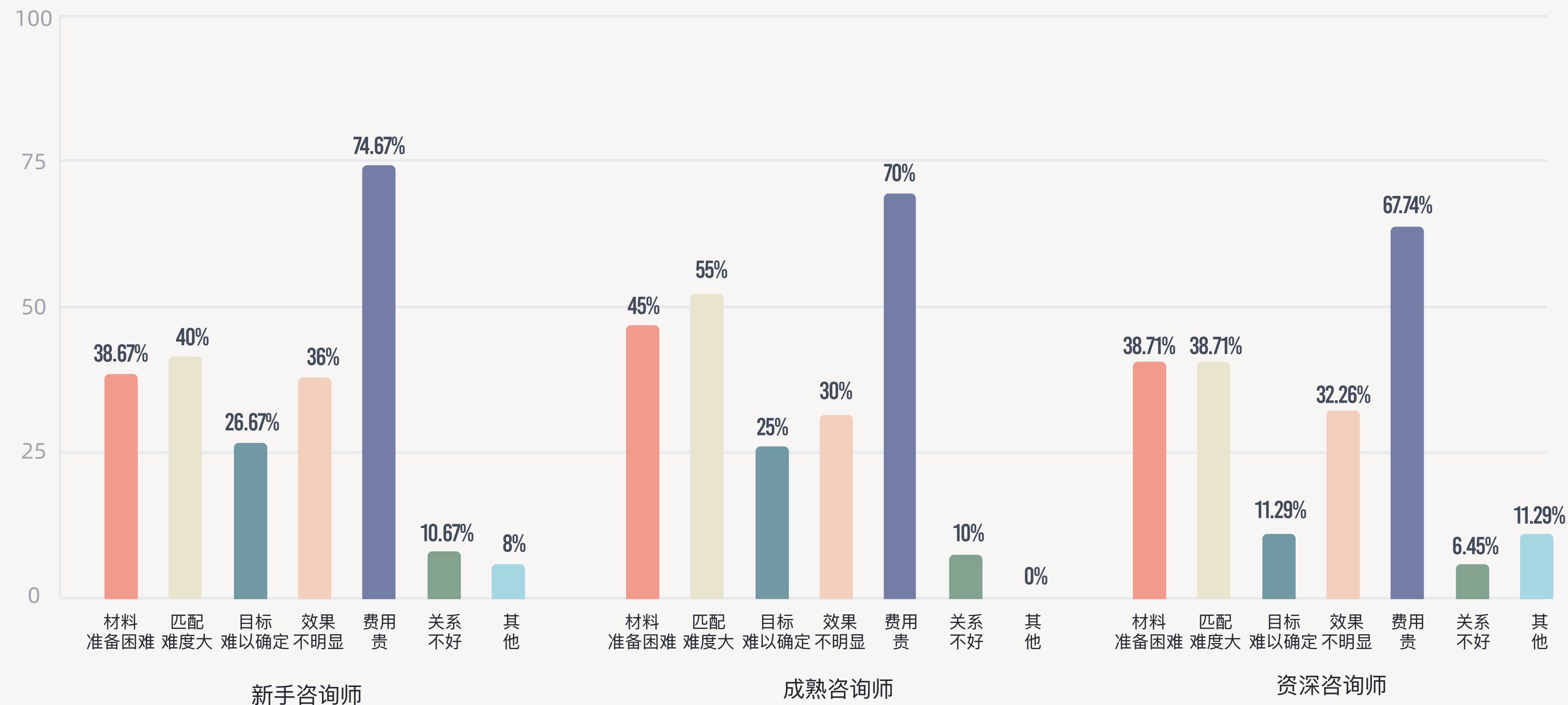
► 随着咨询经验增长，受督者的经济压力和督导目标设定问题会改善。

然而，对于经验丰富（超过1500小时）的咨询师而言，督导费用贵和匹配难的问题有轻微缓解，同时在确定督导目标方面的困难显著减少，比例从26.67%降至11.29%。

这表明随着咨询经验的增長，咨询师在资源获取和目标设定上可能更为得心应手。

受督咨询师具体工作难点分布情况

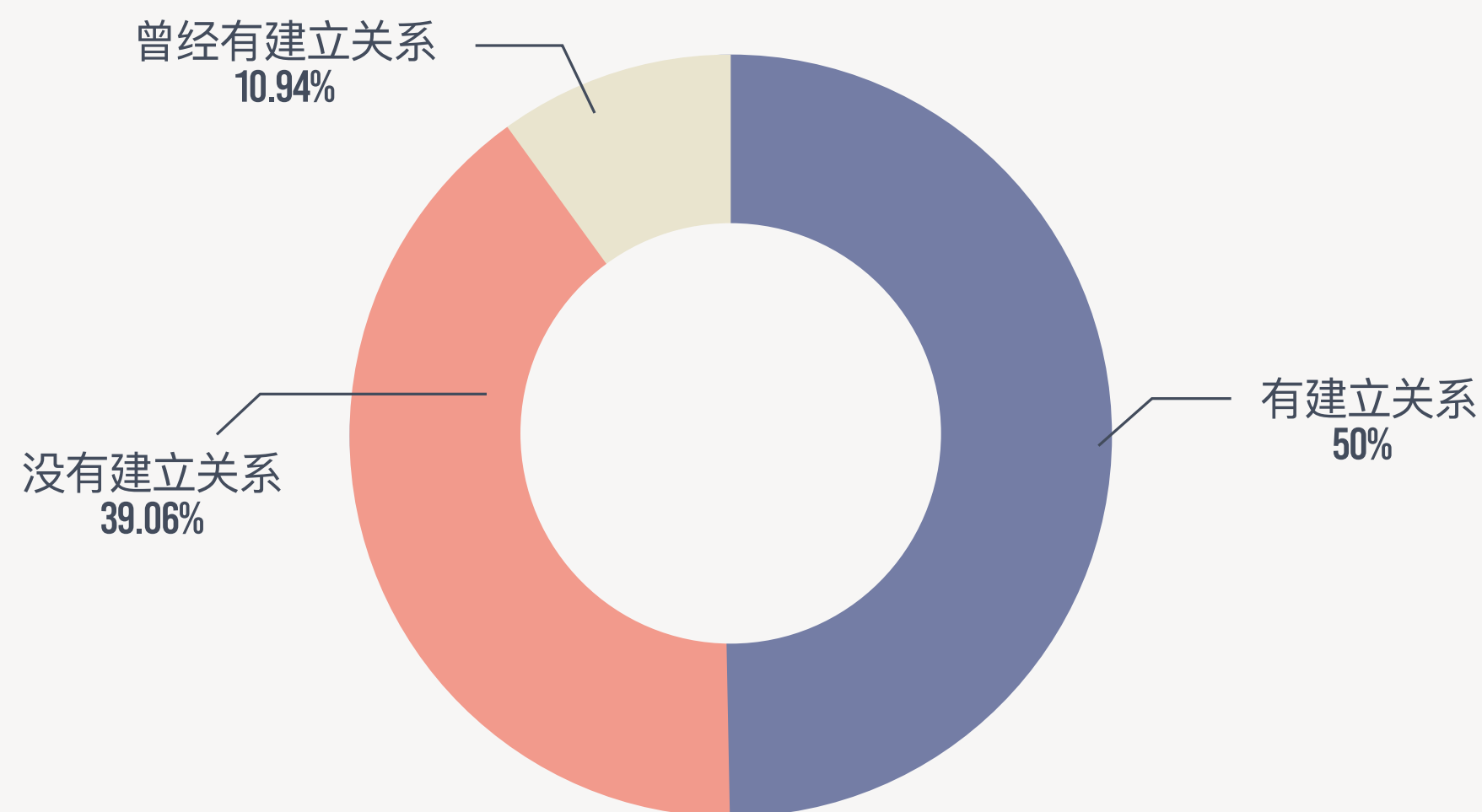
■ 督导材料准备困难 ■ 督导匹配难度大 ■ 督导目标难以确定 ■ 督导效果不明显 ■ 督导费用贵 ■ 督导关系不好 ■ 其他



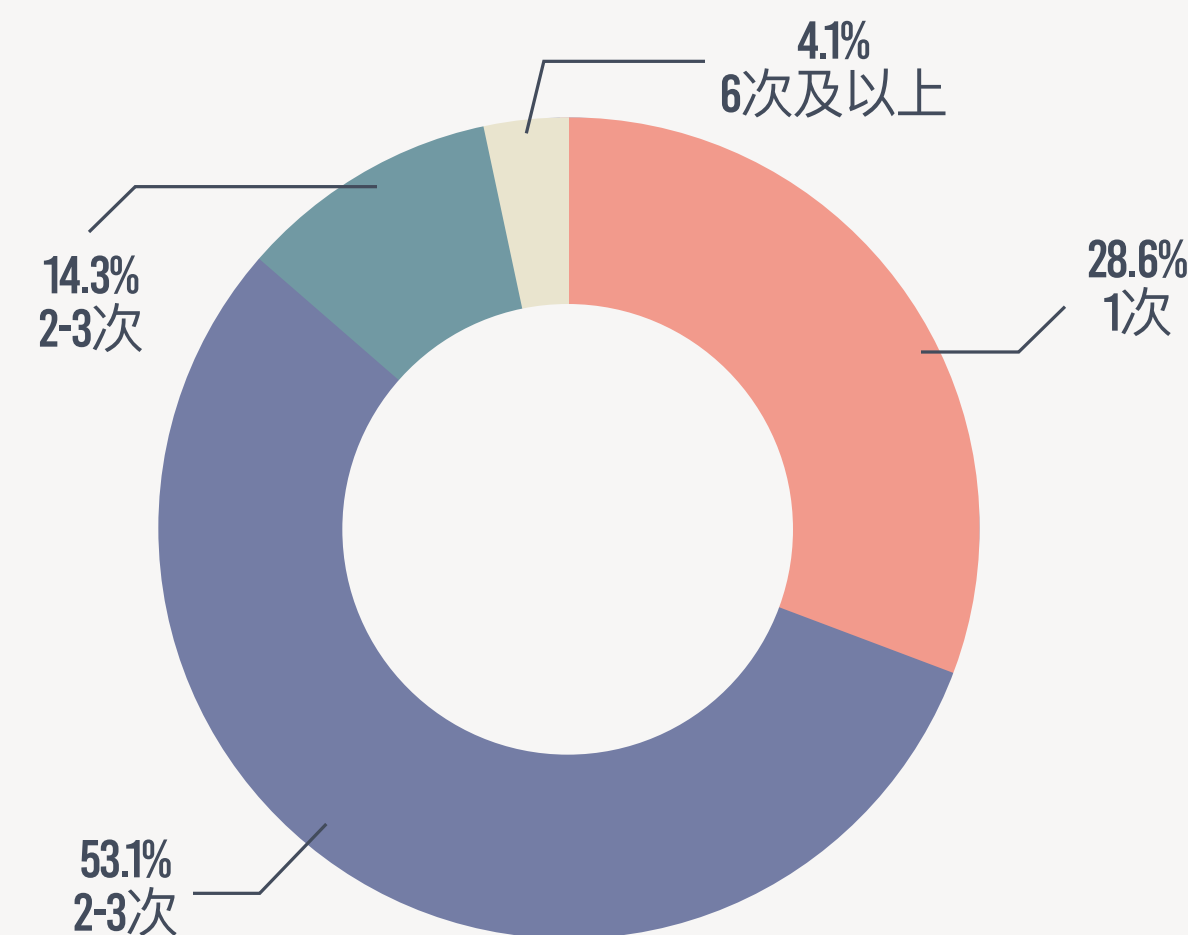
- ▶ 多数咨询师有着稳定的督导关系，且要经过2次及以上督导去确定匹配度。咨询师可以通过预约不同督导师来建立最适合的督导关系。

基于对受督共性难题的洞察，我们进一步深入探究了“督导匹配难”的问题：

1. 调研显示，约61%的咨询师已经或曾经拥有稳定的督导关系，而39%的咨询师目前还没有建立起稳定的督导关系。



2. 在建立稳定的督导关系方面，大部分咨询师可以在有限的几次督导后确定合适的督导师：28.6%的咨询师仅需1次督导，53.1%需要2至3次，14.3%需要4至5次。仅有4.1%的咨询师表示需要6次或更多次督导才能确立稳定的督导关系。



PART 03

督导师群体 特征分析

本章节，通过对咨询师之家400位+督导师数据进行数据分析和调研。深入探讨了督导的群体画像以及工作难点和挑战。

3.1 督导画像分析

3.2 督导师的未来：督导师人才培养

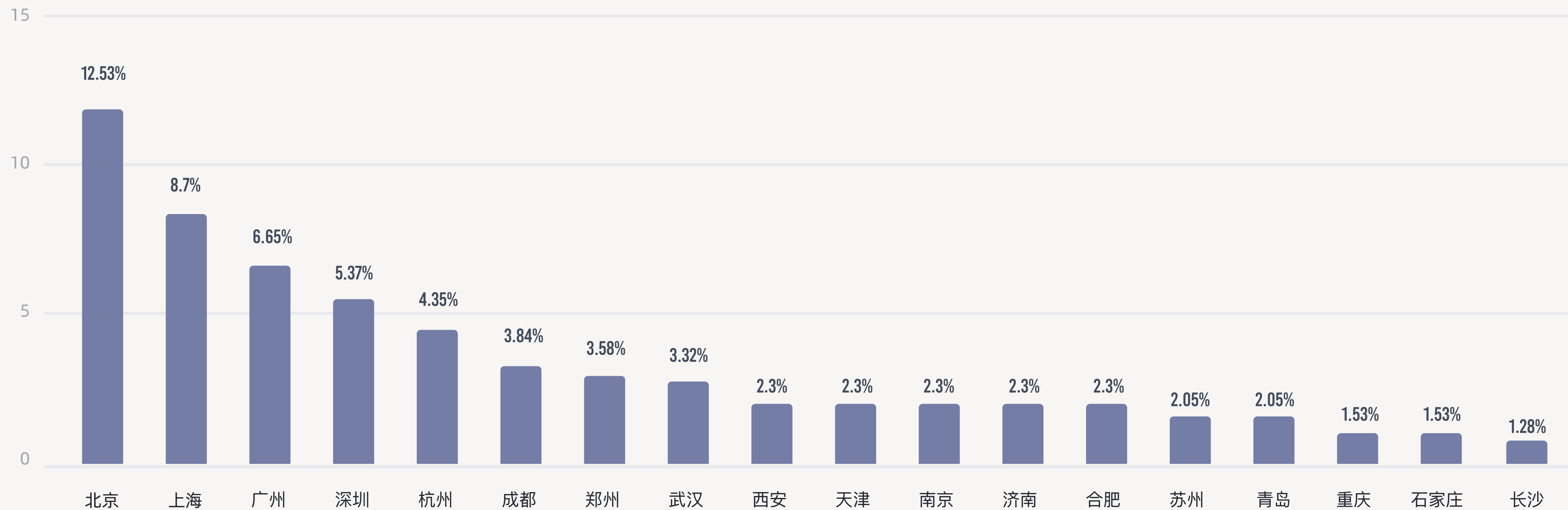
3.3 督导师的预约情况、收入水平受哪些因素影响

3.4 立足督导当前、着眼督导未来

▶ 督导师主要集中在经济发达的一线城市。

督导师城市分布

*图表单位：%

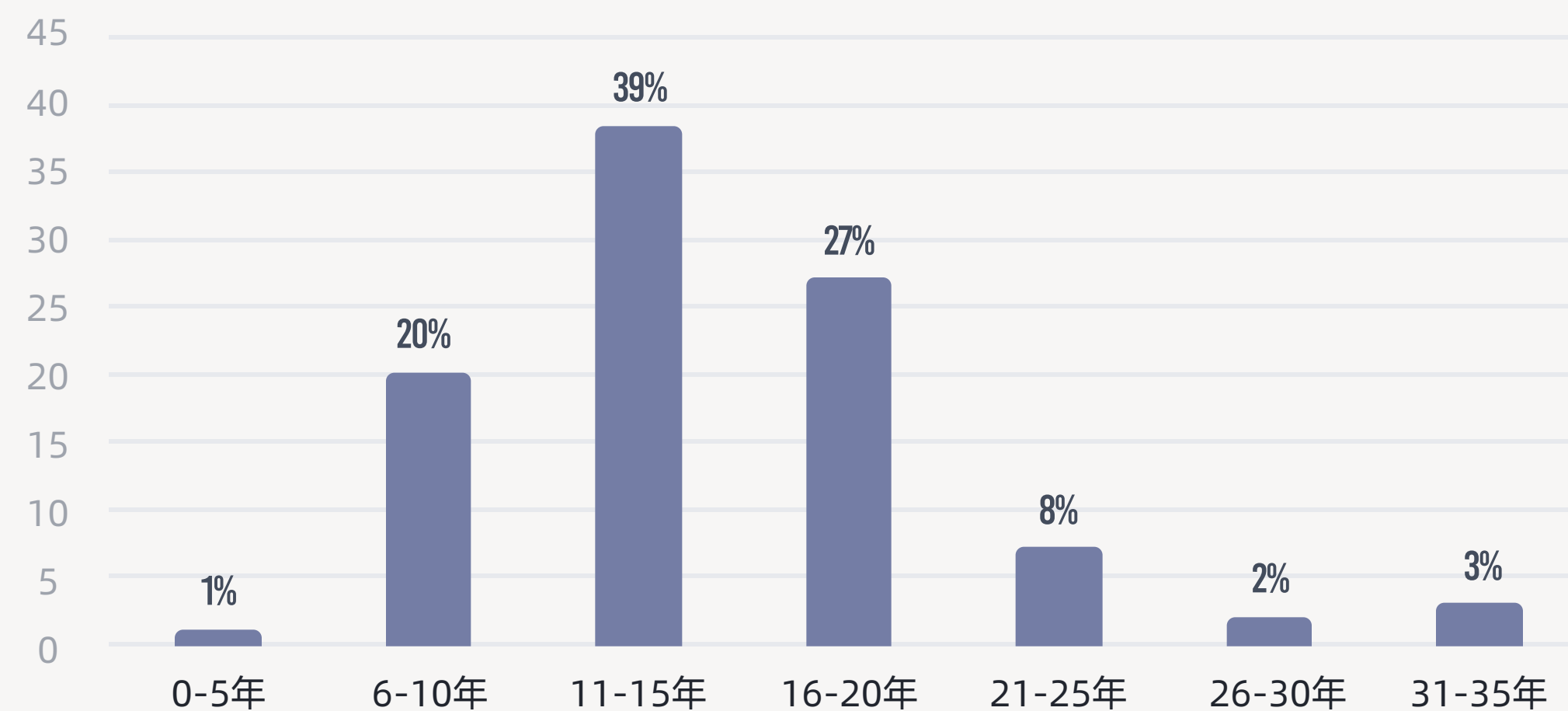


▶ 督导师基本拥有超过5年的心理咨询经验，督导经验大多在2年以上。

督导师队伍主要由经验丰富的资深咨询师组成，其中大多数拥有超过5年的心理咨询经验。具体来看，从业11至15年的咨询师占督导师总数的39%，而从业16至20年的咨询师占比27%。

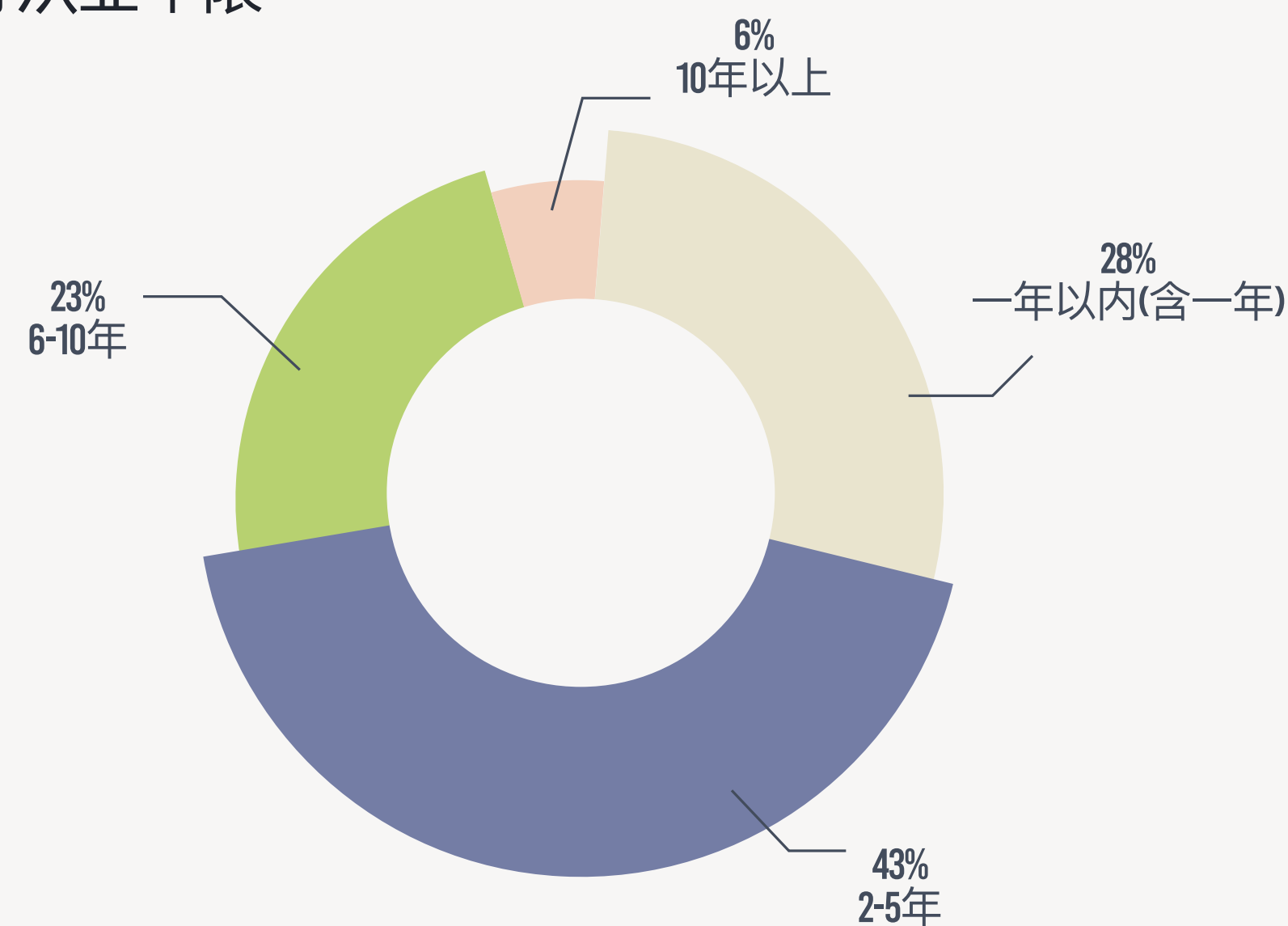
督导师-咨询从业年限

*图表单位：%



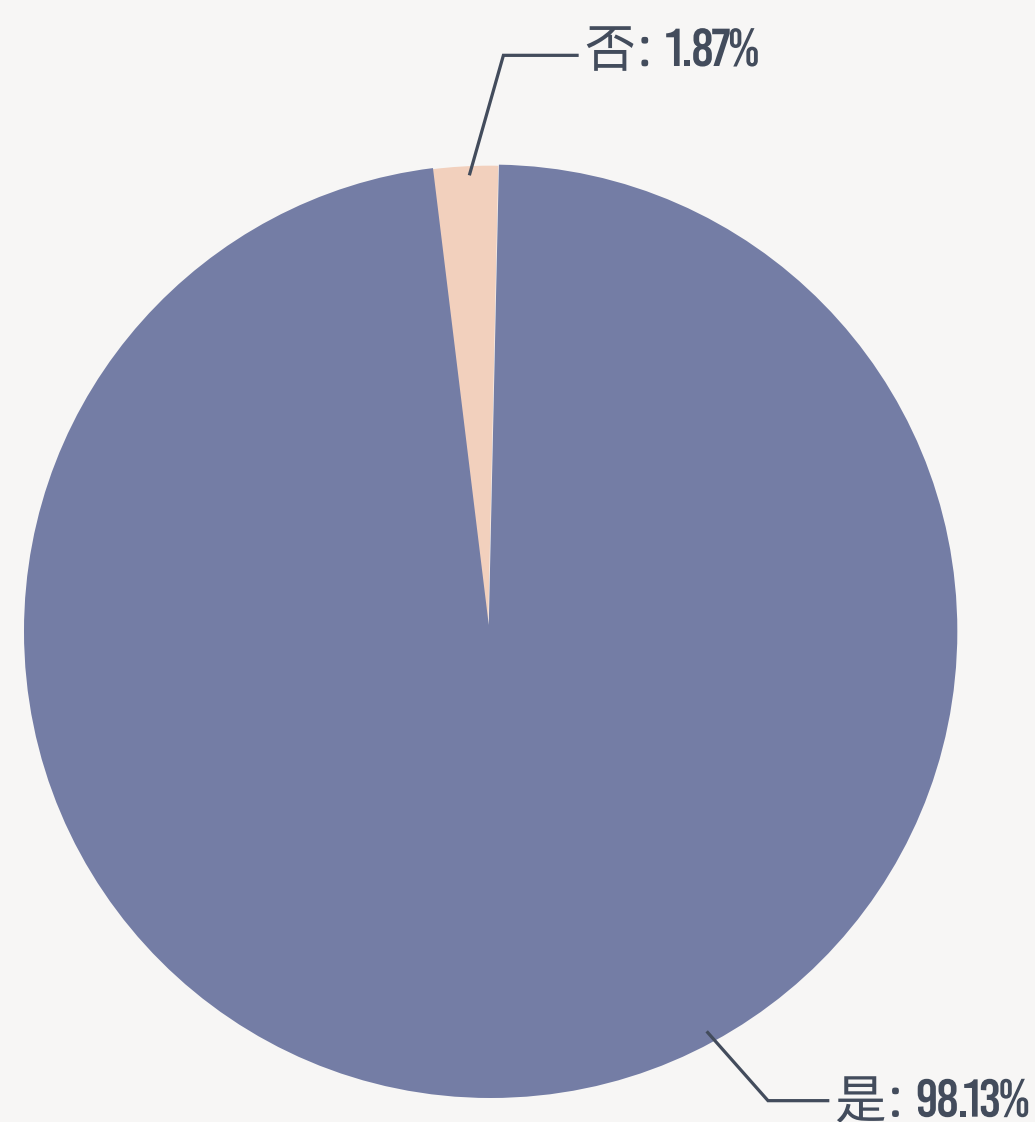
大多数督导师的督导从业时长不超过5年，其中28%的督导师从业不足一年，43%的督导师从业时间为2至5年。相比之下，仅有6%的督导师拥有超过10年的从业经验，这表明经验丰富的资深督导师在行业内相对匮乏。

督导师-督导从业年限



► 98%督导师接受过正规培训，督导时倾向于采用结构化和学派取向驱动的方法。

98%以上的督导师都接受过正规的督导培训

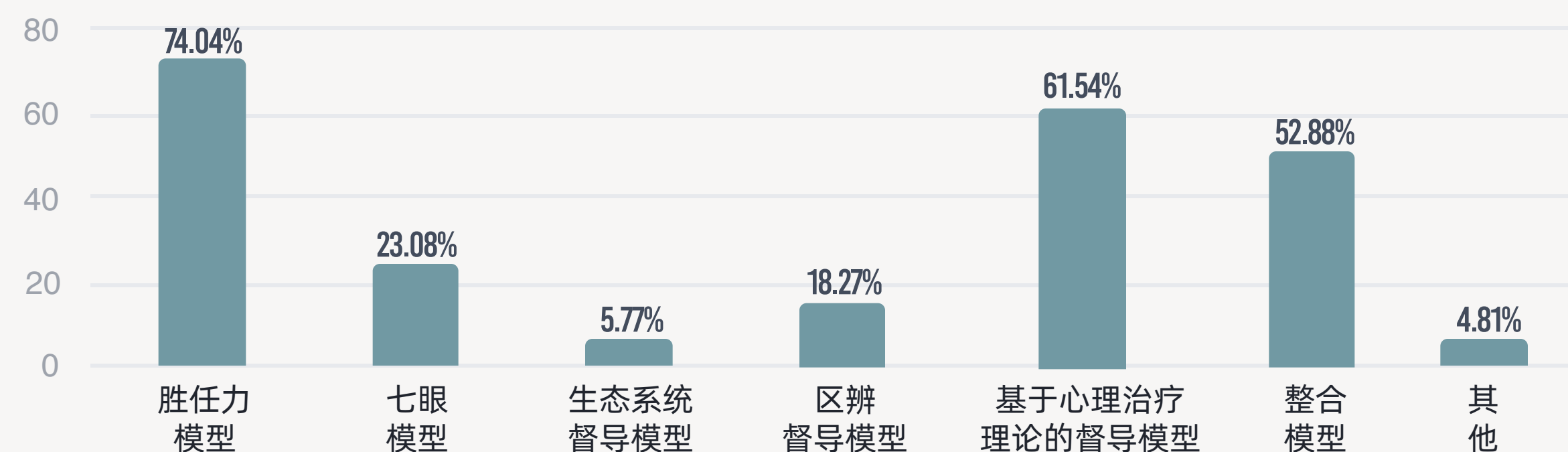


调研结果显示，督导师最常使用的督导模型为胜任力模型（74.04%），其次为基于心理咨询学派取向的模型（61.54%），以及整合模型（52.88%）。这表明大多数督导师倾向于采用结构化和学派取向驱动的督导方法。

需要特别说明的是，督导师选择模型的时候会存在重叠。这可能是因为胜任力模型常常是作为一种背景模型存在后台模型，咨询师会用自己流派的督导模型作为前台强模型(徐均,2024)，具体应用到自己的咨询工作中。

常用督导模型

*图表单位：%



3.1.4 督导师流派取向分析



咨询师之家



PSYTOP



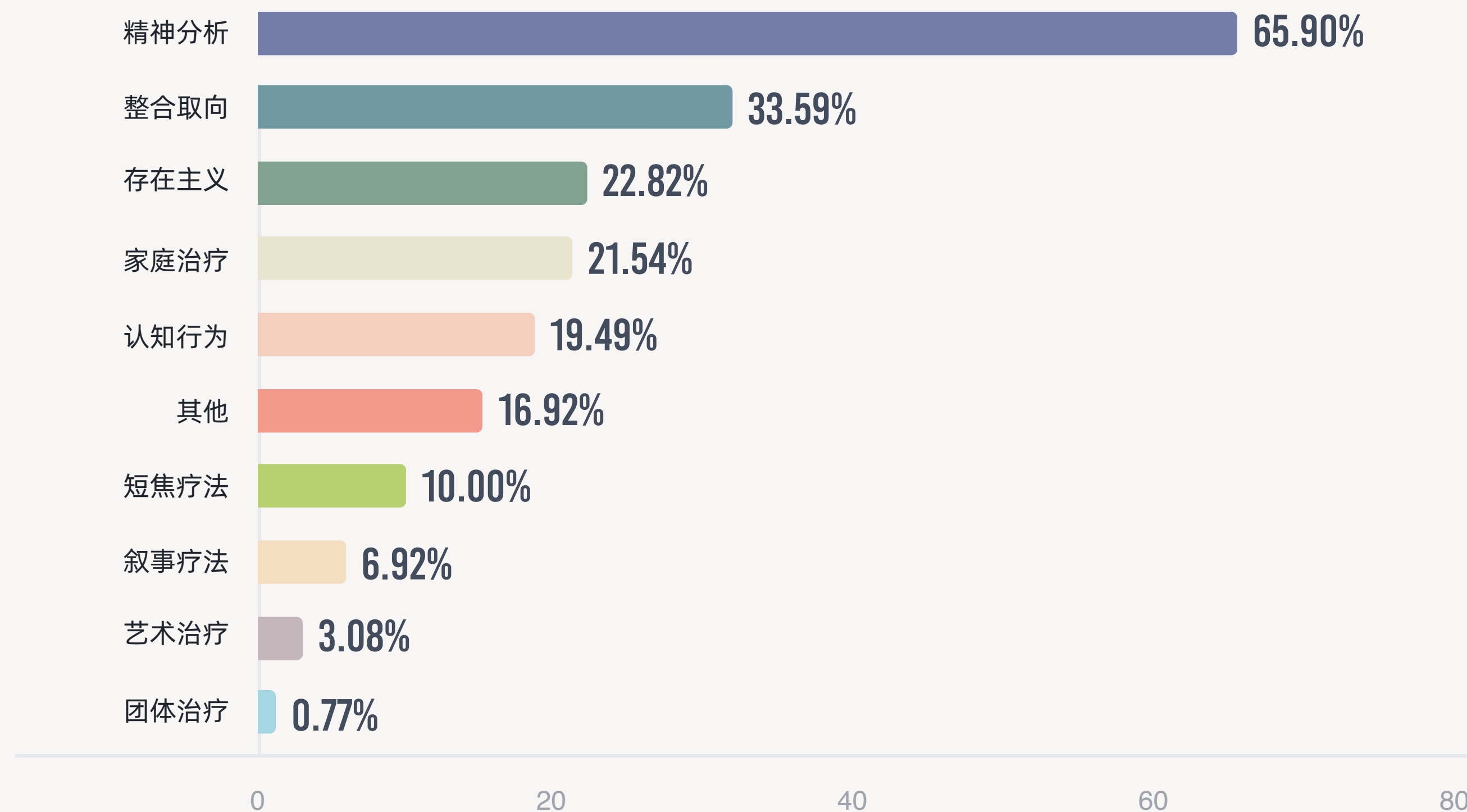
壹心理

▶ 督导师流派取向中，占比最高的是精神分析和整合取向。

调研数据揭示，精神分析流派的督导师占比最高，这可能归功于其理论的成熟度和广泛应用。整合取向的流行显示了心理治疗领域对融合不同理论和技术的开放性。流派的多样性为督导师提供了广泛的选择，以适应不同客户的需求。同时，占比较低的流派可能预示着市场机会，尤其是当它们能够满足特定客户群体的需求时。

督导师流派取向占比

*图表单位：%



3.1.5 督导形式的种类和占比



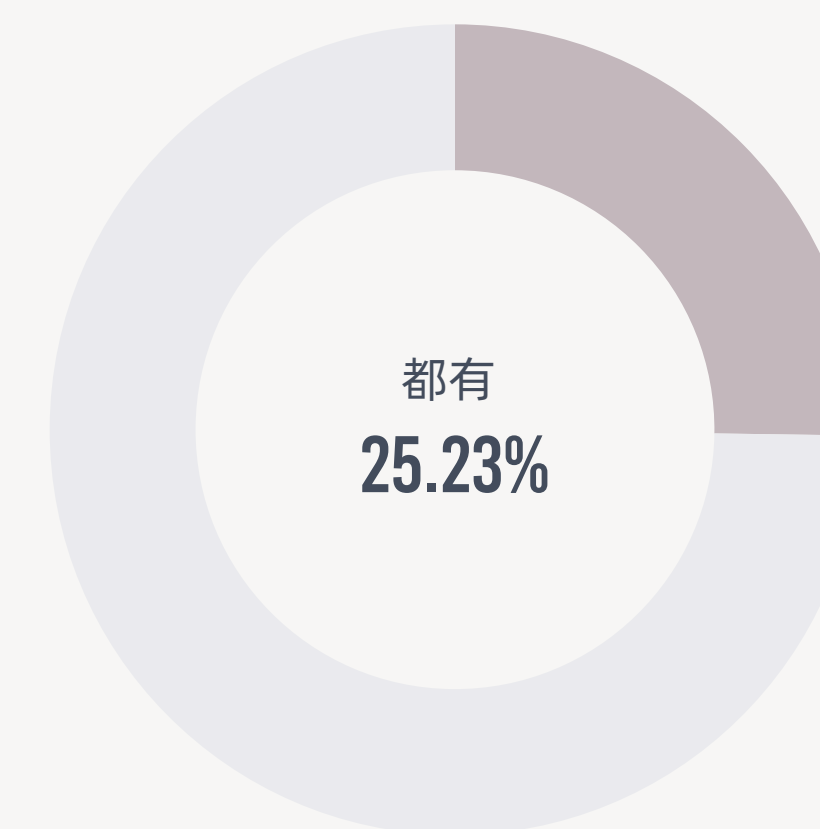
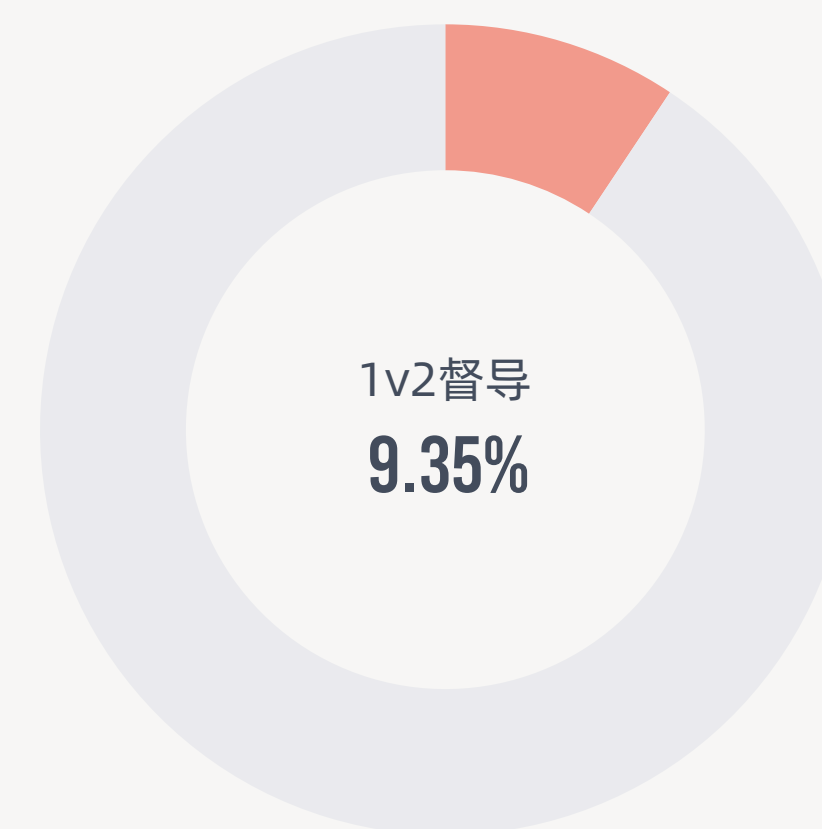
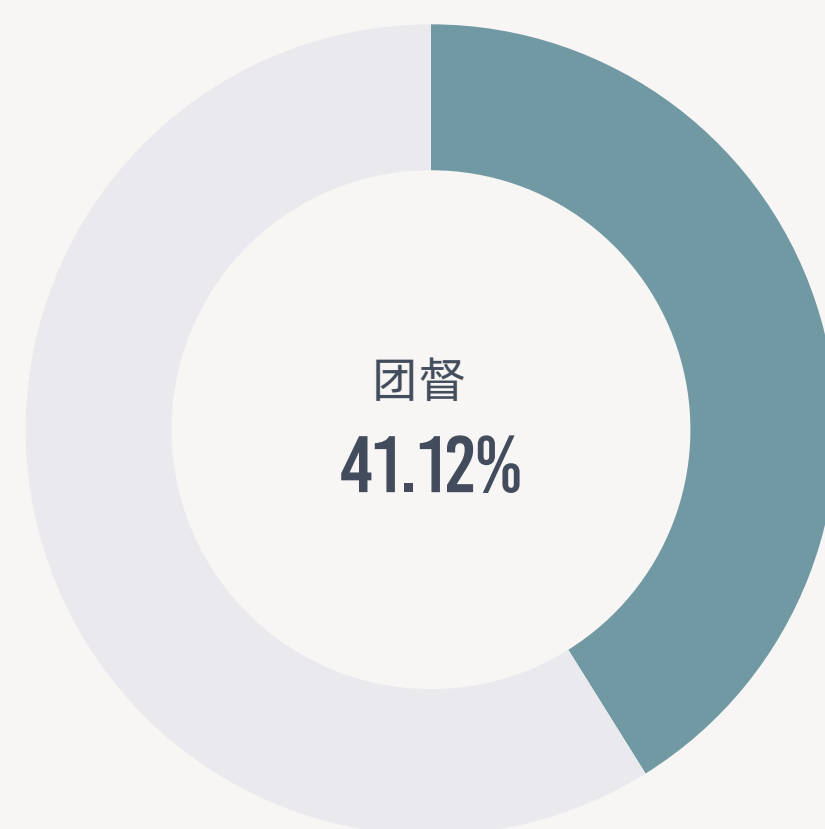
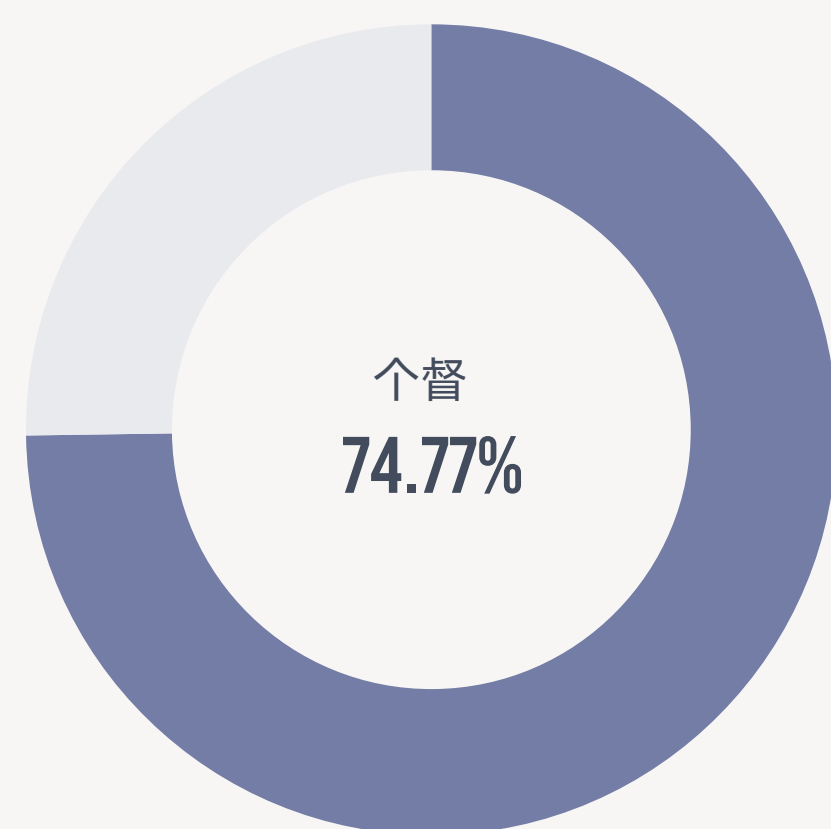
咨询师之家



► 大多数督导师提供个督，约一半的督导师开展团督，1V2督导目前较小众。

调研显示，绝大多数督导师（74.7%）提供个督，而41.12%的督导师开展团督。此外，有25.23%的督导师采用包括个督、团督和1v2督导在内的多种督导形式。这表明个督是主导的督导方式，团督作为补充，而1v2督导则是一种较少使用的小众形式。

开展督导形式



3.1.6 督导个案受督情况



咨询师之家

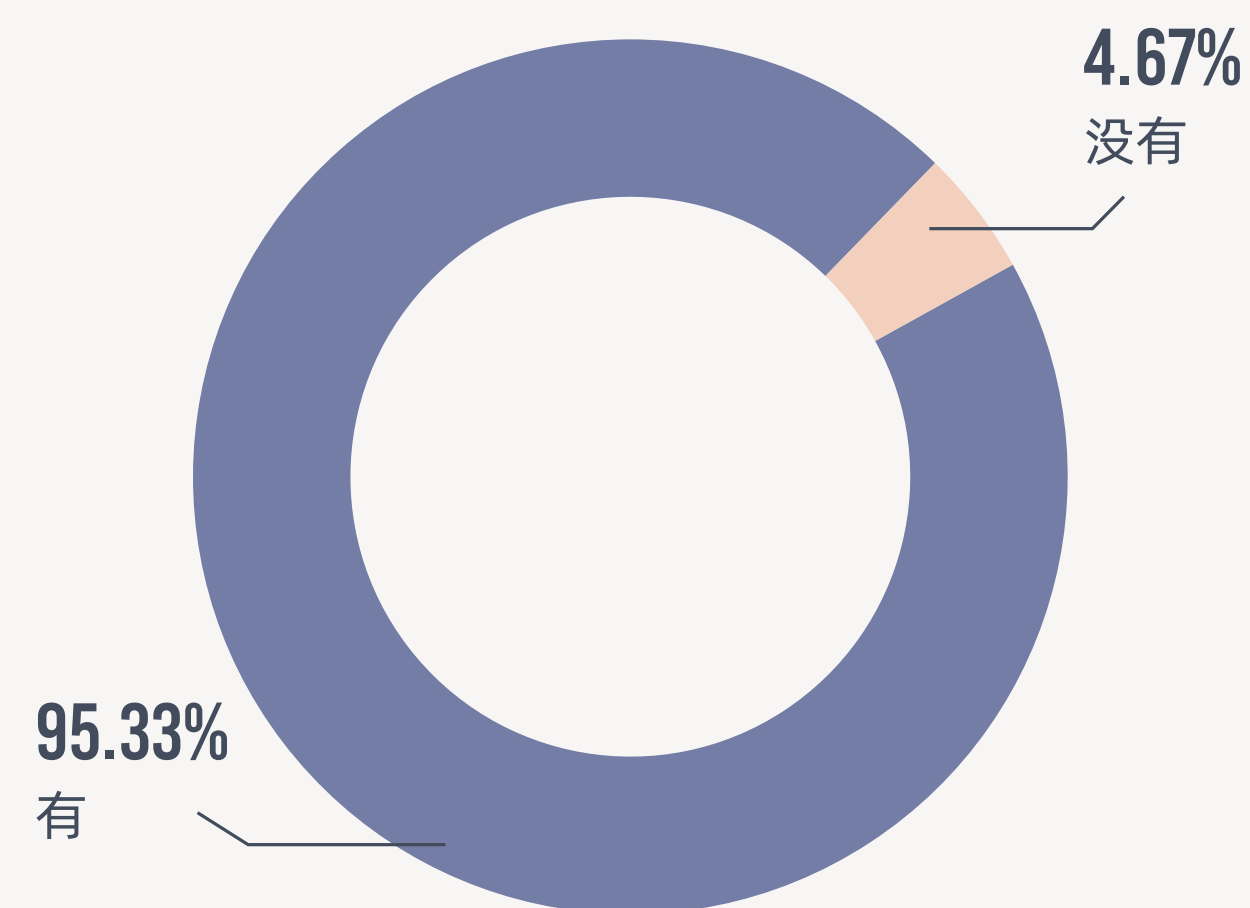
心榜
PSYTOP

壹心理

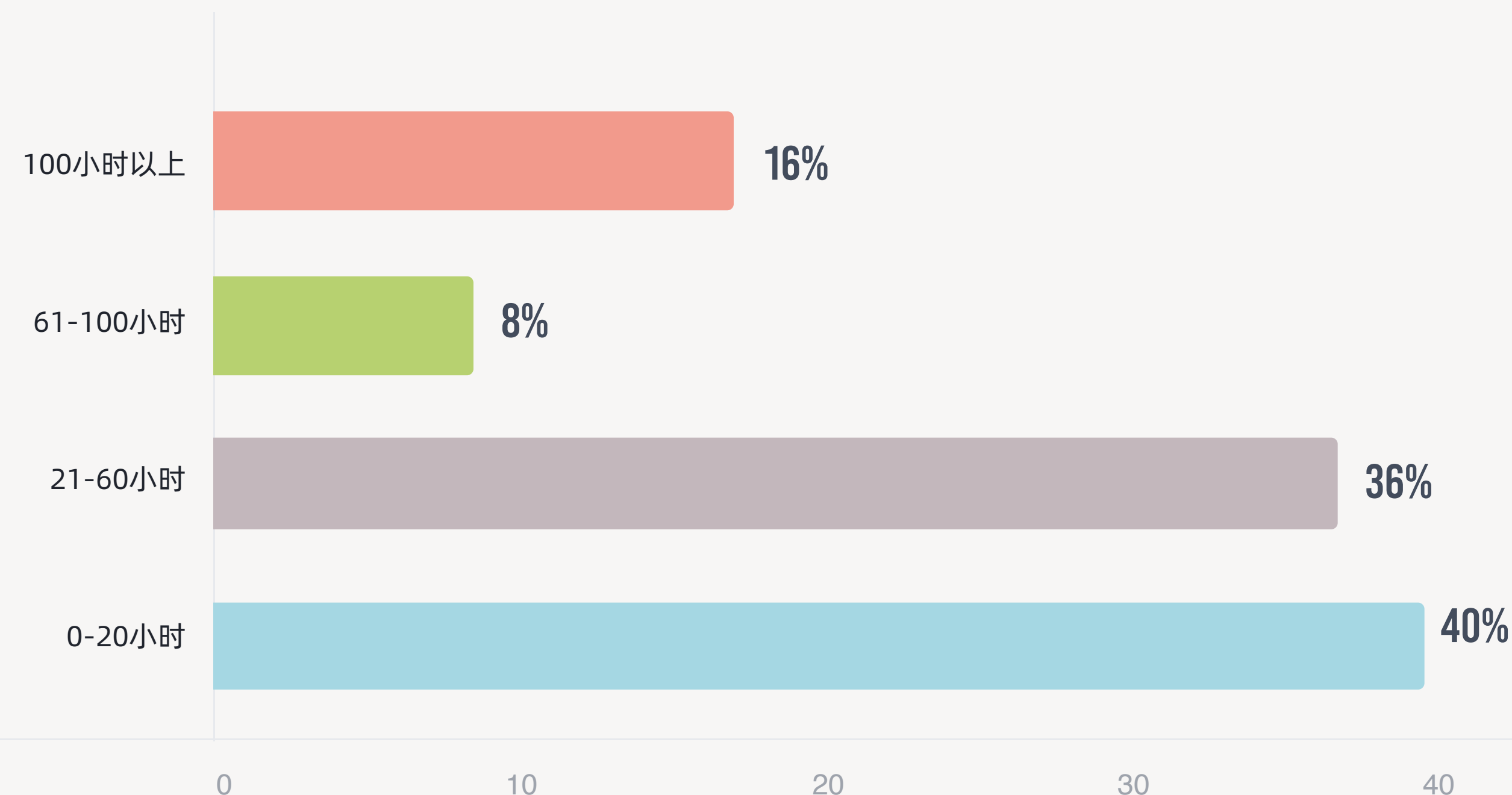
► 40%的督导师还需要增强督督导意识，以提高督导胜任力。

绝大多数督导师（95.33%）即便在执业后也会选择定期接受督导。然而，有40%的督导师在从业后的督督导时长不超过20小时。

成为督导师后的受督情况

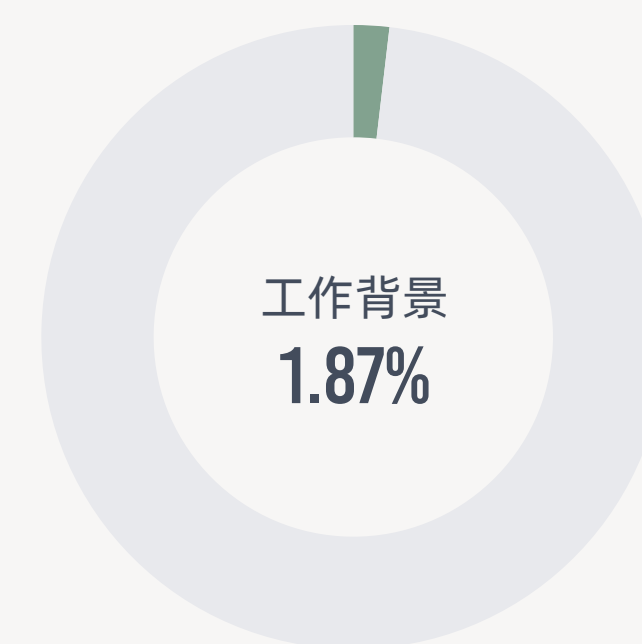
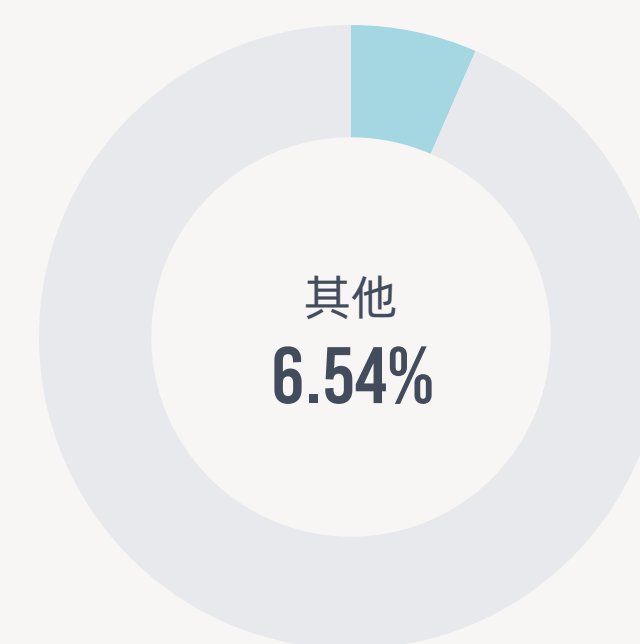
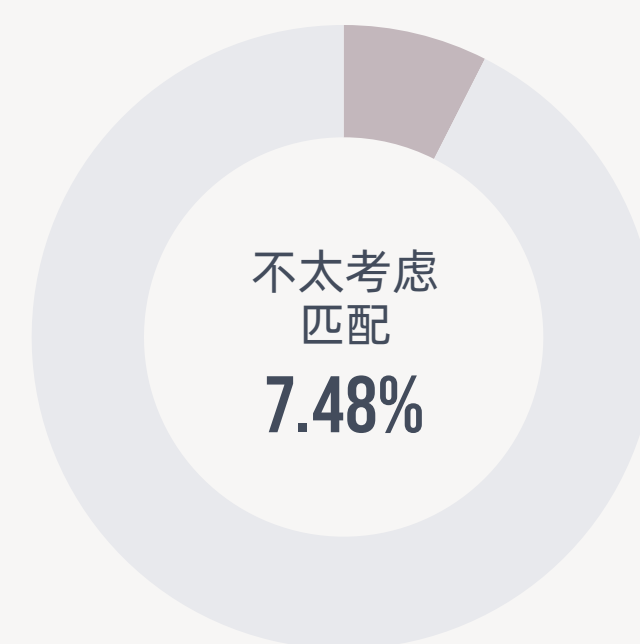
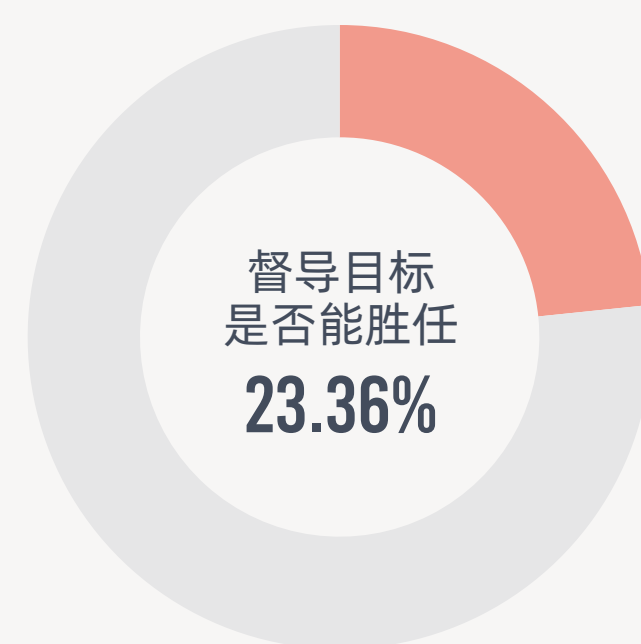
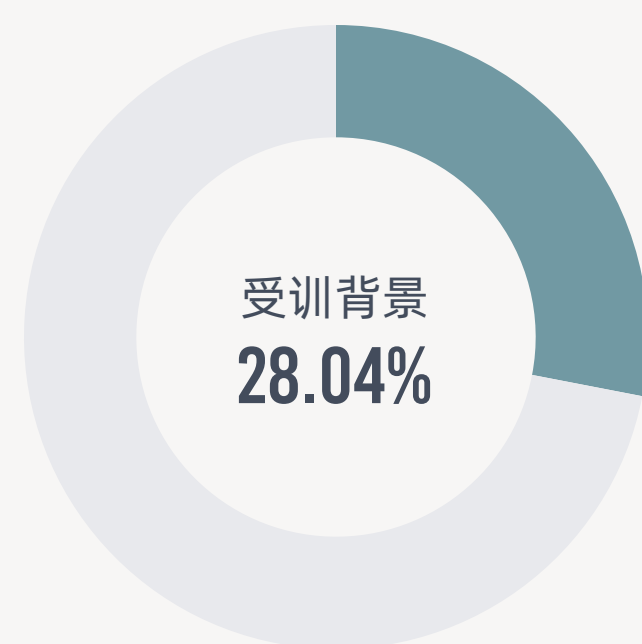
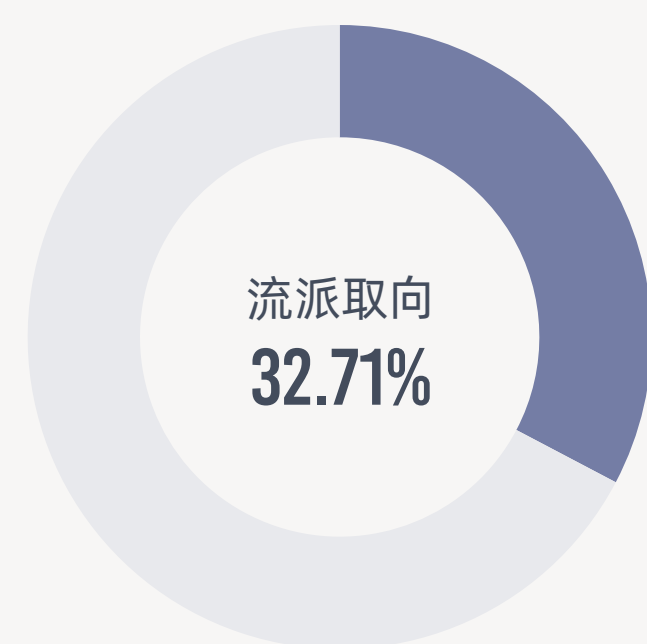


成为督导师后的受督时长



▶ 个督督导师评估匹配度时，优先考虑的是流派取向、受训背景和胜任督导目标的能力。

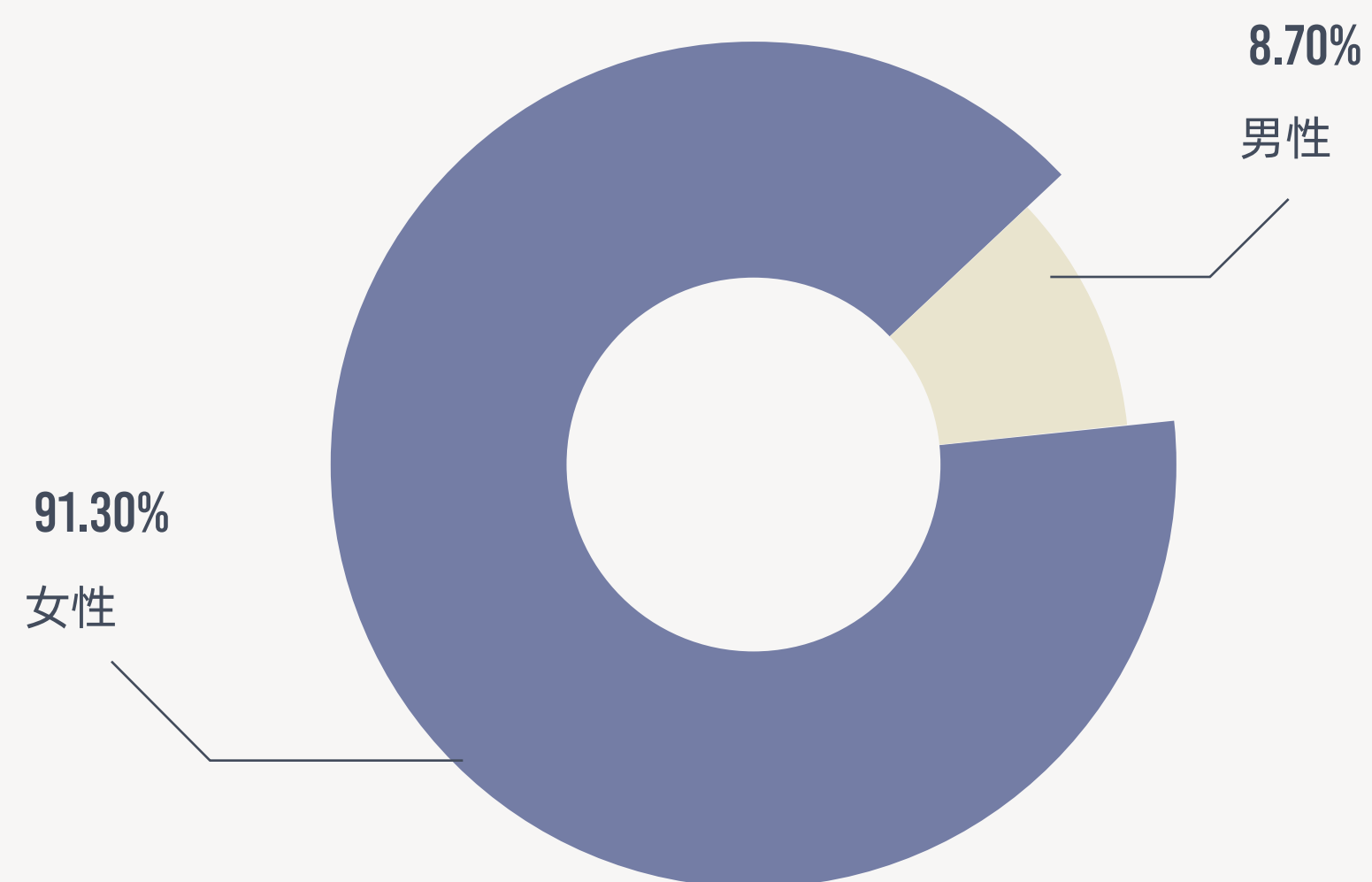
在审核受督者预约信息并评估匹配度时，督导师最优先考虑的三个因素是流派取向（32.71%）、受训背景（28.04%）和胜任督导目标的能力（23.36%）。相对而言，工作背景（1.87%）作为考虑因素则被较少提及。



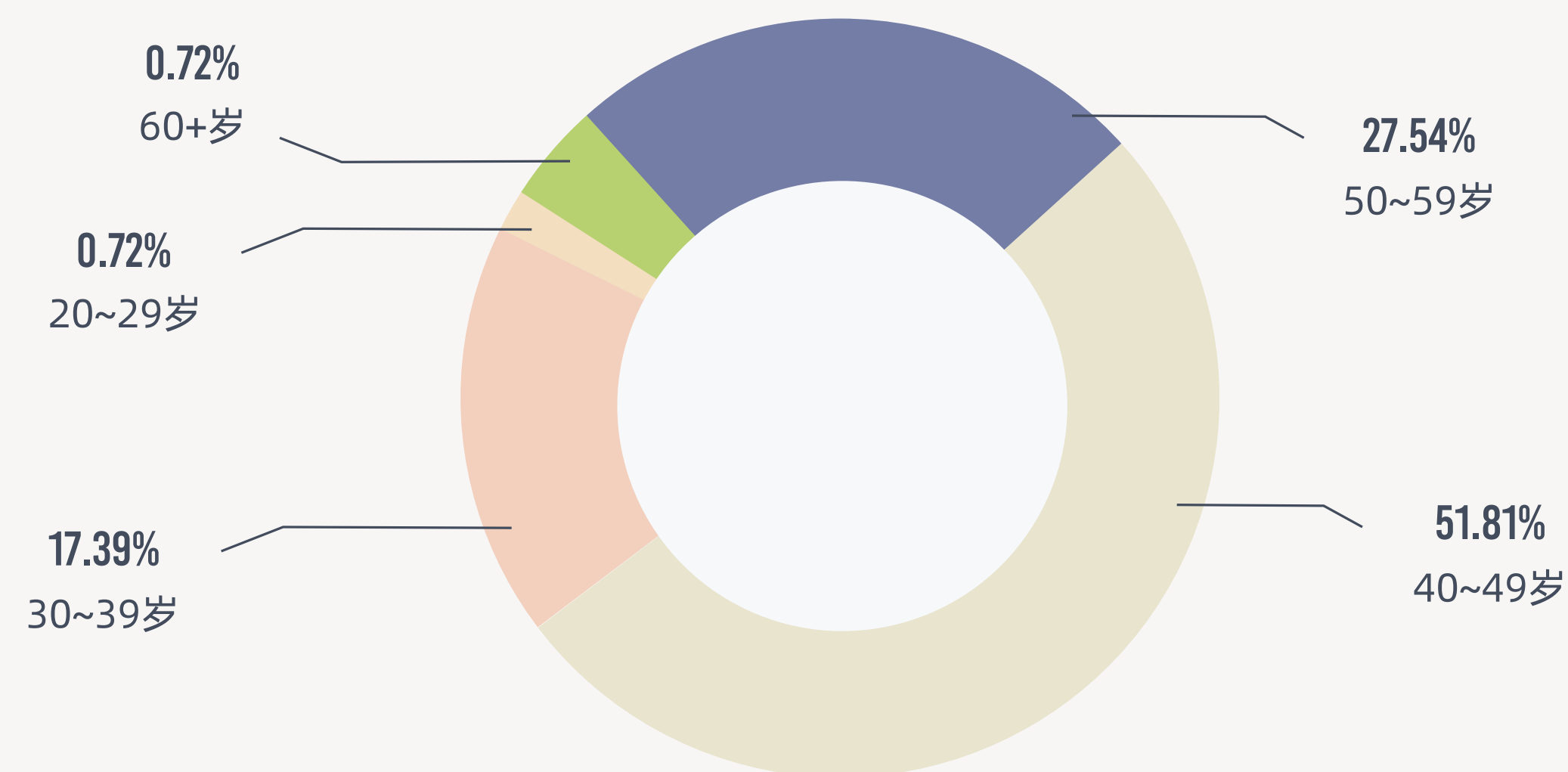
▶ 督导师培养计划学员中女性和40-59岁的年龄分布占比较大。

- **性别参与度：**女性在督导养成计划中的参与度较高。
- **年龄分布：**40至59岁的用户构成督导养成计划的主体，表明中老年群体对专业发展有显著需求。

督导养成计划报名用户画像-性别占比



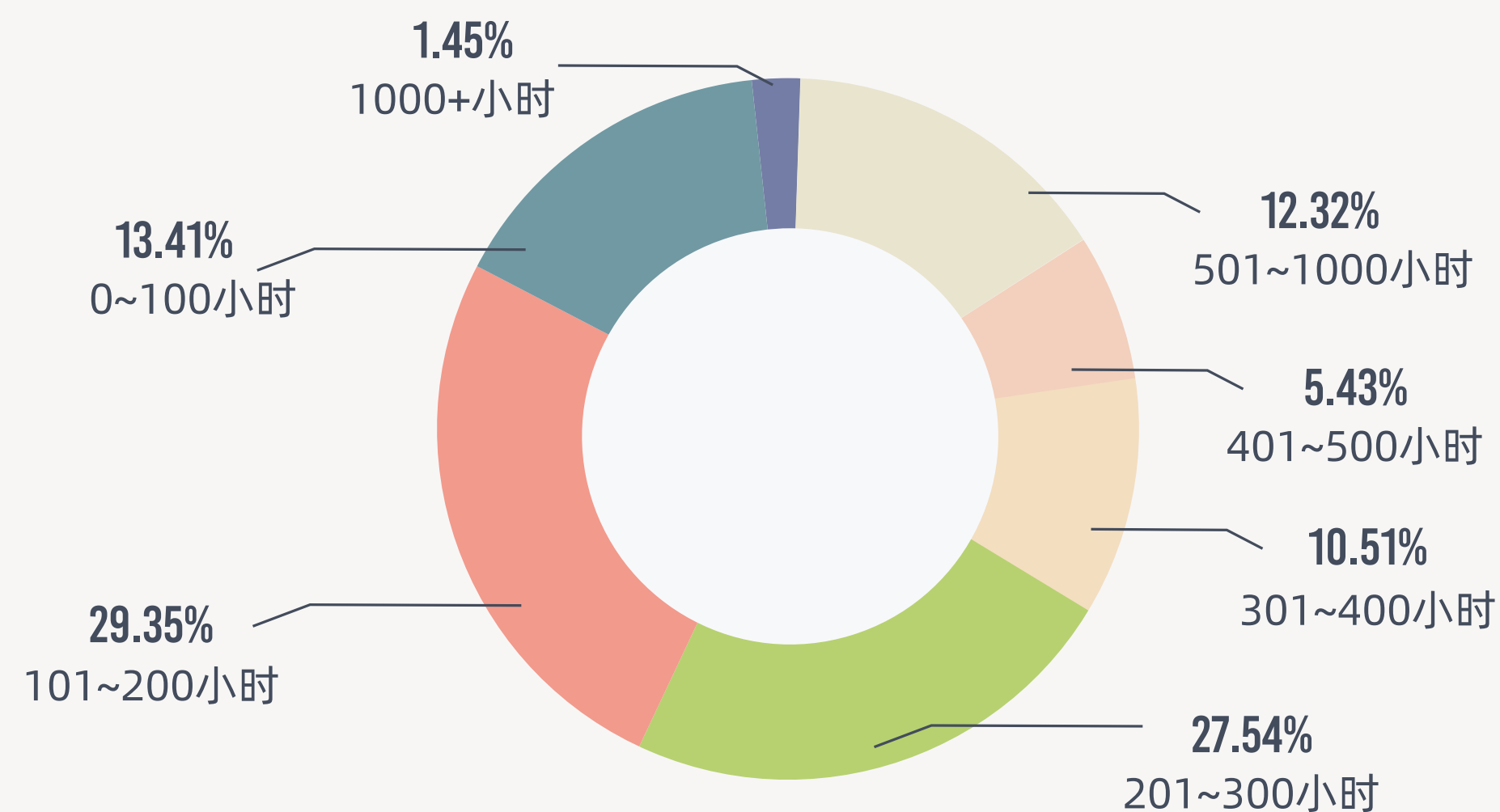
督导养成计划报名用户画像-年龄占比



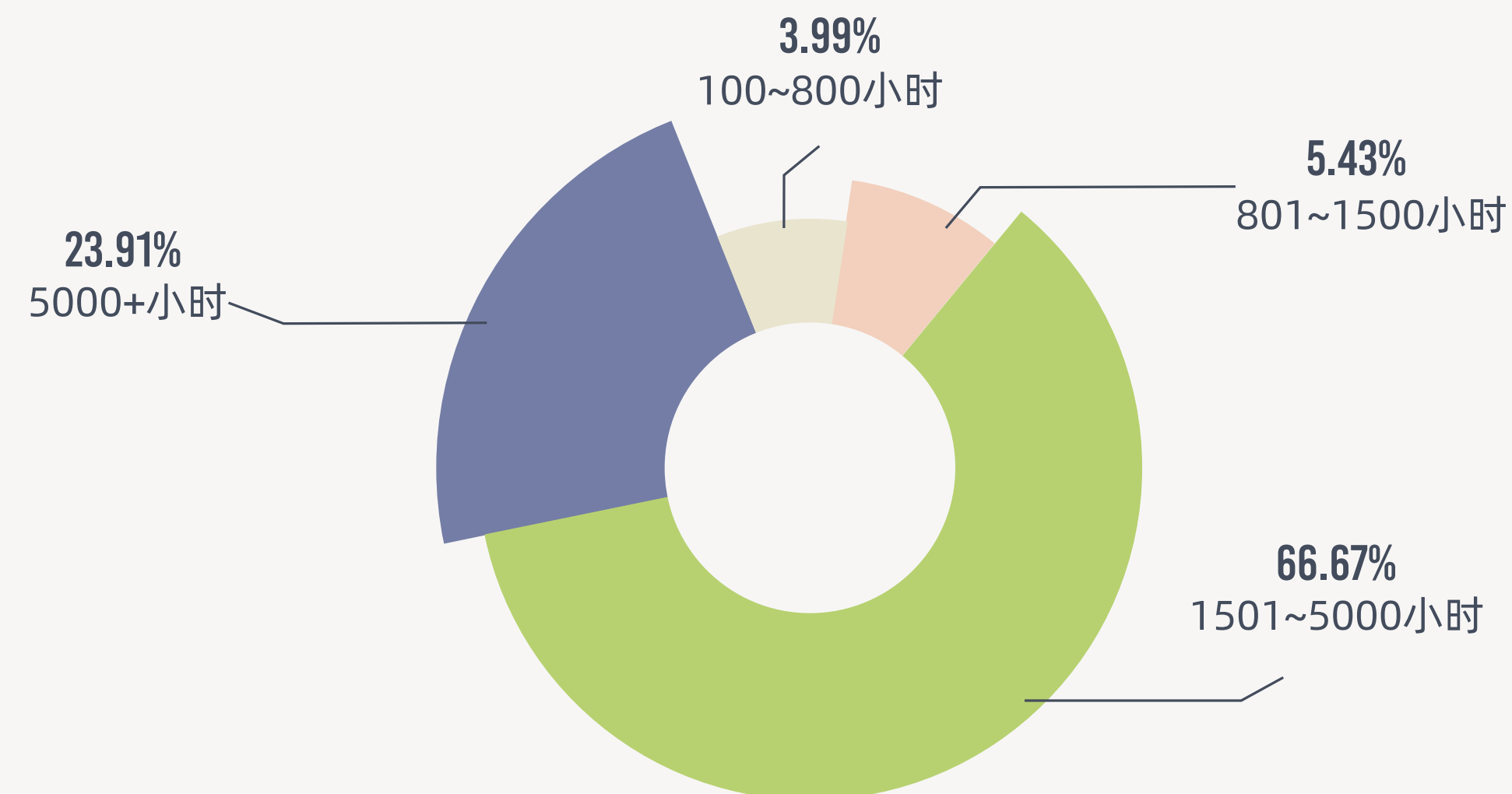
▶ 通过受督经验和个案时长调研发现，经验丰富的咨询师倾向于将督导师作为职业生涯的下一步。

- **受督经验：**多数用户受督时长介于101至300小时，但也有一部分用户展现了更丰富的受督经验。
- **咨询经验：**大部分报名用户具有深厚的个案咨询经验，尤其是1501至5000小时的区间内用户占比较高。

督导养成计划报名用户画像-受督时长占比

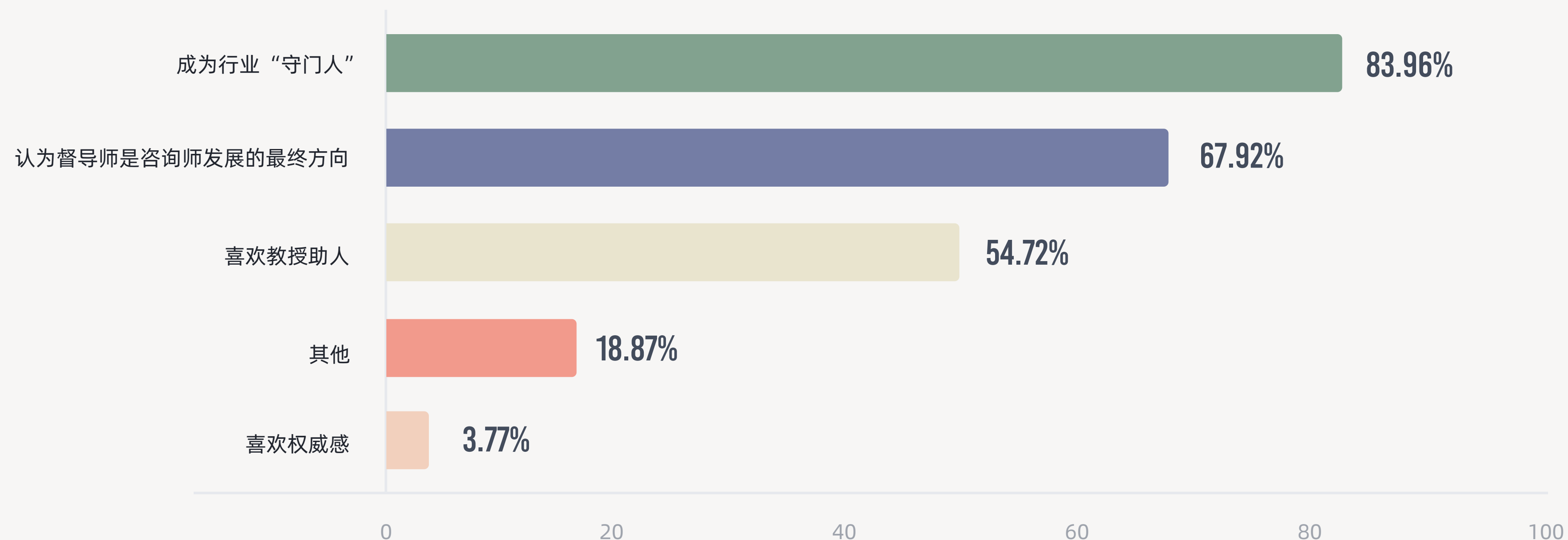


督导养成计划报名用户画像-个案咨询时长占比



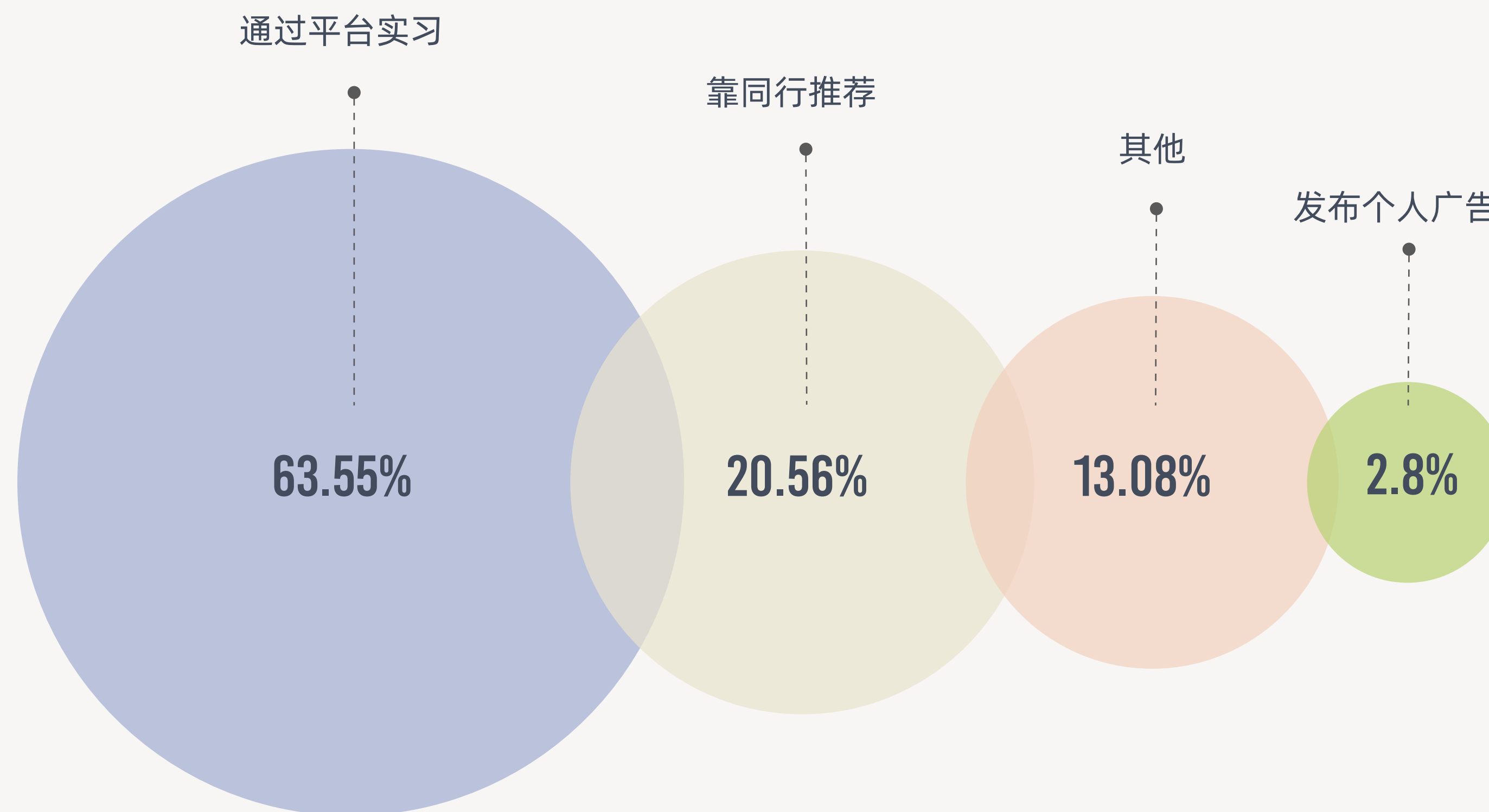
► 强烈的责任感是督导师主要的从业原因。

调研发现，督导师从业的主要原因是强烈的责任感，他们致力于确保来访者福祉并成为心理咨询行业的守门人，占比高达83.96%。多数督导师也视督导师角色为咨询师职业发展的终极目标（占比67.92%），并希望通过教授和指导帮助咨询师成长（占比54.72%）。仅有极少数督导师因喜欢权威感而选择成为督导师（占比3.77%），其他原因可归并为上述三大动因。



▶ 平台实习、同行推荐是督导师积累经验的两大主要途径。

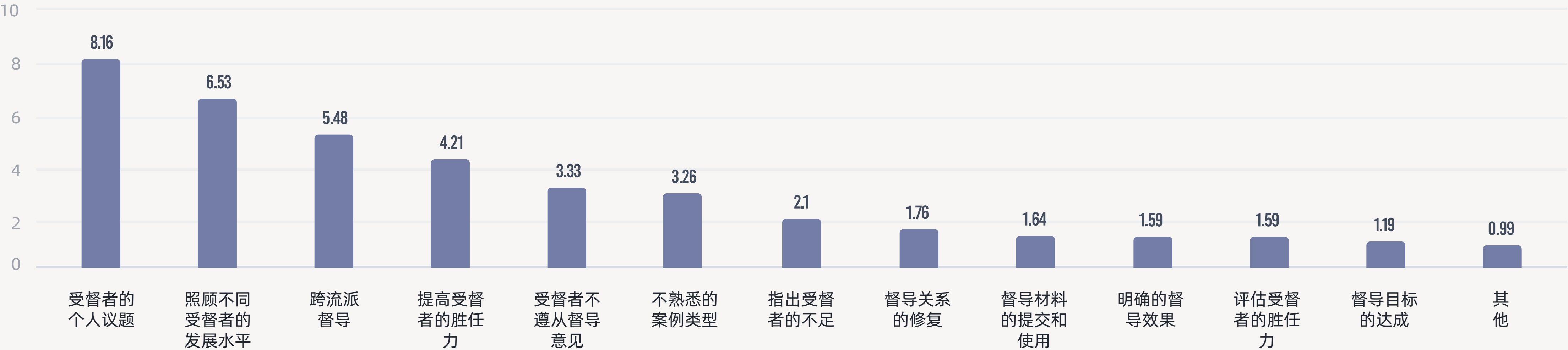
调研指出，**平台实习**是督导师积累实践经验的主要途径，凸显了专业平台对职业成长的促进作用。同行推荐位列第二，突显了专业网络的重要性。**发布个人广告**在提升实践经验方面效果有限，表明可能需结合其他方法提升个人品牌。同时，“其他”类别的存在表明有待进一步探索的多样化渠道，这为督导师职业发展提供了新的视角和可能性。



▶ 受督者个人议题是督导师工作中最大的挑战。

为深入了解督导师的工作现状并提供针对性支持，调研了督导过程中的主要难点。综合评分显示，受督者的个人议题是最大的挑战，其次是平衡不同受督者的发展水平、跨流派督导以及提升受督者的胜任力。相对而言，实现明确的督导效果、评估受督者胜任力和达成督导目标的难度评分较低。

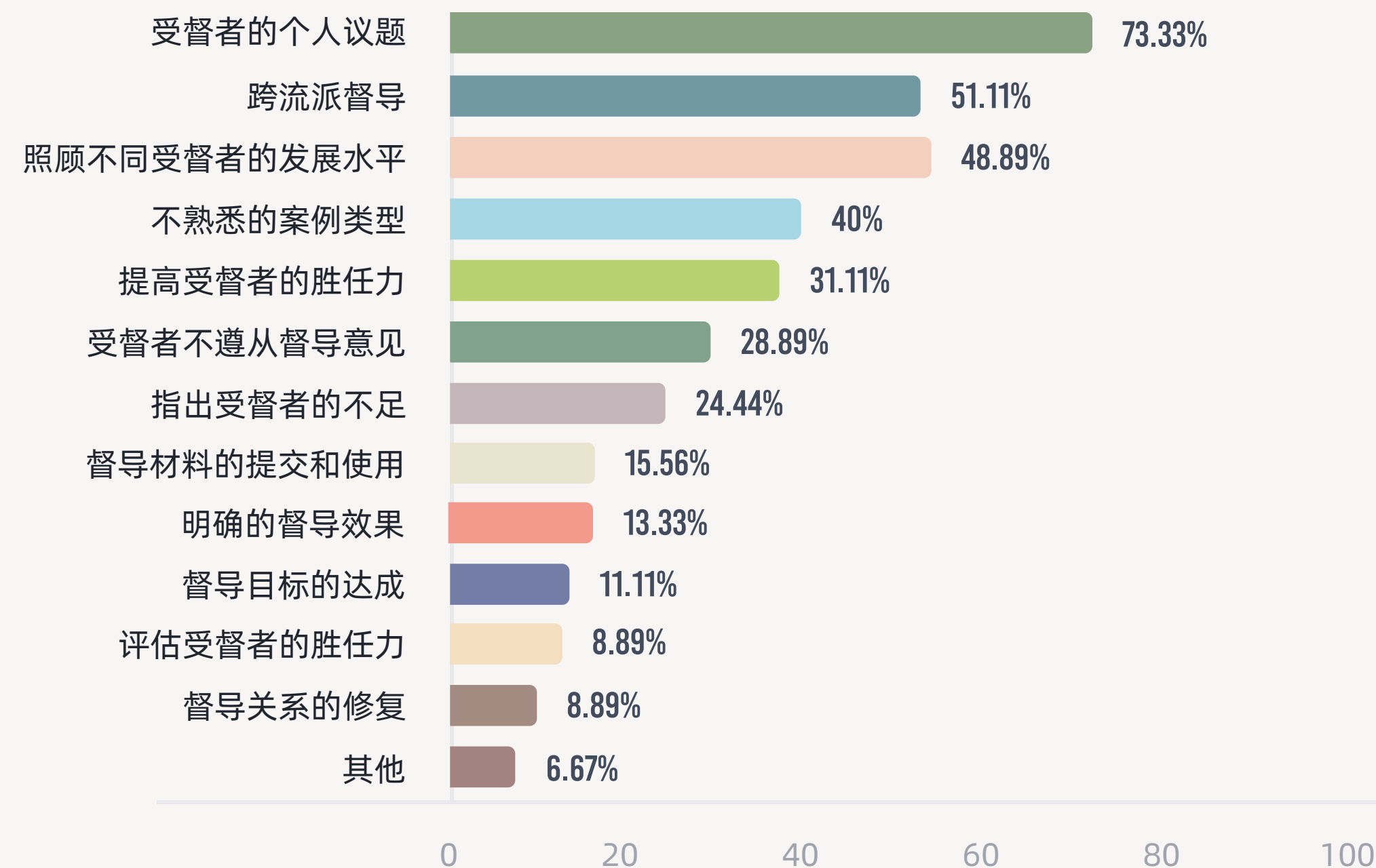
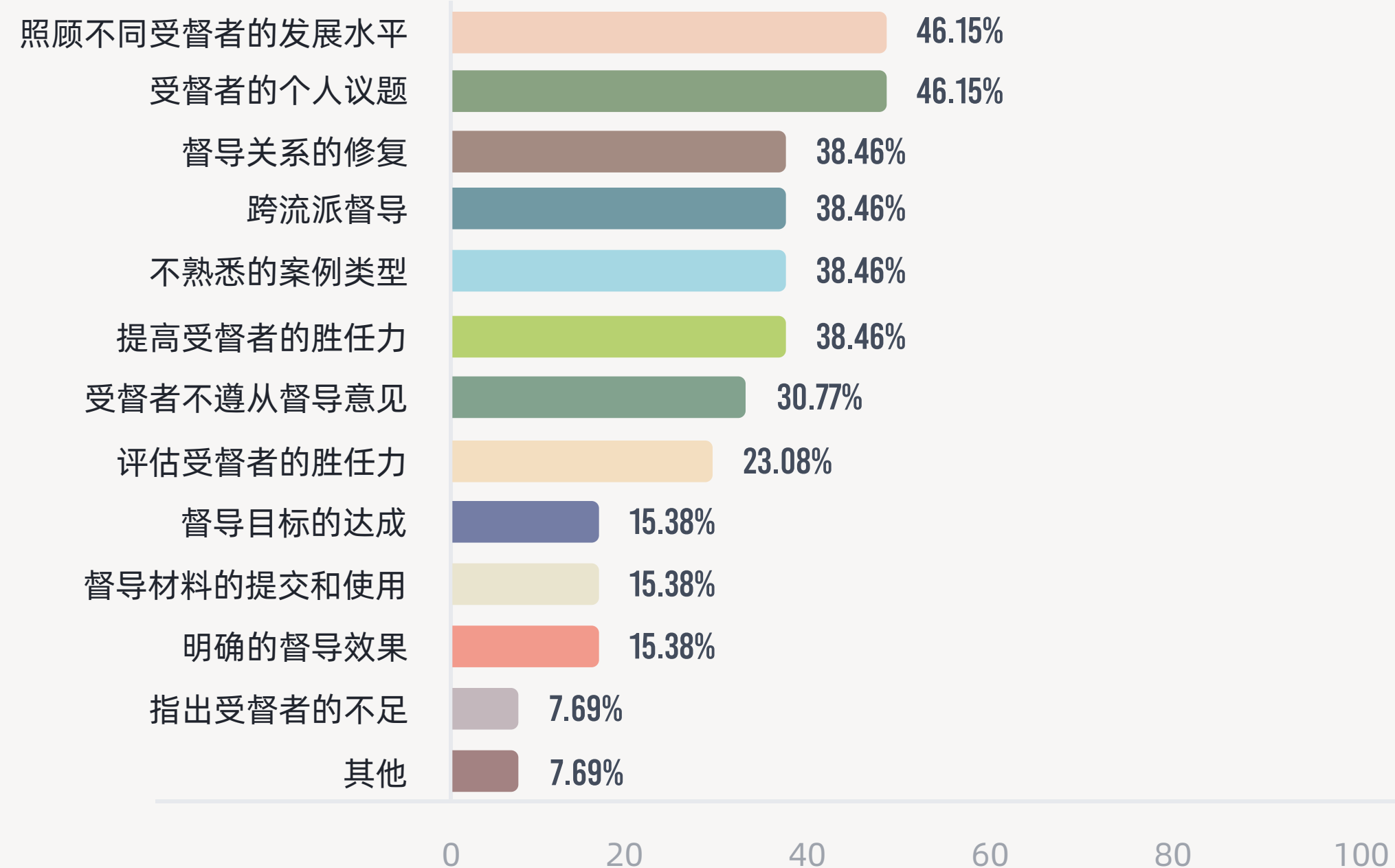
督导工作难点分析概览



*评分依据调研问卷结果的综合排序计算，得分越高，难点出现频率越高。

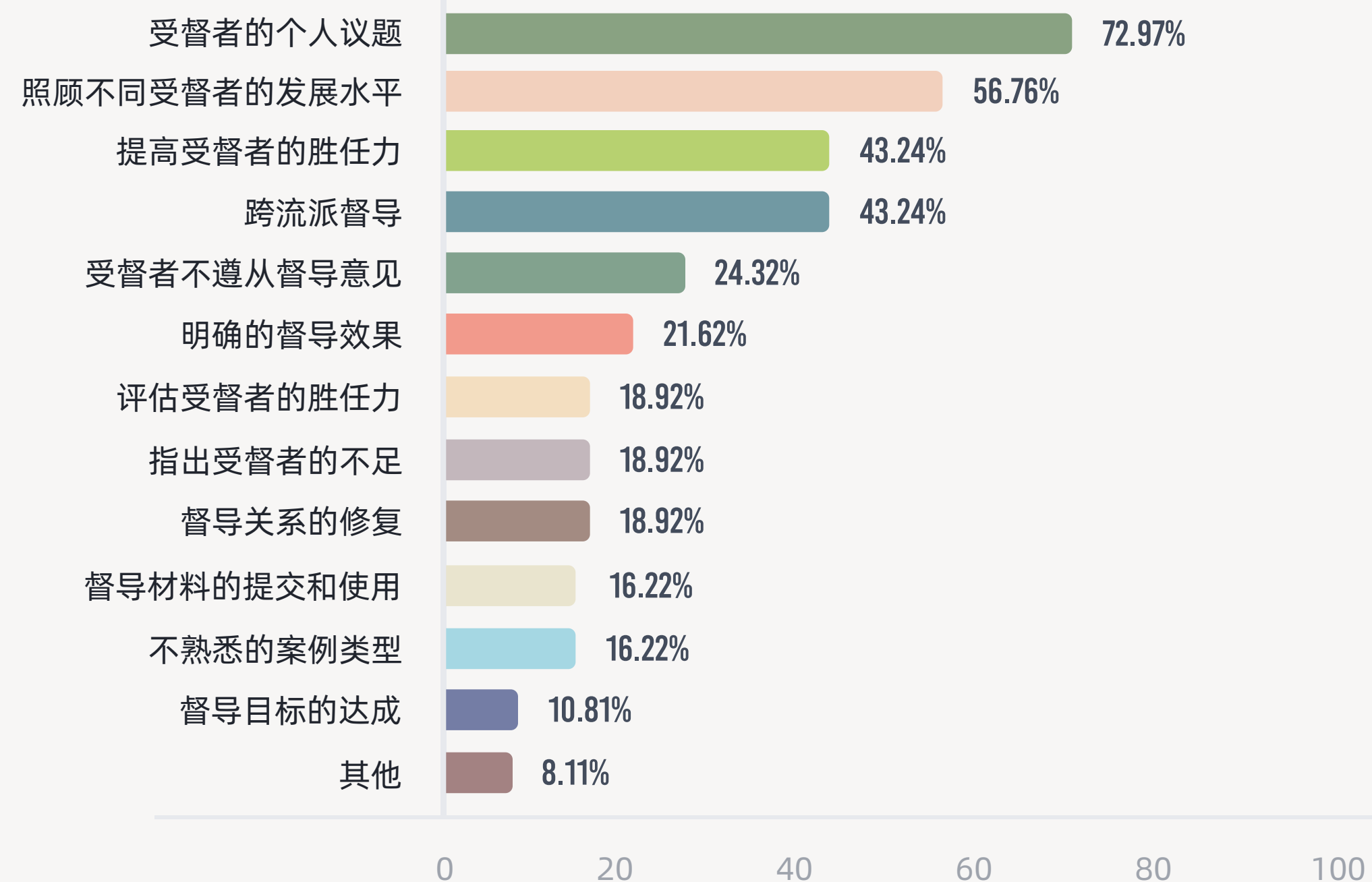
▶ 实习督导师和新手督导师面临的工作难点如下：

- **实习督导师：**更倾向于认为照顾不同受督者的发展水平和处理受督者的个人议题较为困难，而指出受督者不足的选择较少。
- **新手督导师：**面临受督者个人议题、跨流派督导和不同受督者发展水平的挑战，评估受督者胜任力和修复督导关系的选择较少。

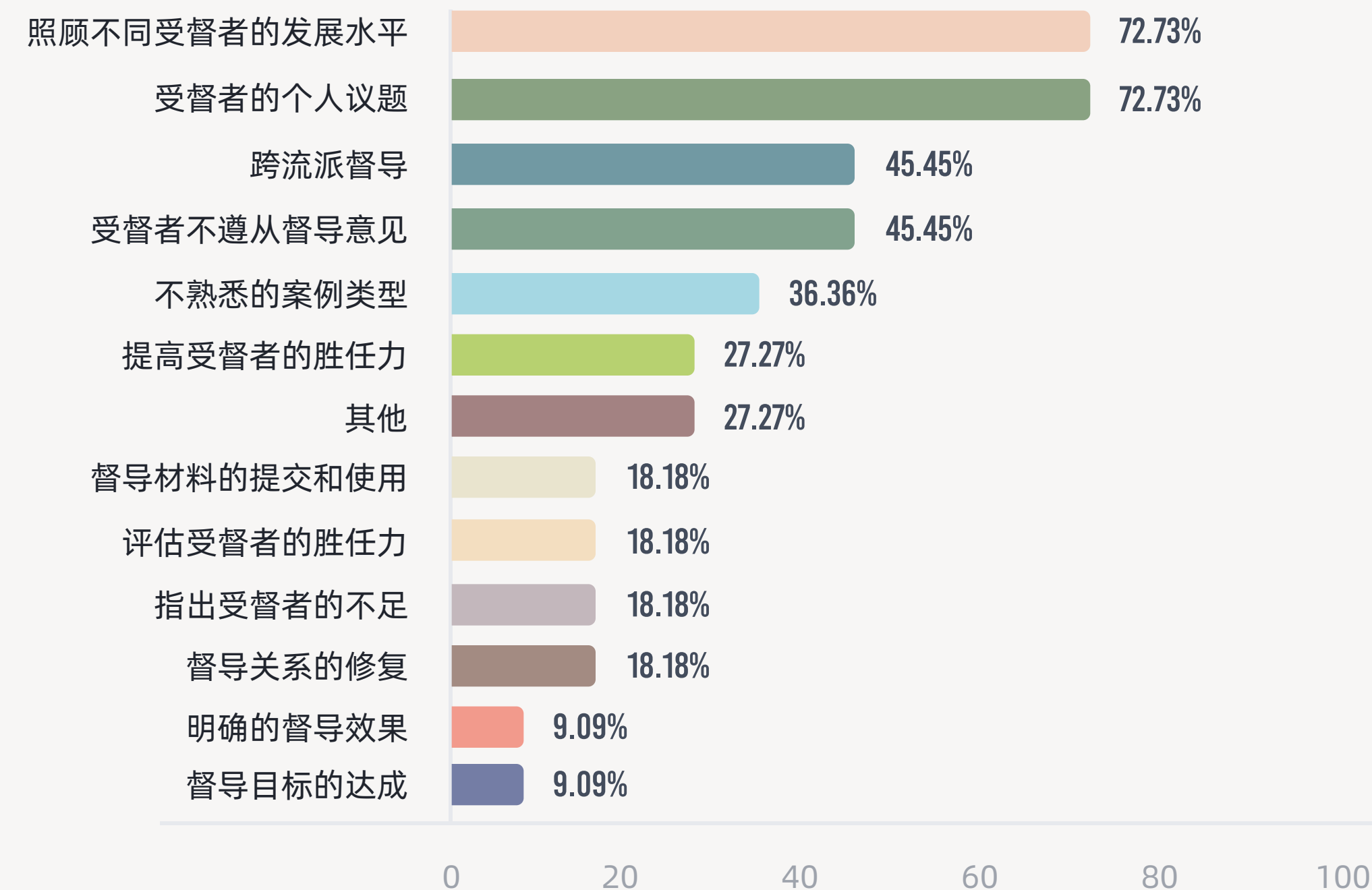


► 成熟督导师和督导师面临的工作难点。

- **成熟督导师：**认为受督者个人议题和不同受督者发展水平的照顾较为困难，而选择督导目标达成的难点较少。

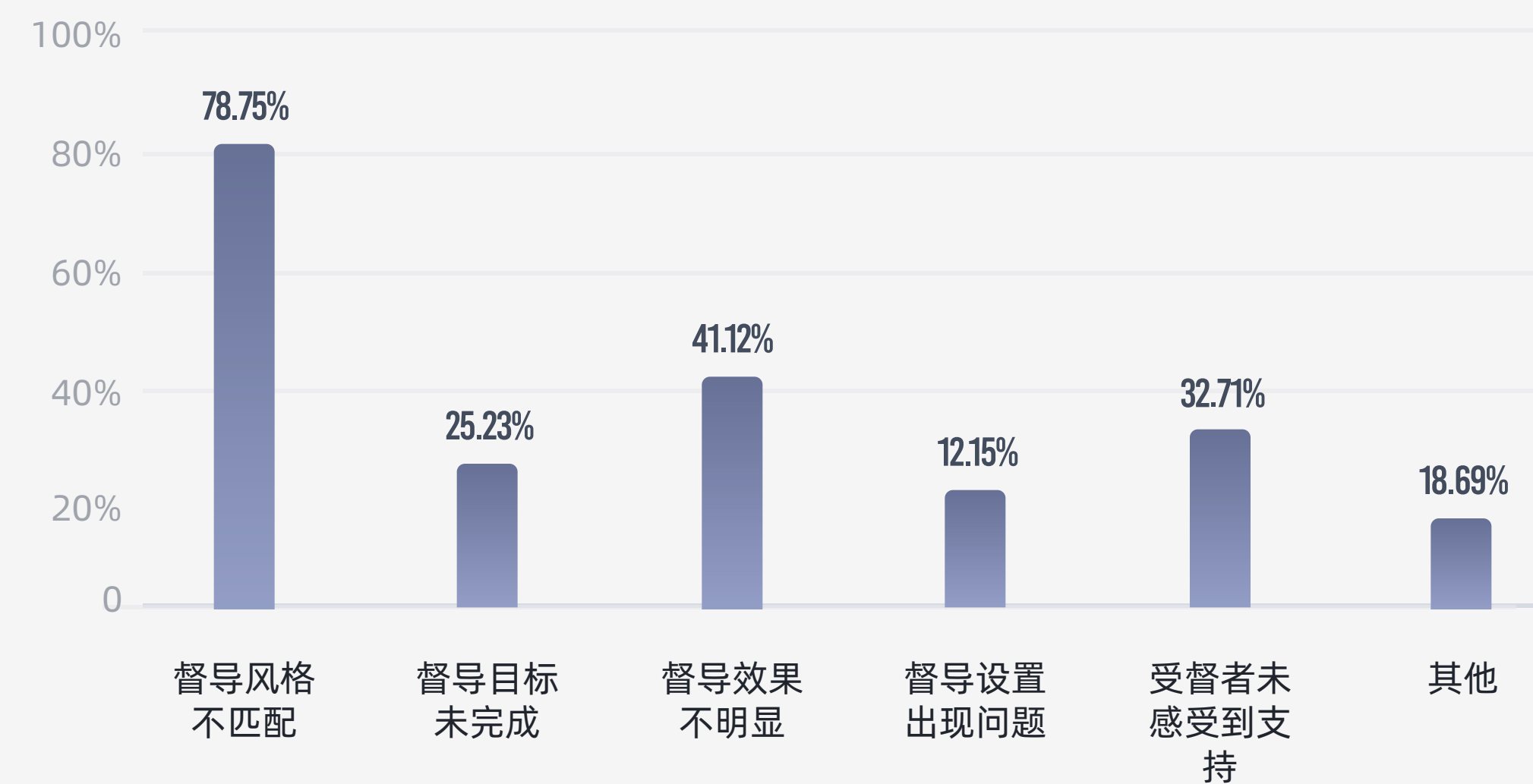
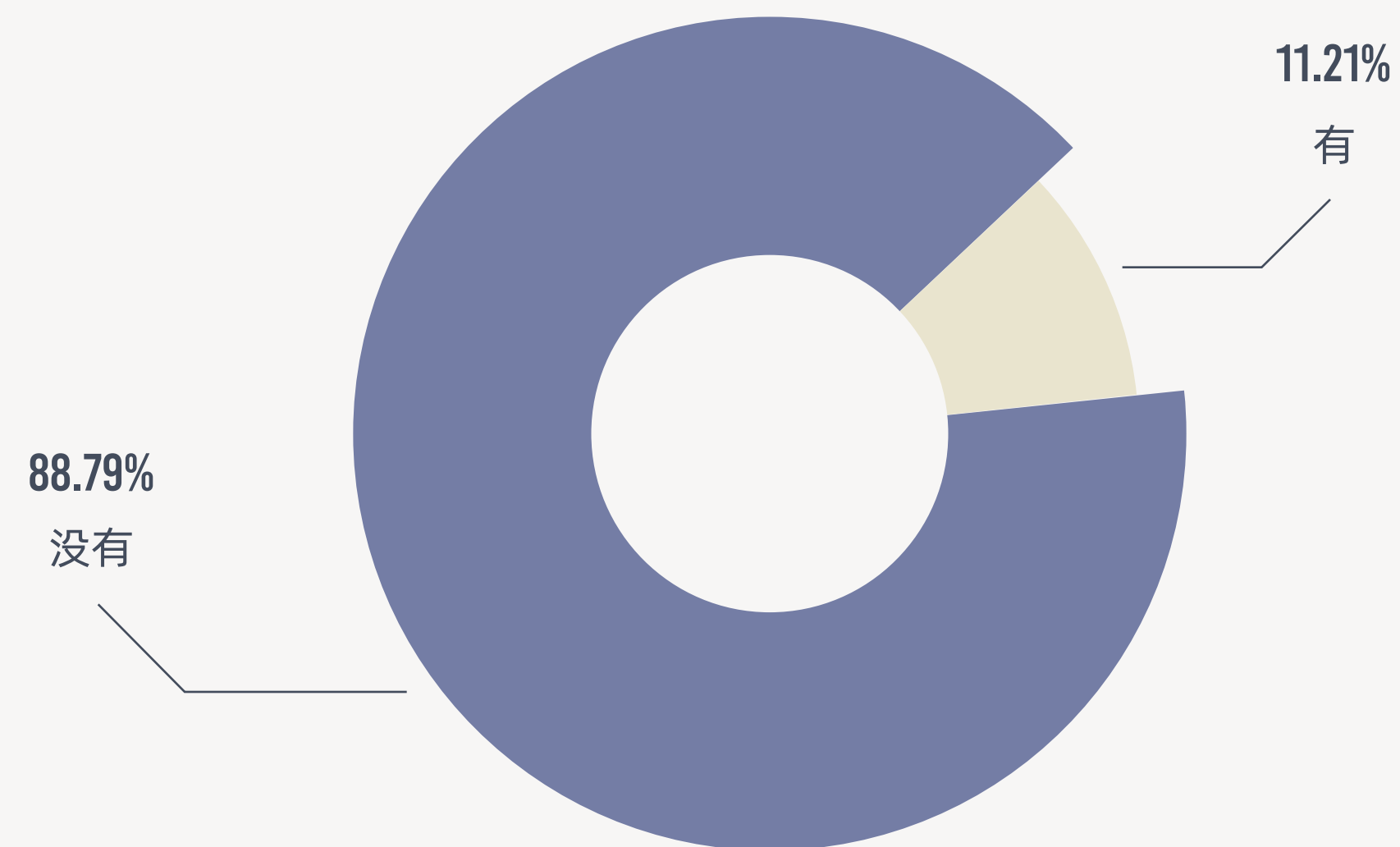


- **督督导：**同样认为受督者个人议题和不同受督者发展水平的照顾是难点，而选择督导目标达成和明确督导效果的难点较少。



▶ 1成督导师被受督投诉，督导风格匹配度是督导关系破裂的主要原因。

- 调研发现，11%的督导师曾遭遇受督者的投诉或指责。
- 督导师普遍认为受督者脱落或督导关系破裂的主要原因是督导风格不匹配（占比78.5%），这与受督者的观点相符，突显了匹配合适督导的重要性。



3.3.1 开放时间数量对收入的影响



► 督导师预约时段开放数量对预约和收入存在影响。

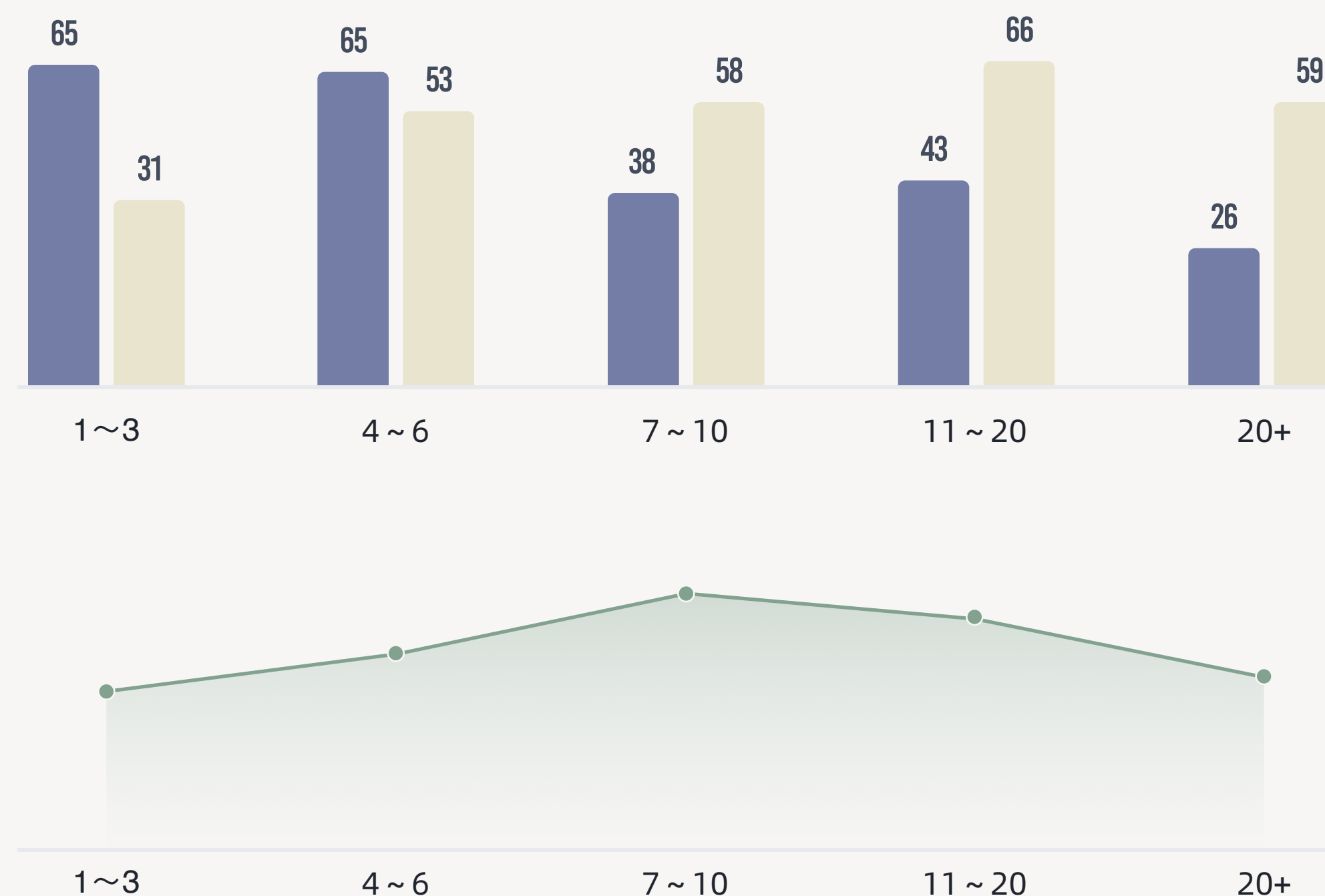
- **开放时段与预约次数：**增加开放时段通常会提升督导师的被预约次数，但每周超过20个时间段后，这种增长趋势会减缓。
- **开放时段与个督流水：**开放时段的增加与人均个督流水的提高正相关，然而，当超过10个时间段时，人均流水开始降低。

统计结论：

- 增加开放时段普遍能够增加督导师的预约量和个督收入，但存在一个上限，超过该阈值后，效益递减。
- 督导师需平衡资源分配，确保既有充足时间准备和休息，又能满足客户需求，以维持工作质量和效率。

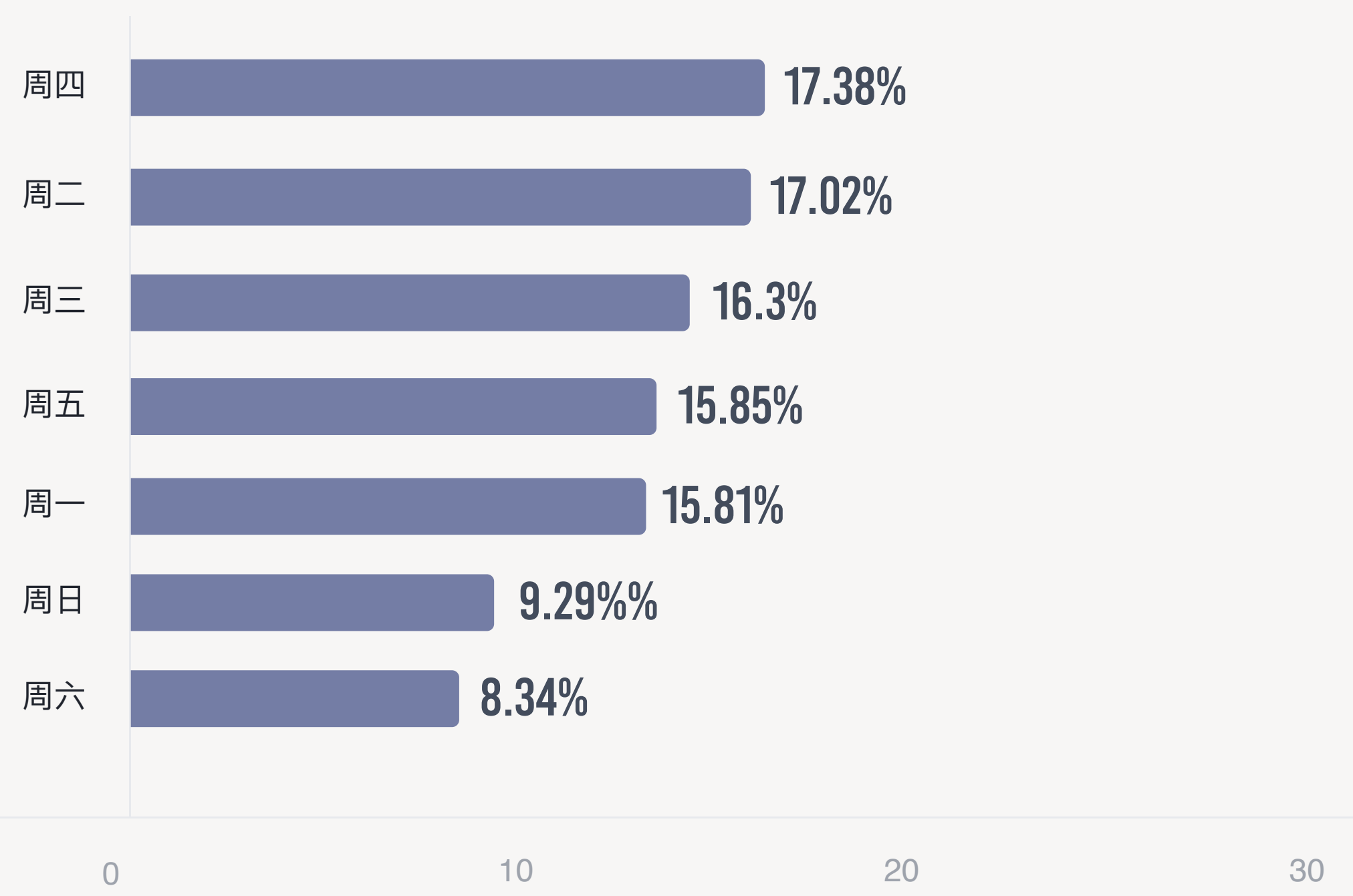
24年上半年每周开放时间段不同数量个督督导师被预约情况

■ 个督督导师数量 ■ 人均被预约次数 ■ 人均个督流水

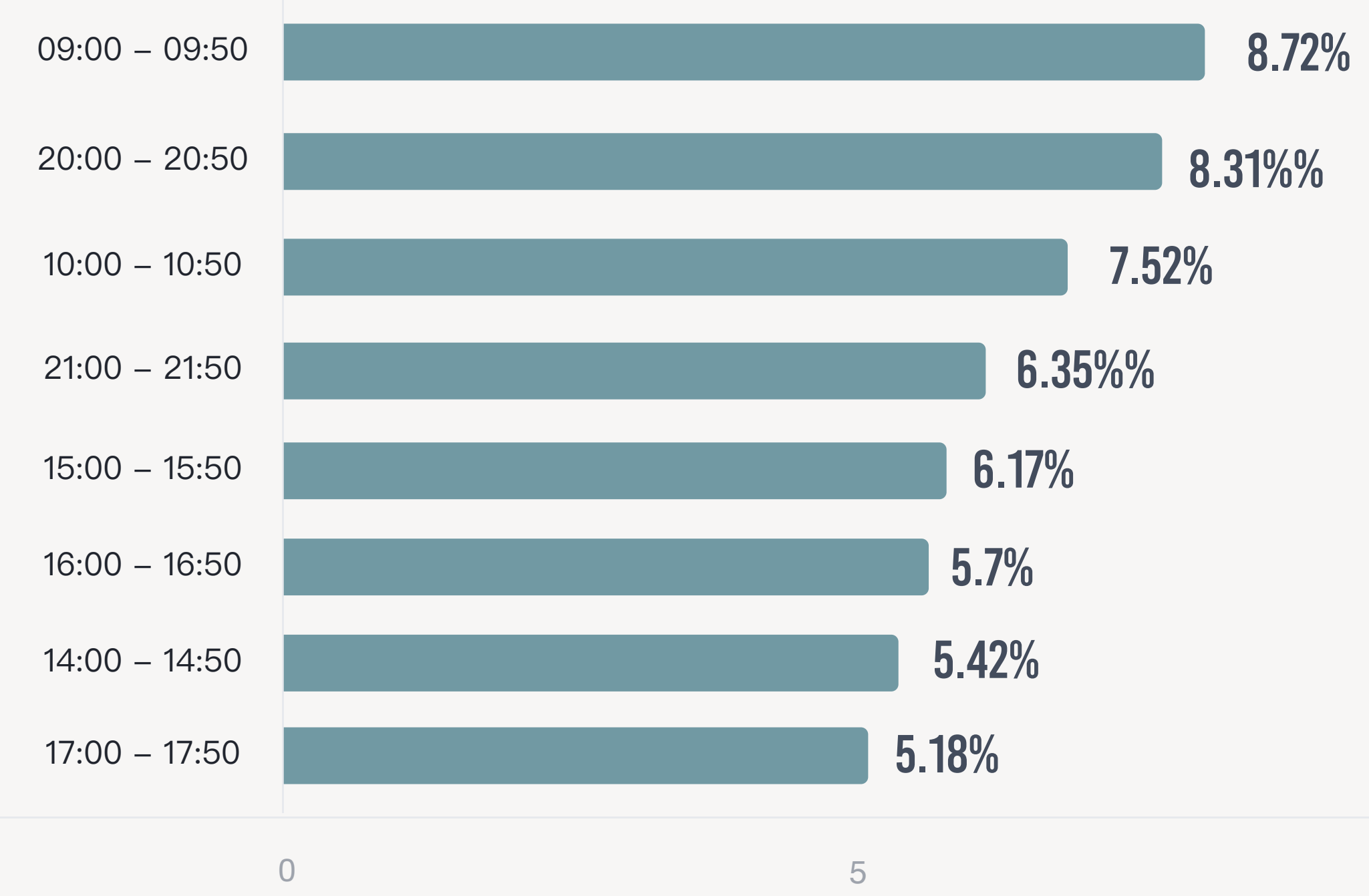


▶ 督导师工作日的早晚高峰预约量大。

个督用户-每周预约时间占比（22年5月~24年7月）



个督用户-预约具体时间段情况（22年5月~24年7月）



数据调查显示，早晨（09:00 - 09:50）和晚上（20:00 - 20:50）为预约高峰时段，其次是午休时间，而下午和傍晚的预约次数相对较少。综合分析结果，建议督导师在早晨和晚上高峰时段增加排班，同时注意到工作日的预约需求明显超过周末，因此督导师应重点在工作日开放更多场次。

3.3.3 价格对收入的影响



咨询师之家

心榜
PSYTOP

壹心理

► 用户更偏好价位在 301-400 元的督导师。

调研指出，用户市场中更偏好选择价位在301至400元的督导师，这可能关联性价比、市场定位及用户的支付能力。

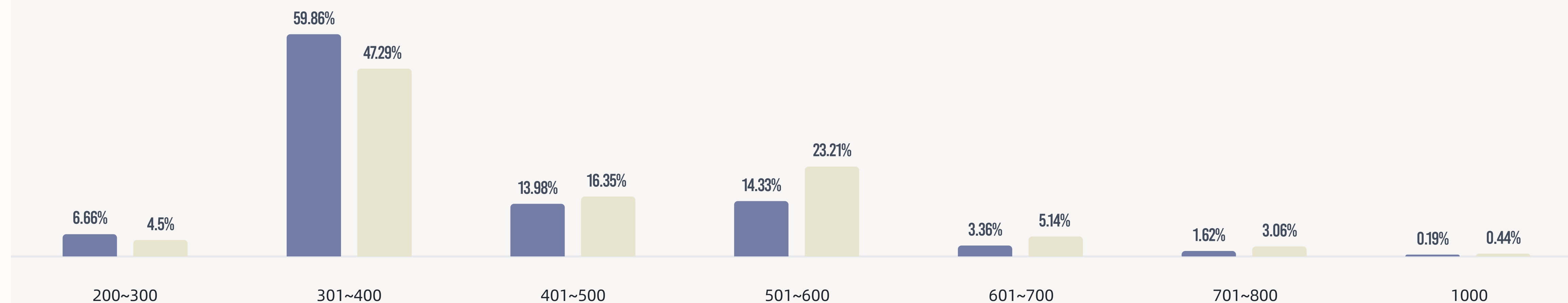
尽管高价位督导师的用户付费次数减少，但单次付费金额较高，对督导师总收入的贡献依然重要。

因此，平台和督导师需关注用户偏好，调整不同价位的服务质量和供应量，以更好地满足受督者的需求。

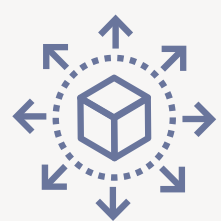
个督督导师-不同价位付费情况统计

*时间：2023年 ~ 2024年7月

■ 付费次数占比 ■ 付费流水占比



► 国内心理咨询督导积极发展，也面临挑战。



1. 资源分布不均：

不同机构特别是社会机构与高校、医院之间的督导资源分配极不均衡。不同地区之间也存在这个问题，经济发达的地区资源更为丰富。



2. 质量参差：

缺乏统一标准和认证体系导致督导水平不一，影响咨询师的专业提升。



3. 成本问题：

高质量督导的费用可能限制了一些咨询师获取服务的机会。



4. 意识不足：

部分咨询师未充分认识到督导的重要性，或因时间和经济成本未能积极寻求。



5. 效果评估缺失：

督导过程中缺少持续的测量工具，多依赖咨询师的主观评价。



6. 匹配难题：

咨询师普遍面临选择合适的督导师的困难，市场对匹配问题关注不足。

3.4.2 督导投诉现状



咨询师之家

心榜
PSYTOP

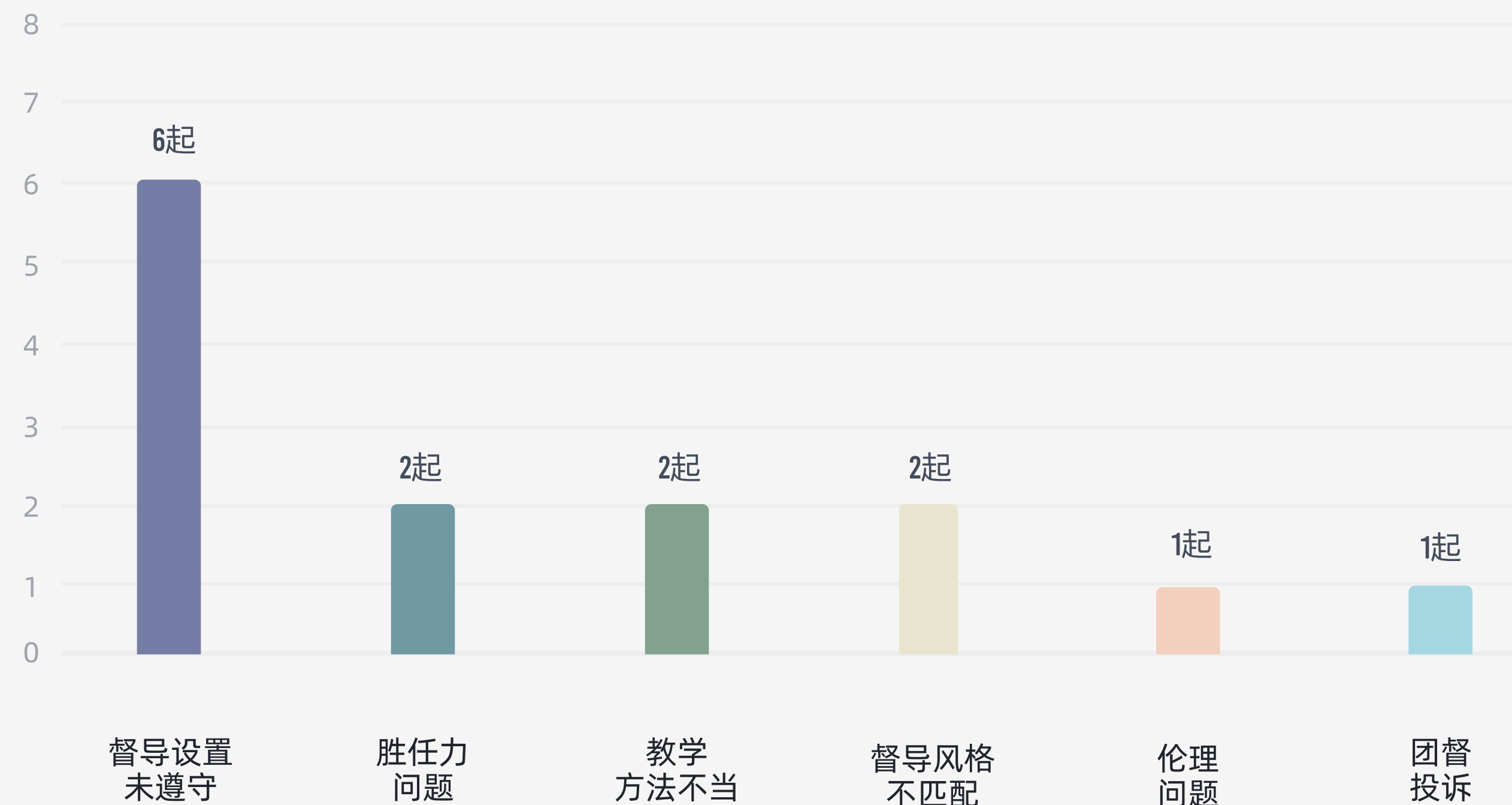
壹心理

▶ 督导被投诉的原因主要由于受督需求未被满足。

调研表明，只有11%的督导师接到过受督者的投诉，主要源于受督者感觉其需求未得到满足，如专业或情感支持不足。在2023年7月至2024年6月期间，壹心理平台共收到有效实名个督投诉10起，团督投诉1起，占总订单量的0.02%。投诉原因主要包括督导师未遵守约定（如迟到、未审阅个案报告）6起，督导风格不匹配2起，胜任力问题2起，以及教学方法不当2起。另有1起涉及督导师的伦理问题。

综合分析，受督咨询师的投诉多基于感受层面，认为未得到尊重，且督导师存在违反协议的行为。与咨询投诉相比，受督者较少直接反馈或通过第三方投诉，更倾向于在同行中讨论，这可能与督导权威感有关。

有效实名投诉



► 市场需求增长迅速，行业督导师短缺，发展空间大。

从供给方面来看，心理咨询行业在中国仍处于发展初期，专业医生和心理咨询师等人才相对稀缺。据2020年数据显示，中国约有4万名精神科医生，每10万人中仅有2.9名，与发达国家相比，医疗资源水平较低，相关专业人才数量不足。此外，真正受薪从业、具备执业水平的心理咨询师数量在5-10万之间，表明行业供给存在较大缺口。

从需求方面来看，心理咨询行业市场规模呈现稳定上涨态势。2022年中国心理咨询行业市场规模约为638.1亿元，人均花费与人们对于心理健康的重视有关，越来越多的人愿意为解决心理问题支付费用。然而，心理咨询服务及情绪健康的自助式产品大多游离在医保体系外，价格较高，成为需求端的主要障碍。

在督导市场方面，成为资深咨询师需要投入大量的时间和金钱，包括专业学习、督导费用和个人体验等，这导致市场上资深督导师的供给不足。同时，心理咨询机构在适应互联网化和数字化转型过程中面临技术壁垒和资金压力，特别是中小机构在转型过程中遇到强烈阵痛。

总体来看，国内心理咨询行业督导市场供给不足，需求增长迅速，行业面临人才短缺、服务成本高等挑战。随着心理健康行业的发展，预计心理咨询行业督导市场将有更大的发展空间。

► 从督导的专业发展角度看未来的心理咨询督导发展方向将会围绕提高服务质量、增强专业性规范性、适应技术变革等多个方面展开。

1. 提升督导匹配成功率：

通过引入测量工具，优化督导师信息展示内容与方式，加强用户教育等方式；

2. 提升督导效果：

通过效果评估问卷，加入刻意练习，贯彻督导负责制

3. 加强平台对督导师的支持：

专业部分帮助组织朋辈督导，针对新手督导师的定期团督和分享会；从督导师的个人 IP 打造上也会提供内容以及专业团队的运营支持，帮助督导师在开展督导业务的同时拓展心理讲师、团体带领等多样的职业空间。



关于【咨询师之家】

咨询师之家"是壹心理旗下专为心理咨询师设计的学习和成长平台。我们致力于打造优质课程和服务体系，确保每位用户都能得到专业指导和支持。我们的目标是成为国内心理咨询师的首选平台，通过卓越的服务帮助咨询师在专业道路上不断进步。

► 起步阶段

我们有“朝阳计划”项目，运营超过8年时间，培养近万名具备心理咨询综合胜任力的心理咨询师。项目提供个案练习和督导，首创导师制，帮助咨询师建立坚实的专业基础。

► 专业提升

我们提供多样化的进阶课程，包括认知行为疗法（CBT）、艾瑞克森催眠、精神分析、家庭治疗、叙事疗法、儿童青少年咨询等，满足不同方向的需要，助力咨询师实现专业到卓越的飞跃。

► 执业支持

我们为心理咨询师、治疗师等提供专业督导服务，包括个体督导、团体督导、平辈督导和个人体验，提供个性化指导和反馈，确保咨询师的执业之路既稳健又高效。



督导示范教学

该项目为“壹心理·咨询师之家”在中国本土首创的督导示范形式。

突破以往“10-30人小团体督导形式”和“个体督导”的督导形式，以中国高速发展的互联网作为载体，创新出10000人甚至100000人均可观摩的督导教学模式。

20W

用户参与

自2020年上线至今，已有超过20万用户参与，因此占领了中国本土绝大多数心理助人者群体。这也足以证明心理行业从业者，对督导的刚性需求。

汇聚16位 行业知名大咖

童俊、赵旭东重磅回归！



医学博士



主任医师
精神病学教授



主任医师，IPA认证精神分析师



精神科副主任医师



临床心理科主任
医师



精神科医师
医学院教授



心理学硕士
哲学博士



认知行为治疗
督导师

全年直播 见习近60个真实案例

从壹心理入驻咨询师、咨询师之家合作导师团队，数万个案中层层甄选典型、优质案例

个体督导

为满足中国心理咨询师、治疗师等的督导需求，平台开设了个体督导，心理咨询师可以在平台自由选择预约督导师的时间，进行个体督导。

10W
用户参与

平台目前已有近10
万中国心理咨询师
参与个体督导。



封闭团体督导

为满足中国心理咨询师、治疗师等的督导需求，平台开设了10人-30人的封闭式团体督导服务，心理咨询师可以在平台自由加入封闭式督导小组，进行督导服务。

5W
用户参与

平台目前已为中国心理咨询师提供超5万人次封闭式团体督导服务。



咨询现场观摩

为了满足中国心理学爱好者的需求，继《督导示范教学》后又推出了《心理咨询观摩计划》项目。《心理咨询观摩计划》通过网络直播/回放的方式，深度还原心理咨询第一现场，展示多个心理学流派的咨询全过程。用户可以观摩心理咨询师做咨询的现场演示，从更直观、专业的角度学习咨询核心理论、实操技术。

10W+
用户付费

该项目上线至今也超过10万+用户付费，联动国内外心理行业领路人，提供150+场专业见习，8大心理学流派、心理学工具的咨询现场演示。

优质案例 持续扩充

- 海量实战见习 新增60个咨询现场,每周持续更新
- 大咖演示咨询 14位大咖演示纯正咨询,0距离观摩
- 多元技能整合 涵盖8大流派、上百种议题与技术
- 签名证书加持 全250h证书,导师与平台双认证

14位国内外大咖 联合授课



朝阳计划

该项目为心理咨询师执业培养项目(又称“朝阳计划”),致力于为全国想成为心理咨询师的用户提供一站式的心理咨询师入行规划及培养,使其入行成为一名合格的心理咨询师。

8年

运营时间

该项目已运营超过8年时间,为中国输送了近万名具备心理咨询综合胜任力的心理咨询师。

朝阳计划·全新升级

执业心理咨询师 培养项目

师徒制

- ◎ 2.5年700h培养
- ◎ 三阶段110次实习
- ◎ 100h专业督导
- ◎ 申请入驻官方平台

► 合作大咖督导，平台专业保障



徐勇

注册系统督导师

上海精卫中心副主任

中德精神分析项目主要负责人



林祺堂

台湾彰化师范大学辅导与谘商学系博士；台湾清华大学教育心理与谘商学系兼任助理教授



王虓

曾任上海精卫中心精神科医师
Tavistock中心国际发展部主管
英国精分协会认证心理治疗师



卢林

注册系统督导师（D-21-034）

华中科技大学同济医学院神经科

神经科主任医师



王亚南

壹心理学术委员会委员

英国心理治疗师协会注册督导

奥克兰大学博士在读

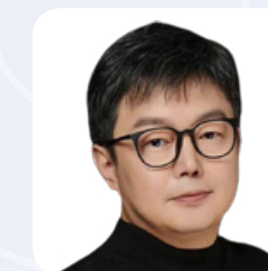


王恒

英国分析心理学协会候选人

Routledge分析心理学方向审稿人

国际心理分析学会中国学会委员



汤海鹏

精神科医师

CPS精分专委会会员

曾任武汉中德心理医院院长



丛中

曾任北大第六医院主任医师

CPS精分专委会常务委员



严和来

第一批中国拉康派精神分析师

法国弗洛伊德精分协会分析师

《拉康十讲》作者

*仅展示部分，更多优秀督导师请前往咨询师之家查看...



► 扫码领取督导新人福利

· 新人福利 ·



20份督导常用资料
添加助手免费领取



30大受督难点全解
限时1周，新用户专享价



24年督导示范课程权益
30天免费畅学



210元无门槛督导券包
团督、个督均可优惠

欢迎优秀督导师入驻

► 各种项目合作，提供多样选择



团体督导

面向新手、资深、成熟咨询师，开设团体督导小组75个，覆盖咨询中所有主流流派与疗法。



个体督导

平台现已入驻个体督导师200余位，与多位成熟督导师展开稳定合作。



1V2督导

国内首个大范围开展1V2督导的平台，已正式上线并稳定开展1V2督导工作。

▶ 平台专业支持，提供执业帮助



入驻流程清晰

业内专业工作人员负责资料审核、入驻工作，全程标准透明、环节快速



用户基数庞大

专为咨询师服务的督导平台，月活用户近10万人，大量受督需求



平台全程保障

督导前后，平台全程提供服务、设备支持，实现专业、伦理保障。



个人形象打造

提供督导师专栏，为督导师量身定制个人IP，借助平台资源，打开督导师的个人知名度



有意入驻或者进行合作的老师，请添加工作人员



为了推动中国心理行业督导的完善与发展，咨询师之家携手心榜、壹心理于2024年9月7日举办“无督导 不咨询——2024年中国心理行业督导大会”。汇聚心理行业大咖与精英，共话心理督导新篇章。把握时代脉搏，掌握心理督导最新趋势，让我们携手见证心理行业督导的力量。这不仅是一场知识的盛宴，更是您职业生涯的加速器。

▶ 大会六大亮点抢先看

**01 最新督导
报告解读**

洞察行业新前沿

**02 6位行业
大咖精英**

共话心理督导发展

**03 6场
主题演讲**

助咨询师与督导师共成长

**04 180min
精华示范**

直击大咖实操现场

**05 权威媒体
力推**

提升心理行业影响力

**06 超值
直播体验**

低成本实时提升技能



名额有限，快来扫码报名，
共赴这场心理行业盛典吧！

特别说明

► 报告中的数据来源来自两个方面：

①壹心理以及旗下平台，包含咨询师之家、此刻心理等平台的相关用户行为数据，约1万份

②用户调研问卷，共500份

特别感谢

► 报告课题组成员

撰写：张婉莹、郑成云、黄超

专业支持：景梦欣、罗玥

数据支持：覃熙宇

设计：吴清霞&壹心理全体设计同事

以及献出宝贵的时间，参与问卷填写和调研的每一位咨询师和督导师，是你们真诚的建议助力此份报告的形成！在这个充满挑战的心理助人行业，壹心理永远陪伴大家并且为大家提供支持！

版权声明

本报告为广州市人心网络科技有限公司制作，报告中所有的文字、图片、表格均受有关商标和著作权的法律保护，部分文字和数据采集于公开信息，所有权为原作者所有。没有经过本公司新媒体许可，任何组织和个人不得以任何形式复制或传递。任何未经授权使用本报告的相关商业行为都将违反《中华人民共和国著作权法》和其他法律法规以及有关国际公约的规定壹心理将追究侵权方的侵权法律责任。

关于我们



壹心理公众号

13年专业心理咨询
品牌



心榜

200万心理工作者
的从业指南



咨询师之家

心理工作者的交流
与督导平台