

# 高校心理咨询的界限：法律与伦理的维度

姚 斌

(西安交通大学 大学生心理健康教育与咨询中心, 陕西 西安 710049)

**[摘要]** 依据《精神卫生法》和《临床与咨询心理学伦理守则》相关规定, 高校心理咨询的对象应该是存在心理问题及发展需要而主动求助的学生; 咨询目标应考虑问题的难度、心理咨询师个人能力及机构的服务能力; 应注意避免多重关系并处理好与学生管理者的关系; 应为咨询的内容保密并在适当的情况下突破保密原则; 心理咨询师应做好知情同意, 适度暴露个人信息, 根据需求了解来访者信息; 只要不对精神障碍患者开展工作, 心理咨询与治疗的各种方法都可以在高校应用。心理咨询师要把握好咨询界限, 促进良好咨询关系的建立, 提高心理咨询的效果。

**[关键词]** 高校心理咨询 界限 法律 伦理

**[中图分类号]** G448 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1007-192X(2018)05-0089-06

近年来, 我国高校心理咨询快速发展, 逐渐成为解决学生心理问题、促进学生健康成长的重要途径。一方面, 各高校普遍成立心理咨询专业机构, 配备专职心理咨询师, 开展心理咨询的条件更加完备; 另一方面, 随着心理健康教育和宣传工作的深入开展, 大学生对心理咨询的认可度日益提高。<sup>[1]</sup>但在心理咨询实践中, 一些心理咨询师存在工作界限不清、违背伦理规范的问题。心理咨询是一项职业化、专业化活动, 与朋友间聊天和熟人间的帮助有着本质的区别, 其中最主要的就是在这种工作关系中心理咨询师与来访者要保持一定的界限, 这样才可以比较中立、客观地帮助来访者分析和解决问题。明确界限, 与来访者保持一定的距离, 可以减少来访者的顾虑, 增强对心理咨询师的信任, 使咨询过程保持在专业的、有助于问题解决的范围内。

法律和伦理守则是规范心理咨询行为的基本依据。在伦理守则方面, 2001年8月, 劳动和社会保障部颁布了《心理咨询师国家职业资格标准》, 其中对职业道德准则作了规定; 2007年, 中国心理学会临床与咨询心理学专业委员会颁布了《中国心理

学会临床与咨询心理学工作伦理守则》(以下简称《伦理守则》), 对心理咨询的伦理规范作了详细的说明; 2013年5月, 我国首部《精神卫生法》颁布实施, 其中对心理健康教育和心理咨询提出了一定的规范和要求。本文结合高校心理咨询工作实际, 从相关法律和伦理守则的角度分析高校心理咨询工作中应保持的界限, 为高校心理咨询师提供参考。

## 一、心理咨询对象的界限

高校心理咨询的对象应当是哪些人? 是不是每一个前来求助的学生都适合做咨询? 是不是本校每一个出现心理问题的学生都要前来咨询? 对这些问题的回答并不那么简单。事实上, 一些心理咨询师的困惑正是因为没有把握好哪些人该做咨询、哪些人该不该做咨询。

《心理咨询师国家职业标准》将心理咨询师职业定义为“运用心理学以及相关学科的专业知识, 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”。《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》

(2007)对心理咨询的界定是:在良好咨询关系的基础上,由经过专业训练的心理师运用咨询心理学的有关理论和技术,对有一般心理问题的求助者进行帮助的过程,以消除或缓解求助者的心理问题,促进其个体的良好适应和协调发展。这两个概念说明了解除心理问题、促进协调发展是心理咨询的主要任务。

《精神卫生法》第二十三条规定:“心理咨询人员不得从事心理治疗或者精神障碍的诊断、治疗。心理咨询人员发现接受咨询的人员可能患有精神障碍的,应当建议其到符合本法规定的医疗机构就诊。”这里明确了不能对精神障碍进行诊断治疗,这就要求心理咨询师具备对精神障碍的基本识别能力,知道哪些情况需要转介给医疗机构进行诊断治疗。

能否对正在接受医疗的轻度精神障碍(如神经症)或康复期精神障碍患者进行辅助咨询?《精神卫生法》没有明确规定,但在由全国人大常委会法制工作委员会行政法室编辑出版的《〈中华人民共和国精神卫生法〉释义及实用指南》中说明了已经有人大常委提出了类似意见。现实中,有60%的高校心理咨询师曾为有精神障碍的来访者提供心理辅导,<sup>[2]</sup>从患者需求和精神医学治疗需要来看,对精神障碍患者的辅助心理咨询是必要的,只要不耽误或影响正常医疗过程,不夸大心理咨询的作用,就可以起到临床医疗和心理咨询相辅相成的效果,有助于精神障碍患者的康复,当然存在自知力缺陷、有精神病性症状以及智能障碍的患者除外。尤其在高校,学校对学生负有教育和管理的责任,对于精神障碍患者,心理咨询中心不能一推了之,而是要帮助其认可医疗、接受医疗,并且在学生环境适应和人格完善方面发挥积极作用。

被动来访是高校心理咨询经常遇到的情况。学生不认为自己有问题,而家长或者辅导员认为其有问题,要求或者强迫其前来咨询。被动来访者在咨询中不愿自我暴露、不愿配合改变,导致咨询往往没有效果。对于被动来访者,可以做两个方面的工作:一方面是改变来访者对咨询的态度,使其了解心理咨询的中立原则,将被动咨询扭转为主动咨

询;另一方面是请家长或辅导员做类似的工作,在家长或辅导员与心理咨询师沟通后,由他们先对学生做工作,学生同意后再前来接受咨询。

另外,解决心理问题并非仅有心理咨询一条途径,自我调节、社会支持、现实改变等都可以起到类似的作用。所以当出现心理问题时是否前来咨询完全应出于学生本人的意愿,除非达到严重心理危机和精神障碍时才需要主动介入。

## 二、心理咨询目标的界限

心理咨询应当达成怎样的目标?解决心理问题,促进人格完善,使来访者达到健康完好状态当然是每个心理咨询师的理想,而现实中往往很难达到。

首先需要澄清一下对心理问题的理解。有的心理问题是具体的、比较浅表的问题,可以通过咨询顺利解决,而有的心理问题则与人格特征有关,与童年期经历或创伤有关,解决起来难度较大,甚至永远无法解决。所以对咨询目标的设定不能太理想化,要根据来访者的实际情况,与来访者协商确定目标,并且考虑到目标的可行性。很多心理问题都与来访者的人格特征有关,而人格具有稳定性,一些来访者要有终身与某种心理问题作斗争的准备,在不断完善人格中逐渐减少问题发生的程度和频率。

咨询目标的设定还与心理咨询师本人的能力有关。受心理咨询师专业背景、工作经验等方面因素的限制,一位心理咨询师不可能掌握所有方法,不可能解决所有问题。以解决自己擅长的、能够胜任的问题作为咨询目标,才能有较好的咨询效果。对于不擅长解决的问题,可以转介给其他心理咨询师,无从转介或者来访者知情同意的前提下,也可以做一些尝试,但要降低对咨询效果的期待。

高校心理咨询提供的是免费服务,而心理咨询中心的工作人员有限,服务资源有限,让少数人占有咨询服务资源而使其他人没有机会显然是不公平的。而那些与人格相关、与童年经验相关的问题又很难在短期内解决,是持续服务少数来访者,还是尽可能多地接待新的来访者,这使高校心理咨询师

处于两难境地。

对于咨询目标，是要确定为解决浅层的、有限的问题，还是要解决深入的、需要长期咨询的问题，这需要心理咨询师和咨询机构有明确的界定。美国一些高校对在校学生免费咨询的次数加以限制，如内布拉斯加林肯大学就规定在校学生每年可以享受8次免费咨询，超出部分则需要自费。国内高校心理咨询工作发展程度不同，很难有固定的要求。心理咨询中心应权衡考虑心理咨询师的工作时间和学生对心理咨询的需求量，作出恰当的规定。一个基本的准则就是让每一个前来咨询的学生都能得到帮助，而且预约等待期不宜过长。

### 三、心理咨询关系的界限

良好的咨询关系是心理咨询工作的基础。《伦理守则》在“专业关系”一节中规定了心理咨询师不得收取除规定收费以外的财物，不得替来访者作决定，不得为自己或第三方谋利，不得出现双重关系等。其中双重关系是高校心理咨询中容易出现的问题。<sup>[3]</sup>因为多数心理咨询师开设必修或者选修的心理健康教育课程，多数高校心理咨询机构隶属于学生处，是学生管理和教育工作的组成部分，这就使高校心理咨询师兼有教师、管理者多重身份，可能出现双重关系。

高校心理咨询师可以采取一些措施尽量避免双重关系。比如，不给当前授课的学生咨询，因为咨询可能影响对学生的课堂评分，在课堂上的相互了解也可能影响咨询时彼此对对方的认知，影响咨询的中立性，可以请其他心理咨询师为自己当前授课的学生做咨询，以确保咨询关系的单一性。如果没有其他咨询师可以替代，《伦理守则》规定：“在双重关系不可避免时，应采取一些专业上的预防措施，例如签署正式的知情同意书、寻求专业督导、做好相关文件的记录，以确保双重关系不会损害自己的判断并且不会对寻求专业帮助者造成危害。”

对于来访者的现实困难，一些心理咨询师也会力所能及地给予帮助，如借钱给学生、给学生找学业辅导老师、帮助学生找工作等。事实上，当心理

咨询师在其他方面帮助了学生，咨询关系就不再单一化，在某种程度上也构成了双重关系。接受帮助让来访者对心理咨询师心存感恩，配合咨询成了道义的责任，会让来访者产生心理负担，并可能影响咨询关系的延续。心理咨询师的角色就是帮助学生解决心理问题而不是其他，学生存在现实困难，心理咨询师可以提供校内外的相关资源，让学生自己主动去寻求帮助，指导学生如何获得其他帮助，而不能直接给予除咨询以外的其他帮助。

咨询关系的界限还包括在合适的时间和地点、以恰当的方式开展咨询。有家长请心理咨询师吃饭、喝茶，在饭桌上、茶馆里，或者请心理咨询师到家里做孩子的工作，这些做法都是不合适的。在咨询机构的场所，在咨询预约的时间，并且有接待人员等其他人员在场，这种形式决定了咨询关系的专业性。一般个别咨询是以面对面直接交流的方式进行的，如果需要以别的方式开展心理咨询，则应评估这种方式对咨询关系的影响，如运用网络渠道开展心理咨询，就会遇到资格能力问题、专业关系问题、知情同意问题、保密与预警问题等方面的特殊情况，需要心理咨询师慎重处理。<sup>[4]</sup>有心理咨询师与来访者成为QQ或者微信好友，其实也构成了双重关系，通过社交媒体渠道让心理咨询师和来访者进入彼此的生活圈子，这与在现实生活中交友的本质是一样的。而且这种在咨询时间之外的交流既不利于来访者的成长，也不利于心理咨询师区分工作与生活。

在学生管理系统工作，高校心理咨询师应特别注意与学生工作系统其他人员的关系，避免因之影响咨询。心理咨询师、辅导员、专业教师、家长等相关人员在学生成长过程中承担不同角色，要分清界限，不能相互混淆。来访者学习成绩差，需要批评教育，需要安排学业辅导，需要联系家长加强监督，这些都是辅导员的管理责任，而不是心理咨询师的工作。

有辅导员要求心理咨询中心提供前来咨询学生的名单和求助的问题，希望了解哪些学生有心理问题，这种要求是不合适的，显示出他们对心理咨询的误解，认为前来咨询的学生都是“心理有问题的

高危学生”。辅导员有自己发现和解决学生问题的途径,担负对学生的管理责任,需要批评教育,甚至施加压力,而心理咨询师要跳出管理体系之外,给学生营造一个没有顾忌、没有压力的轻松的环境。当然心理咨询师和辅导员可以进行互动交流,共同促进学生成长,但这必须以来访者本人同意为前提。要知道心理咨询师向辅导员通报的任何情况,都会影响辅导员对来访者的认识和评价,应该让来访者本人评估通报是否合适。如果心理咨询师需要与辅导员沟通来访者的情况,除非属于保密例外必须通报的危机,都应首先征得来访者本人的同意,来访者不同意则不通报。

咨询关系是一种人际关系,必然有一定的感情投入。把握好感情投入的界限也是保持良好咨询关系的重要环节。《伦理守则》禁止心理咨询师与来访者发生性或亲密关系,在咨询结束后三年内也不允许发展亲密关系,这一点几乎所有高校心理咨询师都很认可。但在不违背伦理守则的前提下如何避免心理咨询师的感情因素影响咨询过程,则是一个需要认真考虑的问题。有调查发现,36.4%的高校心理咨询师接受来访者拥抱,28.8%的人主动与来访者拥抱,<sup>[5]</sup>这种亲昵行为虽然可能有其条件或背景,但总体来说是不合适的。咨询关系是一种专业的帮助关系,心理咨询师的感情投入应当以有利于来访者发展和成长,并且不会产生消极影响为前提。

#### 四、心理咨询保密的界限

保密是来访者为保护自己的隐私所持有的权利,是基于来访者的隐私权,应予以尊重。保密是专业人员最主要的伦理责任之一。要明确隐私是来访者的隐私,只有其本人有对这些隐私暴露范围的决定权。《精神卫生法》第二十三条有关于尊重来访者隐私权和保密的规定,《伦理守则》不仅要求对来访者的有关信息保密,而且详细说明了保密的范围、保密资料的使用,以及打破保密原则的例外情况。高校心理咨询中存在违反保密原则的问题,有研究者认为,高校心理咨询中的保密困境主要包括三个方面,即:撰写记录、领导检查和司法调档,涉及保密的问题主要有保护隐私不力、保密例外失

当和知情同意不足。<sup>[6]</sup>

哪些咨询内容和记录,以及与咨询相关的心理测验、团体辅导等资料应属于保密范围,以及如何保密,应注意以下几点:

首先,保密基于对来访者隐私的尊重,让来访者在咨询中有安全感,所以应该保证咨询场所和相关资料保存的私密性。咨询时应关上门,咨询室最好有隔音门窗,以免咨询内容被他人听到,也避免外界声音的干扰。咨询档案的保管应该有专门的柜子并上锁,对于咨询档案的使用应严格按照《伦理守则》的要求,在教学、科研等专业需要时隐去来访者的个人信息,并且尽可能地征得来访者同意。

其次,要明确保密的范围。从《伦理守则》中关于隐私权与保密性的内容来看,除了保密例外的情形,有关来访者的所有信息都应视为保密信息,包括是否前来咨询、咨询的问题、咨询的进展等方面。这就要求高校心理咨询师有较强的保密意识,在与辅导员等学生管理干部的沟通交流中,不要有意无意地暴露其学生中有谁来咨询过、咨询了什么问题。除非教学科研需要,不能将来访者的经历讲给无关人员听。

关于保密例外,《伦理守则》规定了四种保密例外的情形,并且明确了突破保密原则后预警的对象。在高校心理咨询实践中,对突破保密例外存在两种不良倾向:一种是预警不足,尤其是存在对伤害他人可能时预警不足。有研究显示,仅有57.8%的心理咨询师曾在来访者有伤害他人可能时打破保密约定,而对自杀可能不预警的比例为9.4%。<sup>[7]</sup>另一种是过度预警,有的心理咨询师在发现来访者有一点伤害可能时就通知辅导员,结果对来访者造成不良影响。伤害风险的度应该如何把握?可以分为两种情形:一种是即刻的自杀或伤害他人的危险,必须马上通报,辅导员或公安人员要立即采取行动制止伤害发生;另一种是自杀或伤害他人的倾向,但还没有具体的计划或行为,没有即刻的危险,心理咨询师可以要求来访者保持咨询关系,并请其保证在咨询期间不做伤害的事情,这时可以不向辅导员通报,如果心理咨询师判断辅导员的介入有利于来访者问题的解决或者需要协助医疗,则可以在征

得来访者同意的前提下与辅导员沟通。前一种情况是强制通报，后一种情况是酌情通报。

保密和保密例外应在第一次咨询时就告知来访者，最好在与来访者书面的咨询协议中说明，并请来访者签字确认。这样做的好处有两个：一个是让来访者不用担心自己的隐私被泄露；另一个是一旦出现保密例外的情形，不用再征得其同意，因为在咨询协议中已有说明了。

## 五、心理咨询信息暴露的界限

咨询关系中信息暴露是双向的，既有来访者向咨询师暴露的信息，也有心理咨询师向来访者暴露的信息。一般来说，来访者向心理咨询师暴露的信息多，心理咨询师向来访者暴露的信息少，在这个双向交流的过程中，心理咨询师应明确获得来访者信息和自我暴露信息的限度。

知情同意是心理咨询伦理的一个基本议题，《伦理守则》对知情同意的规定，如应首先让来访者了解“专业服务工作的目的、专业关系、相关技术、工作过程、专业工作可能的局限性、工作中可能涉及的第三方的权益、隐私权、可能的危害以及专业服务可能带来的利益等相关信息”。“实事求是地说明自己的专业资历、学位、专业资格证书等情况。”知情同意的要求是心理咨询师必须让来访者知晓相关的信息，是对来访者在咨询中自主权和选择权的尊重。

除了这些必须告知的信息之外，在咨询中也可以将心理咨询师的个人经历、观点、态度等告知来访者，这叫自我暴露或自我开放技术。自我暴露可以使来访者获得领悟，感觉更正常，帮助他们恢复自信，并使得治疗关系更为深入。<sup>[8]</sup>心理咨询师自我暴露时，应注意确保告知的内容对来访者是有帮助的，是服从于咨询目标的。而且自我暴露不宜过长，要避免心理咨询师成为交谈的中心，表达的内容要简洁，并要在短时间里把话题转回到来访者的问题。有的来访者有进一步了解心理咨询师的愿望，即便来访者有要求，心理咨询师也不能过多自我暴露，可以礼貌性地回复，并尽快把话题转到解决来访者的问题上。

在咨询中应了解来访者多少个人信息？从理论上讲，了解得越多对来访者的理解就越深入，但并不现实。首先，咨询是有时间限制的，没有时间详细了解来访者的方方面面；其次，心理咨询是聚焦于解决来访者的问题，也没有必要了解那么多。所以，对来访者信息的收集应考虑是否有利于对求助问题的理解和分析，是否有利于达成咨询目标。美国心理学会的伦理准则明确要求在工作中要“最少涉及个人隐私”，<sup>[9]</sup>心理咨询师不应有猎奇心理，为了满足好奇心而询问一些问题。

## 六、心理咨询与治疗的界限

《精神卫生法》第二十三条明确规定，心理咨询人员不得从事心理治疗或者精神障碍的诊断、治疗，第五十一条规定心理治疗活动应该在医疗机构内开展。怎样把握心理咨询和心理治疗的界限，做到在不违法的前提下开展工作，成为《精神卫生法》实施后高校心理咨询师面临的一个难题。

心理咨询和心理治疗是两个关系非常紧密的概念，在一些著作和文章里两者是混用的，而且两者的基本理论基础和方法很难严格区分开来。虽然《伦理守则》给出了心理咨询和心理治疗的概念，主要是在理论技术、工作对象、解决的问题及最终目标几个方面作了区分，但实际工作中很难从理论基础、工作过程等方面截然分开。《伦理守则》提出心理咨询是运用咨询心理学的理论和技术，心理治疗是运用临床心理学的理论和技术，但如果比较一下咨询心理学和临床心理学的内容，在很多方面都是一样的。例如，基于精神分析理论、行为主义理论、人本主义理论等心理学流派理论的咨询和治疗方法不论在咨询心理学还是在临床心理学中都是一样的。

《〈中华人民共和国精神卫生法〉释义及实用指南》指出：“心理治疗是指借助心理学的、非药物的技术和方法改变患者的心理状态来达到治疗精神障碍患者的目的。临床上心理治疗最常见的对象是神经症等轻度精神障碍患者，同时也包括需配合药物治疗进行心理治疗的严重精神障碍患者。”在这个对《精神卫生法》的权威解释中，并没有从采用的理

论和技术来界定心理治疗,而是从对象和目的来界定,这就可以理解为,只要不是以治疗精神障碍患者为目的,就不是心理治疗。那么在高校心理咨询中运用认知行为疗法、叙事疗法等“疗法”帮助学生解决心理问题,提升心理健康水平也就不是心理治疗了。但由于社会大众对这些基本概念缺乏深入了解,建议在高校心理咨询工作中不要表示做心理治疗,在咨询记录中不要有心理治疗和各种疗法的字样,以免引起不必要的麻烦。

我国高校心理咨询全面而广泛地开展仅有10多年时间,相关法律和伦理的议题仍处于探索阶段。现有的咨询伦理条款多借鉴西方发达国家的规定,还需要总结我国心理咨询实践经验不断完善的相关内容。《精神卫生法》虽已出台,但司法实践仍较欠缺,司法解释尚需完善。而且《精神卫生法》的主旨在于规范精神疾病预防、治疗、康复过程中的相关事项,并非是针对心理咨询的法律法规。本文对心理咨询界限的思考,希望能够帮助大家更好地理解在高校工作环境下心理咨询的界限,也为相关部门进一步完善心理咨询伦理守则及相关法律法规提供借鉴。

(上接第88页)心理咨询活动,则需要特别注意。如果即将缔结咨访关系的咨询师与来访者原本就存在比较亲密的师生关系,或者咨询师的教师身份使其拥有影响来访者利益(如评优评奖等)的权力,咨询师应规避多重关系的发生。另外,咨询师与来访者在咨询室以外、咨询结束之后,也建议不要建立类似朋友之类的亲密关系。

### (三)加强相关法规的学习与宣传

#### 1. 加强培训与督导工作

应善于利用心理助人者入职考试等时机,加强相关法律、法规的宣传、培训和考核,让知法守法成为每个心理助人者首要的从业信条。要利用讲座、案例讨论等形式,加强他们遵守心理健康教育法律法规的意识,丰富他们的心理健康教育法律法规知识。在工作实践中,加强对法律法规遵守情况的督导。

#### 2. 加强心理助人者的自我监督

心理助人工作是一项专业性很强的工作,不论

### 参考文献:

- [1]江光荣,王铭.大学生心理求助行为研究[J].中国临床心理学杂志,2003(3).
- [2][4][7]曹宁宁,石惠,胡丽琼.高校心理咨询伦理现状分析与对策思考[J].思想理论教育,2016(3).
- [3]毕玉芳.高校心理咨询伦理的困境与对策[J].思想理论教育,2014(1).
- [5]刘慧,高旭.高校心理咨询师多重关系的伦理态度与伦理行为调查[J].现代教育科学,2013(1).
- [6]何元庆,方存峰.高校心理咨询中保密的伦理困境与解决出路[J].中国临床心理学杂志,2015(2).
- [8]Clara E. Hill. Helping Skills: Facilitating Exploration, Insight, and Action[M].Third Edition, Washington DC: American Psychological Association, Apr. 2009.
- [9]American Psychological Association. Ethical principles of psychologists and code of conduct [EB/OL].<http://www.apa.org/ethics/code/index.aspx>.

本栏责任编辑 周家雅

是对于专业心理助人者,还是对于非专业、半专业心理助人者,它既是一门科学,也是一种职业。无论是心理咨询,还是心理健康教育活动的开展,都要严格遵守相关伦理与法律的要求。助人者要在心里牢牢树立法治意识并自觉遵守。

#### 3. 加强宣传,营造氛围

加强心理助人相关法律、法规的宣传教育力度,积极营造知法、守法、用法的氛围,如经常性举办宣传和贯彻法律法规的座谈会,在网络和传统媒体开设相关法律法规解读专栏,邀请心理助人者、法律专家剖析相关法律的内容和亮点等,让法治思维和法治方式深入人心。

### 参考文献:

- [1]习近平在全国卫生与健康大会上强调:把人民健康放在优先发展战略地位 努力全方位全周期保障人民健康[N].人民日报,2016-08-21.
- [2]张演善.英国心理咨询与治疗中法律问题评介[J].医学与哲学,2015(6).