

2021.01–2024.04

奇才心理归爱计划项目报告

(用户画像分析)

报告说明

本报告基于《奇才心理【归爱计划】预约登记表》编制而成，该问卷由奇才心理平台发放，最终收集 2707 份有效调研问卷，衷心感谢所有参与调研的来访。

课题组成员

报告撰写：王小奇

咨询助理：乔雪、子乔

审核：白银亮

目 录

第一部分 归爱计划总体数据	4
第二部分 来访预约总体数据	5
2.1 预约来访地区分布	5
2.2 预约来访性别分布	8
2.3 预约来访民族分布	9
2.4 预约来访年龄分布	10
2.5 预约来访学历分布	11
2.6 预约来访职业分布	13
2.7 预约来访婚姻状况	15
2.8 预约来访心理咨询经历	16
2.9 预约来访情绪状态	18
2.10 预约来访躯体症状	20
第三部分 结语	22

第一部分 归爱计划总体数据

2021 年 1 月，为响应十九大提出的“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”的要求，承担社会责任，提升民众心理健康水平，为社会心理服务体系建设贡献绵薄之力，奇才心理启动“归爱计划”。

在“归爱计划”中，奇才心理计划选拔 100 位（实际已经有 290 位）心理咨询师，为有需要的人群提供每人 6 次免费心理咨询服务（每人仅有一次参与机会），让更多的人可以有机会去体验心理咨询，从而增加心理健康意识，提升心理健康水平。

截止到 2024 年 04 月 30 日，填写来访预约申请表的共 2852 人，参与归爱计划的来访 1840 人，总咨询量为 18375 人次。

目前完成 6 次咨询的有 1317 人，完成 6 次咨询的来访中，其中 528 人预约公益价收费咨询。

第二部分 来访预约总体数据

由于部分来访数据缺失，最终有效数据为 2707 条。

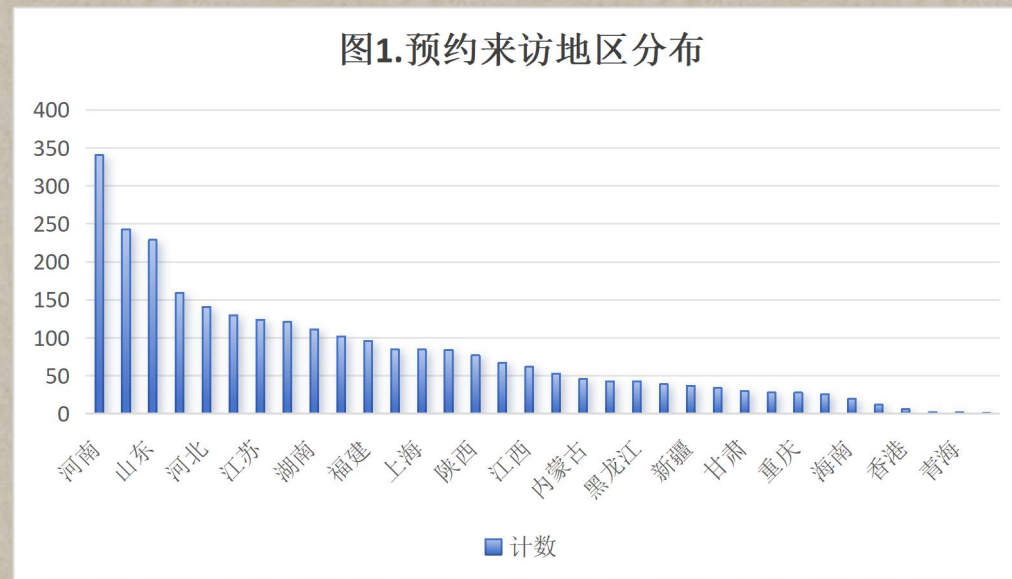
2.1 预约来访地区分布

从来访预约地区分布可见，来自河南地区的来访最多，占比为 12.6%，江浙沪地区和北京地区的来访占比相对较高。

表 1.预约来访地区分布

所在地	计数	占比	所在地	计数	占比
河南	341	12.6%	内蒙古	46	1.7%
广东	243	9.0%	国外	43	1.6%
山东	229	8.5%	黑龙江	43	1.6%
北京	159	5.9%	广西	39	1.4%
河北	141	5.2%	新疆	37	1.4%
浙江	130	4.8%	吉林	34	1.3%
江苏	124	4.6%	甘肃	30	1.1%
湖北	121	4.5%	贵州	28	1.0%
湖南	111	4.1%	重庆	28	1.0%
四川	102	3.8%	天津	26	1.0%
福建	96	3.5%	海南	20	0.7%
安徽	85	3.1%	宁夏	12	0.4%
上海	85	3.1%	香港	6	0.2%
山西	84	3.1%	澳门	2	<0.1%
陕西	77	2.8%	青海	2	<0.1%
辽宁	67	2.5%	台湾	1	<0.1%
江西	62	2.3%	总数	2707	100%
云南	53	2.0%			

图 1.预约来访地区分布



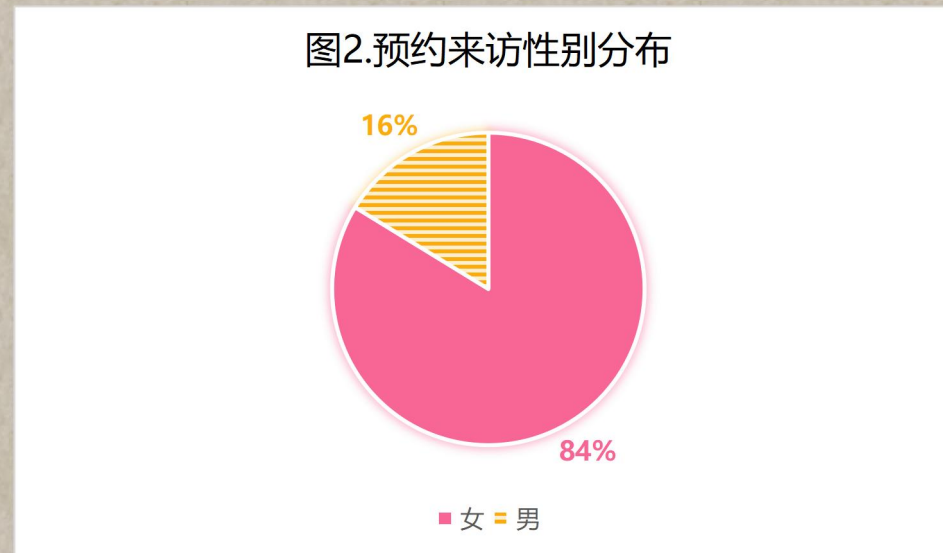
2.2 预约来访性别分布

从来访预约性别分布可见，女性来访占据绝大多数。

表 2.预约来访性别分布

性别	计数	占比
女	2267	83.7%
男	440	16.3%

图 2.预约来访性别分布



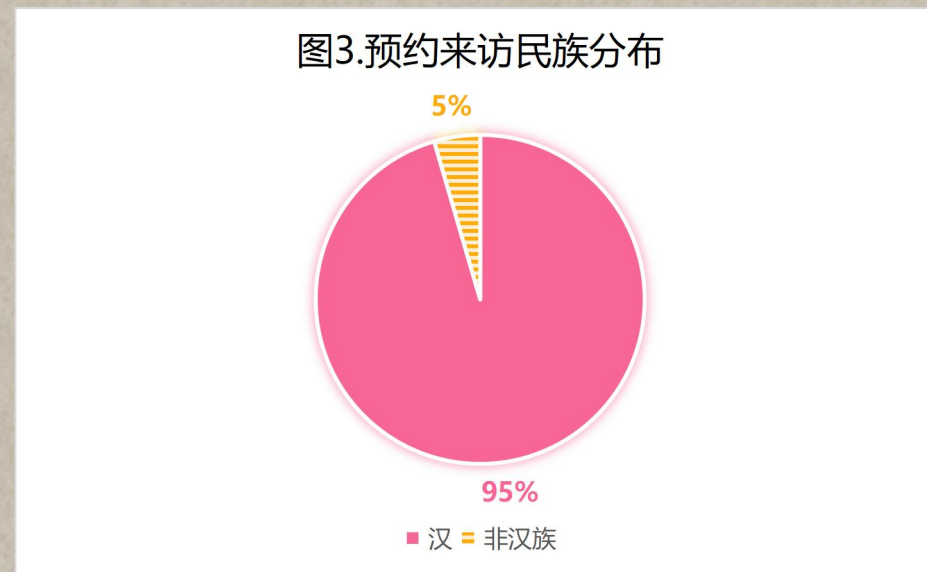
2.3 预约来访民族分布

从来访预约民族分布可见，汉族来访占据绝大多数，少数民族中预约数量排在前三位的是满族、回族、蒙古族，但预约总量低于人口比重（第七次人口普查少数民族占比 8.89%）。

表 3.预约来访民族分布

民族	计数	占比
汉	2585	95.5%
非汉族	122	4.5%

图 3.预约来访民族分布



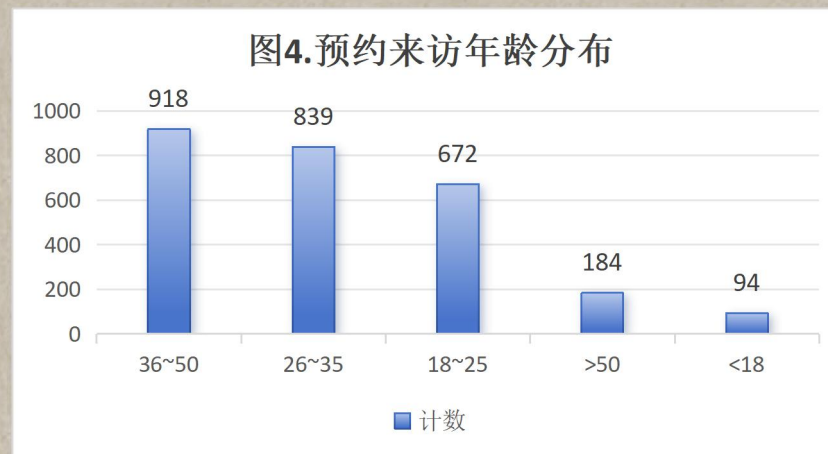
2.4 预约来访年龄分布

从来访预约年龄分布可见，36-50 岁的来访最多，其次是 26-35 岁，预约咨询量最小的是大于 50 岁的人群。

表 4.预约来访年龄分布

年龄区间	计数	占比
<18	94	3.5%
18~25	672	24.8%
26~35	839	31.0%
36~50	918	33.9%
>50	184	6.8%

图 4.预约来访年龄分布



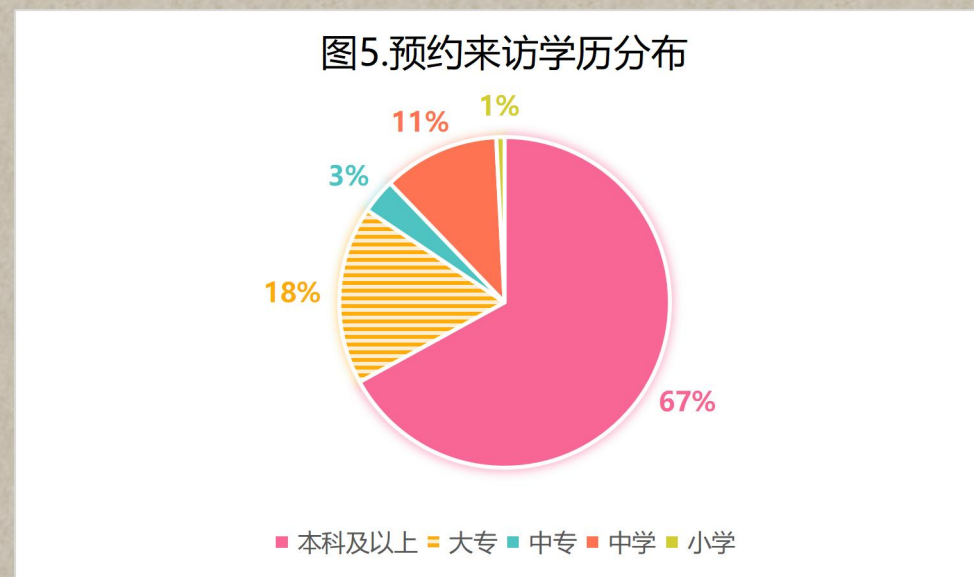
2.5 预约来访学历分布

由表可见，预约咨询的来访中本科学历数量最多，其次是大专学历及硕士学历。从图 5 中更能清晰看出，本科及以上人群占据总预约量的 67%，加上大专学历甚至可占据 85%，学历分布极不平衡。但实际国内本科普及率仅有 4%，由此可见国内仍有大量人群不了解心理咨询。

表 5.预约来访学历分布

学历	计数	占比
本科	1462	54.0%
大专	471	17.4%
硕士	328	12.1%
高中	200	7.4%
初中	108	4.0%
中专	92	3.4%
博士	24	0.9%
小学	22	0.8%

图 5.预约来访学历分布



2.6 预约来访职业分布

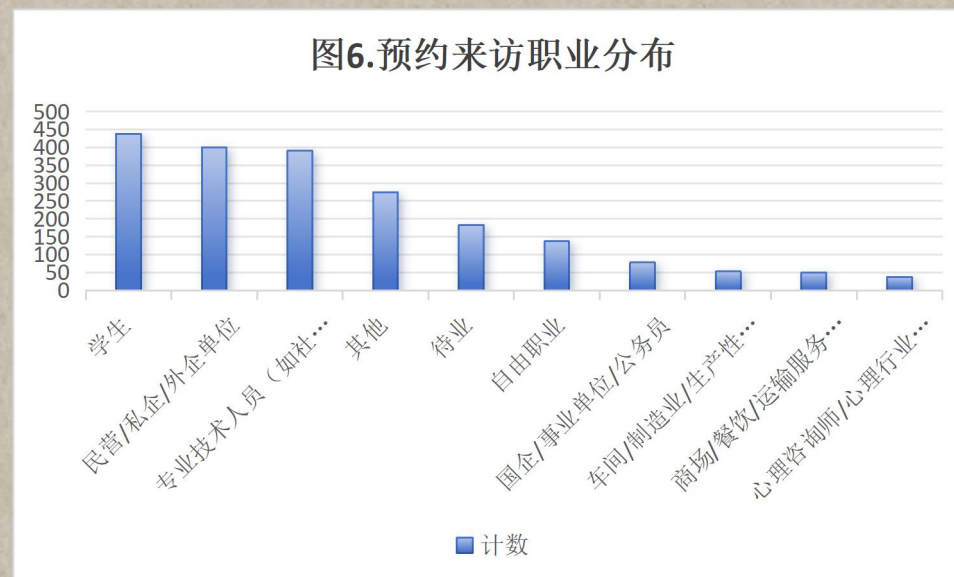
由于数据缺失，部分来访未填职业，因此仅 2042 条数据。

从职业分布可见，学生预约咨询的数量较大，此外办公室人员和技术人员较多，同行人数占比 1.8%，数量最低。

表 6.预约来访职业分布

职业	计数	占比
学生	438	21.4%
民营/私企/外企单位	400	19.6%
专业技术人员（如社工、医生、教师、律师、护士等）	391	19.1%
其他	275	13.5%
待业	183	9.0%
自由职业	137	6.7%
国企/事业单位/公务员	78	3.8%
车间/制造业/生产性企业工作人员	53	2.6%
商场/餐饮/运输服务业工作人员	50	2.4%
心理咨询师/心理行业从业者	37	1.8%

图 6.预约来访职业分布



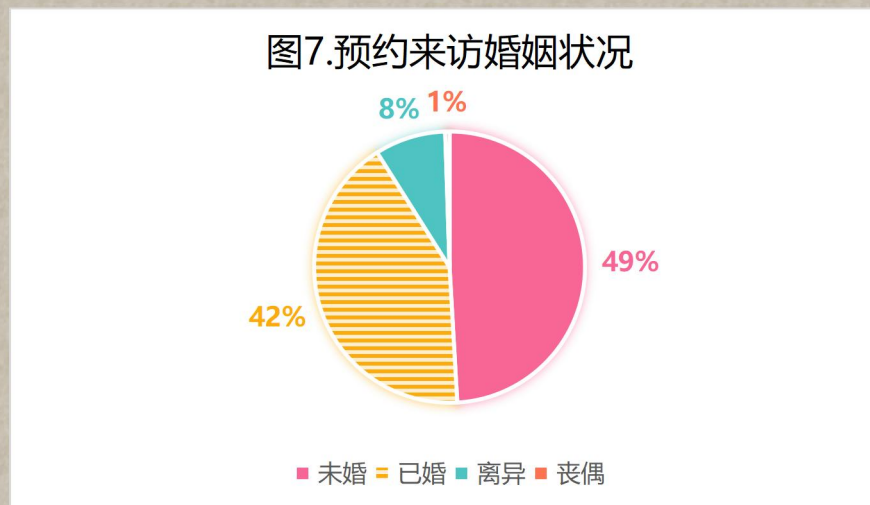
2.7 预约来访婚姻状况

由图可见，预约咨询的来访中未婚人群占比最大，但与已婚人群差距不大；离异人群占比较低，为 8.5%。

表 7.预约来访婚姻状况

婚姻状况	计数	占比
未婚	1329	49.1%
已婚	1135	41.9%
离异	229	8.5%
丧偶	14	0.5%

图 7.预约来访婚姻状况



2.8 预约来访心理咨询经历

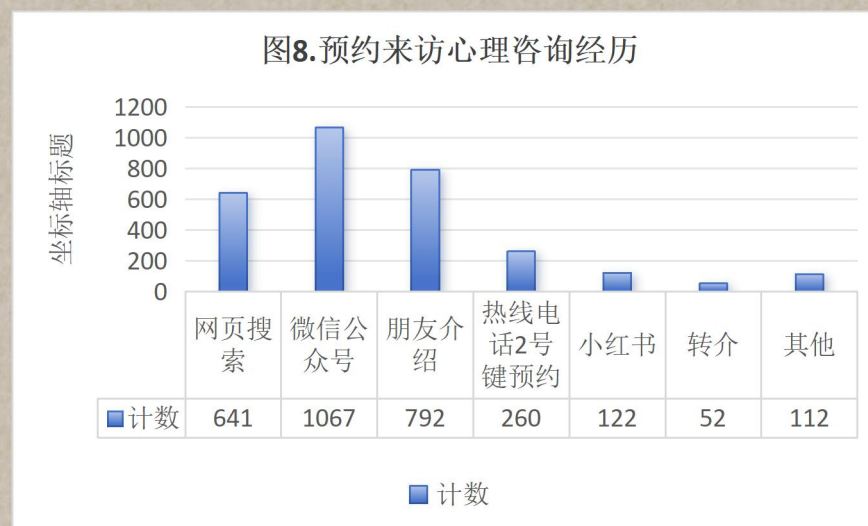
由于此项为多选项，所以计数总量大于 2707。

由表可见，预约咨询的人群中没有咨询经历的占据大多数。与此同时，中国精神卫生调查显示，我国成人抑郁障碍终生患病率为 6.8%，目前我国患抑郁症人数 9500 万。但即使患病率高达 6%，大部分人群仍从未进行心理咨询。

表 8.预约来访心理咨询经历

心理咨询经历	计数	占比
没做过咨询	1263	46.66%
参加过团体辅导	553	20.43%
做过短期咨询（半年以下）	884	32.66%
做过长期咨询（半年以上）	223	8.24%
看过精神科医生	326	12.04%

图 8.预约来访心理咨询经历



2.9 预约来访情绪状态

由于此项为多选项，所以计数总量大于 2707。

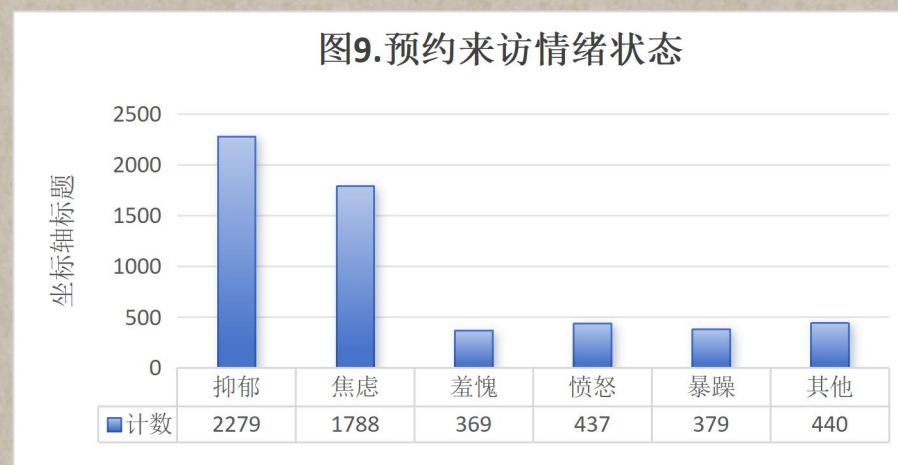
由图可见，预约咨询的来访中抑郁情绪占据绝大多数，焦虑情绪也占比超过一半，说明预约咨询的来访中很可能存在焦虑和抑郁情绪的并存。

此外，羞愧、愤怒、暴躁的情绪占比大致相同，都在六分之一左右，说明这些情绪在咨询中都是比较常见的，咨询师也不应忽略对这些情绪的处理。

表 9.预约来访情绪状态

情绪状态	计数	占比
抑郁	2279	84.2%
焦虑	1788	66.1%
羞愧	369	13.6%
愤怒	437	16.1%
暴躁	379	14.0%
其他	440	16.3%

图 9.预约来访情绪状态



2.10 预约来访躯体症状

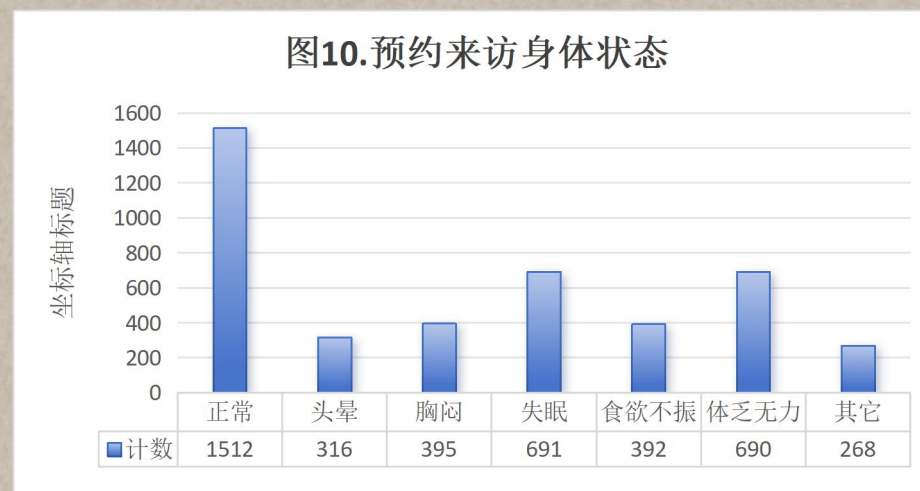
由于此项为多选项，所以计数总量大于 2707。

由图可见，预约咨询的人群中躯体异常的数量少于 50%。在躯体异常的来访中，失眠和体乏无力占比最高。

表 10.预约来访身体状态

身体状态	计数	占比
正常	1512	55.9%
头晕	316	11.7%
胸闷	395	14.6%
失眠	691	25.5%
食欲不振	392	14.5%
体乏无力	690	25.5%
其他	268	9.9%

图 10.预约来访身体状态



第三部分 结语

2021 年 1 月至 2024 年 4 月，预约归爱计划心理咨询的有 2852 人，我们成功为 1840 人进行了免费心理咨询，预约人数和咨询次数呈现逐年递增状态。由此可见，面对疫情带来的长期心理影响，我们急需加强心理服务的力量，让更多的心理专家参与到心理援助工作中，为人们提供必要的心理疏导和干预。

未来，我们将加强平台的技术创新，利用大数据、人工智能等先进技术，提升服务效率和个性化水平。通过智能化匹配咨询师和来访者，我们将能够更准确地满足每个人的咨询需求，并提供更加精准的心理支持。

此外，我们还计划引入更多的专业资源，包括国内外知名心理专家、学者和研究机构等，共同打造一流的心理健康服务平台。我们将积极寻求与这些资源的合作，共同推动心理健康领域的研究和发展，为公众提供更加科学、专业的心理健康服务。

版权声明

本报告为郑州雨露心理咨询有限公司（奇才心理）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用于商业用途。

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，奇才心理将追究侵权方的侵权法律责任。

若您需要预约归爱计划心理咨询，请添加下方微信：

