

咨询一次数百元至数千元 担心花了高价钱却得不到专业的服务

心理咨询治疗费用太高成患者“心病”

就读于重庆某高校的大二学生李响最近常常感到迷茫、无助、情绪低落,去学校心理咨询室咨询后,老师建议他赶紧去医院检查。他找到重庆某公立三甲医院,挂号、就诊,医生诊断他患有抑郁症,建议进行周期性治疗。得知收费标准后,他无奈选择放弃治疗。

“一次挂号加治疗就要上千元,如果长期治疗,家里根本负担不起。”李响近日接受记者采访时说。

像李响这样,需要心理治疗却因难以承担高昂费用而不得不放弃的患者不在少数。

2023年,中国科学院心理研究所发布的《中国国民心理健康发展报告(2021-2022)》显示,在国民心理健康状况最新调查中,抑郁风险检出率为10.6%,焦虑风险检出率为15.8%,其中18岁至24岁年龄组的抑郁风险检出率达24.1%,显著高于其他年龄组。2023年3月,中国青少年研究中心和共青团中央国际联络部发布的《中国青年发展报告》显示,全国有3000万名17岁以下的青少年和儿童受到心理问题困扰。

我国心理咨询服务类型主要分为两种,一种是医疗机构,但目前开设心理科的医院比较有限;一种是社会心理咨询机构,近年在市场上大量出现。记者咨询多家医院和社会心理咨询机构了解到,与专业的心理咨询师面对面聊四五十分钟,需要花费近千元。由于心理咨询治疗的起效相对较慢,一个疗程患者往往需经过至少五六次,多则数十次的咨询治疗,花费多为数千元至数万元不等。心理咨询治疗费用成为越来越多心理疾病患者的又一个“心病”。

业内专家指出,近年来,我国心理疾病发病率逐年走高,抑郁风险检出率呈现低龄化趋势。部分省市将心理治疗纳入医保支付范围、提高患者就医积极性的做法值得推广,但心理疾病因其特殊性,要全面纳入医保仍然面临不少挑战。

费用高昂无力承担 被迫终止心理治疗

北京居民张虹至今记得,医院里那间心理咨询室曾带给她的力量。

自从半年前确诊为抑郁症,张虹遵照医嘱按时吃药,每周都到医院进行两个时段的心理咨询治疗。医生很友善,耐心地倾听她所有的烦恼,“就像一道阳光穿过雾霾照到了我身上”。这半年来,她感觉自己从深渊中慢慢爬了出来。

可后来,张虹的心理医生告诉她,医院决定调整心理咨询的价格,每个时段的费用增加至800元。“每次咨询需要两个时段,一周就要1600元,加上平时药物的费用,太贵了,不是长久之计。”经过激烈的思想斗争及医生的测评,她最终选择终止心理咨询。

回家后,张虹开始查询社会上的一些心理咨询机构,发现虽然有的机构第一次咨询只需一两百元,但之后每个时段都要三四百元甚至上千元。

同样因为难以负担费用而选择放弃治疗的,还有来自陕西西安的贺晓。

2022年,贺晓确诊抑郁症,但她没有医保,有一次检查和买药的费用达1500多元。因费用较高,又担心自己对药物产生依赖,她便慢慢停了药。而对于社会心理咨询机构,贺晓多方打听后发现收费都不低,因而没有上门进行过一次咨询。

还有受访患者直言,由于咨询费和药费偏贵,经过一段时间的药物治疗后,自己感觉好些了就把药停了,试着自我调节。

一名带孩子进行过几次心理咨询的家长告诉记者,即使是最低档的儿童心理咨询服务,如果经常去,仍是一笔不小的费用,而效果如何很难在短期内体会到,她不知道该不该继续尝试。

“了解费用后我更抑郁了”“价格太贵了,承受不起”……记者在多个社交平台搜索发现,关于心



理咨询价格贵的话题总能引起这个群体的共鸣。

记者采访发现,目前心理咨询方式包括三种,网上咨询、电话咨询和面对面咨询。收费标准根据咨询师水平、咨询时长、所在地区等跨度较大,低则每小时收费200多元,比较资深的“专家级”心理咨询师,每小时收费高达2000元以上,且通常按整套疗程收费,一个疗程费用可达数万元。

咨询机构参差不齐 有的拼命推销课程

还有一些受访者担心自己花了高价钱,却得不到专业的诊疗服务。

家住湖南长沙的刘彬意识到自己生病是在2020年,父母第一时间带着他去当地医院就诊。当时医院设有心理咨询,价格约为两个小时500元。大学毕业后,他到外地工作,陆续找过几家社会心理咨询机构,价格为每小时300元至800元,但收效甚微。“花了钱,还不知道自己找的心理咨询师合不合格。”刘彬说。

记者在某社交平台搜索发现,不少心理疾病患者反映自己在进行心理咨询时“被骗”,“花了很多冤枉钱,却没有得到专业辅导”“被不良心理咨询师威逼利诱,受到严重的精神创伤”“我是来寻求帮助的,结果更致郁”……

业内专家指出,近年来我国社会心理咨询机构如雨后春笋般发展,有报告称近10年全国存续的心理咨询机构累计超过10万家,每年心理机构平均增速在40%以上。但目前该行业发展水平参差不齐,导致不少治疗都是低效的。

记者采访时注意到,一些收费动辄数千元甚至上万元的心理咨询机构,其咨询师的专业素质却堪忧。虽然是非准入类职业,但心理咨询师培训合格证被一些机构包装成“从业资格证”。还有机构一个劲地推销课程,声称只要刷满课时,拿证上岗当心理咨询师只需几个月。甚至有机构“挂羊头卖狗肉”,说是心理咨询,其实是相亲介绍所、瑜伽馆、星盘算命等。还有的治疗手段五花八门,如灵气按摩、全息疗法、芳香疗法等。

北京大学心理与认知科学学院副教授钟杰认为,心理咨询是一个终身学习的职业。培训一个心理咨询师与培训一名内科医生所花的时间成本几乎一样,一名合格的心理咨询师,其系统培养过程和医学临床专业硕士类似,一般本硕期间要学习30多门专业课程,并需要在督导下接受至少

250小时临床心理实践和200小时专业督导(团体和个体督导)训练。在此基础上,还要终身接受继续教育 and 职业伦理监管。

而缺乏专业能力的心理咨询师,很容易导致来访者咨询后更加“受伤”。

在北京工作的洪欣和男友分手后情绪不佳,通过线上平台找到一位“心理咨询师”,对方耐心地为她梳理情感现状后作出“诊断”:“你可能患抑郁症了,要赶紧进行心理治疗,我会给你定制解决方案。”

洪欣发现,付费后咨询师似乎变成了另外一个人,“每次上来就给我推销课程,让我升级套餐”。经不住忽悠的她先后花了数千元,结果一番折腾后反而越来越颓废。

专家呼吁纳入医保 多重难题尚待解决

有业内人士指出,心理咨询在我国还处于初始阶段,社会规范和行业规范都还有待完善。心理咨询师的定价没有统一的业内标准,一般是根据咨询师的资历和经验自行定价,而国内专业的心理咨询师数量有限,一般资历越高,价格会相对越高一些。

为了降低精神心理疾病患者的治疗成本,近年来多地将心理治疗纳入医保。

早在2016年10月,北京市就开始试点将心理咨询纳入医保,海淀区原卫计委启动心理卫生服务活动,为首批34个社区心理咨询室授牌。

2021年8月15日,广东省医保开始报销心理治疗项目,三级医院每次报销200元,二级医院每次报销180元,一级医院每次报销160元。

2022年10月18日,江苏省医疗保障局印发通知,将心理治疗项目纳入医保支付范围,自2022年11月1日起在该省统一执行,不同类别医院的医保支付标准不同,个人先行支付比例为20%,实际收费超过医保支付标准以上的部分由患者负担。

业内专家认为,心理治疗纳入医保,在一定程度上能承担起“治未病”的功能,即在当事人的心理问题没有达到严重程度之前,将其病情消灭在萌芽、初始状态。目前来看,心理治疗纳入医保只是地方性政策,并未在全国范围内推广,但地方先行先试的意义不同寻常。其中一个重要意义在于,提示公众心理疾病同样是一种疾病,和感冒、发烧一样。一个人心理上出了问题,可以去看医生,不用藏着掖着。正视心理问题,能够在很大程度上消除患者及其家属的病耻感,有助于患者大大方方地接受治疗。另一个现实意义在于减轻患者及其家属的医疗负担,能让更多心理疾病患者有底气走进医院。

今年全国“两会”期间,“将心理疾病治疗全面纳入医保”成为热点话题。全国人大代表、重庆市作协主席冉再提出,由于抑郁症治疗目前尚未纳入医保慢病及特病病种,心理咨询更未能进入医保范围,医疗保障的缺失增加了患者的就医负担及困难;建议将心理咨询纳入医保服务项目,将抑郁症纳入医保特病、慢病目录,减轻此类人群的就医负担,保证就医依从性。全国政协委员、广西壮族自治区南宁市第四人民医院艾滋病科护士长杜丽群建议,加快建立集“问题筛查-危机干预-疾病治疗-跟踪回访”为一体的青少年心理健康服务体系;将中小学生学习心理和普通医院心理科的心理咨询有序纳入医保范围。

也有业内人士坦言,不同于身体层面的疾病,心理疾病由于具有特殊性,将其全面纳入医保仍然面临不少挑战,还有一些问题有待解决,比如国内各类医疗机构中开设心理科的比例严重不足,心理治疗效果很难实现量化,心理咨询行业整体发展水平参差不齐等,都是心理治疗进入医保的障碍,需要一步步克服。

来源:法治日报