

精神卫生机构心理咨询师和治疗师从业状况调查

侯 强 陈 平 赵 虎 王绍礼

【摘要】目的 了解国内包括山东、北京、重庆、山西、福建、天津六个地区精神卫生机构中从事心理咨询或治疗人员的从业状况。**方法** 采用随机取样方法抽取山东、北京、重庆、山西、福建、天津等地精神卫生机构中从事心理咨询和心理治疗的人员 128 名,采用自编问卷对其社会人口学特征及从事心理咨询或治疗工作状况进行调查。**结果** 男性心理咨询或治疗人员压力来源高于女性 [(24.17 ± 2.96) vs. (22.59 ± 3.43) $t = 2.08, P < 0.05$],有 50% 以上的被调查者对机构提供的督导次数、水平不满意。超过 80% 的被调查者认为心理咨询或治疗工作责任重大,有接近 84% 的被调查对象认为从事心理工作没能体验到自身价值所在。接近一半的被调查者认为心理咨询或治疗工作复杂且难度大,53% 被调查者认为接受的专业培训少。**结论** 精神卫生机构提供心理咨询或治疗服务的人员需要系统、专业化的培训和督导工作,需要专业和心理层面的支持。

【关键词】 精神卫生机构; 心理咨询师; 心理治疗师; 心理咨询或治疗; 从业状况

中图分类号: R192.3

文献标识码: A

doi: 10.3969/j.issn.1007-3256.2014.04.020

A study about psychological working status of counselors or therapists in 6 mental health hospitals

HOU Qiang¹, CHEN Ping¹, ZHAO Hu¹, WANG Shao-li²

¹Yantai Laizhou Demobilized Soldier Hospital Laizhou 261400, China

²Beijing Huilongguan Hospital Beijing 100000, China

【Abstract】Objective To understand the psychological working status of counselors or therapists working in 6 mental health hospitals. **Methods** 128 counselors or therapists were selected from six places in China. The self-designed questionnaire which has 22 items including four parts was used to analyze the data. **Results** The stress scores of male counselors or therapists was higher than female; More than half respondents were not satisfied with supervision which the working agency provided and more than 80% of respondents thought the counseling work had high responsibility. Nearly 84% of respondents did not experience a sense of achievement and value. Nearly half of the respondents believed that the counseling or treatment was a complex and difficult work. 53% of respondents reported they did not have enough professional training. **Conclusion** The mental health hospital which provide psychological services need to strengthen professional and systemic training, supervision and psychological support for them.

【Key words】 Mental health hospital; Psychological counseling; Psychotherapy; Counselor or therapist; Working status

当前,国内心理咨询和治疗发展迅速,也取得了新的进展。在发展的同时仍然存在一些问题:职业化建设缺乏连续性培训和学历教育体系;整体专业水平有待提高;从事心理服务人员的背景复杂^[1]。这些问题在一定程度上影响了咨询效果,同时也对心理工作从业人员自身的心理健康造成影响,带来职业压力^[2-3]。目前我国,心理咨询和治疗主要是在精神卫生机构心理门诊、综合医院的心理科和大学的心理咨询中心开展。而到精神卫生机构的来

访者数量要高于综合医院和大学心理咨询机构,并且到精神机构寻求心理咨询或心理治疗的来访者多以精神疾病为主^[4-6]。精神卫生机构中从事心理服务者的从业状况目前尚未见到有关报道,本研究旨在对此进行探讨,以期为推动和促进国内精神卫生机构心理咨询和心理治疗的行业发展提供建议。

1 对象和方法

1.1 对象 采取随机取样方法,选取山东、北京、重庆、山西、福建、天津等地精神卫生机构中从事心理咨询和心理治疗的人员。心理咨询人员是指在该机构从事心理援助热线的咨询人员,心理治疗人员是指在该机构从事心理门诊者。共 128 人,男性 25 人

作者单位: 261400 烟台市莱州荣军医院(侯强,陈平,赵虎); 北京回龙观医院(王绍礼)

通信作者: 赵虎, E-mail: 851686543@qq.com

(19.5%) ,女性 103 人(80.5%)。

1.2 研究工具

1.2.1 一般情况调查表 包括性别、年龄、婚姻、受教育程度、从事心理咨询或治疗工作时间、兼职或全职。

1.2.2 自编心理咨询或治疗工作状况调查表 调查表包括 22 个条目,每个条目按照 1~5 级(非常不符合~非常符合)评分。22 个条目归纳为四个因子,分别为因子 I:心理咨询或治疗师对工作的看法(工作看法),共 5 个条目;因子 II:心理咨询或治疗师的工作压力来源(压力来源),共 6 个条目;因子 III:心理咨询或治疗师的工作胜任能力(胜任能力),共 6 个条目;因子 IV:心理咨询或治疗工作对自身的影响(对自身的影响),共 5 个条目。四个部分各条目间的一致性分别为:0.338,0.467,0.623 和 0.647。

各地项目负责人就自编心理咨询或治疗工作状况调查表接受统一培训,然后指导调查对象完成问

卷所有内容,项目负责人可以就每个条目含义进行说明,但不能代替作答,要求每个调查对象一周内完成全部调查。

1.3 统计方法 运用 SPSS15.0 进行统计分析,对男女性一般资料比较采用 χ^2 检验,用 t 检验对男女从业状况进行分析比较,采用频数统计对整体心理咨询或治疗师从业状况进行分析。

2 结 果

2.1 心理咨询或心理治疗师基本情况 128 人中,50 岁以下 96.0%,已婚 68.8%,本科及以上学历受教育程度者 71.9%,63.3%的心理工作者为兼职,从事心理工作 1~4 年者 71.1%。

2.2 心理咨询或治疗师工作状况

2.2.1 男女心理咨询或治疗师总体工作状况比较 男性压力来源得分高于女性,两组比较差异有统计学意义($P < 0.05$)。见表 1。

表 1 男女心理咨询或治疗师总体工作状况比较 ($\bar{x} \pm s$,分)

组 别	工作看法	压力来源	胜任能力	对自身的影响
男性($n=25$)	18.28 ± 2.15	24.17 ± 2.96	16.28 ± 3.03	11.48 ± 3.49
女性($n=103$)	17.90 ± 2.25	22.59 ± 3.43	16.77 ± 3.57	11.06 ± 2.61
t	-0.758	2.08	-0.629	0.676
P	0.935	0.039	0.665	0.299

2.2.2 心理咨询或治疗师对工作的看法 在 128 名被调查者中,在心理咨询或治疗工作责任很大,从事心理工作没能体验到自身价值所在,心理咨询或治疗工作复杂且难度大,自我成长问题难解决使得心理工作受到局限,机构对其从事心理工作未起到支持的作用等五个条目回答比较符合和非常符合的比例分别是 83.6%,81.2%,44.6%,36.0%,18.8%。

2.2.3 心理咨询或治疗师的工作压力来源 在 128 名被调查者中,在上级的督导次数不能满足自己需求,上级的督导能力不能满足自己需求,自己对心理工作的期望高,遇到求助者有自杀危险时很紧张,求助者对解决心理问题的期望高,咨询效果的不确定性让自己很困惑等六个条目回答比较符合和非常符合的比例分别是 57.8%,57.0%,47.7%,46.9%,39.1%,36.8%。

2.2.4 心理咨询或治疗师的工作胜任能力 在 128 名被调查者中,在不能冷静处理咨询中自己的情绪,接受的专业培训少,心理学专业知识缺乏,对

于复杂的求助者感到焦虑无助,咨询经验少不足以应对复杂求助者,没有真正帮助到求助者等六个条目回答比较符合和非常符合的比例分别是 74.3%,53.9%,28.9%,24.2%,19.5%,5.5%。

2.2.5 心理咨询或治疗工作对自身的影响 在 128 名被调查者中,在心理咨询或治疗工作导致身体疲惫,因工作中涉及个人成长的部分而感到痛苦,面对求助者的移情很难处理,不知道如何平衡现实与理想的差距,心理咨询或治疗工作导致心力耗竭等五个条目回答比较符合和非常符合的比例分别是 33.6%,11.0%,10.2%,6.3%,6.3%。

3 讨 论

本研究通过 6 个精神卫生机构从事心理咨询或治疗的 128 名人员的调查显示:从事心理咨询或治疗工作人员 50 岁以下者占绝大多数,已婚者占大多数,大部分兼职工作。72% 者是本科及以上学历,与国内研究结果相似^[4]。有 1~4 年从业经验者占 70%。

本研究结果显示,男性心理咨询或治疗人员压力来源得分高于女性,与既往研究不同^[6]。原因有待进一步探讨。

心理咨询或治疗效果的不确定性,期望值过高等势必会形成压力。而及时有效的督导无论从专业上、心理上还是对心理工作的期望值上都可以在一定程度上减缓压力。研究显示,我国当前督导情况堪忧^[3,7-8]。本研究结果显示,有一半以上的人员对机构提供的督导次数、水平不满意。这种不满意一方面反映了心理咨询或治疗师强烈的督导需求,另一方面,也暴露出他们面对心理咨询或治疗工作中的焦虑和困惑。相当一部分人员在面对来访者的高期望时感觉无能为力,遇到来访者有自杀风险时紧张,对自己的工作期望太高又使这种焦虑更加突出。33.6%的咨询师或治疗师感觉咨询或治疗工作导致身体疲惫也印证了这一点。面对心理咨询或心理治疗需求量大,且来访者求助类型以非一般心理问题居多的精神卫生机构,对此需要有完善的督导机制,及时发现并舒缓服务人员遇到的专业或心理困惑,并及时为他们提供应对情感疲劳、有效预防情感枯竭和工作压力的方法^[9]。

本研究发现超过 80% 的被调查者认为心理咨询或治疗工作责任重大,但同时有接近 84% 的被调查对象认为从事心理工作没能体验到自身价值所在。看似矛盾的结果正好反映了心理咨询或治疗所面临的需要解决的一些问题:接近一半的被调查者认为心理咨询或治疗工作复杂且难度大,接受的专业培训少,心理学专业知识缺乏,咨询经验少不足等,使得他们不能很好地把握自己,不能冷静处理咨询中自己的情绪。相关研究结果持有相似的观点^[3,8],这也是心理服务工作者的愿望^[10]。

本研究提示,提供心理服务的机构和科室,应加强心理咨询或治疗团队的建设和管理,来自团队的支持对于从事这个行业的人员而言,无论是对他们自身状况,还是服务的质量和稳定性都很重要。另

外,本研究中有 10% 以上人员提到因工作中涉及个人成长的部分而感到痛苦,面对求助者的移情很难处理。咨询人员的个人成长问题是不可回避的问题,这对提高心理服务的质量、保证咨询员自身健康也是很重要的。

由于实际取样的限制,本研究样本来源、数量有限,不能反映更广范围的精神卫生机构心理咨询或治疗人员的状况。另外,本研究中采用自编问卷的科学性有待进一步完善和验证。未来研究应扩大参与研究的精神卫生机构,取样方法更加科学化。

参 考 文 献

- [1] 李晓红,杨蕴萍. 心理治疗与心理咨询的职业化发展及现状[J]. 国外医学精神病学分册, 2005, 32(2): 93-96.
- [2] 李华平. 浅谈我国目前心理咨询业存在的问题[J]. 中南民族大学学报(人文社会科学版), 2005, 25: 296-297.
- [3] 甘怡群,钱铭怡,陈红,等. 中国心理健康服务从业者的职业压力现状及影响因素[J]. 心理科学, 2007, 30(5): 1046-1051.
- [4] 陈瑞云,钱铭怡,张黎黎,等. 不同机构心理咨询与治疗专业人员状况及工作特点调查[J]. 中国临床心理学, 2010, 18(5): 667-674.
- [5] 张黎黎,杨鹏,钱铭怡,等. 不同专业背景心理咨询与治疗专业人员的临床工作现状[J]. 中国心理卫生杂志, 2010, 24(12): 948-953.
- [6] 蒋奖,李强,杨眉. 心理咨询师与治疗师的枯竭[J]. 中国心理卫生杂志, 2004, 1(2): 138-139.
- [7] 梁毅,陈红,王泉川. 中国心理健康服务从业者的督导现状及影响因素[J]. 中国心理卫生杂志, 2009, 23(10): 685-689.
- [8] 赵静波,季建林,程文红,等. 心理咨询和治疗师的专业能力和情感能力的多中心调查[J]. 中国心理卫生杂志, 2009, 23(4): 229-241.
- [9] 杨凤池. 实用循环式心理咨询技术[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2009.
- [10] 王雨吟,钱铭怡,姚萍,等. 心理健康专业服务人员机构管理和建构的看法及实际情况[J]. 中国心理卫生杂志, 2011, 25(3): 164-169.

(收稿日期: 2014-03-31)