

苏北地区高校心理咨询师发展观念的现状调查研究

张若熙¹ 李梅² 刘燕³

(1. 连云港师范高等专科学校, 江苏 连云港 222000;

2. 江苏师范大学, 江苏 徐州 221000;

3. 连云港师范高等专科学校, 江苏 连云港 222000)

摘要: 国家非常重视高校学生的心理健康, 高校逐年加大在人力及各项资源上的投入, 心理健康教育与心理咨询工作日渐规范, 本文以心理咨询师为研究对象, 调查了44名心理咨询师, 其中调查的女性心理咨询师占比较大, 调查的心理咨询师年龄在20多岁到50多岁之间, 数据具有一定的代表性, 对心理咨询师的学历、专业、工作性质、咨询工作量、发展观念等方面做了调查研究, 对心理咨询专业发展前景具有一定的参考意义。

关键词: 苏北地区; 高校; 心理咨询师

心理咨询师的背景对大学生心理健康效果至关重要, 为了提高心理咨询的效果, 为心理咨询发展方向提供参考意见, 开展了本次调查研究。调查了连云港、徐州、淮安、盐城、宿迁五个城市的高校心理咨询师。随着心理健康教育的发展, 来访者对心理咨询的接受程度逐年提高, 心理咨询的过程更加规范, 在高校心理咨询师的咨询数量逐年增加。本文以高校心理咨询师为研究对象, 调查心理咨询师对心理咨询发展的理念进行研究, 探讨高校心理咨询发展前景, 为高质、专业的心理咨询过程提供一定的借鉴。

一、高校心理咨询师的内涵

高校心理咨询师 (psychological consultant) 是指在高校范围内, 运用心理学以及相关知识, 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。求助者一般是来咨询的大学生, 求助者也可以叫来访者。心理咨询师已于2017年退出国家职业资格目录, 人社部也不再组织心理咨询师国家统考, 有国家心理咨询师证书的从业人员, 应是2017年以前取得国家心理咨询师资格证。未取得国家心理咨询师资格证的, 但毕业于心理学相关专业的, 接受过心理学正规的全日制教育, 也应在认定为心理咨询相关专业人员。

表1 心理咨询师所学专业情况表

专业与心理学有关	数量	比例
有关	40	91%
无关	4	9%
总计	44	100%

从表1心理咨询师所学专业情况表中可以看出, 从事心理咨询师工作的人员, 大多所学专业与心理学有关, 其中所学专业与心理学有关的占91%, 所学专业与心理咨询无关的占9%。心理咨询从业人员所学专业与心理无关的占比很少。

从以上数据中我们可以看出, 高校心理咨询师队伍的专业性较强, 从事心理学工作与心理学专业的相关度较高。

二、心理咨询师的理念

(一) 咨询经验大于培训经历

表2 心理咨询师认为经验与经历重要程度表

心理咨询师的重要条件	数量占比	比例
咨询经验重要	41/44	93%
培训经历重要	33/44	75%

从表2心理咨询师认为经验与经历重要程度表中可以看出, 心理咨询师认为成为心理咨询师的重要条件上, 心理咨询的经验大于心理咨询师的培训经历, 其中认为心理咨询经验重要的有41人, 占比93%; 认为培训经历重要的有33人, 占比75%。

从以上数据中我们可以看出, 高校心理咨询师认为实践的重要性较高, 心理理论培训与实践培训必要且重要, 但是实践的重要性更明显。

(二) 性格大于理念

表3 心理咨询师认为性格与理念重要程度表

心理咨询师的重要条件	数量占比	比例
性格重要	20/44	45%
理念重要	18/44	41%

从表3心理咨询师认为性格与理念重要程度表中可以看出, 心理咨询师认为成为心理咨询师的重要条件上, 心理咨询的性格大于心理咨询师的理念, 其中认为心理咨询师性格重要的有20人, 占比45%; 认为心理咨询师理念重要的有18人, 占比41%。

从以上数据中我们可以看出, 高校心理咨询师认为性格大于理念, 45%与41%的差别不大, 心理咨询师的性格与理念同样重要, 成为心理咨询师或者筛选心理咨询师应该考查心理咨询师的性格和理念。

(三) 专业大于生活经历大于学历

表4 心理咨询师认为专业、生活经历、学历重要程度表

心理咨询师的重要条件	数量占比	比例
专业重要	23/44	52%
生活经历重要	15/44	34%
学历重要	14/44	32%

从表4心理咨询师认为专业、生活经历、学历重要程度表中可以看出, 心理咨询师认为成为心理咨询师的重要条件上, 心理咨询的专业大于心理咨询师的生活经历大于学历, 其中认为心理咨询师专业重要的有23人, 占比52%; 认为心理咨询师生活经历重要的有15人, 占比34%; 认为心理咨询师学历重要的有14人, 占比32%。

从以上数据中我们可以看出, 高校心理咨询师认为心理咨询的专业大于心理咨询师的生活经历大于学历, 52%明显大于34%, 也明显大于32%, 心理咨询师的专业性是最重要的; 生活

经历占比 34% 和学历 32% 差不多,生活经历和学历的重要程度差不多。

三、如何培养心理咨询师

(一) 咨询经验的重要性

从表 2 心理咨询师认为经验与经历重要程度表中可以看出,心理咨询师认为成为心理咨询师的重要条件上,心理咨询的经验大于心理咨询师的培训经历。

从以上数据中我们可以看出心理咨询师认为成为心理咨询师的重要条件上,心理咨询的经验最重要,占比 93%。心理咨询师经验丰富,代表从业时间长,投入心理咨询的精力较多,咨询经验越成熟,咨询效果可能更好。若心理咨询师咨询经验不多,则代表理论性较强,实践能力不足,没有做到理论与实践的结合。

(二) 培训经历的重要性

从表 2 心理咨询师认为经验与经历重要程度表中可以看出,心理咨询师认为成为心理咨询师的重要条件上,认为培训经历重要的有 33 人,占比 75%,超过半数占比。心理学方面的培训有精神分析方向的、行为主义方向的、认知-行为方向的、催眠、沙游、团体辅导等多种培训,有理论、有案例、有实践机会、也有自我疗愈式的角色扮演,心理学方面的培训对心理咨询师的成长有一定的理论与实践意义。

(三) 心理咨询师性格的重要性

从表 3 心理咨询师认为性格与理念重要程度表中可以看出,心理咨询师认为成为心理咨询师的重要条件上,心理咨询的性格大于心理咨询师的理念。来访者与心理咨询师在性别、成长背景、人生经历等存在适配性,且人本主义的观点认为来访者的信任很重要,来访者与心理咨询师适配,来访者信任心理咨询师,咨询效果将大大增加。

(四) 专业的重要性

从表 4 心理咨询师认为专业、生活经历、学历重要程度表中可以看出,心理咨询师认为成为心理咨询师的重要条件上,心理咨询的专业大于心理咨询师的生活经历大于学历。咨询经验、培训经历、学历也属于心理咨询师专业性的范围,咨询师咨询经验丰富、培训经历较多、心理学学历较高,是心理咨询师专业性好的有利条件,可见心理咨询师的专业性很重要,应从多方面培养心理咨询师,如咨询经验、培训经历、学历等。

四、启发与收获

(一) 从多方面培养心理咨询师的专业性

从学历或者是否持有心理咨询师证书筛选优秀的心理咨询师是生硬的,心理咨询师培养是多方面着手,长期地培养。从多方面培养心理咨询师,如咨询经验、培训经历、学历、伦理原则等多方面培养,增加心理咨询师的专业性;培养优秀的专业的心理咨询师短时间之内是不能完成的,需要长时间的投入时间、鼓励培训学习、增加实践经验、提高学历、增加培养的预算等多种措施实行。

(二) 心理咨询效果存在偶然性

来访者与心理咨询师在性别、成长背景、人生经历、心理咨询理念等存在适配性,咨询效果好或者差,取决于适合与不适合,而不是心理咨询师的专业性不够或者态度不好,心理咨

询师不要有愧疚或者责任感过强,来访者也不要觉得自己问题很大,大到这个心理咨询师解决不了,咨询效果是双方达成的,心理咨询效果存在偶然性,换一个合适的心理咨询师,咨询效果可能更好。

(三) 治未病,防患于未然

精神分析的观点认为成年时的心理问题可以追溯到小时候,这符合现代观点,心理问题的根源在原生家庭,当家庭出现问题时,及时进行调解或者解决,让问题还未发展成为严重的心理问题时,及时咨询,增加人们对心理咨询的接受程度,有助于原生家庭问题的解决,“治未病”,防患于未然。

五、总结

心理咨询发展是存在一些问题的,如人们对心理咨询的接受程度不高、对心理咨询师培养的投入经费不足、心理健康的宣传不够。如何更好地解决这些问题,依然需要探讨,相信在不久的将来可以解决。心理咨询师的培养需要经常学习,参加更种培训,投入大量的时间与金钱,而心理咨询师的回报很低,首先,心理咨询的接受程度不高,心理咨询师增加实践经验就有阻碍,其次,单从心理咨询方面获得的报酬较低,无法支持心理咨询师提升学历或者培训的支出,这就需要国家与社会在这方面予以重视,增加投入,才能让心理咨询专业发展得更好。

参考文献:

- [1] 李旭,王冉冉.内地高校心理咨询师胜任力研究现状及对策探讨[J].南方论刊,2024(08):82-84.
- [2] 邝贝贝,侯瑞鹤.新时代高校心理健康教育服务体系建设面临的问题和对策[J].南京晓庄学院学报,2024,40(01):90-94.
- [3] 陈婧,徐国赢,李凡妹,等.高校心理咨询师多元文化胜任力的调查[J].中国临床心理学杂志,2023,31(04):914-918+913.
- [4] 王心蕊,李晓敏,梁明明,等.高校心理咨询师心理督导现状调查[J].心理月刊,2022,17(15):222-224+227.
- [5] 孙伟,杨文娟.高校心理咨询中的专业伦理困境及对策[J].江苏教育,2021(68):29-32.
- [6] 车莹露.高校心理咨询师的咨询风格研究[D].北京林业大学,2021.
- [7] 吴素景,农彦祎,邹增丽,等.高校心理咨询脱落现状与原因分析[J].文化创新比较研究,2020,4(28):55-57.

课题:

- 1.江苏省 2021 年教科项目《“一带一路”背景下高校心理咨询教师队伍建设研究》,课题编号:C-c/2021/01/50
- 2.江苏省 2022 年高校哲学社会科学项目,思政课题,《高校心理咨询接受程度研究》,课题编号:2022sjsz0982
- 3.连云港市 2024 年应用研究一般资助项目《一带一路背景下连云港高校心理咨询教师队伍建设探究》,课题编号:SLYZ24441