

# 心理咨询师的成人依恋、情绪体验和共情能力的关系研究

刘伟<sup>1</sup>, 申荷永<sup>2</sup>, 王晓寅<sup>2</sup>, 潘运<sup>1</sup>

(1. 贵州师范大学教育科学学院, 贵州省基础心理与认知神经科学特色  
重点实验室, 贵阳 550001; 2. 华南师范大学心理学院, 广州 510631)

**【摘要】 目的:**探讨心理咨询师的成人依恋、情绪体验和共情能力的关系。**方法:**采用亲密关系经历量表(ECR)、情绪体验问卷(RDEES)、人际反应指针(IRI)对心理咨询师施测,共收回222份有效问卷。**结果:**①成人依恋、情绪体验和共情能力之间两两相关显著。②情绪体验完全中介了依恋回避与共情能力的关系,情绪体验压抑了依恋焦虑对共情能力的影响。**结论:**应该关注心理咨询师的成人依恋对共情能力的影响,以及情绪体验在其中所起的作用,促进其职业发展。

**【关键词】** 成人依恋; 共情能力; 情绪体验; 中介效应; 压抑效应

中图分类号: R395.5 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2014)03-0552-03

## Relationship between Attachment and Emotional Experience in Psychological Counselors: Empathy as a Mediator

LIU Wei, SHEN He-yong, WANG Xiao-yin, PAN Yun

<sup>1</sup>School of Educational Science, Guizhou Normal University, Guizhou General Colleges Key  
Laboratory of Fundamental Psychology and Cognitive Neuroscience, Guiyang 550001, China;

<sup>2</sup>School of Psychology, South China Normal University, Guangzhou 510631, China

**【Abstract】 Objective:** To investigate the relationship among adult attachment, emotional experience and empathy in psychological counselors. **Methods:** A total of 222 in psychological counselors were investigated with ECR, RDEES and IRI. **Results:** ①adult attachment, emotional experience and empathy in psychological counselors were significantly correlated with each other; ②The emotional experience had a complete mediating effect on the relationship between attachment avoidance and the empathy ability, meanwhile, the emotional experience also negatively mediated the effects of attachment anxiety on empathy ability in psychological counselors. **Conclusion:** It is suggested that the adult attachment has both direct and indirect effects on the empathy of psychological counselors, and that the emotional experience has a mediating role in this relationship.

**【Key words】** Adult attachment; Empathy ability; Emotional experience; Mediating effect; Suppression effect

共情是指个体识别他人情绪状态,设身处地理解他人而产生相应的情感反应和体验,并准确反馈给对方的能力<sup>[1]</sup>。在心理咨询与治疗领域,共情从罗杰斯开始,已逐步成为心理咨询师的一项必备能力,也是实现心理咨询有效性的技术或策略<sup>[2,3]</sup>。目前对共情能力的研究着重关注心理咨询师的人口学变量、认知风格和人格等与共情能力的关系<sup>[4]</sup>。有研究者发现依恋理论和共情研究有一致之处<sup>[5]</sup>。

Pistole把咨询关系和咨询过程比作依恋理论中的“照顾”,并认为安全型依恋的人因积极的自我和他人模型,可以促进信任和亲密的支持性氛围;焦虑型依恋的人过于关注自己的负性情绪,对他人不够敏感;而回避型依恋的人防御性很强,且人际疏离<sup>[6]</sup>。其他研究者也发现,安全型依恋的咨询师会有更高水平的照顾和共情<sup>[5,7]</sup>,不安全依恋类型的咨询

师会表现出较低和不稳定的共情<sup>[5]</sup>。而Trusty等人在指出依恋中的焦虑和回避会影响共情能力的同时,又发现低回避和高焦虑依恋类型的咨询师才有更高的共情能力<sup>[7]</sup>。这表示,依恋类型和共情能力的关系还存在一些争议。

情绪体验是情绪的一个重要组成部分,指个体如何体验自己的情绪<sup>[8]</sup>。情绪体验与成人依恋和共情能力在理论和实践中都有密切关系。Rogers和Amy认为依恋理论本质就是情绪调节理论,不同依恋类型的人在情感体验、识别、控制和调节上都存在着差异<sup>[9]</sup>。Kang和Phillip指出,当个体能够体验到多样的和良好区分的情绪,就被认为能够表现出对他人更多的共情理解;同时,个体的情绪体验越复杂,也越能理解他人的感觉,有较高的共情能力<sup>[10]</sup>。

综上所述,心理咨询师的成人依恋、情绪体验与共情能力都关系密切,且相互影响。现有研究仅对这三者进行单个变量研究或者两个变量结合起来研

究,鲜有人将三者结合起来探讨几个变量间的关系。故本研究假设,心理咨询师的成人依恋是影响其共情能力的重要因素,而情绪体验又会对成人依恋和共情能力的关系产生影响。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

本研究对象为心理咨询师群体,由于心理咨询师群体分布较为分散,故通过邮件、专业论坛和现实派发问卷进行调查,得到222份有效问卷,男56份,女166份。女性较多,符合目前心理咨询行业的性别比例。年龄分布为从20岁至59岁,平均年龄为32.12岁( $SD=8.55$ ),80.2%为全职心理咨询师。问卷中专门设置了一道题来确认心理咨询师身份。

### 1.2 工具

1.2.1 亲密关系体验量表(ECR)<sup>[11]</sup> 包含36个项目,分回避和焦虑两个维度,每个维度各18个项目。本研究采用李同归修订后的中文版,在本研究中,量表的回避维度和焦虑维度的 $\alpha$ 系数分别为0.872和0.898。

1.2.2 中文版人际反应指针(IRI-C)<sup>[11]</sup> 该量表修订后为22个项目,包括四个因子,本量表主要从总分进行考察。本研究中该量表的 $\alpha$ 系数为0.731。

1.2.3 情绪体验问卷(RDEES)<sup>[12]</sup> 包括14个项目,分情绪体验范围和情绪体验区分性两个维度。本研究采用李哲的修订版,主要从量表总分进行考察。本研究中该量表的 $\alpha$ 系数为0.878。

### 1.3 施测过程

由于研究对象较为特殊,且都是需要工作或学习的成年人,较难集中到一起集体施测,故采用点对点邮件、网上施测和现实派问卷三种渠道同时进行。

回收后的问卷全部采用SPSS19进行统计分析。

## 2 结果

### 2.1 相关分析

利用Pearson相关法,对心理咨询师的成人依恋、情绪体验和共情能力进行相关分析,结果表明,两两相关显著。见表1。

### 2.2 情绪体验对成人依恋与共情能力关系的作用

为了进一步考察心理咨询师的成人依恋(ECR)、情绪体验(RDEES)和共情能力(IRI)之间的关系,根据以上相关分析结果以及根据温忠麟等提出的中介效应依次检验程序<sup>[13]</sup>,我们分别以成人依恋中的依恋回避和依恋焦虑为预测变量,以情绪体

验为中介变量和压抑变量,以共情能力为校标变量,形成两个情绪体验统计模型,并采用强迫进入法,对两个模型进行回归分析,考察情绪体验在心理咨询师的成人依恋与共情能力间的作用。

表2及图1是情绪体验对依恋回避和共情能力的中介效应分析。结果表明,依恋回避对共情能力有负向预测作用( $\beta=-0.138, P<0.05$ );但是当情绪体验和依恋回避同时进入回归方程后,依恋回避对情绪体验不再有预测作用( $\beta=-0.028, P>0.05$ ),说明情绪体验在依恋回避对共情能力的预测中起完全中介作用。

表3和图2是情绪体验对依恋焦虑和共情能力关系的压抑效应分析。结果表明,依恋焦虑对共情能力有正向预测作用( $\beta=0.325, P<0.01$ )。当情绪体验加入回归方程后,依恋焦虑对共情能力的回归系数不降反增,出现压抑效应<sup>[14,15]</sup>。这与中介效应里回归系数下降的规律不同。

表1 心理咨询师的成人依恋、情绪体验和共情能力的相关

变量	$\bar{X}\pm s$	1	2	3	4
1.依恋回避	2.64±0.81	-			
2.依恋焦虑	3.09±0.95	0.166*	-		
3.情绪体验	3.75±0.52	-0.332**	-0.173**	-	
4.共情能力	3.52±0.36	-0.138*	0.325**	0.342**	-

注:\* $P<0.05$ ,\*\* $P<0.01$ ,下同。

表2 情绪体验在依恋回避和共情能力之间的中介效应

	标准化回归方程	回归系数检验
第一步	$y=-0.138x$	$SE=0.99, t=-2.07^*$
第二步	$u=-0.332x$	$SE=0.91, t=-5.23^{**}$
第三步	$y=0.333u-0.028x$	$SE=0.94, t=4.95^{**}$
		$SE=0.94, t=-0.41$

表3 情绪体验在依恋焦虑和共情能力之间的压抑效应

	标准化回归方程	回归系数检验
第一步	$y=0.325x$	$SE=0.95, t=5.11^{**}$
第二步	$u=-0.173x$	$SE=0.95, t=-2.60^{**}$
第三步	$y=0.411u+0.396x$	$SE=0.86, t=7.00^{**}$
		$SE=0.86, t=6.76^{**}$

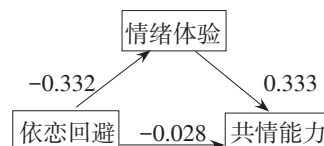


图1 情绪体验在依恋回避和共情能力之间的中介效应

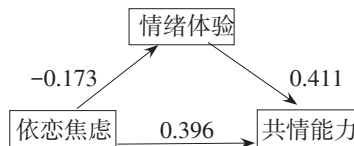


图2 情绪体验在依恋焦虑和共情能力之间的压抑效应

### 3 讨 论

相关分析结果表明,情绪体验与成人依恋呈显著负相关,与共情能力呈显著正相关。一方面,说明依恋回避越高的人,其情绪范围和情绪区分的体验性越差,Mikulincer也发现回避型人的情感体验比较淡漠<sup>[16]</sup>。这可能与回避型人的防御机制有关,他们通过抑制情绪体验来减少被他人拒绝带来的风险<sup>[17,18]</sup>。另一方面,依恋焦虑越高的人,其情绪范围和情绪区分的体验性越差。这是因为他们的情绪容易被过度激活,导致他们的情绪范围狭窄和情绪区分性减弱<sup>[19]</sup>。

中介效应分析表明心理咨询师的的情绪体验在其依恋回避与共情能力关系中起完全中介作用,即依恋回避越高的人,倾向于抑制其情绪体验,进而导致共情能力较低。这与前人的研究一致<sup>[6,17,18]</sup>。

压抑效应分析表明,当在回归方程里控制了情绪体验后,心理咨询师的依恋焦虑对共情能力的影响作用反而增大,表明了情绪体验对依恋焦虑和共情能力关系的压抑作用。研究表明依恋焦虑对共情能力的影响有两条不同的路径。首先,依恋焦虑直接影响共情能力,即依恋焦虑越高的人,其共情能力越高。其次,依恋焦虑通过情绪体验影响共情,表现为依恋焦虑越高的人,情绪体验越低,共情能力也较差。这是两条相反的影响路径,但可以看到,依恋焦虑对共情能力的主效应显著。这与依恋理论不一致,但我们可以从心理咨询领域的“受伤的治愈者”概念中获得一定理解。所谓受伤的治愈者,是指曾经经历过痛苦,有时甚至是非常严重创伤的治疗师,这些伤痛却成为了他们智慧、灵感和治愈力量的源泉<sup>[20]</sup>。而作为依恋焦虑个体的心理咨询师,可能由于早期父母对其需要不够敏感,并且时常表现出不够稳定一致的情绪,导致他们必须通过放大自己的情感以及提高对他人行为反应的敏感度,来获取他人对自己的关注<sup>[21]</sup>。这种对他人情绪和行为的敏感特质,使其作为一名心理咨询师能更加敏锐细致地理解来访者,并能在情感上与来访者共情。

所以在心理咨询师的培训与督导工作中,要关注情绪体验对共情能力的促进以及对成人依恋的改善作用。对于依恋回避较高和依恋焦虑较低的咨询师来说,因为他们较难与他人建立起情感连接以及开放自己去体验情绪,需要来自老师或督导师的特殊关注。对于高依恋焦虑和低依恋回避的咨询师来说,他们很好地体现了受伤的治愈者形象,同时也需

要督导师关注和改善他们不安全的成人依恋关系,促进他们情绪体验的广度和区分度,更好地增强共情能力。

### 参 考 文 献

- 1 张凤凤,董毅,汪凯. 中文版人际反应指针量表(IRI-C)的信度及效度研究. 中国临床心理学杂志,2010,18(2):155-157
- 2 Duan CM, Dennis MK. Relationships among therapist pre-session mood, therapist empathy, and session evaluation. *Psychotherapy Research*, 2002, 12(1): 23-37
- 3 徐慧,侯志瑾,黄玉. 共情与真诚:对罗杰斯三个不同时代案例的内容分析. 中国临床心理学杂志,2011,19(2):265-267
- 4 Fong ML, Borders LD. Effect of sex role orientation and gender on counseling skills training. *Journal of Counseling Psychology*, 1985, 32(1): 104-110
- 5 Lopez FG, Brennan KA. Dynamic processes underlying adult attachment organization: Toward an attachment theoretical perspective on the healthy and effective self. *Journal of Counseling Psychology*, 2000, 47(3): 283-300
- 6 Pistole MC. Caregiving in attachment relationships: A perspective for counselors. *Journal of Counseling and Development*, 1999, 77(4): 37-446
- 7 Jerry T, Kok-Mun N, Richard EW. Model of effects of adult attachment on emotional empathy of counseling students. *Journal of Counseling and Development*, 2005, 83(1): 66-67
- 8 Feldman, Barrett L. Discrete emotions or dimensions? The role of valence focus and arousal focus. *Cognition and Emotion*, 1998, 12(4): 579-599
- 9 Rogers K, Amy S. Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 1988, 59(1):135-146
- 10 Kang SM, Phillip RS. Individual difference in emotional complexity: Their psychological implications. *Journal of Personality*, 2004, 72(4): 687-726
- 11 李同归,加藤和生. 成人依恋的测量:亲密关系经历量表(ECR)中文版. 心理学报,2006,38(3):399-406
- 12 李哲. 情绪体验与移情反应的关系及其影响因素的研究. 硕士学位论文. 首都师范大学,2005
- 13 温忠麟,侯杰泰,张雷. 调节效应与中介效应的比较和应用. 心理学报,2005,37(2):268-274
- 14 Cheung GW, Lau RS. Testing mediation and suppression effects of latent variables: Bootstrapping with structural equation models. *Organizational Research Methods*, 2008, 11(2): 296-325
- 15 Peng JX, Wei X, Yebing Y, et al. The impact of trait anxiety on self-frame and decision making. *Journal of Behavioral Decision Making*, 2014, 27(1): 11-19

(下转第559页)



- cational Behavior, 2012, 81(3): 370-377
- 19 Rehfuess MC. The future career autobiography: A narrative measure of career intervention effectiveness. *The Career Development Quarterly*, 2009, 58(1): 82-90
  - 20 Rehfuess MC, Del Corso J, Galvin K, Wykes S. Impact of the career style interview on individuals with career concerns. *Journal of Career Assessment*, 2011, 19(4): 405-419
  - 21 Rehfuess MC, Cosio S, Corso J. Counselors' perspectives on using the career style interview with clients. *The Career Development Quarterly*, 2011, 59(3): 208-218
  - 22 McMahon M, Watson M, Patton W. Qualitative career assessment: Developing the my system of career influences reflection activity. *Journal of Career Assessment*, 2005, 13(4): 476-490
  - 23 Sampson JP. Modern and postmodern career theories: The unnecessary divorce. *The Career Development Quarterly*, 2009, 58(1): 91-96
  - 24 McMahon M, Watson M. Telling stories of career assessment. *Journal of Career Assessment*, 2012, 20(4): 440-451
  - 25 Holland JL, Powell AB, Fritzsche BA. The self-directed search, professional user's guide. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, 1994
  - 26 Reid HL. Narrative and career guidance: Beyond small talk and towards useful dialogue for the 21st century. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 2005, 5: 125-136
  - 27 McMahon M, Watson M, Chetty C, Hoelson C. Examining process constructs of narrative career counselling: An exploratory case study. *British Journal of Guidance and Counselling*, 2012, 40: 127-141
  - 28 李栩,侯志瑾,冯缦.大学生父母生涯发展期望,主动性人格,生涯适应力和生涯决策困难的关系. *中国临床心理学杂志*, 2013, 21(2): 263-267
  - 29 邵瑾,侯志瑾,倪竞,珠玛.咨询过程中关于重要内容的研究综述. *中国临床心理学杂志*, 2011, 19(2): 281-284
  - 30 珠玛,侯志瑾,邵瑾,等.共识性质性研究方法(CQR)及其在心理咨询研究中的应用. *中国临床心理学杂志*, 2011, 19(3): 413-418
  - 31 Clark MA, Severy L, Sawyer SA. Creating connections: Using a narrative approach in career group counseling with college students from diverse cultural backgrounds. *Journal of College Counseling*, 2004, 7: 24-31
  - 32 Hughes AN, Gibbons MM, Mynatt B. Using narrative career counseling with the underprepared college student. *The Career Development Quarterly*, 2013, 61(1): 40-49
  - 33 Di Fabio A, Maree JG. Group-based life design counseling in an Italian context. *Journal of Vocational Behavior*, 2012, 80(1): 100-107
  - 34 刘华强.叙事心理治疗在生涯咨询中的应用. *漳州师范学院学报:哲学社会科学版*, 2012, 4: 128-131
  - 35 蔡妮娜.叙事疗法在生涯咨询中的应用. *吉林省教育学院学报*, 2013, 29(9): 147-148
  - 36 张涵.叙事生涯理论在大学生职业生涯咨询中的应用. *继续教育研究*, 2013, 8: 107-108
  - 37 张玉柱.职业成熟度,心理控制源对大学生择业焦虑的影响. *中国临床心理学杂志*, 2012, 20(1): 99-101
  - 38 李艳兰.自我效能感,婚姻调适,职业压力与中小学班主任主观幸福感的关系. *中国临床心理学杂志*, 2010, 18(3): 363-365

(收稿日期:2013-12-02)

(上接第554页)

- 16 Mikulincer M. Attachment working models and the sense of trust: An exploration of interaction goals and affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1998, 74(5): 1209-1224
- 17 MeiFen W, Kelly YHL, Tsun-Yao Ku, et al. Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of personality*, 2011, 79(1): 191-221
- 18 刘新春,朱晓坤,邓晶晶,等.完美主义在依恋和抑郁间的中介效应研究. *中国临床心理学杂志*, 2013, 21(4): 658-661
- 19 Mikulincer M, Gillath O, Shaver PR. Activation of the attachment system in adulthood: Threat-related primes increase the accessibility of mental representations of attachment figures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2002, 83(8): 881-895
- 20 Clare D, Carl J. Wounded healer of the soul. London: Morning Light, 2000
- 21 巴彤.心理治疗中的依恋.北京:中国轻工业出版社,2014

(收稿日期:2013-12-13)