

心理咨询师从业初始动机个案研究

李强, 许丹

(南开大学心理学研究中心, 天津 300071)

【摘要】 目的: 初步了解心理咨询师从业初始动机, 为今后做进一步深入研究提供基础和方向。方法: 以 52 名心理咨询师的个人分析报告为参考和辅证, 对其中 19 名已从业的心理咨询师进行了深度访谈, 归纳出 4 种类型的从业初始动机, 然后精选出 8 个有代表性的个案作为例证。结果: 心理咨询师的从业初始动机主要有: 自我探索型, 利他型, 补偿型, 资源优势展现型。结论: 心理咨询师从业初始动机是多样化的, 本研究归纳出的 4 种类型是依据其主导动机划分出来的。

【关键词】 心理咨询师; 从业初始动机; 个案研究; 主导动机

中图分类号: R395.5

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2007)02-0205-04

Case Study of the Primary Job Choosing Motivations of Psychological Consultants

LI Qiang, XU Dan

Psychology Researching Centre of Nankai University, Tianjin 300071, China

【Abstract】 Objective: To understand the primary job choosing motivations of psychological consultants preliminarily, so as to provide basic information and direction for further researches in future. Methods: Fifty-two psychological consultants' self-analysis reports were collected as reference and proof, including for depth interview nineteen professional psychological consultants, finding out four types of primary motivations, and then nine typical cases were used as examples. Results: The types of primary job choosing motivations mainly included: self-exploring type; altruism type; compensative type; resources-advantage (trait resources & experience resources) performing type. Conclusion: The primary job choosing motivations of psychological consultants are diversified, and the four classes generalized in this study were divided by their prominent motivations.

【Key words】 Psychological consultant; Primary job choosing motivations; Case study; Prominent motivation

心理咨询是一项特殊的高度专业化的助人活动, 心理咨询师的从业动机则更是复杂多样^[1], 从业动机直接影响着心理咨询师的工作效能和职业生涯长短, “几个关键的事件通常塑造了心理治疗师的发展, 其中最明显的一个是心理治疗师进入这个领域的真实理由^[2]。”正因为如此, 国外学者很重视心理咨询师的从业动机研究^[3]。

2001 年 8 月国家劳动和社会保障部颁布了《心理咨询师国家职业标准》^[4], 标志着我国心理咨询职业化历程的开始。如果说先前国内学者关注和探讨心理咨询在我国的发展道路应该如何走^[5-8]很有必要的话, 那么随着我国第一批心理咨询师的诞生, 并步入工作岗位, 我们的关注点除了心理咨询师专业知识技能掌握情况和其社会人口学特征^[9]之外, 还应深入了解这一群体, 尤其是他们选择这一职业的初始动机。只有这样才有可能较为准确地预测他们从业后的职业发展状况, 尤其是职业优势、职业困境、职业倦怠。进而为今后心理咨询师职业培训和继续教育, 甚至包括高校相关临床专业招生、考核及心理咨询督导工作提出针对性强、切实可行的建议。

1 对象与方法

1.1 研究对象

本研究以天津市参加全国心理咨询师职业资格(二级)培训并通过考试获得国家职业资格证书者为对象, 采用简单随机抽样方法选取其中的 52 人。

1.2 研究方法

目前虽然也有研究者调查了心理咨询师职业资格培训班学员参加心理咨询师培训的动机^[9], 但从从业动机与参加培训动机两者之间是存在一定差异的, 且以若干个测查项目难以获得复杂多样动机的全貌。作为对未知领域的初次探索, 本研究选择了归纳性和描述性的质性研究方法, 旨在发现和呈现心理咨询师的从业初始动机的真实面貌。具体地说, 本研究采用内容分析和深度访谈相结合的方法。首先, 从获得国家职业资格证书的心理咨询师中随机抽取 52 人, 以他们参加心理咨询师国家职业资格(二级)综合评审时提交的个人分析报告为内容分析材料, 初步了解其从业初始动机, 作为其后研究的参考和辅证; 然后采用配额抽样的方法选择了其中 19 名心理咨询师进行深度访谈; 依据访谈收集到的信息从

每个个体的多种从业动机中寻找并确定起主导作用的一种或两种动机;按照主导动机的不同将心理咨询师的从业初始动机归纳为4种类型;最后精选出在反映上述4种动机类型方面代表性强、特征突出的8个个案,完成研究报告。

2 结 果

根据心理咨询师提交的自我分析报告,将心理咨询师从业初始动机概括为以下4种类型:自我探索型、利他型、补偿型、资源优势展现型。

2.1 自我探索型

这种动机或者源于对人的兴趣,对自身的强烈好奇心,认识自我、深入了解自我的渴望;或者源于生存的困惑,精神上的苦痛与煎熬。具有这种动机的人甚至将认识自己、反思自己、解答自己的疑惑、解决自己的困扰作为自己毕生努力追求的目标。他们经常思索生存与死亡的意义,反省自己存在的价值,探索自己的本性与需要。他们可能曾经或正经受着心灵上的病痛,虽饱受折磨却无法自拔。从事心理咨询工作可以帮助他们更清醒的审视自己,解答多年来关于存在的疑惑,找出个性上的不足,完善人格,使自身的存在能够更有价值。为自己疗伤,打开精神上的枷锁,减轻痛苦,重新健康快乐的生活。

2.1.1 个案1 男,34岁,医生。“每当我看到别人在津津有味地回味自己童年时候的趣事,而我却怎么也回忆不起来小时候发生过的一些事情,我总是在怀疑是不是有什么原因阻止我去回忆,一直很想知道其中的原因到底是什么呢?三十岁的时候,我突然意识到‘我只是个凡人,一个普通人,这辈子也不会超凡入圣,而且总有一天会死,会化成尘土!’这种想法经常折磨着我,每当想到死亡,想到死亡后自己的意识、肉体何在,我就会感到一阵心慌、恐惧和无助感遍布全身。对生死的这种重新审视改变了我原有的生活态度、生活方式、生活目的,也该变了我原来的做事方式。我做心理咨询,首先是想分析分析自己,知道自己是怎么回事。面对纷繁复杂的大千世界和多姿多彩的人生,如何去认识其中的本质,如何去把握其中的真理,如何才能活得更真实、更自我、更自由,只有通过真正了解自己,了解自己内心的需要,了解自己最真实的自我,才能回答这些问题。”

2.1.2 个案2 女,36岁,会计。“我学习心理咨询是从我的婚姻出现问题的那天开始的。婚姻的失败对我来说是个天大的意外,怎么也没有想到自己眼中完美的初恋和别人眼里美满的婚姻竟会出现裂痕,

而且竟走到了离婚这一步。离婚了,我绝望到了极点,觉得整个天都塌了下来,生活也完全没有了方向。强烈的孤独感和挫败感吞噬了我,我四处求医,但却并未找到自己想要的帮助。朋友的话惊醒了我,我要重新站起来,继续坚强的生活下去。我开始大量阅读心理学的书籍,一面参加心理咨询师培训,一面义务做些咨询。慢慢调整自己的情绪,面对和处理离婚后生活中的种种问题。虽然自己仍然处在恢复的过程中,但已经能够理智的分析问题,不再感情用事,找到最优的解决办法。知道如何安排自己生活,让日子过得充实而有意义。”

2.2 利他型

具有这类动机的心理咨询师有强烈的助人倾向。他们希望通过帮助他人摆脱心理困扰、解决难题,来实现自身的价值。他们喜欢那种自己是重要的,被人需要的感觉,他们渴望对别人产生积极的影响。尽管他们当中的一部分人自己可能还带着伤痛,但是,他们仍然期望在工作(心理咨询)中尽其所能的帮助更多的人。对于他们来说助人是生命当中最有意义的事情,能够最大程度实现人生的价值。

2.2.1 个案3 女,39岁,教师。“我在工作中发现,每年都有高三毕业班的学生因学业压力导致的精神疾患而放弃学业。为了能让我的学生拥有健康的人格,充满自信地走向社会,我开始学习心理学。因为我深深体会到,心理健康比分数更重要。我要成为播种健康的人,这个事业是神圣的,在完成这个使命中会使我的人生变得更有价值。”“人生的真正价值在于助人为乐。我深刻地体会到帮助学生以及其他健康快乐地生活是我人生的真正价值。成为一名优秀的心理咨询师,用自己的知识给别人带来快乐,这是多么有意义的一件事啊!我的奋斗目标是像孔子那样,追求圣和仁,学而不厌,诲人不倦,做最优秀的心理咨询师,让更多的人健康快乐地生活。”“为他人、为社会做点儿什么,为人类的身心健康做点儿事,是我的夙愿,同时也是完善自己、快乐生活的过程。我希望在社会中体现自己的人生价值。”

2.2.2 个案4 男,52岁,公务员。“我从中学时就开始对心理学感兴趣,成为一名正式的心理咨询师后,更加坚定了我从事咨询工作的决心。虽然明知道现在独立开办心理咨询机构会赔钱,但觉得这是一项事业,是不断发展成熟中的必经阶段,一定要有人去走这段路才行,所以甘愿为后人铺路。做心理咨询是一种满足,价值感的满足。当一个素不相识的求助者,能在你的面前把他的隐私和痛苦诉说给你,在你

面前流泪,甚至只是短短的两个字的‘谢谢’,那种感觉,不是用任何金钱和地位能换来的。他们太可怜了,有限的生命和时间都处浪费在了误区之中,不能享受美好的生活。这个职业非常有力量,它可以促成人们发生改变,从事这个职业最大的收获是精神上的、心理上的满足,价值感的实现。”

2.3 补偿型

这里所谓的补偿,是指从业者在心理咨询职业中获益能够在某些方面对自己过去、现在或将要丧失的东西起到替代性的代偿作用。这些“丧失的东西”包括自身的某些缺陷、后天获得的名誉、地位、关注、尊重等。有些咨询师由于自身存在难以超越障碍或难以改变的缺陷,于是将这种改变的美好期望寄托到来访者身上,希望通过自己的努力促生他们的积极改变,补偿由于自己的缺陷带来的自卑和无法改变自身引起的失落感,感觉得到那些东西的并不止是来访者,还有自己,从而获得心理上的满足。

2.3.1 个案5 男,32岁,医生。“在我还不到一岁时就因小儿麻痹而永远丧失了走路的能力,从我有记忆开始,就发现自己无法像其他正常人一样生活。虽经多次的手术之后幸运地保住了性命,但却永远不能站立行走。一直以来我的学习成绩都特别优异,但却因为躯体上的残疾几次被重点学校拒之门外,险些连大学之梦都化为泡影。幸运的是虽然没有选择,但总算能进入一所不知名的大学完成学业。身体上的残疾,已经让我失去了太多的机会,我生命中遗憾的东西太多了,有太多想做而无法去做的事情,有太多没有体验过的生活。所以我要用我的聪明才智,让那些有条件去享受生活的人,生活的更加幸福和美好。让他们积极乐观地生活,为社会肌体的健康运转发挥他们应有的作用。我想这就是心理咨询的目的,也是我终生为之奋斗的目标。”“我也有能力帮助别人,帮助他们找到了生活的乐趣和存在的价值,这个过程也就是我实现自己的价值的过程。”

还有一部分中老年咨询师,在抵达了事业上的颠峰之后逐渐意识到年龄的增长将伴随事业的下滑,这预示着社会地位的降低、经济收入的减少。尤其是那些曾经在在工作中做出过突出贡献和巨大成绩的人,曾经的辉煌、名誉、地位、尊重和关注都将渐渐远去。而心理咨询恰恰是一个特殊的职业,从业人员年龄的增长带来的将是经验和阅历的丰富,职业“资本”的增加和“身价”的上涨。而且咨询师与来访者之间权力、地位的不对称性,也使心理咨询职业成为他们退休或离职后弥补这种缺憾的一种极佳选择。

2.3.2 个案6 男,57岁,机关干部。“两年前因身体原因退居二线,工作清闲而舒适,没有压力,而我却无福享受。随着时间的推移,开始觉得空落落的,常

常有种说不出的烦恼袭上心头,生活也变得没有了滋味,觉得人生没意思了。久而久之,身体也跟着产生了不适的感觉,胸闷、心慌、焦躁不安。在那段时间里,我就盼朋友们常过来,东侃西聊,心理才轻松好受些,人家一走,就又旧病复发。后来我意识到自己心理出了问题,在医生、朋友的提示下,我就刻意地培养自己的一些兴趣,一边打发时间一边调整自己的心态。现在自愿退养在家,我始终忘不了前两年那一段难过的经历,正是这段经历,我想再踏入一个新的领域,从事心理咨询工作,不仅可以打发退休后充裕的时间,生活得更加充实,也可以大量接触人和社会,在有生之年,还在一个新的领域,为社会再尽一点儿微薄之力。”

2.4 资源优势展现型

心理咨询做为一项特殊的助人职业,除必须的专业知识和技能外,咨询师自身的特质,如:自我开放程度、自觉能力、个人成长经历等对咨询效果也有很大的影响。正如 Appell 所说“在咨询过程中,咨询师能带进咨询关系中最有意义的资源,就是他自己。”^[10] 学界存在这样一种观点,认为一个患过病并已经康复的治疗师、一个早已成为病人的健康的治疗师才容易对类似的病人共情和认同,而这样的认同和共情是具有创造性和建设性价值的^[11]。很多杰出的心理治疗家也正是从他们个人的患病经历中总结出了优秀治疗理论和技术,比如阿德勒、荣格、森田正马。一些咨询师之所以选择心理咨询职业也正是因为他们认为自己身上具有心理咨询所必需的某些人格特质,或者自己的人生经历曲折坎坷但依然健康快乐的生活,与其他人相比他们从事心理咨询就拥有了更多的优势和便利,并可以通过职业活动得到展现。按照资源的不同,又可分为特质优势和经历优势。

2.4.1 个案7 女,45岁,企业管理人员。“参加工作后慢慢发现同事有心里话都特别喜欢跟我说,有什么难事儿也愿意让我帮他们出出主意,这是职场上的一大禁忌。我想大概是我比较善解人意和让人信任,他们才能无所顾忌地和我交流。后来开始从事网络方面的工作后,在网上也经常有人向我倾诉。受到婆婆的影响,婚后我也信奉了佛教。佛教就是在“修心”,教我以一颗平等心、平常心和平精心去看待身边的人和事,也教我有爱心,乐善好施,助人为乐,而这些恰恰也是咨询师应该具有的素质。我的宽容、热情、通情达理、爱心和耐心这些优势,一定会让我在这个行业中做出成绩来。”

2.4.2 个案8 女,38岁,医生。“我自幼体弱多病。高考中失利,上了一所让自己抬不起头来的大学。大学期间凭着聪明的头脑和刻苦学习,我的成绩一直

名列前茅,本以为能留校任教,却因为没有关系,反倒被不如自己的同学挤了下来,被迫到医院从事护理工作。这件事给我的打击很大,让我看到了社会的不公正。工作后没多久又被诊断出患有先天性心脏病,很长一段时间我都无法接受这一事实。还好,手术做的很成功,让我重新燃起了生活的希望,随后又考取了研究生。研究生毕业后正打算大干一番时,却检查出在手术时感染了丙型肝炎。我开始心灰意冷了,觉得这是上天有意在惩罚我。也曾一度对生活失去了信心,经过亲戚朋友的开导,现在一面工作一面与疾病抗争,乐观地面对生活。在目睹了也亲身经历了病人的痛苦以及给家人带来的不幸,我认识到心理因素对于疾病的康复是多么重要。其实许多病人都需要进行心理疏导,以增强战胜疾病的信心。现在社会竞争这么激烈,人们的精神压力也越来越大,太需要心理咨询师了。我感谢挫折,它让我了解了社会、了解了他人、也认识了自己,勇敢地去面对自己,面对困难。在经历了这么多的挫折之后,我更能理解求助者的处境和痛苦,这也是我为什么要从事咨询工作的原因。”

3 讨 论

本研究是一项探索性的质性研究,目的是为了提出问题,获得假设,为今后进一步深入研究提供基础和方向。

本研究发现我国心理咨询师从业初始动机是复杂多样的,任何一名咨询师都不仅仅是在一种动机的驱使下投身这一事业的,不同咨询师的从业动机虽有不小差别,但也有重叠和共通之处。本文所归纳概括出的4种动机类型是对起主导作用的动机进行划分的。由于样本数量和研究方法的限制,列举出的这4种动机类型虽然并不能将心理咨询师的全部从业初始动机尽含其中,但相信这4种类型还是有一定的普遍性和代表性的。

国外的研究发现心理咨询师有拯救别人的需要;做全能的神;想控制;需要尊敬;想自我治疗;窥探别人的隐私等需要和动机^[12]。其中的某些动机与我们的研究结果是相似的,如:帮助别人的需要,对尊敬的需要,想影响别人,想解决自身的困扰。但也有一些是在本次研究中尚未发现的,如:做全能的神,窥探别人的隐私等。原因之一可能是我们进行的仅是从业初始动机的调查,这一职业为其从业人员带来的某些收益是从业之初无法感受和预知的。其二也可能是因为目前我国尚没有一支高质量的专业队伍作为参照群体以供大家去认识和了解。另外,

本研究也未发现被调查者将获得经济利益作为选择这一职业的原因,这一点有些出乎预料,值得进一步深入探讨。

从国外的职业发展情况来看,心理咨询师职业生涯中会经历一系列可预测的、连续的和逻辑的变化,很多心理咨询师从理想主义状态进入他们的职业,随之而来的常常是失去天真,下一步则表现出愤世嫉俗和丧失热情,接着,希望通过实用主义把现实的期望、整合的经验和更大的灵活性结合起来^[2]。当前,在我国心理咨询师群体形成之初,如何正确引导他们从业动机中健康的方面,如理想主义和利他主义的态度、理智的好奇心、成长的渴望等,警惕职业危险,珍惜职业权利,防止对权力和金钱的追逐,避免因从业动机不当而过早地出现职业倦怠甚至枯竭,是摆在业内人士面前的重大课题,尤其需要在心理咨询师的继续教育中予以重视。(致谢:天津市劳动和社会保障局职业技能鉴定中心,天津市津城心理咨询技能培训中心。)

参 考 文 献

- 1 Kottler JA. 心理治疗师之路. 林石南,黄秀琴,黄思旅,译. 北京:中国轻工业出版社,2005. 19
- 2 Kottler JA. 心理治疗师之路. 林石南,黄秀琴,黄思旅,译. 北京:中国轻工业出版社,2005. 196
- 3 于鲁文. 论有效的心理咨询者. 心理学动态,1997,5(4): 45-47
- 4 中华人民共和国劳动和社会保障部. 心理咨询师国家职业标准(试行). 北京:中央广播电视大学出版社,2001
- 5 林孟平. 中国的心理辅导与治疗迈向专业化之路. 教育研究与实验,1999,(3): 39-45,71
- 6 钱铭怡. 心理治疗与心理咨询在中国的发展. 见:中国心理学会编. 当代中国心理学. 北京:人民教育出版社,2001. 174-179
- 7 江光荣,夏勉. 美国心理咨询的资格认证制度. 中国临床心理学杂志,2005,13(1): 114-117,121
- 8 赵旭东,丛中,张道龙. 关于心理咨询与治疗的职业化发展中的问题及建议. 中国心理卫生杂志,2005,19(3): 221-225
- 9 赵白帆,刘梅. 云南省心理咨询师职业资格培训班学员情况及分析. 卫生软科学,2002,16(6): 40-42
- 10 Appel ML. Self Understanding for the Guidance Counselor. Personnel and Guidance Journal, 1963, 42:143-148
- 11 苏晓波. “成为病人”:直觉与共情机制的主观性解释. 中国心理卫生杂志,2005,19(8): 572-574
- 12 Kottler JA. 心理治疗师之路. 林石南,黄秀琴,黄思旅,译. 北京:中国轻工业出版社,2005. 197-199

(收稿日期:2006-08-15)