

心理咨询胜任力培养模式的探索及实践

——以地方本科院校应用心理学专业为例

王振宏

阜阳师范大学教育学院, 安徽 阜阳
Email: 1164712814@qq.com

收稿日期: 2021年5月31日; 录用日期: 2021年6月29日; 发布日期: 2021年7月9日

摘要

目的: 探索地方本科院校心理学专业心理咨询胜任力培养模式并验证其有效性。方法: 采用心理咨询师胜任特质自评量表对随机匹配的30名实验组和30名对照组心理学专业学生进行测评。结果: 训前两组在心理咨询师胜任特质自评量表上的得分无显著差异, 而培训后, 实验组的知识修养得分和专业技能得分显著高于对照组($p < 0.05$)。结论: 心理咨询胜任力培养方案具有一定的可行性, 可以提高心理学专业学生的心理咨询理论和心理咨询技能水平。

关键词

心理咨询胜任力, 模式, 探索, 应用心理学

The Exploration and Practice of the Competency Training Model of Psychological Counseling

—A Case Study of Applied Psychology in Local University

Zhenhong Wang

College of Education, Fuyang Normal University, Fuyang Anhui
Email: 1164712814@qq.com

Received: May 31st, 2021; accepted: Jun. 29th, 2021; published: Jul. 9th, 2021

Abstract

Objective: To explore the competency training model of psychological counseling in local under-

graduate university and verify its effectiveness. **Methods:** 30 randomly matched experimental group and 30 control group students majoring in psychology were evaluated by using the psychological consultant competency self-rating scale. **Results:** There was no significant difference between the two groups in the scores of psychological consultant competency self-rating scale before training, but the scores of knowledge accomplishment and professional skills in the experimental group were significantly higher than those in the control group after training ($P < 0.05$). **Conclusion:** Psychological counseling competency training program has certain feasibility, which can improve the psychological counseling theory and psychological counseling skill level of students majoring in psychology.

Keywords

Psychological Counseling Competence, Model, Exploration, Applied Psychology

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

随着社会经济的快速发展,压力性事件逐渐增多,心理健康也成为人们愈发关注的焦点。根据《心理健康蓝皮书:中国国民心理健康发展报(2017~2018)》调查发现,中国17岁以下儿童和青少年中至少有3000万人受到各种心理问题的困扰,如抑郁、焦虑、强迫、厌学、网络成瘾、自杀自伤等(傅小兰,张侃,陈雪峰,陈祉妍,2019)。《心理健康蓝皮书:中国国民心理健康发展报(2019~2020)》中,国民抑郁高风险检测率在不同人口统计学资料上显示为10%~21%之间(傅小兰,张侃,陈雪峰,陈祉妍,2020)。由此可见,社会心理服务需求量庞大,针对已经出现心理问题的人群,进行心理咨询或心理治疗是非常重要的,但目前社会上非常缺乏专业的心理咨询师或心理治疗师,专业人才的培养需要经历一个成长性过程。因此,培养本科应用心理学专业学生心理咨询胜任力是十分必要的,可以为社会培养专业的心理咨询人才奠定基础。

心理咨询胜任力是指在心理咨询的过程中,心理咨询师具备心理咨询的态度,心理咨询的理论和心理咨询的技能,能够胜任心理咨询师的工作(曾海萍,赵静波,汤芳,刘县兰,2014)。在地方本科院校应用心理学专业培养模式下,重理论而轻技能和实操训练,而心理咨询作为应用性较高的分支学科更是缺乏专业系统的训练。心理咨询作为对心理咨询态度,心理咨询理论和心理咨询技能要求非常高的一门学科,在地方本科院校应用心理学专业教育中虽有所涉及,但大多倾向于理论层面的学习,严重缺乏心理咨询技能和实操能力的训练。心理咨询课程的开设也存在很多问题,比如理论教授比较泛化,缺乏系统性、缺少心理咨询实习基地、咨询观摩机会少、缺少小组成长和个案督导等。

因此,探索地方本科院校应用心理学专业中心心理咨询胜任力的培养模式显得非常迫切,一方面可以提升心理学专业学生的心理咨询能力,有助于学生毕业后能够从事心理咨询相关工作;另一方面国内还没有关于地方本科院校应用心理学专业心理咨询胜任力训练的实证研究,主要集中在心理咨询胜任力的模型构建上,可以弥补这一领域的空白。

2. 地方本科院校心理咨询胜任力培养存在的问题

2.1. 心理咨询胜任力培养侧重于理论学习

心理咨询胜任力的培养,除了心理咨询态度和系统的心理咨询理论学习外,更加强调心理咨询技能

的训练,而这种心理咨询技能的训练在目前地方本科院校中是非常缺乏的。王恩界,张冕等(2017)通过对九个院校培养方案的比较分析发现,各个学校的培养方案过于简略,在一些关键内容上是有所缺失的,虽然都有自己的一些特色,但都缺乏如何培养学生实践能力的陈述,对心理咨询胜任力的训练涉及更少。崔景贵,黄亮(2013)也强调在应用心理学专业人才培养中要平衡理论和实践的关系,需要训练学生的实践和应用技能,真正能够将理论应用于实践,并在实践过程中习得心理技能,解决实际问题,而心理咨询胜任力的培养作为理论与实操能力的结合,更应该平衡二者之间的关系。

因此,在地方本科院校应用心理学培养方案中,应将心理咨询胜任力的培养单独罗列出来,进行培养模式的过程性构建,同时将心理咨询态度、理论和技能三者结合起来对心理学专业学生进行培养。

2.2. 心理咨询胜任力培养缺乏系统性

心理咨询胜任力的培养缺乏系统性。心理咨询胜任力的培养是一个专业化,系统化的过程。对于地方本科院校应用心理学专业学生来说,需要专业的教师、场地、实习基地等各方面条件相互配合,通过系统化的理论知识学习,技能训练和实操演练,在2~3年的时间里,把本科应用心理学专业学生培养成一名合格的实习心理咨询师。在地方本科院校应用心理学专业中,心理咨询课程多数开设在第三或第四学期,课程结束后,心理咨询胜任力的训练也随之结束,心理咨询胜任力训练时间较短且缺乏连续性。而此时学生对心理咨询还处在一个认识比较浅显的状态,无法内化心理咨询的理论和心理咨询技能。

北京师范大学2020年10月筹备成立国内第一个临床与咨询心理学院并在2021年开始招收临床与咨询心理方向专业硕士,意在建立起高质量、规模化的学历化培养制度和体系,希望通过临床与咨询心理学院的建立,建立起更专业、更适合我国社会的临床与咨询专业人才培养模式。本科阶段如果能够将心理咨询培养模式细化,将更有助于心理咨询专业人才的培养。

2.3. 心理咨询胜任力训练缺少专业师资队伍

在地方本科院校心理学专业中,缺乏专业的心理咨询方向师资队伍。在国内具有心理学专业的资深大学中,师资力量雄厚且心理学方向比较明确,不仅从事本科生的教学工作,还承担硕士生与博士生的教学与科研工作。而在地方仅有本科应用心理学专业的院校中,师资力量相对来说比较薄弱,心理咨询方向的专业师资队伍更加紧缺。因此,心理咨询方向专业师资力量薄弱,心理咨询课程开设时间短、心理咨询课程教师专业能力有限等综合因素影响,无法支撑专业化、系统化的心理咨询胜任力训练,表现为课程设计,个案观摩、案例督导等环节是缺少的或是有问题的。

3. 基于心理咨询师胜任力模型的培养方案

目前国内外关于心理咨询师胜任力的研究主要集中在模型构建上。国外有关心理咨询师胜任特征的结构研究中,不管是“咨询”取向的心理咨询,还是“心理学”取向的心理咨询,都认为心理咨询胜任力结构包含知识、技能和态度三个方面(Bashook, 2005)。国内也有很多学者对心理咨询师的胜任力特征进行建模,王润强(2008)采用行为事件访谈法对10名成都高校心理咨询从业人员进行访谈,研究结果认为心理咨询师胜任力应包括自我意识、专业素养、培养他人、专业成长、人际技能、专业态度、开放性、弹性、责任感、职业道德和亲和力;罗耀平(2008)通过对31名社会心理咨询师的调查研究,初步构建的心理咨询师胜任特征模型包含三个类群,共十项胜任特征,分别是核心胜任力:影响力;特质类:共情、真诚、弹性、支配性、自信、分析性思维;职业能力类:人际理解力、关系的建立和主动学习。总体来说,有关心理咨询师胜任特征的研究中主要分为三大领域,分别为心理咨询态度,心理咨询理论和心理咨询技能。

在心理咨询师胜任力模型的基础上，从心理咨询态度，心理咨询理论和心理咨询技能角度出发，设计一套培养地方本科院校应用心理学专业学生心理咨询胜任力的实践培养方案。因为心理咨询流派较多，而精神分析是心理咨询的基础，所以本方案是以精神分析动力取向的专业系统培训为主，期望通过专业实践培训，提升心理学专业学生的心理咨询胜任力，为以后成为专业心理咨询师打下坚实的基础，具体培养方案详见表 1。

Table 1. Psychological counseling competency training program

表 1. 心理咨询胜任力培养方案

培养阶段及领域	课程内容	开设学期
第一阶段 心理咨询态度和心理咨询理论	咨询师职业化成长道路	第三学期
	心理咨询法律法规	
	心理咨询伦理	
	心理咨询框架和设置	
	心理动力学概述	
	治疗联盟	
	治疗中立	
	防御机制	
	移情	
	反移情	
第二阶段 心理咨询核心技能训练	梦	第四学期
	动力性倾听	
	个案概念化	
	初始访谈训练	
	现场个案演练	
第三阶段 实战训练	动力学评估诊断	第五~六学期
	小组案例督导	
	小组成长 心理沙龙	

基于心理咨询师胜任力模型而设计的培养方案可以分为三个阶段，第一阶段主要学习以精神分析流派为主的心理咨询理论；第二阶段主要学习精神分析流派下的心理咨询核心技能；第三阶段主要是在实践中提升心理咨询胜任力。

在本科应用心理学课程中增添心理咨询胜任力训练专项课程，课程开设时间为第 3~4 学期，跨度一年，完成第一和第二阶段的学习任务。在心理咨询胜任力训练中，第一学期以精神分析流派为主，系统学习心理咨询态度和心理咨询理论知识，第二学期着重训练心理学专业学生的心理咨询技能。心理咨询态度，心理咨询理论和心理咨询技能训练均以专题形式开展，组建校内外专业团队以提供师资保障。接受过专业系统的心理咨询态度，理论和技能训练 1 年以后，经过严格考核，可以考虑心理学专业学生进入大学生心理健康中心担任实习咨询师。

有意向成为心理咨询师的学生经过考核，将在大学生心理健康中心完成第三阶段的学习，时间为第 5~6 学期，跨度 1 年。进入到大学生心理健康教育中心后，担任实习咨询师的角色但并不接待个案，因

为此时还不具备心理咨询的能力。在担任实习咨询师的前 3 个月,训练学生如何接待来访者,包括对来访者初始问题的评估、匹配合适的咨询师等,让心理学专业学生对实际心理咨询产生初始印象。经过 3 个月的专业训练后,心理学专业学生尝试接待个案,并在督导师的个案督导中,提升自身心理咨询胜任力。除接受专业督导外,心理学专业学生还会接受连续的小组成长体验以及心理沙龙来进行主题探索。因此,在专业化和系统化的训练中,心理学专业学生开始初步具备心理咨询的胜任力,再经过长达 3~5 年的专业训练,可成为一名专业的心理咨询师。

以上培养方案内容的实施需要学校、学院的政策和经济支持,同时还需要大学生心理健康中心予以场地和专业师资队伍的支持。心理咨询胜任力训练跨度时间长,实际开展存在一定困难,需要整合多方资源才可能顺利开展,但具有非常重要的价值和意义。

4. 基于心理咨询胜任力培养方案的实证研究

4.1. 研究对象

共有 60 名心理学专业学生参与此项研究,分别来自于大二和大三年级。招募 30 名愿意参加此项培训并有意向成为心理咨询师的学生签署知情同意书,作为实验组;另外随机选取 30 名心理学专业学生作为对照组。在实验组中,男性 6 名(20%),女性 24 名(80%);大二 23 名(76.67%),大三 7 名(23.33%);年龄区间为 19~22 岁,平均数为 20.21,标准差 0.95。在对照组中,男性 10 名(33.33%),女性 20 名(66.67%);大二 15 名(50%),大三 15 名(50%);年龄区间为 19~22 岁,平均数为 20.45,标准差为 1.03。

4.2. 研究工具

心理咨询师胜任特质自评量表

心理咨询师胜任特质自评量表是李小艳于 2012 年编制而成(李小艳, 2012),该量表包括 50 个项目,采用 5 点等级计分,分为 5 个维度,分别是职业动机,人格特征、人际交往、知识修养和专业技能。该量表具有较好的信效度,内部一致性信度系数是 0.903,具有较好的结构效度,各维度之间呈现显著的中等程度相关。其中职业动机对应第 1~7 个项目,人格特征对应第 8~17 个项目,人际交往对应 18~22 个项目,知识修养对应 23~34 个项目,专业技能对应 35~50 个项目,其中第 11, 21, 22 和 50 题采用反向计分,其他则是正向计分。得分越高表明个体具有越高的心理咨询胜任力。

4.3. 研究程序

招募 30 名有意向成为心理咨询师的心理学专业学生作为实验组,签署知情同意书;另外随机选取 30 名心理学专业学生为对照组,随后对两组进行前测。

本次心理咨询胜任力训练由于受到师资和经费的限制,并没有按照心理咨询胜任力培养方案进行长达 2 年的训练,而是利用课余时间,由 8 名校内和校外专业心理咨询人员组成的师资队伍,对实验组同学进行为期一学期,共 4 个月的心理咨询胜任力训练;训练内容包括心理咨询态度,心理咨询理论和心理咨询技能三个层面,对应培养方案中的第一和第二阶段;训练频次为每周一次,一次 1.5~2 小时,共 16 次。对照组不参加该项心理专业训练。

心理咨询胜任力训练结束后,对实验组和对照组同学进行后测。

4.4. 数据分析

使用 SPSS21.0 对所收集数据进行处理,采用独立样本 T 检验对实验组,对照组进行前测和后测数据比较。

4.5. 研究结果与讨论

为了检验心理咨询胜任力的训练效果,对实验组和对照组同学进行了前测和后测数据比较,具体结果详见表 2:

Table 2. Analysis of the difference between the experimental group and the control group between pre-test and post-test
表 2. 实验组, 对照组前测与后测差异分析

维度	前测				后测			
	实验组	对照组	<i>t</i>	<i>p</i>	实验组	对照组	<i>t</i>	<i>p</i>
职业动机	29.96 ± 2.70	29.45 ± 2.42	0.545	0.589	30.30 ± 3.99	28.07 ± 4.12	1.914	0.062
人格特征	36.10 ± 3.75	34.36 ± 4.67	1.224	0.229	37.30 ± 4.09	35.73 ± 3.11	1.523	0.134
人际交往	17.35 ± 2.39	17.54 ± 3.83	-0.185	0.854	17.95 ± 2.18	17.38 ± 2.09	0.934	0.355
知识修养	41.60 ± 6.03	42.27 ± 5.81	-0.318	0.756	47.30 ± 5.22	44.42 ± 2.77	2.450*	0.018
专业技能	58.96 ± 6.90	60.36 ± 5.83	-0.593	0.557	64.04 ± 4.71	61.61 ± 2.28	2.337*	0.024

(注: *代表不同组别之间存在显著差异, *表示 $P < 0.05$)。

由上表可以, 实验组和对照组在前测数据上并无显著差异, 说明两组基线水平一致; 实验组和对照组在后测中的知识修养和专业技能维度存在显著差异, 其中实验组的知识修养得分显著高于对照组($t = 2.450, p < 0.05$), 实验组专业技能得分显著高于对照组($t = 2.337, p < 0.05$), 在职业动机, 人格特征和人际交往维度并不存在显著差异, 说明心理咨询胜任力培训提高了心理学专业学生的心理咨询理论和心理咨询技能水平。

心理咨询胜任力训练提高了地方本科院校心理学专业学生的心理咨询理论和心理咨询技能水平, 这主要跟专业的师资队伍和系统化的培训内容有关。基于精神分析动力取向的心理咨询胜任力训练着重培养学生的心理咨询态度, 心理咨询理论和心理咨询技能, 在校内外 8 名专业心理咨询师为期 4 个月的训练中, 心理学专业学生对精神分析动力取向心理咨询理论和心理咨询技能有了初步的认识。想要进一步提升心理学专业学生心理咨询胜任力, 还需要长期接受心理咨询理论和心理技能训练, 在连续的实战训练中稳步提升自身能力。从新手咨询师成长为资深的心理咨询师需要 5~7 年的时间, 本次心理咨询胜任力训练仅仅是一个开始, 还不足以让学生立即开始做咨询, 需要在 1~2 年的连续训练中成为实习咨询师。

心理咨询胜任力的训练并没有显著提高实验组的职业动机, 人格特征和人际交往。心理咨询职业动机是指促使个体选择心理咨询职业, 并维持就业后心理咨询师职业行为的驱力(许丹, 李强, 俞蓉蓉等, 2013)。心理学专业学生对心理咨询师行业有初步的认识和了解, 心理咨询胜任力训练并没有在这一方面进行相关训练且心理学专业学生有意向成为心理咨询师的动机主要基于个人兴趣和助人自助的心理。另外人格特征和人际交往都是比较稳定的个人内在特质, 不会在短时间内发生变化且本次心理胜任力的训练主要集中在心理咨询的态度, 理论和技能层面, 因此在量表上并未呈现出显著变化。

为期 4 个月的心理咨询胜任力训练只能在一定程度上提高心理学专业学生心理咨询理论和心理咨询技能水平, 还不足以让心理学专业学生能够完全胜任心理咨询师的工作, 因为心理咨询师的成长需要一个过程, 需要长期接受专业系统的训练, 不断积累咨询经验, 才能够真正胜任心理咨询师的工作。

4.6. 实证研究存在的局限与展望

实证研究具有一定的创新性, 首次尝试在地方本科院校应用心理学专业中进行心理咨询胜任力培养方案的设计和尝试, 但也存在很多局限。一是由于受到师资力量和经费层面的限制, 选取的样本量小,

研究结果可能会受到研究样本的影响,在方案推广上会受到一定限制。在以后的研究中,可以扩大研究的样本,这样心理咨询胜任力训练方案会更具有推广性。二是训练内容不全面,训练时间短。基于精神分析动力取向的心理咨询胜任力的培训内容不全面,每次培训以及总培训的时间都较短,无法让学生对精神分析相关的理论和技能进行深刻学习,学习到的多是比较浅显的理论和技能,无法深刻内化。在以后的研究中,尽可能在良好师资力量,为期2~3年的心理咨询胜任力训练中进行量化和质性研究,以验证心理咨询胜任力培训的效果。三是量表本身存在一定的局限,该量表无心理咨询态度这一维度,心理咨询态度是对心理咨询的认知,情感和行为的描述,培养方案中虽有关于心理咨询态度的训练,不过在量表中并没有直接体现。在以后的研究中,可以尝试编制有关心理咨询胜任力的量表,量表维度可包括心理咨询态度,心理咨询理论和心理咨询技能三个方面,同时再结合高级督导的他评更能全面有效地评估受训者的学习效果。

5. 结论

本研究总结了地方本科院校应用心理学专业心理咨询胜任力培养方面存在的问题,同时基于心理咨询师胜任力模型设计出心理咨询胜任力培养方案,分为三个阶段,跨度2年,共计4个学期的连续训练。在培养方案的基础之上开展第一至第二阶段,为期4个月的连续训练。研究表明,心理咨询胜任力训练可以提高心理学专业学生心理咨询理论和心理咨询技能水平,这说明心理咨询胜任力培养模式具有一定的可行性,可以为社会培养专业化的心理咨询人才奠定基础。

基金项目

阜阳师范大学校级一般质量工程项目“心理学专业学生心理咨询胜任力培养模式探索”(2019JYXM38)。

参考文献

- 崔景贵,黄亮(2013). 高校应用心理学专业人才培养模式的现状与建构. *河北师范大学学报:教育科学版*, (7), 91-96.
- 傅小兰,张侃,陈雪峰,陈祉妍(2019). *心理健康蓝皮书:中国国民心理健康发展报告(2017~2018)*. 北京:社会科学文献出版社.
- 傅小兰,张侃,陈雪峰,陈祉妍(2020). *心理健康蓝皮书:中国国民心理健康发展报告(2019~2020)*. 北京:社会科学文献出版社.
- 李小艳(2012). *心理咨询师胜任特质研究*. 硕士学位论文,南昌:南昌大学.
- 罗耀平(2008). *心理咨询师胜任特征模型的构建*. 硕士学位论文,重庆:西南大学.
- 王恩界,张冕,覃莹莹(2017). 国内应用心理硕士培养方案比较分析. *高教论坛*, (11), 89-93.
- 王润强(2008). *成都高校心理咨询从业者咨询胜任特征质性研究*. 硕士学位论文,重庆:西南大学.
- 许丹,李强,俞蓉蓉,等(2013). 心理咨询师培训班学员的职业动机与从业意愿. *中国心理卫生杂志*, (10), 759-765.
- 曾海萍,赵静波,汤芳,刘县兰(2014). 高校心理咨询从业者胜任力现状. *中国学校卫生*, (9), 1321-1324.
- Bashook, P. G. (2005). Best Practices for Assessing Competence and Performance of the Behavioral Health Workforce. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 32, 563-592. <https://doi.org/10.1007/s10488-005-3265-z>