

Career Development of Psychological Counsellors —Based on the Grounded Theory

Ye Yingying Ni Shuqu Jiang Rui Xu Dan*

Department of Psychology, College of Education Science and Technology, Zhejiang
University of Technology, Hangzhou

Abstract: Objective: This study explored the career development of psychological counsellors. Methods: On account of learning the career choice motivation and career development of psychological counsellors, 13 experienced psychological counsellors were interviewed in-depth. The grounded theory and Nvivo11 software were used to code the interview transcriptions. Results: A total of 3 main axes and 11 categories were extracted, main axes including self, others and social environment. Categories in the self axis were self-awareness, self-development, self-persistence, altruistic tendency, altruistic behavior and internal experience; categories included in the others axis were important others, peers and clients; the axis of social environment included market orientation and industry orientation. Conclusion: A theoretical model of career choice and maintenance process of experienced psychological counsellors was preliminarily constructed in this study. It means in the social environment, the career of psychological counsellor is extended around change, both self and others changed from the selection stage to the maintenance stage. At last, the value and limitation of this study were discussed.

Key words: Psychological counsellor; Career; Grounded theory; Career maintenance; Career selection; Change

Received: 2020-03-16 ; Accepted: 2020-03-23 ; Published: 2020-03-25

心理咨询师的职业生涯发展历程

——基于扎根理论的探究

叶莹莹 倪舒隼 蒋睿 许丹*

浙江工业大学教科学院心理学系, 杭州

邮箱: xudan@zjut.edu.cn

摘 要: 目的: 探究心理咨询师的职业选择动机及职业生涯发展历程。方法: 围绕心理咨询师的职业选择动机及职业生涯发展, 本研究深入访谈了 13 名经验丰富的心理咨询师, 基于扎根理论运用 Nvivo11 软件对访谈材料进行编码。结果: 共提取出 3 个主轴和 11 个类目, 主轴包括自我、他人和社会环境。自我主轴下的类目包括自我认识、自我发展、自我坚持、利他倾向、利他行为和内在体验; 他人主轴包含重要他人、同行和来访者等类目; 社会环境主轴的类目包括市场导向和行业导向。结论: 本研究初步构建了心理咨询师职业生涯发展模型, 即在社会环境下, 心理咨询师的职业生涯与“改变”紧密相连, 从选择阶段到维系阶段, 经历了自我和他人的改变。最后, 对本研究的意义和局限进行了分析。

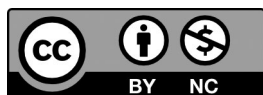
关键词: 心理咨询师; 职业生涯; 扎根理论; 职业选择; 职业维系; 改变

收稿日期: 2020-03-16; 录用日期: 2020-03-23; 发表日期: 2020-03-25

Copyright © 2019 by author(s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

近年来,国民心理问题不断增加,有数据显示,我国心理和精神疾病患者高达1600万,有心理健康问题的青少年已达3000万[1],国民对心理咨询的需求不断增加[2]。然而,专业的心理咨询师严重紧缺,国内每百万人口中仅有2.4名心理健康服务人员,远低于发达国家的心理服务水平[1]。同时,行业门槛低、对咨询师个体的关注少[3]、咨询师水平参差不齐等问题,导致来访者未能得到有效的帮助[1]。但随着国家心理咨询师资格证书的取消[4]和第一届中国心理咨询师职业发展大会的召开[5],政府和行业组织逐渐重视心理咨询师的职业发展。

国内外不乏对心理咨询师职业生涯的探究,其研究主要集中在职业选择动机的理论、测量及影响因素等方面[6]。对咨询师的职业选择影响较大的动机包括帮助和理解他人[7]、探究和治疗自己[8]、与来访者建立信任而亲密的关系[9]、满足自恋的需要[10]等。范文岳等人的研究也发现,促使个体选择并维持其职业行为的动机由强到弱为职业利他、自我与人际和谐、追求卓越、职业回报、人际卷入[6]。与教师、工程技术人员比较发现,创伤经历、助人和自助的动机是影响咨询师职业选择的特殊因素,起着定向作用;重要他人的鼓励和职业回报、追求卓越动机坚定了他们的职业选择,是一般影响因素[11]。

从内容上看,已有研究主要集中在咨询师的职业选择动机上[6],[11],[12],而很少关注维系职业发展的因素,或者对两者进行区分。职业选择动机直接影响着心理咨询师的工作效能高低和职业生涯长短,不仅为他们的职业选择提供了方向,还是维持他们从事心理咨询工作的根本动力[13]。然而,

仅仅是觉察职业选择动机对于咨询师来说并不够，这些动机在后续的职业活动中能否获得满足以及如何满足将影响心理咨询师的职业维系。除此之外，其他维系职业发展的影响因素也同样值得重视。本研究不仅帮助咨询师预见职业道路，对未来的职业发展有更清晰的认识、更强的信心，还为心理咨询师的职业健康发展提供有效的建议。政府和行业组织等也可以据此制定政策，一定程度缓解专业心理咨询师缺口较大的问题 [14]。

本研究主要探究以下问题：心理咨询师为什么会选择这个职业？哪些因素会影响他们的选择？以及是什么影响他们留在这个行业？本研究通过深度访谈心理咨询师的职业发展，探究他们职业发展历程，并运用扎根理论构建心理咨询师职业生涯的整合模型。

2 对象与方法

2.1 对象

本研究以经验丰富的心理咨询师为研究对象。回顾近年来以咨询师为对象的调查研究，发现半数以上的咨询师从业时间低于 5 年 [15]，[16]，[17]。据此，本研究将 5 年作为心理咨询师从业经验的平均水平，并把高于平均水平，即从业 5 年以上作为经验丰富的心理咨询师的选取标准。采用滚雪球抽样，邀请符合条件的咨询师参与访谈，信息达到饱和后停止抽样。最终访谈了 13 名经验丰富的心理咨询师，其中有 4 名男性，9 名女性；从业时间皆在 6~15 年，累积接待个案时间多在 1000 小时以上；从业背景为教师、社工、医生、在读博士，其中 9 名兼职咨询师，4 名全职咨询师。为保护受访者的隐私，将以字母和数字的方式表示不同的咨询师，其中编号 M 表示男性，W 表示女性。

2.2 方法

2.2.1 资料收集

研究者通过访谈来收集资料，访谈的时间、地点及方式由受访者自由选择，访谈时长为 30 ~ 60 分钟。访谈内容包括：咨询师的职业动机、从业经历及职

业规划等。研究者将研究目的告知咨询师，并签署知情同意书，对访谈过程进行录音，最后由研究者对录音进行转录。

2.2.2 资料的分析

本研究基于扎根理论进行原始资料的分析和理论建构 [18]，采用 NVivo11 软件辅助编码。资料的分析由前三位作者在第四作者的指导下对原始资料进行编码，第一、第二作者负责初级编码，前三位作者共同进行聚焦编码、主轴编码和选择性编码。在此过程中，不断对比资料与理论，根据资料与理论之间的相关关系提炼出有关的类属及其属性 [19]，最终形成能够解释心理咨询师职业生涯的理论模型。

(1) 初级编码

通过反复阅读转录稿，标记与研究主题有关的词语、短语、句子或更长的文本小节作为参考点 [20]，再将意义相近的参考点归为同一个节点。例如，在访谈稿中获取到“希望了解自己、个人上的寻找”等参考点，概括为“了解自我”。当新的参考点减少到不再出现时，即达到信息饱和 [20]。通过反复阅读访谈稿，共提取出 180 个参考点、33 个节点。

(2) 聚焦编码和主轴编码

聚焦编码是将包含相近信息的节点归纳到同一的类目中，比较不同的类目之间的关系，最后把存在时间、语义、情景、过程、相似等关系的类目归纳到同一个主轴编码中。例如，“了解自己、优势特质、学习经历”节点可以归纳为“自我认识”这一类目，而“自我认识”是心理咨询师对自己当前的认识，所以归在“自我”主轴中。研究者对 33 个节点聚焦编码后，共获得 11 个类目，对这些类目进行编码，形成“自我、他人、社会环境”这 3 个主轴。编码结果显示了咨询师职业发展历程的三维结构（见表 1）。

表 1 心理咨询师职业生涯发展历程访谈资料编码结果

Table 1 Interview data coding results of psychological counselors' career development

主轴编码	聚焦编码	初级编码	提及人数及频次
自我	自我认识	了解自我、优势特质、学习经历	9, 13
	自我发展	自我认识提升、能力提升	11, 23
	自我坚持	价值观、兴趣	13, 40
	利他倾向	助人意愿、责任感	7, 13
	利他行为	心理咨询、公益活动	6, 9
	内在体验	影响力、成就感、感动、满足感、价值感、得到休息	9, 26
他人	重要他人	家庭的影响、老师的影响	7, 9
	同行	接受督导、团队支持	9, 16
	来访者	求助的问题、咨询效果	6, 17
社会环境	市场导向	从业契机、媒体影响	4, 4
	行业导向	行业需求、职业前景、政策支持	6, 10

(3) 选择性编码

选择性编码是分析的最后步骤，其目的在于把编码的类目结合起来，从而创设一个能够运用于所有的陈述并且能够解释冲突性资料的全局性理论 [20]。研究发现“心理咨询带来的改变”作为核心类属，能够联结各个类目，解释类目之间的关联。因此，研究者以“心理咨询带来的改变”为核心构建了心理咨询师职业生涯模型。

3 结果

职业生涯分为职业选择和职业维系阶段，职业选择阶段是指个体进入心理咨询行业前进行职业方向探索的阶段，职业维系阶段是指个体从事心理咨询工作后继续留在该行业的阶段。

本研究发现，贯穿心理咨询师职业生涯的是两条相互交织的线索：自我和他人。心理咨询师的职业生涯伴随着自我和他人的改变。这种变化贯穿职业选择和维系阶段，在这个过程中咨询师不断咨询、实现和突破个人目标，在心理咨询工作中持续地学习和成长发展为经验丰富的心理咨询师。咨询师的一些个人特质、价值观、对心理咨询的兴趣等贯穿着职业选择和维系两个阶段，处于一种相对不变的状态。

3.1 自我

职业选择本质上是个人的选择,因此“自我”是职业生涯的核心,自我作为主轴,贯穿始终。这个过程中,咨询师自我的5个方面:自我认识、利他倾向、自我发展、利他行为、内在体验,都发生了变化,而自我坚持则在变化中保持不变。

3.1.1 变化

职业生涯发展过程中,心理咨询师认识自我的愿望得到实现,转变成自我发展;他们的利他倾向在职业活动中得到展现,从而转化成利他行为,同时伴随着内在体验的产生。

在职业选择阶段,咨询师想要认识自己、获得成长的愿望促使他们进入心理咨询行业。有人认为这种希望了解自己的想法是一种动力,“希望了解自己和更多人的内心……好奇和对人类内心复杂性的尊重,也是非常重要的前进动力”(M02)。也有人认为选择伴随着无意识的因素,“这可能不是有意识的选择,更多的是我从自己身上观察到了一些东西,我不清楚原因是什么,只是顺着感觉走”(W04)。咨询师需要对自己有清晰、敏感的认识,才可能去觉察和识别来访者的情绪、认知和行为。因此,咨询师的个人议题及自我认知也是其从业前的考虑因素。例如,他们需要处理情绪问题,“初衷是觉得自己可能在情绪方面需要帮助”(W09)。此外,咨询师过去学习的理论、知识等都影响其职业选择。“我五年时间都在做和咨询相关的研究,却不是咨询本身……我既然有积累,扔掉就太可惜了”(W04)。

从业后,咨询师认识自己的需要得到满足后变成自我发展,其咨询能力和自我认识得到提升。在咨询能力上,咨询师通过理论学习、参加培训或实操以获得提升,“我对所学的知识有更深层的认识,在做心理咨询后有更多的经验积累、技术的整合,个人经验性的总结。”(M04),“咨询上的专业发展……一方面是咨询的理论和培训,再加上实践的积累,感觉自己在能力上有提升”(W04)。在自我认识提升中,咨询师觉察到自身的成长和改变,如性格、态度等。

“个案对自我成长是非常好的,我接触过好几个案例以后发现对案例的反思,以及来访者与家人互动模式,给予的信息是对自我很好的对照”(W09),“读

书跟接待咨询,像我会接受个人分析、督导和团体督导……相较于理论的学习我更倾向于完善自己,整合各个部分的人格,健全人格,然后知识能够在体验的层面上留下标记”(M02)。总的来说,持续不断的学习、实践和反思使咨询师的人格和能力都得到提升、完善。

心理咨询师作为助人职业,吸引着有较强利他倾向(包括责任感、助人意愿)的人,有咨询师提到“特别喜欢帮助他人的感觉”(W05)。他们有些怀着强烈的社会责任感,“这是很大的社会责任,自己具有这样的能力,我不去伸手,谁去伸手”(W02),“我希望国内的心理咨询能够发展,能把自己所学、美国正在发生和教给学生的知识带给国内”(W06)。或希望为心理健康服务行业贡献力量,“在中国更多地应用心理学,使其更适合中国的人群、心理和本土文化”(W08)。咨询师通过心理咨询,利他倾向得到实现,“我可以拯救一个家庭,也可以同时拯救更多”(W02)。还有人做着公益咨询,“有做公益咨询,因为有的来访者经济条件不好、收入低”(W01),“我每周都去做公益咨询、公益现场咨询等”(W07)。

在咨询过程中或结束后,咨询给心理咨询师带来了大量积极的内在体验,如成就感、价值感、满足感等。“那场咨询给我的触动是非常非常大的”(W02),“在咨询过程中自己也舒服了很多,助人自助,有内在的价值感”(W03),“有感受到被信任……感觉到很有成就感”(W05)。这些内在体验又不断强化咨询师的职业行为,使职业活动更加稳固。

总体来说,随着从业年限的增加、个案的积累、咨询经验的丰富,咨询师的部分自我发生了变化,这些变化激励着他们继续从事心理咨询工作。

3.1.2 不变

自我坚持作为自我中不变的部分,贯穿心理咨询师的职业生涯,包括价值观和兴趣。咨询师的价值观和兴趣不仅促使他们选择了心理咨询行业,并且在从业后也在很大程度上影响着他们的工作,为他们继续留在行业中提供了支持。

部分咨询师很注重精神追求,如“灵魂层面、精神层面的东西比一个健全的肢体更重要,这激发了我从事心理方面工作的想法”(W06),“更注重精神,金钱对我来说没有那么大的吸引力”(W05)。有人对探索人性、学习及实践心

理学知识有强烈的兴趣,如“我一直很好奇,不同人内心的故事,可能跟自己的特点有关”(W05),“当时只是一种热情,毕竟当时心理咨询行业还前途未卜”(M01)。也有咨询师提到,心理学实用性的影响,“心理学让我有很好的调整,能够往积极正面的方向走,这很重要,我也蛮受益的”(W03)。

3.2 他人

在个人的职业生涯中,他人对心理咨询师有影响,咨询师也会影响他人。

心理咨询会影响他人(主要是来访者),有效的心理咨询给来访者的认知、情绪或行为带来积极的改变,“慢慢在帮来访者做心理行为矫正,再慢慢帮他树立信心、挖掘他的潜能,然后再让他重新走向正轨”(W02)。“咨询过程中感受到被信任,咨询一段时间、彼此相互工作之后,会看到来访者的变化……真的会影响我”(W05),来访者的积极改变,更加坚定了咨询师继续工作的决心。“他们这份贺卡也好,明信片或者那封信也好,在我看来是非常有价值的”(W05),“(来访者)互相之间误解解除,大家都看到了彼此深深的爱的需要,你能够感受到被那股(爱的)能量所滋养”(W07)。

除来访者以外,咨询师的职业生涯也受到了其他人的影响。重要他人(包括家庭成员、老师)会对咨询师的职业决策产生影响。有人是为了给家人提供心理帮助,“最先开始是因为自己的孩子比较内向,想要通过心理咨询来调整 and 培养孩子更外向的性格”(W07)。有人认为职业倾向是原生家庭留下的痕迹,“也许就是跟我们家庭整体的那种对某些东西的赞赏,或者说很欣赏这块的缺失,所以你会去寻找它”(M02)。

在职业选择阶段,咨询师获得老师的认可和支持,会增强他们从事心理咨询活动的信心。“我的一个导师跟我说,你一定要组建自己的团队,组建好了以后通知我,我全力以赴支持你……他说你只要做,按照我的做,我肯定百分之百支持你”(W02),这个老师可能与咨询师朝夕相处,给他很多支持和鼓励,也可能仅有一面之缘,却留下了深刻的印记,“偶然的的机会接触到了一名大学心理学的老师,他说你不做心理咨询太可惜了”(M03)。

到了职业维系阶段,心理咨询师的生活中又多了一类人——同行(包括督

导和团队），他们对咨询师有着更强烈、更即时的影响。有咨询师提到团队的鼓励和支持，“我们团队有督导，有交流，所以这也是我坚定地走下去的动力……团队真的很重要的，能给你支持之类的”（W03）。也有人认为团队的影响是不确定的，“我不止一个团队，如果是能量比较低的团队，它确实会稍微往下拉一拉我，但是能量比较高的团队会给我往上拉”（W07）。有人认为团队会间接影响个人决策，“有时候出现困惑可以互相探讨……有他们更好，没有他们也没有关系”（W01）。可见，团队在从业后发挥的具体作用仍有待探讨。

从业过程中，咨询师总会遇到一些棘手的案例，需要与督导或团队讨论，“刚开始拿证的时候不会去接个案，那我们形成了一套督导机制，我们做咨询，会有督导、小团队一起成长”（W03）。督导为咨询师的职业活动提供保障，“有专门的实习机构，有人一对一地去带你，这样你去做咨询，哪怕做得不好，有督导师给你督着，也不会对来访者不负责”（W05）。

3.3 社会环境

自我和他人的转变、心理咨询师职业选择到维系阶段都嵌入社会这个大背景下，并受到市场和行业发展的影响。从市场来看，一些咨询师最初能够敏锐地发现市场潜在的需求。“可能当时社会的心理辅导的意识强起来了、社会上有人需要心理辅导，就一直从事了”（W09）。目前心理咨询的需求量增长，“我们不愁没有来访者，我甚至都接待不过来”（W05）。咨询师对行业发展有信心，“这个职业发展还是非常好的”（M04），“我相信国人的（心理健康）意识也会像发达地区一样，越来越能用知识去保护自己”（W02）。此外，咨询师的决策也离不开“国家有这样的政策”（M03）。从行业来看，咨询师认为从事这个职业有时候离不开从业的契机，“正好心理学刚发展起来，是一个很好的机会”（M01）。以及媒体的关注，“媒体也有接触，觉得学心理咨询其实还是蛮好的”（W09）。

3.4 信效度检验

在质性研究中，比较一致的倾向是用“效度”来评估质化研究的质量[21]。本研究采用参与者检验法检验效度。研究者将初步的编码及理论模型反馈给受

访者，保留受访者与研究结果反馈一致的结论；重新阅读原始材料，反思与研究结果不一致的反馈。对于不一致的反馈，根据受访者提供的建议修改、调整研究结果，然后重新检验，如受访者反馈“助人感”这个编码命名不能理解，于是经讨论决定将“助人感”调整为“助人意愿”。此外，四位研究者共同讨论、确定编码手册并反复修改编码，以提高信度。通过信效度检验，可以证明本研究的编码结果是有效、可靠的。

4 讨论

研究揭示了心理咨询师从职业选择到职业维系的发展历程。为了使理论更具推广性，我们将职业选择和维系阶段用从业前和从业后两阶段来表示。

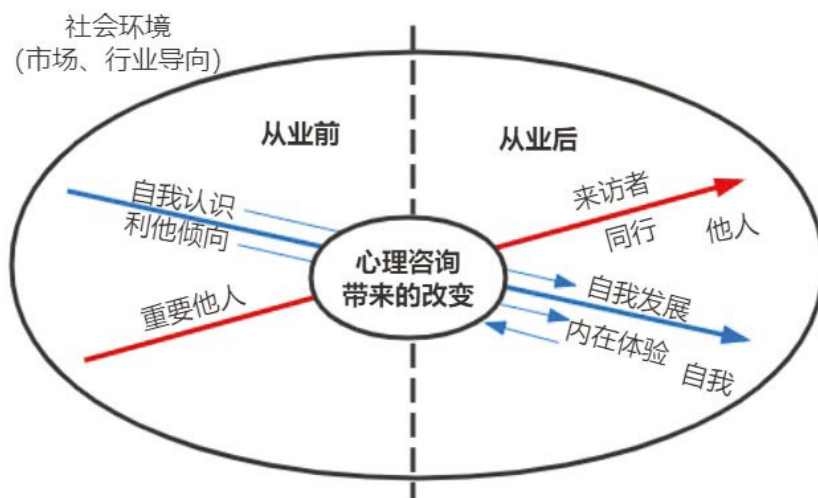


图1 心理咨询师职业生涯模型

Figure 1 Career model of psychological counsellor

图1是本研究构建的心理咨询师职业生涯模型，“心理咨询带来的改变”处于核心，是从从业前到从业后转变的关键点。自我和他人这两条线索贯穿整个生涯，而咨询师自己和身边的人也因其职业活动发生着改变。从自我来看，从业前咨询师对自身的认识、进一步认识自己的愿望在进入行业后变成自我发展，获得成长；帮助他人的愿望或倾向，通过心理咨询工作得到满足，同时伴随着丰富的内在体验。从他人来看，心理咨询师从业前或多或少受到重要他人的影响；

从业之后,在同行的帮助下(团队、督导)他们通过咨询给来访者带来改变。同时,这些变化发生于社会环境中,受到市场和行业的影响。

图1中只呈现了心理咨询师职业生涯过程中发生变化的关键点,而他们的自我坚持,如对探索人性、对心理学的兴趣和注重精神追求的价值观,在从业前后相对稳定。个体的兴趣和价值观为职业选择提供方向,并维系职业发展。Williams等人的研究发现,选择进入心理咨询领域,很大程度上是基于个体的兴趣、技能和价值观与该领域较高的契合度[22]。Kottler也提及,对心理咨询的兴趣、利他主义的态度,成长的渴望等因素影响着咨询师的职业选择[23],吸引他们进入心理咨询行业,并在职业发展过程中一直保持激情[3],这与本研究结果一致。

心理咨询师的助人倾向和内在需求,在咨询工作中得到满足,并在产生积极的心理体验,如帮助他人带来的满足感、看到他人改变带来的成就感以及自身的价值感等等。许多研究也有类似的结果,作为心理咨询师最普遍的职业动机[7],帮助他人对咨询师职业选择的重要性远超于其他职业,是影响咨询师职业选择的独特因素[13]。咨询师通过咨询活动帮助他人,从而获得自我满足[11], [24], [25]以及更深层的心理收益,如得到来访者的认可、变得自信、觉得自己对来访者很重要[26]。咨询师极其强调自己从这项工作中得到的收获,如满足感、幸福感、愉悦感等[3],这些收获和内在体验维系着他们的职业生涯。有学者认为这种变化是由职业早期拯救幻想所激发的神经质的助人冲动,变成后期给予和获得之间的公平交换[3]。

在整个职业生涯中,咨询师对自己的认识也在一直变化。在职业选择初期,进一步了解自己的渴望促使他们进入这个行业。随着工作经验的增加,不仅是个人能力,性格和态度也发生改变,实现成长。前人研究也发现,咨询师能在工作中学到、并强化自身的优点,同时不断地正视和接纳自己的不足[3]。他们经过长久地学习以实现专业上的成熟,使工作方式、观念和行动积极转变,也有助于维持他们在开展心理咨询工作时的活力和内在力量[3]。

此外,重要他人对心理咨询师的影响表现在,家庭成员的需求与影响是他们进入心理咨询行业的原初动力,老师的认可和支持增强了他们的信心,这种

正面影响一直持续到从业后。Williams 的研究认为家庭的支持是咨询师职业选择的外部因素之一 [22]，他人激励和职业榜样会促使心理咨询师踏上职业道路 [6]，这与本研究的结果一致。在咨询师的专业成长道路上，团队和督导的支持带给咨询师帮助和提升，本研究中有 9 位咨询师提到了督导和团队对职业发展的促进作用。督导、团队、同事、配偶和朋友等组成了形式丰富的支持系统 [3]。好的督导服务能增进咨询师的能力，使其有所收获和成长，从而更有效、自信地开展工作 [3]，[27]。此外，团体督导模型能有效提升新手咨询师的技能水平，有助于对自身咨询工作的监控和自我反思 [28]。团队成员及彼此间的关系和专业技能互相帮助，共同成为更有效和有技能的助人者 [29]。

对比 Henry 职业选择模型 [30] 发现，本研究提出的心理咨询师的职业生涯模型与其既有共性也有独特性。该模型认为兴趣和价值观等影响着决策者的偏好 [30]，而偏好影响着职业选择，这一点和本研究的结果是相似的。相较一般职业，利他倾向和了解自我的愿望是咨询师的职业选择中独特的因素，这与前人的结论一致 [6]，[7]，[11]，[13]，[24]。本研究还发现咨询师的社会责任感对其职业选择的影响，重要他人和榜样对职业选择的影响也得到了 [11]，[22] 研究的支持。

本次受访者涉及医院、学校等多领域，既有全职也有兼职。研究发现全职和兼职咨询师的情感卷入与压力承受存在差异 [31]。由于样本量小和研究方法局限，本研究无法细致考察领域、从业方式对咨询师生涯的影响。职业耗竭是咨询师产生离职倾向的重要原因 [32]，本次研究没有访谈离职的咨询师，也无法了解其中原因。此外，受限于访谈样本数，本研究的模型无法代表所有咨询师。这些不足，可在后续的研究中补充量化数据进行完善。

本研究能为心理学专业学生及新手心理咨询师在职业选择或发展早期提供可参考的模型，也证实建立良好的社会支持系统，如定期督导和合适的工作团队对于心理咨询师职业维系的重要性。针对同行对咨询师职业发展的影响，政府或行业协会可以出台方案加强咨询师群体内部的交流，并搭建或强化一些交流平台，创造与同行交流的契机，提升从业人员的归属感。由于自我认识和自我发展对咨询师的职业生涯具有引导和维系作用，行业协会等可以推出相应的

培训以培养咨询师的自我反思和觉察能力,帮助咨询师获得更多专业性的个人成长,为向来访者提供优质的服务打下基础。同样,来访者的改变对咨询师影响重大,建立规范的心理咨询效果评价体系,多角度评估和反馈来访者的改变,也会让咨询师从中获益。此外,督导的作用仍需进一步加强。虽然本研究存在一些不足,但却是将咨询师职业生涯中的重要因素整合起来并还原到其职业生涯发展历程中的一次有益尝试,并据此为心理咨询行业的潜在从业者和从业者、行业协会提供一些切实可行的建议,希望可以改善职业环境,增强心理咨询师的信心,在培养和留住高质量咨询师的同时吸引更多的人才从事这一职业。

基金项目

浙江工业大学大学生创新创业训练计划项目(编号:cxcy2019065)。

参考文献

- [1] Runners 团队. 中国心理咨询行业发展研究报告摘录[J]. 社会心理科学, 2015, (Z1): 101-128.
- [2] 杨帅. 中国首部心理健康蓝皮书正式出炉[J]. 中华灾害救援医学, 2019, 7(3): 145.
- [3] 瑟斯曼. 危险的心理咨询[M]. 高旭辰, 译. 上海: 上海社会科学院出版社, 2009: 4-23, 250-279.
- [4] 中华人民共和国人力资源和社会保障部. 人力资源社会保障部关于公布国家职业资格目录的通知[EB/OL]. [2017-09-12]. http://www.mohrss.gov.cn/SYrlzyhshbzb/rencaiduiwujianshe/zcwj/201709/t20170915_277385.html.
- [5] 中国心理学会. 第一届中国心理咨询师职业发展大会[EB/OL]. [2019-06-18]. http://www.cpsbeijing.org/cms/show.action?code=publish_4028807662f1ccee0162f55d6abc0037&siteid=100000&newsid=a879fdd551114f079efceceffb35f69&channelid=0000000018.
- [6] 范文岳. 心理咨询师职业动机与职业倦怠关系研究[D]. 南昌大学, 2015.

- [7] Henry W E, Sims J H, Spray S L. The fifth profession: Becoming a psychotherapist [J]. The Annals of the American Academy of Political and Social Science, 1971, 396 (1): 193-193.
- [8] Orlinsky D, Michael H. How Psychotherapists Develop: A Study of Therapeutic Work and Professional Growth [J]. Psychodynamic Practice, 2010, 16 (4): 469-472.
- [9] 许又新. 心理治疗关系 [M]. 北京: 北京大学医学出版社, 2007: 199-204.
- [10] Guttman J, Daniels S. What do school counselors gain from their role as psychotherapists? [J]. Educational Psychology, 2001, 21 (2): 203-218.
- [11] 许丹, 李强. 心理咨询师的职业选择?——与教师、工程技术人员的比较 [J]. 中国临床心理学杂志, 2014, 22 (3): 546-551.
- [12] Murphy R A, Halgin R P. Influences on the career choice of psychotherapists [J]. Professional Psychology: Research and Practice, 1995, 26 (4): 422-426.
- [13] 许丹. 我国心理咨询师的职业动机研究 [D]. 南开大学, 2010.
- [14] 陈祉妍, 刘正奎, 祝卓宏, 等. 我国心理咨询与心理治疗发展现状、问题与对策 [J]. 中国科学院院刊, 2016, 31 (11): 1198-1207.
- [15] 曹智雨. 心理咨询师共情疲劳与工作卷入、自我复原力关系研究 [D]. 河南大学, 2015.
- [16] 张森. 心理咨询师的职业倦怠与自我效能感、社会支持和专业认同的关系研究 [D]. 湖南农业大学, 2016.
- [17] 王明燕. 心理咨询师的生命意义、职业动机和职业倦怠之间关系研究 [D]. 南京师范大学, 2017.
- [18] 卡麦兹. 建构扎根理论: 质性研究实践指南 [M]. 边国英, 译. 重庆: 重庆大学出版社, 2009: 3.
- [19] 陈向明. 扎根理论的思路和方法 [J]. 教育研究与实验, 1999 (4): 58-63+73.

- [20] 莱昂斯, 考利. 心理学质性资料的分析 [M] . 毕重增, 译. 重庆: 重庆大学出版社, 2010: 57-58+71.
- [21] 吴继霞, 黄希庭. 诚信结构初探 [J] . 心理学报, 2012, 44 (3) : 354-368.
- [22] Williams E N, Soeprapto E, Like K. Perceptions of serendipity: career paths of prominent academic women in counseling psychology [J] . Journal of Counseling Psychology, 1998, 45 (4) : 379-389.
- [23] 科特勒. 心理治疗师之路 [M] . 林石南, 等译. 北京: 中国轻工业出版社, 2005: 196.
- [24] Maeder T. Wounded healers [J] . Atlantic Monthly, 1989, 263 (1) : 37-47.
- [25] Stevanovic P, Rupert P. Career-Sustaining Behaviors, Satisfactions, and Stresses of Professional Psychologists [J] . Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 2004, 41 (3) : 301-309.
- [26] 左翠. 追寻生命的意义 [D] . 华东师范大学, 2013.
- [27] 宗敏, 吕大为, 贾晓明. 实习心理咨询师及其督导师对督导期待过程的定性研究 [J] . 中国心理卫生杂志, 2018, 32 (10) : 822-828.
- [28] 胡小雪. 新手咨询师朋辈互助团体督导模型的构建与研究 [D] . 江西师范大学, 2017.
- [29] Crutchfield L B, Borders L D. Impact of two clinical peer supervision models on practicing school counselors [J] . Journal of Counseling & Development, 1997, 75 (3) : 219-230.
- [30] Sauermann H. Vocational choice: A decision making perspective [J] . Journal of Vocational Behavior, 2005, 66 (2) : 273-303.
- [31] 王静娴. 高校心理咨询师干预大学生自杀的困境与对策 [D] . 安徽师范大学, 2017.
- [32] 裴涛, 张宁. 国外心理咨询师职业耗竭研究现状 [J] . 医学与哲学 (人文社会医学版), 2006 (3) : 63-65.