

内疚感特质在心理咨询师伦理胜任力发展中的 路径机制与实务启示

杨笑一

上海晴窗舍心理咨询工作室，上海

摘要 | 目的：本研究旨在探索心理咨询师内疚感特质对其伦理胜任力发展的影响机制，强调“修复性内疚”在伦理行为中的驱动作用。方法：采用为期三年的质性追踪观察，选取30名不同发展阶段的心理咨询师，通过访谈资料、督导记录、伦理讨论内容等进行主题归纳分析，构建“人格结构—内疚感特质—伦理能力—伦理行为”的路径模型。结果：研究发现，适度且可调节的修复性内疚不仅能够提升伦理敏感性与责任感，还可激活反思与修正行为，成为咨询师伦理成长的重要推动力。同时，本研究提出内疚感可作为伦理胜任潜力的标志性特质，并开发了初步测评量表以辅助筛选与培养。结论：内疚感在伦理觉察与伦理行为之间发挥中介功能，是伦理能力发展的关键情绪变量。伦理文化建设应注重“适度内疚”的激发与转化机制，以支持心理咨询师的专业发展。

关键词 | 内疚感特质；伦理胜任力；心理咨询师；伦理情绪；修复性行为

Copyright © 2025 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

自疫情发生以来，我国社会的不确定性明显上升，心理压力问题愈发凸显，心理咨询需求迅速攀升。然而，伴随着行业扩张，研究者注意到许多机构和个体咨询师在面对伦理困境时暴露出种种不适应甚至风险行为，伦理问题日益成为行业不可回避的深层议题。

传统以知识技能为核心的培养体系，仅注重咨询师在心理学理论、咨询技巧等方面的提升，在某些方面存在一定的局限性。这种培养方式忽视了伦理胜任力的复杂性，尤其遗漏了几个关键因素，如咨询师自身的情感处理方式、人格特征，以及他们在过往经历中形成的责任意识 and 修复能力（吴垠，桑志芹，2010）。

本研究基于对我国一线心理咨询师持续3年的追踪观察，得出一个较为独特的结论：咨询师对于内疚情绪的调节能力，与他们的专业表现之间呈现出显著的相关性（王岩，2022）。这一发现对传统认知中把内疚感视为病理症状的观点形成了一定的挑战。在过去，内疚感常被看作是一种需要克服的负面情绪，但在心理咨询领域，它可能具有更深层次的意义，为心理咨询师的选拔与培养开辟了新的视角。

2 核心发现：内疚感作为执业伦理胜任潜力的标志性特质

研究发现，当咨询师面对客户投诉或个案中途脱落等敏感情境时，其是否能自然产生内疚感，往往决定了他们的后续反应方式——是逃避问题，还是主动承担与修复。

部分不具备内疚感的咨询师，在面临问题时常显得迟钝：他们既不愿追溯问题是否因咨询关系薄弱或策略失当引发，也不具备觉察自身专业疏漏的敏感性（李晓文，刘丹，2019），更多时候会下意识地回避责任，甚至将原因归咎于来访者或外部环境。

而那些被同行和来访者普遍认可的成熟咨询师，在这类情境中往往会表现出一种值得注意的情绪状态：他们不是沉浸于自责，而是产生一种修复愿望——通常称之为“修复性内疚”。当出现判断失误或干预无效时，他们通常会主动沟通、调整方案，或寻求督导反馈，及时启动修复机制。这种内疚并非消极地否定自我，而是一种建设性的专业责任感，推动其持续改进与成长。

从观察样本中反馈来看，在伦理问题上具有敏锐内疚感的咨询师，往往能获得更高的来访者满意度。适度的内疚感有助于咨询师提升责任意识和服务专注度——从优化个案评估到调整沟通方式，从而增强来访者的咨询体验与信任感。

综上所述，内疚感不仅是伦理觉察的心理基础，也可作为评估咨询师伦理胜任潜力的重要指标。

3 理论基础：从道德判断到伦理情绪

在过往几十年的研究中，心理咨询伦理的讨论逐渐从“如何做出正确判断”的理性主义范式，转向更加关注咨询师在伦理决策中所经历的情绪过程（吕明俊，张日昇，2021）。早期的代表性模型，如Rest提出的“四阶段模型”，强调伦理行为的认知流程，包括伦理识别、判断、动机与执行（Rest，1986）；Kitchener从价值维度出发，提出尊重、诚信、公正等五项伦理原则，为伦理判断提供了规范性框架（Kitchener，1984）。这些模型强调“如何做正确的事”，但在面对伦理情境中的复杂情绪反应与潜意识动因时，常显得力不从心。

Haidt提出的“社会直觉模型”打破了伦理判断必须依赖理性分析的传统观念。他认为，人们在遇到伦理问题时，常常是一种模糊而强烈的直觉反应先行产生，而理性的理由反而是在事后补充解释（Haidt，2001）。随后，Tangney等将内疚纳入“道德情绪”体系，认为内疚可激发个体对他人影响的敏感性，从而促使其承担修复责任、增强社会联结（Tangney et al.，2007）。

伦理反应三变量的功能定位与人格层级比较情况如表1所示，需要指出的是，内疚感虽与伦理敏感性、伦理成熟度存在一定交集，但本研究认为其具有相对独立的心理机制和伦理功能：伦理敏感性是指识别伦理问题和冲突的能力，强调注意力的伦理聚焦（American Psychological Association，2017）；伦理成熟度强调价值观的内化程度、自律能力和判断能力，是伦理行动背后的整合力量；相比伦理判断中理性的

分析维度，内疚感更像是一种来自关系层面的提醒——它不告诉个体哪里“对或错”，但会在他们意识到问题后，促使其去承担与补救。

表 1 伦理反应三变量的功能定位与人格层级比较表

Table 1 Comparison of functional roles and personality levels among three ethical response variables

变量	核心定义	功能定位	表现层级
伦理敏感性	能否觉察伦理问题	伦理觉察入口	初级认知水平
伦理成熟度	是否具备稳定价值判断与自律能力	决策一致性与长程伦理维度	中高级人格整合层级
内疚感	对伦理失误的情绪化责任反应	激发修复意愿与反思行为	情绪动力系统，驱动反应执行

因此，内疚感作为一种“伦理情绪驱动器”，在伦理反应中往往扮演“行为激活”的角色，能在伦理敏感性启动后推动实际修正行动，在伦理成熟度尚未完全建构时，提供心理动能的补位机制。三者之间既有功能差异，也存在互为补充的关系。

基于此，本文构建“伦理情绪路径模型”，强调内疚感在特定人格结构中作为中介变量，连接伦理觉察与伦理行为，是推动心理咨询师伦理胜任力建构的核心机制。

4 研究方法：质性观察与资料整合

本研究采用质性研究取向，结合研究者本人在多个心理咨询机构任职及与一线心理咨询师沟通的经验，基于3年来的自然观察与多源资料收集，逐步整理出咨询师的内疚感特征与其伦理行为之间的可能关联。

研究对象为30名不同发展阶段的心理咨询师，涵盖初级至资深层级。为保护隐私，本文不披露任何可识别性信息。

数据来源主要包括：咨询师访谈记录、个案督导摘要与反思材料、培训与共修过程中的伦理讨论内容。

在分析材料的过程中，本研究运用了主题归纳法，结合伦理情绪与人格结构的相关理论，对咨询师表现出的内疚反应方式、行为变化路径及常见的反思机制进行归类 and 比对。

5 内疚感的伦理胜任路径模型：人格结构与伦理能力的联动机制

本研究根据实地观察归纳建构了“人格结构→内疚感→核心伦理能力→专业伦理行为”模型（如图1所示），揭示了心理咨询师伦理胜任力发展的动态路径。该模型强调，内疚感不仅是一种伦理情绪，更是贯穿人格根基、能力机制与行为表现的核心驱动器，能够引导咨询师在伦理挑战中完成认知、情绪与行动的整合。

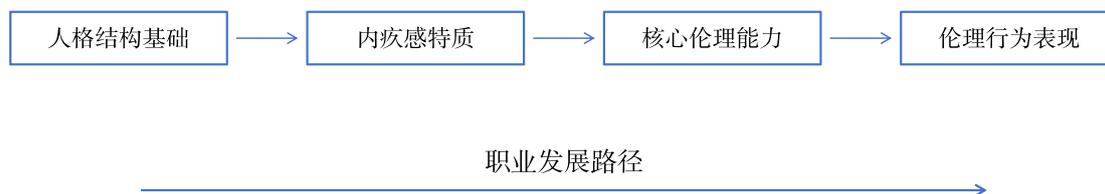


图1 心理咨询师伦理胜任力发展的内疚感驱动模型

Figure 1 A guilt-driven pathway model for the development of ethical competence in psychotherapists

5.1 人格结构基础：伦理能力的内在根基

从实践经验来看，咨询师是否能够在伦理困境中产生并有效调节内疚感，往往取决于其内在的人格基础。具体而言，以下四个心理维度对内疚的生成与表达起着决定性作用：（1）超我成熟度：决定道德标准的内化程度，影响伦理边界的清晰性与稳定性；（2）职业角色整合度：决定“咨询师”角色是否与个人价值系统统一，是否将“助人”作为内在驱动；（3）心理分化能力：影响情绪投射与角色边界，决定咨询师能否保持专业中立；（4）防御机制类型：影响个体面对失误或冲突时的处理方式，是内疚感能否转化为修复动能的关键因素。

5.2 内疚感特质：伦理行为的情绪引擎

与其说内疚是判断后的“情绪尾巴”，不如说它是促使咨询师启动伦理行动的情绪引擎，连接了深层的人格基础与外显的伦理能力。在伦理敏感性尚未充分发展、伦理成熟度尚未稳固时，内疚感往往发挥补位机制的作用——为伦理判断注入动力、促发行动修复。

5.3 核心伦理能力：内疚感驱动下的能力机制

共情能力：无内疚感者倾向于技术化、选择性共情，情绪共鸣力较低；而有内疚感者可形成创伤性共情，激发更深层联结与修复意愿。

反思能力：没有内疚感的咨询师，反思往往停留在表面，如“操作出了什么问题”；而具备修复性内疚的咨询师，则更能深入挖掘行为背后的动机乃至自己认同的价值观，并据此修正自身。

5.4 伦理行为表现：内疚感激活下的实践展现

一旦内疚感被激活，咨询师更可能展现出积极的伦理行为，如主动承认失误、及时修复咨访关系、明确职业边界，以及在督导中诚实反馈和反思。

5.5 职业发展路径：伦理驱动下的专业进化

长期而言，缺乏内疚感的咨询师常因缺乏自我驱动与伦理调节陷入职业停滞；而具备内疚感特质的咨询师则倾向于持续反思、修正与成长，从“技术执行者”逐步迈向“人格整合者”，实现职业身份的纵深发展。

5.6 小结：伦理能力的情绪引擎模型

综上所述，内疚感作为伦理胜任的情绪中枢，不仅为伦理反应提供情绪能量，还串联起人格结构、能力机制与行为表达，形成一个动态、可培养的伦理胜任路径。伦理能力不止于遵守规则，更是一种由人格承载、可持续精进的“内在伦理感”。

6 伦理启示

基于前文的观察，本研究希望将这些发现转化为可操作的建议，帮助机构在日常管理与文化建设中更有效地支持咨询师伦理胜任力的成长。

6.1 警惕“低内疚倾向型胜任力”的行业风险

研究表明，缺乏内疚反应的咨询师在处理伦理冲突或高风险个案时存在显著隐患。这类咨询师因伦理敏感性不足，可能做出损害来访者权益的行为（如隐私泄露、建立不当咨访关系、无胜任力时坚持接案不转介），导致来访者遭受二次伤害，甚至损害行业信誉与专业信任基础。

但需注意，判断“缺乏内疚感”不可草率——需基于长期行为观察与多维信息印证。部分咨询师可能因防御机制（如自恋人格的表演性内疚）或文化差异（如集体主义语境中的责任型内疚），被误判为冷漠无感。因此，机构在识别伦理风险时，应综合个案记录（如持续隐瞒错误）、督导反馈（如真实修复意愿与实际行动）等多维指标，避免单一测评或主观印象误判。

6.2 构建“适度内疚”的专业文化

专业失误在心理咨询实践中难以完全避免，关键不在于消除错误，而在于咨询师能否直面失误、承担责任并主动修复。因此，培育“适度内疚”的行业文化，是提升伦理胜任力的关键路径。

在这一文化氛围中，咨询师更愿意坦诚自身局限与失误，主动反思改进，而非陷入否认、拖延或推诿。但需警惕过度内疚的负面效应——部分咨询师可能因过度自责陷入自我怀疑、焦虑，影响专业判断与服务质量。对此，机构需提供配套支持（如伦理培训、定期督导、心理调节策略指导等），帮助咨询师识别、调节并转化过度内疚情绪。

推广“适度内疚”文化时，需规避两种极端倾向：其一，不可将内疚理想化，误将其等同于高道德水准——健康的内疚应服务于修复与成长，而非导向自我惩罚；其二，避免对咨询师的内疚水平进行简单标签化地划分（如“高/低内疚者”），此类做法易引发团队对立，削弱专业合作氛围。

行业应秉持发展性视角，将内疚感视为可培养的伦理能力。通过持续伦理教育与个性化督导，引导咨询师从“被动遵守伦理规则”逐步转向“主动内化伦理信念”，真正实现伦理胜任力的内在驱动。

7 与伦理守则的实践对话：研究对《中国心理学会伦理守则》的回应

本研究提出的“内疚驱动模型”，可以视为对《中国心理学会伦理守则（第二版）》中若干关键条

款的实践回应（中国心理学会，2018），尤其对伦理责任与持续反思机制的心理基础作出了进一步解释。该守则强调咨询师应具备伦理判断能力、修复失误的责任意识与持续督导下的成长动能，而本研究发现，内疚感作为一种伦理情绪变量，正是促使咨询师主动承担责任、持续改进与道德内化的关键心理基础。

此外，在第七条“伦理责任”与第十三条“自我反思与专业成长”中，守则明确指出咨询师需觉察并回应自身专业行为的影响，而本研究所揭示的“修复性内疚”机制，恰好提供了“情绪—认知”双通道的实务路径，有助于伦理教育从规范传授迈向人格培育。在未来的伦理培训中，机构可以将伦理守则的讲授、内疚感特质的识别与基于真实案例的情境演练结合，构建完整的胜任力培养系统，这样更有助于让“纸面规范”转化为“内在伦理感”。

8 培养启示

以下建议旨在将“内疚感”纳入人才发展与筛选机制，同时注意其可变性与文化适应性，避免僵化标签化。

8.1 筛选机制

在招聘与评估中，机构可重点关注咨询师面对错误时的内疚反应——是否愿意担责、有无修复意愿，这些往往比技术能力更能体现职业伦理感。可通过伦理案例分析、内疚感测评问卷等多元方式，结合具体伦理情境（如让应聘者说明处理策略），考察其问题识别能力与价值取向。

为提升筛选有效性，机构应建立多维度、多情境的评估体系，避免依赖单一工具。如采用静态案例分析、动态模拟督导（如高压情境：来访者投诉、机构要求缩减咨询时长等）、长期行为记录交叉验证等方式。

考虑到我国集体主义文化背景，需将“对团队或行业责任的内疚感”纳入评估范畴（如参与伦理培训、为同伴提供伦理支持等行为），避免直接照搬西方个体主义导向的评估逻辑。

针对“表演性内疚”，需通过个案记录等历史资料进行实证分析——若咨询师高频自责却无后续修复行动，或面对伦理反馈始终无行为改变，需警惕其伦理动机真实性。

8.2 干预方案

在招聘与评估中，机构可以更进一步关注咨询师面对错误时的内疚反应：是否愿意承担责任、是否具有修复意愿，这些往往比技术能力更能体现职业伦理感。

对于人格结构分化水平较低的从业者（如超我功能薄弱或自我同一性混乱者），优先推荐其接受外部专业心理支持，如个人成长体验或深入心理评估，而非强行纳入内部伦理培训流程。对于具备一定分化基础但伦理敏感性不足者，建议以“自愿参与”的伦理能力强化项目进行引导，如组织案例研讨或示范性督导课程，并通过正向激励机制提升其参与动机，如优先推荐优质个案资源等。

干预效果的评估应采用客观指标，如咨询师干预后的个案修复率、来访者满意度变化趋势等，而不应仅依赖主观印象或督导反馈，以确保干预措施的实效性与持续改进空间。

8.3 组织管理

在组织层面，建议构建“内疚感与专业表现”之间的动态监测机制，以便早期识别伦理风险，并为专业支持提供数据依据。机构可设定定期回顾机制，如每季度开展一次伦理案例分析或情绪反应记录，及时捕捉可能的风险信号。

对于资源相对有限的中小型机构，应采用分层化管理策略。例如，通过设定重点监测指标与抽样评估机制，每季度抽取一定比例的咨询师进行深度伦理分析，在控制资源投入的同时保障整体治理水平。

在能力发展体系设计中，应避免因过度强调伦理内疚感的培养而忽视其他关键胜任力领域，如危机干预能力、跨文化适应能力等。建议将伦理反思融入常规督导流程，如在每次督导中预留固定时间讨论伦理困境，进而促进伦理思维的內化，而非以额外培训形式增加咨询师负担。

此外，机构也可以定期举办非正式的伦理分享会，如“困境回顾坊”或“修复经验分享日”，为咨询师提供可以安心讨论错误与成长的场域。通过设立“最佳修复实践奖”等荣誉激励机制，强化团队内部的共同成长意识，打破“高内疚—低内疚”的群体对立，构建协作互信的专业文化环境。

未来人才培养应聚焦“多维评估、动态调整”：评估需结合内疚感、技术能力、情绪稳定性、文化敏感性等多个维度，避免“重伦理轻技术”或反之的片面倾向；干预应摒弃“淘汰式管理”，转向发展导向的“能力培育”，通过持续培训与督导，助力内疚感转化为修复行动力。

建议行业联合高校或专业机构，开发贴合我国文化的伦理评估工具（如内疚感倾向量表），同步完善情绪敏感数据的保护机制，提升伦理管理的专业性与制度化水平。

综上，本研究不仅强调内疚感的作用，更呼吁行业从“技术本位”迈向“人格—技术整合”的发展模式。这一转型需以理解人性复杂性为前提，在制度创新与实践可行性之间寻找平衡，推动心理咨询伦理的成熟与制度化建设。

9 研究局限性与未来展望

尽管本研究通过为期三年的质性追踪，构建了心理咨询师“人格结构—内疚感—伦理能力—伦理行为”的路径模型，但仍存在若干局限性。

(1) 地域局限性：研究对象主要来自上海及周边地区的心理咨询机构（含“上海晴窗舍心理咨询有限公司”），该区域机构治理体系和督导资源较为成熟，研究结论在不同地区（尤其是二三线城市）或不同性质机构（如高校心理中心、公益组织）中的适用性，仍需进一步验证。

(2) 样本量与理论饱和度局限：虽然30个质性样本已满足“信息饱和”标准，但未详细说明“理论饱和”的验证过程。未来研究可在新增样本后采用编码迭代法，检验是否出现新的主题，以强化理论模型的稳定性与外推性。

(3) 因果推断局限：本研究以质性相关观察为主，尚未验证因果路径。内疚感特质虽与伦理行为显著相关，但仍可能受其他变量（如督导频率、职业年限、机构伦理氛围等）调节。未来研究可结合纵向量化追踪或结构方程建模，进一步验证“伦理情绪驱动机制”的因果关系。

未来研究可进一步：（1）扩大样本来源，建立跨地域比较；（2）综合质性与量化研究方法，验证模型的可推广性；（3）结合伦理培训干预，探索内疚感的可塑路径与长期职业成长的互动机制。

10 结论

咨询师内疚感的不同表达方式，往往对应其人格成熟度与伦理能力的发展阶段——健康的内疚不仅驱动伦理行为，更是专业成长的重要动力。

但需明确，“有内疚感”并非唯一标准，伦理潜力需结合丰富背景与行为脉络综合判断。实践中需审慎应对评估工具局限、标签化对立及干预适应性差异。

（本研究未涉及人类或动物实验，不存在需伦理审批的内容；也未涉及任何可识别的个体或敏感资料，不存在知情同意相关问题。）

参考文献

- [1] 吴垠, 桑志芹. (2010). 心理咨询师胜任特征模型的初步构建. *心理学报*, 42(3), 355-364.
- [2] 王岩. (2022). 从“情绪调节”到“伦理反思”：内疚情绪在心理咨询中的正向作用探析. *心理与行为研究*, 20(1), 74-80.
- [3] 李晓文, 刘丹. (2019). 咨询伦理敏感性对咨询行为的影响机制分析. *心理科学*, 42(2), 387-393.
- [4] 吕明俊, 张日昇. (2021). 临床心理咨询师伦理决策影响因素的质性研究. *中国临床心理学杂志*, 29(3), 600-604.
- [5] Rest, J. R. (1986). *Moral development: Advances in research and theory*. New York: Praeger.
- [6] Kitchener, K. S. (1984). Intuition, critical evaluation and ethical principles: The foundation for ethical decisions in counseling psychology. *The Counseling Psychologist*, 12(3), 43-55.
- [7] Haidt, J. (2001). The emotional dog and its rational tail: A social intuitionist approach to moral judgment. *Psychological Review*, 108(4), 814-834.
- [8] Tangney, J. P., Stuewig, J., & Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345-372.
- [9] American Psychological Association. (2017). Ethical principles of psychologists and code of conduct. *American Psychologist*, 72(1), 3-16.
- [10] 中国心理学会. (2018). 中国心理学会临床与咨询心理学工作伦理守则（第二版）. *心理学报*, 50(11), 1343-1360.

Guilt-Proneness in the Development of Ethical Competence among Psychotherapists: Pathway Mechanisms and Practical Implications

Yang Xiaoyi

Shanghai Clear View Counseling Studio, Shanghai

Abstract: Objective: This study aims to investigate how guilt-proneness influences the development of ethical competence in psychotherapists, with a particular focus on “repair-oriented guilt” as a motivational driver for ethical behavior. Methods: A three-year qualitative longitudinal observation was conducted with 30 psychotherapists at various career stages. Data were collected through interviews, supervision summaries, and ethical discussion records. Thematic analysis was used to construct a pathway model linking “personality structure, guilt-proneness, core ethical competence, and behavioral responses”. Results: The findings show that moderate and well-regulated guilt-proneness promotes ethical sensitivity, strengthens responsibility, and activates reflective and corrective behaviors. Repair-oriented guilt emerged as a key predictor of ethical maturity and was integrated into a preliminary assessment tool for use in practitioner selection and training. Conclusion: Guilt functions as a mediating moral emotion between ethical awareness and ethical action, playing a central role in the development of professional ethics. Building an organizational culture that supports “appropriate guilt” may enhance ethical competence and professional growth in psychotherapists.

Key words: Guilt-proneness; Ethical competence; Psychotherapists; Moral emotions; Repair-oriented behavior