

关于中国临床心理学系统培训的探讨

姚萍

(北京大学心理学系,北京 100871)

【摘要】 本文旨在借鉴美国临床心理学培养模式,探讨关于中国临床心理学系统培训的一些想法。本文以美国罗格斯大学临床心理学博士培训计划为例具体介绍美国临床心理学工作者的培养模式,然后根据美国的培养模式和国内培训现状,提出了在国内进行临床心理学培训的一些看法,具体探讨了如何完善课程设置和加强实践培训。

【关键词】 临床心理学; 培训

中图分类号: !"#%\$ 文献标识码: & 文章编号: '(((\$)*+,.-.(/0")0"1\$)0\$

!"#\$%&'()*+,-./0-1 2&0'('()) %3 4\$('10\$ 5,+16%\$%)+' (76'(0

2&3 4567

489:;<<79 >?@ABCD?6C <E 4?F567 G65H?B85C9, I?5J567 '001K', L;56A

【89,-&01-】 M;58 @A@?B A5D?N AC ?O@=<B567 898C?DAC5: CBA56567 <E :565:A= @89:;<<79 56 L;56A P9 =?AB6567 EB<D C;? CBA56567 D<N?=<E :565:A= @89:;<<79 56 &D?B5:A# M;? N<:C<BA= CBA56567 @B<?7BAD <E :565:A= @89:;<<79 AC !QC7?B8 G65H?B85C9 RA8 CAF?6 A8 A6 ?OAD@=? C< N?B:B5P? C;? N?CA5=?N CBA56567 @B<:?NQB?8\$ A6N 8<D? C5N?A8 <6 CBA56567 <E :565:A= @89:;<<79 56 L;56A R?B? N58:Q88?N PA8?N <6 5C8 :QBB?6C 8CACQ8 A6N C;? &D?B5:A6 CBA56567 D<N?=<E,R5C; E<:Q8 <6 :QB85:Q=QD 8?CC567 A6N @BA:C5: ? CBA56567T

【:.; ;%&<,】 C:565:A= @89:;<<79; TBA56567

随着社会的变迁,大众对心理健康越来越重视,对心理健康服务的需求增高,而心理健康服务的最基本形式之一是心理咨询和心理治疗。提供心理咨询与治疗服务的一个重要来源是临床心理学家(:565:A= @89:;<<758C),即受过临床心理学专业培训的专业技术人员^[1]。近年来,国内临床心理学已逐渐进入系统化管理和培训的阶段。笔者曾从宏观角度介绍了北美临床心理学的培训和管理模式^[2],本文拟以笔者曾经求学的美国罗格斯大学(!QC7?B8,M;? WCAC? G65H?B85C9 <E X?R Y?B879)为例,从微观的角度具体说明临床心理学的培训方案和过程,以供大家借鉴,并探讨在我国现有条件下关于临床心理学系统化培训的一些思考。

1 美国临床心理学的培训模式

美国临床心理学家要求具备博士学位,其培养模式主要有两种:科学家-实践者模式(8:5?6C58C)@BA:C5C5<6?B D<N?=<E)和实践者-学者模式(@BA:C5C5<6?B)8:;<=AB D<N?=<E)^[3]。科学家-实践者模式强调临床心理学家首先是科学家,然后才是临床工作者,这一培训强调科学和临床技能两结合的训练,这是美国心理学会'#Z#年确定的临床心理学培养的标准。具体说来,就是临床心理学家必须具有心理学理论知识和从事研究工作的基础,同时还需要接受一年临床实习的训练以获得临床实践必备的工作技能,应具有心理诊断、心理治疗和研究的能力。其训练目标是获得哲学博士(4;>)学位。

在现实中发现,大多数临床心理学家或者偏重临床实践,或者偏重研究,很少有人两者兼顾,而更多的临床心理学的申请者对从事临床工作更感兴趣。'#[*年美国心理学会确立了临床心理学新的培训体制,对以心理学实践作为职业定向的学生授予心理学博士\489>]学位。这种培养模式,称为实

践者模式,后来称为实践者-学者模式。这一培养模式降低了学生在科学研究方面的培养要求,更多地强调对学生进行实践的操作技能的培养。这种培养模式类似医学博士(^>)等以实践为主但专业技术要求较高的职业培训。这两种培养模式简称为临床心理学的4;>培训和489>培训。

在笔者曾经求学的罗格斯大学既有临床心理学4;>培训,又有489>培训。4;>培训设在心理学系,489>培训设在美国应用与职业心理学研究院(_BANQAC? W:;<< <E &@@=5?N A6N 4B<E?885<6A= 489:;<<79, _W&44),但是两者在许多资源方面是共享的,比如开设的课程,临床培训门诊的实践培训。临床心理学是职业心理学的培训,包括两部分的培训,一是专业教育,即理论知识的学习,二是专业实践,包括实践活动(@BA:C5:QD)和实习(56C?B68;5@)两类。本文将比较4;>和489>这两种培养模式在课程设置、实习安排和科学研究等几方面的异同,以供大家在设置有关培训时借鉴。

2 罗格斯大学的临床心理学 PhD 和 PsyD 培养的比较

2.1 培养目标和基本模式

罗格斯大学的临床心理学4;>培养设在心理学系。临床心理学4;>招收的学生除了临床实践之外主要兴趣是科研和学术。4;>培养是导师制(D?6<8;5@ D<N?=<E),即录取时就选定研究导师,一入学就投入研究,常参加一个以上的研究小组。临床技能的培训是学徒制(A@@B?6C5: ?8;5@ D<N?=<E),即在督导的指导下进行临床实践工作。4;>培养的临床干预模式主要是认知行为取向的治疗。临床老师的研究方向包括认知行为治疗,应用行为分析,物质滥用,进食障碍,焦虑障碍,自闭症等。

罗格斯大学的临床心理学！"#\$ 设在应用与职业心理学研究院,除了临床心理学！"#\$,还有学校心理学！"#\$,培养在中小学进行心理健康服务的专业人员。临床心理学！"#\$ 招收的学生其主要兴趣在临床心理学实践方面,而不是科研。其培养目标是受过良好专业知识教育和良好专业技能培训的临床心理学家。学生有机会在几个广泛接受的理论体系中选择—个干预模式作为自己的专长培训方向,比如心理动力性治疗取向,认知行为治疗取向,系统家庭治疗取向,或者是选定临床治疗中的某—问题领域为自己的专长,比如焦虑障碍,物质滥用等。临床心理学！"#\$ 的培养强调实践经验和临床工作,—入学就安排实践活动。

以标准的五年毕业为例,临床心理学！"#\$ 学生除了上课,第—年就开始参与导师的研究,但不要求实践,第二年和第三年还要求安排每周—天的实践活动,要求有两年的实践安排。—般,两到三年内完成硕士论文,博士资格考试,获得硕士学位。第四年主要准备博士论文,第五年全年实习,并完成论文答辩。

临床心理学！"#\$ 学生选修的课程更多,要求有三年的实践,第—年到第三年要安排每周—天的实践活动。！"#\$ 学生在两到三年内完成综合考试,包括基础类综合考试和临床类综合考试,通过考试可以获得硕士学位。！"#\$ 学生在第三年要选定论文导师,并准备研究计划。！"#\$ 学生第四年和第五年的安排与！"#\$ 学生类似,即完成博士论文,参加实习。

！"#\$ 学生和！"#\$ 学生的博士论文—定的差异。！"#\$ 学生的博士论文是量化的实证研究,而！"#\$ 学生的博士论文可以是量化的实证研究,也可以是质性研究或理论性研究。—般,认知行为取向的！"#\$ 学生的研究以量化的实证研究为主,类似！"#\$ 学生的论文,心理动力学取向的学生的研究以质性研究或理论性研究为多。

此外,！"#\$ 的学生将来的学术生涯常在高校,有教学的要求,因此,在！"#\$ 的培训中还强调至少有—学期的教学经验,通常以助教形式完成。

2.2 课程设置

！"#\$ 临床心理学！"#\$ 课程设置 临床心理学！"#\$ 的必修课包括研究设计与分析(两学期)、心理病理学、临床伦理和研究伦理、临床基础研讨课(&'()(*+' !,-./()+,)(两学期,包括咨询技巧介绍,结构式诊断访谈,心理学历史和体系等内容)、认知行为治疗(两学期,包括实证支持的对每种障碍的具体治疗方法

学生通常是在大学的临床心理培训门诊,大学的心理咨询中心,精神病医院,综合医院的心理科,社区心理卫生中心,或其他心理健康服务机构(如针对儿童青少年问题的服务中心)完成这一要求的实践。在实践活动中,学生能够投入真实的实践场所,观察并处理不同人群和不同种类的问题,有机会尝试把所学的基本知识和技能用于实际工作中,增进基本的临床技能。在实践活动中非常重要的学习经验来自直接的一对一的督导。

临床心理学的博士培养还要求有一年时间从事全职临床工作,即实习一年。博士生在完成理论课程的学习和必须的实践活动,并准备好博士论文的题目和研究计划后可以申请实习。实习为学生整合心理学理论和专业技能提供了机会,常常是在实习的这一年,由于高强度的临床工作和督导等培训活动的综合,学生的临床技能获得突飞猛进的进步。

督导机制是临床心理学实践培训中很重要的一个机制。在美国,从实践活动开始,到实习,在获得执照之前的临床工

然有少量的侧重临床心理学与心理治疗的专业计划!但是高校心理学系的心理咨询课程和技术训练不足^{[4][11]} 有研究者对我国高校心理咨询与治疗人才的培养现状进行了调查!

研究生的培训与美国临床心理学的“#”培训相似,课程设置较系统,相对缺乏的是系统化和较为深入的实践方面的培训,如总的受督导时间数较少,尤其是个体督导的时间不够,实践的范围较狭窄,如大多在大学生心理咨询中心做实践。与博士研究生相比,硕士研究生的实践培训更为有限。实践培训主要的困难是临床实践点有限,不容易给受训的学生安排临床实践和督导。在现有条件下,加强实践培训的一个可行的方法是在高校临床心理学培训的相关单位设置临床心理培训门诊,用于临床实践教学与临床科研。这有些类似医学院设立的附属医院,当然心理学培训门诊的规模要小得多,但是可以进行系统管理。有些高校的大学生心理咨询中心对学生的咨询实践活动提供了很好的实践场所,但是这还有一些限制,接触的问题和人群受限,所接触的病例不能进行筛选以配合教学和科研的需要。临床心理培训门诊可以对社会开放,低收费,可以根据需要招募不同的病人和来访者。临床心理培训门诊可以方便学生的临床实践的培训。基本设置包括录音录像设备,个体咨询室,团体咨询室,儿童治疗室等。对于临床实践类课程,如心理诊断评估课程,心理治疗课程,可以有充分的多样性的临床案例来源。另外,学生实践是在督导老师的指导下进行,对治疗有一定的监控,不致出现较大的伦理问题,或对来访者造成心理伤害。此外,临床培训门诊收费低廉,普通民众,尤其是有需要但经济有压力的人群,可以获得一定的心理支持和心理治疗。临床心理培训门诊不仅方便学生学习临床技能获得实践经验,也方便来访者能够获得负担得起的心理服务。临床心理培训门诊对于临床心理学的研究也有很大帮助。培训门诊可以根据教学研究的需要而设立相关的项目。如果有老师或学生对某一临床问题感兴趣,可以设立专门的门诊项目招募病人参与临床治疗和研究,比如,强迫症门诊,进食障碍门诊,网络成瘾门诊等。临床培训门诊需要专人进行系统化管理,督导老师可以聘请外单位的老师。这样可以建立一个系统化的临床心理实践培训基地,不仅有利于学生的培训,也可以帮助社会上有需要的临床工作者获得系统化的实践培训。其他的实践培训场所,可以是高校的心理咨询中心,精神病医院的心理科。如果是正式的实践培训提供者,需要对参加培训的学生有一定的安排和考评,并给予恰当的反馈,这样才能让受训的学生在实践技能方面不断成长进步。对于硕士学生的实践培训,如果能安排每周一天的实践活动,并坚持两年,可以达到基本的临床技能培训的要求。关于实践培训,值得一提的是,学生在校学习时的实践培训只是实践培训的一部分,其他的实践培训需要在获得硕士或博士学位后再继续一两年的实践培训,即在督导下的实践。具体的实践要求,可以参阅《中国心理学会临床与咨询心理学注册系统的注册标准》^[9]。

4.2 非学历培训

对于非学历培训,系统化培训的发展目标是加强基础培训,完善督导机制。

关于非学历培训,为增强培训效果,建议在高校内发展临床心理学的课程班,增强临床基础的培训和实践的培训,以提高临床工作者的实践能力。高校的综合资源丰富,有利

于进行系统化培训。临床心理学课程班的教育重在临床相关理论与技能的培养,而忽略科学研究的培养,但培训时间更短。课程班的临床课程的安排与研究生类似,临床实践的培训也是类似的,这样的安排是为了满足系统培训的需要。社会上的培训机构也可以参照课程班培训的标准来规划培训。

非学历临床心理学的培训要注意的是选择学生的标准不能门槛过低。临床心理工作者所从事的心理咨询和心理治疗工作,要求他们具有较高的综合素质,“不仅要接受严格的专业教育和训练,掌握丰富的专业知识和具备娴熟的专业技能,而且应具备职业行为所必需的道德准则、心理健康和人格特质等^[1]。”一般说来,接受临床心理学培训的人员至少要本科毕业,具备必要的基础的心理学知识,要通过面试等方式对申请者的人格特质和心理健康进行粗略的综合评估。这在非学历培训中尤为重要,因为这直接涉及培训效果。

当前社会已有一批受过非学历培训但培训不够系统的临床心理工作者。这类人群仍在参加各种的继续教育希望能增进自己的实践技能。对于他们而言,社会培训机构要加强的是基础的理论知识的培训(如前所述的心理学基础知识,和心理病理学等临床心理基础知识的培训),并提供系统的督导下的实践,才可能有效地提高专业能力。

非学历培训的临床实践中需要加强督导。值得指出的是,督导过程也需要系统化。系统化的督导是指针对某种治疗流派在一个或几个督导老师指导下进行临床实践(个体督导或团体督导),参加规律性的定期督导(如每周一小时或两小时),经过一段时间(如半年或一年),这样才有可能学习并掌握基本的实践技能,形成系统化的思路。大家可以很好理解个体督导的规律性进行,但是对团体督导的规律性进行,大家的认识还不够。当前国内社会培训机构提供的督导培训常是短期的团体督导,如两三天的团体督导工作坊,这样的培训效果是有限的。团体督导也应该是规律性地开展,并持续一段时间。另外,要达到有效的督导,督导的资质也是重要的。在临床心理的实践培训中,重要的学习来自督导者的指导和反馈。督导制是一种非严格意义的学徒制,所谓名师出高徒,督导水平的高低对督导的效果有很大影响。关于临床督导资质的要求,可以参阅《中国心理学会临床与咨询心理学注册系统的注册标准》^[9]。

5 小 结

临床心理学的系统培训目标是获得系统化的知识体系和系统化的实践技能。国内高校临床心理学培训的学历学位教育的发展方向是系统规划课程,完善课程设置,开设临床心理培训门诊,加强临床实践的培训。国内高校已有一些受过较好的系统的理论培训和临床实践培训的师资力量,能够给国内的培训建立较规范的培训机制。对于非学历的继续教育培训,其中一个发展方向是在高校内发展临床心理学的课程班,另一个发展方向是社会培训机构提供更多的临床基础理论知识的培训,并提供系统督导下的实践培训,以提高临床工作者的实践能力。

询师的专业水平有很高的要求,而实际中,高校心理咨询老师的素质还处在较低水平,这些导致心理咨询教师背负着强大的心理压力,须为之付出巨大的体力、脑力和时间,不但如此,而且心理咨询教师巨大的付出与应有的回报严重失调^[1]。这些都可能致其生活质量下降。生活质量的下降又会削减其工作效率,影响到其工作满意度,然后出现恶性循环。

本研究结果显示,在青年专职心理咨询辅导老师中,男老师的生活质量总的来说显著高于女老师的,具体表现在身体素质、处理日常生活及完成角色功能的能力、生活环境与经济状况方面以及对生活质量的主观满意度要高于女老师的。这提示,生活质量的感受性受性别的影响,这与其他研究结果一致^[8]。

参 考 文 献

- 1 李凌江,郝伟,杨德森,等. 社区人群生活质量研究:生活质量问卷的编制. 中国心理卫生杂志,1995,9:227-231

(上接第 381 页)

- 3 刘志青,李乐之. 阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征患者生活质量及影响因素的调查. 中国临床心理学杂志,2009,17(5):632-635
- 4 杨秀木,李娜,刘发虎,等. 乳腺癌患者照顾者生活质量及相关因素分析. 中国临床心理学杂志,2007,15(5):511-513
- 5 刘力,秦晓霞,刘盈,等. 强迫症患者生活质量及相关因素分析. 中国临床心理学杂志,2007,15(6):654-655
- 6 李晓虹,杨蕴萍,李波,等. 北京地区心理门诊从业人员生

(上接第 389 页)

参 考 文 献

- 1 姚萍. 论心理治疗与其他心理服务业. 中国心理卫生杂志,2006,20(3):204-205
- 2 姚萍,钱铭怡. 北美心理健康服务体系的培训与管理状况. 中国心理卫生杂志,2008,22(2):144-147
- 3 黄衡玉. 心理咨询中督导者的能力. 中国心理卫生杂志,2006,20(5):345-347
- 4 黄希庭,郑涌,毕重增,陈幼贞. 关于中国心理健康服务体系建设的若干问题. 心理科学,2007,30(1):2-5
- 5 陈红,赵艳丽,高笑,等. 我国高校对心理咨询与治疗人才的培养现状调查. 心理科学,2009,32(3):697-699
- 6 陈家麟,夏燕. 专业化视野内的心理咨询师培训问题研究——对中国大陆心理咨询师培训八年来现状的反思. 心

(上接第 392 页)

- 22 Drew D, Waters J. Video games: Utilization of a novel strategy to improve perceptual motor skills and cognitive functioning in the non-institutionalized elderly. Cognitive Rehabilitation, 1986, 4: 26-31
- 23 Clark JE, Lanphear AK, Riddick CC. The effects of video-

- 2 梁毅,陈红,王泉川,等. 中国心理健康服务从业者的督导现状及相关因素. 中国心理卫生杂志,2009,23(10):685-689
- 3 陈敏燕,陈红,钱铭怡. 国内心理健康服务从业者继续教育培训的需求现状及相关因素. 中国心理卫生杂志,2009,23(11):763-766
- 4 王香玲,高文斌. 心理咨询师的需要特点和人格特点调查. 中国临床心理杂志,2007,15(4):443-444
- 5 王香玲,高文斌. 心理咨询师儿童期虐待和生活事件的调查. 中国临床心理杂志,2007,15(5):555-556
- 6 Richard I, Parker SHB. Useful effect size interpretations for single case research. Behavior Therapy, 2007, 38: 95-105
- 7 王贵林,孙悦亮. 对高校心理咨询教师心理枯竭问题的多维思考. 齐齐哈尔大学学报(哲学社会科学版),2005,9:150-152
- 8 骆建忠. 947 名医学院校学生在校期间的生活质量研究. 中国全科医学,2005,8(13):1073-1075

(收稿日期:2009-11-28)

活质量和 CPI 分析. 中国临床心理学杂志,2006,14(6):646-648

- 7 郝元涛,方积乾. 世界卫生组织生存质量测定量表中文版介绍及其使用说明. 现代康复,2000,4(8):1127-1145
- 8 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册(增订版). 北京:中国心理卫生杂志社,1999.194-196,235-237
- 9 刘贤臣,唐茂芹,胡蕾. 匹兹堡睡眠质量指数的信度和效度研究. 中华精神科杂志,1996,29(2):103-107

(收稿日期:2009-11-27)

理科学,2009,32(4):955-957

- 7 李波,贾晓明,安芹. 国内心理咨询和治疗培训的调查研究. 中国健康心理学杂志,2006,14(5):514-516
- 8 陈红,王泉川,钱铭怡,等. 我国心理健康服务从业者培训动机现状调查. 中国心理卫生杂志,2009,23(8):533-537
- 9 赵静波,季建林,程文红,等. 心理咨询和治疗师的专业能力和情感能力的多中心调查. 中国心理卫生杂志,2009,23(4):229-233
- 10 钱铭怡. 大学心理学系心理治疗培训的设想与实践. 中国临床心理学杂志,1998,6(1):58-61
- 11 中国心理学会. 中国心理学会临床与咨询心理学专业机构和和专业技术人员注册标准(第一版). 心理学报,2007,39(5):942-946

(收稿日期:2010-02-21)

game playing on the response selection processing of elderly adults. Journal of Gerontology, 1987, 42 (1): 82-85

- 24 Dunbar G, Lewis V, Hill R. Children's attentional skills and road behavior. Journal of Experimental Psychology: Applied, 2001, 7 (3): 227-234

(收稿日期:2009-10-15)