

基于质性研究的新手咨询师心理督导效果影响因素研究

李春伊, 李晓敏*, 刘海虹, 王心蕊, 梁明明, 李宝芬, 汪世新, 张妍, 李丹丹

承德医学院心理学系, 河北 承德

收稿日期: 2026年7月20日; 录用日期: 2026年8月24日; 发布日期: 2026年9月3日

摘要

探讨新手咨询师心理督导效果的影响因素, 以期更好地提升新手咨询师的咨询实务技能以及专业发展。本研究以25名新手咨询师为研究对象, 采用主题分析法对其接受2次后现代心理咨询视角下的团体视频督导后撰写的督导反馈材料进行分析。研究结果表明: 督导主题、督导关系、督导方式是新手咨询师心理督导效果的影响因素。督导主题是承载并引发督导效果的核心载体; 督导关系是调节与深化督导效果转化的关键因素; 而督导方式则是推动督导效果落地的实现路径。本研究为未来心理咨询师的专业发展、伦理实践以及保障来访者的权益提供了有意义的参考。

关键词

心理咨询, 督导, 影响因素, 主题分析

A Qualitative Study on Factors Influencing Supervisory Effectiveness among Novice Counselors

Chunyi Li, Xiaomin Li*, Haihong Liu, Xinrui Wang, Mingming Liang, Baofen Li, Shixin Wang, Yan Zhang, Dandan Li

Department of Psychology, Chengde Medical University, Chengde Hebei

Received: July 20, 2026; accepted: August 24, 2026; published: September 3, 2026

Abstract

This study explores the influencing factors of psychological supervision effectiveness among novice

*通讯作者。

文章引用: 李春伊, 李晓敏, 刘海虹, 王心蕊, 梁明明, 李宝芬, 汪世新, 张妍, 李丹丹(2026). 基于质性研究的新手咨询师心理督导效果影响因素研究. 心理学进展, 16(9), 9-16. DOI: 10.12677/ap.2026.169422

counselors, aiming to further promote their practical counseling competencies and professional development. A total of 25 novice counselors were recruited as research participants in this study. Thematic analysis was employed to analyze the supervision feedback reports submitted by participants following two sessions of group video supervision guided by a postmodern counseling perspective. The results revealed that supervision themes, supervisory relationships, and supervision modes are core determinants of psychological supervision effectiveness among novice counselors. Supervision themes serve as the core carrier underpinning and facilitating supervisory effects. Supervisory relationships act as the critical factor shaping and optimizing the translation of supervisory effectiveness. Supervision modes represent the practical pathway enabling the realization of supervisory effects. This study provides valuable implications for the professional development and ethical practice of psychological counselors, as well as for the protection of client rights and interests in future clinical practice.

Keywords

Psychological Counseling, Psychological Supervision, Influencing Factors, Thematic Analysis

Copyright © 2026 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

心理咨询是一项高专业性、高实践性的助人工作。心理督导旨在通过资深专业人员对下级或初级人员提供的干预来提升其专业技能和服务质量(Bernard & Goodyear, 2023)。有效的督导能够帮助新手咨询师快速突破新手困境,纠正咨询误区,提升个案处理能力;而不适当的督导,则容易导致新手咨询师陷入职业迷茫,出现咨询固化问题,甚至产生自我怀疑、职业耗竭等负面状态(黄译萱, 田瑞琪, 2024)。

从现有研究发现,督导的有效性并非自然而然发生,而是受到多元复杂因素的共同影响。督导效果主要受督导师、受督者、督导关系以及督导模型等因素影响。在督导师方面, Li et al. (2022)研究了当督导师未能清晰界定其作为教育者、顾问与评估者的多重角色时,即使督导关系质量良好,角色边界不清仍会显著削弱督导效果;在受督者方面,肖圆愿(2024)研究了新手咨询师(受督者)的个人特质、经验水平、理论知识基础等因素会影响他们对督导的接受程度;在督导关系方面, Min & Kim (2024)研究了建立在信任、尊重和合作基础上的高质量督导关系有助于减少新手咨询师(受督者)的防御与回避行为,促进其专业学习和发展,并最终使来访者受益;在督导模型方面,当前比较有影响力的督导模型主要有以下几种:一是精神分析督导模型:该模型督导的核心任务是帮助受督者识别治疗过程中的移情与反移情模式,通过理解来访者和治疗师之间的情感互动,受督者可以更好地理解治疗过程中的潜在动力(Watkins, 2023)。二是认知行为督导模型:该模型基于学习理论,通过技能示范、反馈强化和泛化练习三个环节阐述督导效果,强调督导过程中对治疗技术保真度和可操作性(Du & Lee, 2024)。三是情境化督导理论:该模型认为督导师是领导者,肩负着培养训练咨询师,把控咨询师职业入口责任(Kozachuk & Conley, 2021)。

回顾现有文献,前人研究已从多个维度揭示了相关影响因素,为本领域奠定了重要基础。然而,鉴于新手咨询师的督导情境具有独特的动态性和发展性,现有研究不仅数量有限,而且更多地集中在理论研究与量化研究上。这导致对深层体验与过程性因素的质性探究不足。质性研究是一种以深入理解人类经验、社会现象及其内在意义为目标的系统性方法。因此,本研究尝试采用主题分析法探讨新手咨询师督导效果的影响因素,评估心理督导对咨询师专业能力的影响,以期为心理咨询的专业化和规范化发展提供参考。

2. 研究方法

2.1. 研究对象

本研究采用目的抽样,选取某高校 25 名应用心理硕士专业学位在读研究生作为研究对象(女生 21 人、男生 4 人),年龄为 25.52 ± 1.48 岁。纳入标准:应用心理硕士在读、正在从事咨询实习且在心理咨询实习岗位持续实践不少于 3 个月、自愿参与并能按时提交反馈文本;排除曾接受系统性督导超过 10 次或资料收集期间退出者。所有参与者均在心理咨询实习期间,每两周参加一次由同一位督导师带领的线上团体督导,单次督导时长为 150 分钟。

每次督导结束后,要求每位受督者撰写一份关于本次督导的反思性反馈材料,内容涵盖心理咨询实务技能与个人成长方面的具体收获,以及对督导过程的效果评价与改进建议。每名受督者分别提交两轮督导后的反馈文本,最终共获得 50 份文本资料,作为本研究的分析基础。在资料收集过程中,研究者持续进行同步分析,当新增资料不再涌现新的主题或概念时,即认为样本量已达到信息饱和,遂停止进一步抽样。

2.2. 研究工具

本研究运用 Nvivo 12 软件对文本资料进行编码与归类。该软件适用于质性数据(如访谈、开放式回答、文章及网络内容)的系统化编码与归类,可有效支撑研究者在海量文本中识别、整理并深化核心议题。

在分析方法上,严格遵循 Braun 和 Clarke (2008)的六阶段主题分析指南,并采用演绎法进行编码,具体步骤依次为:初步熟悉原始数据、生成初始代码、搜索潜在主题、审查主题一致性、明确并界定主题内涵,最后撰写分析报告。整个编码过程依托 NVivo 12 实现节点管理与模式检索,以提升分析的透明度和可追溯性。

2.3. 研究过程

研究实施前,研究者向被试详细介绍本研究的目的、文本资料的使用范畴及保密原则。在被试自愿签署知情同意后,所有个人信息均以编码代号进行匿名化处理,本研究不涉及任何形式的报酬给付。

资料收集完成后,研究团队对原始文本进行初步整理,并就其中语义含糊或信息缺失之处,通过再次联系被试进行逐项核实与确认,以确保原始数据的真实性与准确性。待双方确认一致后,即刻删除所有可识别身份的信息字段,完成文本的匿名化处理。

在正式数据分析之前,全体课题组成员系统研习了主题分析法的理论逻辑与操作规范,以确保分析立场的统一性。在此基础上,团队依据原始文本资料,遵循“开放式编码-提炼对应范畴-归纳主范畴”的类属生成路径,逐级进行抽象与整合,直至各核心类属达到理论饱和,确认数据已能充分且全面地回应研究问题。最终,由第一作者与未参与前期编码的独立审核人员对研究结果进行交叉校验,经多轮商讨与修订后,确定最终的分析结论。

2.4. 质量控制

(1) 研究者三角验证。邀请研究者本人、具备同类学习与实务经历的硕士研究生,以及拥有深厚理论功底和丰富临床经验的督导师,共同参与文本资料的深度剖析与编码讨论,从不同认知立场交叉验证分析逻辑,以消解单一研究者可能带来的主观偏见。

(2) 资料三角验证。在对文本资料进行分析时,系统兼顾反馈片段、督导师的反馈以及受督者反馈等多项异质数据源,力求通过不同维度资料间的相互印证,提升研究发现的可靠性。

(3) 同行汇报与参与者核查。在充分保障知情权的前提下,研究者在分析进程中定期与督导师及其他

硕士研究生进行阶段性研讨，就编码结构、主题生成路径及初步结论展开批判性对话，广泛吸纳同行意见。同时，将提炼出的初步分析结果反馈给受督者本人进行核实，邀请其对分析是否契合其实际体验做出评判，以此引入新视角并有效修正研究者预设，从方法论层面增强研究结论的稳健性与解释力。

3. 研究结果

研究者首先通过持续比较法，对全部文本资料实施逐行逐句的系统致研读，从中识别并标记具有潜在分析价值的初始编码。经统计，首轮与次轮督导后的感悟文本分别析出初始编码 31 条(对应 531 个参考点)与 30 条(对应 741 个参考点)。在此基础上，通过对概念相近或逻辑关联的初始编码进行归并聚类，提炼出 7 个亚主题；继而依据各亚主题间的内在逻辑与层级结构，经高阶抽象整合，最终归纳为 3 个核心主题：督导主题、督导关系、督导方式。

基于上述主题分析框架，本研究提炼出如下核心叙事逻辑：在针对新手咨询师的督导过程中，督导主题是承载并引发督导效果的核心载体；督导关系是调节与深化督导效果转化的关键因素；而督导方式则是推动督导效果落地的实现路径(见表 1)。

为检验研究结论的稳健性，本研究利用预留的 1/5 的样本资料进行理论饱和度检验。结果显示，预留样本中未再有新的概念或主题涌现，编码框架保持稳定，现有类属已能充分解释新手咨询师督导效果的影响机制。由此可以判定，本研究关于“督导主题、督导关系与督导方式”三大影响因素的分析已达到理论饱和。基于此，本研究构建了新手咨询师心理督导效果影响因素的概念框架(见图 1)。

Table 1. Open coding, axial coding and typical original interview quotations of interview data on supervision effectiveness of novice counselors

表 1. 新手咨询师督导效果访谈资料开放式编码、主轴编码及典型原始访谈语句

主轴编码		开放式编码概念化	典型性原始访谈语句
主范畴	对应范畴		
督导主题	受督者自身感悟	a1 案例报告呈现的启发	在咨询过程中，我们始终要牢记生命是最重要的
		a2 参加督导后对个人的要求	在处理来访者的人际关系问题或内心矛盾时，空椅子技术可以帮助来访者更直观地体验不同角色的感受
		a3 对案例或知识的思考	咨询师可能会根据来访者的具体情况设置一些规则，这些设置是需要根据来访者的实际情况和需求进行灵活调整的
	知识介绍	a4 督导与课外知识联系	《头脑特工队》里的小女孩，记忆里存储了大量快乐的信息，搬家之后，记忆系统里的忧伤总是想去改变他快乐的记忆，而掌握主导的乐乐每次都打断她
		a5 督导与课堂知识联系	我想到了人本主义的经验与自我概念，达到重建个体在自我概念与经验之间的和谐心理治疗发挥了真正的实质
		a6 参加督导学到的知识	学习到了可以让来访者在想象中与不同的“对象”对话，将内心的冲突和情感表达出来
		a7 知识点的详细介绍	我们可以运用空椅技术，摆放两把椅子，来访者坐在自己的位置上表达自己的想法

续表

督导关系	督导师方面	a13 督导对受督导者的作用	有时来访遇到的问题，我们可能正在经历或已经成功解决，由此带领来访者从当前的雾霾中走出来
		a8 咨询师在案例中的做法	确保安全，我们与来访者签订一份避免自我伤害的协议，为后续的危机处理及跟进工作打下坚实的基础
		a9 咨询师对来访者的作用	咨询师捕捉到行为背后的努力，来访者会意识到自己其实是有能力面对困难情境的
	受督者方面	a10 新手咨询师面临的困难	咨询师若是急于帮助来访者，被他的故事牵着走，感受到疲倦和无力
		a11 新手咨询师刚开始工作的现状	在刚开始从事咨询工作时，我们往往会陷入急于求成的心态，希望自己的干预和治疗应该立刻见效
		a12 新手咨询师对以往知识的理解	关于咨询目标，传统观念可能认为是帮助来访者消除负面情绪或不良行为模式
		a14 来访者所处的环境	来访和室友有矛盾，导致入睡困难，甚至影响了自己的学业和正常的生活
	来访者方面	a15 来访者对咨询师的作用	来访者是我们最好的评价者，来访者作为咨询服务的直接体验者
		a16 来访者的类型	来访者可以分为多种类型。“访客”只是来诉说，没有要解决的问题；“抱怨者”是来说别人的事情，希望别人改变；“拿东西者”希望咨询师给建议，还有热线的骚扰者、非自愿来访者等
		a17 咨询或督导过程中的话语示例	经历了这些事情之后还能健康地成长到现在，实在太了不起了！
督导方式	情感与技能	a18 针对案例而提出的做法	当我们面对三观差异时，不应给予评价或流露出批判的语气，而应该站在中立角度
		a19 受督者、督导者或观察员的自我暴露	我的父母又是开明的，愿意和我沟通，愿意耐心听我讲述
		a20 新手咨询师未来的做法	当来访者面临挫折或不良经历时，可以改变看待事件的角度，从而减轻来访者的负面情绪
	改进工作机制	a21 来访者及咨询师自身的资源	心理咨询师的自我成长是提升专业技能的基础
		a22 对案例的概述或总结	在咨询过程中，改变对过去的想法可以带来更深层的自我接纳和成长

注：a1~a22 表示基于概念的核心属性与内涵关联，将分散的概念聚类为 22 个初始范畴。

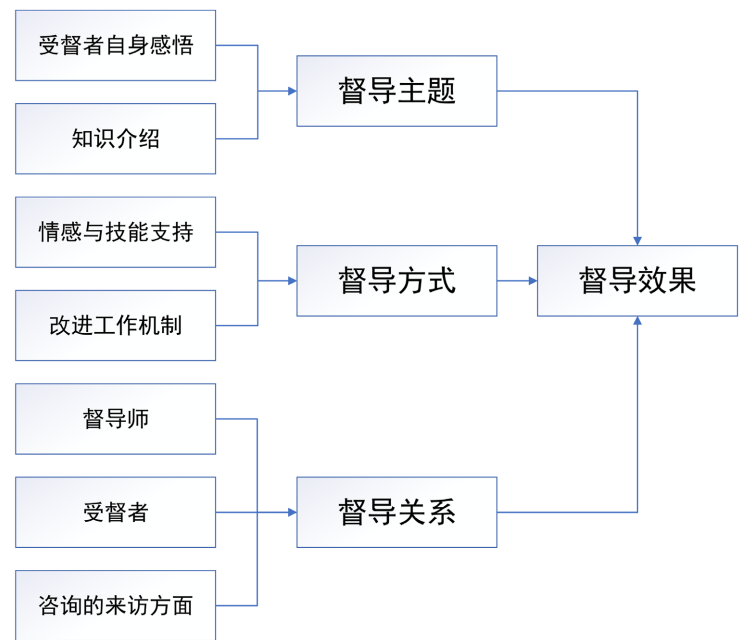


Figure 1. Conceptual framework of factors influencing supervisory effectiveness among novice counselors
图 1. 新手咨询师督导效果影响因素概念框架

4. 讨论

以下结合原始文本资料和相关研究对概念框架主要概念的含义、概念之间的关系以及各因素对新手咨询师督导效果的影响进行阐释。

(1) 督导主题：承载并引发督导效果的核心载体

督导主题聚焦于督导过程中受督者核心胜任力的相关议题，其内容包括临床技能、自我反思能力、个案概念化水平等维度，因而构成实现督导效果的基础性支撑。在本研究中，新手咨询师成长过程中的督导效果并非简单表现为线性发展过程，而是体现为“专业能力提升”与“自我觉察深化”同步推进的动态循环。具体而言，受督者不仅通过督导师提供的案例分析和技术指导获得能力提升，同时也通过对自身咨询困境、情绪反应及职业身份的持续反思，实现专业能力的发展。这验证了受督者在督导中的投入与准备、咨询技能的运用、共情能力以及对来访者反馈的利用等，均显著影响督导的有效性(Kemer et al., 2019)。例如，受督者“自身感悟”与“知识介绍”两个亚主题较为突出。一方面，受督者通过呈现具体案例阐明其咨询困境，经由督导师的建议、策略或替代性视角的启发，实现认知重构与个人化感悟；另一方面，督导师以案例为载体进行知识延展与理论讲解，扩展受督者的专业视野。二者均围绕案例主题展开，紧贴临床实务，有助于受督者在特定领域或技能上获得提升，从而促进其专业成长。

(2) 督导关系：调节与深化督导效果转化的关键情境因素

督导关系涵盖督导双方的互动模式、沟通质量、信任程度及情感联结等多重维度。高质量的督导关系表现为强有力的工作同盟、积极的情感支持与充分的教育性投入，能够显著预测受督者的满意度，并增强督导的整体有效性(Fisher et al., 2016)。随着督导进程的推进，受督者对个案的理解不断深化，职业认同趋于成熟，同时督导双方的互动关系也随之动态调整。例如，信任感与沟通技巧等因素会显著影响反馈的接收与利用效率，从而作用于督导效果的转化过程。西方文化背景下的督导关系大多被认为是一对一、天然平等的专业沟通模式，而中国文化高度推崇权威、集体、面子文化(Wu et al., 2016)，这种影响一方面促进了受督者与督导师之间知识的传递和权威感的建立，另一方面也可能影响受督者主动表达困

惑和提出不同观点的意愿。本研究基于后现代线上团体督导发现，督导关系是在“督导师-受督者-同伴群体”的多主体互动网络中形成，新手咨询师不仅从督导师反馈中获得专业支持，也通过观察其他成员的案例讨论和成长过程获得替代性学习。因此，本研究结果提示：高质量督导关系不仅依赖于信任与支持，还需要督导师通过降低权力距离、鼓励开放表达，主动创造具有心理安全感的学习环境。

(3) 督导方式：推动督导效果落地的有效路径

督导方式涉及到督导师和受督者之间的互动策略与实施形式，包括督导师的个体特征、专业素养、理论取向、多元文化能力及其在督导过程中的自我揭露、结构安排与权力运用等行为要素，以上均已被证实为影响督导效果的重要变量(Apostol et al., 2025)。既往大量督导模型(区分模型、发展督导模型)均把“教师角色”作为督导师核心身份，核心工作就是通过示范、反馈和指导帮助受督者提升专业能力(Tangen et al., 2019)。然而，本研究发现在后现代线上团体督导情境下，督导师并非唯一知识来源，成员之间的经验分享、案例讨论以及多元观点交流同样构成重要学习资源。本研究显示督导互动不仅是技能习得的渠道，同时也是情感支持的来源。互动中的正向鼓励和支持能够有效增强新手咨询师的职业自信与自我效能感，缓解职业倦怠。通过系统化的督导实践，新手心理咨询师通过逐步掌握并灵活运用多元咨询技术，优化工作机制，提升应对复杂临床情境的实际力(赵嘉路等, 2022)。因此，后现代线上团体督导并非面对面督导的简单替代，而形成了一种以结构化支持、多主体互动和共同反思为特征的新型督导方式。

5. 结论与建议

5.1. 研究结论

本研究结果表明，督导主题、督导关系与督导方式三者协同作用于新手咨询师的心理督导效果。具体而言，督导主题决定了督导内容与目标的基本方向，涵盖个案分析、理论应用等核心范畴；良好的督导关系为双方围绕主题展开深入探讨与有效反馈提供了保障性情境，并最终惠及来访者；契合的督导方式则有助于督导师引导受督者对主题进行深度加工，促进其实践能力与自我觉察水平的双重提升。三要素相互交织共同推动心理督导进程的顺利开展并保障预期效果的实现。

同时，本研究存在一定局限性。首先，研究参与者样本量较小，且均来源于同一单位，所受培训与咨询取向较为一致，可能限制了研究结论的外部效度。未来研究可邀请来自多元实习机构的督导师与受督者参与，考察不同受训背景与理论流派下督导风格的差异性。其次，本研究采用横式设计，未能捕捉督导进程中的动态变化。后续研究可引入纵向追踪设计，对同一组被试进行长期跟进，以揭示不同发展阶段、不同督导时期督导关系、介入策略及关键事件的演变特征。

5.2. 管理建议

基于以上研究结论，针对新手咨询师督导工作的优化，提出如下建议：

(1) 清晰的督导主题，提升专业聚焦。在督导实施初期，应引导咨询师清晰识别咨询目标及其治疗意义，促使其将关注点从“了解来访者”逐步转向“促进来访者改变”。同时，加强对个案概念化的系统训练，提升咨询师的评估能力与专业胜任力。此外，需重视督导过程中多重关系及文化敏感性等伦理议题的合规性审查。

(2) 稳定的督导关系，保障督导连续。一方面，应培育督导师与受督者之间的信任与包容氛围，建立长期、健康且稳定的督导合作关系。另一方面，在理论取向适配的前提下，推行“一案一督”的连续性督导模式，确保督导过程的一致性与深度。此外，督导设置中的收费问题(涵盖收费、免费及二者交替等不同情形)可能影响双方投入度与效果，建议在实操中予以审慎考量。

(3) 优化督导方式, 增强互动协作。无论采用个体督导、三人督导还是团体督导形式, 督导师虽拥有最终决策权, 但应鼓励受督者对所采用的技术提出反馈与见解, 通过双向互动澄清认知分歧, 提升协作质量。同时, 可借助过程记录、案例报告、现场观察及录音录像等辅助手段, 丰富督导素材, 增强督导过程的直观性与反思性。

基金项目

教育部高等学校心理学类专业教学指导委员会教育教学改革项目(编号: 20252009); 承德医学院人文社会科学重大攻关项目(KY202102)。

参考文献

- 黄译萱, 田瑞琪(2024). 有害督导的成因、后果以及对国内督导实践的启示. *中国临床心理学杂志*, 32(1), 243-246, 20.
- 肖圆愿(2024). 督导对新手咨询师心智化的作用. 硕士学位论文, 重庆: 西南大学.
- 赵嘉路, 周蜜, 贾晓明(2022). 针对新手咨询师的督导任务与督导干预策略. *中国临床心理学杂志*, 30(6), 1497-1503.
- Apostol, A. E., Turner, K., Hoshi, R., & Pudduck, A. (2025). Contributory Factors to Self-Disclosure in Clinical Supervision: A Meta-Ethnography. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 32, e70068. <https://doi.org/10.1002/cpp.70068>
- Bernard, J. M., & Goodyear, R. K. (2023). *Fundamentals of Clinical Supervision* (6th ed.). Allyn & Bacon.
- Braun, V., & Clarke, V. (2008). Using Thematic Analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Du, L., & Lee, G. T. (2024). Training Behavior Analysts as Strategic Scientists. *Education and Treatment of Children*, 47, 211-224. <https://doi.org/10.1007/s43494-024-00124-1>
- Fisher, A. K., Simmons, C., & Allen, S. C. (2016). An Experiential Approach to Clinical Supervision Training: A Mixed Methods Evaluation of Effectiveness. *Journal of Teaching in Social Work*, 36, 460-476. <https://doi.org/10.1080/08841233.2016.1231157>
- Kemer, G., Sunal, Z., Li, C., & Burgess, M. (2019). Beginning and Expert Supervisors' Descriptions of Effective and Less Effective Supervision. *The Clinical Supervisor*, 38, 116-134. <https://doi.org/10.1080/07325223.2018.1514676>
- Kozachuk, L. A., & Conley, A. H. (2021). Development-Oriented Situational Supervision: A Leadership Approach to Supervision in Counselor Education. *Journal of Counselor Leadership and Advocacy*, 8, 44-55. <https://doi.org/10.1080/2326716x.2020.1835586>
- Li, C., Kemer, G., & Lu, J. (2022). Predictors for Supervisee Disclosure in Supervision: A Mediation Model. *Counselor Education and Supervision*, 61, 193-203. <https://doi.org/10.1002/ceas.12233>
- Min, Y., & Kim, K. (2024). Supervisee Nondisclosures in Clinical Supervision: A Meta-Analysis. *Clinical Psychologist*, 28, 94-110. <https://doi.org/10.1080/13284207.2024.2353243>
- Tangen, J. L., DiAnne Borders, L., & Fickling, M. J. (2019). The Supervision Guide: Informed by Theory, Ready for Practice. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 41, 240-251. <https://doi.org/10.1007/s10447-018-09371-5>
- Watkins, C. E. (2023). Conviction, Commonality/Context, and Culture in Psychoanalytic/Psychodynamic Supervision: My Personal Perspective. *Psychodynamic Practice*, 29, 25-47. <https://doi.org/10.1080/14753634.2022.2155562>
- Wu, B., Huang, X., Jackson, T., Su, D., & Morrow, S. L. (2016). Counselors' Current Counseling Practice. *The Counseling Psychologist*, 44, 306-330. <https://doi.org/10.1177/0011000015622688>