

文章编号:1671-4229(2022)01-0090-06

# 高校辅导员替代性创伤与工作家庭边界弹性、 特质共情的关系

赵海鹏, 仇妙芹\*

(广州大学 学生处, 广东 广州 510006)

**摘要:** 辅导员在处理学生危机事件的过程中,会受到学生的影响,产生替代性创伤。文章探究了辅导员的替代性创伤水平及其与其他助人群体的异同,并分析它与工作家庭边界弹性、特质共情的关系。通过《辅导员替代性创伤量表》《工作家庭边界弹性量表》《人际反应指数量表》对辅导员进行测量,分析替代性创伤、工作家庭边界弹性、特质共情之间的关系。结果发现,辅导员大多是中等程度的替代性创伤;不同个人创伤经历和工作年限辅导员的替代性创伤得分差异显著;替代性创伤与特质共情及幻想、个人悲伤维度存在显著正相关,与工作家庭边界弹性及工作边界弹性能力、工作边界弹性意愿维度存在显著负相关;幻想、个人悲伤、工作边界弹性意愿、个人创伤经历对替代性创伤有显著的预测效应。结果表明,中级工作年限、有个人创伤经历的辅导员替代性创伤水平更高,且受到幻想、个人悲伤、个人创伤经历的正向预测效应和工作边界弹性意愿的负向预测效应。

**关键词:** 替代性创伤; 辅导员; 工作家庭边界弹性; 特质共情

**中图分类号:** B 849      **文献标志码:** A

## Relationship between vicarious traumatization, work-family boundary flexibility, and empathy in college counselors

ZHAO Hai-peng, QIU Miao-qin\*

(Students' Affairs Office, Guangzhou University, Guangzhou 510006, China)

**Abstract:** In the process of dealing with students' crises, college counselors may also suffer from vicarious traumatization. This study examines the level of vicarious traumatization in counselors and the similarities and differences with other therapy groups, and analyzes its relationship with work-family boundary flexibility and empathy. College counselors were tested through the Counselor Vicarious Traumatization Scale, Work-Family Boundary Flexibility Scale and Interpersonal Response Index Scale to analyze the relationship between vicarious traumatization, work-family boundary flexibility, and empathy. The results found that most of the counselors suffered from medium-degree vicarious traumatization; vicarious traumatization is significantly different across different types of traumatic personal experiences and between counselors with different numbers of working years. Vicarious traumatization is significantly positively correlated with empathy, dimension of fantasy and personal distress. It is significantly negatively correlated with work-family boundary flexibility, work flexibility-ability, and work flexibility-willingness. Fantasy, personal distress, work flexibility-willingness, and personal trauma experience have a significant predictive effect on the degree of vicarious traumatization. The

**基金项目:** 广东省高校思想政治教育课题资助项目(2019GXSZ048);广州市教育科学规划2018年度课题资助项目(201811748)

**作者简介:** 赵海鹏(1989—),男,讲师. E-mail:973769476@qq.com

\*通信作者. E-mail:504305087@qq.com

**引文格式:** 赵海鹏, 仇妙芹. 高校辅导员替代性创伤与工作家庭边界弹性、特质共情的关系[J]. 广州大学学报(自然科学版), 2022, 21(1):90-95.

results show that counselors with an intermediate number of working years and personal trauma experience suffer from a higher level of vicarious traumatization, and are subject to the positive predictive effect of fantasy, personal grief, and personal traumatic experience, and the negative predictive effect of the work flexibility-willingness.

**Key words:** vicarious traumatization; counselor; work-family boundary flexibility; empathy

替代性创伤是一种助人者的内在经验的转变,是同理心投入于当事人的创伤题材所产生的结果<sup>[1]</sup>。近年来,高校心理危机事件发生的频率高、强度大、时限长,而辅导员是处理危机事件的第一人。在处理过程中,辅导员近距离、长时间暴露于危机情境中,被当事人的内在经验所影响,间接感受到了危机发生时当事人的创伤性体验,由此给辅导员带来替代性创伤体验。辅导员在应对高校心理危机事件、维护校园安全稳定方面发挥着重要作用,而关于辅导员危机干预的研究主要探讨辅导员在高校危机干预中的优势、作用、能力特征和提升路径等<sup>[2]</sup>。其实,辅导员群体面临着较多心理困扰,如职业倦怠、幸福感较低等<sup>[3]</sup>。因此,应该给予辅导员群体更多的心理关注,探讨其在高校危机事件处理中受到的替代性创伤影响。

前人关于替代性创伤的研究对象主要是心理咨询师、医疗工作者和社会工作者等,研究主题包括症状表现、影响因素、发生机制及应对策略等<sup>[4-10]</sup>。关于辅导员替代性创伤的研究相对较少,已有研究主要从3个方面展开:①替代性创伤的理论介绍,主要是介绍国外学者关于替代性创伤的概念界定,可能带来的伤害以及发生机制;②辅导员产生替代性创伤的原因,包括残酷的危机现场、强烈的同理体验、危机干预经验不足、缺乏专业训练和社会支持力量不足等;③辅导员预防和应对替代性创伤的方法,包括提高专业水平、掌握自我调节的方法、开展团体分享和增强社会支持力量等<sup>[11-13]</sup>。但辅导员替代性创伤的产生原因和应对方法大多是研究者借鉴国外学者在心理助人及救援工作领域的研究结果,再根据个人观察经验进行阐述,缺少足够的研究数据支撑。因此,本研究将通过专业心理量表对辅导员替代性现状进行调查,并与其他群体的替代性创伤特点进行对比研究。

根据共情压力与疲劳理论模型<sup>[14]</sup>,助人者主动的共情关注和共情反应是他们帮助他人的重要资源,也是产生替代性创伤的主要根源,共情能力越强的人越容易产生共情关注和共情反应,相应

地越容易产生替代性创伤。不过辅导员与其他助人职业有所不同,心理咨询师的帮助对象都是有心理困扰或心理问题的人,医护人员的帮助对象都是有身体疾病的人,但辅导员的帮助对象不仅有“问题”学生,也有很多优秀学生,辅导员不只是处理危机事件,他们同样会接触较多积极事件。这可能会导致辅导员群体的共情能力与替代性创伤的关系和其他助人群体不同。

辅导员的工作角色较多,工作任务较重,包括危机事件应对、心理健康教育、思想教育及班级管理,并且辅导员上班时间与学生上课时间重叠,导致有些工作需要在下班时间沟通,并且,晚上也是各类危机事件的易发期。因此,高校大多要求辅导员24小时开机,随时待命处理学生的各种事件,这导致辅导员有较长的工作时间和较大的压力。根据共情压力与疲劳理论模型<sup>[14]</sup>,当助人者产生共情压力之后,如果事后与问题情境保持一定的距离,则可以缓解共情压力,从而降低替代性创伤水平。但在中国文化背景下,有着“工作优先”的传统,想从工作中抽身而出进行放松并不容易。工作家庭边界弹性是指个体为了工作(或家庭)调整家庭(或工作)安排的能力和意愿,工作与家庭的冲突会增加员工的角色冲突,降低员工的工作满意度<sup>[15]</sup>。因此,工作与家庭的冲突很可能会导致辅导员没有足够的时间和精力调整自身状态,从而使替代性创伤水平提高了。本研究将探究辅导员工作家庭边界弹性能力和意愿及其匹配程度与替代性创伤的关系。

综上所述,本研究将通过心理量表对辅导员的替代性创伤现状进行量化研究,并与其他助人群体进行比较研究,同时,将分析替代性创伤水平与共情能力、工作家庭边界弹性的关系,以期降低辅导员的替代性创伤水平提供理论支持。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

通过方便取样法选取广州市3所普通高校的

辅导员共 118 人进行施测,其中,男性 50 人,女性 68 人;初级职称 60 人,中级职称 55 人,副高级职称 2 人,正高级职称 1 人;未婚 43 人,已婚 73 人,离异 2 人;平均年龄为  $32.71 \pm 5.47$  岁,平均工作年限为  $6.16 \pm 5.7$  年。

## 1.2 研究工具

### 1.2.1 自编基本信息表

内容包括性别、年龄、工作年限、学历、专业、婚姻状况,以及是否有个人创伤等。其中,工作年限根据《高等学校辅导员职业能力标准(暂行)》,将 3 年以内划分为初级工作年限组,将 4~8 年划分为中级工作年限组,将 8 年以上划分为高级工作年限组。

### 1.2.2 辅导员替代性创伤量表

Stamm<sup>[16]</sup>编制的《救助人员生活质量量表》是测量救助人员共情疲劳和共情满足的常用量表,包含共情满足、职业倦怠和替代性创伤 3 个维度,每个维度 10 个条目,采用 5 级评分(1 分“从未有过”~5 分“总是如此”)。本研究选取替代性创伤维度,将少量字词进行修改以适用于高校辅导员群体,主要内容不变。分数越高,表明个体的替代性创伤越严重,如果得分小于或等于 22 分,则替代性创伤水平较低;如果得分大于或等于 23 分且小于或等于 41 分,则替代性创伤水平为中等;如果得分大于或等于 42 分,则替代性创伤水平较高。本研究中,该量表的 Cronbach  $\alpha$  系数为 0.801。

### 1.2.3 工作家庭边界弹性量表<sup>[17]</sup>

该量表由 Matthews 等编制,包含工作弹性能力、工作弹性意愿、家庭弹性能力和家庭弹性意愿 4 个维度,每个维度 4 个条目,共 16 个条目,采用 5

级评分(1 分“完全不符合”~5 分“完全符合”)。分数越高,表明个体的边界弹性能力或意愿越强。本研究中,该量表的 Cronbach  $\alpha$  系数为 0.929。

### 1.2.4 人际反应指数量表<sup>[18]</sup>

由 Davis 编制,测量个体的特质共情,包括共情性关注、个人痛苦、观点采择和幻想 4 个分量表,共 28 个项目,采用 5 级评分(1 分“完全不符合”~5 分“完全符合”)。分数越高,表明个体的特质共情水平越高。本研究中,该量表的 Cronbach  $\alpha$  系数为 0.796。

## 1.3 统计方法

运用 SPSS 22.0 进行数据分析统计,包括独立样本  $t$  检验、方差分析、相关分析和回归分析。

## 2 结 果

### 2.1 辅导员替代性创伤现状

辅导员替代性创伤得分为  $25.19 \pm 5.36$  分,替代性创伤水平较低的有 38 人(32.2%),替代性创伤水平中等的有 79 人(66.9%),替代性创伤水平较高的有 1 人(0.8%)。

### 2.2 辅导员替代性创伤的人口学差异

通过独立样本  $t$  检验或单因素方差分析之后,发现辅导员只有在工作年限和有无个人创伤经历方面存在显著的统计学差异,在性别、职称和婚姻状况等方面无显著差异(表 1)。中级年限组辅导员的替代性创伤得分均显著高于初级年限组和高级年限组。有个人创伤经历的辅导员替代性创伤得分显著高于无个人创伤经历的得分。

表 1 替代性创伤得分在不同特征辅导员中的比较 ( $M \pm SD$ )

Table 1 Comparison of vicarious traumatization among counselors with different demographic variables ( $M \pm SD$ )

变量	分类	替代性创伤	$t/F$ 值	$P$ 值	Cohen's $d/\eta^2$
性别	男( $n=50$ )	$25.30 \pm 6.14$	0.182	0.856	0.030
	女( $n=68$ )	$25.12 \pm 4.76$			
工作年限	初级年限组( $n=52$ )	$24.29 \pm 4.45$	6.972	0.001	0.108
	中级年限组( $n=37$ )	$27.76 \pm 6.08$			
	高级年限组( $n=29$ )	$23.55 \pm 4.86$			
职称	初级职称( $n=60$ )	$24.73 \pm 5.06$	-0.683	0.496	-0.130
	中级职称( $n=55$ )	$25.42 \pm 5.69$			
婚姻状态	未婚( $n=43$ )	$25.37 \pm 5.21$	0.413	0.681	0.080
	已婚( $n=73$ )	$24.95 \pm 5.48$			
个人创伤经历	有( $n=41$ )	$27.24 \pm 5.97$	3.141	0.002	0.580
	无( $n=77$ )	$24.10 \pm 4.69$			

### 2.3 替代性创伤与特质共情、工作家庭边界弹性的相关分析

替代性创伤与特质共情总分及幻想、个人悲

伤维度存在显著正相关,与工作家庭边界弹性总分及工作边界弹性能力、工作边界弹性意愿存在显著负相关(表2)。

表2 变量的平均数、标准差与相关矩阵( $n=118$ )

Table 2 The mean, standard deviation and correlation matrices of variables( $n=118$ )

变量	M	SD	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1 替代性创伤	25.19	5.36										
2 观点采择	25.15	3.32	-0.03									
3 幻想	20.64	3.69	0.34**	0.08								
4 共情性关注	27.10	3.70	-0.02	0.62**	0.18							
5 个人悲伤	22.14	3.62	0.36**	0.30**	0.33**	0.35**						
6 特质共情	95.03	9.95	0.24**	0.70**	0.58**	0.77**	0.72**					
7 家庭能力	13.37	3.76	-0.16	0.16	0.17	0.08	-0.05	0.13				
8 工作能力	11.93	3.80	-0.24**	0.01	0.05	-0.11	-0.10	-0.05	0.49**			
9 家庭意愿	13.35	3.49	-0.11	0.14	0.03	0.01	-0.14	0.01	0.61**	0.39**		
10 工作意愿	13.13	3.89	-0.22*	0.11	0.07	0.04	0.05	0.10	0.39**	0.70**	0.26**	
11 边界弹性	51.78	11.63	-0.24*	0.14	0.11	0.01	-0.08	0.06	0.80**	0.84**	0.71**	0.77**

注:\*为 $P<0.05$ ,\*\*为 $P<0.01$ 。

### 2.4 以替代性创伤得分为因变量的回归分析

以特质共情、工作家庭边界弹性、个人创伤经历为自变量,以辅导员替代性创伤得分为因变量进行多元回归分析,结果(表3)发现,模型的VIF

值小于5,不存在多重共线性问题,幻想、个人悲伤和个人创伤经历对替代性创伤有显著的正向预测效应,工作边界弹性意愿对替代性创伤有显著的负向预测效应,总预测解释度为28.7%。

表3 以辅导员替代性创伤为因变量的回归分析( $n=118$ )

Table 3 Regression analysis with counselor's vicarious traumatization as the dependent variable ( $n=118$ )

变量	标准系数 $\beta$	$t$	$p$	$R^2$	$F$	$p$
幻想	0.230	2.687	0.008	0.287	11.348	0.000
个人悲伤	0.276	3.281	0.001			
工作边界弹性意愿	-0.241	-3.018	0.003			
个人创伤经历	0.199	2.455	0.016			

## 3 讨论

本研究发现辅导员群体的替代性创伤水平与其他助人团体存在部分差异。在替代性创伤水平方面,本研究辅导员替代性创伤得分为 $25.19 \pm 5.36$ 分,大部分处于替代性创伤的中等水平(66.9%)。高于尹绍雅等<sup>[5]</sup>测量的临床医生的替代性创伤得分 $20.9 \pm 6.3$ 分,与叶佩芝等<sup>[6]</sup>( $25.32 \pm 4.98$ 分)、田梅梅等<sup>[7]</sup>( $25.53 \pm 5.37$ 分)测量的临床护士的替代性创伤得分相近。

工作年限对辅导员替代性创伤水平的影响存

在显著差异。本研究中级工作年限组(4~8年)的辅导员替代性创伤水平最高,这与前人的研究存在差异。临床医生的工作年限越长,替代性创伤水平越高<sup>[5]</sup>。社工的工作年限越长,替代性创伤水平越低<sup>[19]</sup>。临床护士的工作年限对其替代性创伤水平无显著影响<sup>[7]</sup>。在辅导员群体中,刚工作的辅导员处理的危机事件不多,且有前辈进行指导帮助,因此,产生的替代性创伤水平较低。而工作4~8年的辅导员,处理了较多学生危机事件,产生的替代性创伤水平较高,同时也面临着个人职业发展的困境,晋升的困难和转岗的犹豫都会导致他们没有足够的心理能量去化解替代性创

伤体验。工作年限更久(大于8年)的辅导员处理危机事件经验丰富,心态稳定,并且看到自己曾经帮助过的学生取得了较好的发展,产生了工作价值感,可以较好地降低替代性创伤水平。因此,辅导员替代性创伤水平与工作年限不是简单的线性关系,而是随着工作年限的增加先增加后降低。

有过个人创伤经历的辅导员更容易产生替代性创伤体验,这与前人的研究一致<sup>[20]</sup>。这是因为他们在助人的过程中,会激活自己的创伤经历,从而体验到更多的替代性创伤体验。不过,个人创伤经历具有双重性<sup>[21]</sup>,既有消极影响,也有积极影响。个人创伤经历的积极影响是让辅导员可以更好地理解学生内心的痛苦感受,调动辅导员更多的能量和资源去帮助学生解决问题,但在此过程中,辅导员自身难免受到消极影响。回归分析发现,个人创伤经历可以显著正向预测替代性创伤水平,说明个人创伤经历对辅导员产生了更多的消极影响。

替代性创伤与特质共情存在显著正相关,具体到特质共情的4个维度,幻想和个人悲伤2个维度与替代性创伤水平达到了显著正相关水平,而共情性关注和观点采择2个维度与替代性创伤水平负相关,但没有达到显著水平。这与前人研究存在部分差异,有研究发现医护人员的替代性创伤与共情能力存在显著正相关关系<sup>[8]</sup>,但也有研究发现,临床护士的替代性创伤水平与共情能力是显著负相关关系<sup>[6-7]</sup>。幻想是指个体通过想象去理解作品中人物的情感与思维,反映的是个体对虚构作品中人物的共情程度<sup>[18]</sup>。个体的幻想水平越高,不仅可以更多地共情虚构作品中的人物,也可以更敏感地共情他人,从而产生更多的共情反应和情绪体验。个人悲伤反映的是个体对他人共情时所产生的自我中心式的反应<sup>[18]</sup>,个人悲伤水平越高,则个人代入感越强,越容易让自己受到帮助对象的影响,从而产生更多的替代性创伤体验。回归分析发现,幻想和个人悲伤可以显著正向预测替代性创伤水平。由此可见,替代性创伤与特质共情的显著正相关主要受到了幻想和个人悲伤2个维度的影响。

替代性创伤与工作家庭边界弹性存在显著负相关,包括工作边界弹性能力和意愿2个维度。工作家庭边界弹性具有渗透性和灵活性2个维

度<sup>[15]</sup>,这说明工作的灵活度可以让辅导员与创伤情境保持一定的距离,减少共情压力,从而较好地缓解辅导员的替代性创伤体验,这也符合共情压力与疲劳理论模型。并且,回归分析发现,工作边界弹性意愿可以显著负向预测替代性创伤水平。

本研究结果提示,在高校心理危机事件处理过程中,不仅把辅导员作为助人者,而且要看到辅导员的受助者角色需求,关注他们的替代性创伤问题,给予足够的政策支持与帮助。高校不仅要对新入职的辅导员进行培训教育,更要关注工作4~8年的中青年辅导员。加强辅导员共情能力的培训,使他们认识共情的特点,重视积极共情<sup>[22]</sup>,并保持开放心态、完善自身人格<sup>[23]</sup>,提高共情能力。提高辅导员的工作边界弹性意愿和能力,当他们因为家庭或个人特殊事情需要调整工作安排时,提供支持和帮助。不盲目鼓励辅导员24小时开机待命,可以进行合理的排班安排,帮助辅导员获得下班时间从工作中抽身的意愿和能力,使其可以调整自身心理状态。

本研究存在一些不足,需要在未来的研究中进行完善。首先,本研究的样本量相对较少,尤其是高级职称的辅导员较少,这会影响到研究结果的外部效度,未来的研究可以增加样本量,提高结果的代表性。另外,本研究选取的特质共情和工作家庭边界弹性2大变量之间没有相关关系,导致无法进一步探讨分析变量间的作用机制,未来的研究需要在研究设计方面进行调整,以探究变量间的作用机制。

## 4 结 论

约2/3的辅导员替代性创伤水平处于中等水平,与临床护士的替代性创伤水平相近,高于临床医生的替代性创伤水平。中级工作年限(4~8年)的辅导员替代性创伤水平显著高于初级和高级工作年限的辅导员,有个人创伤经历的辅导员替代性创伤水平显著高于无个人创伤经历的辅导员。辅导员替代性创伤与特质共情存在显著正相关,与工作家庭边界弹性存在显著负相关。幻想、个人悲伤、个人创伤经历对替代性创伤有显著的正向预测效应,工作边界弹性意愿对替代性创伤有显著的负向预测效应。

## 参考文献:

- [1] McCann I L, Pearlman L A. Vicarious traumatization: A framework for understanding the psychological effects of working with victims[J]. *Journal of Traumatic Stress*, 1990, 3(1): 131-149.
- [2] 赵海鹏,王文龙. 十年来我国高校辅导员心理健康工作专业化发展趋势——基于对七种思政类期刊129 篇论文的内容分析[J]. *大学教育*, 2018(6): 181-183.
- [3] 王敬川,徐明波,徐国兴. 高校专职辅导员心理健康水平的提升策略[J]. *教师教育研究*, 2018, 30(5): 25-28.
- [4] 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]. 开封:河南大学, 2015.
- [5] 尹绍雅,赵静波,陈熔宁. 临床医生共情疲劳现状及其影响因素分析[J]. *中国全科医学*, 2016, 19(2): 206-209.
- [6] 叶佩芝,郑丽丽,卢靖. 临床护士共情能力与共情疲劳的关系研究[J]. *医院管理论坛*, 2019, 36(6): 43-45, 55.
- [7] 田梅梅,范霖,施雁,等. 临床护士共情疲劳的现状及其影响因素分析[J]. *中华护理杂志*, 2018, 53(1): 76-82.
- [8] 孙炳海,江奕儒,楼宝娜,等. 医护人员共情疲劳的发生机制:有中介的调节效应模型[J]. *心理研究*, 2014, 7(1): 59-65.
- [9] 理查德·英格拉姆,伊恩·巴伦,张骁健. 社会工作与替代性创伤:情感卷入的风险与机遇[J]. *社会科学文摘*, 2018(6): 58-60.
- [10] 许思安,杨晓峰. 替代性创伤:危机干预中救援者的自我保护问题[J]. *心理科学进展*, 2009, 17(3): 570-573.
- [11] 缪可嘉. 高校心理工作人员心理危机干预过程中替代性创伤的预防与对策[J]. *山西青年*, 2016(21): 25-26.
- [12] 罗增让. 高校辅导员替代性创伤归因及对策探究[J]. *经济研究导刊*, 2014(22): 289-291.
- [13] 黄姝洁,许璐璐. 高校辅导员心理创伤归因及对策探究[J]. *凯里学院学报*, 2013, 31(5): 135-137.
- [14] Figley C R. Compassion fatigue: Psychotherapists' chronic lack of self care[J]. *Journal of Clinical Psychology*, 2002, 58: 1433-1441.
- [15] 高中华,赵晨. 工作家庭两不误为何这么难? 基于工作家庭边界理论的探讨[J]. *心理学报*, 2014, 46(4): 552-568.
- [16] Stamm B H. The concise ProQOL manual[M]. 2nd Ed. (2021-03-01) [2021-09-22]. <https://proqol.org/proqol-manual>.
- [17] Matthews R A, Barnes-Farrell J L. Development and initial evaluation of an enhanced measure of boundary flexibility for the work and family domains[J]. *Journal of Occupational Health Psychology*, 2010, 15: 330-346.
- [18] 戎幸,孙炳海,黄小忠,等. 人际反应指数量表的信度和效度研究[J]. *中国临床心理学杂志*, 2010, 18(2): 158-160.
- [19] Boscarino J A, Figley C R, Adams R E. Compassion fatigue following the September 11 terrorist attacks: A study of secondary trauma among New York city social workers[J]. *International Journal of Emergency Mental Health*, 2004, 6(2): 1-10.
- [20] Adams R E, Figley C R, Boscarino J A. The compassion fatigue scale: Its use with social workers following urban disaster[J]. *Research on Social Work Practice*, 2008, 18(3): 238-250.
- [21] 孙炳海,楼宝娜,李伟健,等. 关注助人者的心理健康:共情疲劳的涵义、结构及其发生机制[J]. *心理科学进展*, 2011, 19(10): 1518-1526.
- [22] 岳童,黄希庭. 认知神经研究中的积极共情[J]. *心理科学进展*, 2016, 24(3): 402-409.
- [23] 蔺桂瑞. 共情使用中的误区及共情能力的提高[J]. *中国心理卫生杂志*, 2010, 24(6): 409-410.

【责任编辑:孙向荣】