

婚姻家庭咨询师：“婚姻寒冬期”的破冰者

□ 中国妇女报全媒体记者 徐阳晨

据第七次全国人口普查数据显示,我国目前有家庭4.94亿户,家庭规模、家庭结构呈现出新的特点,家庭领域面临许多新情况、新问题。一个旨在为恋爱、婚姻、家庭生活中遇到各种问题提供咨询服务的全新职业“婚姻家庭咨询师”也因势而生。

“婚姻如四季,甜蜜时灿若春明,遇寒时壁垒重重,我们婚姻咨询做的就是去打破夫妻间的坚冰,找到并重启家庭幸福的安全阀。”这是中国心理学会高级心理讲师、国家认证心理咨询师柳苏对这一职业的理解。近日,记者跟随柳苏的步伐,体验了婚姻家庭咨询师这一职业如何从心理学的角度去解读和破解婚姻中的难题。

一场“婚姻困境”中的对话

“我觉得我的丈夫是妈宝男。”“孩子的教育是父母的底线,婆婆不应该干预过多。”“我也尝试过积极沟通,可对方的态度却是不耐烦、不以为然。”一场安静乃至压抑的婚姻咨询中,来访者诉说着自己的苦恼。

“你有没有想过,在和另一半沟通时,对方为什么总是表现出回避的态度?”“站在对方的角度考虑,你认为什么方式会提高沟通意愿?”“实质上,很多婆媳矛盾是夫妻关系处理不当的折射。”

在柳苏的引导下,来访者慢慢剥开了情绪的外衣,以平和、换位思考的方式寻找自我解读的途径。“我通常会抓住一个问题,连续地、深入地、反复拉锯地追问下去,慢慢过滤抱怨、愤怒、委屈的情绪,让当事人直面根本问题,即抵达婚姻关系裂痕的真相。”柳苏说。

一场有备而来的心理咨询不是简单的聊天,背后有着严密的心理逻辑作为支撑。

“你会注意到,通常来访者都会坐在沙发椅上,但这位女士要求坐在靠角落的木椅上,这个细节也反映出她内心关于家庭角色位置、价值感、自我认知的投射。”咨询结束后,柳苏把“力量感偏弱、情感细腻但缺乏直率表达、忽视双方感受、主观臆断大于客观求证”等关键词记入笔记,在纸上画起一连串的心理疏导流程图,直到实现阶段性“闭环”,完整的导图可以帮助柳苏思考下一场咨询的重点和方向。

在柳苏看来,很多婚姻困境的首要表现就是沟通受阻,交流遇冷。但无论是个案辅导,还是心理沙龙,柳苏不希望咨询室仅是来访者“发泄情绪”的场所。“咨询是由感受、体验而带来引导陪伴式成长,而不是简单灌输,做思想工作。”

做好现代婚姻思潮与传统婚俗文化的“牵线人”

自2005年参加中科院心理所学习并取得心理咨询师资格证书以来,柳苏接受了大量系统的心理咨询实操课程培训。2007年,人社部批准发布“婚姻家庭咨询师”国家新职业以后,柳苏逐渐将婚姻指导作为心理咨询服务的主攻方向。

记者发现,在柳苏的工作中,女性来访者占绝大多数,她们中有精英人士、全职宝妈、“00后”职场新人,身份多样;有的人抑郁,有的人谨慎,有的人夸张,气质各异。这给柳苏带来了新挑战。

“过去,来访者将心理咨询作为挽救婚姻的‘最后一根稻草’,实在没办法了,来找



上图:柳苏在给心理培训师讲课。



右图:柳苏在观察来访者做沙盘游戏。

心理咨询师支招。而现在,随着女性精神文化需求的提升,倾诉、滋养、学习技巧都是她们在维护情感关系中想要获得的帮助。”这让柳苏意识到,基层社区的婚姻家庭咨询倾向于调解纠纷、维护权益,而以心理学为基础的婚姻家庭咨询工作,更加聚焦重建和修复亲密关系,培养大众学习婚姻文化的意识。

柳苏认为,婚姻家庭咨询师,要做好现代婚姻思潮与传统婚俗文化的“牵线人”。“在独立、平等、自由、个体化等新时代婚恋观中,其实仍印刻着互敬互爱,忠贞不二等传统婚姻观念,我们需要对这些价值观念进行融合、提炼,给大众呈现婚姻最纯粹、美好的品质。”回顾近些年的情感咨询工作,柳苏得出这样的经验。

然而,在从业初期,一些咨询者对这个职业还有不少误解。曾经有一名女士给柳苏打了数次电话,迫切希望她能帮助挽回出轨的丈夫,直言“花多少钱都不是问题”。柳苏考量再三,拒绝了这样的要求,“婚姻咨询师是要解决婚姻家庭中出现的矛盾,重建修复夫妻关系。而这位来访者仅仅想维持家庭表面的完整,并不想真正解决夫妻之间的矛盾,这违背了我们工作的原则。”柳苏认为,市场化的婚姻咨询师处于新兴风口,从业者必须恪守专业素养和职业良知,才能推动行业建立良性发展。

解开“婚姻间隙”的结

记者跟踪采访发现,女性来访者遭遇“冷战”和“出轨”问题频率最高。柳苏坦言,这也是目前情感咨询中,最常见的两类问题。

身为女性婚姻家庭咨询师,柳苏对男女在沟通上的“天然间隙”更加感同身受。“在我的很多求助案例中,女性因为家庭的负荷过重,不少会表现出喋喋不休甚至满是抱怨。而男性大多则会以沉默应对。”结合大量的个案研究和资料研读,柳苏也在传统婚姻文化中寻找答案。她发现,女性因为“含蓄”“矜持”等标签不愿意直抒胸

臆,往往把正常的情感需求转化为负面情绪,而男性在感知沟通障碍后,会选择逃避,无法做出对等的回应。

“我累了,你应该多陪陪我。”“家里的事,我希望你可以多分担,多帮帮我。”……柳苏希望,夫妻双方能正视“情绪价值”上的分歧,用看似低姿态却实则充满力量的话语,打破坚冰。

从业以来,柳苏始终强调一种执业理念:婚姻咨询师不是“和事佬”,而是平衡两性力量的一种调和机制。

渡人,亦渡己。长期处于婚姻的暗礁中,婚姻咨询师犹如一注“情绪蓄水池”,要将猜疑、背叛、冷漠等负面情绪消化分解,同时又要避免被其过度消耗。柳苏十分在意如何保持向上生长的“韧劲”。

除了一对一的心理咨询,柳苏所在的北京茶壶心理工作室还与社区、妇联联合举办“女性团体心理辅导”,这种沉浸式的体验被她称为“曲径通幽”式的提升。“在这种开放而又私密的空间中,心理咨询师也进入一个觉察、接纳、修复和领悟的心路历程,不断充盈能量。”柳苏说。

职业二次拓展——“心理博主”

“如何找到心仪的伴侣?不妨去对象的家里坐坐,看看对方的父母在相处时是否尊重对方,是否有耐心。因为大多数人对人际关系的处理,都会受到原生家庭的影响。”记者来到柳苏“灵犀心理课”的直播间,60多万人在线观看,网友就女性成长中的“安全感”问题与柳苏频繁互动。

在直播中,柳苏抛开艰涩晦涩的专业词汇,以“唠家常”的方式,将心理学知识融入日常生活场景,更为接地气地传授网友们恋爱择偶的实招、硬招、新招。

做一名“心理博主”是柳苏职业的二次拓展,从文案策划、自拍打光到镜头表现力……柳苏从头学起。“直播的交流更为直接、多元,更重要的是,我可以在最短时间内进行‘情绪急救’。”在直播中,记者看到一位父亲留言,他因女儿在婚姻中喝药自杀,极度悲伤,始终走不出情绪低谷。柳

苏立即在直播间展开“问诊”,对其做了简化的哀伤处理,引导其正确释放压抑情绪,直播间里的网友们也在柳苏的带动下,纷纷给予安慰。

“有效的心理疏导和情感支持,能及时将这位父亲从‘想不开’的边缘拉回。”柳苏感慨,婚姻咨询不单单是对女性的心理疗愈,丈夫、父母以及孩子也深受影响,她呼吁更多的其他家庭成员走进咨询室,敞开心扉,携手面对婚姻困境。

“柳老师,您教我的沟通方法真管用!”“尊重与平等易说,难做。一味地指责、抱怨不能解决问题,只会增加情感的壁垒。”

“您让我明白婚姻中每个人的角色是灵活而平等的,唯有抱持,才能固本。”

在柳苏的咨询室里,每一次来访者传来好消息,都让柳苏为之欣喜,这种双向合作迸发出的默契火花,照亮了婚姻家庭咨询师与来访者“共同成长、互为成就”的心路。

/ 记者手记 /

面对我国4.94亿户家庭释放的巨大情感咨询需求,柳苏等聚焦婚姻、家庭、情感领域的心理咨询师,深耕现代婚俗文化中的新问题、新情况,将婚姻的“包容力、凝聚力”无形注入。

在记者的跟踪体验中,柳苏谈及最多的一个词就是“成长”。步入职业发展的“成熟期”,面对“新时代婚姻”如此巨大的时代命题,她越发显得谨慎和感性。记者发现,在辅导中,柳苏很少使用绘画等心理辅助工具,在技术上做“减法”,是为了更为灵活地去体验、感染、影响来访者。她希望以自身成长中培育的正确婚姻价值观作为最终投射,点亮围城中的人,看清婚姻“进”与“退”的那道红线。

进者,她给予最坚定的引导和支持;退者,她赋予疗愈后再次起航的力量。

法规“撑腰” 让新冠康复者免遭就业歧视

□ 刘天放

“阳过的不要”“进过方舱的不要”……此前,一些新冠康复者求职艰难的经历在网络引发热议。7月21日,上海市十五届人大常委会第四十二次会议表决通过《上海市人民代表大会常务委员会关于进一步做好当前促进就业工作的决定》,明确在招聘人员时不得以曾患传染病为由拒绝录用,法律、行政法规另有规定的除外。

早在7月13日,国务院常务会议明确要求,保障劳动者平等就业权利。严禁在就业上歧视曾经新冠病毒核酸检测阳性的康复者。相关部门要加强劳动保障监察,对此类歧视现象发现一起严肃处理一起。

随着相关法规的完善,“随申办”App的核酸阳性记录已限查,目前仅能查到7月以来的核酸结果,用工企业和劳务中介将不能随意查询求职者的过往核酸检测记录,这意味着在沪新冠康复者“求职歧视”迎来转机。

近段时间,不少求职者曾遇到“进过方舱的不要、阳过的不要”等就业歧视。无论在微信兼职群聊里还是去招聘会现场,找工作时,不少企业都会要求查验近两个月的核酸检测记录,如求职者曾经阳性,则拒绝招录。有过新冠阳性确诊经历的求职者找不到工作绝非个例。

毫无疑问,将新冠肺炎康复者拒之门外,这是赤裸裸的就业歧视。我国劳动法赋予劳动者享有平等就业的权利。人社部早就下发通知,明确规定对新冠肺炎患者、疑似病人、密切接触者,企业不得以此为由解除劳动合同。一些地方的工会组织也发布提示,对已治愈的新冠肺炎患者,用人单位不能以曾患传染病为由拒绝录用。

无论是法规层面的明确,还是“随申办”App技术层面的变化,目的都是保障新冠阳性康复者就业时不受歧视。在各方努力下,我们更应该对“谈阳色变”就业歧视,严格执法,同时,还应寻找更多的方式解决问题,只有多方合力才能更好地维护好新冠肺炎康复者的合法权益。

新闻壹段评

环保设备岂是充门面的道具

不打招呼,深入涉水排污企业,检查是否按规定排放,查看涉水基础设施的运行管理情况……7月19日,记者跟随宁波市生态环境保护行政执法队,记录“碧水亮剑”专项行动执法现场:发现有的“雾炮车辆”是哑口无言,有的“防尘装置”装模作样。对于将环保设备当成摆设的现象,执法人员进行了查处。

昂贵的环保设备却被有关部门拿来充当门面,这样的现象必须零容忍。杜绝类似现象,首先,需要相关部门的严查,特别是“不打招呼的检查”,这样才能发现真问题;其次,应该加大处罚力度,形成震慑力,以此来终结环保设备是摆设的违法现象。毕竟,环保设备是“用的”不是“看的”。

“首月0元”被罚的背后是虚假宣传

据银保监会网站消息,广东轻松保险经纪有限公司因销售保险产品时宣传“首月0元”“首月0.1元”等,实际是首月不收取保费或扣除0.1元之后,将全年应交保费平摊至后11个月,与相关产品在银保监会备案的条款费率不一致,消费者并未得到保费优惠。轻松保被处罚金100万元,相关责任人也受到处罚。

企业明知消费者容易理解为字面意思,还仍以此“卖点”,误导消费者,这无疑是一种欺诈行为。诚实守信是企业生存与发展的立身之本和经营王道,期待“首月0元保费”类似的案例被罚后,能够对其他有类似之举的企业起到震慑作用。

“少年急救官”为儿童安全保驾护航

7月19日,由南通市委统战部、市红十字会、市新联会联合主办的——南通市“少年急救官”训练营主题活动在崇川启动。当天,4家社会组织对主题活动进行了认领,4名培训官获聘担任训练营培训官。红十字救护培训师马培为青少年代表开展了“少年急救官”现场培训与应急演练。

儿童意外的发生很多是由安全意识薄弱引起的,所以防止儿童意外的发生,关键是预防为先。“少年急救官”训练目的是提升儿童的安全意识和应急技能,预防儿童意外的发生,这样的训练,无疑能够更好地保障孩子的安全。

给虚热的“考证经济”降降温

“考消防设施操作员,一年挂靠赚几万”“家庭教育指导师线上工作、时间自由、收入稳定”……职业焦虑和证书福利催热了技术技能领域的“考证经济”。然而,一些单位和机构通过广告造假、证书造假、培训造假等套路,违规组织培训、评价、颁发证书,涉嫌欺诈骗取。

通过考取证书,提升技术技能,本是一件好事。但从现实来看,不少考证已然“变了味”。无论从保障劳动者合法权益角度,还是从规范市场而言,考证乱象都应该好好整治一番。给“考证经济”降降温,关键是要打破以“证书系统”为核心的能力认定与资源分配模式,建立多元评价标准体系。如此,才能祛“考证热”虚火,优化人才培养引进,促进各行业健康发展。

女报视角

冯彬一投定“金”

据新华社美国尤金7月20日电(记者王子江)中国选手冯彬20日在俄勒冈世界田径锦标赛女子铁饼决赛中,第一投就取得69米12的全场最佳成绩,最终强势夺冠,为中国队赢得本届世锦赛第二金。

冯彬从未在奥运会、世锦赛中进入前三,因此并不被看好,但第八位出场的她第一投就创造了奇迹,把铁饼扔到了自己都不敢相信的距离。

冯彬把66米的个人最好成绩提高了3米12,这个成绩成为所有人追赶的标杆。克罗地亚名将佩尔科维奇尽管在第二投取得68米45的赛季个人最佳成绩,也只能获得银牌。来自美国的东京奥运会冠军奥尔曼以68米30摘得铜牌。冯彬接下来的五次试投也都没能超越自己,最好成绩是第三投的66米89。

“非常开心,非常激动。”身披国旗在尤金的海沃德田径场庆祝完胜利后,冯彬爽朗地笑道。资格赛一投晋级后,冯彬决赛的“心理预期是66米以上”,投到69米“根本不敢想象”。她说,因为主要对手的最好成绩都在70米以上,她只能寄希望于前三投,这也是赛前一直训练的重点,这样的战术最终让她突出重围。

这是继李艳凤在2011年大阪世锦赛夺得女子铁饼金牌后,中国选手第二次在这个项目上夺冠。这块金牌也是中国队继王嘉男在男子跳远夺冠后,本届世锦赛上赢得的第二金。



7月20日,冯彬庆祝夺冠。

新华社记者 吴晓凌/摄

王慧莹 整理点评