## “房树人测验”对大学生心理辅导的适用性论析

## 陈贵玲[[1]](#footnote-1)

（山东艺术学院艺术管理学院，山东济南，250014）

**摘要：**房树人测验是一种以精神分析理论为基础的心理投射测验，作为艺术治疗的重要方法，近年被越来越多地应用于大学生心理辅导领域。透过描绘的“房”、“树”、“人”图案，深藏于当事人潜意识层面的内容呈现在画面中，藉由绘画引发的交流与沟通，当事人内心的问题得以澄清，冲突得到解决。以绘画为基本形式的“房树人测验”简便、轻松、易于操作，更兼其作用机制的隐蔽性、涵容性，能够有效地降低大学生的防御心理，故对大学生心理辅导具有较好的适用性。

**基金：**该文为山东省高校科研计划项目《艺术疗法对提升大学生心理健康水平的干预性研究》阶段性成果，项目编号：J18RA296;山东省2018年度本科教改立项《基于对分易平台的艺术理论课程教学模式研究》阶段性成果，项目编号：M2018X268。

**关键词：**美术治疗；房树人测验；作用机制；大学生心理辅导

**分类号：G448**

**一、“房树人测验”及其理论依据**

“房树人测验”是艺术治疗中发展较为完善的一种心理咨询与治疗方法。通过分析当事人在一定条件下绘制的房子、树木、人等图案，可以对其实施心理测验、做出心理状况评估并展开心理咨询与治疗。1948年美国《临床心理学》杂志发表了John Buck关于“画树测验”的系统论述，可视为“房树人测验”的最早源起。随后“在20世纪50年代，Bieliauskas研究了H-T-P绘画测验的标准化的通用及改进研究；Ellis和Rosen也探讨了成人智力测验手段及H-T-P技术间的联系；Guertin和Sloan做了 H-T-P 测验与韦氏智力量表在心理缺陷的鉴别中的作用的比较研究。20世纪50年代至70年代，Hammer 对H-T-P做出了更多研究：通过绘画作品比较黑人与白人儿童的人格适应差异；探讨了投射测验对外显行为可能存在的影响；对H-T-P 定性研究进行了指导；20 世纪80 年代，Robert C. Burns 将测验改进，画在同一张纸上，同时加入动力的因素，开创了动力房—树—人绘画（KHTP）。”[[2]](#endnote-1)最初的“房树人测验”并不是统一的单次实验，而是在三张纸上分别绘制出“房、树、人”这三个图案，随后再由测试者对这三张图案分别进行具体的分析解释。经过几十年的研究发展，“房树人测验”技术也在不断地完善与发展，经过Robert C.Burn等学者多年临床试验发现，在三张纸上分别绘制“房、树、人”三个图案在具体实施过程中实际操作过于繁琐，且十分容易让被测者产生抵触情绪从而影响被测结果的准确率。相较于分别绘制三次单一图案的绘画测验，将“房、树、人”三种图案于一次绘画中统一绘制于一个画面上可以有效的绕过被测人的心理防御，减轻被测者的心理负担，更容易让被测者接受，进而提高测验的成功率。于是，学者们将房、树、人这三种元素的测绘进行一个有机的整合，通过多次绘画达到治疗目的的方法逐步形成了心理治疗中的绘画疗法，当初的“画树实验”逐渐发展成如今广泛应用的统合型“房树人测验”。如今的“房树人测验”已经不再只是一种简单的人格测验，而是美术治疗的一种重要形式。透过“房树人测验”，可以帮助大学生完成自我认知，了解自己的真实心理，同时透过画面投射出他们的心理真实想法，从而动态的、长效的掌握大学生内在心理的变化，并多次通过绘画这种方式达到对大学生心理治疗的作用。因此，“房树人测验”机制被更多的应用于心理学的美术治疗领域，国内各高校也纷纷采用“房树人测验”这一方式对大学生进行心理辅导相关工作。

“房树人测验”属于投射测验的一种，所谓投射测验，是指通过某种方式绕过受测人的心理防御，进而在他们没有防备的情况下对其内心的真实心理进行了解分析。“房树人测验”则是借助绘画这一特殊艺术形式，通过被测人绘制房屋、树木、人等图案并对图案进行分析，从而了解被测者的内心状态，并帮助被测者完成自我认知，从而通过绘画投射出被测者内在心理的一种测验形式。

“房树人测验”所依据的原理是弗洛伊德的精神分析理论。按弗洛伊德精神分析理论的潜意识观点，它重在探讨人的深层次的人格特征。“弗洛伊德认为，人的潜意识深藏于意识之后，包括个人的原始冲动、各种本能所产生的欲望，这些欲望和冲动受到禁忌和法律等的控制而压抑，潜意识里的各种形象会以梦，口误，图画等多种形式得以宣泄表达。绘画就是以图形式表达我们潜意识的直接工具，能够反映出人们潜意识层面的信息，是将潜意识的内容视觉化的过程。人们对绘画的防御心理较低，潜意识信息（如动机、情绪、焦虑、冲突、价值观等）可以投射在绘画作品中。”[[3]](#endnote-2)当被测者在白纸上绘制图案时，经常会在无意识的状态下，把自身脾气秉性、心理需求、思想状态，情感情绪统统投射在自己所画的图画上。

**二、“房树人测验”对大学生心理辅导的适用性**

大学生属于社会的一个相对特殊的群体，他们进入各地的高校进行深造学习，接受着高等教育并承担着社会对其的深切希望，他们对自己所学的专业学科知识有着深刻的认知，但他们还未完全进入社会，还不能把这种对知识的认知转化为力量，他们是国家年轻的有活力一族，他们拥有潜力和无限可能，是未来推动国家进步的可造之材。他们向往未来，充满活力，对社会生活有着无限的美好期许和不竭动力。但与此同时，由于他们还未真正的步入社会，对社会上很多认知都是源自自己的想象和他人描述，他们对未来的社会生活饱含幻想，但又缺乏对社会和未来的生活全面客观的认知，他们的人生观、价值观、社会观还相对幼稚，在对待很多问题上，他们还存在着行为盲从性和判断片面性，面对接踵而至的各方各面的压力，他们往往表现的无所适从。

首先，在处理问题上，他们以成人自居，极度相信自己的判断，不愿轻易相信别人的意见，却因社会经验的不足和社会阅历的缺失经常做出错误的决定。加之，他们缺少现实社会的磨炼，面对错误决定所导致的不良后果他们往往捉襟见肘，难以应付，面对自身不愿接受的现实，他们往往选择逃避。他们生长于国家快速发展、国内外环境相对稳定的平稳发展时期，享受着国家快速发展所带来的稳定生活，物质生活基础有着良好的保障，不需要为了衣食温饱而担忧奔波，他们大多没有经历过大风大浪的动荡生活，因此抗压能力较弱，专注力也不够。他们的生活中多了更多的自我，追求个性，性格叛逆而又不善与人合作交流。这些问题都被社会群体广泛关注。社会的持续关注以及一些社会媒体的特意渲染，让如今90后的大学生们内心饱受压力。

其次，如今的大学生们都接受了九年义务教育，经历过多次教育改革，他们的学生生活占据了已度过人生的大部分，虽然也处于素质教育推进的浪潮之中，但他们承受的更多的还是升学以及家族期望所带来的繁重的学业压力。很多大学生在进入高校后，面对突然放松的生活环境，他们大多无所适从；面对社会责任的压力，新入学生活环境的转变、学习竞争的激烈以及就业前景的窘迫，心理发育尚未完全成熟的当代大学生往往表现出对现在生活的迷惘，对未来生活的困惑，并长时间陷于一种不安、恐慌、焦虑、迷茫的精神状态中。不管是新入学生活环境变化引起的不适应，还是社会过度关注导致的焦虑，或者是对未来不容乐观的就业前景产生的迷惘，这些都是大学生现实存在的重要问题。“这些大学生面对的主要问题皆为适应性心理问题与发展性心理问题，但若得不到及时、有效解决就会演变为障碍性心理问题，进而产生心理疾病。”[[4]](#endnote-3)

随着教育体制改革的日渐推进，国内的众多高校愈加关注大学生的心理健康问题，各个高校都在积极的寻找一个行之有效而又不会使大学生产生排斥抵触的心理辅导方法，“房树人测验”作为美术治疗的一种，在当代大学生的心理辅导领域中表现出了极高的适应性。

首先，“房树人测验”具有普遍适应性。“房树人测验”既可以用于大范围的心理测试，也适用于个人的心理测试，实际操作时间较短，方便易行，没有场地的限制，也不需要复杂道具的辅助便可顺利进行。

其次，“房树人测验”的主要过程是绘画，这样的测验过程带有一定的娱乐性，比较容易被大学生所接受。“绘画形式”所具有的集体娱乐性，能激发在校大学生的兴趣，吸引学生广泛参与，特别是其中的分享环节，通过彼此分析画作以及分享内心感受，激起被测学生的内心共鸣，帮助被测学生更好的融入集体。同时，绘画也是一个相对轻松愉快的过程，“房树人测验”的娱乐性可以使整个测验过程处于一种轻松的氛围之中，大学生可以自由的在画面上绘制自己想要描述的图案，这样轻松娱乐的氛围可以减轻被测大学生的抵触情绪，使他们很容易就可以把自己的性格特点通过画面反映出来，进而得到真实的测验结果。“参加团体心理辅导我感到很轻松，与我事先想的完全不同，我还以为是老师上课我们听呢。结果让我们画画，我画的不好看，但是感觉很轻松，这是我一直都没有的感觉。”[[5]](#endnote-4)

最后，图画比语言有更强的表现力和透视力，而且绘画过程本身就是一种心理治疗，可以有效地帮助大学生完成自我认知。人们对绘画的防御心理较低，绘画这一形式减少了测验过程中的语言交流，避免了大学生在测验过程中被测验者引导。同时，“绘画”作为一种非语言的交流方式，避免了语言沟通中所存在的心理防御机制和语言沟通带来的心理阻抗。而且大学生也可以在绘画的过程中，尽情的宣泄自己的负面情绪，把内心的想法毫无保留的都落实到纸面上，在绘画的过程中完成不良情绪的宣泄与自我认知。“我以前从未想过我是什么样的一个人，也不知道自己想要成为什么样的人，今天画了一个小木屋，又有很多树，把自己画成正在挑水，看着我画的画突然明白我想要过一种平淡的生活。”[[6]](#endnote-5)

**三、“房树人测验”在大学生心理辅导领域的应用**

**（一）“房树人测验”在大学生心理辅导领域的优越性**

“房树人测验”作为一种典型的投射测验，如今正是心理学界以及心理治疗领域关注的焦点之一，一些高校引进“房树人测验”方法在大学心理治疗领域推广应用以来，也取得了良好的成效，而这主要取决于单一的自陈式调查问卷测验或者重复性强的心理健康宣传辅导活动存在着有效反馈不足以及心理干预效果不尽如人意的缺点，而“房树人测验”则有效的避开了这些缺点。

第一，“房树人测验”的过程相对简单轻松，不容易引起被测大学生的抵触情绪。目前高校普遍使用的自陈式调查问卷或者重复性强的心理健康宣传活动存在着有效反馈不足以及心理干预效果不尽如人意的缺点。无论是调查问卷还是大型宣传活动，都存在消耗时间较长，过程相对无聊，容易让人产生排斥心理的问题。调查问卷的大题量极易让学生感到疲倦，而心理健康宣传活动则需要场地的支持以及大量的说教时间。相较于这两种方式，“房树人测验”不易使大学生产生心理疲劳，更容易获得真实的测验结果，同时自陈式的调查问卷为更好地了解学生的内心想法，设置的题量较多，学生完成调查问卷费时费力，而在校大学生大多性情浮躁，在测验答题过程中极易产生厌烦情绪，从而产生漏答乱答的情况，从而无法得到真实有效的信息回馈。并且调查问卷的很多问题存在引导性和限制性，不能全面的反应存在的问题，不易反应出大学生真实的内心想法。而“房树人测验”则有效的避免了被测大学生进入一种厌倦疲惫的心态，在一个相对轻松愉快地环境中便可以完成测验。

第二，“房树人测验”具有隐蔽性和模糊性，被测大学生一般不知道测验答案的潜在指向性和测验的具体目的，有效减少了被测大学生刻意装坏或装好的可能。自陈式调查问卷的题目内容相对简单，目的性比较明显，很多被测大学生甚至可以通过题目以及备选项猜测出各选项所指向的答案，这无疑让了解被测大学生真实心理更加困难。现在大学生处在一个及其特殊的阶段，他们十分关注身边人对自己的看法，也不愿其他人对自己指指点点、妄加评论，一旦他们意识到自己内心的答案可能会指向不好的心理测验结果，便会出现刻意改变测验答案，虚假作答的情况。还有一部分大学生为了追求个性，引起周围人的关注，成为大众的聚焦点，可能会刻意选择题目中所有指向心理疾病的题目，将自己刻画成一个饱受心理创伤，与众不同的形象。“房树人测验”因其具有的隐蔽性和模糊性，测验结果不好猜测，从而避免了类似上述情况的发生，保证了测验的真实可信性。

第三，“房树人测验”具有即时性和可重复性。自陈式调查问卷的题目答案大多从网上下载资源，题目重复率较高，多次测试后会出现练习效应，反而得不到有效的测验结果。而“房树人测验”是以被测大学生绘制房树人图案为主要过程的，从非语言性和创作及时性来看，其具有即时性、可重复性，再度测验也不会导致练习效果，有利于多次测验，对被测大学生进行长期的追踪观察。

相较于“房树人测验”，在高校内，自陈式调查问卷的发放和回收都是大批量同时进行的，大部分心理健康的被测大学生无法得知自己的心理健康状态，辛辛苦苦做的问卷可能到头来只是一张白纸。心理辅导活动解决了被测大学生无法和心理咨询师交流的问题，但大型的心理辅导活动受众过多，并不是所有参与其中的大学生都具有发言的机会，即使有交流机会也是以大学生的自我论述为主要依据进行心理辅导，不具有针对性和客观性。而“房树人测验”中，心理咨询老师与被测大学生共同讨论绘画是一个放松有趣的过程，通过图画来了解被测大学生的心理状态，避免了被测者单方面论述的片面性，同时讨论绘画也一个心理咨询老师和被测大学生进行情感沟通的过程，结合画面通过具体的分析，十分有利于心理咨询老师与大学生们实现同感以建立良好咨访关系，对之后将要开展的一系列心理辅导工作打下良好的沟通基础。同时，心理咨询老师还可以通过向大学生们讲述一些简单的房树人分析方法，让每一个参与绘图的大学生都能对自己有一个大概的认识，协助被测大学生们完成自我认知这个过程。

**（二）“房树人测验”在大学生心理辅导领域的局限性**

虽然“房树人测验”相较于那些传统的心理测验方式体现出了很大的优越性，但由于“房树人测验”本身的信效度、专业性、主观性和复杂性，其在大学生心理辅导领域的应用也存在诸多问题有待解决。

首先，“房树人测验”通过对被测大学生绘制的图案进行解析的方式来了解他们的心理状态，并进行心理辅导以及治疗工作，但是由于投射测验的分析解释的难度较高，而且经过长期的研究发展，“房树人测验”的解析理论出现了很多的分支，有时会出现对同一形象做出完全不同解析的情况。“‘房树人测验’是否能够测出被试真实的问题、反映被试真实的情况值得怀疑。投射测验之所以很难建立良好的信度和效度资料，主要在于它的两个特征: 第一，投射测验的主要目的是揭示出个体人格中比较隐蔽的、潜在的问题，因此其结论不易用观察和实验研究所采用的评价方式来检验; 第二，目前并没有好的效标来检验投射测验的结论。”[[7]](#endnote-6)正因为如此，图案的解释分析受到不同分支研究结论的差异以及心理咨询老师的主观性影响，解析结论不具有统一性。

其次，“房树人测验”进入我国的整体时间较短，相关的使用尚欠成熟，缺少专业的测验经验以及标准化的实施程序。同时，国内从事相关研究的人员较少，高校内的心理咨询师的专业性也受到质疑。

最后，如今在各高校内的学生都经历过义务教育和多次教育教学改革，素质教育的推行让在校大学生大都学习过美术课程，“研究发现被试的绘画水平是影响‘房树人测验’评定效度的一个重要因素。Kaplan 在编制自我发展绘画评定时发现，绘画评定结果与纸笔测验结果之间相关小，如果把样本中艺术经验极多或极少的被试去除，相关就增加。这表明被试的绘画水平影响了绘画评定的效度。”[[8]](#endnote-7)尤其是艺术类院校的大学生，他们大多学习过美术相关的课程，在绘画过程中，他们无意识中更多地想起的是绘画的技巧而不是自己的内心的想法，绘画水平的上升，使得“房树人测验”的准确性降低，“房树测验”在艺术类院校的施行以及针对学习过美术课程的大学生群体的推广也面临困难。

随着高校对大学生心理健康的愈加关注以及“房树人测验”技术的不断完善和发展,“房树人测验”将会在大学生心理辅导领域发挥更大的作用。“房树人测验”通过绘画这种非语言的方式对大学生的心理状况进行了解及辅导治疗。良好的契合了大学生这一特殊群体的心理特征，有效的了解收集了大学生的真实内心状态，同时帮助他们完成自我认知，协助他们学会自我调节，更好地面对各方面的压力，积极去地适应今后的生活。但“房树人测验”本身也存在着信效度不足、难以标准化、专业性难度高等问题，为“房树人测验”在大学生心理辅导领域的进一步推广增添了不小的困难，其在大学生心理辅导领域的应用仍需提高技术标准化水平。

1. 陈贵玲，女，山东艺术学院副教授，硕士研究生导师，研究方向：艺术心理学，艺术心理治疗。 [↑](#footnote-ref-1)
2. **注释：**

   陈侃：《绘画心理测验与心理分析》[M]，广州，广东高等教育出版社，2008，P102。 [↑](#endnote-ref-1)
3. 袁苑，陈美芬：《统合型“房树人测验”(SHTP)及研究现状》[J]，科教导刊,2013,(09)，P212-213。 [↑](#endnote-ref-2)
4. 郭建康，李晶：《“房树人测验”在团体心理辅导中的应用》[J]， 唐山师范学院学报,2010,(04)，P130-132。 [↑](#endnote-ref-3)
5. 郭建康，李晶：《“房树人测验”在团体心理辅导中的应用》[J]， 唐山师范学院学报,2010,(04)，P130-132。 [↑](#endnote-ref-4)
6. 郭建康，李晶：《“房树人测验”在团体心理辅导中的应用》[J]， 唐山师范学院学报,2010,(04)，P130-132。 [↑](#endnote-ref-5)
7. 袭开国，顾雪英：《“房树人测验”—一项人格评估的技术》[J]，文教资料，2007(13)，P12－14。 [↑](#endnote-ref-6)
8. 熊猛，叶一舵：《“房树人测验”及其在心理咨询中的应用》[J]， 集美大学学报(教育科学版),2012,(01)，P28-32。

   **参考文献：**

   1.张同延、张涵诗：《揭开你人格的秘密—房、树、人绘图心理测验》[M]，北京，中国文联出版社，2007。

   2.吉沅洪：《树木：人格投射测试》[M]，重庆，重庆出版社，2007。

   3.徐卉：《房树人绘画测验及其应用展望》[J]，铜陵职业技术学院学报，2012。

   4.赵小明：《房树人测验在高校心理咨询实践中的应用》[J]，中国成人教育，2014。

   An analysis of the applicability of "House tree test" to college students ' psychological counseling

   Guiling Chen

   作者联系方式：山东省济南市文化东路91号（邮编：250014） 陈贵玲

   电话：13370588009；邮箱：2393015268@qq.com [↑](#endnote-ref-7)