

房树人测验在中职“心理健康与职业生涯”课程中的应用

李开颖

(深圳城市职业学院, 广东 深圳 518100)

摘要: 本文旨在探讨房树人测验在中职心理健康与职业生涯课程中的应用。通过深入剖析房树人测验的理论溯源、应用优势以及面临的挑战与应对策略, 阐述其如何助力中职学生探寻直观、生动的自我探索途径。同时也为“中职三科”中思想政治学科教学改革提供创新且有效的教学实践手段。

关键词: 房树人测验, 中职课程, 心理健康, 自我认知

中职教育作为职业教育的重要阶段, 担负着培养德智体美劳全面发展的高素质劳动者和技术技能人才的任务^[1]。作为“中职三科”中思想政治课程的重要组成部分, 《心理健康与职业生涯》课程中的五个单元逻辑严密, 环环相扣。青少年阶段是人生的“拔节孕穗期”, 处于青春期的中职学生面临着学业转型、职业探索与自我认同构建等多重任务, 内心世界复杂多变。房树人测验作为一种经典的投射性心理测验, 凭借其独特的绘画形式与丰富的分析维度, 为打开中职学生心灵之门、助力其探索内心世界提供了有力工具, 能有效弥补传统教学方法在挖掘学生深层心理特质方面的不足。

一、房树人测验的理论溯源

房树人(House-Tree-Person)测验首先由美国心理学家 Buck. J.N (1948) 提出, 后来经过 Robert C. Burn 等心理学家们的努力形成了现在的综合房树人测验。投射测验是指通过向被试者呈现一些模糊、不确定的刺激材料(如墨迹、图片、无意义的文字等), 要求被试者根据这些刺激材料进行自由的反应或描述, 进而分析、推断出被试者的心理状态、个性特征、潜意识需求等^[2]。房树人测验是一种投射和绘画测验, 被试者只需在白纸上分别画好屋、树、人三个元素即可完成基本测试^[3]。其基本理论认为, 受测者在无意识状态下所绘制的房屋、树木和人物图画, 是其内心深处情感、欲望、恐惧等潜意识活动的投射。通过对这些图画的细致分析, 可以揭示受测者的人格特质、心理状态以及与家庭、社会环境的关系等多方面信息。房树人测验作为绘画心理投射技术的一种, 正是利用这一原理, 让中职学生在绘制房屋、树木、人物这些日常熟悉但又蕴含丰富象征意义的元素时, 将潜意识中的情绪、冲

突与期望融入画面。

二、房树人测验的应用优势

房树人测验在中职课程《心理健康与职业生涯》中的应用集中体现在两个方面: 心理状态评估和情绪表达与疏导。其具体应用可安排于教学内容的第二单元《认识自我, 健康成长》, 本单元是心理健康模块的起始单元, 在阐述心理健康的内涵与作用的基础上, 主要讲述了如何认识自我、认识挫折、认识情绪, 以及青少年的身心发展特点和个体差异。这些内容都与房树人测验所呈现的内容高度契合。因此, 在本课程中应用房树人测验具有突出的应用优势。结合教学实践以及中职学生特点, 房树人测验在《心理健康与职业生涯》中的应有如下优势。

(一) 贴合学情, 学生参与度高

中职学生正处于形象思维向抽象思维过渡的阶段, 对直观形象的事物更感兴趣。房树人相较于传统的问卷测试, 房树人测试具有要求低、效率高、隐藏度高的特点^[4], 契合学生的认知特点, 更容易激发其参与热情。所以相较于传统枯燥的理论讲解, 学生更愿意在课上参与动手绘画一类的实践活动。房树人测验不仅增强了学生的学习主动性, 而且使《心理健康与职业生涯》课程更具吸引力。

(二) 洞察深入, 解析差异化强

房树人测验所蕴含的丰富象征意义以及专业的分析方法, 能够深入挖掘学生潜意识中的心理状态、情绪变化以及人际关系等, 既能引导学生深入认知自我, 又能帮助教师全面了解学生。在进行测验时, 被测者并不清楚所描绘的房屋、树木、人物究竟有着什么样的意义。正因如此, 这种测验方式能够成功突破被测者有

意设置的戒备防线,也能有效规避其无意识产生的防御心理。基于此,教师可以针对不同学生在心理健康方面的问题制定个性化的教学策略,提供精准的指导,真正做到因材施教,满足中职学生多样化的发展需求。

(三) 动态跟踪, 辅导时效性强

房树人测验可重复进行,教师可以在不同时期对学生进行多次测验,从而动态跟踪学生的心理状态、情绪表达和人际关系的变化情况。通过对比不同阶段的绘画作品,教师可以及时调整教学内容、方法和辅导重点,确保课程始终贴合学生的实际发展需求,保障教育教学的时效性。

三、实践挑战与应对策略

(一) 教师素养瓶颈: 强化培训, 提升能力

房树人测验的精准解读要求教师具备深厚扎实的心理专业知识与丰富的实践经验,然而当前上《心理健康与职业生涯》课程的教师多为思政教师,他们多数不是心理学专业毕业,在专业知识和实践经验方面都较为不足。学校应积极搭建系统培训平台,开展课程研讨等活动,全方位提升教师对测验理论原理的深度学习、分析技巧的熟练运用以及反馈话术的精准把握能力,全力打造一支专业过硬的师资队伍,为房树人测验在中职课堂的科学、规范实施提供坚实保障。

(二) 学生防御心理: 耐心引导, 消除顾虑

部分中职生对心理测验存在诸多误解,担心个人隐私泄露、内心想法被过度解读致使绘画时心存顾虑、有所保留。尤其是有些学生可能在课前了解过房树人测验的相关知识,可能会有意回避绘制真实内心所想。对此,教师要耐心引导,在测验前详细讲解保密原则,分享大量房树人测验助力学生成长、解决心理困惑的成功案例,直观展示测验的非评判性、纯探索性本质,彻底消除学生的心理防线,引导他们全身心投入测验。

(三) 测验结果误读: 综合考量, 谨慎判断

虽然,绘画测验作为一种投射测验其测量效能已被公认具有科学性。但是,绘画测验的评分和解释未标准化,缺乏统一的参照标准[2],因此房树人测验结果具有显著的模糊性、开放性特征,

极易受主观因素干扰。教师务必避免机械套用理论、仓促下确定性结论。此外,教师还要始终坚持以学生的自我解读为首要依据,将测验结果视为参考线索之一,综合多维度信息进行交叉验证、深入剖析,精准把握学生真实的心理状态与职业发展需求,确保后续教育引导策略贴合学生实际并行之有效。

通过上述分析可知,房树人测验在中职《心理健康与职业生涯》课程中有着重要的应用价值。将房树人测验有机融入中职《心理健康与职业生涯》课程,依托其坚实的理论根基、严谨的实施流程,有助于学生自我认知深化,也助力教师更深入地了解学生,保障教学的动态适应性。尽管在实践过程中遭遇教师专业短板、学生心理抵触、结果解读偏差等挑战,但通过强化教师专业培训、化解学生心理顾虑、规避结果误读风险等策略,能够充分激活其教育潜能,为中职学生心理健康成长保驾护航。

参考文献:

[1] 中华人民共和国教育部. 教育部关于印发《中等职业学校思想政治、语文、历史课程标准(2020年版)》的通知[EB/OL](2020-01-14) <http://www.moe.gov.cn/srcsite/A26/s8001/202002/t20200226424148.html>.

[2] 郭慧冰,冯彬,刘甜甜,等. 绘画测验中的人物意象在精神障碍筛查中的作用: 系统评价和 Meta 分析[J]. 中国循证医学杂志, 2024, 24(12): 1419-1427.

[3] 杨梦男. 房树人测验,解锁非常态家庭学生的“心灵密码”[J]. 教育家, 2024,(42):66.

[4] 周慧强. 初中生反刍思维与房树人绘画特征的关系研究[D]. 渤海大学, 2021. DOI:10.27190/d.cnki.gjzsc.2021.000065.