



揭开心理测试的“神秘面纱”

仪征市心理协会 赵云



随着“心理健康”这一话题走进人们的视野,我们也接触到各式各样的心理测试。心理测试是对人格、情绪、人际关系的初步监测。那么,什么是心理测试?如何选择合适的测试?怎么判断心理测试的准确性?

一、心理测试是什么

心理测试又称心理测评,是目前国际上通用的衡量心理健康、了解个体心理发展水平的一种专业科学的方法。心理测试按测评的内容、对象特点、表现形式、目的、时间、要求等

分为若干种类,包含能力测试、人格测试和兴趣测试等。心理测试主要用于机关、企业、组织等选拔人才、安置岗位,以及对一个人进行诊断、评价、辅助咨询。

二、心理测试可以分为哪些种类

心理测试数目多,可以按以下标准进行分类:

(一)以沟通方式来分,可分为言语测验和非言语(操作)测验两类。

1.言语测验。主试者以言语提出刺激,受试者用言语作出反应。大部分心理测试都属于这一类,但有时同一测验(或量表)中可能包括言语和非言语两部分。言语分口头的和书面的。用口头报告或书写方式来进行沟通均属于这一类。有一类测试称为“纸笔测验”,所以如果是采用书写的方式,也可以归为此类。

2.非言语(操作)测验。该测试以身体行为进行沟通,如用动作、表情等。在该类测验中,主试者呈现刺激不全是操作的,也可以用言语,但受试者的反应必须是操作性的。因为有些情况不能用言语测验,又需要了解操作能力,所以设计该类测验。

(二)以测验材料的严谨程度来分,可分为有结构测验和无结构测验两类。

1.有结构测验。凡是测验中提出的刺激词句、图形等意义明确,只需受试者直接理解,无需发挥想象力猜测、遐想的,都是有结构测验。除此之外,便是无结构。几乎所有的能力测验,如智力、记忆、特殊才能以及成就测验等,都是有结构测验。

2.无结构测验。又称投射测验,指刺激无严谨结构。例如,一句未完成的句子,一幅模糊的墨迹图或主题不清楚的图画。这些均称无结构,或者结构不严谨。受试者作出反应时,一定要凭自己的想象来加以填补,使之有结构,使之有意义。在这个过程中,恰好投射出受试者的思想、感情和经验,所以又称投射测验。许多临床家都曾这类测验去发现病人的内心矛盾和个人的特殊经验。近来,有些普通心理学家利用其中的某些测验(如洛夏测验)来研究个性,发现在研究人格类型时,它比有结构的问卷方法更独特。

(三)按一次测验的人数来分,可分为个别测验和团体测验两类。

1.个别测验。即一次一个被试者。临床上主要采用这种测验方式。如比奈量表、韦克斯勒量表、HR神经心理成套测验等。

2.团体测验。即一次多个被试者。可以有一个主试者,也可以有多个主试者。其优点是可以在较短时间内完成多人测验,缺点是不宜个别观察。所以临床上很少应用,多用于教育、社会学、军事心理等方面。

(四)按测验目的性质来分,可分出多类测验。在医学上常用的有能力测验、人格测验、神经心理测验、适应行为评定量表以及精神病学评定量表。

1.能力测验。包括智力测验、发展量表和特殊才能测验等,是心理测试的一个重要门类。其中,特殊才能测验多适用于升学、职业指导以及一些特殊工种人员的筛选。常用的如音乐、美术、机械技巧以及文书才能测验,但这些测验在临床上应用的较少。

2.人格测验。这是心理测试中的另一个大门类。属于这类测验的多属自陈量表,即由受试者自己报告的一种客观调查表。广泛使用的自陈问卷如16PF、EPQ、加州心理调查表(CPI)、爱德华个人偏好调查(EPPS)等。通常将MMPI也归为人格测验,因为它测量的是病理人格,所以在临床上得到广泛应用。

3.神经心理测验。该测试是近30年成长起来的心理测试中的一个分支。它的任务是研究脑与行为的关系。测量不同部位和性质的脑损害时,所损害的特征性心理功能,为临床家的诊断、治疗等提供依据。

4.适应行为评定量表。评定量表是从心理计量学中衍生出来的,具有心理测试的基本特征。其内容以智力为主,并联系到社会性方面。如智慧、情感、动机、社会、运动以及其他一些尚未知名的因素。

5.精神病学评定量表。其目的是评定精神病症状。一般为精神病临床家、临床心理学家以及精神科其他专业人员所使用。

三、心理测试的特征

1.心理测量的间接性。心理特质与客观的物理现象不同,心理特质看不见、摸不着,所以我们不能对心理进行直接的测量,只能用一种间接的测量方式。测量一个人对测验项目的行为反应,心理学家对测量结果进行推论,从而间接了解人的心理属性。

2.心理测量的相对性。对人的心理或行为进行比较时,没有绝对的标准,只能选取群体中的其他人作为标准,所以心理测量的结果通常

参照每个人处在群体中的位置,而位置具有相对性。例如,测一个人智力的高低,就是与其所在群体的人的智力标准相比较。同时,这个标准也不是一成不变的。

3.心理测量的客观性。客观性是一切测量的基本要求,实际上就是测验的标准化问题。心理测量是一门科学,因此它的测量结果应该是客观的,它的每个步骤都要按照标准化的程序来进行。

四、可以选择哪些心理量表测评

对于个体发展来说,可以先认识自我,再进行职业兴趣相关的测试,最后根据测试结果作出正确的学业规划和职业规划。在认识自我方面,可以选择了解自己的气质类型、人格

特征、智力、职业兴趣等。那么对应可以选择的量表有16PF、MBTI、韦氏量表、霍兰德职业兴趣测试等,这些都经过心理学家不断地修正与改编,信效度较高,测试结果能够保证准确性。

五、如何正确解读心理测评报告

心理测评报告就像一面镜子,能够反映出我们自身存在的一些优点或缺点,我们要以一种接纳的态度去看。有些个性上的不足可能是与生俱来的不足,也有可能是后期成长过程中的缺失导致。不管哪种情况,我们都要正视这些不足,在职业规划与

人生规划中规避这些短板。最关键的是,我们要以发展的眼光看待心理测评报告。因为一个人的思想与内在需求是不断发展的,每一个阶段我们都会看到自己的进步与成长,在这个过程中,我们会逐渐发现原来自己有各种各样的潜力。

六、如何正确对待心理测试

1.实事求是对待心理测试技术。心理测试是一门正在发展中的技术,在这个领域中的某些分支,的确已比较成熟,但总的来说,发展还是不平衡的。如能力测验比人格测验发展好一些,临床神经心理测验和临床评定量表,虽然应用较晚,但发展迅速。

2.正确使用心理测试提供的信息。心理测试可为临床工作提供一些有用的信息,但不能机械地依赖这些信息,不能机械地使用测验结果,特别是不能单用测验结果。因为测验结果提供的信息是有限的,所以要强调全面评估。目前,心理测验

尚有不完善的地方,有着不可忽视的局限性,正如黄光扬所说:“首先,不同的心理测验所依据的理论基础不尽相同,所测特质的定义、观点及概念系统也不同,因此同样性质的测验测量的可能是不完全相同的心理特质。其次,心理测验是对人的心理特质的间接测量与取样推论,不可能完全准确。作为指导测验编制的‘测量理论’,无论是经典性的还是现代新提出的,都有一些比较脆弱的假设。”因此,必须要以科学、严肃、慎重、谦虚的态度对待心理测验,绝不能视心理测验为唯一准确可靠的诊断工具。