

# 基于萨提亚冰山理论分析心理学量表对受试者反应情况的研究

倪均益

上海工程技术大学, 电气及自动化学院, 上海

收稿日期: 2023年9月6日; 录用日期: 2023年11月7日; 发布日期: 2023年11月15日

## 摘要

心理学量表是评估和测量个体心理特征、态度、情感或行为的工具, 广泛应用于研究、临床实践和心理健康评估。它们可以帮助深入了解被调查者的认知、情绪和行为, 并在心理干预中提供有效的定量数据。心理学量表在评估个体差异、干预效果和个性化治疗方案中具有重要作用。萨提亚冰山理论的视角强调了心理学量表所关注的表面现象和隐藏在水下的深层因素, 而不同类型的量表可以相互补充使用, 提供全面和深入的理解。量表编制对于构建心理与行为科学知识体系至关重要。在使用心理量表时, 需要遵循明确的目标和限制, 谨慎解读结果, 并探索使用不同量表进行互补评估以获得全面和深入的理解。

## 关键词

萨提亚冰山理论, 心理学量表, 个体差异, 心理特征

## A Study of Psychological Assessment Scales in Analyzing Participant Responses from the Perspective of the Satir Iceberg Model

Junyi Ni

School of Electrical and Automation, Shanghai University of Engineering Science, Shanghai

Received: Sep. 6<sup>th</sup>, 2023; accepted: Nov. 7<sup>th</sup>, 2023; published: Nov. 15<sup>th</sup>, 2023

## Abstract

Psychological scale is a tool to evaluate and measure individual psychological characteristics, attitudes, emotions or behaviors, which is widely used in research, clinical practice and mental

health assessment. They can help to gain insight into the respondent's cognition, emotions, and behaviors, and provide valid quantitative data in psychological interventions. Psychological scales play an important role in assessing individual differences, intervention effects and individualized treatment plans. The perspective of Satir's iceberg theory emphasizes the surface phenomena and the deep factors hidden under the water that psychological scales are concerned with, while different types of scales can be used complementing each other to provide a comprehensive and in-depth understanding. The scale preparation is very important for the construction of the knowledge system of psychology and behavior science. When using psychological scales, there is a need to follow clear goals and limitations, interpret results carefully, and explore complementary assessments using different scales to gain a comprehensive and in-depth understanding.

## Keywords

Satir Iceberg Model, Psychological Scale, Individual Differences, Psychological Characteristics

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 研究背景

### 1.1. 简要介绍心理学量表的定义、应用和作用

心理学量表是一种评估和测量个体心理特征、态度、情感或行为的工具。它们通过一系列问题或陈述，要求被调查者在一个特定的评分尺度上进行回答，从而获得可量化的数据。心理学量表广泛应用于研究、临床实践和心理健康评估中，帮助研究者和临床医生深入了解被调查者的认知、情绪和行为。

### 1.2. 心理学量表在受试者影响效果方面的重要性的必要性

心理干预旨在改善个体的心理状态、行为和生活质量。然而，每个人对干预的反应可能会有所不同，这取决于其个体差异、经历和心理结构。了解干预对受试者的具体影响情况对于优化干预方案、提高干预效果至关重要。有关群体方面，针对儿童、青春期阶段青少年的研究较多，儿童阶段多由学习问题引发相关沟通矛盾，青春期阶段急剧变化的生理、心理状况在一定程度上导致沟通障碍的出现(程旭霞, 2019)。在此过程中，心理学量表可以提供有效的工具来评估被干预方的心理状态、变化以及对于干预措施的响应。通过使用心理学量表，研究者可以客观地测量和记录受试者在干预前后的差异，从而更好地理解干预效果的个体差异，并为定制化和针对性的治疗方案提供支持。

### 1.3. 本研究的重要性的必要性

本研究通过萨提亚冰山理论视角分析心理学量表在受试者影响效果中的作用对我们有着重要的意义和必要性：

#### 1) 深入理解个体差异：

根据萨提亚冰山理论，个体心理特征和行为的表面现象只是冰山一角，其中的潜在因素才是真正驱动行为的决定性因素。量表提供了评估和测量潜在因素的工具，帮助我们深入理解个体之间的差异，进而精确地确定适合个体需求的干预措施。

#### 2) 提高干预效果：

通过持续监测和评估被干预方的反映情况，可以及早发现干预是否有效，是否需要调整干预方案。心理学量表可以帮助研究者定量地测量和记录被干预方的变化情况，从而评估干预效果的真实程度并优化干预方案。

### 3) 个体化治疗：

不同个体对同一干预措施的响应可能存在很大差异。通过综合分析心理学量表的数据，可以获得关于个体差异的信息，进而支持精确制定个体化的治疗方案，提高干预的针对性和效果。

该研究将有助于拓展我们对于心理学量表在被干预方影响效果方面的理论认识，并为未来开展有针对性的干预、个体化治疗提供实证依据。

## 1.4. 萨提亚冰山理论的社会重要性

萨提亚冰山理论的社会重要性在于它提供了一个有助于更深入理解个体行为和社会交往的框架。这个理论强调了社会和心理现象的深层和表面层次之间的关系，具有广泛的应用价值。首先，它有助于理解社会行为的深层因素，这对于解决社会问题、改进政策和干预措施至关重要。其次，它促进了情感和文化理解，帮助人们更好地理解他人的情感、信仰和文化价值观，从而促进跨文化交流和社会和谐。此外，冰山理论可以改进心理健康评估和干预，使专业人员能够更全面地了解患者的问题，并制定更有效的治疗计划。在教育和培训领域，了解学生或培训对象行为背后的深层因素可以帮助教育者更好地满足他们的需求，提供更个性化的教育和培训体验。最后，政府和非政府组织可以利用冰山理论的概念来制定更全面和有效的社会政策，解决社会问题、提高社会公平和促进社会发展。总之，冰山理论强调了需要深入挖掘深层因素以获得全面和深刻的理解，而不仅仅是表面上的现象，因此在多个领域都具有重要的社会价值。

## 2. 研究理论框架

### 2.1. 阐述萨提亚冰山理论的主要内容

该理论使用冰山的形象来说明，人的行为和态度只是冰山的一小部分，大部分隐藏在水下。水面上的冰山部分代表我们能直接观察到的行为和态度，而隐藏在水下的部分则代表了深层的情感、信念、期望以及价值观等因素，这些因素是驱动我们行为的深层动机。

萨提亚冰山理论主要包含五个层次，从上到下分别是：行为、思考、感觉、信念和年轮。

行为层次：就像冰山的顶部，是人们最直接能看到的部分，包括我们说的话和做的事情，是心理状态的外在表现。

思考层次：代表我们的思考方式和认知过程，影响我们的行为选择。

感觉层次：包含我们的情绪和感受，这个层次对于我们理解自我和他人的行为至关重要。

信念层次：是我们深层的信念和价值观，它们塑造我们的世界观，并决定我们的思考方式和行为模式。

年轮层次：是最深的层次，包含我们的生命经历和历史，这些都深深地影响我们的行为、思考、感受和信念。

在理解和解决心理问题时，萨提亚冰山理论鼓励我们不仅要关注显现出来的行为，更要关注隐藏在水下的深层因素，这有助于我们更全面和深入地理解人的行为和心理状态。

### 2.2. 概述心理学量表的定义、类型和应用价值

心理学量表是一种工具，其主要目的是通过让受试者回答一系列特殊设计的问题来系统地衡量和评估其心理特质，比如情绪状态、认知能力、人格特征等等。它们像一面镜子，反映受试者的内在世界，

提供了一种量的方式，让我们能够更深入、准确地理解个体的心理状况。

涉及人的心理学研究是指以人为被试的心理科学研究，其范畴包括“采用心理学的方法对人的生理、心理行为、病理现象、疾病病因和发病机制，以及疾病的预防、诊断、治疗和康复进行研究的”以及“采用心理学的方法收集、记录、使用、报告或储存有关人的样本、医疗记录、行为等科学研究资料的活动”两类。近年来，现行伦理规范进一步明确了对涉及人的心理学研究的伦理要求，但此类研究的伦理风险识别存在一定困难，同时研究者也存在风险管理意识不足的问题，并且相关的行业伦理准则和评价体系仍有较大的完善空间。由此可见，对涉及人的心理学研究的伦理管理亟待强化(邓稳根，张文丽，郭磊，2021)。

### 2.2.1. 心理学量表的类型

人格量表：旨在评估个体的人格特质，如海因克五因素人格量表。

心境量表：主要评估个体的情绪和心境状况，如汉密尔顿焦虑抑郁量表。

认知力量表：衡量个体的智力、记忆、注意等认知功能，如韦氏智力量表。

行为量表：评估个体的行为模式和习惯，如Achenbach儿童行为量表。

调适量表：评估个体适应能力，如社会考虑量表。

### 2.2.2. 心理学量表的主要价值

定量分析：量表能够转换抽象的心理特质为可操作的数据，使我们能对个体心理特质进行定量分析。

了解个体差异：心理学量表能够帮我们准确地测量和比较不同个体间的心理差异。

诊断和评估：量表在精神疾病的诊断、治疗效果的评估以及预后评估中发挥着重要作用。

研究工具：量表是心理学研究的基础工具，用于测试假设和理论。

人际和职业选择：帮助人们在人际交往、职业选择等方面做出更好的决定。

总的来说，心理学量表是心理实践和研究中难以或缺的工具，它帮助我们不同的方面深入了解人的内心世界和行为模式。

## 2.3. 综述心理学量表反映受试者心理特征的相关研究与理论

在尝试将萨提亚冰山理论应用到心理学量表中来理解受试者的心理特征时，我们必须理解量表不仅仅反映受试者的行为表现(冰山的水面部分)，同时也在诸多层面揭示了受试者深层的内心世界(冰山的水下部分)。

例如，当量表探究一个人的焦虑情绪或抑郁症状时，我们所测量的不仅仅是明显的行为表现，例如躁动、倦怠感或失眠等。这些都只是“冰山顶部”，而真正的价值在于探寻那些隐藏在深处的思考方式、情感反应、信念体系甚至生命经历，这些因素共同驱动了受试者的心理反应和行为表现。

一些量表，如贝克抑郁量表、斯皮尔博格总体生活满意度量表等，尽管他们从不同角度和领域来测量个体心理状况，但都在试图通往“冰山的深处”。他们平衡了行为观察和内在感受的关注，试图提供一个关于个体完整心理领域的全方位洞察。

然而，萨提亚冰山理论还表明，心理治疗和辅导不只是理解一个人的行为和信念，也是关于理解他们如何形成以及如何发展和改变的过程。因此，在选用心理量表或解读其结果时，我们要尽量做到全面和深入，尤其要关注到那些通常被忽视的深层元素，如信念体系和生命经历等。

总的来说，心理学量表提供了一种在实践中实施萨提亚冰山理论的途径，帮助我们更好地理解和揭示人的心理世界的全貌。

## 2.4. 萨提亚冰山理论在心理学研究中的应用

萨提亚冰山理论在心理学研究中有广泛的应用。以下是一些常见的应用领域：

个体心理治疗：冰山理论帮助心理治疗师了解患者的深层动机和内在冲突，从而更好地理解他们的行为和情感反应。治疗师可以通过探索隐藏在水下的部分，帮助患者认识到自己的潜意识需求和信念，并解决潜在的心理问题。

人际关系和家庭治疗：冰山理论有助于理解人际关系中的冲突和问题。它提醒人们，人们的行为和态度只是表面现象，背后可能有更深层次的情感和动机。在家庭治疗中，理解家庭成员的冰山部分可以促进更好的沟通和理解。

教育和教学：冰山理论可以帮助教育者更好地理解学生的行为和学习困难的根源。通过了解学生的深层动机和信念，教育者可以采取更有效的教学策略，满足学生的需求，并提供更有针对性的支持。

组织和领导力发展：冰山理论可以应用于组织和领导力发展中。了解员工的深层动机和价值观，可以帮助领导者更好地激励和引导团队成员。此外，理解组织文化中的冰山部分，可以帮助组织管理者更好地解决冲突和促进员工的发展。

总之，萨提亚冰山理论在心理学研究中被广泛应用，帮助人们更好地理解 and 解决心理问题，改善人际关系，并促进个人和组织的发展。

### 3. 理论分析

根据五种不同的心理学量表，挑选每种各一个进行结构维度、侧重点和评测内容的分析，主要从定量分析、了解个体差异、诊断和评估、人际和职业选择这四个方展开分析讨论。这些心理学量表提供了一种有效的工具，使我们能够进行定量分析，理解和尊重个体差异，做出更好的诊断和评估，以及更有依据的人际和职业选择。

#### 3.1. 人格量表：分析对象：大五人格问卷

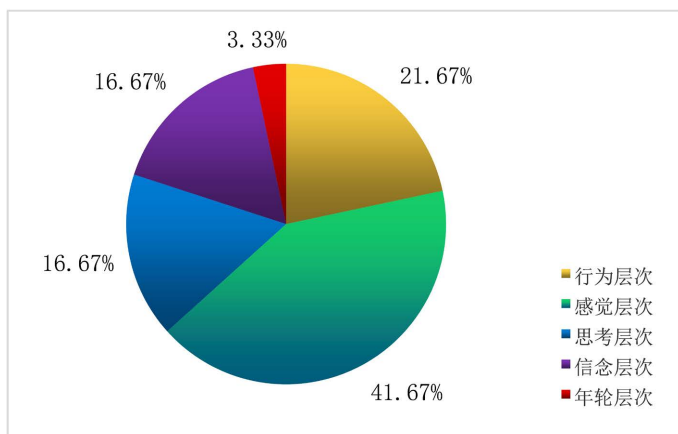


Figure 1. Big Five Questionnaire  
图 1. 大五人格问卷

大五人格问卷是针对人格的五个维度进行设计：神经质，这一维度主要关注个体体验消极情绪的倾向；外倾性，用以衡量个体对于与外界的参与投入的动力；开放性，描述出针对认知方式、思考方式的个体差异；友善性，反映了个体对于合作和人际和谐的重视程度；以及严谨性，这一维度是评价我们控制、管理和调节自身冲动的方式。虽然在理论上五个维度之间是独立的，但实际研究中往往发现这种相关。究竟这种相关存在实质的意义还是由于测量误差导致的假象仍然是个争论的课题(郭兰婷，张志群，2002)。

见图 1，借由萨提亚冰山理论我们可以看出，问卷的设计着重在以下几个层次：行为层次的题目占



比 21.67%，这涉及了我们的现实行为和行为习惯，是更直接自我体现。思考层次的题目占比 16.67%，该部分主要攸关我们的观念、价值和信念，表达了我们的深层过程。感觉层次的题目占比最大，达到 41.67%，这部分题目关注受试者对自我和外部世界的感知和理解，对人格五个维度的倾向性进行了深入描述。信念层次的题目占比为 16.67%，衡量了受试者的信仰和价值，可以指明何种干预疗法可能为个体所接受。值得注意的是，年轮层次的题目占比仅为 3.33%，反映出人格类型的测评并不固定，会随时间和环境的变化而有所改变。

Demonstrated that low levels of EI were correlated with less anger control and, therefore, with higher levels of aggressiveness; that is, not understanding emotions and internal controls means a worse state of aggressiveness. Other studies, like those by Palomera, Salguero, and Ruiz-Aranda, have also shown how emotional skills, clarity, and understanding emotions conferred adolescents with better social adjustment, as they were able to maintain better social relationships with both peers and family. (刘丽, 郭成, 史明鑫等, 2022)

通过以上各个层次的占比，可以看出，这份问卷主要侧重于感知层面，以深入地理解受试者对自我的感受和对于外界环境的认知。接着，它综合考虑行为层面，验证受试者自我感知的恰当性和客观性。对于信念和思考层面的考察，意在了解受试者内心深层次的信念和价值观，这对于选择恰当的干预疗法十分有益，以增强干预的效果，让受试者可以更好地接纳和适应。对于年轮层面的考察，虽然占比较小，但同时也提醒我们，任何形式的人格评估都是在特定时间、特定环境下的瞬时剖面，其结果并非永久不变，人格类型的评估结果对参与者的了解具有时效性。

### 3.2. 心境量表：分析对象：汉密尔顿抑郁量表

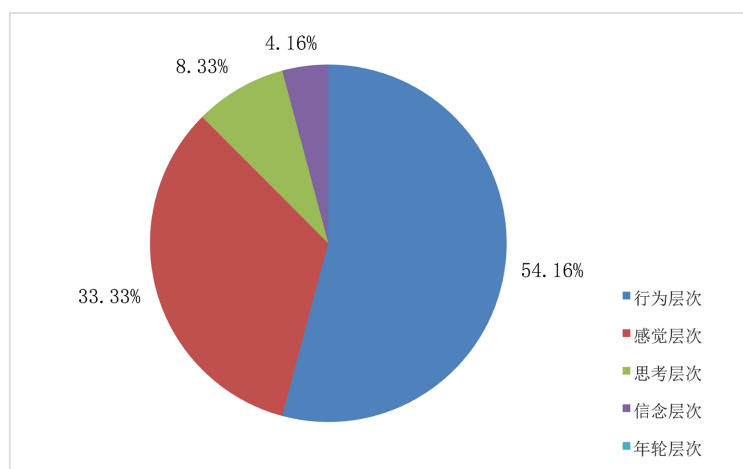


Figure 2. Hamilton Depression Scale  
图 2. 汉密尔顿抑郁量表

见图 2，通过运用萨提亚冰山理论的视角，我们可以看到这份问卷主要侧重在行为层面，这一层面的题目在总体中占比最大，达到 54.16%，揭示了我们的行为以及外界互动的方式。其次，感觉层次的题目占比达到 33.33%，关注了受试者对自我内在世界及外部环境的感知和体验。思考层次的题目占比虽然只有 8.33%，但是这一部分主要探讨了受试者的意识形态、观念和信仰，并反映了他们对世界的理解方式。最后，信念层次的题目占比最小，为 4.16%，但这是关于我们内在核心信仰和价值的深层部分的表示。

这份问卷的结构凸显了它主要通过观察受试者身体的表征来评估他们的抑郁情况，特别是抑郁情绪

是如何体现在受试者的身体状况，以及他们对外部环境的感受如何。这种短期的数据收集方式为受试者提供了他们近期情况的直观反馈，同时也便于咨询师去关注和应对那些短期内高强度、明显突出的问题，而无须深度分析受试者的长期习惯或行为模式。这种测评策略的优势在于，对于一些需要紧急干预的情况，它可以使得咨询师更快更有效地进行直接的治疗和干预。

### 3.3. 行为量表：分析对象：Achenbach 儿童行为量表

此量表从父母的视角出发，对孩子的行为进行详细的观察和分析。如果我们从萨提亚冰山理论的视角来看，这份量表的设计和主要内容主要聚焦在冰山的表面，也就是行为层次。

在 Achenbach 儿童行为量表中，大部分的内容都是关于行为的观察和评估，这是因为对于儿童来说，他们的心理发展还在早期阶段，他们的思考和感觉可能还不够成熟和稳定，因此，通过观察和评估他们的行为，我们可以更直接、更客观地了解他们的内心世界，更准确地评估他们的心理状态。尤其是青春期中学生与其父母之间的确存在评估上的差异(罗炜娴, 2021)。

不只是关注青春期的中学生，此量表对早期儿童行为也有所研究。早期儿童行为问题检出率为 9.9%，其中男童检出率为 12.3%，女童检出率为 7.8%；在攻击行为、外向化问题以及对立违抗性障碍方面，男童存在极其显著的性别差异(t 值分别为 2.880、2.363、3.014，均  $P < 0.01$ )，且男童得分高于女童。结论 CBCL/1.5-5 适用于中国幼年儿童，对其早期行为问题评测具有有效性(孙小胜, 2022)。

量表的另一部分是对孩子的社会能力的研究，这部分虽然在整个量表中占比较少，但是它对于理解孩子的社会交往能力和社会适应能力有着重要的作用。这部分的内容可以看作是对冰山下的思考层次的一种探索，它通过评估孩子在社会环境中的反应和表现，帮助我们了解孩子的思考方式和社会认知。

量表的最终结果会给出孩子的活动情况、社交能力以及学校表现等多个方面的信息。这些信息可以看作是对冰山的全面描绘，它们不仅反映了孩子的行为模式，也反映了孩子的思考方式和社会认知。这种全面的评估方式有助于我们更全面、更深入地理解孩子，更有效地指导和帮助孩子的成长。

### 3.4. 调试量表：分析对象：社会适应能力诊断量表

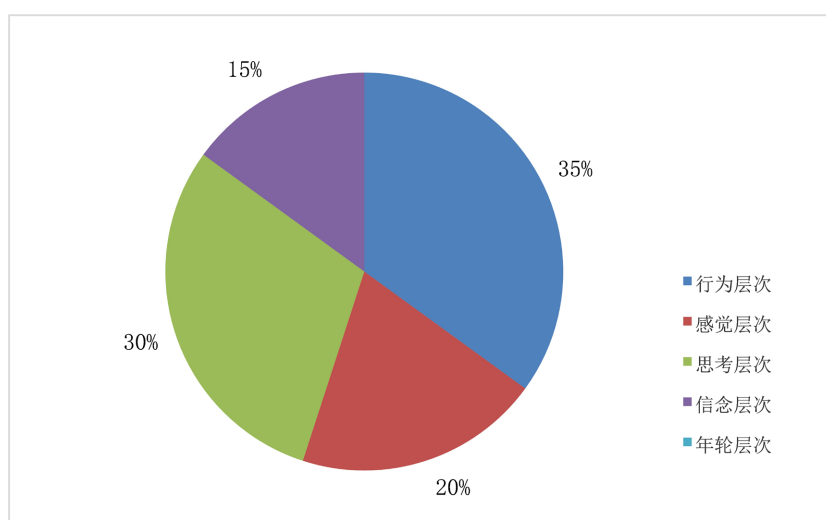


Figure 3. Social Adaptive diagnostic  
图 3. 社会适应能力诊断量表

见图 3，此量表主要分析的是一个人对于社会的适应能力，在萨提亚冰山理论的视角下，我们可以

看到这份量表在各个层次上的分布。行为层次题目占比最大，达到 35%，这部分主要关注受试者的行为模式和习惯，以及他们如何在社会环境中表现。思考层次题目占比紧随其后，为 30%，这部分主要探讨受试者的思维方式，以及他们如何理解和解释自己在社会环境中的体验。感觉层次题目占比为 20%，这部分关注受试者对自我和外部世界的感知和理解。最后，信念层次题目占比为 15%，这部分主要探讨受试者的核心信仰和价值观，以及他们如何影响受试者的社会适应能力。

这份量表的设计明显强调了行为和思考层面的重要性，因社会适应能力不足而引起的心理健康问题层出不穷，例如孤独、抑郁等，进而引发的伤害案例比比皆是(王孟成，戴晓阳，姚树桥，2010)。这两个层面的题目占比加起来达到了 65%，这意味着量表主要是通过观察和理解受试者的行为模式和思维方式来评估他们的社会适应能力。

经探索性因素分析和验证性因素分析，形成了包含觉察力、承受力、应对力、复原力和反思力 5 个维度 30 个题项的儿童青少年社会适应力量表。结果显示，该量表信效度良好，可作为研究儿童青少年社会适应能力的测评工具。进一步运用该量表对儿童青少年进行调查，初步探讨了儿童青少年社会适应能力的现状，发现我国儿童青少年社会适应能力较好，在性别等人口学变量上差异有统计学意义(王强，2019)。

同时，感觉和信念层面的题目也占据了一定的比重，这反映了量表在评估受试者的社会适应能力时，也考虑到了他们的感知体验和内在信仰。这种全面的评估方式有助于更准确地理解和评估受试者的社会适应能力，从而为他们提供更有效的帮助和支持。

#### 4. 结果讨论

量表在心理学领域是非常重要的工具，它们旨在量化抽象的心理状态和行为模式，以便进行研究和诊断。在萨提亚冰山理论的视角下，可以看到这些量表通常集中评测前三级层面：行为层次、思考层次和感觉层次。这是因为这些层面的信息更容易通过观察和询问获得，而信念层次和年轮层次则涉及到深层次的个体内在认知和情感，更加难以直接评量。

不同的心理量表可以在一定程度上互为补充。以行为量表(如 Achenbach 儿童行为量表)和人格量表为例，它们分别关注儿童的外显行为和成人的个性特质。行为量表对于揭示儿童的行为模式和可能的心理问题有明显作用，而人格量表则可以深入挖掘个体的内在倾向和特性。它们都可以帮助我们更全面地理解被访者，但关注的层面和目的有所不同。

萨提亚模式幸福主题干预能够显著提升优抚对象的主观幸福感(徐静，陈图农，丁小玲等，2015)。也正如其揭示的那样，个体的行为和思考模式是其内在信念和价值观的外在表现。即使心理量表重点在于评量表面的行为层次和思考层次，但是通过这些信息，我们可以一定程度上了解到被访者的感觉层次和信念层次，尽管这需要更深入的解读和理解。

量表编制对于构建心理与行为科学的知识体系至关重要(Luis, 2020)。在应用心理学量表时，我们需要注意以下几点。首先，应明确量表的预定目标和限制。不同的量表设计用于解决特定的问题，它们的使用应与其设计目标和环境相适应。其次，应谨慎解读量表结果，避免过度解读或误解数据。虽然量表提供了重要的信息，但是我们必须意识到它们只能揭示个体的一部分信息。最后，应积极探索使用不同量表进行互补评估的可能性，从而得到更全面和深入的理解。

#### 参考文献

程旭霞(2019). 萨提亚家庭治疗模式介入留守经历大学生家庭亲子沟通障碍的研究. 硕士学位论文, 武汉: 华中科技大学. <https://doi.org/10.27157/d.cnki.ghzku.2019.003668>



- 邓稳根, 张文丽, 郭磊(2021). 近 10 年中国心理量表编制的现状、问题与建议. *江西师范大学学报(自然科学版)*, 45(5), 441-451. <https://doi.org/10.16357/j.cnki.issn1000-5862.2021.05.01>
- 郭兰婷, 张志群(2002). 青少年自评量表与儿童行为量表相关性研究. *中国心理卫生杂志*, (9), 636-639.
- 刘丽, 郭成, 史明鑫, 等(2022). 儿童青少年社会适应能力问卷的编制与应用. *西南大学学报(自然科学版)*, 44(8), 2-12+1. <https://doi.org/10.13718/j.cnki.xdzk.2022.08.001>
- 罗炜娴(2021). *涉及人的心理学研究伦理判断量表编制与常模制定*. 硕士学位论文, 福州: 福建医科大学. <https://doi.org/10.27020/d.cnki.gfjyu.2021.001061>
- 孙小胜(2022). *大学生体育锻炼、情绪智力与社会适应能力的关系研究*. 硕士学位论文, 淮北: 淮北师范大学. <https://doi.org/10.27699/d.cnki.ghbmt.2022.000406>
- 王孟成, 戴晓阳, 姚树桥(2010). 中国大五人格问卷的初步编制 II: 效度分析. *中国临床心理学杂志*, 18(6), 687-690. <https://doi.org/10.16128/j.cnki.1005-3611.2010.06.030>
- 王强(2019). 萨提亚模式幸福主题干预对优抚对象主观幸福感的影响. *中国健康心理学杂志*, 27(11), 1638-1645. <https://doi.org/10.13342/j.cnki.cjhp.2019.11.010>
- 徐静, 陈图农, 丁小玲, 等(2015). Achenbach 儿童行为量表的初步应用分析. *中国妇幼健康研究*, 26(2), 194-196.
- Luis, J. A. (2020). The Relationship of Personality, Emotional Intelligence, and Aggressiveness in Students: A Study Using the Big Five Personality Questionnaire for Children and Adults (BFQ-NA). *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 11, 1-11. <https://doi.org/10.3390/ejihpe11010001>