**社会支持评定量表**

肖水源于1986年编制，该量表共有十个条目，用于测量个体的社会支持度。

**产生背景**

学术界对社会关系与健康的关系已有了很长时间的研究。早在上个世纪，法国社会学家Durklieim就发现社会联系的紧密程度与自杀有关。本世纪以来，社会流行学研究表明社会隔离或社会结合的紧密程度低的个体身心健康的水平较低，而死亡率则较高。在各年龄组，缺乏稳定婚姻关系和社会关系较孤立的个体易患结核病、意外事故和精神疾病，如精神分裂症，且死亡率高于有稳定婚姻关系者。对精神疾病患者的研究发现，与正常人比较，精神分裂症患者的社交面较窄，一般仅限于自己的亲人，而神经症患者社交活动少，社会关系松散。老年人如果有较密切的社会关系，则可以有效地减少抑郁症状。七十年代初，精神病学文献中引人社会支持(social support)的概念，社会学和医学用定量评定的方法，对社会支持与身心健康的关系进行大量的研究。多数学者认为，良好的社会支持有利于健康，而劣性社会关系的存在则损害身心健康。社会支持一方面对应激状态下的个体提供保护，即对应激起缓冲作用，另一方面对维持一般的良好情绪体验具有重要意义。

为了提供评定社会支持的工具，肖水源于1986年设计了一个十条的《社会支持评量表》并在小范围内试用，1990年又根据使用情况进行了小规模修订，现对该量表设计的理论基础、使用方法和实际使用情况作一些简单介绍。

**概念解释**

社会支持评定量表共有十个条目，包括客观支持（3条）、主观支持（4条）和对社会支持的利用度（3条）三个维度。

1、客观支持是指客观的、可见的或实际的支持，包括物质上的直接支援，社会网络、团体关系的存在和参与等。

2、主观支持是指个体在社会中受尊重、被支持、被理解的情感体验。

3、对社会支持的利用度：个体对社会支持的利用存在着差异，有些人虽可获得支持，却拒绝别人的帮助，并且，人与人的支持是一个相互作用的过程，一个人在支持别人的同时，也为获得别人的支持打下了基础。

**设计理论**

到目前为止，社会支持一词仍没有一个统一的概念。在早期的一些研究主要以社会结构因素（如婚姻关系）来衡量社会关系，越来越多的学者趋向于分析不同来源和不同性质的支持与健康关系。

一般认为，社会支持从性质上可以分为两类，一类为客观的、可见的或实际的支持，包括物质上的直接援助和社会网络、团体关系的存在和参与，后者是指稳定的婚姻（如家庭、婚姻、朋友、同事等）或不稳定的社会联系如非正式团体、暂时性的社会交际等的大小和可获得程度，这类支持独立与个体的感受，是客观存在的现实。另一类是主观的、体验到的情感上的支持，指的是个体在社会中受尊重、被支持、理解的情感体验和满意程度，与个体的主观感受密切相关。对这两类支持的重要性，不同的学者有不同的看法，多数学者认为感受到的支持比客观支持更有意义，因为虽然感受到的支持并不是客观现实，但是“被感知到的现实却是心理的现实，而正是心理的现实作为实际的（中介）的变量影响人的行为和发展”。

然而，这并不等于说客观支持没有意义。实际上，虽然主观体验到的社会支持存在较大的个体差异，但是它总是有一定的客观基础的。因此，国外较有影响的社会支持问卷一般仍采用多轴评价的方法。例如：Sarason等(1981)的社会支持问卷(Social Support Questionnaire， SSQ )共有27个条目，分为两个维度：社会支持的数量，即在需要的时候能够依靠别人的程度，主要涉及客观支持；对所获得的支持的满意程度，评定的是对支持的主观体验。Andrews (1978）闭在一项城市社区研究中，应用的社会支持问卷共有16个项目，分为三个部分，即危机情况下的支持(crisis support)，邻居关系和团体参与。Hendeson等（1981）的社会交往调查表（interview schedule for social interaction，ISSI )分为社会支持的可利用度和自我感觉到的社会关系的适合程度两个维度。

除实际的客观支持和对支持的主观体验外，本文作者(1987)还提出，社会支持的研究还应包括个体对支持的利用情况。因此，对社会支持的评定有必要把对支持和利用情况作为社会支持的第三个维度（前述ISSI评定的可利用度是指可以利用的客观资源，与我们所说的对支持的主动利用不同）。

自八十年代初以来，我国心理卫生工作者在研究中开始大量使用评定量表，有的直接移植国外的量表或稍加修订，有的则在参考国外文献的基础上设计新的问卷，但未见有评定社会支持的量表。由于SSQ和ISSI等国外流行的问卷条目繁多，且其中相当一部分条目不太符合中国国情。考虑到我国受试者的文化素质一般较西方国家低，且对问卷调查不习惯，且在我国的心理卫生研究中，问卷和条目的数量有越来越多的趋势，因此，我们本着有效和简洁的原则，在参考国外有关资料的基础上，自行设计了只有十个条目的

**《社会支持评定量表》**，该量表包括客观支持(3条）、主观支持(4条）和对社会支持的利用度(3条）等三个维度。

**研究应用**

据不完全统计，自1986年以来，《社会支持评定量表》已在国内二十多项研究中应用，并被译为日文用于一项国际协作研究。从反馈回来的意见看，该问卷的设计基本合理，条目易于理解无歧义，具有较好的信度和效度。

作者(1987)试用《社会支持评定量表》对128名二年级大学生进行测试，量表总分为34. 56±3. 73分，两个月重测总分一致性R=0. 92（P<0. 01)，各条目一致性Rl-10在0.89±0.94之间，表明该问卷具有较好的重测信度。

国外研究表明，社会支持对身心健康有显著的影响，即社会支持的多少可以预测个体身心健康的结果。从已有的研究结果看，《社会支持评定量表》的测定结果与身心健康结果具有中等程度的相关性，即该量表具有较好的预测效度(predictive validity)。汪向东等(1988)将该量表应用于对深圳移民的心理健康研究，发现本地组社会支持总分（33.77±0.68）高于迁居组(36.78±3.73，两组比较P<0. 01 )。SCL- 90代表的心理健康水平与迁居组社会支持总分呈显著负相关，多元回归分析发现迁居组的心理健康水平主要与深圳居住时间、迁居态度和社会支持状态有关。解亚林等（1993）分析社会及心理因素与少数民族大学生心理健康水平的关系，发现《社会支持评定量表》的三个维度都与SCL- 90症状呈负相关，其中主观支持和对支持和利用度与症状的相关显著。以大学生SCL- 90总症状指数大于2分为划界进行两类判别，《社会支持评定量表》的利用度进人差别方程，成为预测大学生心理健康水平的四个社会与心理因素之一，表明对社会支持的利用度确实与精神健康相关，是社会支持的一个重要组成部分。肖水源等(1991，1992)应用病例配对方法研究应激、社会支持等社会与心理因素对消化性溃疡的影响，发现患者的社会支持总分低于配对的正常组(P<0.01)，表明社会支持水平与消化性溃疡的发生与复发可能有一定的关系。用该量表分析100例消化性溃疡患者社会支持水平与心理健康水平的关系，发现社会支持总分与SCL- 90评分呈负相关，相关系数为-0.1848 (P<0.05)。SCL-90总痛苦水平为因变量，社会人口学资料、生活事件、社会支持、病期、并发症等因素为自变量作多元逐步回归分析，结果社会支持是进人回归方程的四个因素之一。

**社会支持评定量表**

指导语：下面的问题用于反映您在社会中所获得的支持，请按各个问题的具体要求，根据您的实际情况写。谢谢您的合作。

1. 您有多少关系密切，可以得到支持和帮助的朋友？（只选一项）

A. 一个也没有 B. 1—2个 C. 3-5个 D. 6个或6个以上

2. 近一年来您：（只选一项）

 (1) 远离家人，且独居一室。

 (2) 住处经常变动，多数时间和陌生人住在一起。

 (3) 和同学、同事或朋友住在一起。

 (4) 和家人住在一起。

3. 您与邻居：（只选一项）

 (1) 相互之间从不关心，只是点头之交。

 (2) 遇到困难可能稍微关心。

 (3) 有些邻居都很关心您。

 (4) 大多数邻居都很关心您。

4. 您与同事：（只选一项）

 (1) 相互之间从不关心，只是点头之交。

 (2) 遇到困难可能稍微关心。

 (3 ) 有些同事很关心您。

 (4) 大多数同事都很关心您。

5. 从家庭成员得到的支持和照顾（在无、极少、一般、全力支持四个选项中，选择合适选项）

 I．夫妻（恋人）

 A. 无 B.极少 C. 一般 D. 全力支持

 II．父母

 A. 无 B. 极少 C. 一般 D. 全力支持

 III．儿女

 A. 无 B. 极少 C. 一般 D. 全力支持

IV．兄弟姐妹

 A. 无 B. 极少 C. 一般 D. 全力支持

V．其他成员（如嫂子）

 A. 无 B. 极少 C. 一般 D. 全力支持

6.过去，在您遇到急难情况时，曾经得到的经济支持和解决实际问题的帮助的来源有：

(1)无任何来源。

(2)下列来源：（可选多项）

 A. 配偶 B. 其他家人 C. 亲戚 D. 朋友 E. 同事 F. 工作单位

 G. 党团工会等官方或半官方组织 H. 宗教、社会团体等非官方组织

 I. 其它（请列出）

7. 过去，在您遇到急难情况时，曾经得到的安慰和关心的来源有：

 (1)无任何来源。

 (2)下列来源（可选多项）

 A. 配偶 B. 其他家人 C. 亲戚 D. 朋友 E. 同事 F. 工作单位

 G. 党团工会等官方或半官方组织 H. 宗教、社会团体等非官方组织

 I. 其它（请列出）

8. 您遇到烦恼时的倾诉方式：（只选一项）

 (1) 从不向任何人诉述．

 (2) 只向关系极为密切的1-2个人诉述。

 (3) 如果朋友主动询问您会说出来。

 (4) 主动诉述自己的烦恼，以获得支持和理解。

9. 您遇到烦恼时的求助方式：（只选一项）

 (1) 只靠自己，不接受别人帮助。

 (2) 很少请求别人帮助。

 (3) 有时请求别人帮助。

 (4) 有困难时经常向家人、亲友、组织求援。

10. 对于团体（如党团组织、宗教组织、工会、学生会等）组织活动，您：（只选一项）

 (1) 从不参加

 (2) 偶尔参加

 (3) 经常参加

 (4) 主动参加并积极活动。

**计分方法**

（一）社会支持评定量表条目计分方法

1.第1-4，8-10条：每条只选一项，选择1，2，3，4项分别计1，2，3，4分。

2.第5条分A，B，C，D四项计总分，每项从无到全力支持分别计1—4分。

3.第6、7条如回答“无任何来源”则计0分，回答“下列来源”者，有几个来源就计几分。

（二）社会支持评定量表分析方法

1. 总分：即十个条目计分之和。

2. 客观支持分：2，6，7条评分之和。

3. 主观支持分：1，3，4，5，条评分之和。

4. 对支持的利用度第8，9，10条。