



9. 领悟社会支持量表 (PSSS)

背景、目的

社会支持被看作是决定心理应激与健康关系的重要中介因素之一。社会支持具体是指自社会各方面的包括家庭、亲属、朋友、同事、伙伴、党团、工会等组织所给予个体的精神上 and 物质上的帮助支援，反映了一个人与社会联系的密切程度和质量，但各类研究者从各自的理论和研究目的出发对此有不同的理解，其分类也存在多样性。目前大致可分为两类，一类是客观的、实际的或可见的支持，包括物质上的直接援助和社会网络；另一类是主观体验到

2014/04/0

的支持,指的是个体感到在社会中被尊重、被支持、被理解的情绪体验和/或满意程度,许多作者强调社会支持的效果与被感知到支持的程度相一致。Blumenthal 介绍的由 Zimet 等编制的领悟社会支持量表 (Perceived social support scale, PSSS) 就是一种强调个体自我理解和自我感受的社会支持量表,分别测定个体领悟到的来自各种社会支持源如家庭、朋友和其他人的支持程度,同时以总分反映个体感受到的社会支持总程度。

信、效度检验

原作者通过因素分析将 PSSS 条目分为家庭支持、朋友支持和其他支持三类。在 275 例样本中 (男 139, 女 136), 家庭支持、朋友支持、其他支持和全量表的 α 系数分别为 0.87、0.85、0.91 和 0.88%, 重测信度分别为 0.85、0.75、0.72 和 0.85。原作者使用本量表证明,对 A 型行为者社会支持有降低冠心病临床症状的作用,而对 B 型行为者则否。在国内,作者曾推荐将该量表试用于癌症、外科手术、慢性肝病等样本的心理应激研究工作,因素分析显示条目可分为家庭内支持和家庭外支持两类,前者包含原家庭支持条目,后者则包含原朋友支持和其他人支持条目。几项研究还显示,社会支持量表分与癌症和外科手术病人的心身症状等指标有相关性,例如社会支持总分和家庭外支持量表分与癌症病人的抑郁、偏执和精神病性等心身症状量表分有显著负相关;社会支持总分与上腹部手术病人术前焦虑量表分成负相关但与的手术后多项心身康复临床指标未见明显相关等。

使用方法

PSSS 含 12 个自评项目,每个项目采用 1—7 七级计分法,即分为极不同意、很不同意、稍不同意、中立、稍同意、很同意、极同意七个级别。其中“家庭内支持”量表分由其余各条目分累计。“社会支持总分”由所有条目分累计。

由 3、4、8、11 条分累计,“家庭外支持”量表分

参 考 文 献

1. Blumenthal JA, Burg MM, Barefoot J, et al. Social support, type A behavior, and coronary artery disease. *Psychosomatic Diseases*. 1987. 49: 331—40
2. 黄丽、姜乾金、任蔚红. 应对方式、社会支持与癌症病人心身症状的相关性研究. *中国心理卫生杂志*. 1996. 10 (4): 160—1
3. 叶圣雅, 沈晓红, 姜乾金, 等. 心理应激有关因素与外科手术康复. *中国行为医学科学*. 1999 (待出版).

(姜乾金)

领悟社会支持量表 (PSSS)

指导语: 以下有 12 个句子, 每一个句子后面各有 7 个答案。请您根据自己的实际情况在每句后面选择一个答案。例如, 选择①表示您极不同意, 即说明您的实际情况与这一句子极不相符; 选择⑦表示您极同意, 即说明您的实际情况与这一句子极相符; 选择④表示中间状态。余类推。

1. 在我遇到问题时有些人 (领导、亲戚、同事) 会出现在我的身旁

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意;

2. 我能够与有些人 (领导、亲戚、同事) 共享快乐与忧伤

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意;

3. 我的家庭能够切实具体地给我帮助

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意;

4. 在需要时我能够从家庭获得感情上的帮助和支持

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意

5. 当我有困难时有些人(领导、亲戚、同事)是安慰我的真正源泉

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意;

6. 我的朋友们能真正的帮助我

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意;

7. 在发生困难时我可以依靠我的朋友们

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意;

8. 我能与自己的家庭谈论我的难题

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意

9. 我的朋友们能与我分享快乐与忧伤

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意;

10. 在我的生活中有某些人(领导、亲戚、同事)关心着我的感情

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意;

11. 我的家庭能心甘情愿协助我做出各种决定

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意;

12. 我能与朋友们讨论自己的难题

①极不同意; ②很不同意; ③稍不同意; ④中立; ⑤稍同意; ⑥很同意; ⑦极同意;