

浙江省杭州市睿麟精神卫生中心

社会支持评定量表(SSRS-14)

姓名： 测试二号

性别： 男

年龄： 21

身份证号： 520281200308225730

开单医生： 测试

开单时间： 2024-09-27 15:50:20

维度	原始分	标准分	参考诊断	均分±标准差
客观支持	22	22	正常	-
主观支持	32	32	正常	-
对社会的支持利用度	12	12	正常	-
总分	66	66	正常	-



测评结论：

拥有满意的社会支持，可以对自身应激起很好的保护和缓冲作用，维持良好的情绪体验。受试者拥有非常良好的社会支持系统，能够帮助其面对一些应激事件。

被试客观、实际得到的支持度较高，有稳定的社会关系，也在非真实团体和暂时性的社会关系中得到支持。

被试主观的、体验到的情感上的支持较多，拥有在社会中受尊敬、被理解、被支持的情感体验。

支持利用度高，能主动利用社会支持，积极寻求帮助。

医疗建议：

不管是主观支持、客观支持还是对支持的利用度，您的支持度处于一个较合适的水平，请继续保持。

日常建议：

这些建议可能对您有些启发，帮助您维护更美好的社会支持：

- (1) 培养良好的人际关系，一段可信任的友谊、一个良好的家庭关系，这些都是我们可以人为获得的；
- (2) 利用现有人际关系资源“寻求支持”，有时候我们感到孤立无援，其实只是忽略了身边的人。适当地表现出自己脆弱的一面，可能还会给他人一种“被需要”的满足感，获得支持和帮助的同时，也拉近了彼此间的距离；
- (3) 避免对社会支持的主观猜测，人是社会性动物，不可能独立完成所有事。有时候你帮我一次，我也帮你一次，这样的相处模式平等又温暖；
- (4) 正确评价自我，以良好的心态去面对生活。

本报告仅供参考，具体情况请以医生诊断为准