

## 《心理健康临床症状自评量表（SCL-90）》测评报告书

编号：16210452128	性别：男	年龄：20
姓名：沈 聪	学历：大学本科	出生日期：1997/10/24
所属：	职业：学生	测试日期：2017-12-22 19:35

### 一、测验简介

SCL-

90由Derogatis在1973年编制, 在国外应用甚广, 80年代引入我国, 并在精神科和心理健康门诊的临床工作中得到广泛应用。心理健康临床症状自评量表包含了90个项目, 它是用来测查人的精神症状及其严重程度和变化情况的量表, 包含了比较广泛的精神症状学内容, 从感觉、情感、思维、意识、行为直至生活习惯、人际关系、饮食等均有涉及, 要求受试者根据自己的实际情况就有无该症状做评定。主要应用于临床研究、心理咨询、精神科门诊, 对有心理症状（即有可能处于心理障碍或心理障碍边缘）的人有良好的区分能力, 适用于测查人群中哪些人可能有心理障碍、某人可能有何种心理障碍及其严重程度如何。该量表测的是个人某段时间内的症状水平, 往往易受生活事件的影响。

临床应用证明, 它的评估具有较高的真实性, 同时与其它自评量表相比, 具有内容大、反应症状丰富, 更能准确刻划病人的自觉症状等优点, 因此是当前心理门诊中应用最多的一种自评量表。

SCL-90有十个分量表, 即所有的90个项目实际上的是十个方面的内容。这十个方面分别是:

- (1) 躯体化: 反映主观的躯体不适感;
- (2) 强迫症状: 反映临床上的强迫症状群;
- (3) 人际关系敏感: 反映个人的不自在感和自卑感;
- (4) 抑郁: 反映与临床上的抑郁症状群相联系的行为表现;
- (5) 焦虑: 反映与临床上焦虑症状相联系的精神症状及体验;
- (6) 敌对: 从思维、情感及行为三个方面反应受试者的敌对表现;
- (7) 恐怖: 反映传统的恐怖状态或恐怖症的内容;
- (8) 偏执: 指猜疑和关系妄想等;
- (9) 精神病性: 反映精神分裂样症状项目;
- (10) 其他: 反应睡眠及饮食情况。

《心理健康临床症状自评量表》适用于具有一定阅读和理解能力的被测试者。主要适用于一般性的神经症、适应障碍及其它轻性精神障碍患者。不适合于鉴别躁狂症和精神分裂症。

SCL-90的施测注意事项

1、向受检者交待清楚评定要求, 告知其所选结果没有对错之分, 让其作出独立的, 不受任何人影响的自我评定。

2、评定的时间范围: 是“现在”或者是“最近1周”的实际感觉。

3、评定结束时, 应检查有无遗漏或重复评定。

### 二、测评结果

总分: 104  
总均分: 1.16

阳性项目数： 13.00  
 阴性项目数： 77.00  
 阳性症状均分： 0.35

因子分数

躯体化 :1.00    强迫 :1.00    人际关系:1.67    抑郁 :1.15    焦虑 :1.30  
 敌对 :1.17    恐怖 :1.14    偏执 :1.00    精神病性:1.10    其他 :1.00

剖析图

因子得分图表



三、分析说明

关于心理健康状况（总分）

总分小于160分，被测试者的心理健康状况良好。总体而言，基本上能够以比较积极健康的心态和情绪来面对生活，可以比较好地处理生活中的挫折和压力，基本能良好地适应社会生活，能从工作和生活当中获得一定的快乐和满足，对自己的人生有价值感和幸福感。

关于躯体化

被测试者基本不存在躯体化症状。被测试者很少感到身体的某些部位，如心血管、胃肠道、呼吸系统以及头部、脊背、肌肉等有莫名其妙地不舒服的感觉，如感到头晕胸闷，咽部异物感、无力、虚弱、疼痛等问题，这些不适往往无法找到相应的病理原因。被测试者基本上不会为自己的健康问题过度担忧，也不会过分关注自己的身体状况。

关于强迫症状

被测试者在生活中不存在或极少存在强迫性的想法或行为。强迫性的想法或做法是指明知不必要却无法克制地要去想或要去做某事，如反复检查、反复思考某个问题、过分担心、追求完美等。这些强迫性症状在心理压力大时可能出现。被测试者基本没有类似的状况。

关于人际关系敏感

被测试者基本不存在人际关系敏感的问题。被测试者对自己比较有信心，在与人交往时不会感到无原因的不自在，在与其他人相比时很少会不客观地感到自卑。被测试者在与人交往时不会过分关注自我形象，不会过多担心自己是否能让对方喜欢或者接受，能够从与人交往中得到较多快乐和归属的感觉。能够比较自如、自信，恰如其分地处理好人际关系。

关于抑郁

被测试者基本不存在抑郁症状。被测试者心情基本上处于比较愉快、开朗的境况，对自己和生活感到比较满意，较少被不开心的事情困扰。即使是偶尔遇到挫折和不幸，也比较容易自我调节，或从亲人朋友那里得到支持帮助，从而渡过难关，而不至于陷入悲观情绪中无法自拔。被测试者能够以积极乐观的态度对待生活。

关于焦虑

被测试者基本不存在焦虑症状。被测试者没有过度的压力感，较少感受到焦急、烦躁的情绪，对未来事件没有强烈的原因不明的担心和忧虑。被测试者生活中的挫折和压力事件不多，同时他们能够以比较平和和从容的心态去应对生活和工作，善于以适当的方式去化解压力源。

#### 关于敌对

因子分不大于2，被测试者基本不存在敌对症状。他们能比较理智的与人相处，没有太多的对抗性情绪和行为。当别人的事情烦扰了被测试者时，被测试者也能以较为平和、理智的方式去处理，而不是立即与之争吵、摔东西或者采取其他直接的对抗性行为。被测试者也不会经常把别人的行为和语言理解为恶意，或者是有意针对自己。总之，被测试者可以从比较积极的方面去理解别人的行为，采取温和、非对抗性的方式处理与他人的矛盾、冲突。

#### 关于恐怖

被测试者基本不存在恐怖症状。被测试者少有异常的害怕和极度恐怖的感受，即感到莫名的恐惧，或感到灾难即将降临自己或亲人身上等情况发生。被测试者对出门旅游、空旷场地、人群聚集的地方或乘坐公共交通工具等日常生活场合没有感到特别害怕的情况，也不存在对社交情境的过分恐惧和回避的情况。

#### 关于偏执

因子分不大于2，被测试者基本不存在偏执症状。被测试者对现实有比较客观的想法或认识，很少有偏执的想法和态度（即过分偏激、猜疑、妄想某种关系的存在，把自己私下的低俗想法投射到他人身上、幻想别人的行为都是针对自己、跟自己作对等等）。被测试者能够适当接纳他人看法和做法，不会认为自己绝对正确，不会拒绝听取别人的意见或无理非难他人。

#### 关于精神病性

被测试者基本不存在精神病性症状。被测试者的精神状况正常，极少出现或从来不存在幻觉（如凭空听到别人听不到的声音，看到别人看不到的东西，感觉到别人感觉不到的东西）。被测试者也没有如下精神病性症状：如感到自己很伟大，有特异功能等，或者感到别人可以控制自己、自己的思想别人都可以知道、认为自己罪不可恕或被害妄想等。

## 四、指导建议

#### 关于心理健康状况（总分）

建议被测试者在日常生活中要积极进取，自强不息，保持良好的社会竞争力，应对当今巨大的社会竞争压力；还要多与人为善，建立起完善的人际网络作为自己心理支持的后盾；此外要注意掌握一些心理健康知识和心理调节技能，注意维护自身心理健康状态的平衡。

#### 关于躯体化

建议被测试者保持积极、乐观的心态和良好的生活习惯，如注意科学饮食，营养均衡，加强体育锻炼，远离烟酒毒品等，也不能忽视到医院做定期体检，长期保持身心的健康状态。

#### 关于强迫症状

建议被测试者保持现在的状态，用自然平和的心态面对生活，保有一颗平常心来面对得失成败，不要对自己和别人要求太高，不苛求完美，保持适当的心理压力水平，这样就比较容易保持健康心态。

#### 关于人际关系敏感

建议被测试者保持现在的状态，在人际关系中保持乐观开朗、自信达观的心境，多站在对方的角度看问题，扩大或拓深与他人的交往，与别人建立稳固，深层次的关系。这样一方面可以进一步改善、发展被测试者的人际关系；另一方面，被测试者也会感受到自身的价值感和归属感。被测试者的幸福感和抗击心理疾病的能力会得到进一步的提高。

#### 关于抑郁

建议被测试者在未来的日子里能够保持开朗、乐观的心态。未来的生活中，挫折和烦恼都是不可避免的，有的时候，即使心态健康的人也会出现暂时的情绪低落，态度消沉，但这并不可怕，只要认识到这种情绪并且恰当地调节好自己的情绪，选择适当的应对方法，就可以从低沉悲观的情绪中走出来，积极地面对

生活的挑战。

关于焦虑

建议被测试者继续保持这种心理压力水平，学习一些控制和消除焦虑的方法，如肌肉放松法、深呼吸法等，用以应对突发的压力情境，维持自身心理健康状态。

关于敌对

建议被测试者保持宽容豁达、开朗达观的心态，生活会充满和谐、快乐。

关于恐怖

建议继续保持良好的心态。

关于偏执

建议被测试者能保持用客观、理智的态度对周围的人和事，保持对自己、对世界的信任。同时被测试者要经常与他人交换彼此对事物的看法、意见，了解不同态度存在的必然性，修正自己的一些偏激的看法，使自己更加客观、合理的看待世界。

关于精神病性

建议被测试者能够用稳定的情绪、理性的思维来面对生活和工作，这是精神健康的表现。在未来的生活中，被测试者要经常检视自己的心理状态，寻找当的方式及时消除压力和各种不良情绪，避免自己的身心健康状态受到影响。

### 答题情况

被测试者对每个测试题目的具体答案如下：

1. (A)	2. (A)	3. (A)	4. (A)	5. (A)	6. (A)	7. (A)	8. (A)
9. (A)	10. (A)	11. (A)	12. (A)	13. (A)	14. (A)	15. (A)	16. (A)
17. (A)	18. (A)	19. (A)	20. (B)	21. (B)	22. (A)	23. (A)	24. (A)
25. (A)	26. (A)	27. (A)	28. (A)	29. (B)	30. (A)	31. (A)	32. (A)
33. (A)	34. (B)	35. (A)	36. (B)	37. (B)	38. (A)	39. (A)	40. (A)
41. (A)	42. (A)	43. (A)	44. (A)	45. (A)	46. (A)	47. (A)	48. (A)
49. (A)	50. (A)	51. (A)	52. (A)	53. (A)	54. (A)	55. (A)	56. (A)
57. (B)	58. (A)	59. (A)	60. (A)	61. (C)	62. (A)	63. (A)	64. (A)
65. (A)	66. (A)	67. (A)	68. (A)	69. (A)	70. (A)	71. (A)	72. (A)
73. (A)	74. (B)	75. (B)	76. (A)	77. (B)	78. (B)	79. (A)	80. (B)
81. (A)	82. (A)	83. (A)	84. (A)	85. (A)	86. (A)	87. (A)	88. (A)
89. (A)	90. (A)						