

《社交回避及苦恼量表（SAD）》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 15:49

一、测验简介

社交回避及苦恼量表（SAD）由Watson. D和Friend. R于1969年编制，用于同时测查个体的社交焦虑和回避行为。

该量表含有28个条目，包括2个分量表：

（1）社交回避，指社会交往时的行为表现，主要表现在倾向于一个人独处，不喜欢或者不愿意与其他人进行交流；

（2）社交苦恼，指社交苦恼是指在亲自参加社会交往时的情感反应，感到痛苦烦恼，非常不舒服。

每个分量表含有14个条目。评分采用“是一否”的方式，其中有14题为正向计分，14题为反向计分，控制了趋同效应的影响。

二、测评结果

总分 24

回避分 11

焦虑分 13

三、分析说明

总分分析说明：被测试者当前的社交情况存在问题。本测验的总分越低，说明被测试者当前的社交情况越好，面临的困扰越少。被测试者在社交过程中的情感和行为反应方面存在问题，表现为存在回避社会交往的倾向以及社交过程中有苦恼感受。这种情感和行为反应，可能来源于对自己表现的否定性自我评价；过分关注他人对自己言行举止的看法；缺少在某些人际场合中与人交流的愿望；或者是曾经有过印象深刻的失败经历，或者曾经多次尝试都没有得到满意的效果。

回避分解释说明：被测试者出现回避社会交往的倾向，主要表现在倾向于一个人独处，不喜欢或者不愿意与其他人进行交流。在这里需要指出的是，社交回避的反面不是社交参与而是社交不回避，若要进一步了解被测试者社交参与程度的信息，可参考同类别其他量表问卷。

焦虑分解释分析：被测试者在社交过程中处于焦虑状态。这说明被测试者在亲自参加社会交往时，时常感到痛苦烦恼，非常不舒服。

四、指导建议

总分指导建议：被测试者当前的社交情况存在问题。这说明被测试者在社交过程中的情感和行为反应方面存在问题，这可能来源于对自己表现的否定性自我评价；过分关注他人对自己言行举止的看法；缺少在某些人际场合中与人交流的愿望；或者是曾经有过印象深刻的失败经历，或者曾经多次尝试都没有得到满意的效果。建议被测试者在日后的生活和社会交往中注意以下几点：

- 1、不要对自己的表现有太高、太完美的要求；
- 2、换位思考，尝试用自己看待别人在人际交往中的表现的方式来看待自己的表现；
- 3、通过与人交流，了解他人对自己表现的真实看法；
- 4、寻找符合自己兴趣愿望的场合和话题。

回避分指导建议：被测试者出现回避社会交往的倾向，主要表现在倾向于一个人独处，不喜欢或者不愿意与其他人进行交流。在这里建议被测试者通过与人交流，了解他人对自己表现的真实看法，主动

寻找符合自己兴趣愿望的场合和话题。

焦虑分指导建议：被测试者在社交过程中处于焦虑状态。这说明被测试者在亲自参加社会交往时，时常感到痛苦烦恼，非常不舒服。建议被测试者在社交过程中，不要对自己的表现有太高、太完美的要求，以轻松的心态去面对任何场合的社交。

答题情况

被测试者对每个测试题目的具体答案如下：

1. (B)	2. (A)	3. (B)	4. (B)	5. (A)	6. (B)	7. (A)	8. (B)
9. (A)	10. (A)	11. (A)	12. (B)	13. (A)	14. (A)	15. (B)	16. (A)
17. (B)	18. (A)	19. (B)	20. (A)	21. (A)	22. (B)	23. (A)	24. (A)
25. (A)	26. (A)	27. (B)	28. (B)				