

总体幸福感量表(GWB)

信效度

应用与评价

总体幸福感量表

总体幸福感量表(GWB)记分方法:

6因子:

总体幸福感量表(GWB)

总体幸福感量表 (GWB) 是为美国国立卫生统计中心制订的一种定式型测量工具, 用来评价受试对幸福的陈述。本量表共有33项。得分越高, 幸福度越高。测试样本包括79名男性和119名女性, 他们均为大学心理系一年级的学生。本量表前18项的平均得分在男性为75分, 在女性为71分 (标准差分别是15和18分)。国内段建华(1996)对本量表进行了修订, 并用修订后的量表测查了362名大学生。

信效度

本量表单个项目得分与总分的相关在0.48和0.78之间, 分量表与总表的相关为0.56-0.88, 内部一致性系数在男性为0.91、在女性为0.95。间隔3个月后重新测查了其中的41名学生, 发现重测一致性为0.85。GWB总分与专家面谈后对抑郁评估之一致性在0.27-0.47之间; 与3种焦虑量表(PEI, PSS和CHQ)的一致性分别为0.41, 0.40和0.10; 与3种抑郁量表(HQ, Zung和MMPI)的一致性分别为0.35, 0.28和0.21; 它与PFI抑郁量表的一致性更高一些(0.50)。

应用与评价

研究表明本量表比其它焦虑和抑郁量表的效能好。除了评定总全幸福感, 本量表还通过将其内容组成6个分量表从而对幸福感的6个因子进行评分。这6个因子是: 对健康的担心、精力。

对生活的满足和兴趣、忧郁或愉快的心境、对情感和行为的控制以及松弛与紧张 (焦虑)。

总体幸福感量表

*1.你的总体感觉怎样 (在过去的一个月里)?

好极了, 精神很好, 精神不错, 精神时好时坏, 精神不好, 精神很不好 (123456)

2.你是否为自己的神经质或“神经病”感到烦恼 (在过去的一个月里)?

极端烦恼, 相当烦恼, 有些烦恼, 很少烦恼, 一点也不烦恼 (12345)

*3.你是否一直牢牢地控制着自己的行为、思维、情感或感觉 (在过去的一个月里)?

绝对的大部分是的, 一般来说是的, 控制得不太好, 有些混乱, 非常混乱 (123456)

4.你是否由于悲哀、失去信心、失望或有许多麻烦而怀疑还有任何事情值得去做 (在过去的一月里)?

极端怀疑, 非常怀疑, 相当怀疑, 有些怀疑, 略微怀疑, 一点也不怀疑 (123456)

5.你是否正在受到或曾经受到任何约束、刺激或压力 (在过去的一个月里)?

相当多, 不少, 有些, 不多, 没有 1 2 3 4 5

*6.你的生活是否幸福、满足或愉快 (在过去的一个月里)?

非常幸福, 相当幸福, 满足, 略有些不满足, 非常不满足 1 2 3 4 5

*7.你是否有理由怀疑自己曾经失去理智、或对行为、谈话、思维或记忆失去控制（在过去的一个月里）？

一点也没有，只有一点点，有些，不严重有些，相当严重是的，非常严重1 2 3 4 5

8.你是否感到焦虑、担心或不安（在过去的一个月里）？

极端严重，非常严重，相当严重，有些，很少，无1 2 3 4 5 6

*9.你睡醒之后是否感到头脑清晰和精力充沛（在过去的一个月里）？

天天如此，几乎天天，相当频繁，不多，很少，无1 2 3 4 5 6

10.你是否因为疾病、身体的不适、疼痛或对患病的恐惧而烦恼（在过去的一个月里）？

所有的时间，大部分时间，很多时间，有时，偶尔，无1 2 3 4 5 6，

*11.你每天的生活中是否充满了让你感兴趣的事情（在过去的一个月里）？

所有的时间，大部分时间，很多时间，有时，偶尔，无1 2 3 4 5 6

12.你是否感到沮丧和忧郁（在过去的一个月里）？

所有的时间，大部分时间，很多时间，有时，偶尔，无1 2 3 4 5 6

*13.你是否情绪稳定并能把握住自己（在过去的一个月里）？

所有的时间，大部分时间，很多时间，有时，偶尔，无1 2 3 4 5 6

14.你是否感到疲劳、过累、无力或筋疲力竭（在过去的一个月里）？

所有的时间，大部分时间，很多时间，有时，偶尔，无1 2 3 4 5 6

*15.你对自己健康关心或担忧的程度如何（在过去的一个月里）？

不关心0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10非常关心，

*16.你感到放松或紧张的程度如何（在过去的一个月里）

松弛0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10紧张

17.你感觉自己的精力、精神和活力如何（在过去的一个月里）

无精打采0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10精力充沛

18.你忧郁或快乐的程度如何（在过去的一个月里）？

非常忧郁0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10非常快乐

19.你是否由于严重的性格、情感、行为或精神问题而感到需要帮助（在过去的一年里）？

是的，曾寻求帮助1；是的，但未寻找帮助2；有严重的问题3；几乎没有问题；没有问题

20.你是否曾感到将要精神崩溃或接近于精神崩溃？

是的，在过去的一年里是的，在一年以前无1 2 3

21.你是否曾有过精神崩溃？

是的，在过去的一年里是的，在一年以前无1 2 3

22.你是否曾因为性格、情格、行为或精神问题在精神病院、综合医院精神病科病房或精神卫生诊所治疗？

是的，在过去的一年里是的，在一年以前无1 2 3

23.你是否曾因为性格、情感、行为或精神问题求助于精神科医生、心理学家?

是的, 在过去的一年里是的, 在一年以前无 1 2 3

24.你是否因为性格、情感、行为或精神问题求助于以下人员?

A.普通医生(真正的躯体疾病或常规检查除外) 1 2

B.脑科或神经外专家 1 2

C.护士(一般内科疾病除外) 1 2

D.律师(常规的法律问题除外) 1 2

E.警察(单纯的交通违章除外) 1 2

F.牧师、神父等各种神职人员 1 2

G.婚姻咨询专家 1 2

H.社会工作者 1 2

I.其它正式的帮助是 种类

否

25.你是否曾与家庭成员或朋友谈论自己的问题?

是的, 很有帮助 1; 是的, 有些帮助 2; 是的, 但没有帮助 3; 否, 没有人可与之谈论 4; 否, 没有人愿意与我谈论 5; 否, 不愿与人谈论 6; 没有问题 7。

注: *为反向计分项。

总体幸福感量表(GWB)记分方法:

GWB记分: 注: **为反向记分*, 1、3、6、7、9、11、13、15、16

6因子:

1. 对生活的满足和兴趣: 6 11;

2. 对健康的担心: 10、15;

3. 精力: 1、9、14、17,

4. 忧郁或愉快的心境: 4、12、1B:

5. 对情感和行为的控制: 3、7、13

6. 松弛和紧张: 2、5、8、16.

总体主观幸福感量表(GWB),系美国国立卫生统计中心编制,是用来评价被试主观幸福感的量表,此量表共有33项,得分越高,幸福度越高。除了评定总体幸福感,本量表还通过将其内容组成6个分量表从而对幸福感的6个因子进行评分.这6个因子是:对健康的担心(H)、精力(E方,对生活的满足和兴趣(S)、忧郁或愉快的心境(SH)对情感和行为的控制(O)以及松弛与紧张(焦虑)RT);国内段建华(1996)对此量表进行了修订,修订后量表单个项目得分与总分的相关在0.48和0.78之间,分量表与总表的相关为0.56~0.88,内部一致性系数男性为0.91、女性为0.95,重测内部一致性系数为0.85。