

# 宁波市居民心理健康素养水平调查

王玉成, 李金成, 杨红英, 宋平, 王云锋, 边国林

宁波市康宁医院防治科(宁波市精神疾病预防控制中心), 浙江 宁波 315201

**摘要:** **目的** 了解宁波市居民心理健康素养水平, 为落实心理健康服务政策, 开展针对性心理健康教育提供依据。**方法** 于2020年8—12月, 采用多阶段分层随机抽样方法抽取宁波市≥12岁常住居民为调查对象, 采用《国民心理健康素养问卷》评估居民心理健康素养具备情况, 分析不同性别、年龄、地区和文化程度居民心理健康素养具备率。**结果** 发放问卷6 654份, 回收有效问卷6 392份, 回收有效率为96.06%。男性2 967人, 占46.42%; 女性3 425人, 占53.58%。18~<45岁为主, 2 705人占40.19%。城市居民3 823人, 占59.81%。文化程度以初中及以下为主, 3 195人占49.98%。心理健康素养具备率为19.06%。心理健康知识得分为(64.06±18.39)分; 心理健康技能中, 人际支持得分为(2.58±0.51)分, 认知重评得分为(2.45±0.57)分, 转移注意得分为(2.82±0.49)分; 心理健康意识得分为(3.63±0.47)分。女性心理健康素养具备率为20.64%, 高于男性的17.22% ( $P<0.05$ ); 城市居民心理健康素养具备率为20.95%, 高于农村的16.23% ( $P<0.05$ )。不同年龄和文化程度的居民心理健康素养具备率差异均有统计学意义 ( $P<0.05$ ), 其中18~<45岁和本科居民具备率较高, 分别为28.98%和40.89%。**结论** 宁波市居民心理健康素养具备率较高, 建议针对男性、农村、文化程度较低和老年人群开展心理健康素养促进活动。

**关键词:** 健康素养; 心理健康; 宁波市

中图分类号: R193 文献标识码: A 文章编号: 2096-5087 (2022) 02-0198-05

## Mental health literacy among residents in Ningbo City

WANG Yucheng, LI Jincheng, YANG Hongying, SONG Ping, WANG Yunfeng, BIAN Guolin

Department of Disease Prevention and Control, Ningbo Kangning Hospital, Ningbo Center for Mental Disease Control and Prevention, Ningbo, Zhejiang 315201, China

**Abstract: Objective** To investigate the mental health literacy levels among residents in Ningbo City, so as to provide the evidence for implementing the mental health service policy and targeted mental health education. **Methods** Permanent residents at ages of 12 years and older were recruited in Ningbo City using the multi-stage stratified random sampling method from August to December, 2020. Subjects' mental health literacy levels were evaluated using the national mental health literacy survey of China, and the gender-, age-, region- and educational level-specific levels of mental health literacy were investigated. **Results** A total of 6 654 questionnaires were allocated, and 6 392 valid questionnaires were recovered, with an effective recovery rate of 96.06%. The respondents included 2 967 men (46.42%) and 3 425 women (53.58%). The respondents were predominantly at ages of 18 to 44 years (2 705 residents, 40.19%), lived in urban areas (3 823 residents, 59.81%), and had an educational level of junior high school and below (3 195 residents, 49.98%). The level of mental health literacy was 19.06%, and the score of mental health knowledge was (64.06±18.39) points. In the dimension of mental health skills, the scores of interpersonal support, cognitive reappraisal

DOI: 10.19485/j.cnki.issn2096-5087.2022.02.019

基金项目: 宁波市医学科技计划项目(2020Y22); 宁波市康宁医院同义青苗人才基金(TYQM02, TYQM12); 宁波市康宁医院同义基金(KNYY202006)

作者简介: 王玉成, 硕士, 副主任医师, 主要从事社区严重精神障碍管理和社会心理服务体系建设工作

通信作者: 边国林, E-mail: 2584086@qq.com.

and transferred attention were (2.58±0.51), (2.45±0.57) and (2.82±0.49) points, and the score of mental health awareness was (3.63±0.47) points. A higher level of mental health literacy was seen in women than in men (20.64% vs. 17.22%,  $P<0.05$ ) and in urban residents than in rural residents (20.95% vs. 16.23%,  $P<0.05$ ). In addition, there were age- and educational level-specific levels of mental health literacy among residents ( $P<0.05$ ), and a higher level was seen in residents at ages of 18 to 45 years (28.98%) and with a bachelor degree (40.89%). **Conclusions** A high level of mental health literacy is found in residents in Ningbo City. Mental health promotion campaigns are recommended among men, rural elderly residents with a low educational level.

**Keywords:** health literacy; mental health; Ningbo City

随着生活节奏的加快,居民心理健康问题日益凸显,已成为影响经济社会发展的公共卫生问题<sup>[1-2]</sup>。居民对常见精神障碍疾病和心理行为了解较少,对心理健康服务的专业性和有效性缺乏认识,制约了对心理健康服务的需求和利用<sup>[3]</sup>。心理健康素养间接反映精神卫生服务需求,提高心理健康素养是精神卫生服务的重要组成部分<sup>[3]</sup>。2018年我国居民心理健康素养具备率仅为12%<sup>[4]</sup>。健康中国行动推进委员会提出,到2022年和2030年,居民心理健康素养水平应分别提升到20%和30%,旨在提升居民心理健康素养水平,减缓心理相关疾病的上升趋势,积极应对当前突出的心理健康问题<sup>[5]</sup>。2019年浙江省宁波市成为首批社会心理服务体系国家试点城市,本研究调查宁波市居民心理健康素养水平,为落实心理健康服务政策,开展针对性心理健康教育提供依据。

## 1 对象与方法

**1.1 对象** 选择2020年宁波市非集体居住(不包括集中居住于军事基地、医院、监狱、养老院和宿舍等)的≥12岁常住居民为调查对象。常住居民指在调查前1年内,在调查地区连续居住并生活≥6个月。

### 1.2 方法

**1.2.1 抽样方法** 估算样本量为6600人。采用多阶段分层随机抽样方法,从宁波市10个县(市、区)各抽取2个街道和2个乡镇;采用按容量比例概率抽样法(proportionate to population size, PPS)从每个乡镇(街道)随机抽取2个村(居委会),每个村(居委会)随机抽取1个片区(约750个家庭户),每个片区随机抽取120个家庭户,采用KISH表法从每个家庭户抽取1名≥12岁的常住居民为调查对象,每个片区完成83份调查为止。

**1.2.2 问卷调查** 于2020年8—12月依托宁波市居民健康素养团队,由经过统一培训的社区卫生服务中心/卫生院责任医师进行入户调查。采用2019年中国

科学院心理研究所编制的《国民心理健康素养问卷》<sup>[4]</sup>评估居民心理健康素养具备情况。问卷内容:(1)心理健康知识,共20题,均为判断题,回答正确计5分,回答错误或未作答计0分,总分100分,得分≥80分为达标。(2)心理健康技能,包括人际支持(3题)、认知重评(3题)和转移注意(5题)3个维度,均为选择题,各选项分别为1~4分,任一维度平均得分≥3分为心理健康技能达标。(3)心理健康意识,共3题,均为选择题,各选项分别为1~4分,总分12分,每题平均得分≥3分为心理健康意识达标。心理健康知识、技能和意识均达标为具备心理健康素养。心理健康素养具备率(%)=(具备心理健康素养人数/调查人数)×100%<sup>[6]</sup>。

**1.3 统计分析** 采用EpiData 3.1软件建立数据库,采用SPSS 24.0软件统计分析。定量资料服从正态分布,采用均数±标准差( $\bar{x}\pm s$ )描述,组间比较采用 $t$ 检验和单因素方差分析;若方差不齐则采用Kruskal-Wallis  $H$ 检验。定性资料采用相对数描述,组间比较采用 $\chi^2$ 检验。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

## 2 结果

**2.1 基本情况** 发放问卷6654份,回收有效问卷6392份,回收有效率为96.06%。男性2967人,占46.42%;女性3425人,占53.58%。18~<45岁为主,2705人占40.19%。城市居民3823人,占59.81%。文化程度以初中及以下为主,3195人占49.98%。

**2.2 心理健康素养具备情况** 具备心理健康素养1218人,具备率为19.06%。其中心理健康知识、人际支持、认知重评、转移注意和心理健康意识达标率分别为25.61%、32.92%、27.00%、44.96%和96.64%。女性心理健康素养具备率高于男性( $P<0.05$ )。城市居民心理健康素养具备率高于农村居民( $P<0.05$ )。不同地区、年龄和文化程度的居民健康素养具备率差异均有统计学意义( $P<0.05$ )。见表1。

表 1 宁波市居民心理健康素养具备率比较

Table 1 Comparison of mental health literacy among residents in Ningbo City

项目 Item	调查人数 Respondents	构成比 Proportion/%	具备心理健康素养人数 Number of people with mental health literacy	具备率 Rate/%	$\chi^2$ 值	P值
地区 Region					134.163	< 0.001
海曙区 Haishu District	617	9.65	139	22.53		
江北区 Jiangbei District	645	10.09	128	19.84		
镇海区 Zhenhai District	650	10.17	191	29.38		
北仑区 Beilun District	617	9.65	157	25.45		
鄞州区 Yinzhou District	652	10.20	132	20.25		
奉化区 Fenghua District	642	10.04	54	8.41		
余姚市 Yuyao City	638	9.98	100	15.67		
慈溪市 Cixi City	642	10.04	120	18.69		
宁海县 Ninghai County	655	10.25	113	17.25		
象山县 Xiangshan County	634	9.92	84	13.25		
居住地 Residence					22.194	< 0.001
城市 Urban areas	3 823	59.81	801	20.95		
农村 Rural areas	2 569	40.19	417	16.23		
性别 Gender					12.053	0.001
男 Male	2 967	46.42	511	17.22		
女 Female	3 425	53.58	707	20.64		
年龄/岁 Age/Year					342.569	< 0.001
12~	216	3.38	56	25.93		
18~	2 705	42.32	784	28.98		
45~	2 104	32.92	270	12.83		
≥60	1 367	21.39	108	7.90		
文化程度 Educational level					571.142	< 0.001
初中及以下 Junior high school and below	3 195	49.98	288	9.01		
高中或中专 High school or technical secondary school	1 306	20.43	270	20.67		
大专 Diploma	846	13.24	234	27.66		
本科 Bachelor	971	15.19	397	40.89		
硕士及以上 Master and above	74	1.16	29	39.19		

2.3 心理健康素养得分情况 心理健康知识得分为(64.06±18.39)分;心理健康技能中,人际支持得分为(2.58±0.51)分,认知重评得分为(2.45±0.57)分,转移注意得分为(2.82±0.49)分;心理健康意识得分为(3.63±0.47)分。女性心理健康知识、人际支持、认知重评和心理健康意识得分均高于男性( $P<0.05$ )。不同年龄和文化程度的居民心理健康知识、人际支持、认知重评、转移注意和心理健康意识得分差异均有统计学意义( $P<0.05$ )。见表 2。

### 3 讨论

《全国社会心理服务体系试点工作方案》《关于加强心理健康服务的指导意见》均提出要提高国民心理健康素养水平<sup>[7]</sup>。本次调查结果显示,宁波市居民心理健康素养具备率为 19.06%,高于 2018 年全国水平(12%)<sup>[4]</sup>。

城市居民心理健康素养具备率为 20.95%,达到了健康中国行动推进委员会提出的 2022 年居民健康

表2 宁波市居民心理健康素养各维度得分比较 ( $\bar{x}\pm s$ )

Table 2 Comparison of scores of mental health literacy among residents in Ningbo City ( $\bar{x}\pm s$ )

项目 Item	心理健康知识 Mental health knowledge	心理健康技能 Mental health skills			心理健康意识 Mental health awareness
		人际支持 Interpersonal support	认知重评 Cognitive reappraisal	转移注意 Transferred attention	
性别 Gender					
男 Male	63.30±18.05	2.53±0.50	2.41±0.57	2.81±0.45	3.61±0.48
女 Female	64.73±18.66	2.62±0.51	2.48±0.57	2.82±0.45	3.66±0.46
<i>t</i> 值	-3.111	-6.757	-4.371	-0.633	-4.038
<i>P</i> 值	0.002	<0.001	<0.001	0.527	<0.001
年龄/岁 Age/Year					
12~	68.73±20.00	2.52±0.54	2.54±0.57	2.66±0.45	3.63±0.54
18~	69.85±17.02	2.61±0.52	2.51±0.56	2.85±0.44	3.69±0.45
45~	61.11±17.62	2.56±0.48	2.41±0.57	2.81±0.45	3.59±0.49
≥60	56.42±18.06	2.53±0.52	2.37±0.59	2.77±0.46	3.59±0.47
<i>F</i> / $\chi^2$ 值	607.760 <sup>a</sup>	27.267 <sup>a</sup>	24.311	19.745	75.744 <sup>a</sup>
<i>P</i> 值	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001
文化程度 Educational level					
初中及以下 Junior high school and below	57.95±17.63	2.55±0.50	2.38±0.58	2.78±0.46	3.58±0.49
高中或中专 High school or technical secondary school	66.08±17.81	2.58±0.49	2.45±0.58	2.80±0.45	3.64±0.48
大专 Diploma	70.40±16.08	2.63±0.50	2.51±0.54	2.87±0.44	3.69±0.45
本科 Bachelor	75.19±15.45	2.62±0.52	2.58±0.52	2.90±0.41	3.74±0.41
硕士及以上 Master and above	73.99±16.18	2.71±0.52	2.62±0.55	2.91±0.38	3.74±0.42
<i>F</i> / $\chi^2$ 值	926.430 <sup>a</sup>	8.149	121.800 <sup>a</sup>	76.609 <sup>a</sup>	119.120 <sup>a</sup>
<i>P</i> 值	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001

注: a表示采用Kruskal-Wallis *H*检验。Note: a, using Kruskal-Wallis *H* test.

素养具备率达到 20% 的目标<sup>[5]</sup>。然而, 不同地区居民心理健康素养具备率仍存在差异。镇海区居民心理健康素养具备率最高, 为 29.38%, 而奉化区仅为 8.41%, 考虑与不同地区抽样情况和居民对题目的理解差异有关。农村居民心理健康素养具备率低于城市居民, 可能是因为农村地区心理健康宣传薄弱, 居民对心理健康的关注度较低, 知识获取渠道较少。应加强农村居民心理健康知识宣传, 鼓励更多的心理健康教育和医疗卫生人员深入农村, 开展心理健康服务<sup>[8]</sup>, 积极探索以提高心理健康素养为目的的健康教育活动, 提升居民心理健康素养水平。

女性心理健康素养具备率高于男性, 与 2018 年全国调查结果<sup>[4]</sup>一致。18~ < 45 岁居民心理健康素养具备率较高, ≥60 岁居民具备率较低, 考虑心理健康素养知识以网络途径宣传为主<sup>[9]</sup>, 中青年人群

较老年人群容易获取。初中及以下文化程度居民心理健康素养具备率较低。此外, 女性、18~ < 45 岁和文化程度较高的居民心理健康知识、心理健康技能各维度和心理健康意识得分均较高。建议通过网络媒体、电视、收音机和报纸等多渠道开展心理健康素养知识宣传, 提高居民心理健康问题关注度, 提升心理健康素养。

随着心理健康促进行动的推进, 宁波市心理健康服务网络逐步健全, 服务能力和水平有所提升, 居民心理健康素养具备率较高。后续应针对男性、老年人和低文化程度人群开展心理健康素养促进活动。定期开展心理健康素养调查, 建立居民心理健康素养提升方案, 选择试点地区检验干预效果, 针对性提高心理健康素养水平<sup>[10]</sup>。本次调查未收集职业、婚姻状况、家庭经济情况和健康状况等资料, 这些因素也可能会

影响心理健康素养水平,应在后续研究中纳入,深入探讨居民心理健康素养的影响因素。

志谢 感谢参与调查的工作人员及居民的积极配合;感谢苏州大学高锦博士的统计指导

参考文献

[1] 宋斐翡,王鑫,剧志英,等.新型冠状病毒肺炎流行期间公众心理健康状况及其影响因素研究[J].公共卫生与预防医学,2020,21(2):23-27.  
SONG F F, WANG X, JU Z Y, et al. Mental health status and related influencing factors during the epidemic of coronavirus disease 2019 (COVID-19) [J]. J Public Health Prev Med, 2020, 21(2): 23-27.

[2] 王振,王渊.突发公共卫生事件心理急救与全民健康[J].中华行为医学与脑科学杂志,2020,29(12):4.  
WANG Z, WANG Y. Psychological first aid for public health emergencies and the national health [J]. Chin J Behav Med Brain Sci, 2020, 29(12): 4.

[3] 王静夷,何燕玲.精神健康素养研究进展[J].神经疾病与精神卫生,2013,13(1):98-101.  
WANG J Y, HE Y L. Progress in mental health literacy [J]. J Neurosci Ment Health, 2013, 13(1): 98-101.

[4] 傅小兰,张侃,陈雪峰,等.心理健康蓝皮书:中国国民心理健康发展报告(2017—2018)[M].北京:社会科学文献出版社,2019.

[5] 中华人民共和国国务院.国务院关于实施健康中国行动的意见[EB/OL].(2019-07-15)[2021-11-29].http://www.gov.cn/zhengce/content/2019-07/15/content\_5409492.htm.

[6] 徐倩倩,梅秋红,冯宏伟,等.2015—2019年宁波市居民健康素养变化及影响因素分析[J].预防医学,2021,33(1):35-40.  
XU Q Q, MEI Q H, FENG H W, et al. Changing trend and influencing factors of health literacy among residents in Ningbo from 2015 to 2019 [J]. Prev Med, 2021, 33(1): 35-40.

[7] 明志君,陈祉妍.心理健康素养:概念,评估,干预与作用[J].心理科学进展,2020(1):1-12.  
MING Z J, CHEN Z Y. Mental health literacy: Concept, measurement, intervention and effect [J]. Adv Psychol Sci, 2020(1): 1-12.

[8] 韩黎,袁纪玮,赵琴琴.农村留守儿童生活事件对心理健康的影响:同伴依恋,心理韧性的中介作用及安全感的调节作用[J].中国特殊教育,2019(7):55-62.  
HAN L, YUAN J W, ZHAO Q Q. The impact of life events on mental health of rural left-behind children: the mediating role of peer attachment and psychological resilience and the moderating role of sense of security [J]. Chin J Spec Educ, 2019(7): 55-62.

[9] 汲新波,王永红,赵春辉.大学生心理适应性和满意度与心理健康教育需求研究[J].中国健康教育,2019,35(1):94-97.  
JI X B, WANG Y H, ZHAO C H. Investigation on psychological adaptability and satisfaction and their psychological health education needs among college students [J]. Chin J Health Educ, 2019, 35(1): 94-97.

[10] 王甜,夏勉,韦辉,等.国民心理卫生素养提升途径的生态化倾向[J].中国健康教育,2019,35(2):156-160.  
WANG T, XIA M, WEI H, et al. The ecological tendency of improving National mental health literacy [J]. Chin J Health Educ, 2019, 35(2): 156-160.

收稿日期:2021-07-30 修回日期:2021-11-29 本文编辑:吉兆洋

欢迎广大卫生健康科技工作者向《预防医学》投稿

www.zjfyxzz.com