

# 「精神健康：成人身心健康系列」第三期

## 學術機構進行的在職人士精神健康研究 (一)



### 簡介

縱觀全球學術界，精神健康是一門跨學科的研究，涵蓋醫學、心理學、社會科學等範疇。其研究重點和領域五花八門，近年多注重人工智能的應用潛能。香港相關的研究較側重於探討不同群體的精神健康概況，在職人士的高工時和工作壓力驅使他們成為重點研究對象之一。

### 1 學術研究關注什麼面向？

自新冠疫情結束以來，精神健康議題的關注度顯著提升，成為社會及學術界的重要焦點。各類群體的精神健康問題逐漸突顯，其中在職人士的精神健康研究尤為關鍵，已成為學術研究的領域之一。近年，在人工智能急速發展的環境底下，相關的發展潛能和應用於基層醫療和精神健康亦有不少研究著墨。經參考七份本地相關研究後，其關注點可歸納為三個面向：

- 1 探究在職人士整體精神健康狀況及其壓力來源
- 2 整合與分析阻礙在職人士尋求精神健康服務的因素
- 3 整合在職人士選擇精神健康服務的偏好及其背後原因

### 2 研究用了什麼方法？研究的對象是誰？

相對僱員支援服務及保險公司的研究，學術研究通常不局限於特定群體或某年齡層，研究對象多涵蓋所有年齡組別的在職人士。

學術研究的研究方法多樣化，以量化研究為主，通過電話訪問或問卷調查收集影響心理健康的數據。

在研究量度方面，基於學術研究多採用學術認可的量表，有關精神健康的量度可歸納為以下三方面 (見表一):

表一 學術研究所採用的量表

量度項目	研究量度
精神健康狀況	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21)</li> <li>• Patient Health Questionnaire-2 (PHQ-2)</li> <li>• Generalized Anxiety Disorder 2-item (GAD-2)</li> <li>• Case-finding and Help Assessment Tool (CHAT)</li> <li>• Hopkins Symptom Checklist (HSCL-10)</li> <li>• Kessler Scale (K6)</li> <li>• Short Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale (SWEMWBS)</li> </ul>
壓力來源	<p>工作壓力相關:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• The Swedish Demand-Control-Support Questionnaire (DCSQ)</li> <li>• Marshall Supervision Subscale of the Job Role Quality Questionnaire</li> </ul>
影響尋求專業 精神健康服務的因素	<p>家庭功能相關:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• McMaster Family Assessment Device (FAD)</li> <li>• Lubben Social Network Scale (LSNS-6)</li> </ul> <p>污名化與歧視相關</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stigma and Acceptance Scale (SAS)</li> <li>• Internalized Stigma of Mental Illness Scale (ISMI)</li> <li>• Bogardus Social Distance Scale (BSDS)</li> </ul>



表二 相關學術研究總結

出版資料	研究方法	量度項目	研究目標
<p>研究名稱: Health-related behaviours and mental health among Hong Kong employees (下稱『研究一』)</p> <p>出版年份: 2017</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 量化研究</li> <li>• 電話訪問1,031 位在職人士</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 精神健康狀況</li> <li>• 壓力來源</li> <li>• 生活方式與習慣</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 分析在職人士的健康相關行為</li> <li>• 評估在職人士的精神健康狀況</li> </ul>
<p>研究名稱: Seeking Help for Mental Health Problems in Hong Kong: The Role of Family (下稱『研究二』)</p> <p>出版年份: 2018</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 量化研究</li> <li>• 網上問卷訪問4,589位香港成年人</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 精神健康狀況</li> <li>• 妨礙求助的原因</li> <li>• 求助方式的偏好及原因</li> <li>• 家庭功能與狀況</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 家庭對個人精神健康的重要性</li> <li>• 家庭功能對個人精神健康求助選擇的影響</li> </ul>
<p>研究名稱: Workplace Mental Health in Hong Kong: A Discourse Analytic Investigation (下稱『研究三』)</p> <p>出版年份: 2021</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 質性研究</li> <li>• 電話和面談的方式共訪問23位在職人士 (電話:6位; 面談:15位)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 語言分析</li> <li>• 精神健康狀況</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 分析在地的社會和文化因素對在職人士精神健康的影響</li> </ul>

表二 相關學術研究總結 (續)

出版資料	研究方法	量度項目	研究目標
<p>研究名稱: Long Working Hours, Precarious Employment and Anxiety Symptoms Among Working Chinese Population in Hong Kong (下稱『研究四』)</p> <p>出版年份: 2021</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 量化研究</li> <li>• 面談訪問2,282位在職人士 (其中抽取1,058位作分析)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 精神健康狀況</li> <li>• 職場狀況</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 分析工作時數與在職人士產生焦慮症狀的關聯</li> </ul>
<p>研究名稱: Socioeconomic Status, Mental Health, and Workplace: Determinants among Working Adults in Hong Kong: A Latent Class Analysis (下稱『研究五』)</p> <p>出版年份: 2021</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 量化研究</li> <li>• 電話訪問1,007位在職人士</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 精神健康狀況</li> <li>• 壓力來源</li> <li>• 妨礙求助的原因</li> <li>• 求助方式的偏好</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 評估不同社經背景在職人士的精神健康狀況</li> <li>• 分析影響不同社經背景在職人士的精神健康因素及壓力來源</li> </ul>
<p>研究名稱: Unveiling Hong Kong's mental health preferences: insights from survey experiment towards precision care (下稱『研究六』)</p> <p>出版年份: 2024</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 量化研究</li> <li>• 網上問卷訪問860位香港成年人</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 精神健康狀況</li> <li>• 求助方式的偏好及原因</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 探討香港成年人對精神健康服務的偏好</li> <li>• 提出未來精神健康服務發展方向的建議</li> </ul>
<p>研究名稱: Study on Perceptions of Stigmatization and Discrimination of Persons with Mental Illness in the Workplace (下稱『研究七』)</p> <p>出版年份: 2023</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 混合研究</li> <li>• 問卷訪問858位在職人士 (當中265位為精神病患者)</li> <li>• 面談訪問50位僱主和公司管理層</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 職場對精神健康的態度與污名化評估</li> <li>• 職場歧視感知及經歷</li> <li>• 職場支援與求助行為</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 評估僱主及員工對精神健康的認知與理解</li> <li>• 研究精神障礙者在職場中被歧視情況</li> <li>• 了解精神障礙者對歧視的應對措施及影響康復的因素</li> </ul>
<p>研究名稱: Caregiver Employees' Mental Well-Being in Hong Kong (下稱『研究八』)</p> <p>出版年份: 2024</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 量化研究</li> <li>• 問卷訪問1,205位在職照顧者</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 精神健康狀況</li> <li>• 壓力來源</li> <li>• 職場狀況</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 評估在職照顧者的精神健康狀況</li> <li>• 探討影響在職照顧者精神健康的因素</li> <li>• 提出未來職場精神健康政策的改善方向</li> </ul>

下期「學術機構進行的在職人士精神健康研究(二)」將會介紹以上學術研究的重點數據結果

