

基于CiteSpace的国内心理健康教育科普研究现状与趋势分析

陆子欣, 陈雅琪, 徐 彤, 汪心茹, 朱冬梅

江汉大学教育学院, 湖北 武汉

收稿日期: 2023年9月16日; 录用日期: 2023年11月1日; 发布日期: 2023年11月13日

摘 要

利用科学知识图谱, 分析我国心理健康科普研究热点与趋势, 明晰心理健康科普领域的研究特征及未来发展方向。本研究应用CiteSpace文献计量工具, 以知网数据库收录的2000~2023年以“心理健康科普”为主题的165条文献作为研究对象, 对其发文量、核心作者、研究机构、热点关键词、突现词等进行图谱可视化, 分析该领域研究热点及方向, 并对现有的研究状况进行脉络梳理, 进而对我国心理健康科普领域的研究特征及未来发展方向做了总结。可视化分析结果显示2016~2022年我国心理健康科普研究领域发文量呈现出持续攀升的趋势, 研究院、医院、高校为主要研究单位, 科普工作、心理健康教育、心理健康服务、传播策略等是近年来该领域的研究热点。本文的研究结果显示, 目前我国心理健康教育科普的方式重视度不够, 但科普方式多样, 科普的对象较少, 这需要通过进一步加强各学者、机构之间的交流与合作来实现。

关键词

心理健康, 科普, 研究热点, 研究趋势, 可视化分析, 知识图谱, CiteSpace

Analysis of the Current Situation and Trends of Domestic Psychological Health Education Popularization Research Based on CiteSpace

Zixin Lu, Yaqi Chen, Tong Xu, Xinru Wang, Dongmei Zhu

School of Education, Jiangnan University, Wuhan Hubei

Received: Sep. 16th, 2023; accepted: Nov. 1st, 2023; published: Nov. 13th, 2023

文章引用: 陆子欣, 陈雅琪, 徐彤, 汪心茹, 朱冬梅(2023). 基于 CiteSpace 的国内心理健康教育科普研究现状与趋势分析. *心理学进展*, 13(11), 5005-5014. DOI: 10.12677/ap.2023.1311630

Abstract

Using a scientific knowledge graph, this study analyzes the hot topics and trends in the field of mental health science popularization in China, and clarifies the research characteristics and future development directions in the field of mental health science popularization. This study used the CiteSpace bibliometric tool to visualize the publication volume, core authors, research institutions, hot keywords, and emerging words of 165 articles with the theme of “Mental Health Science Popularization” collected from the CNKI database from 2000 to 2023. The research hotspots and directions in this field were analyzed, and the existing research status was summarized. Furthermore, a summary was made on the research characteristics and future development directions of the field of mental health science popularization in China. The visualization analysis results show that the number of publications in the field of mental health science popularization in China has shown a continuous upward trend from 2016 to 2022. Research institutes, hospitals, and universities are the main research units, and science popularization work, mental health education, mental health services, and communication strategies have been research hotspots in this field in recent years. The research results of this article show that the current emphasis on the methods of popularizing mental health education in China is not sufficient, but there are various ways of popularizing science and there are few objects of popularizing science. This needs to be achieved by further strengthening communication and cooperation among scholars and institutions.

Keywords

Mental Health, Popularization of Science, Research Hotspots, Research Trends, Visual Analysis, Knowledge Graph, CiteSpace

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

心理健康在我们的生活中扮演着至关重要的角色，它对个人的幸福与生活质量、工作和学业表现、人际关系、社会参与和社会功能等方面都产生了深远的影响。党和国家高度重视国民心理健康，在《“十四五”国民健康规划》中加大了对心理健康的强调力度，明确提出“到2025年心理相关疾病发生的上升趋势减缓，严重精神障碍、职业病得到有效控制”的发展目标。为了达到这一目标，对国民进行心理健康知识和心理保健素养等方面干预是有必要的(傅小兰, 张侃, 陈雪峰, 陈祉妍, 2023)。

心理健康科普是提高国民心理健康素养有效方式，也是国民获取心理健康知识的有效途径。从广义上来说，心理健康主要是指一种高效而满意的、持续的心理状态；从狭义上来讲，指的是人的基本心理活动的过程内容完整、协调一致，即知、情、意、行和谐统一(Diener, 1984)。“科普”，即“科学普及”，指的是利用各种传播手段以浅显的方式向大众介绍科学知识，倡导科学方法、弘扬科学精神的活动(李妍, 2018)。此外，与科研相比，科普还具有教育和引导意义。面向大众的心理科学普及即“心理健康教育科普”。

心理健康科普可以提升公众心理健康意识，提升公众的心理素质，不断丰富公众的精神家园，服务人的全面发展，满足公众对美好生活的新需求。正如应用心理学家所说，心理学的第五个目的是提高人类生活的质量(理查得格里格, 菲利普·津巴多, 2020)。心理健康科普有助于公众更好地了解自己、理解

他人,有助于公众通过正确的方法自我调节、自我提升,更好地处理和解决生活中遇到的问题,获得积极、健康的人生。

心理健康科普的价值在于促进心理健康意识、减少心理健康歧视、早期干预和预防、增强心理韧性、促进积极心理健康、提高帮助寻求意识,以及促进社会稳定与繁荣。这些价值使得心理健康科普对个人、社会和全球的发展和福祉都具有重要的意义。因此,心理健康教育科普在未来一段时间必将成为心理学的热点研究领域。为明晰心理健康科普的研究特征,本研究以“心理健康科普”为关键词,从中国知网(CNKI)中提取研究素材,使用 CiteSpace 软件系统通过可视化分析法讨论了我国心理健康科普研究现状、历程和发展趋势,并对未来研究趋势做了一定预测。

2. 研究方法与数据来源

2.1. 研究方法

研究采用 CiteSpace 软件作为数据分析工具。这种可视化软件能够对知识的结构、信息情况以图谱分布形式呈现(陈悦,陈超美,刘则渊等,2015),通过对可视化图谱的探索得到学科结构、热点前沿等研究规律。国内目前心理健康科普的知识图谱研究较为缺乏,鉴于此,本文采用可视化计量分析方法透视心理健康科普的研究热点与趋势,旨在提炼其核心内容。

采用 CiteSpace5.7.R5 软件对文献信息进行挖掘,主要从作者合作、机构发文、期刊来源等方面分析该领域的基本情况,从关键词的词频、聚类 and 突现等方面分析该领域的研究主题和演进趋势。

2.2. 数据来源

由于国内心理健康教育科普方面的研究在 21 世纪初才逐渐兴起,本文通过中国知网(CNKI)查阅了时间跨度为 2000~2023 的国内,以“心理健康科普”为关键词进行主题检索,共得到 182 条结果。为确保研究的准确性和可靠性,剔除会议论文后最终得到了 165 条有效数据。接下来,本文通过运用知识图谱对这 165 篇文献进行系统梳理和可视化分析,以此揭示国内心理健康教育科普的研究热点与趋势,进而从整体上把握心理健康科普的研究进展和主要特征。

3. 结果与分析

3.1. 发文量分析

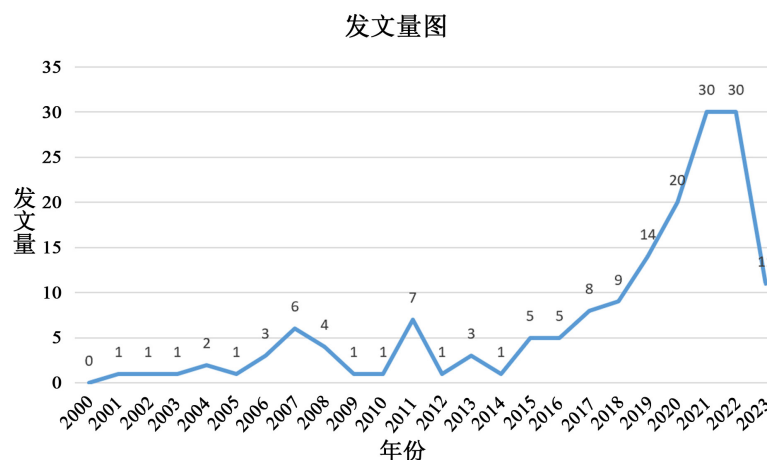


Figure 1. Distribution of publications on psychological health science popularization literature
图 1. 心理健康科普文献发文量分布

文献的年度分布情况对探究研究热度和发展趋势有一定价值，对知网 2000~2023 年数据库收录的心理健康科普文献发文量进行统计分析(见图 1)，可以大致了解心理健康科普研究所经历的阶段、热度和关注度的变化。

发文量分布图显示，2001 年起开始有文献研究我国心理健康科普，此后 2001~2014 年间该领域发文量起伏不大；2015~2021 年我国心理健康科普文献发文量呈上升趋势。由图 1 可以看出，由 2014 年的 1 篇增至 2021 年的 30 篇，表明近年来我国学术界对心理健康科普的关注度持续不断提高。由于前两年新冠疫情的影响，学术界对此领域的关注度逐年增高，心理健康科普研究文献也开始增多。

3.2. 核心作者及合作情况分析

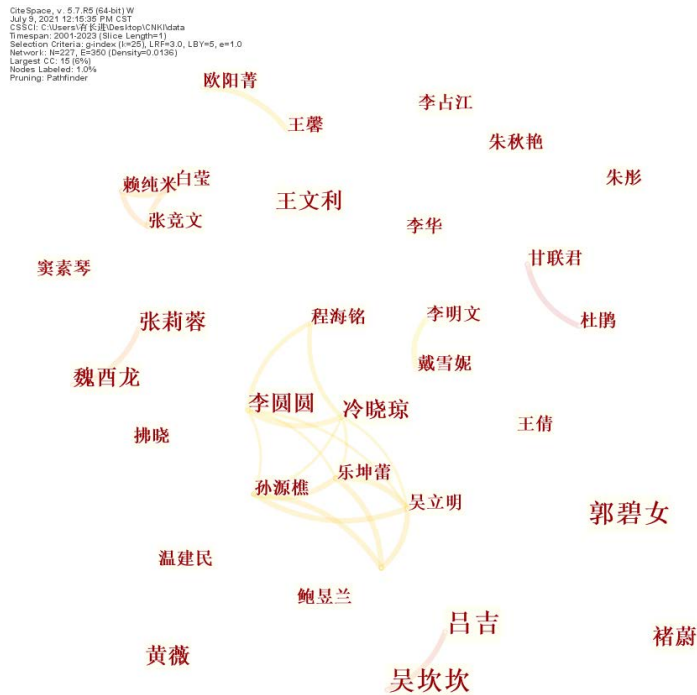


Figure 2. Core author co occurrence graph
图 2. 核心作者共现图谱

Table 1. Analysis of core authors' publishing situation

表 1. 核心作者发文情况分析

序号	核心作者	所属机构	文献量/篇	年份
1	吕吉	滁州学院教育科学学院	4	2011~2013
2	郭碧女	中国心理学会心理学会	4	2006~2007
3	吴坎坎	滁州学院教育科学学院	4	2011~2013
4	魏西龙	成都大学基础医学与护理学院	3	2015
5	张莉蓉	成都大学基础医学与护理学院	3	2015
6	李圆圆	上海市健康促进中心	3	2021
7	黄薇	人民日报	3	2007
8	褚蔚	东南大学出版社	3	2019
9	冷晓琼	上海市健康促进中心	3	2021
10	王文利	湖北省人民政府办公厅	3	2020

在核心作者的可视化图谱中(见图 2), 经数据统计分析(见表 1), 滁州学院教育科学学院吕吉学者发文量是 4 篇, 郭碧女学者发文 4 篇, 吴坎坎学者发文 4 篇, 魏酉龙、张莉蓉等学者发文 3 篇。由图二可知, 最终得到节点数量为 227, 其数量为 350, 网络密度为 0.0136, 这表明在心理健康科普领域, 国内学者之间的合作并不十分紧密。其中程海铭、李圆圆、冷晓琼、乐坤蕾、吴立明等学者和吕吉、吴坎坎, 以及张莉蓉、魏酉龙学者之间形成了三个团体, 并具有一定的合作人数。

3.3. 核心机构及分布特征分析

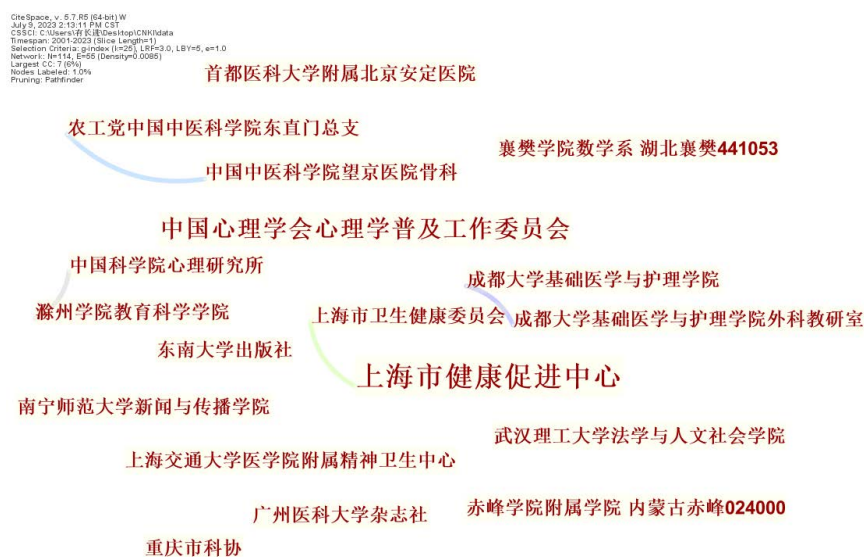


Figure 3. Knowledge graph of research institution distribution
图 3. 研究机构分布知识图谱

机构发文量有助于了解该领域中发文量较多或能够发挥科研引领作用的机构。在研究机构可视化分布图谱中(见图 3), 通过对发文机构进行共现分析发现, 网络节点数量为 114 个, 节点密度为 0.0085, 节点之间连线较少, 说明各研究机构间较少呈现出合作关系, 未来还需加强。通过对机构发文数量进行分析(见表 2), 上海市健康促进中心发文量最高, 共计 4 篇, 是该领域的重要发文机构。此外, 从整体上看发文机构类型涵盖面较广, 包括研究院、高校、出版社、医院、精神卫生中心、出版社等其他组织机构。

Table 2. Analysis of research institution publications

表 2. 研究机构发文情况分析

序号	所属机构	文献量/篇	年份
1	上海市健康促进中心	4	2020
2	中国心理学会心理学普及工作委员会	3	2006
3	中国科学院心理研究所	2	2011
4	东南大学出版社	2	2019
5	重庆市科协	2	2008
6	赤峰学院附属学院	2	2008
7	广州医科大学出版社	2	2021
8	武汉理工大学法学与人文社会学院	2	2022
9	上海交通大学医学院附属精神卫生中心	2	2019
10	首都医科大学附属北京安定医院	2	2021

3.4. 研究文献关键词分析



Figure 4. Keywords network graph
图 4. 关键词网络图谱

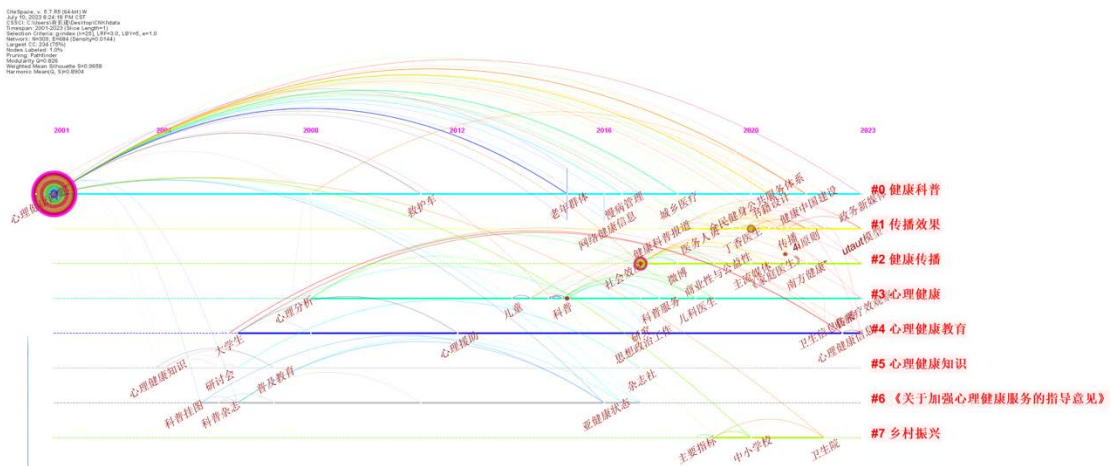


Figure 5. Keywords timeline cluster graph
图 5. 关键词时间线聚类图谱

Table 3. List of high-frequency keywords and their frequencies

表 3. 高频关键词及其频次列表

序号	频次	关键词	年份
1	60	健康科普	2001
2	23	健康传播	2017
3	10	短视频	2020
4	8	传播效果	2019
5	8	心理健康	2015
6	6	科普	2015
7	6	新媒体	2018
8	5	丁香医生	2020
9	5	心理健康服务	2006
10	5	心理健康教育	2006

Top 14 Keywords with the Strongest Citation Bursts

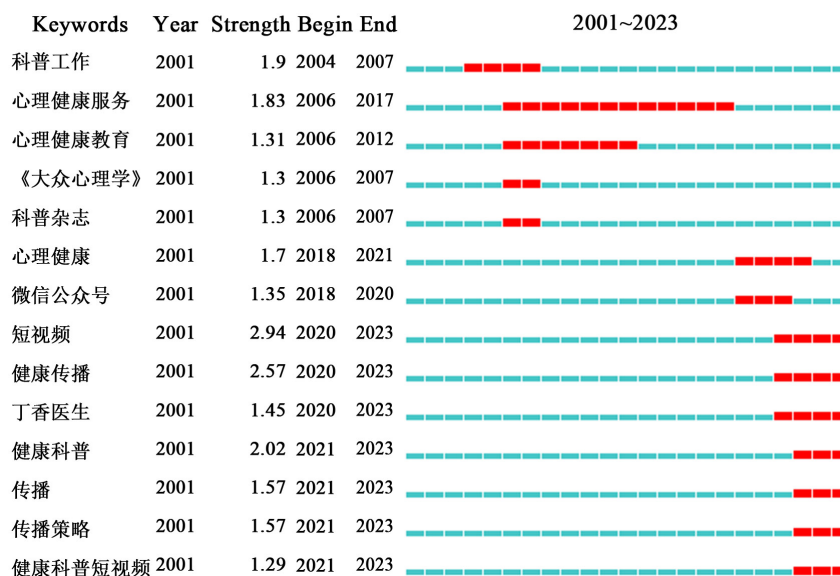


Figure 6. Emerging words in psychological health science popularization research

图 6. 心理健康科普研究突现词

通过对关键词进行分析得到关键词网络图谱(见图 4)和高频词列表(见表 3)。通过心理健康科普关键词图谱可以看出,其节点间连线数量为 309 条,网络密度为 0.0144,这表明在心理健康科普领域,国内学者的研究较为,这也与研究主题的新生度及成熟度有关。通过可视化图谱(见图 4)发现,国内研究紧紧围绕着健康科普、健康传播、心理健康服务、短视频等几个方面,其中“健康科普”关注度最高,频次为 60(见图 5)。

引文突发可以表述为突现词,是指突现词提供的证据表明特定的文献与引文的激增相关联,即是说相关文献在该领域已经吸引到了人们的注意(李杰,陈超美,2017)。心理健康科普研究共得到 14 个突现词(见图 6),清晰地呈现心理健康科普领域的研究前沿。从突现强度来看,“科普工作”关键词表现出较高的突现度,高达 1.9,成为较具影响力的研究前沿,学者们多从不同视角开展了交叉学科研究。

4. 讨论

4.1. 心理健康科普教育的基本情况

从研究发展阶段来看,国内心理健康教育科普研究可以分为三个阶段,萌芽初期、积极探索阶段、创意推进阶段。总书记在 2016 年全国卫生与健康大会上就特别强调,“要加大心理健康问题基础性研究,做好心理健康知识和心理疾病科普工作,规范发展心理治疗、心理咨询等心理健康服务”(人民日报,2016),持续关注心理健康风险突出的部分人群,《中国国民心理健康发展报告(2021~2022)》数据显示:2021~2022 年,在新冠肺炎疫情的影响下,心理健康风险上升为全球十大风险之一(傅小兰,张侃,陈雪峰,陈祉妍,2023),随后 2021、2022 年发文量达到历史新高。

从研究者分布与合作的情况来看,国内学者的研究较为分散,这与研究主题的新生度及成熟度有关。随着 2021 年 3 月全国人大通过《中华人民共和国国民经济和社会发展第十四个五年规划和 2035 年远景目标纲要》,要“健全社会心理服务体系和危机干预机制”(人民日报,2021),预期会有更多的研究者加入心理健康教育科普的研究,随着研究主题的深入,需要更多不同学科的研究者系统探讨心理健康教育

科普的内容、方式等，可以促进研究者之间的合作。

4.2. 心理健康科普教育的发展

某一时段突现的关键词，可以反映该时段内的研究前沿。由图 6 可知，关键词突现的时段并非独立的，时间上存在交叉重叠，内容上各阶段承上启下，可大致将心理健康科普教育的发展历程划分为三个阶段。

萌芽初级阶段(2000~2007 年)，主要强调了加强科普工作的必要性和重要性，并初步从理论和实践层面对如何实施心理健康科普教育工作进行了思考和探索。1948 年，世界卫生组织对“健康”给出的定义是：不仅仅只是没有疾病，更是躯体、心理与社会适应的完好状态。而心理科普对于改善心理健康问题意义重大，心理科普毫无疑问应该被纳入健康传播的研究范畴，但目前健康传播视角下的心理科普研究非常匮乏(基思·斯坦诺维奇, Keith E. Stanovich, 斯坦诺维奇, 2015)。

积极探索阶段(2008~2017 年)，十分注重对心理健康服务和心理健康教育的探讨，通过科普杂志等多种方式来进行心理健康科普，可能与当时颁发的一些政策文件有关。近些年来，国家持续出台了多个政策和指导性文件来支持心理健康行业发展。在国家卫生计生委牵头制订《关于加强心理健康服务的指导意见》之前，总书记就在 2016 年全国卫生与健康大会上提出，要加大心理健康问题基础性研究，做好心理健康知识和心理疾病科普工作，规范发展心理治疗、心理咨询等心理健康服务。

创意推进阶段(2018 年至今)，主要开展了心理健康科普的途径方式方法研究。这一阶段的关键词为公众号、短视频、和传播策略。传播策略包括电视节目、健康类科普 app、科普志愿者、科普挂图、科技馆、心理电影、自媒体心理科普传播、健康类科普短视频、心理健康科普知识展板、科普好书、科普会议、农广播。传播途径发展如此之快可能是因为 2019 新型冠状病毒的突发，使人们的心态发生了巨大的变化，无论是个体还是群体的心理健康状况都受到了影响，心理健康成了防疫抗疫的有力屏障，而心理健康科普在抗疫过程中发挥了重要的作用。疫情基本控制后，心理保健将更加重要，如何建设集专业性、权威性并辅以人文关怀的心理健康科普将不可或缺。

上述三个发展阶段是贯通的，前一个阶段为后一个阶段的发展提供了必要的支持，后一个阶段则是前一阶段的深化和拓展。具体来说，早期研究对心理健康服务和心理健康教育的内容、意义、方式等进行了理论实践探索，之后逐步转向心理健康科普的传播和科普工作研究。此外，各个阶段的研究主题均与国家政策内容紧密相关，说明党和国家长期重视我国心理健康科普工作。

4.3. 心理健康科普教育的研究热点

4.3.1. 心理科普热点方式

所有以人类心理问题、心理现象为题材和内容的电影都可以称之为心理电影，其中以反映心理问题的心理电影对公众尤其具科普价值。早在 2000 年，就有人介绍过国外的电影疗法。有心理问题的人，心理医生会提供一些电影，来访者看完后，心理医生会与来访者开始一次令人兴奋的谈话，这使来访者的心理状况得到显著改善(李国明, 2020)。从国内研究来看，近年来中国心理电影研究主要包括：促进学生心理健康；电影疗法治疗心理疾病；电影疗法对未成年人心理健康状况的影响；心理电影在心理学教育中的应用；电影疗法本身的研究等有定的积累。这些理论和实践的积累表明，利用心理电影进行心理健康教育是可行和有效的。这进一步表明，利用心理电影来普及心理学和心理健康是可行的(薛喜红, 2015)。

“云尚心苑”是武汉科技馆开展的在线心理健康科普项目，结合武汉科技馆科普教育的定位，从科普工作的角度普及心理健康知识，解答市民的心理困惑，为市民提供心理帮助。项目主要包括：心理健康科普文章、心理知识竞赛、心理状态测评、沙画视频、静心训练、心理技能训练、心理答疑、心理健

康沙龙等。从武汉科技馆“云尚心苑”在线心理健康项目看科技馆心理健康科普可行性较高,受众年龄特征明显,受众接受度高,提高了公众获得心理健康服务的便利性(陈丹, 2022)。

科普读物是一种科普性质的书籍,旨在用简单通俗的语言向社会大众普及科学知识和技术,从而使全体国民学习和掌握相关科学知识,使自身具备较高的科学文化素养。科普读物的主要传播对象是全体国民,国民是一个具有主观能动性的整体,能够对科普读物产生一定的反馈。阅读科普读物的人可以直观地感受到科普读物的质量(韩雪峰, 2016)。

4.3.2. 心理科普的内容

我国正处于经济社会快速转型期,人们的生活节奏明显加快,心理健康问题日益凸显。根据国家卫健委联合中科院编制的《心理健康素养十条》中指出,心理健康是指个体在发展的过程中,具有合理的认知、稳定的情绪、良好的人际关系在内的一种完好的状态。从概念的角度看出心理健康指一种状态。Jorm 将心理健康素养的结构调整为 5 个方面:预防心理疾病的知识,心理疾病的识别,求助和有效治疗的知识,有效自助策略的知识和心理急救技能(Jorm, 2012),由此看出心理健康素养与心理健康是完全不同的两个概念,它是一个综合体,涵盖对心理健康相关问题的知识、信念、行为、态度等方面,是通过后天的干预直接进行提升。

发达国家对心理健康素养的研究相对来说较为全面,在全国范围内已经开展了研究。不仅如此,越发达的国家,群众心理健康素养水平越高。我国针对某类高发心理问题的科普,针对性不够。例如没有专门针对抑郁做相关宣传,根据它的发病机制、干预方式不同,应该进行针对性的心理科普。

4.4. 心理健康科普教育的研究趋势

4.4.1. 加大科普宣传力度,推进新媒体健康科普发展

从最开始的关注科普工作,到心理健康服务和心理健康教育的发展,最终形成了不同的科普方式,每一步都是息息相通、互为表里的。互联网下的科普信息具有大众性、时效性、准确性和共享性等特点。与文本、音频、虚拟技术及其他技术相结合,具有比传统媒体更强的传播力和感染力,吸引现有媒体进行新的媒体变化。但是,目前的互联网科普工作存在心理健康信息混乱、科学性较低的问题。如何建立完善的网络科普模式,保证心理健康科普的科学性。这些都是目前心理健康科普工作有待解决的问题。

其次,目前虽然有比以往更多的科普方式如短视频、电视节目等,但是传播力度远远不够,随便向一个路人问起:你知道心理健康科普吗,回答往往都是不清楚,打造的公众号平台影响力也较低,文章的质量不高,拓展新媒体的传播范围是未来心理健康科普研究的发展方向。

4.4.2. 心理健康科普对象的全面具体化

当今社会老年人的受教育程度普遍不高,而且由于年龄大,心理健康问题更容易被忽视;儿童与青少年是祖国的花朵,从小应该保持一个健康稳定的心理状态,父母可能认为孩子年龄小,不会有心理健康问题;中年人普遍受过一定的教育,对心理健康也比较重视,但是他们的心理健康状况不容乐观。在科普方式多样性的同时,可以区分不同年龄段的心理健康问题和科普方式、内容。

目前还较少有针对不同人群的心理科普,大多数以年轻人为主,例如以互联网为媒介进行传播的各种方式,都是年轻人接触较多,且社会对这些人群的关注较多。科普实践越多,积累的经验越多,有关的心理健康科普的研究也就更深入。

4.4.3. 加强跨界合作,助力心理健康科普大力发展

我们也该注意到作者之间和机构之间的合作还有待继续加强。研究发现,该领域中的作者和机构数量不多,总体上跨机构的合作松散,同一个或少数几个研究机构合作产出成果。这启示我们,不同的机

构之间应该加强交流,注重建立合作、协同发展的互助模式。心理学与教育学紧密相连,这启示我们,教育学和心理学专业工作者应该主动开展跨界合作,不断深化研究,更好的助力于心理健康科普工作。

5. 结论

本文从心理健康科普的发文量、作者、机构、关键词等进行了分析,可以看出我国对于国民心理健康教育十分重视,因此越来越多的作者和机构对心理健康教育科普进行研究。综合研究结果来看,今后有必要拓展科普研究内容,从更多元与交叉视角出发,完善心理健康科普工作。虽然科普的方式较多,但针对性不足,而且科普内容的科学性有待考究,未来可结合专业机构进行研究。

参考文献

- [加]基思·斯坦诺维奇, Keith E. Stanovich, 斯坦诺维奇, 等(2015). *这才是心理学: 看穿伪心理学的本质*(窦东徽, 刘肖岑 译). 中国人民大学出版社.
- 把人民健康放在优先发展战略地位努力全方位全周期保障人民健康(2016-08-21). *人民日报*.
- 陈丹(2022). 浅析科技馆做心理健康科普的可行性与展望——以武汉科技馆“云尚心苑”线上心理健康项目为例. *科技传播*, 14(11), 42-44+48.
- 陈悦, 陈超美, 刘则渊, 等(2015). CiteSpace 知识图谱的方法论功能. *科学学研究*, 33(2), 242-253.
- 傅小兰, 张侃, 陈雪峰, 陈祉妍(2023). *心理健康蓝皮书: 中国国民心理健康发展报告(2021-2022)*.
- 韩雪峰(2016). 从受众心理略论提高我国科普读物质量的策略. *科技传播*, 8(16), 60-61.
- 李国明(2000). 看电影能治心理疾病. *科学养生*, (10), 36-37.
- 李杰, 陈超美(2017). *CiteSpace 科技文本挖掘及可视化*. 首都经济贸易大学出版社.
- 李妍(2018). *健康传播视域下自媒体心理科普传播研究*. 硕士学位论文, 重庆: 四川外国语大学.
- 理查得格里格, 菲利普·津巴多(2020). *心理学与生活*(王垒, 王胜, 等 译). 人民邮电出版社.
- 薛喜红(2015). 利用心理电影进行心理健康科普. *科技视界*, (34), 218+229.
- 中华人民共和国国家卫生健康委员会(2019-07-23). *健康中国行动推进委员会办公室 2019 年 7 月 23 日新闻发布会介绍健康中国行动之心理健康促进行动*. <http://www.nhc.gov.cn/xwzb/webcontroller.do?titleSeq=11178&gecstype=1>
- 中华人民共和国国民经济和社会发展第十四个五年规划和 2035 年远景目标纲要(2021-03-15). *人民日报*.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Jorm, A. F. (2012). Mental Health Literacy: Empowering the Community to Take Action for Better Mental Health. *American Psychologist*, 67, 231-243. <https://doi.org/10.1037/a0025957>