



PUBLIC OPINION, MARKETING RESEARCH

訪問主題：母親節媽媽憂鬱傾向調查

訪問時間：107年4月10日至24日晚間18：30 - 22：00

調查方法：電話後四碼電腦隨機抽樣，人員電話訪問

有效樣本：1,078位台灣20歲以上母親

抽樣誤差：95%信心水準下，抽樣誤差為 ± 3.0 個百分點以內

經費來源：TVBS

媽媽憂鬱傾向調查

5%媽媽有憂鬱傾向，估計有憂鬱傾向媽媽人數仍有 35 萬人

母親節即將到來，TVBS 民調中心持續關心媽媽們的心理健康，針對全台 20 歲以上的母親，以美國精神醫學會所發展的憂鬱量表進行調查，依據美國精神醫學會診斷與統計手冊第四版（DSM-IV）的診斷標準，在表 1 中，如果前兩題其中一題選擇「有」，且後七題有四題以上回答「有」，就具有憂鬱傾向，可能是憂鬱症的高風險族群。最新調查結果發現，台灣媽媽有憂鬱傾向的比例，由 101 年的 10%，降至 102 年的 8%，103 及 104 年再降至 6%，105 年降至 5% 的低點，今年調查結果維持在 5%。本次調查結果估計全台 700 多萬位媽媽中，可能仍有多達約 35 萬人有憂鬱傾向。

單親媽媽壓力大，12%離婚的媽媽有憂鬱傾向，高於已婚婦女（5%）及喪偶（4%）的媽媽

進一步與婚姻狀況交叉分析，結果發現離婚的單親媽媽，有憂鬱傾向的比例最高，為 12%，明顯高於已婚婦女的 5%，及喪偶（4%）的媽媽們。整體而言，單親媽媽有憂鬱傾向的比例高於已婚婦女，與經濟、小孩教育可能需獨自負擔有關。

新北市媽媽們，9%有憂鬱傾向，台中市及台南市也皆有 8%，比例較高

與居住地區交叉分析發現，居住在都市化程度較高的六都地區媽媽們，有憂鬱傾向的比例較高，其中住在新北市的媽媽們，有 9% 有憂鬱傾向，而住在台中市及台南市的媽媽們，也皆有 8% 具憂鬱傾向，桃園市的媽媽們為 5%，而住在台北市和高雄市的媽媽們，有憂鬱傾向的比例為 4%，都高於居住在非六都地區的 3%。整體而言，居住在大都市的媽媽有較高的比例具憂鬱傾向，應與都市生活型態、經濟壓力等因素有關，進而影響媽媽們的心理健康。

7%藍領工作者媽媽有憂鬱傾向，比例略高於白領上班族媽媽（6%）及家庭主婦（5%）

從職業方面來看，從事藍領工作的媽媽們，有憂鬱傾向的比例為 7%，略高於白領上班族（6%）；而家庭主婦有憂鬱傾向的比例為 5%，略低於在職場上忙碌的藍領和白領媽媽們。整體而言，職業婦女有憂鬱傾向的比例高於家庭主婦，可能與生活型態忙碌，或是職場環境變化，需更多心力應付有關。

媽媽們若有煩惱，28%向朋友談論，18%向丈夫傾訴，仍有兩成（23%）媽媽煩惱無人知

調查顯示，媽媽們如果心情不好時，找朋友談論煩惱的比例仍為最高，為 28%，比例較去年調查結果減少 3 個百分點；其次是丈夫的 18%，有 8%表示會向姐妹傾訴，4%會和女兒談論煩惱，3%則是媽媽和同事，值得注意的是，仍有超過兩成（23%）的媽媽表示心情不好時，沒有訴說煩惱的對象。

本次調查是 TVBS 民意調查中心於 107 年 4 月 10 至 24 日晚間 18：30-22：00 進行的調查，共接觸 1,423 位 20 歲以上台灣母親，其中拒訪為 345 位，拒訪率為 24.2%，最後成功訪問有效樣本 1,078 位，在 95%的信心水準下，抽樣誤差為±3.0 個百分點以內。抽樣方法採用電話號碼後四碼隨機抽樣，人員電話訪問，所有資料並依母體年齡、地區等變項進行統計加權處理。調查經費來源為 TVBS。原始問卷及詳細交叉表請上網：www.tvbs.com.tw

表 1、最近兩個星期請問您有沒有以下我唸到的症狀？

	101/5/9		102/5/9		103/5/8		104/4/30		105/5/3		107/4/24	
	有 (%)	沒有 (%)	有 (%)	沒有 (%)	有 (%)	沒有 (%)	有 (%)	沒有 (%)	有 (%)	沒有 (%)	有 (%)	沒有 (%)
1.有沒有常常感到情緒低落、沮喪、或絕望	23	77	21	79	19	81	21	79	17	83	16	84
2.有沒有對日常活動都失去興趣或樂趣	15	85	15	85	12	88	13	87	11	89	11	89
3.有沒有胃口不佳、體重顯著減輕或食慾增加、體重顯著上升	12	88	12	88	6	94	9	91	7	93	10	90
4.有沒有失眠或睡眠過度	26	74	23	77	21	79	21	79	20	80	22	78
5.有沒有精神狀態激昂或呆滯	9	91	8	92	7	93	8	92	7	93	7	93
6.有沒有常常感到疲勞或缺乏活力	34	66	29	71	27	73	30	70	25	75	27	73
7.有沒有感覺自己沒有價值感或過度不適當的罪惡感	10	90	10	90	7	93	7	93	6	94	6	94
8.有沒有覺得很難集中精神或思考力，或注意力減退或猶豫不決	25	75	20	80	19	81	18	82	17	83	17	83
9.有沒有反覆想到死亡或自殺的意念，或企圖自殺	3	97	3	97	2	98	3	97	2	98	2	98

Base：20 歲以上台灣母親，本問卷題目根據美國精神醫學會發展的憂鬱量表（DSM-IV）；表中百分比因四捨五入加總可能不等於 100。

說明：如果表 1 前兩題只要有一題為「有」，而且後七題有四個或四個以上為「有」，就具有憂鬱傾向，但不代表就是憂鬱症，還需要精神科醫師做進一步的篩檢與憂鬱症檢測。

表 2、憂鬱傾向檢測率

	<u>101/5/9</u>	<u>102/5/9</u>	<u>103/5/8</u>	<u>104/4/30</u>	<u>105/5/3</u>	<u>107/4/24</u>
	N=806	N=822	N=800	N=850	N=907	N=1,078
有（憂鬱傾向）	10	8	6	6	5	5
沒有（憂鬱傾向）	90	92	94	94	95	95

Base：20 歲以上台灣母親；表中百分比因四捨五入加總可能不等於 100。

說明：如果表 1 前兩題只要有一題為「有」，而且後七題有四個或四個以上為「有」，就具有憂鬱傾向，但不代表就是憂鬱症，還需要精神科醫師做進一步的篩檢與憂鬱症檢測。

表 2-1、憂鬱傾向檢測率與婚姻狀況交叉表

	全體	婚姻狀況		
	(100%)	已婚 (84%)	離婚 (5%)	喪偶 (6%)
有（憂鬱傾向）	5	5	12	4
沒有（憂鬱傾向）	95	95	88	96

Base：20 歲以上台灣母親；表中百分比因四捨五入加總可能不等於 100。

註：其餘百分比過低，不予列出

表 2-2、憂鬱傾向檢測率與居住地區交叉表

	全體	居住地區						
	(100%)	新北市 (21%)	台北市 (10%)	桃園市 (9%)	台中市 (10%)	台南市 (9%)	高雄市 (11%)	其他縣市 (30%)
有 (憂鬱傾向)	5	9	4	5	8	8	4	3
沒有 (憂鬱傾向)	95	91	96	95	92	92	96	97

Base：20 歲以上台灣母親；表中百分比因四捨五入加總可能不等於 100。

說明：其他縣市包括基隆市、新竹縣市、苗栗縣、彰化縣、南投縣、雲林縣、嘉義縣市、屏東縣、澎湖縣、宜蘭縣、花蓮縣、台東縣

表 2-3、憂鬱傾向檢測率與職業交叉表

	全體	職業			
	(100%)	家庭主婦 (40%)	白領上班族 (29%)	藍領工作者 (19%)	退休 (9%)
有 (憂鬱傾向)	5	5	6	7	1
沒有 (憂鬱傾向)	95	95	94	93	99

Base：20 歲以上台灣母親；表中百分比因四捨五入加總可能不等於 100。

表 3、當您心情不好的時候，請問您最常找誰說話，談論您的煩惱？（單選，不提示選項）

	<u>101/5/9</u> N=806	<u>102/5/9</u> N=822	<u>103/5/8</u> N=800	<u>104/4/30</u> N=850	<u>105/5/3</u> N=907	<u>107/4/24</u> N=1,078
朋友	30	27	29	29	31	28
丈夫	19	20	22	20	22	18
姐妹	8	8	5	7	7	8
女兒	5	5	4	5	4	4
媽媽	3	3	4	3	4	3
同事	3	3	3	5	3	3
兒子	3	1	2	2	2	1
其他	5	4	5	4	3	6
都沒有	19	22	21	21	21	23
拒答	5	5	5	4	4	5

Base：20 歲以上台灣母親；表中百分比因四捨五入加總可能不等於 100。

註：其餘百分比過低，不予列出