

老年人老化态度对心理健康的影响

唐丹¹, 燕磊², 王大华²

(1.中国人民大学人口与发展研究中心, 北京 100872;

2.北京师范大学发展心理研究所, 北京 100875)

【摘要】 目的: 从身体、社会和心理三个层面, 以及自我态度和一般态度两个角度来探讨老年人的老化态度及其与心理健康的关系。方法: 对722名老年人施测老化态度问卷和流调中心抑郁量表。结果: ①老年人体验到的积极身体变化和心理健康显著高于心理社会丧失; 自我老化态度比一般老化态度更积极。②老年人体验到的心理社会丧失和身体变化对其抑郁有显著预测作用, 但体验到的心理获得与之无关。③老年人的自我老化态度较一般老化态度可更有力地预测其抑郁水平。结论: 老年人对年老的积极评价多于消极评价, 老化态度与心理健康关系紧密。

【关键词】 老年人; 老化态度; 心理健康; 抑郁

中图分类号: R395.6 文献标识码: A 文章编号: 1005-3611(2014)01-0159-04

The Relationship between the Attitudes Toward Aging and the Mental Health among Older Adults

TANG Dan¹, YAN Lei², WANG Da-hua²

¹Center for Population and Development Studies, Renmin University of China, Beijing 100872, China;

²Institute of Development Psychology, Beijing Normal University, Beijing 100875, China

【Abstract】 **Objective:** To explore the relationship between the attitudes toward aging and depression among older adults. **Methods:** Totally 719 Chinese aged adults were recruited to finish the Attitudes to Aging Questionnaire(AAQ) and the Center for Epidemiological Studies Depression Scale(CES-D). **Results:** ①The aged adults experienced more positive physical changes and psychological growth than psychosocial loss; ②Psychosocial loss and physical changes, but not psychological growth, significantly predicted depression; ③General-attitude and self-attitude significantly predicted depression. **Conclusion:** Chinese aged adults' attitude toward aging is quite positive, which may effectively protect against depression.

【Key words】 Older adults; Attitudes toward aging; Mental health; Depression

老化态度是人们对待变老过程及年老的体验和评价, 是一个较为复杂的心理结构, 从不同的角度切入可分为多个层面。首先, 根据内容的性质可分为消极和积极两方向, 老化的消极方面是指对由年龄增长而带来的生理、心理和社会等方面的丧失负面感受和体验, 积极方面是指一些有关老年期的正性感受和体验, 如健康良好、坚持运动锻炼和由年龄增长带来的智慧或成长等^[1, 2]。其次, 根据评价视角可分为一般老化态度和自我老化态度, 一般老化态度是指向老年人群体的态度; 自我老化态度则指向自己本身^[2, 3]。

老年人个人所持有的老化态度对身心健康有重要影响, 且老化态度中的不同层面对老年人心理健康的影响作用存在差异。持有积极老化态度的老年

人比持有消极老化态度的有更好的记忆成绩^[4]; 对变老的消极体验能够显著预测老年人的孤独和焦虑情绪, 而积极体验作用不显著^[5]; 指向老年人自我评价越积极, 其心理幸福感就越高, 而指向一般老年人群的评价则与老年人的幸福感无关^[3]。同时, 老年人的老化态度受内外多种因素的影响: 内在因素包括自身健康状况、个性特点等; 外在因素包括社会环境、社会支持等, 其中社会环境是影响老年人老化态度的重要外在因素, 人们对老年所持有消极的评价会影响到他们与老年人的交往方式, 进而影响老年人的老化态度^[6]。

西方国家已对老化态度进行了较为充分的研究, 而国内的相关研究相对缺乏, 仅有少量的工具开发及对特定老年人群的初步使用^[1, 5, 7]。传统中国文化是集体参照, 具有崇老尊老意识和道德准则, 而西方文化是个人参照, 强调个人能力且对老年人存在明显的年龄歧视, 因此西方研究发现老年人对衰老的消极体验多于积极体验, 自我老化态度较一般

【基金项目】 国家社科基金青年项目“留守老人心理适应追踪研究”(批准号13CRK011)的阶段性成果; 中国人民大学科学研究基金(中央高校基本科研业务费专项资金资助)项目成果(13XNJ035)

通讯作者: 王大华, Email: devpsy@bnu.edu.cn

老化态度积极^[6,8] ;同时发现指向自我的老化态度与心理健康关联更密切。而这些结论不一定适用于以集体为参照的中国文化。在传统中国文化背景下,老年人的老化态度呈现何种特点?消极体验与积极体验关系如何?自我老化态度与一般老化态度有何差别?不同方面的老化态度又是如何影响着老年人的心理健康?本研究将就上述问题展开分析。

1 对象与方法

1.1 被试

在北京、天津、成都三个城市以方便取样收集到有效问卷722份。被试平均年龄为69.34±6.36岁,其中60-64岁192人(26.6%),65-69岁190人(26.3%),70-74岁201人(27.8%),75-79岁93人(12.9%),80岁以上46人(6.4%);男性388人(53.7%),女性334人(46.3%);已婚653人(90.4%),丧偶46人(6.4%),其他23人(3.2%);小学以下学历153人(21.2%),中学或中专200人(27.7%),大专以上335人(46.4%),其他34人(4.7%)。

1.2 工具

1.2.1 老化态度的测量 采用老化态度问卷(The Attitudes to Aging Questionnaire, AAQ)^[2,7]测量被试的老化态度。该问卷从完全不同意到完全同意5点评分,共24个题目,可从内容和评价视角两个层面进行计分得出老化态度指标。其中内容层面包括三个维度,分别为:心理社会丧失(psychosocial loss)、心理获得(psychological growth)、身体变化(physical change)。心理社会丧失指被试在变老过程中感知到的心理和社会功能方面的消极体验,如老年时光是孤独的;心理获得指被试在变老过程中感知到的心理和社会功能方面的积极体验,如年老是一种优势;身体变化指在变老过程中为身体健康而做出的努力并由此产生的对自身健康的肯定评价,如我的健康比我预计这个年龄时候的要好。本研究中三个维度的Cronbach α 系数分别为0.77、0.79和0.79,总量表为0.79。评价视角层面可分为一般老化态度(指对一般老年人群体变老的评价,量表前7个项目)和对自我老化态度(指对自己变老

的态度,后17个项目),得分越高表明态度越积极。本研究中两维度的 α 系数分别为0.62和0.80。

1.2.2 心理健康的测量 以抑郁作为心理健康的指标,采用流调中心抑郁量表(CES-D)进行测量。该量表以4点计分,总分越高表示抑郁水平越高。

1.3 数据收集与统计方法

采取个体施测和小团体施测相结合的方法。对于无法自行填答的被试,进行个体施测;其他被试在主试的指导下自行完成。主试由心理学专业研究生担任。采用SPSS18.0进行数据分析处理。

2 结果

2.1 老年人老化态度的一般特点

从内容和评价视角两个层面分析老年人老化态度的特点。

以性别、年龄、受教育水平、婚姻状况作为被试间变量,以内容三维度平均分作为被试内变量,进行重复测量方差分析。结果发现,内容维度主效应显著(Pillai's Trace=0.196, $F_{(2,653)}=79.719$, $P<0.001$, $\eta^2=0.804$),身体变化得分最高,心理获得得分次之,心理社会丧失得分最低,LSD事后检验发现两两差异均显著;内容维度与受教育水平交互作用显著(Pillai's Trace=0.021, $F_{(6,1308)}=2.337$, $P=0.03$, $\eta^2=0.979$),简单效应分析发现心理社会丧失($F_{(3,722)}=3.206$, $P=0.001$)和心理获得($F_{(3,722)}=2.208$, $P=0.010$)两维度上各受教育水平之间差异显著,具体均表现为大专及以上学历得分显著低于小学及以下和中学组,其它各教育水平间不存在显著差异;而身体变化维度上差异不显著。其他变量主效应及交互作用均不显著。

由于评价视角是综合使用积极和消极的项目,在分析前对项目评分进行转向处理,得分越高表示评价越积极。以性别、年龄、受教育水平、婚姻状况作为被试间变量,以评价视角平均分作为被试内变量,进行重复测量方差分析。结果发现,评价视角主效应显著,(Pillai's Trace=0.007, $F_{(1,661)}=4.466$, $P=0.035$, $\eta^2=0.993$),自我老化态度得分高于一般老化态度。其他变量主效应及交互作用均不显著。具体结果见表1。

表1 不同受教育程度组老化态度得分(M±SD)

		小学及以下	中学	大专及以上学历	其他	合计
内容	心理社会丧失	2.20±0.77	2.20±0.91	1.97±0.67	1.97±0.76	2.08±0.77
	心理获得	3.21±0.77	3.16±0.80	2.99±0.74	3.20±0.69	3.09±0.76
	身体变化	3.44±0.74	3.53±0.83	3.46±0.68	3.52±0.79	3.48±0.74
评价视角	一般老化态度	3.31±0.64	3.23±0.74	3.20±0.68	3.54±0.56	3.25±0.69
	自我老化态度	3.50±0.52	3.46±0.66	3.36±0.69	3.59±0.53	3.43±0.64

2.2 老化态度内容指标对抑郁的影响

由于老年人的抑郁水平受到性别、年龄、受教育程度和婚姻状况等人口学变量的影响^[9-11],因此本研究将这些变量作为协变量,考察老化态度内容指标对抑郁的预测作用。其中,性别和婚姻以0/1编码,男=0,女=1,无配偶=0,有配偶=1。

以抑郁作为因变量,进行分层回归分析,第一层用强行纳入性别、年龄、受教育程度、婚姻状况,第二层用 stepwise 方法纳入老化态度的内容指标,心理社会丧失和身体变化可有效预测老年人抑郁水平,模型共解释抑郁总变异的 15.5%,具体结果见表2。

表2 老化态度内容指标对抑郁的回归分析

自变量	非标准化系数		标准化系数	t	P	R ²
	B	标准误	β			
(常数)	17.454	5.545		3.148	0.002	
性别	0.312	0.749	0.019	0.416	0.677	
年龄	-0.077	0.065	-0.054	-1.174	0.241	
婚姻状态	-3.195	1.665	-0.085	-1.919	0.056	
教育水平	-0.571	0.402	-0.064	-1.419	0.157	0.007
心理社会丧失	3.721	0.462	0.36	8.063	<0.001	0.128
身体变化	-1.725	0.450	-0.169	-3.834	<0.001	0.155

表3 老化态度评价角度指标对抑郁的回归分析

自变量	非标准化系数		标准化系数	t	P	R ²
	B	标准误	β			
(常数)	31.020	6.197		5.005	<0.001	
性别	0.110	0.780	0.007	0.141	0.888	
年龄	-0.003	0.067	-0.002	-0.039	0.969	
婚姻状态	-3.634	1.741	-0.096	-2.088	0.037	
教育水平	-0.910	0.417	-0.102	-2.182	0.030	0.007
自我老化态度	-2.703	0.808	-0.180	-3.345	0.001	0.069
一般老化态度	-1.718	0.665	-0.140	-2.584	0.010	0.081

2.3 老化态度评价视角指标对抑郁的影响

使用同样方法,控制性别、年龄、受教育程度、婚姻状况后,考察老化态度的评价视角指标对抑郁的影响,结果如下表3。自我老化态度和一般老化态度均可有效预测老年人的抑郁水平,模型共解释总变异的 8.1%,而自我老化态度在模型中的解释明显大于一般老化态度,具体结果见表3。

3 讨 论

3.1 老年人老化态度的基本情况

与黄一帆等人^[7]的结果类似,本研究也发现中国老年人在变老过程中体验到相对较多的积极变化。而西方的大量研究却较为一致地发现,在多个领域,各年龄段中有关衰老的情感、认知及行为等认知成分都表现为消极多于积极^[6]。可见老化态度的确受到环境和文化的影响,在浓厚的崇老尊老文化及社会环境的影响下,老年人对衰老所产生的身体

和心理方面积极体验多于消极体验。

对比老年人的自我和一般老化态度,发现老年人对自己变老过程的体验会更为积极。Festinger认为,社会比较是人类的一个内驱力,对自我评价非常重要^[12]。向下比较是人们普遍采用的一种社会比较方式,人们倾向于通过与更不幸人的比较来增加自己的主观幸福感^[13]。这就可以理解,老年人经历几乎同样的老化过程,但老年人却普遍认为自己比同龄人在变老过程中有更多的积极变化。这个结果与西方研究的结果相似^[6],说明中国的集体主义倾向的文化传统对老年人老化态度的影响不大。

同时,重复测量方差分析发现,在老年人的老化态度各个维度上,性别、年龄、婚姻状况等人口学变量主效应均不显著。说明老化态度是一个较为个人化和稳定的心理结构,基本不受群体人口学特征的影响。分析中发现在社会心理丧失和心理获得两个维度上大专及以上学历老年人得分均低于小学及以下和中学组,社会心理丧失是一种消极体验,而心理获得是积极体验,在这两个维度上大专及以上学历老年人得分均较低,这个结果让人感觉疑惑。结合身体变化维度的结果,我们认为,这种差异体现的可能不是不同受教育水平群体在老化态度上的差异,而是他们在项目反应模式上的差异。不同受教育水平老年人在三个维度上的得分模式是相似的,表现为身体变化>心理获得>社会心理丧失,且大专及以上学历组被访者在三个维度上得分几乎都是最低的。进一步对具体选项的频次进行分析,发现大专及以上学历组老年人在所有问题上选择5的频次都最低。所以,我们认为,受教育水平较高的老年人在对项目进行反应时倾向于不做“非常同意”的极端反应,进而导致其得分显著低于受教育水平较低的老年人。需要说明的是,此讨论目前尚较为粗浅,有必要进一步分析和探讨。

3.2 心理社会丧失和身体变化对心理健康的影响

在控制了性别、年龄、受教育程度、婚姻状况等变量后,心理社会丧失和身体变化得分可显著预测老年人的抑郁,而心理获得未进入方程。

年龄增长带来的心理和社会等方面的变化,对这些变化所持的消极态度对心理健康的负向作用明显大于积极态度对于心理健康的正向作用,这结果与王大华等^[5]的研究结果一致。Tversky 和 Kahneman 等人认为人们有规避损失(Loss Aversion)的特点:失去本身拥有的一件东西远比本身从未拥有过更痛苦^[14]。此外,老年人的老化态度是对衰老所带

来的变化的认知,无论是消极态度还是积极态度,都是老年人经过再适应之后的结果,衰老所带来的丧失可能是直接而显见的,而心理获得更多的是认知再加工或者再适应的结果。所以,心理社会丧失较心理获得可更有力的预测老年人的抑郁水平。

身体变化主要反映有关锻炼和自评健康两方面的态度。积极的自评健康可有效预测老年人的心理健康水平^[15,16],这是因为自评健康不单单反映了个人客观身体健康,更反映了情感调节水平^[17]。同时,对锻炼的态度不单单反映了老年人对身体健康的重视和对锻炼作用的信任程度,更反映了被试的一种应对策略。当伴随老化而来的身体机能开始衰退时,选择锻炼来与之抗衡对老年人的身体和心理心健康都有积极意义,锻炼不仅可在一定程度上保证身体健康,更是对抗抑郁的最佳手段。

3.3 一般和自我老化态度对心理健康的影响

虽然一般老化态度和自我老化态度都可以预测老年人的抑郁水平,但相对一般老化态度,自我老化态度的解释力更大。自我老化态度与心理健康的关系与Levy的刻板印象具体化理论所描述的现象一致:只有当老年人对老化的态度和自己本身相关时,对老化的体验才可能影响其操作成绩^[18]。

但本研究所采用的量表在测量一般老化态度和自我老化态度上存在一定局限,两者测量范畴并不一一对应。测量自我老化态度和一般老化态度的理想方式,应该是针对同一内容同时测量老年人对自己的评价及对一般老年人群的评价。例如,在自我老化态度中测量,通过锻炼我尽可能使自己保持强壮和有活力,对应在一一般老化态度中测量,通过锻炼,多数老年人尽可能使他们保持强壮和有活力。在以后研究中,可以将老化态度问卷发展成包括2(自我和他人)×3(心理社会丧失、身体变化、心理获得)维度的测验,更深入的考察老化态度和心理健康的关系。

参 考 文 献

- 1 李川云,吴振云,等.《老化态度问卷》的编制及其初步试用.中国心理卫生杂志,2003,17(1):47-49
- 2 Laidlaw K, Power MJ, Schmidt S. The attitudes to ageing questionnaire(AAQ): Development and psychometric properties. International Journal of Geriatric Psychiatry, 2007, 22

- (4): 367-379
- 3 Cheng ST, Fung HH, Chan A. Self-perception and psychological well-being: The benefits of foreseeing a worse future. Psychology and Aging, 2009, 24(3): 623-633
- 4 Hess TM, Hinson JT, Statham JA. Explicit and implicit stereotype activation effects on memory: Do age and awareness moderate the impact of priming? Psychology and Aging, 2004, 19: 495-505
- 5 王大华,燕磊.离退休干部的老化态度及其与心理健康状况的关系.中国老年学杂志,2011,31(2):301-303
- 6 Hess TM. Attitudes toward aging and their effects in behavior. In Handbook of psychology and Aging, 2006. 379-406
- 7 黄一帆,王大华,等.老化态度问卷(AAQ)中文版的初步试用.中国临床心理学杂志,2010,18(4):447-450
- 8 Levy B, Ashman O, Dror I. To be or not to be: the effects of aging stereotypes on the will to live. Journal of Death and Dying, 1999, 40(3): 409-420
- 9 彭慧.上海市社区老年抑郁症现患及影响因素研究.上海:复旦大学,2009
- 10 于华林.社区老年人抑郁状况的个体与团体相关因素研究.济南:山东师范大学,2009
- 11 任杰,金志成,等.老年人主观幸福感影响因素的元分析.中国临床心理学杂志,2010,18(1):119-121
- 12 Festinger L. A theory of social comparison processes. Human Relations, 1954, 7(2): 117-140
- 13 Wills TA. Downward comparison principles in social psychology. Psychological Bulletin, 1981, 90: 245-271
- 14 Tversky A, Kahneman D. Advances in prospect theory: Cumulative representation of uncertainty. Journal of Risk and Uncertainty, 1992, 5(4): 297-323
- 15 Diener E, Suh EM, Lucas RE, Smith HL. Subjective well-being: Three decades of progress. Psychological Bulletin, 1999, 125(2): 276-302
- 16 唐丹.城乡因素在老年人抑郁症状影响模型中的调节效应.人口研究,2010,34(3):53-63
- 17 Hooker K, Siegler IC. Separating apples from oranges in health ratings: Perceived health includes psychological well-being. Behavior, Health, and Aging, 1992, 2(2): 81-92
- 18 Levy B. Stereotype embodiment: a psychosocial approach to aging. Current Directions in Psychological Science, 2009, 18(6): 332-336

(收稿日期:2013-07-4)