

# 北京城区老年人心理健康状况及其相关因素分析

李娟 吴振云 许淑莲 (中国科学院心理研究所, 北京 100101)

**【摘要】**目的 调查北京城区老年人心理健康状况, 分析其主要相关因素, 并提出相应的改善措施。方法 对象为北京城区老年人 1 010 例, 采用自编老年心理健康问卷作为评定工具。结果 老年人心理健康总分存在显著的性别、教育水平和职业差异, 年龄和婚姻差异不显著; 健康满意度、生活满意度、经济满意度、夫妻关系满意度、亲子关系满意度、患病数、重大生活事件数与心理健康总分或分量表分相关显著; 回归分析发现, 健康满意度和教育水平对总分有显著影响。结论 北京城区老年人心理健康保持尚好, 促进老年人身体健康和提高其教育水平将有助于改善其心理健康状况。

**【关键词】** 老年人 心理健康 健康满意度 教育水平

**【中图分类号】** R844.4 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1005-9202(2002)05-0336-03

## Mental Health of the Elderly in Beijing Urban Area and Analysis of Related Factors

L I Juan, W U Zhen-yun, X U Shu-lian

The Institute of Psychology, Chinese Academy of Sciences, Beijing 100101

**【Abstract】 Objective** To explore the mental health of elderly in Beijing urban area and its related factors **Methods** 1 010 old subjects from Beijing urban area were tested with mental health inventory for Chinese elderly. **Results** There was significant sex differences, educational level differences, vocation differences and no significant age differences and marriage differences in the total scores. High correlations were found between total or subscale scores and health satisfaction, life satisfaction, economy satisfaction, husband-wife relationship, parents-children relationship, numbers of diseases and critical life events. It was further revealed with stepwise regression analysis that health satisfaction and education had significant effects on the total score. **Conclusions** There was no significant decline with aging in mental health of the elderly. Intervention for increasing health and education may improve the older people's mental health.

**【Key words】** Elderly Mental health Health satisfaction Educational level

老年人心理健康状况的研究已有报道, 但大多针对某些特定的老年群体, 如军队离退休干部<sup>[1]</sup>, 高校离退休老人<sup>[2]</sup>, 冬泳老人<sup>[3]</sup>等。而且所采用的问卷都是从国外引进, 如: 症状自评量表(SCL-90), 康耐尔医学量表(CMS)等。这些量表往往偏长, 不适用于老年人, 项目的选择是为了临床鉴别症状, 而不是用于心理健康的调查研究。还有些研究仅仅涉及老年人心理健康的某个方面, 如: 社会心理因素<sup>[4]</sup>, 主观幸福感<sup>[5]</sup>等。基于此, 本研究将采用自编的老年心理健康问卷经信效度检验合格, 对北京城区抽取的 1 010 例老年人进行心理健康状况调查, 分析影响其心理健康的主要因素, 并提出相应的改善措施。

### 1 对象与方法

**1.1 调查对象** 本次调查与首都医科大学宣武医院北京老年病医疗研究中心社会医学部进行的“北京老龄化多维纵向研究”的第四轮随访工作同步进行。该研究在北京城区、郊区和山区, 分层、整群、随机取样 3 000 余例, 年龄、性别、文化程度等方面与北京老年人总体状况一致, 样本具有代表性。研究包括人口学资料、家庭社会联系、健康状况、神经心理、心理健康、经济

状况、卫生行为等多个维度的测查。本研究共收集心理健康问卷回答完整的城区样本 1 010 例。人口学特征如下: 年龄: 55~96 岁(平均 70.20 岁), 分成 3 个年龄组: 初老年组(55~59 岁)59 例(5.8%), 老年组(60~74 岁)655 例(64.8%), 老老年组(75 岁以上)296 例(29.3%)。性别: 男性 508 例(50.3%)、女性 501 例(49.6%), 不详 1 例(0.1%)。教育水平: 文盲 209 例(20.7%)、小学 273 例(27.0%), 中学 281 例(27.8%), 大学 229 例(22.7%)、不详 18 例(1.8%)。各年龄组平均受教育年限: 初老年组 13.43 年, 老年组 9.36 年, 老老年组 6.50 年, 教育水平年龄差异非常显著( $P < 0.001$ )。男女平均受教育年限: 男性 10.50 年, 女性 6.96 年, 性别差异非常显著( $P < 0.001$ )。婚姻: 未婚 5 例(0.5%), 有配偶 790 例(78.2%), 分居 4 例(0.4%), 丧偶 211 例(20.9%)。职业性质: 以脑力劳动为主 270 例(26.7%), 以轻体力劳动为主 293 例(29.0%), 以重体力劳动为主 141 例(14.0%), 不详 306 例(30.3%)。

**1.2 方法** 采用自编老年心理健康问卷作为评定工具。问卷包含性格、情绪、适应、人际和认知五方面, 共计 50 道题, 正向和反向各 25 道, 要求对每道题回答“是”或“否”。积极性回答记“1”分, 消极性回答记“0”分, 分数越高表示心理健康状况越好, 满分 50 分。问卷信、效度检验合格, 适合国情, 通俗易懂, 简短有效(详见另文报告)。

作者简介: 李娟, 女, 29 岁, 理学博士, 研究方向: 老年心理学, 认知神经科学

## 2 结果

### 2.1 人口学特征与心理健康

2.1.1 不同年龄组的心理健康状况 见表 1。结果表明,心理健康总分年龄差异不显著,但“人际”和“认知”分均随增龄而

显著下降,主要在于初老年组“人际”分显著高于两个老年组( $P < 0.01$ ),初老年组“认知”分显著高于老老年组( $P < 0.05$ )。“性格”分则随增龄而显著上升,主要在于老老年组显著高于初老年组( $P < 0.05$ )。其它各项比较均不显著。

表 1 不同年龄组心理健康状况比较( $\bar{x} \pm s$ )

年龄组	总分	性格	情绪	适应	人际	认知
初老年	35.13 ± 8.57	5.67 ± 1.56	5.09 ± 2.88	9.80 ± 2.10	9.50 ± 1.75	5.27 ± 2.65
老年	34.47 ± 8.30	6.05 ± 1.70	5.11 ± 2.76	9.61 ± 2.29	8.42 ± 2.82	4.60 ± 2.43
老老年	32.92 ± 8.81	6.28 ± 1.59	5.32 ± 2.72	9.24 ± 2.46	8.09 ± 2.61	4.36 ± 2.42
<i>F</i>	1.574	3.675	0.569	2.867	6.248	3.267
<i>P</i>	0.208	0.026	0.566	0.057	0.002	0.039

2.1.2 不同性别老年人的心理健康状况 见表 2。老年人心理健康总分的性别差异显著,男性高于女性( $P < 0.05$ )。其中

“情绪”、“适应”、“性格”和“认知”分,均男性显著高于女性。而“人际”分女性明显高于男性。

表 2 不同性别老年人心理健康状况比较( $\bar{x} \pm s$ )

性别	总分	性格	情绪	适应	人际	认知
男	34.88 ± 8.46	6.21 ± 1.63	5.55 ± 2.66	9.85 ± 2.25	7.93 ± 2.75	4.82 ± 2.51
女	33.52 ± 8.35	5.98 ± 1.70	4.79 ± 2.80	9.10 ± 2.37	8.97 ± 2.52	4.32 ± 2.36
<i>t</i>	2.215	2.103	4.256	4.372	6.594	3.106
<i>P</i>	0.027	0.036	0.000	0.000	0.000	0.002

2.1.3 不同教育水平老年人的心理健康状况 见表 3。心理健康总分有随教育水平的提高而显著增加的趋势,其中主要在于大学总分明显高于文盲( $P < 0.05$ )和小学( $P < 0.001$ );中学总分显著高于小学( $P < 0.01$ )。“情绪”、“适应”和“认知”分的

差异均显著。其中“情绪”分,小学明显低于其它 3 组,大学显著高于文盲和小学;“适应”分,大学和中学均明显高于文盲和小学;“认知”分,大学明显高于文盲和小学( $P < 0.001$ );中学也显著优于文盲( $P < 0.05$ )。

表 3 不同教育水平老年人心理健康状况比较( $\bar{x} \pm s$ )

教育水平	总分	性格	情绪	适应	人际	认知
文盲	33.71 ± 8.22	6.21 ± 1.56	5.24 ± 2.81	9.18 ± 2.32	8.68 ± 2.52	4.03 ± 2.25
小学	32.31 ± 8.78	5.90 ± 1.69	4.65 ± 2.88	9.04 ± 2.39	8.18 ± 2.64	4.34 ± 2.39
中学	35.12 ± 8.61	6.12 ± 1.70	5.18 ± 2.69	9.85 ± 2.34	8.50 ± 2.83	4.76 ± 2.46
大学	35.68 ± 7.69	6.24 ± 1.66	5.64 ± 2.56	10.09 ± 2.05	8.25 ± 2.84	5.13 ± 2.57
<i>F</i>	6.319	1.985	5.130	11.001	1.550	7.961
<i>P</i>	0.000	0.115	0.002	0.000	0.200	0.000

表 4 不同职业老年人心理健康状况之比较( $\bar{x} \pm s$ )

职业	总分	性格	情绪	适应	人际	认知
脑力	35.27 ± 8.94	6.26 ± 1.75	5.56 ± 2.65	9.80 ± 2.10	8.37 ± 2.75	4.77 ± 2.55
轻体力	33.35 ± 8.09	6.23 ± 1.60	4.94 ± 2.87	9.61 ± 2.29	8.40 ± 2.68	4.34 ± 2.31
重体力	32.94 ± 8.31	5.66 ± 1.76	4.66 ± 2.86	9.24 ± 2.46	8.23 ± 2.50	4.30 ± 2.22
<i>F</i>	3.689	3.675	5.450	7.018	0.183	2.610
<i>P</i>	0.026	0.026	0.004	0.001	0.833	0.074

2.1.4 不同职业老年人的心理健康状况 见表 4。结果表明,总分以及性格、情绪和适应分都存在显著差异,均表现为“脑力”优于“轻体力”,而“轻体力”又优于“重体力”的趋势。

2.1.5 不同婚姻状况老年人的心理健康状况 总分和各分量表分均无显著性差异( $P > 0.05$ )。

2.2 老年人心理健康状况的相关因素 心理健康与健康满意

度、生活满意度、经济满意度、夫妻关系满意度、亲子关系满意度、患病数、重大生活事件数相关。见表 5。

表 5 诸因素与心理健康状况的相关性( $r$ )

因素	总分	性格	情绪	适应	人际	认知
经济满意度	-0.054	-0.037	-0.060 <sup>1)</sup>	-0.044	-0.040	0.018
疾病数	-0.106 <sup>2)</sup>	-0.064 <sup>1)</sup>	-0.097 <sup>2)</sup>	-0.088 <sup>2)</sup>	-0.052	-0.113 <sup>2)</sup>
生活满意度	-0.108 <sup>2)</sup>	-0.033	-0.101 <sup>2)</sup>	-0.114 <sup>2)</sup>	-0.040	0.081 <sup>2)</sup>
夫妻关系满意度	-0.018	-0.040	-0.049	-0.036	-0.052	-0.063 <sup>1)</sup>
生活事件数	-0.057 <sup>1)</sup>	-0.079 <sup>2)</sup>	-0.081 <sup>2)</sup>	-0.052	-0.023	-0.044
健康满意度	-0.245 <sup>2)</sup>	-0.162 <sup>2)</sup>	-0.194 <sup>2)</sup>	-0.211 <sup>2)</sup>	-0.121 <sup>2)</sup>	-0.200 <sup>2)</sup>
子女关系满意度	-0.047	-0.010	-0.084 <sup>2)</sup>	-0.078 <sup>2)</sup>	-0.050	-0.008

注: 满意度评估: 1 很满意 2 满意 3 一般 4 不满意 5 很不满意; 1)  $P < 0.05$ ; 2)  $P < 0.01$

2.3 心理健康状况与相关因素的回归分析 为进一步深入考察影响老年人心理健康状况的因素, 分别以总分和各分量表分为因变量, 上述存在显著差异或显著相关的因素为自变量, 进行逐步回归分析, 发现健康满意度和教育水平对总分有显著影响, 健康满意度对各分量表也均有显著影响。此外, 性别、生活事件数、文化程度、职业等因素对不同分量表分存在显著影响。

### 3 讨论

北京城区老年人心理健康总体状况与初老期相比没有显著下降, 提示老年人心理健康保持尚好, 这正是实现健康老龄化的重要基础, 也为开发利用老年人才资源提供了科学依据。但是, “认知”和“人际”分随增龄而显著下降。这可能是由于老年人退休后, 生活圈子缩小, 活动和人际交往也相应减少。脑力活动的减少, 以及大脑、感觉器官等生理结构的退化导致认知功能减退。

本研究发现, 教育水平、性别、职业、健康满意度、生活满意度、经济满意度、夫妻关系满意度、亲子关系满意度、患病数、重大生活事件数等诸多因素与心理健康有关。进一步回归分析发

现其中对心理健康总体情况影响最大的是健康满意度和教育水平两项因素。究其原因, 老化是个体发展的必然过程, 随着年龄增长, 人体机能面临下降趋势, 老年人易患各种老年性疾病(如高血压、冠心病、糖尿病等), 这些躯体疾病成为相当强的负性心理刺激。所以老年人只有对自己的身体状况基本满意, 才能保持良好心理状态。教育水平对心理健康状况有影响, 可能由于其与职业密切相关。一般来说, 教育水平高者大多从事脑力工作, 他们即使退休后, 仍经常读书、看报, 学习新事物, 甚至返聘工作, 继续为社会作贡献。因此, 他们相对而言, 脑功能得到较好锻炼, 参与社会活动较多, 生活内容丰富, 促使他们情绪良好, 善于调适自己, 认知功能也保持正常。

本研究提示: 健全医疗保障制度, 提倡科学合理的生活方式, 促进老年人身体健康是保持心理健康的重要前提。此外, 应对老年人采取适当的干预措施, 通过不同渠道, 采取不同方式, 使他们不断提高文化水平, 培养各种有益的兴趣爱好。这不仅促进自身的情绪调适、社会适应和人际交往能力, 并延缓其认知功能减退, 从而全面改善其心理健康状况。而且也有助于老年人在享受社会提供的养老资源的同时, 发挥自己的知识才能, 老有所为, 实现自我价值。

(本工作得到首都医科大学宣武医院北京老年病医疗研究中心社会医学部大力支持, 帮助完成取样及有关任务, 特此致谢!)

### 4 参考文献

- 1 关念红, 唐济湘, 易欢琼 *et al.* 高校离退休老人心理状况与家庭特征的相关性研究 [J]. 中国民政医学杂志, 1999; 11(3): 164-166
- 2 李权超, 何英强, 胡 葱 *et al.* 军队离退休干部心理状况分析 [J]. 中国老年学杂志, 2001; 21(2): 145-146
- 3 张红静, 马颖竹, 潘 燕 *et al.* 冬泳老年人心理健康状况分析 [J]. 中国行为医学科学, 1998; 7(3): 217-218
- 4 侯玉波. 人格与社会心理因素对老年人健康的影响 [J]. 北京大学学报(自然科学版), 2000; 36(5): 719-724
- 5 卢抗生, 袁小青. 影响退休干部生活满意度的主观因素分析 [J]. 中国临床心理学杂志, 2001; 9(2): 146-147

[2001-08-26 收稿]

(编辑 曲 莉)

## 《现代老年学》出版

《现代老年学》(郑州大学出版社出版, 2001 年 11 月)系我国最新一部老年学专著, 费孝通、邬沧萍、陈可冀、何慧德任顾问, 著名老年学者魏太星、邱保国、吕维善任主编, 各专业的教授、研究员、主任医师为撰写者。

本书反映了国内外现代老年学各分科的成就和进展, 包括绪论、老年社会学、老年文化学、老年心理学、老年生物学、老年预防医学、老年临床医学、老年运动医学、老年康复医学和中医老年学, 共 9 篇。其中老年文化学以及老年社会学是同类书籍中所缺乏的, 也是精彩篇章之一。本书涉猎了国内外最新老年学资料, 荟萃精华, 博彩众长, 全面探讨了老年各方面问题, 注意理论与实践相结合, 科学性与实用性并重, 是国内老年学方面一部较全面系统的学术性最新大型参考书。全书 177 万字, 附插图 299 幅, 表 171 个。本书读者对象广泛: 可供老龄工作方面领导决策的参考, 老年社会学、文化工作者、心理工作者以及老年病临床及保健工作者参考, 也是老年人养生防病的指南。