

[老年护理]

# 温州地区老年人精神养老需求的质性研究

王晶煜 赵金伟 董超群

**[摘要]** 目的 了解温州地区老年人精神养老的需求。方法 采用目的抽样法,于2019年10月—2020年1月对温州地区12名老年人进行面对面半结构式深入访谈,并用Colaizzi七步分析法进行资料分析,提炼主题。结果 温州地区老年人的精神养老需求可归纳为三个主题:自我发展需求,包括实现价值需求和爱好兴趣需求;亲情需求,包括晚辈健康发展的需求、被晚辈孝顺与支持的需求和配偶陪伴与支持的需求;社会需求,包括社交需求、尊重与认可需求和经济需求。结论 老年人精神养老需求涉及个体、家庭和社会多个维度,社区护士应充分联合相关机构与部门,多方面开展精神养老工作以充分满足老年人的个性化需求,增进其精神健康。

**[关键词]** 老年人;精神养老;需求;质性研究

自我国2000年进入老龄社会以来,我国老龄化情况日益严峻,老年人口和高龄人口规模一直位居世界首位。据统计,2017年我国60岁及以上老年人口已达2.41亿,2053年将达到峰值4.87亿<sup>[1]</sup>。鉴于我国老年人口数量大、增速快、群体差异大,以及未富先老、未备先老等重大人口国情<sup>[2]</sup>,如何让庞大的老年群体老有所养,提高老年人的幸福感和获得感已成为重中之重。

精神养老是一种全新的养老模式,涵盖老年人收获的精神支持、精神诉求和精神满足,在解决城市老年人精神需求与满足问题方面具有重要作用。然而,调查显示<sup>[3]</sup>目前社会对老年人的关注尚未受到应有的重视,精神养老问题已成为制约老年人健康发展首要问题,若其精神需求长期得不到满足,则容易出现孤独、烦躁、抑郁等一系列的心理问题,这必然会加速其生理和心理上的衰老。由此可见,精神养老问题已成为老龄化问题的新挑战。2019年,国家颁布了《关于开展老年护理需求评估和规范服务工作的通知》需对老年人的护理需求进行评估以精准提供养老服务。因此,了解老年人的精神养老需求,加强老年人的精神养老服务是健康老龄化的必然要求。鉴于此背景,本研究旨在通过现象学质性研究了解老年人精神养老的需求,从而促进老年人心理健康,缓解精神孤独,为促进老龄化社会健康发展提供参考依据。

## 1 对象与方法

1.1 研究对象 采取目的抽样法,在充分考虑老年人年龄、文化程度、婚姻状况和疾病状态的基础上,于2019年10月—2020年1月在温州地区抽取符合纳入和排除标准的老年人为研究对象。研究对象的

纳入标准:①年龄65岁及以上;②神志清楚,具备正常的语言理解和沟通能力;③知情同意,自愿参与本研究。排除标准:①功能性和器质性精神疾病者;②坚决不愿参加调查或身体虚弱难以完成访谈。研究样本量以受访者的资料重复出现,且资料分析时不再有新的主题呈现(资料饱和)为标准<sup>[4]</sup>,最终纳入12名老年人,受访者一般资料见表1。

## 1.2 研究方法

1.2.1 资料收集方法 本研究获得温州医科大学伦理委员会的审核。采用现象学的研究方法,在与老年人建立起信任关系后,侧重研究老年人的心理体验,以面对面的半结构式访谈法收集资料。访谈者由两名高年级的护理本科生开展,已充分具备护理心理学、老年护理学、护理人际沟通和护理研究的知识。访谈前,由一名具有国家二级咨询师资质的护理学博士(第三作者)对两名访谈者进行质性研究的系统培训,访谈者充分学习访谈技巧、质性资料转录与分析等质性研究的方法和技能。访谈提纲由护理心理学博士基于马斯洛需求理论在广泛阅读文献后结合以往对精神养老内涵的分析所制定,包括:①您目前的精神状态如何?什么会影响您的精神状态?您如何调节自己的精神状态?②您觉得在您养老的过程中,有哪些精神方面的需求?为什么?③在精神养老方面,您期待得到哪些帮助?④在精神养老方面您还有什么要谈的?

正式访谈前,访谈者对3位老年人进行预访谈。访谈时,充分告知老人访谈的目的与意义,并签署知情同意书,保证访谈内容完全保密,姓名用“A”“B”“C”“D”“E”“F”“G”“H”“I”“J”“K”“L”进行替代。访谈在安静、独立的环境中进行,每位老人的访谈时间约为40~60 min,访谈过程全程录音。访谈结束后,语音资料由访谈者转录并记录,为保证资料真实性,将转录好的资料返回研究对象进行再一次核实。

[DOI] 10.19793/j.cnki.1006-6411.2022.03.035

[工作单位] 温州医科大学护理学院 温州 325000

[作者简介] 王晶煜,女,本科在读,学生

[通信作者] 董超群

[收稿日期] 2021-01-23

表 1 受访者一般资料

编号	性别	年龄/岁	婚姻状况	文化程度	子女数量	退休前职业	居住状况	患慢性病情况
A	女	79	已婚	小学	两子	会计	养老院(与保姆)	高血压
B	女	75	丧偶	初中	两子一女	仓库门卫	居家(独居)	无
C	男	77	已婚	高中	两子一女	土产公司职员	居家(与子女、配偶)	无
D	男	94	丧偶	小学	两子两女	政府干部	居家(独居)	高血压、糖尿病、冠心病、胃部疾病
E	男	96	已婚	中学	三子两女	政府干部	居家(与配偶)	高血压、糖尿病
F	男	73	已婚	中专	两女	检察官	居家(与配偶)	糖尿病
G	女	84	丧偶	小学	一子两女	产品检验工人	居家(与儿子)	心脏病、糖尿病
H	男	93	已婚	初中	两子	政府干部	居家(与配偶)	心脏病、糖尿病
I	女	90	丧偶	中专	两子三女	外科护士	居家(与保姆)	无
J	男	69	已婚	小学	两子一女	做生意	居家(与配偶)	无
K	男	65	已婚	小学	一子两女	农民	居家(与配偶)	糖尿病
L	男	74	已婚	小学	一子两女	农民	居家(与配偶)	高血压

1.2.2 资料分析方法 访谈内容得到研究对象认可后,研究者对文字资料进行反复阅读、整理、归类及编码,并将结果与原始资料进行比较,形成最终主题。资料分析和收集同步进行,及时反思并调整下一次资料收集的过程。

资料分析方法采用 Colaizzi 现象学资料七步分析法进行分析。具体过程:①详细记录并仔细阅读所有的访谈资料,明确每一句描述都真实表达了访谈对象的意思;②提取与研究现象相吻合的、有意义的陈述;③对有意义的陈述进行归纳和提炼意义编码;④寻找意义的共同概念或特性,形成主题、主题群、范畴;⑤复原原始的陈述;⑥提炼关键词,升华主题;⑦将所得结果返给被访者,求证内容的真实性<sup>[5]</sup>。应用 Nvivo 12 软件进行分类编码。

1.2.3 质量控制 本研究的研究者已系统学习质性研究的理论知识,已掌握质性研究的方法和访谈技巧。访谈录音由一名研究者负责并转录,并由一名护理学博士负责核对转录信息,并将转录资料返回至研究对象再次确认。本研究的严谨性主要通过以下途径实现:①正式访谈的访谈提纲是由研究者(第三作者)在阅读大量文献基础上,结合预调查结果后所确定;②由两名研究者(第一作者和第三作者)分别对同一份文字资料反复阅读、分析、编码,提取与研究现象有关的语句和词组进行编码,辨识出相似观点后,形成最终主题。研究者间不同的意见经研究小组共同讨论确定,并不断地将结果与原始资料进行比较,使分析解释更具合理性和逻辑性。

## 2 结果

共提炼三个主题,分别为自我发展需求、亲情需求和社会需求。

### 2.1 自我发展需求

2.1.1 实现价值需求 参与社会活动是老年人实现自我价值,满足精神养老需求的重要内容。如手受伤的个案 B 希望手赶快好起来去参与社工工作:

“我信佛的,初一月半的时候,走得动的话就去庙里。去(寺庙藏书阁)做义工……多做善事……帮助他人、快乐自己。”此外,老年人自我价值的实现与体现在其继续参加社会工作,如曾任温州市第一任秘书科长的个案 E 指出:“离休以后实际上我是在党史部门工作,因为历史这个东西连续性很强,到现在,就昨天(他们)还打电话来问我(骄傲状)。”退休后继续从事法律工作的个案 F 也提到:“因为我比较热爱自己的专业(法律专业),又比较擅长交际,有很多认识的朋友,我喜欢做做事,法律方面的,然后我就喜欢帮帮忙,比如人家要咨询啊,要想请一个律师打官司啊,找到我我就尽量去,那我自己精力也(就)更充沛了。”

2.1.2 爱好兴趣需求 发展自我的爱好兴趣有助于老年人充实自我的精神生活,收获美好的精神体验。个案 A:“我们很喜欢旅游,我唯一的爱好就是旅游……很开心,我觉得(旅游让我)十分开心。”个案 E:“因为我有自己的事,写字、写文章,所以我最惬意的事情就是一个人在这,什么声音也没有,看书,写文章或者写字。”个案 F 对精神养老过程中的爱好兴趣建立需求也十分强烈,他说:“有一个兴趣,兴趣是多方面的,这样(可以)消除一些孤独感啊,一些争吵啊。实际上,我们也是经常争吵的,像我跟(我)老婆就是经常争吵的,你没时间就不会去争吵了嘛,对不对?”

### 2.2 亲情需求

2.2.1 对晚辈健康发展的需求 子女是老年人的精神牵挂,子女幸福健康的人生发展是老年人的精神需求。如有两个儿子的个案 A 提到:“现在我们两个人快走完(人生)最后一段路了,能看到孩子们平平安安走过来,也差不多了,平平安安的,就是我们老人最大的理想。”同时,也有老年人表达希望子女发展良好,成为对社会有用的人,曾任区委书记的个案 H:“(子女)坚持我的作风,不收贿赂(我就满

意了)。”而隔代嫡亲也是老年人精神养老中的一种重要的精神依赖,子孙对老年人的尊重可以给予老年人美好的精神体验。个案 K 也提到:“家庭和睦,子女听话,有上进心,我们做父母的也就开心了。”与此相反的是,子女健康发展状况不明确则会使得老年人产生担心情绪,个案 L:“(一年不见子女)担心,担心他们身体是否还好。”

**2.2.2 被晚辈孝顺与支持的需求** 大部分老年人表达子女的探望与陪伴是他们的一个重要精神支柱。个案 J 提到:“就是他们(子女)多陪陪我,聊聊天……我喜欢跟他们一起住的,孩子他们可以孝顺我,我不会感到孤单。”而个案 L 喜欢和子女一起住的理由是:“他们可以孝顺我,家里热闹一点。”此外,子女对老年人爱好的支持也是老年人所期待的孝顺形式,它给予了老年人保持兴趣爱好的力量,充实了他们的生活,使其养老生活更加快乐。爱写传记的个案 D 指出:“儿子负责帮我出版这些事(开心自豪状)。”但是,也有许多老年人会因为地理因素而抑制自己对晚辈的需求,如独居老年人个案 G 就提到:“那想(子女)肯定是想的,他们路线太远了,我住在这里路线太远了。”个案 C 也指出:“(子女在)东北大连。小的女儿、儿子,现在我在这里他(们)都知道,他(们)要回来我不让。”子孙对老年人的尊重也满足了老年人被孝顺的需求,是老年人精神养老生活中所被看重的。个案 A 和个案 E 均表达了对晚辈的期望是“对我就是很尊重嘛!”同时,子孙满堂、含饴弄孙的生活能够给予老年人一种愉快的精神感受。个案 B:“他们(孙辈)来,我们做饭,他们吃得开心,我们就高兴。”想念孙女的独居老人个案 G:“孙女很好的,跟我很亲,从小到大我带的嘛。”

**2.2.3 配偶陪伴与支持的需求** 与配偶一路相伴、一起终老是多数老年人的内心夙愿。个案 A:“我的要求不高,我就是能够陪伴他(配偶)走完最后一段路就行。”个案 L:“就只是(和配偶)吃吃饭,好好度过下半生就行。”而丧偶则会给老年人带来孤独的精神感受,独居的个案 D:“我能写出这么多东西,说明我的心情是比较好的。就是去年老伴走了以后呢,就不写了。老伴走了以后呢,也是孤孤单单的。”

配偶对老人兴趣爱好的支持给予老年人被支持、被理解的美好精神体验。爱好文学创作的个案 E:“(书稿)错别字都是她(配偶)找出来的……她是我的第一个读者(欣慰状)。”个案 F:“我去老年大学,家里人(配偶)都是支持的。”

### 2.3 社会需求

**2.3.1 社交的需求** 多数老年人表示与朋友的相

聚与聊天,不仅缓解其生活中的消极情绪,同时也开阔了他们的眼界。喜欢和工友或佛友偶尔聚会的个案 B 提出:“(佛友们在一起)就是聊天,但是我们一起很高兴,很高兴的,(就在)昨天(我们还一起聊天了),天上地下都聊。”个案 L 也同样有社交的需求,他说:“(希望)开点老年活动中心,可以组织老人一起玩玩。”而朋友变少,可能会给老年人带来孤单的精神体验,个案 D 觉得朋友变少会导致自己产生孤单的情感体验,他说:“很孤单!是很孤单,现在碰不到熟人了。”

**2.3.2 尊重与认可需求** 良好的社会评价,有利于为老年人的精神养老生活提供一个良好的氛围。如个案 E 指出其精神状态良好的直接原因是“这么高的工资,名声又好,网上(关于我)的资料,多得不得了。”为了维持被尊重的社会评价,老年人会积极生活,如个案 F:“像我们从家里到外面转,出去从来都不穿睡衣的。(为什么)因为被别人看到并不好,有些是很尊重我们的,同时,我们也是很尊重他们的,尊重是相互的呀!”

**2.3.3 经济需求** 较好的经济条件给了老年人战胜疾病的信心和幸福生活的底气。个案 A:“我老伴身体不是很好,但是我们也不是很悲观的,因为(我们家庭)经济条件还可以。”医疗费用是多数老年人所看重的,个案 B 认为:“养老金政策是好的,但是一旦生病住院就不够了。”个案 A:“医疗保险是可以的,但是医疗费用贵啊。你一般的病,比如伤风感冒,没问题,但要是像住院什么的,比如手术,是有困难的。总之,没有退休工资的话,那就不行。”

## 3 讨论

**3.1 亟需开展多样化的老年公益项目以满足老年人自我发展的精神养老需求** 本研究发现社区老年人的精神养老需求包括自我发展的需求、亲情需求及社会需求三维度。相较于穆光宗<sup>[6]</sup>所提出精神养老的“自我尊严、社会期待和情感依赖”三维度内涵,本研究结果所得出的老年精神养老需求更为丰富。老年人具有丰富的自我发展精神养老需求,这种需求不仅局限于爱好兴趣,还体现在迫切期待参与社会活动以实现个人价值的需求,这与陈娇等<sup>[7]</sup>在养老机构老年群体中得到的研究结果基本一致,即老年人在爱好兴趣需求、自我实现等方面的精神养老需求较为迫切。这一方面与老年人精神自养能力较弱有关,另一方面也与老年人缺乏社会资本以体现自我价值有关<sup>[8]</sup>。因此,在目前社区精神养老服务体系不完善、精神养老社会化程度不高的现状下<sup>[9]</sup>,护士应积极发挥协调者、管理者和教育者的角色,大力协助社区及各非营利性机构开展老年教

育,通过培养老年人兴趣爱好、主动赋权等方式<sup>[10]</sup>,增加老年人的自我效能,推动老年人自我发展能力提升。此外,社区护士可开展形式多样的老年志愿公益活动从而使其继续发挥自身价值,丰富其精神生活,积极推进社区老年人的精神养老。

3.2 鼓励子女和配偶陪伴支持以满足其渴望亲情的精神养老需求 与既往研究结果一致<sup>[11]</sup>,晚辈的孝顺和配偶的陪伴这两大亲情支持是老年人精神养老的重要需求。但是由于孝道文化的衰落、家庭结构和生活方式的不断变化,子女容易忽略对老年人的精神照顾和关爱,家庭对老年人精神养老的整体支撑能力被削弱,亲情需求得不到满足,使老年人的精神养老生活面临困境<sup>[12]</sup>。针对这一困境,社区护士应将家庭健康护理作为工作的重要部分,通过家庭干预创造和谐的代际关系,充分发挥孙辈的纽带作用,以强化家庭对老年人的情感慰藉功能<sup>[10]</sup>。“子女的健康发展”是其精神养老需求的重要内容,这可能与我国文化背景下父母将子女的健康发展和生活幸福作为自己最大的精神财富有关。这就需要社区护士开展心理护理工作,帮助老年人树立积极老龄化观念,将注意力转移至自我的成长和发展,在思想上减少对子女的担忧和依赖,增强老年人自我精神养老的意识<sup>[13]</sup>。本研究进一步发现,配偶作为老年人的重要倾诉对象,其陪伴、支持和理解能进一步改善老年人的精神养老生活状态,这解释了本研究老年人希望配偶能陪伴自己共同终老的精神养老诉求。因此,社区护士可积极开展一些夫妻共同参与性活动以增加老年人的配偶支持。

3.3 鼓励帮助老年人融入社会以满足其社会需求

与既往研究结果一致<sup>[14]</sup>,本研究发现社交、尊重与认可及经济支持是精神养老中社会需求的重要内容。老年人在社交过程中,通过与朋友的相聚与聊天可缓解其消极情绪<sup>[15]</sup>,增强情感交流,进而促进其生活满足感并继续维持社会功能。然而,有研究显示老年人在精神养老方面存在社交网络狭窄、社会资本匮乏等困境和障碍<sup>[16]</sup>。因此,社区护士需为社区老年人搭建丰富的社交网络体系,多方面整合社会资本,以满足老年人精神养老的需求。一方面,协助老年人扩大社交圈,搭建加强交流增进感情的社交平台,促其在社会活动参与过程中获得认同感和幸福感;另一方面积极开展相关社区活动,营造关爱老人的社区氛围,通过给予老年人良好的社会评价,可帮助老年人收获“尊重”的个人价值体验,使其收获自我价值被认可的美好感受,从而促进老年人维持其积极的精神状态。与既往研究结果一致<sup>[17-18]</sup>,本研究显示精神养老受经济因素的影响,

较好的经济条件给了老年人战胜疾病的信心和幸福生活的底气。因此社区护士应积极疏导缓解其因经济因素所产生的心理压力,从而维持老年人良好的精神状态,满足其精神养老的需求。

#### 4 结论

在精神养老过程中,社区老年人存在自我发展的需求、亲情需求和社会需求。根据老年人的精神养老需求,社区护士应充分联合相关机构与部门,从促进老年人自我精神养老、加强家庭支持以及扩展社会资源等多方面开展精神养老工作以充分满足老年人的个性化需求,增进其精神健康。

#### [参 考 文 献]

- [1] 原新.积极应对人口老龄化是新时代的国家战略[J].人口研究,2018,42(3):3-8.
- [2] 辜胜阻,吴华君,曹冬梅.构建科学合理养老服务体系的战略思考与建议[J].人口研究,2017,41(1):3-14.
- [3] 汪佳欣.城市社区精神养老服务现状调查[D].黄石:湖北师范大学,2019.
- [4] 刘树麟,胡雁,林岑,等.年轻乳腺癌生存者对希望的体验[J].护理学杂志,2011,26(22):20-22.
- [5] 李峥,刘宇.护理学研究方法[M].北京:人民卫生出版社,2012:262.
- [6] 穆光宗.我们需要什么样的“养老”理论?[J].金秋科苑,1997(4):43-44.
- [7] 陈娇,李莉.以心理学视角分析养老机构老年人的需求[J].职业技术,2016,15(2):103-106.
- [8] 朱子青.城市社区精神养老的困境及对策研究:以广州市为例[J].社会与公益,2020,11(11):75-78.
- [9] 张筱薇,王青山.当前中国城镇居民“精神养老”的现状及其对策研究[J].劳动保障世界,2016(35):22-23,25.
- [10] 陈涛.积极老龄化视角下农村老年人社会参与研究:兼论如何更好提高农村老年人精神养老工作水平[J].社会福利(理论版),2020(12):10-14.
- [11] 张元珺.老年迁移人口的精神养老问题研究[J].绥化学院学报,2020,40(3):47-50.
- [12] 刘志敏,李健,张岩松.中国尊严养老现状、原因分析及解决策略[J].中国老年学杂志,2017,37(4):1032-1034.
- [13] 邢波.积极老龄化视角下农村空巢老人精神养老探究[J].经济研究导刊,2020(12):38-39.
- [14] 朱萍.社会融入视角下“老漂族”精神养老的困境研究:基于福州Y社区的访谈[J].开封文化艺术职业学院学报,2021,41(3):225-227.
- [15] 姚远.非正式支持:应对北京市老龄问题的重要方式[J].北京社会科学,2003(4):71-76,83.
- [16] 张敏,王雪颖.社会资本视角下农村留守老人的精神养老困境研究:基于河南省信阳市某农村社区的调查[J].井冈山大学学报(社会科学版),2020,41(5):101-107,136.
- [17] CURCIO CL, GIRALDO AF, GOMEZ F. Healthy ageing phenotype in older people in Manizales[J]. Biomedica, 2020, 40(1): 102-116.
- [18] KUCERA M, WOLFOVÁ K, CERMAKOVA P. Changes in depressive symptoms of older adults in the Czech Republic[J]. Journal of affective disorders, 2020(261): 139-144.

[本文编辑:曹思军]