

城市老年人怀旧心理与主观幸福感的关系

张 晟

(保定学院 教育系,河北 保定 071000)

摘 要:采用方便取样方法抽取唐山市210名老年人为被试,以怀旧感量表、南安普顿怀旧量表以及总体幸福感量表为测量工具,对城市老年人怀旧心理与主观幸福感的特点及两者的关系进行探讨。结果表明:(1)城市老年人怀旧心理与主观幸福感在工作状况、有无配偶和身体健康程度等方面存在显著差异;(2)不同年龄阶段的老年人主观幸福感具有显著差异;(3)老年人怀旧心理各因子与主观幸福感各维度相关显著。因此,应该引导老年人正确地选择怀旧内容并进行适度的积极怀旧,保持和谐健康的心态。

关键词:老年人;怀旧心理;主观幸福感

中图分类号:B844.2

文献标志码:A

文章编号:1674-2494(2016)04-0099-05

我国1982年第三次人口普查将60岁作为统一划分老年人口的界限。我国是世界上老年人口最多、老龄化最快的国家,截至2014年末我国60周岁及以上人口已达2.12亿人,占人口总数的15.5%。在这种严峻的形势下,老年人的生活质量、心理健康问题都是社会关注的热点。

主观幸福感(Subjective Well being,简称SWB)是指评价者根据自定的标准对其生活质量的整体性评估^[1],对人类的生理及心理健康均有重要影响,也是反映老年人生活质量的重要指标。现有研究表明,我国老年人的主观幸福感测量结果普遍呈正向倾斜^[2]。许多学者都对主观幸福感的影响因素进行了研究,发现社会支持、健康状况既直接影响主观幸福感,也通过自我效能感间接影响主观幸福感^[3];老年人社会支持、孤独感与主观幸福感各维度间呈显著相关^[4]。任杰等研究发现性别、婚姻状况、年龄、退休前职业等因素的效果量较小,对幸福感的预测效度较差^[5]。

怀旧作为一种复杂的情绪状态,具有储存正性的情感、维持和提高自我积极性、增强社会联系、提高归属感、使人具有存在的意义、统一自我、适应生活的功能^[6]。本研究中的怀旧心理包括怀旧频率、怀旧重要性、积极怀旧感和消极怀旧感四部分的测量,其中积极怀旧感是指怀念过去而产生的美好感受或正性情绪体验,消极怀旧感指怀念过去而产生的不愉快的或负性的情绪体验^[7]。国内对于怀旧的研究刚起步,对老年人群体的研究集中于怀旧功能与怀旧治疗方面,且在怀旧治疗能改善老年人的抑郁情绪方面已经达成一致。本文研究城市老年人怀旧心理与主观幸福感的特点,并对二者的关系进行探讨。

一、研究方法

1. 研究对象

采取方便取样方法在河北省唐山市老年大学、老年活动中心、市图书馆、凤凰山公园和51号

收稿日期:2016-03-31

基金项目:保定学院本科教学质量工程项目“应用心理学实验教学示范中心”(sy20130403)

作者简介:张 晟(1992-),女,河北唐山人,保定学院教育系本科生,指导教师王琨,主要研究方向为教育心理学和心理健康。

社区中选取老年人作为被试,共发放问卷 210 份,收回有效问卷 191 份,有效回收率 90.9%,被试基本信息如表 1 所示。

2. 研究工具

(1)老年人怀旧感量表。该量表由余利珍编制,包括 2 个维度 16 个题项,消极怀旧感 7 道题、积极怀旧感 9 道题,采用 5 点计分。在本研究中积极怀旧感 Cronbach α 系数为 0.819,消极怀旧感 Cronbach α 系数为 0.789,将消极怀旧感题项反向计分后总量表 Cronbach α 系数 0.839。

(2)南安普顿怀旧量表(SNS)。该量表由劳特里奇教授编制,包括 5 个题项,其中 1~4 题测量怀旧频率,第 5 题测量怀旧重要性,采用 7 点计分。在本研究中该量表的 Cronbach α 系数为 0.830。

(3)总体幸福度量表(General Well-Being Schedule, GWB)(Fazio, 1977)。采用段建华 1996 年修订版本,包括 18 个题项,其中 9 个题项为反向计分,涉及 6 个因子。该量表 Cronbach α 系数男性为 0.91、女性为 0.95,在本研究中该量表 Cronbach α 系数为 0.934。

3. 研究程序和数据分析

采用个别施测,主试 4 人,统一培训。对不能独立完成问卷的被试,由主试通过访谈,在不改变问题基本意思的基础上,用通俗易懂的话帮助被试理解,由被试给出符合他们自身情况的选项,主试进行如实记录。

采用 SPSS19.0 对数据进行分析,主要包括 t 检验、方差分析、相关分析、回归分析。

二、研究结果

1. 城市老年人怀旧心理与主观幸福感现状

采用单样本 t 检验的方法,对老年人的怀旧心理各因子得分与理论中值(积极怀旧感、消极怀旧感为 5 点计分,理论中值为 3;怀旧频率和怀旧重要性为 7 点计分,理论中值为 4),主观幸福感得分与常模(75 分)进行差异检验,结果显示城市老年人的怀旧心理各因子平均分显著高于理论中值,即城市老年人怀旧心理处于较高水平,且怀旧现象普遍存在于城市老年人群中;主观幸福感得分显著高于全国常模,表明与其他群体相比,城市老年人的主观幸福感更高,结果见表 2。

2. 城市老年人怀旧心理与主观幸福感的差异分析

采用独立样本 t 检验的方法,对不同性别、配偶情况、工作情况的老年人怀旧心理与主观幸福得分进行差异检验,有配偶的老人与无配偶的老年人怀旧心理与主观幸福感得分存在显著性差异,有配偶的老人比无配偶的老年人更怀旧,主观幸福感也更高;继续工作的老年人怀旧心理与主观幸福感比退

表 1 研究对象基本情况

项目	类别	人数/人	百分比/%
性别	男	83	43.5
	女	108	56.5
年龄	低龄(60~69)	99	51.8
	中龄(70~79)	59	30.9
	高龄(80~89)	33	17.3
工作状况	退休	137	71.7
	继续工作	54	28.3
配偶状况	有	144	75.4
	无	47	24.6
居住方式	独居	16	8.4
	和老伴一起居住	103	53.9
	和子女一起居住	27	37.7
身体健康程度	非常差	10	5.2
	比较差	23	12.0
	一般	77	40.3
	比较好	55	28.8
	非常好	26	13.6

表 2 城市老年人怀旧心理各因子与主观幸福感平均分与平均水平的差异检验

	N	M	SD	t	p
积极怀旧感	191	3.430	0.498	11.949	0.000
消极怀旧感	191	2.746	0.564	-6.232	0.000
怀旧频率	191	4.632	0.706	12.382	0.000
怀旧重要性	191	4.901	1.069	11.643	0.000
幸福感	191	81.969	11.719	8.218	0.000

休的老年人高,结果见表3、表4。

采用单因素方差分析的方法,对老年人怀旧心理与主观幸福得分进行差异检验,身体健康程度影响城市老年人的怀旧心理和主观幸福感($F=20.242, F=31.012; p=0.000 < 0.001$),身体健康程度非常差的老年人怀旧心理和主观幸福感得分显著低于其他老年人;年龄阶段影响城市老年人的主观幸福感($F=31.951, p=0.000 < 0.001$),高龄老年人主观幸福感得分显著低于中龄、低龄老年人,结果见图1、图2。

3. 老年人怀旧心理与主观幸福感的相关分析

采用皮尔逊简单相关分析的方法,对老年人怀旧心理与主观幸福感进行相关分析,除消极怀旧感与怀旧频率、对健康的担心,怀旧频率与忧郁或愉快的心境间无显著的相关关系,怀旧心理与主观幸福感的各因子间都存在极其显著的相关关系。其中消极怀旧感与主观幸福感各因子存在极其显著的负相关,其他因子与主观幸福感各因子存在极其显著的正相关,结果见表5。

4. 老年人怀旧心理与主观幸福感的回归分析

设定主观幸福感为因变量,怀旧心理各因子为预测变量,对其进行多元线性回归分析,其中积极怀旧感、消极怀旧感、怀旧重要性是主观幸福感的显著预测变量,能解释整个因变量变异程度的62%,结果见表6。

三、分析与讨论

1. 城市老年人怀旧心理与主观幸福感的总体特征

研究结果表明,城市老年人的怀旧心理与主观幸福感都处于较高水平,且怀旧现象普遍存在于城市老年人群中,这与老年人的心理发展阶段有关。老年人通过对过往经历和生活片段的回忆和重新体验,可以减轻失落感获得完善感来解决发展危机,完成发展任务。从毕生发展的角度看,当人们变老,由于知觉到生存的时间是有限的,他们的目标更可能地指向现在而不是未来,也更注重最大限度的情绪满足。受此影响,老年人的认知加工表现出积极效应,对情绪信息尤其是积极信息的注意和记忆得较好,所以有较高的主观幸福感。

表3 不同性别、配偶情况、工作情况的老年人怀旧心理总分的差异检验

		N	M	SD	t	p
性别	男	83	77.446	9.905	0.475	0.636
	女	108	76.806	8.696		
配偶	有	144	80.361	7.465	10.971	0.000
	无	47	67.043	6.427		
工作情况	退休	137	75.869	8.498	-2.960	0.003
	继续工作	54	80.167	10.295		

注:怀旧心理总分为积极怀旧感、消极怀旧感(进行反向计分)、怀旧频率和怀旧重要性各因子之和。

表4 不同性别、配偶情况、工作情况的老年人主观幸福感得分的差异检验

		N	M	SD	t	p
性别	男	83	82.398	11.475	0.443	0.659
	女	108	81.639	11.945		
配偶	有	144	85.833	9.262	9.757	0.000
	无	47	70.128	10.512		
工作情况	退休	137	80.730	11.818	-2.354	0.020
	继续工作	54	85.111	10.949		

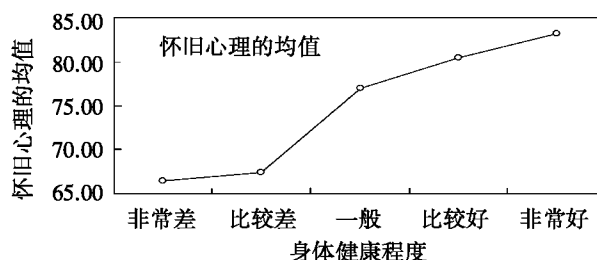


图1 不同身体健康程度老年人怀旧心理得分均值

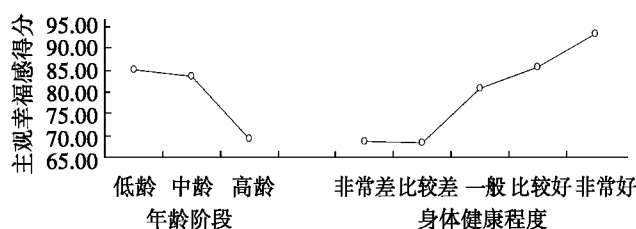


图2 不同年龄阶段、身体健康程度老年人主观幸福感得分均值

2. 城市老年人怀旧心理与主观幸福感的影响因素

有配偶的老年人积极怀旧感和主观幸福感得分都显著高于无配偶的老年人,这与以往研究结果一致。婚姻关系是人际关系中重要的一部分,尤其是我国的社会文化背景下,“少来夫妻,老来伴”的传统观念深入人心,老年夫妻经过长时间的朝夕相处,彼此互相依赖,关系和睦,这种良好的人际关系和积极健康的生活环境对老年人体验积极情感和生活的幸福有相当重要的作用。

继续工作的老年人怀旧心理和主观幸福感更高。退休是人们在老年期需要面临的一次重大转折。根据马斯洛的需要层次理论,继续工作给老年人带来更多的收入,用以满足生理与安全需要。而职业角色的延续,为老年人提供了人际交往的场所,增强自信,发挥余力,满足了老年人归属感以及对爱的需要和尊重的需要。此外,在社会适应方面,继续工作的老年人更能发挥自身潜能,扩展自我价值,从而能更好地适应社会。

3. 老年人怀旧心理各因子与主观幸福感各因子的相关分析

老年人怀旧心理与主观幸福感存在极其显著的相关关系,这与以往的研究结果相同。

由社会撤离视域出发,处于“第二青春期”的老年人,面临退休后的适应问题,受老化现象影响,从现存的社会角色、人际关系中后退撤离,变得自我中心、自我满足,而对主观幸福感有很大影响的人际关系也转为以家庭、婚姻、邻里为中心,以享乐为驱动。对于老年人来说,怀旧是个体与周围环境最好的中介因素,一方面老年人通过怀旧来回顾自身经历,加深自我了解,自我满足;另一方面,怀旧中强烈的时代特征和相似经历又能引起同伴的共鸣,拉近人际距离,维系情感,并产生归属感,使交往气氛更加融洽和谐,有利于增进交往,提高主观幸福感。

积极怀旧感和消极怀旧感作为主观幸福感的主要预测变量,与主观幸福感中忧郁或愉悦的心境相对应。积极怀旧感作为一种正性体验,老年人身处其中不仅心境愉悦而且可以提高自我积极性,进而提高主观幸福感;积极怀旧感也能丰富老年人的生活内容,提高生活的满足感和兴趣。消极怀旧感作为一种负性体验,这种体验频率高的老年人,容易沉溺于对过往的失败或不愉快的经历,再次勾起痛苦和愤怒的情绪,怀疑自我价值,降低自我效能感,增加孤独感和抑郁情绪,从而降低主观幸福感,甚至采取消极的应对方式,影响对现实生活问题的解决。

基于现代社会特点,子女工作繁忙,老朋友或因追随儿女而远离或相继离世,老年人的社会支持越来越少,而怀旧可以使老年人从对过去生活经历中和社会关系中再次获得社会支持,汲取力量,如

表 5 不同居住方式的老年人怀旧心理和幸福感及各因子的相关分析

	积极 怀旧感	消极 怀旧感	怀旧 频率	怀旧 重要性
积极怀旧感	1			
消极怀旧感	-0.386**	1		
怀旧频率	0.509**	-0.085	1	
怀旧重要性	0.529**	-0.299**	0.705**	1
幸福感	0.633**	-0.604**	0.414**	0.606**
生活的满足和兴趣	0.558**	-0.436**	0.378**	0.451**
对健康的担心	0.284**	-0.084	0.315**	0.437**
精力	0.611**	-0.517**	0.309**	0.497**
忧郁或愉快的心境	0.379**	-0.573**	0.114	0.318**
对情感和行为的控制	0.605**	-0.560**	0.487**	0.639**
松弛和紧张	0.601**	-0.667**	0.418**	0.589**

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ 。

表 6 老年人怀旧心理对主观幸福感的多元回归分析

因变量	预测变量	R	R ²	调整 R ²	Beta	F	t
主观 幸福 感	积极怀旧感	0.792	0.628	0.620	0.316	78.369**	5.495**
	消极怀旧感				-0.383		-7.557**
	怀旧频率				-0.015		-0.217
	怀旧重要性				0.334		4.913**

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ 。

家人的安慰、朋友的劝解,强化归属感和安全感,对生活进行修复和弥补,进而提高主观幸福感。

四、结论及建议

(1)工作状况、有无配偶和身体健康程度是影响城市老年人怀旧心理和主观幸福感的重要因素。

(2)老年人怀旧心理与主观幸福感存在极其显著的相关关系,其中积极怀旧、怀旧频率、怀旧重要性与主观幸福感存在极其显著的正相关,消极怀旧与主观幸福感存在极其显著的负相关。

因此应该引导老年人正确地选择怀旧内容并进行适度的积极怀旧,通过增进老年人自我了解,提高其对当前的情境的适应能力,进而达到维护老年人的心理健康、提高老年人的生活质量的目的是。

参考文献:

- [1]Diener E. Subjective Well-Being[J]. Psychology Bulletin, 1984,95(3):542-575.
- [2]刘萃侠,肖健,耿晓峰.老年人主观幸福感测量结果的正向分布及其影响因素浅析[J].中国老年学杂志,2003(4):204-206.
- [3]唐丹,邹君,申继亮,等.老年人主观幸福感的影响因素[J].中国心理卫生杂志,2006(3):160-162.
- [4]吴捷.老年人社会支持、孤独感与主观幸福感的关系[J].心理科学,2008(4):984-986,1004.
- [5]任杰,金志成,杨秋娟.老年人主观幸福感影响因素的元分析[J].中国临床心理学杂志,2010(1):119-121,62.
- [6]薛婧,黄希庭.怀旧心理研究述评[J].心理科学进展,2011(4):608-616.
- [7]余利珍.老年人怀旧感量表的编制[D].天津:天津师范大学,2015.

On the Relationship Between Nostalgia and Subjective Well-being of the Elderly in the Urban District

Zhang Sheng

(Department of Education, Baoding University, Baoding, Hebei 071000, China)

Abstract: In order to explore characteristics and relations of nostalgia and subjective well-being of the elderly from Tangshan as subjects with the method of convenient sampling and applied The Scale of the Elderly Sense of Nostalgia, Southampton Nostalgic Scale, General Well-Being as measuring tools. Results were as follows: (1)The nostalgia and subjective well-being of the elderly in the urban district were significant difference in different working condition, having a spouse or not and the body health; (2)The elderly in different age were different in subjective well-being; (3) The elderly nostalgia had significant correlation with subjective well-being. Positive and modest nostalgia, therefore, should be guided correctly in the elderly, keeping the harmonious healthy state of mind.

Key words: the elderly; nostalgia; subjective well-being

(责任编辑 石丽娟)