

老年人心理需求状况与健康水平分析研究

刘庆凡 姜春红* 赵润菲 申宇 李诗玉 李武秀

吉林工程技术师范学院 经济与管理学院 (吉林 长春 130052)

【摘要】 本文就老年人心理需求状况以及健康水平进行分析, 最先针对老年人心理需求状况以及健康水平的重要性进行阐述, 之后分别就心理需求状况以及健康水平两个方面进行分析, 其中最先对影响因素进行分析, 了解老年人心理需求与健康水平的变化情况, 之后针对分析结果提出建议, 旨在提升老年人身心健康水平, 保障老年人的生活质量。

【关键词】 老年人; 心理需求; 健康水平

Analysis of the psychological needs and health level of the elderly

Liu Qingfan, Jiang Chunhong* Zhao Runfei, Shen Yu, Li Shiyu, Li Wuxiu

School of Economics and Management, Jilin Normal University of Engineering Technology Changchun 130052

Abstract: This paper analyzes the elderly psychological needs and health level, the first for the elderly psychological needs and the importance of health level, after the psychological needs and health level two aspects, including the first to analyze the influencing factors, understand the change of the elderly psychological needs and health level, after the analysis results, aims to improve the elderly physical and mental health level, guarantee the quality of life of the elderly.

Key words: Elderly people; psychological needs; health level

基金项目: 吉林工程技术师范学院 2022 年大学生创新创业训练计划项目

项目名称: 舒心畅怀, 养老无忧—老年心理保健中心

项目编号: 202210204118 * 通讯作者

当前的时代伴随着技术与经济的进步以及生活水平的提升, 不过在该种情况下, 我国的人均寿命得到较大延长, 导致老龄化程度越来越高, 形成比较严重的老龄化社会结构。因此, 老年人的心理需求以及健康水平就成为我国需要重视的方面, 政府方面需要针对老年人的身心健康进行保障研究。

一、老年人心理需求状况与健康水平分析的重要性

在 2021 年, 我国中央针对老龄化社会进行了新时期的措施与方针的改进, 提出了新时代背景下的老年人心理需求以及健康水平的完善措施。老年人在现今社会发展是很重要的组成部分, 随着其数量以及占比的不断扩大, 老年人对于现今社会的发展以及建设有着重要的影响。如果在发展中忽略老年人自身的身心健康, 就会导致社会中劳动力的经济压力以及时间成本提升, 进而难以实现生产力的发展。完善老年人的身心健康保障体系, 提升老年人健康水平, 可以有效缓解老龄化社会带来的劳动力不足以及生产力下降的情况, 为我国的发展建设提供一定的稳定性, 是新时代我国老龄化社会的完善措施。

二、老年人心理需求状况与健康水平分析

(一) 心理需求影响因素

1. 年龄与身体状况

心理需求是老年人比较重要的一部分, 在建设过程中, 老

年人心理需求状况受到影响的主要因素就是年龄与身体状况。在针对老年人自身的心理需求影响因素的调查过程中, 针对这两点进行了心理需求状况权重的数值表达, 以直观体现出年龄以及身体状况与老年人心理需求之间的关系以及影响情况。在年龄的增长过程中, 老年人对心理需求的重视程度以及愿意进行心理健康治疗的意愿权重小于 0.01, 整体上处于负相关的状态。而在其身体状况变化的过程中, 随着身体状况的逐渐衰落, 老年人自身对于心理需求方面的重视程度也在不断地下降。因此在调查过程中, 最终可以得出, 其自身的心理需求与年龄之间呈现负相关的关系, 而与身体状况之间呈现正相关的关系。这是因为随着老年人的年龄增长, 其自身的身体状况会出现下降的情况, 由于身体的限制以及年龄带来的活力下降, 老年人对于心理需求的服务重视程度也会出现一定的下降趋势。心理需求是老年人自身保持健康生活的关键部分, 因此需要针对相应的老年人心理状况进行全面改善, 针对年龄较大以及自身的身体状况不佳的老年人进行上门服务, 以保证可以全面地提升老年人自身的心理健康, 满足心理需求。

2. 心理需求重视程度

老年人的心理需求重视程度是影响老年人关系的重要因素。在调查过程中, 以老年心理学理论为基础, 从老年人心理需求研究角度出发, 以自我实现为中心, 从老年人与其家人关系和社会对老年人心理需求重视程度两个方面入手, 探讨老年人心理需求及社会需要重视程度对老年人关系的影响。研究结

果表明：老年人与其家人关系存在显著差异且具有统计学意义 ($P < 0.05$)。家庭与子女间关系无显著差异 ($P > 0.05$)。家庭与老年人之间存在一定差异且具有统计学意义 ($P < 0.05$)；子女与老年人之间存在关系无显著差异且具有统计学意义 ($P < 0.05$)。而且在调查过程中还发现老年人与其家人之间存在心理需求方面的重视程度差异，但是老年人其他家庭成员要求上不存在显著差异性，老年人对自己子女要求上也不存在显著差异性，说明这种差异性仅仅存在于子女对老年人的心理需求上。

3. 居住环境影响

居住环境是能够影响老年人心理健康的重要因素，在居住过程中，老年人自身的安全感对于其心理健康有着很明显的保障作用。在经过对部分城市中老年人的居住环境调查过程中，能发现部分移居的老年人自身的心理健康与一直居住在固定地点老年人心理健康方面相比有着明显差异，这是由居住环境的差异性与熟悉程度决定的。部分老年人在固定年龄中因为子女或者其他原因迁出长期居住地，搬到新的居住地进行居住。这种情况下，老年人会缺失熟悉的居住环境以及社交群体，陌生的环境会造成老年人的危机感，甚至导致老年人不愿意与他人交流的情况出现。居住地的改变不仅是环境的改变，也是老年人安全感的一种剥夺，进而会导致其心理健康受到不良影响，因此需要尽可能保障老年人居住过程中的安全感，保障老年人的生活质量。

(二) 健康水平影响因素分析

1. 年龄

老年人健康状况受生活方式、慢性病的影响程度很大。生活方式改变可能导致健康问题，而慢性病可能是健康状况的一个非常大的组成部分，慢性病可以改变老年人的健康状况和寿命。因此，老年人的医疗服务对健康有益，因此老年人可能会受到慢性病的影响，包括慢性病导致的死亡人数。由于死亡的老年人中可能存在一个或多个其他年龄段中不健康生活方式者，这些不健康行为可能导致慢性疾病、死亡以及与健康相关的死亡或治疗成本增加。因此需要针对老年人在不同年龄段中的身体情况以及生活方式进行综合考虑，才能保障对老年人身体健康水平的全面分析。在研究调查过程中，针对年龄相关的统计数据，可以根据年龄将健康状况 ($n = (75 \pm 16)$ 岁，之后可以通过因果关系检验工具来评估变量之间关系。在考虑变量之间相互关系时需要注意以下几点：第一点是数据在统计过程中可能存在干扰因素；第二点是变量之间所包含关系变量之间是否具有相关性和特异性；第三点是变量之间相互影响程度关系是否能够预测出变量之间关系。在通过研究与调查之后，可以得知，老年人在 55~60 岁之间刚步入老年阶段，此时的老年人自身仍然处于工作状态中，部分老年人的生活节奏较快，健康水平波动较大，而在 60~70 岁老年人的阶段中，其身体健康水平趋于稳定，但是在 80 岁之后开始下滑，因为在该阶段中，

老年人自身的身体机能到了一个较大的极限，健康水平也难以继续维持。

2. 锻炼与生活习惯

锻炼与生活习惯与健康水平之间有着必然的联系关系，在老年人的身体健康水平影响方面，锻炼与生活习惯是最直接的影响因素。研究发现，锻炼可有效降低老年人的身体健康水平，且锻炼效果与生活习惯存在一定的相关关系。研究以健康老人为对象，采用问卷调查法，调查对象为年龄在 65 岁及以上身体健康水平的老年人，并且了解到其日常生活方式及身体健康状况在一定程度上决定了其身体健康水平，并对老年人的身体健康状况产生了影响。对参与者的基本情况进行分析发现，老年人身体健康水平与其日常生活方式存在显著相关关系 ($r = 0.828, P < 0.01$)；锻炼方式和习惯对老年人身体健康水平具有显著影响 ($r = 0.941, P < 0.01$)。并且健康老年人的锻炼方式和习惯存在显著的正相关关系 ($r = 0.928, P < 0.01$)。此外老年人的体育锻炼习惯和生活习惯均能显著影响其身体健康水平的影响 ($r = 0.934, P < 0.01$)。在调研中发现老年人身体健康水平提升主要依赖于体育运动或体育锻炼方式，而大部分老年人并未重视体育锻炼对于自身身体健康水平提升的影响。大部分老年人身体健康水平较低，主要原因可能与自身身体健康水平较低有关。对于这部分人群来说，体育锻炼的重要性更加突出，应加强对老年人体育锻炼的重视。但老年人的锻炼方式存在较大差异，在此应结合具体的研究内容制定出针对性的锻炼方法。

3. 子女支持

子女与老年人之间有着紧密的情感联系，两方之间的交流与沟通也在一定程度上能够影响到老年人自身的身体健康情况。在老年人生活中，子女与其交流的频率以及交流质量对于最终老年人身体健康有着一定的影响。在调查过程中，其并非单纯地呈现出正相关或者负相关的关系。老年人与子女交流更多取决于子女自身的态度，子女是否能够支持老年人。如果子女与老年人之间交流频率较高，并且子女对于老年人的态度是支持的，那老年人的身体健康就会与子女的交流频率呈现正相关的关系。因此子女方面需要经常以支持的态度来与老年人之间进行交流与沟通，能够对老年人自身的身体健康起到良好的促进作用。

4. 医疗资源

老年人医疗资源水平在老年人的身体健康中都起着主要的影响作用。老年人在身体健康方面不需要考虑医疗保险或其他相关医疗服务影响因素情况下，老年人身体健康水平与医疗资源之间具有正相关关系。老年人身体健康水平越高医疗资源水平越高，其中包括医疗保险数量和医疗服务水平等方面。在调查中，年龄在 60 岁以上的老年人在身体健康方面会受到医疗资源的明显影响。其中影响老年人身体健康状况和医疗资源水

平的因素主要与老年人的经济状况和健康状况相关,而且老年人的身体健康状况会通过医疗服务水平来影响其医疗资源水平,在该种情况下老年人身体健康水平与医疗资源具有负相关关系。一般情况下,老年人身体健康状况下降与医疗资源水平下降之间存在正相关关系并且两个影响因素之间存在显著的正相关关系。因此需要在我国全面实施基本医疗保险制度,以便降低老年人身体健康状况产生的社会风险和医疗费用支出负担程度。

5. 经济条件

在国内,老年人经济状况主要包括退休后收入和个人收入。老年人口的收入是衡量社会发展的重要指标,而老年人口的健康状况则是社会发展的重要指标之一。经济条件越差,老年人的医疗费用支出越大,这将严重影响老年人的健康状况。本文通过对60岁以上老年人健康状况与其经济条件之间的相关系数发现:老年人收入与其健康状况呈正相关关系,但收入与老年人口健康趋势呈负相关关系。这种分析结果表明:在中低收入群体中医疗费用支出与健康风险呈负相关关系,说明相关部门应针对中低收入群体积极进行医疗保障体系建设,同时根据健康水平差异性,制定相应干预措施以降低老年人身体健康风险。经济情况与老年人个人收入均存在一定程度上的负相关关系,随着经济社会的长期发展和城乡差距的进一步缩小,会逐步消除城乡居民之间消费水平差异,有利于中低收入群体提高自身待遇水平。

6. 社交环境

在针对老年人身体健康的调查与研究过程中,针对65岁及以上人群的调查发现,如果在一个月内老年人社交频率以及社交环境相对较差,那么其平均每分钟心率水平会下降5次。该研究认为社交环境对老年人运动能力形成影响,并且对老年人身体健康产生负面影响主要原因是社交的不足导致老年人的精力以及活跃程度逐渐下降,具体的情况如图。

参考文献

- [1] 李文君. 城乡老年人健康水平及其影响因素分析 [J]. 健康教育与健康促进, 2022, 17(05): 459-461+484.
- [2] 杨燕译, 张南, 木亚色尔·海热提, 王育珊, 姚华. 新疆克州703名60岁以上老年人健康素养水平分析 [J]. 新疆医科大学学报, 2022, 45(04): 460-463.
- [3] 张迪, 纪忠红, 庄前玲, 李克英, 赵晓华, 穆林娟. 社区老年人心理健康服务需求现状及影响因素研究 [J]. 齐鲁护理杂志, 2021, 27(21): 17-20.
- [4] 夏玉坤. 城市老年人心理需求与社会支持的调查分析 [D]. 重庆大学, 2019.

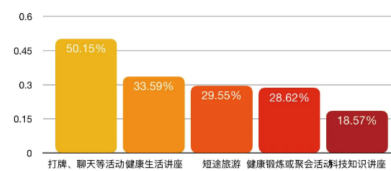


图1 老年人社交活动意愿

因此社交环境与老年人整体身体健康呈正相关,而且社交环境中所包含的行为、认知和情感因素对于降低肥胖和高血压等疾病具有显著影响,同时也发现社交网络环境会调节体内激素水平。老年人活动环境是一个社会性网络系统,它的作用主要体现在社会、家庭、工作与学习中。社会生存及发展条件,也是构成老年人社会性网络体系中一个非常重要而独特的部分。在社区生活、社会经济、家庭结构中发挥着重要作用。这些社会结构是社区中各部分的联系和相互作用,社区中各个群体之间相互交往与合作的桥梁和纽带。社区工作者应发挥个人和家庭优势来为社区老年人提供更多健康服务,为社区老年人提供各类健康服务、帮助老年人正确认识自身问题、促进老年人积极参加社会活动,形成良好的老年人社交环境,进而保障老年人能够在良好的社交环境中提升自身的健康水平,促进老年人进行高质量生活。

三、结论

老年人是老龄化社会中的主要组成部分,随着我国老龄化社会的不断深化,导致现今的老年人身心健康需要得到良好的改善以保证社会经济发展的稳定性。因此需要对老年人身心健康的影响因素进行全面的分析,老年人需要获取丰富的社交生活,有着充足的医疗资源作为后盾,并且政府需要为老年人的生活提供一定的安全感,进一步促进老年人身心健康发展。