

庆阳市城区老年人总体幸福感调查研究

程俊瀚^[1] 王淦玉^[1] 肖丽丽^[2]

(1陇东学院体育学院 甘肃庆阳 745000; 2北京师范大学庆阳附属学校 甘肃庆阳 745000)

摘要: 调查了解庆阳市城区老年人的总体幸福感现状,探究影响庆阳市城区老年人总体幸福感的影响因素。本研究以城区老年人(≥60岁)的总体幸福指数为研究对象,主要采用问卷调查法、文献资料法、数理统计法对随机招募的340位城区老年人的幸福状况进行调查分析,以总体幸福感量表(GWB)(中国版)作为老年人总体幸福感测量工具。调查结果发现,庆阳市城区老年人的平均幸福指数为 78.15 ± 8.16 ,男性老年人幸福指数相对较高,女性相对较低;空巢模式老年人的幸福指数低于家庭模式老年人;经济收入越高的老年人幸福指数越高;有运动项目的老年人幸福感优于无运动项目的老年人。我们在研究中发现,居住模式、经济收入、体育锻炼都对城区老年人的幸福感产生一定的影响,建议老年人加强体育锻炼。

关键词: 庆阳市;城区老年人;幸福感

Survey on the general happiness of the elderly in Qingyang City

Cheng Junhan^[1] WANG Ganyu^[1] XIAO Lili^[2]

(1 School of Physical Education, Longdong University, Qingyang, Gansu 745000, China; 2 Qingyang Affiliated School of Beijing Normal University, Qingyang, Gansu 745000, China)

Abstract: To investigate the overall well-being of the elderly in Qingyang City, explore the factors affecting the overall well-being of the elderly in Qingyang City. In this study (60 or higher) in the elderly in urban general happiness as the research object, mainly adopts questionnaire survey, literature data method, mathematical statistics method of random recruit 340 urban elderly people happiness condition were investigated, with general well-being scale (GWB) (Chinese version) as the old general well-being measuring tool. The results show that the average happiness index of the elderly in Qingyang City is 78.15 ± 8.16 . The happiness index of the elderly in male is relatively high, while the happiness index of the elderly in female is relatively low. The happiness index of the elderly with empty-nest mode is lower than that of the elderly with family mode. The higher the income of the elderly, the higher the happiness index; Older adults who exercised were happier than those who did not. In our study, we found that living pattern, economic income and physical exercise all have a certain impact on the well-being of the elderly in urban areas, and it is recommended that the elderly strengthen physical exercise.

Key words: Qingyang City; The elderly in urban areas; happiness

1 引言

幸福感作为老年人生活质量的一个重要评价指标,目前关于老年人幸福感的研究多数集中在局部,而对于城市老年人的相关研究较少。有研究表明,农村老年人的心理健康状况并不高,文化程度、独居、疾病、劳动状态、参加活动和人格特征影响老年人的心理健康^[1]。总体幸福感量表可以综合评估老年人的身心健康状况,总体幸福感的高低是衡量老年人晚年生活质量的重要标准,并且能够预测老年人在未来的一段时间内身体和心理的发展趋势^[2-3]。主观幸福感作为总体幸福感的一个指标,是指个体依据自定的标准对其生活质量进行整体性评估,它由认知成分和情感成分构成,并受多种因素的影响^[4]。据张红静等^[5]的研究发现,老年人的幸福感与职业、居住、健康、庭中的情感反应、情感介入、应对方式等因素有关。

据以往研究发现,关于老年人幸福感的研究多数集中于主观幸福感,以“农村老年人”及“总体幸福感”为主题在中国知网进行搜索,从2012年到2021年共搜索到核心期刊77篇,博硕士论文225篇,而关于老年人的核心期刊只有13篇,博硕士论文28篇。目前为止大多数研究多集中于农村老年人的主观幸福感研究,且以往有关老年人幸福感的研究因素大多集中于人口学变量,对其他内外因没有深入研究。庆阳市^[6]是中华民族早期农耕文明的发祥地之一,这里也是中国中医药文化的发祥地,中医鼻祖—岐伯的出生地,在此成就了举世瞩目的《黄帝内经》;革命历史悠久,是甘肃唯一的

革命老区,被誉为“永远的红区”。在近几年经济快速发展的同时,老龄化趋势带来的问题日趋增多,本文旨在研究庆阳市城区老年人的总体幸福感及其不同运动方式、居住模式及经济收入下的城区老年人幸福指数,为庆阳市的长远发展可提供数据参考。

2 研究对象与方法

2.1 研究对象

以庆阳市城区老年人的总体幸福感为研究对象,主要采用随机抽样调查的方式,依据整群抽样和随机抽样原理,选取了各城区公园、广场及住宅小区作为调研地点,随机招募的60岁及60岁以上的老年人作为调研对象,并在排除一些不具备交流能力的老人之后进行调查。

2.2 研究方法

2.2.1 文献资料法

本研究之前,在陇东学院图书馆及体育学院资料室查阅了社会学、体育学、体育统计学、医学及地理相关学科关于老年人幸福感等相关资料。通过中国知网(CNKI)以“总体幸福感”等主题词进行相关文献检索,并以近年来“老年人”、“总体幸福感”为关键词进行了相关文献的高级检索,从而全面的了解国内外有关老年人幸福感的研究前沿及热点,并对相关文献资料进行分类整理,为本论文研究提供重要参考依据和理论支持。

2.2.2 问卷调查法

问卷的发放与回收由陇东学院体育学院团队成员采取当场发放、当场回收的办法。同时考虑到部分老年人文化程度、视力情况及语言理解能力的差异,为了降低填写失误,问卷均由研究者进行询问,确定对方理解后进行填写。本次发放问卷 340 份,回收问卷 340 份,回收率为 100%。有效问卷 322 份,有效利用率为 94.71%,数据有效利用率均已达到 80%以上,符合数据处理要求。在有效问卷的 322 位老人中,男性 154 人,占总人数的 48.13%;女性 168 人,占总人数的 52.17%。

2.2.3 数理统计法

根据本研究实际需要,通过 Excle 2010 版软件对回收的有效问卷基本信息进行数理统计,并对不同运动方式、居住模式及经济收入的城区老年人进行数据资料进行对比分析。

3 结果

3.1 庆阳市城区老年人总体幸福感

调查的 322 位城区老年人中,平均年龄为 68.9 岁,平均幸福感指数为 78.15 ± 8.16 ,最高幸福指数为 86.31,最低幸福指数为 69.99。其中,男性 154 人(占总人数 48.13%),平均幸福感指数为 79.01 ± 8.66 ;女性 168 人(占总人数 52.17%),平均幸福感指数为 77.29 ± 8.53 。总体来看,男性老年人的幸福指数较高,这王崑等人的《园艺疗法对养老机构高龄老年人血压及幸福感的影响》^[9]研究结果相同。

3.2 不同居住模式的老年人幸福指数

表 1 不同居住模式的老年人幸福指数 (n=322)

居住模式	人数	百分比 (%)	幸福指数
空巢模式	183	56.83	77.41 ± 8.43
家庭模式	139	43.17	78.89 ± 7.61

通过对两种居住模式的老年人幸福指数进行整理分析(表 1),发现空巢模式(56.83%)居住下的老年人数高于家庭模式(43.17%)居住下的老年人数,同时没有子女陪伴、没有配偶的老年人幸福指数为 77.41 ± 8.43 ,有子女陪伴的老年人幸福指数为 78.89 ± 7.61 。这或许与子女不在老年人身边有关,多在外工作身边没有人照顾,会担心孩子的一些事情,精神上有一定的欠缺。有学者研究发现与子女居住对老人幸福感有一定的改善,换言之,不与子女居住对老年人幸福感一定程度会降低,还有可能引发其他一些负面的影响^[8],高菱宜^[9]发现,独居老年人的总体幸福感水平显著低于非独居老年人,与本研究的成果一致。

3.3 不同经济收入的老年人幸福指数

表 2 不同经济收入的老年人幸福指数 (n=322)

经济收入(月/元)	人数	百分比 (%)	幸福指数
1000 元以下	83	25.78	77.11 ± 9.72
1000-2000 元	69	21.43	77.28 ± 9.43
2000-3000 元	72	22.36	78.61 ± 8.56
3000-4000 元	58	18.01	78.82 ± 8.99
4000 元以上	40	12.42	78.93 ± 7.63

通过分析发现,庆阳市城区的老年人收入主要集中在 3000 元以下,总计占到总人数的 69.57%,收入在 1000 元以下的人数最多,占总人数的 25.78%。同时,我们也发现收入的高低对于老年人的幸福指数有一定的影响。收入在 1000 元以下和 1000-2000 元的老年人幸福指数分别为 77.11 ± 9.72 、 77.28 ± 9.43 ,均低于平均值 78.15 ± 8.16 ,2000 元以上的老年人幸福指数高于平均值,随着经济收入的增加,老年人的幸福指数得分不断提高。这与彭珊怡^[10-11]月经济收入较高的老年人主观幸福指数也较高的研究成果一致。

3.4 不同运动方式的老年人幸福指数

表 3 不同运动方式的老年人幸福指数 (n=322)

运动方式	人数	百分比 (%)	幸福指数
太极拳	59	18.32	78.91 ± 6.97
广场舞	92	28.57	78.54 ± 8.19
跑步	67	20.81	77.33 ± 8.44
球类	39	12.11	79.02 ± 7.56
无运动	65	20.19	76.95 ± 9.55

不同的运动方式对老年人的幸福指数有一定的影响。从运动方式的人数来看,广场舞的人数较多,占总人数的 28.57%,其次是跑步人数,占 20.81%,球类运动项目体力要求较高,人数较少,占总人数 12.11%。从幸福指数来看,球类运动项目的城区老年人幸福指数最高,为 79.02 ± 7.56 ;无运动项目的老年人幸福指数为 76.95 ± 9.55 ;跑步项目的老年人幸福指数为 77.33 ± 8.44 ,均低于平均值 78.15 ± 8.16 。任晓静研究表明:体育锻炼能够有效提高老年人的身体健康水平,降低老年人的患病风险,并进一步提高老年人的幸福感^[12]。同时重庆大学方云龙^[13]表示,体育锻炼具有很好的健身作用,同时花费的代价又低,可以改善老年人身心健康,可以促进老年人主观幸福感的增加。

4 结论

通过对庆阳市城区老年人进行幸福指数的调查分析,发现庆阳市城区老年人总体幸福指数相对较高,且男性老年人幸福指数高于女性;家庭居住模式更有利于提升老年人的幸福指数;经济收入的多少对老年人幸福有一定影响,经济收入越高,幸福感越高;球类运动项目的老年人幸福指数较高,这与老年人拥有健康的体魄有一定的关系。

参考文献:

- [1]齐玉玲,高航,张秀敏,等.城市社区老年人心理健康状况及其影响因素[J].护理研究:下旬版,2017,31(01):26-28.
- [2]邢世波.居家养老者与机构养老者总体幸福感现状及影响因素对比研究[D].青岛大学.
- [3]张羽,辛延伟,刘晓芹,等.农村老年人总体幸福感与人格特征——社会支持的中介作用[J].中国老年学杂志,2021,41(13):2862-2865.
- [4]李洁,姚迪,刘晓芹.老年人总体幸福感与人格特征、社会支持的关系[J].中国健康心理学杂志,2015,23(06):889-892.DOI:10.13342/j.cnki.cjhp.2015.06.025.
- [5]张红静,马颖竹.影响老年人主观幸福感的相关因素分析[J].中国老年学杂志,2002,22(006):428-430.
- [6]<http://baike.baidu.com/view/734344.html>
- [7]王崑,张莹莹,张晓飞,等.园艺疗法对养老机构高龄老年人血压及幸福感的影响[J].护理研究,2020,34(6):1109-1111.
- [8]金霞.居住方式对老年人幸福感的影响研究——基于 CHARLS 数据实证分析[J].农村经济与科技,2021,32(02):185-188.
- [9]高菱宜,王蒙.独居与非独居老年人抑郁和总体幸福感现状调查[J].中国健康心理学杂志,2014,22(1):56-58.
- [10]彭珊怡,付桂芳,吴国钦.广东贫困县老年人主观幸福感调研报告[J].战略决策研究,2012,003(003):89-96.
- [11]徐广路,沈惠璋.经济增长、幸福感与社会稳定[J].经济与管理研究,2015,000(011):3-11.
- [12]任晓静.水中运动参与对老年人主观幸福感的影响研究[C]//第三届国际水中运动论坛论.[中国体育科学学会],2021:85-86.DOI:10.26914/c.cnkihy.2021.059323.
- [13]方云龙.体育锻炼与老年人主观幸福感的相关性研究[D].重庆大学,2016.

基金资助:陇东学院青年科技创新项目(901110040215)