



## 城市老年人精神养老研究

陈 昫

**摘 要：**精神养老是一种全新的养老模式，在解决城市老年人精神需求与满足问题方面具有重要的作用。从表现形式来看，精神养老包含老年人获得的精神支持，即亲情、友情、社会规范驱动性支持；老年人的精神满足，即以打发时间为目的、实现自我价值为目的、精神升华为目的的精神满足；精神诉求，即内容强化、内容替换、内容增加、内容移植模式等方面的内容。精神养老具有固定的实现形式，兼具层次性与非层次性特征，其发展离不开社会的关注。

**关键词：**精神养老；精神需求；养老模式

随着社会生产力的不断发展，物质生活的不断丰富，人民生活水平的不断提高，社会保障体系的不断完善，“老年人”这个在人们的印象中往往具有弱势性、依附性特征的群体，将不再满足于吃饱穿暖，而是希望其精神需求也能够得到满足。对城市老年人而言，其精神需求问题较为突出，有必要为该群体提供相关精神服务（施鸣骞，2013：20）。因此，为老年人提供“精神赡养”具有突出的重要性，必须充分重视老年人的自尊、期待与亲情方面的需求（穆光宗，2004：125）。而老年人精神需求与满足问题，有逐步向老年人精神生活、精神保障问题转化的趋势（周绍斌，2007：129-130）。故近年来，“精神养老”概念开始逐渐在学术界兴起，而与“精神赡养”、“精神慰藉”等概念不同的是，“精神养老”不仅包含了精神服务的接受者与提供者之间的关系、精神服务的提供方式、精神服务的构建模式等狭义层面的内容，同时还在宏观层面包括了老年人的精神需求与满足问题。

本研究基于深度访谈研究法而展开。深度访谈是一种半结构式的访谈，它选取研究问题的某些方面向调查对象提出问题。该方法的优势主要在于，在访谈时可能出现诸多“意外因素”，即被访者的回答可能存在研究设计者未曾预想到的内容，从而，深度访谈常常能够带来许多“意想不到”的发现。而结合本研究的主题来看，受到精神养老概念的特殊性等因素的影响，使用深度访谈法，可以对老年人的精神生活世界有更为透彻的了解，有助于对精神养老的具体表现形式进行梳理与分析。

笔者对武汉市 JHB, JH, WS, XD 社区的 21 名老年人进行了深度访谈。其中，JHB 和 JH 社区毗邻闹市区，交通便利，社区有一定的助老设施硬件基础，例如老年活动室等。WS 社区中生活着较多的某单位退休职工，社区整体环境较差，社区活动场所狭小，没有老年活动室；该社区居委会并不设在社区内，而是离社区较远，还要过马路，对此，老人们颇为不满。XD 社区紧邻公园，老人们常常在清晨或者茶余饭后去公园散步。

在运用深度访谈法收集相关研究资料的过程中，本研究还采用了“三角校正法”（Maxwell, 2008：119-120），即不仅对案主进行访谈调查，还视情况有针对性地采访了老人的亲友、邻里等，以期获得更为翔实的资料，深入了解老年人的精神生活状况。本研究从老年人获

得的精神支持、老年人的精神满足、老年人的精神诉求三方面对精神养老的具体实现形式进行了分析。

## 一、老年人获得的精神支持

精神支持是老年人精神养老体系中最基本、内涵最为丰富的组成要素,其核心就是给予老年人精神关怀,关注其精神生活。精神支持可以被分为亲情支持、友情支持、社会规范驱动性支持三大类。

### (一) 亲情支持

亲情支持的主要提供者是与老年人关系最为亲密的人,这种支持重在关心老年人的日常心情、帮助其消除不良情绪,以维持其心理健康,是老年人精神养老体系中不可或缺的内容。老伴、子女、保姆等通常是这种支持体系的主要承担者。

老伴是老年人精神支持最为重要的来源,由于相濡以沫多年,因此对老年人的脾气比较了解,能够及时地发现老年人精神状态所存在的问题,并给予帮助。

从子女的角度来看,他们通常能够为老人提供三种不同类型的精神支持:

第一,同住式的支持。子女与老年人同住,照料老年人的日常生活,并为其提供精神关怀方面的支持,这种支持模式多适用于生活难以自理的老人。子女为老年人提供物质层面的支持之余,通过言语安慰、日常照料等表示对老年人的精神关爱,其具体实现形式与老伴的支持相似。

第二,以电话为媒介的问候。当子女因各种原因难以和老年人同住时,电话问候就成为了子女为老年人提供精神支持的主要渠道。访谈调查结果显示,电话问候一般是由子女主动打给老年人,鲜有老年人打给子女的情况。

第三,上门看望。上门看望一般和电话问候相结合,通常体现为两种方式,其一是子女在节假日时去看望老年人,其二则是子女平时经常去看望老年人。对前一种方式而言,子女一般都会做足“准备工作”,例如购买礼品,带上孙子孙女等;而另一种方式则显得较为随意一些,就是子女到老年人家中坐坐,并与老年人聊天等。无论是哪种实现形式,老年人都表示欢迎,认为这具有重要的意义。

而从保姆所提供的精神支持来看,保姆是亲情支持体系中较为特殊的组成要素,她们与老年人之间通常没有血缘关系,因此理论上无法形成亲情支持赖以维系的“血亲”条件。然而,由于老年人长期独居或生活难以自理,导致老年人在日常生活方面依赖于保姆时,有可能会形成一种近似于亲情支持的精神支持体系。这种体系的形成有两个前提条件:一方面,保姆和老年人相处融洽,且能够主动地关心老年人的精神生活,并给予相应的精神支持;另一方面,老年人未能获得足够的来自老伴、子女等家庭成员的精神支持。

### (二) 友情支持

友情支持主要由老年人的老朋友、老同事等群体所提供。对老年人的友情支持,主要是通过老年主体中心性的模式进行构建。即老年人自身为中心,由中心向外部发散出连接线,线的终端就是老年人的老朋友等群体,由此形成一个以老年人自身为主体的 interpersonal 网络。

老年人的友情支持来源,主要可以分为三个方面:

第一,来自老同事、老战友、老朋友的精神支持。老同事、老战友、老朋友是除了配偶、子女、亲属之外,与老年人关系最紧密的群体。该群体熟悉老年人的性格、脾气,因此在交流、沟通方面没有太大的障碍。共同的经历、共同的回忆是该群体所能给予老年人的最为突出的精神支持。

第二,来自社区邻里的精神支持。这种精神支持的形成有一个基础条件,即老年人必须和社区邻里建立起较为融洽的关系。“老死不相往来”会导致社区邻里的精神支持模式的解体。老年人与社区邻里的沟通交流,会形成“老年亚文化群体”,这是老年人消除寂寞、打发时间的重要渠道。而“老年亚文化群体”能够促使邻里之间互相关心,有利于帮助老年人克服精神压力,避免产生消极情绪,使老人感受到来自“大家庭”的温暖。

第三,来自扩展社会关系的精神支持。扩展社会关系也是老年人精神支持的重要来源,它在本质上属于老年人的朋友、熟人一类的关系,但不同于老朋友、老战友等群体,老年人扩展社会关系的形成,具

有一定的偶然性，“舞友”、“戏友”等就是这种社会关系的典型体现。他们能够为老年人提供一定的精神支持，例如老人生病时上门看望，这种支持能够使老年人感受到群体的温暖，有利于帮助老年人缓解消极情绪。此外，老年人的扩展社会交往在体系的互动程度方面更强，成员之间容易形成较为默契的互动关系，而这种默契往往成为扩展社会关系发挥其精神支持功能的基础。

### （三）社会规范驱动性支持

与亲情支持和友情支持不同，社会规范驱动性支持突出地体现为支持的提供者和老年人之间一般并没有基于亲情、友情的社会联系。其次，与前两种支持不同的是，这种支持一般有着目的导向性和规范控制性，可能会受到社会道德、规范、政策等因素的直接影响。因此，它是在社会规范驱动之下所形成的，以尊老敬老为终极目的的一套精神支持体系。对老年人的社会规范驱动性支持，也可以理解为使老年人能够“老有所敬”。来自志愿者与陌生人的支持，是社会规范驱动性支持的主要实现形式。

志愿者支持的主要实现途径是与老年人聊天，介绍新鲜事儿等，重在与老年人进行沟通交流。尽管这种精神支持在形式上较为简单，也通常难以触及老年人内心的真实世界，但因为志愿者多为中青年人群，与老年人之间跨代际的交流，不仅是老年人了解外界生活的重要渠道，同时也满足了老年人希望与中青年人群进行交流的愿望。

来自陌生人的精神支持，需要有良好的社会尊老敬老风气作为基础，这种支持主要体现在日常生活中的尊老敬老行为方面。例如在公交车上给老年人让座，老年人手提重物上下楼时帮忙扶一下等等，这种支持体现了社会对老年人的关爱，以及人们对尊老敬老思想的认同。

## 二、老年人的精神满足

按照内容方面的不同层级性，可以将老年人的精神满足分为三个层面的内容。

### （一）初级层次

以打发时间为目的的精神满足。这种精神满足在实现形式上较为简单，主要包含四种类型：

第一，看电视、听收音机。看电视、听收音机是老年人消磨时间的主要途径，不过老年人对播放的节目也是有选择性的，新闻、家庭类的电视剧、老电影、老年保健节目，是最受老年人青睐的节目类型。不少老年人表示，“容易打发时间”是他们首选电视、收音机节目等以满足精神需求的关键原因。

第二，与其他老年人一同聊天、交流。这是老年人寻求自我精神满足的一种重要途径。小到柴米油盐，大到国家政治，都是老年人所青睐的话题。对老年人而言，交流的内容并不重要，他们所寻求的是“有个说话的伴儿”，能够与其他老年人聊上几句，好打发时间，是老年人聊天的主要目的。

第三，在公园活动。公园是老年人进行沟通交流、“凑热闹”的理想场所，因此对老年人而言，到公园活动，既能够有效地打发时间，还能满足其沟通、交流的需求。

第四，参与棋牌类游戏。打麻将、下象棋、打扑克牌等棋牌类游戏，是老年人用以消磨时间的主要活动方式之一。不少老年人表示，自己打麻将、打扑克纯粹是出于兴趣爱好，并不在乎输赢；消磨时间，消除寂寞情绪，是老年人热衷于棋牌类游戏的直接原因。

### （二）中间层次

以实现自我价值为目的的精神满足。班图拉自我效能感理论认为，即便人的行为没有对自己产生强化，但由于人对行为结果所能够带来的功效产生期望，可能会主动的从事那一项活动。老年人对自身价值的认知通常是模糊的。因此，老年人会尝试通过从事一些简单的日常活动，或者参加老年兴趣班、上老年大学等，逐步建立自我效能感。换言之，提升自我认同感，“能够使自己觉得还有点用”，是老年人实现自我价值目的的最终目标。

### （三）最高层次

以精神升华为目的的精神满足。对部分老年人而言，追求精神层面的升华，是其精神生活的主要内容，通过其精神层面的自我提高，老年人能够达到精神上的满足。精神升华的主要实现形式是宗教信仰，老年人往往通过吃斋念佛等形式，实现精神层面的“自保”、“自觉”与“自省”，提高自身的精神修养与道德

素质。

### 三、老年人的精神诉求

事实上,几乎所有的老年人都存在着精神诉求。精神诉求与精神满足在内容方面具有相对性,精神诉求脱胎于精神满足,是对精神满足中缺失的内容的一种完善与补充,代表着老年人在精神生活方面的追求。因此,当老年人的精神满足实现情况较好时,老年人的精神诉求相对比较简单;反之,则老年人的精神诉求在内容方面将会呈现突出的复杂性与综合性特征。

老年人的精神诉求是一个主观性很强的概念,在客观层面上,它受制于老年人的年龄、文化程度等方面,而在主观层面上,它又是老年人个性、爱好、心理等多方面因素共同作用的产物。老年人的精神诉求一般具有四种不同的模式。

第一,内容强化模式。该模式反映了老年人对当前自身精神满足的实现形式较为满意,并迫切希望能够得到进一步强化。内容强化是为了让自己的精神需求得到更好地满足,而这种诉求在很大程度上以老年人自身的爱好为基础。

第二,内容替换模式。选择内容替换模式的老人,对当前精神满足模式中的内容并不满意,希望能够实现其所期望的精神满足内容。而失能、患病的老年人,往往有着较为强烈的“内容替换”的需求。

第三,内容增加模式。这种模式是老年人对其当前精神满足模式的一种补充与期待。内容增加模式一般与老年人的“老有所为”愿望有关,这种愿望一方面包含了老年人对自身素质进一步完善的期待;另一方面,则包含了老年人对实现自身价值的期望。从访谈的结果来看,不少老年人并不认同自身仅仅是社会支持的接受者,认为自身依然还存在价值,能够为社会尽一份力。

第四,内容移植模式。这种模式主要是指老年人通过报纸、广播、电视节目等媒介,对其他老人所能享受的丰富多彩的精神生活方式表现出非常强烈的憧憬,希望能够实现“与他人一样”的精神养老方式。内容移植模式的存在,也在客观上说明老年人的精神诉求具有一定的模糊性特征。

需要指出的是,受到老龄工作的开展状况、涉老设施的建设状况、老年人自身的健康状况等多方面的影响,精神诉求常常只能成为“空中楼阁”。而事实上,精神诉求对老年人的精神养老而言,其最大的作用就是“画饼充饥”。老年人对美满的、富足的精神生活的向往,是维系其精神生活状态相对平稳的重要外在力量。对不少老年人而言,其精神生活只要还能“有个盼头”,哪怕是幻想也好,往往能够成为老年人维持精神生活稳定的“救命稻草”。由此,“愿景”作用就成为了老年人精神诉求作用中最为重要的特性。

### 四、研究结论与启示

首先,精神养老的实现形式客观存在且有固定模式可循。以上研究揭示,精神养老有着具体的实现形式。小到子女为父母打扫卫生,排忧解难;大到老人参与社会活动,为社会建设贡献力量,均为精神养老的直接体现。因此,精神养老也就由此在概念与形式上具有了实体性,而并非是“虚无缥缈”的内容。

值得注意的是,尽管精神养老受到老年群体的异质性影响,而具有较为鲜明的多样性特征,但这并不意味着精神养老的实现形式就无章可循。相反,无论老年个体采用何种具体的精神养老实现形式,均无可避免地会遵循精神支持、精神满足与精神诉求分类的原则。这使精神养老由此具有了初步的体系结构特征,而这恰恰是作为养老体系所不可或缺的内容,由此,这使得从体系层面系统地研究精神养老成为了可能。

其次,精神养老兼具层次性与非层次性的特征。“层次性”脱胎于马斯洛的需求层次理论,其基本内涵可以概括为:需求是分层次的,从低至高依次分为生理、安全、社交、尊重、自我实现的需求;其次,低层次需求的满足,是追求高层次需求的动力。国内大多数涉及到老年人精神需求与满足的研究,均在不同程度上对该学说予以了肯定。

从层次性角度来看,精神养老的具体实现形式有着鲜明的层级特征,例如看电视消磨时间,与参加社会活动以实现“老有所乐”,二者之间存在着突出的层次差异。而非层次性的角度来看,对家庭生活并不

美满、子女尊老敬老意识淡漠的老人而言，他们同样可以通过参加老年志愿者活动，为社会做出贡献，并获得心灵上的安慰。换言之，在精神养老体系中，追求高层次的精神需求不一定需要以低层次需求的满足为基础。不难发现，老年人对自身精神需求状况的主观认知，对精神养老的体系构建能够产生较为强烈的影响。因此，在今后开展以老年人精神需求与满足为主题的研究时，应当尽量把研究的焦点集中于老年人自身，而不是过度拘泥于需求层次理论等方面的内容。

再次，精神养老的发展离不开社会的关注。发展老龄事业，保障老年人的养老权益，促进老年群体与社会和谐发展，具有重要的现实意义。精神养老概念的提出，不仅对当前养老内涵过于关注物质层面这一现象提出了质疑，同时还蕴含着老年关爱、老年人社会参与、老年人自我价值实现等多方面的内容。因此，在明确精神养老的概念内涵的同时，有必要充分重视这一概念的特殊含义，这一方面不仅响应了党的相关政策，同时也为从理论层面上构建老年人综合性的保障体系提供了政策依据；另一方面，关注精神养老也反映了我国老龄工作开展的必然要求。从发展的角度来看，就是要把精神养老体系的构建与以人为本的、社会主义现代化社会建设相结合，只有这样，才能够有效促进精神养老的发展，充分保障老年人的生存权与发展权。

#### 参考文献：

- [1] Joseph A. Maxwell 著. 陈浪译(2008). 质性研究设计. 北京：中国轻工业出版社.
- [2] 穆光宗(2004). 老龄人口的精神赡养问题. 中国人民大学学报, 4.
- [3] 施鸣骞、周希喆(2013). 城市老年人心理健康和精神关怀服务需求研究——以上海市为例. 调研世界, 2.
- [4] 周绍斌(2007). 从物质保障到精神保障——老年保障的新趋势. 福建论坛·人文社会科学版, 7.

## Research on the Spiritual Endowment for the Senior Citizens

Chen Xu (Lecturer, Wuhan University)

**Abstract:** The spiritual endowment is a new support pattern for the elderly, and it is of vital importance of satisfying the spiritual need of senior citizens. On the aspect of forms, it contains the spiritual support, spiritual satisfaction and spiritual appeal. The spiritual support contains family, friendship and social regulation support. The spiritual satisfaction contains time-consuming, self-fulfillment, and spiritual sublimation. The spiritual appeal contains types of content enforcement, content replacement, content increasing, and content transplant. The spiritual endowment has specified forms. It may be characterized by level and non-level features and its development needs the focus of the society.

**Key words:** spiritual endowment; spiritual need; patterns of support for the elderly

■ 作者简介：武汉大学社会学系讲师，法学博士；湖北 武汉 430072。Email: cxsw1986@126.com。

■ 基金项目：中国博士后科学基金项目(2013M531726)；武汉市社会科学基金项目(13046)

■ 责任编辑：桂 莉

