

养老院老人生活适应现状研究

朱心怡

(扬州大学社会发展学院, 江苏 扬州 225000)

【摘 要】随着我国进入人口老龄化时代, 老年人口增加, 家庭养老功能弱化, 人们的养老观念开始产生变化, 越来越多的人开始选择机构养老。由于受到中国传统家庭养老观念、老人固化心理模式和老人身体不便的影响, 老人进入养老院后无法适应养老院的生活。本文从以人为本的角度出发, 运用专业研究方法研究老人在养老院中的适应状况, 分析并发现对老人在养老院的生活适应产生影响的各种因素, 帮助老人从家庭养老模式向机构养老模式转变, 舒适地享受老年时光。

【关键词】养老院; 老人; 生活适应

一、绪论

老龄化已经成为一个全球性的问题, 中国作为一个人口大国, 老龄化形势更加严峻。根据国家统计局发布的第六次全国人口普查主要数据公报, 60岁及以上人口占全国总人口的13.26%, 比2000年上升2.93个百分点。中国作为世界上最大的发展中国家, 如何在老人基数快速加大, 老龄化发展速度快且不平衡的情况下有效地解决养老问题, 已经成为了一个社会性的难题。

随着社会经济文化水平的突飞猛进, 部分老人已经不再满足于传统的养老生活, 而是选择转向机构养老。然而有相当一部分数量的老人无法快速适应养老院的生活, 导致晚年生活不能愉快度过。从以人为本的角度出发, 运用专业研究方法研究老人在养老院中的适应状况, 探寻养老院老人生活适应的影响因素, 帮助老人更好地适应养老院的生活具有重要意义。

二、研究方法

(一) 研究对象

为了研究养老院老人生活适应的情况, 本研究选取了扬州市65家和昆山市24家养老院里的6家的200名老人。在得到养老院负责人的允许后, 向老人说明情况进行问卷调查并且回收。除了不诚实回答或者漏答的14份外, 最终分析了186份问卷。

此次接受调查的老年人均满足以下三个条件:

第一, 接受调查时没有疾病发作的情况。

第二, 无精神方面的疾病, 接受调查时能进行清晰地言语表述。

第三, 至少能够在调查者的协助下无误地填写问卷。

调查过程中, 极少部分识字、并可以自己填写问卷的老人是由其自由填写问卷, 大部分不识字或无法握笔的老人是由调查者以一对一问答的形式填写问卷。

(二) 研究工具

为了测定养老院老人生活适应, 本研究使用了Lee, Hye Kyung (2008)的机构老人生活适应量表。

该量表共22个选项, 其中第2、3、4、5、6、9、12、13、14、19、20、21、22问项为反向问项, 采用李克特5分计分制, “1=完全不是”, “2=大概不是”, “3=一般”, “4=大概是”, “5=完全是”, 总分为110分, 调查对象得分越高, 表示生活适应越好。

(三) 资料分析

本研究收集的资料使用了SPSS软件进行分析。为了掌握研究对象的一般特性, 采用了频数和百分率分析。为了检验人口社会学因素对养老院老人生活适应现状的影响采用了独立样本T检验和单因素方差分析。

三、研究结果

运用独立样本t检验和单因素方差分析, 得出研究对象的一般特性与初中生网络成瘾的差异, 具体参照表1。

四、讨论及建议

(一) 讨论

通过对养老院老人生活适应状况的比较分析, 讨论如下:

1. 年龄

数据显示, 受调查老人中81-90岁的老人在养老院的适应现状比60-80岁的老人好。经过实地观察, 养老院会配备专门为老人健康服

表1: 研究对象的一般特性与老人生活适应现状的差异

区分	频数	均值	标准差	t/F	LSD
性别	男	111	3.72	0.30	
	女	75	3.76	0.33	-0.89
	总数	186	3.74	0.31	
年龄	60-80岁(a)	91	3.68	0.29	a<b
	81-90岁(b)	75	3.79	0.30	3.54*
	91-97岁(c)	20	3.82	0.37	
	总数	186	3.74	0.31	

表1: 研究对象的一般特性与老人生活适应现状的差异 (续一)

区分	频数	均值	标准差	t/F	LSD
学历	小学	119	3.72	0.29	
	初中	45	3.70	0.37	
	高中或中专	20	3.89	0.23	2.03
	大学及以上	2	3.80	0.96	
	总数	186	3.74	0.31	
居住时间	1年以下(a)	20	3.58	0.35	
	1-2年(b)	52	3.66	0.30	6.88** a<c
	2年以上(c)	114	3.80	0.29	b<c
	总数	186	3.74	0.31	
	总数	186	3.74	0.31	
以前的工作岗位	公务员	9	3.92	0.24	
	事业单位	24	3.81	0.35	
	企业	48	3.72	0.33	1.86
	其他	105	3.71	0.29	
	总数	186	3.74	0.31	
愿不愿意参加文体活动	愿意	41	3.84	0.25	
	不愿意	145	3.71	0.32	2.45*
	总数	186	3.78	0.29	
是否关注老人政策	是	34	3.87	0.28	
	否	152	3.71	0.31	2.76**
	总数	186	3.79	0.30	
家人亲戚是否经常探望	是	153	3.76	0.32	
	否	33	3.62	0.21	3.11**
	总数	186	3.69	0.27	
收支状况	收入低于支出	45	3.67	0.36	
	收支平衡	125	3.74	0.30	
	收入高于支出	16	3.84	0.21	1.81
	总数	186	3.74	0.31	
户口	农业户口	81	3.71	0.31	
	非农业户口	105	3.75	0.31	-0.94
	总数	186	3.73	0.31	
身体状况	正常	156	3.73	0.31	
	不正常	30	3.78	0.31	3.11**
	总数	186	3.76	0.31	

注: *P<0.05, ** P<0.01。

务的医疗站以及专业的医护人员。81-90岁的老人在身体方面或多或少都有需要别人照顾的地方，他们大多不能完全自理，对于医疗资源的需求度更高，养老院在这方面更能迎合他们的需要，所以他们在养老院能适应得更好。

2. 居住时间

在养老院居住时间长的老人往往适应得比居住时间短的老人好，调查结果显示居住2年以上的老人在养老院适应得比居住了1年以下或1-2年的老人都好一些，有相当一部分居住了2年以上的老人在填写问卷的过程中都坦言已经把养老院当成了自己的家。人与环境的协调适应需要一段时间，个体在一个环境中居住的时间越长，其适应状况就会越好。

3. 文体活动

本研究的结果显示，虽然只有少部分老人愿意参加文体娱乐活动，但是表示自己愿意参加文体活动的老人大多乐观开朗，仍然保持着与人交往的意愿和热情，他们比对生活缺乏热情、态度平淡甚至消极的老人更能主动融入环境，适应现状也更好一些。

4. 对老年政策的关注

通过数据分析，笔者发现对于老人政策有一定关注的老人在养老院适应得更好。大部分老人不关注与自己相关的国家政策，或者因为文化水平不高，或者因为缺乏热情。而对于自己息息相关的政策密切关注的老人性格大多积极主动，具有更高的能动性和更强的行动力，这样的老人能够主动解决自己的问题，更快地适应新的环境，所以他们到了养老院适应得更快，也更好。

5. 家人的探望频率

许多学者在他们的论文和调查报告中都指出，家庭关系融洽、与子女关系良好的老人幸福感更高一些，在养老院生活适应得更好，生活满意度也更高。子女的探望能使老人感受到关怀与爱，在子女的关心下，老人有时候甚至能忽略养老院令他不满意的一些地方，对老人来说有了子女的关爱就是令人满意的。所以经常有子女探望的老人在养老院能适应得更好。

6. 身体状况

数据显示，身体状况不正常的老人在养老院适应得比身体状况正常的老人好。笔者在调查过程中发现，小部分卧病在床的老人都有专人照顾，养老院也会负责提供医疗资源和专业的医疗人员看护。在健康照料这方面，养老院养老比家庭养老更专业，更贴近老人的需求，所以他们能更好地适应养老院生活。

(二) 帮助老人更好适应养老院生活的建议

1. 宏观层面

(1) 加大宣传

虽然机构养老已经越来越普遍，但是在相当一部分传统的老人的观念中，家庭养老仍然是最优选择，他们不免会把机构养老和子女不孝顺、晚年凄凉等境遇来联系起来，社会应该加大宣传力度，让这部分老人明白机构养老是新时期的最佳选择，不仅可以减轻家庭负担，也可以让老人有自己的社交圈，养老院也是愉快度过晚年的上佳选择。

(2) 政府加大扶持力度

作为权威性组织的政府首先应该引起公众对养老院老人生活适应的关注，通过拍摄公益广告引起社会各界重视，从而为老人争取更多的社会支持。此外也可以借助民间力量如居委会等民间组织，引导老人的子女多关爱老人，给予老人更多的家庭支持。

(3) 提高社会关注度

光有政府的扶持是不够的，养老院和老人需要社会力量的帮助。养老院可以和不同的社团和社会组织联合举办活动、接受媒体采访或者对公众开放参观访问。研究表明这样可以提升老人对养老院的好感和满意度，从而帮助老人更好地适应养老院生活。

(4) 健全老人的保障制度

近年来一直出现养老院中的老人被护工或者其他人员虐待的新闻，相关部门应当对这种情况予以足够的重视并出台相应的法律法规保障老人的合法权益不受侵害。

2. 微观层面

(1) 完善养老院的基础设施建设

进行问卷调查过程中，发现无论公办还是民办养老院，基础设施都不是十分完备。老人需要活动和健身的空间，但是大部分养老院都没有提供相应的健身器材，或者器材老旧失修，甚至已经生锈，不能满足老人正常的活动需求。所以养老院应该积极争取政府注资或社会捐款，完善各项基础设施建设，为老人在养老院的基本生活需求提供保障。

(2) 改善医疗资源

调查结果显示，81-90岁的老人适应情况更好的原因就是他们在养老院的医疗需求得到了满足，医疗服务对老人来说是非常重要的需求。老人在身体各方面机能都有所下降，老人发病率高、需要及时就医，一群居住在一起的老人更需要充足的医疗资源来保证人身安全和生活质量，从而确保老人能在养老院适应良好。

(3) 增加娱乐活动

调查发现，愿意参加文体娱乐活动的老人在养老院适应得更好。大部分老人不愿意参加文体活动可能是因为缺乏良好的组织和引导。为了调动老人参加文体娱乐活动的积极性，养老院可以组织开展多种娱乐、游戏活动，比如棋牌类活动、举办各种运动保健活动和知识讲座、组织短途的踏青和旅游等，提高老人居住在养老院的趣味性，让老人在各类活动中找到生活的乐趣，重新体会到人生的价值。

(4) 促进老人和家人互动

调查发现，经常受到家人亲戚探望的养老院老人生活适应水平更高。家人的关怀与爱对老人来说是非常重要的，养老院可以经常组织老人的家人来养老院陪伴老人，也可以通过组织活动来促进老人和家人亲戚的互动，从而增进他们的感情。对于与家人亲戚关系不太融洽的老人，可以考虑通过专业人员比如社工的介入来改善关系。对于孤寡的老人，也可以组织志愿者进行探望。有了家人亲戚的关怀与爱，老人一定能更好地适应养老院生活。

(5) 关注老人精神健康

根据实地调查和大量文献，心态乐观开朗，精神状态饱满的老人对生活的满意度更高，在养老院适应得更好。而精神状态消极的老人习惯考虑事物消极的一面，往往很难适应新环境，也很难对生活感到满意。养老院应该为老人们配备专业的心理咨询专家，提供定期的心理咨询，以保证老人的精神健康。

(6) 提高养老院工作人员的素质

实地调查中发现，养老院的护工多为没有受过专业培训的务农妇女或下岗女工，这样的护工是没有办法满足老人日常照顾的需求的。养老院应该提高工作人员招聘门槛，选取有相关工作经验和专业知识的人员来负责老人的日常护理。同时，对于体系内的员工也要定时培训，提升他们的专业能力。最后，养老院还应设置合理的考核制度，对员工进行定期考核，以保障老人能在养老院快速适应。

(7) 改善老人的日常饮食

饮食对老人来说是一件非常重要的事，如果日常饮食搭配不够好，老人在养老院就很容易有营养不良的现象。在调查中笔者观察了部分养老院老人的饮食情况，发现老人的饭菜大多用料便宜寡淡，没有充分考虑老人的营养问题。养老院应该咨询专业的营养师，对老人们日常的饮食进行合理的搭配，关注每个老人不同的身体状况，避免忌食的食物，帮助老人养成健康的饮食习惯。对于个别无法自己进食的老人，也要安排人手帮助进食。

五、结语

我国已经进入人口老龄化时代，随着老人增多，机构养老已经成为了一种符合社会发展潮流、不可或缺的养老方式，帮助选择机构养老的老人更好地适应养老院的生活以及鼓励养老机构向更加完善的方向发展意义重大。

本文调查了两个城市6家养老院共186名老人，分析他们的适应现状及其影响因素，但是由于样本容量较小，可能会存在一定的局限性。笔者在编写使用者的基本情况的问卷时，对可能影响养老院老人生活适应现状的因素考虑不够全面。