

家庭沟通与老年人生命意义的关系及其影响机制

刘士欣

济南大学 山东济南

【摘要】本研究聚焦于积极心理学领域，以德州地区老年群体为对象，深入剖析家庭沟通对老年人生命意义感的作用机制。研究表明，家庭沟通、孤独感、老化态度以及生命意义感两两之间存在显著相关性。具体而言，家庭沟通对生命意义感有着显著的正向促进作用。其中，孤独感在家庭沟通与生命意义感之间承担着中介角色，老化态度同样起到中介作用，影响着家庭沟通对生命意义感的关联。此外，城乡因素对家庭沟通与孤独感的关系具有调节作用。此研究有助于进一步理解家庭沟通在老年人心理层面的重要性，为提升老年人生命意义感提供了理论依据与实践指导方向。

【关键词】家庭沟通；生命意义感；孤独感；老化态度；城乡因素中介作用

【收稿日期】2024 年 12 月 18 日

【出刊日期】2025 年 1 月 18 日

【DOI】10.12208/j.ssr.20250013

The relationship between family communication and the sense of meaning in life of the elderly and its influencing mechanism

Shixin Liu

Jinan University, Jinan, Shandong

【Abstract】 This study focuses on the field of positive psychology, taking the elderly group in Dezhou as the object, and deeply analyzes the mechanism of family communication on the sense of meaning in life of the elderly. The study shows that there is a significant correlation between family communication, loneliness, aging attitude and sense of meaning in life. Specifically, family communication has a significant positive promoting effect on the sense of meaning in life. Among them, loneliness plays a mediating role between family communication and the sense of meaning in life, and aging attitude also plays a mediating role, affecting the relationship between family communication and the sense of meaning in life. In addition, urban and rural factors have a moderating effect on the relationship between family communication and loneliness. This study helps to further understand the importance of family communication at the psychological level of the elderly, and provides a theoretical basis and practical guidance for improving the sense of meaning in life of the elderly.

【Keywords】 Family communication; Sense of meaning in life; Loneliness; Aging attitude; Mediating effect of urban and rural factors

1 引言

2019 年末我国 60 岁以上人口约 2.54 亿，占我国总人口的 18.1%。国家对老年人的健康问题日益关注，《“十三五”健康老龄化规划》已经强调健康老龄化的重要性。提升老年人心理健康，有利于达成健康老龄化的目标^[1]。健康是衡量一个国家人力资本质量的重要指标，中老年人群的健康问题已经成为我国迫切需要解决的重大社会经济问题。2000 年，中国正式步入老龄

化社会。根据第七次全国人口普查数据，我国 60 岁及以上人口为 26402 万人，占总人口数量的 18.70%；与 2010 年相比，其比重上升 5.44 个百分点。随着中国老龄化的到来，老年人的身心健康问题日益得到社会的重视与关注。近年来，积极心理学在老年人心理健康发展方面日益得到重视，而幸福感作为大多数社会高度重视的目标和生活的动力，是其关注的焦点^[2]。

家庭沟通(family communication)是在家庭成员相

处中的一种重要的交换信息的方式。沟通质量高意味着家庭成员是良好的倾听者，能够相互传达清楚的信息，表达相互支持和同情；如果家庭成员之间的沟通以封闭、虚假信息和回避为特征，其质量往往会很低^[3]。沟通在发展和维护家庭成员关系中扮演着核心角色^[4]。沟通良好的家庭具有更好的凝聚力，可以更轻松地满足家庭成员的需求^[5]。

进入老年期后，由于年龄的增长和社交范围的逐渐缩小，老年人对家人的依赖越来越重，对来自家庭成员关心的需要也越来越多。家庭成员之间沟通的质量对老年人生活质量的重要意义也日渐凸显。处于沟通不良家庭的老年人则更容易表现出抑郁、焦虑等心理问题，也可能会引发酗酒等行为问题。因此，家人沟通的质量对老年人的身心健康、生活质量乃至整体的幸福感都具有重要意义。

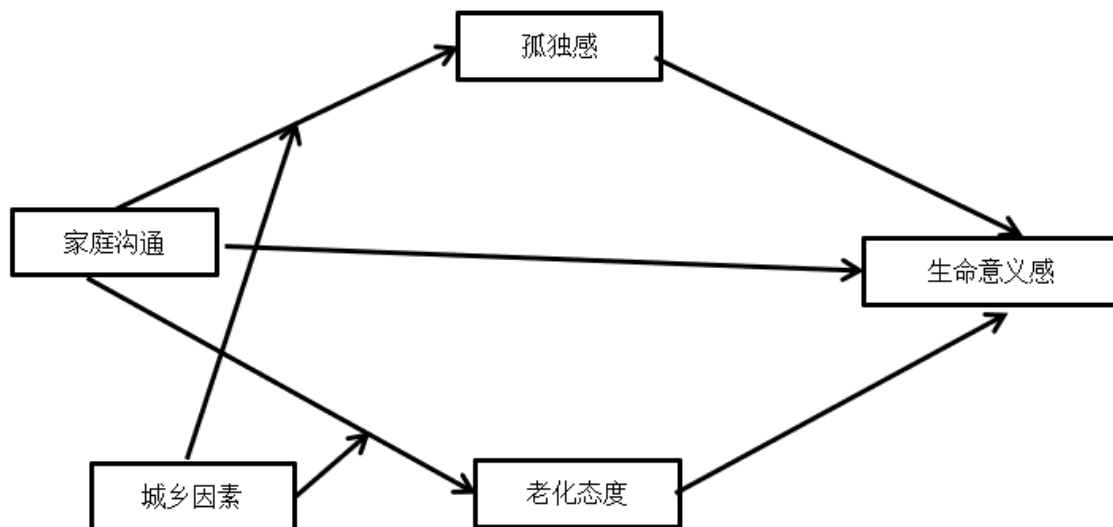
生命意义感是指个体领会、理解或看到生命的意义，觉察到生命的目标、使命及首要目标，包含认知和动机两个维度。其中，认知维度为意义体验（对活得是否有意义的认知评价），动机维度为意义追寻（对意义的积极寻找程度）^[6]。研究已证实生命意义感对心理健康的保护作用。良好的家人沟通，能够促进老年人的身体健康和心理健康，从而使老年人感受到家庭的温馨和对生命的幸福感和意义感；相反，缺少与家人的沟通，老年人更难以得到内心的满足，不容易引发各种情绪，情感问题。因此本研究提出假设 1：家人沟通显著正向预测老年人群体的生命意义感。

孤独感是一种负面的情绪状态，反映个体对自身社会参与和交往水平的不满意，与个体心理健康密切

相关。老年人、女性和社交孤立的人更容易体验到孤独感。孤独感是一种“心灵上的南极”，是关于情感和经历的复杂心理。孤独感包含情感孤独和社交孤独。当老年人与家庭成员的沟通过于稀少时，很少获得家庭成员的情感支持，因此，更容易产生孤独感；相反，当与家庭成员有良好的沟通时能够，能够更好的获得情感支持，得到内心的满足感，进而影响个人的心理健康。因此本研究提出假设 2：孤独感在家人沟通和生命意义感之间发挥中介作用。

老化态度是人们对年老及老化过程的体验和评价，包括积极和消极两个方面：其积极方面是指因老化带来的正向感受和体验，消极方面指的是个体在老化过程中对身心控制能力的丧失^[7]。老化态度与老年人的身心健康状况密切相关^[8]。除了年龄、婚姻状况、健康状况等因素外，社会活动、孤独感和自我效能感也是影响老年人老化态度的关键因素^[9]。良好的家人沟通往往，能够促进老年人积极心态的保持，从而促进积极的老化态度。因此，本研究提出假设 3：老化态度在家人沟通和生命意义感之间发挥中介作用。

此外，农村老年人的老化态度比城市老年人更消极。较于城市老年人，代际支持在维系农村老年人的情感亲密性、生命意义感和正性情绪，进而促成积极老化态度等方面可能同样发挥更重要的作用。尤其是农村广泛存在子女外出务工和老人空巢独居现象，受社会比较中对比效应（contrast effect）的影响，获取到代际支持的农村老年人可能对其年老有着更积极的认知评估。因此，本研究提出假设 4：城乡因素在家人沟通影响生命意义感间发挥调节作用。



本研究的自变量是家人沟通,因变量是生命意义感,中介变量是孤独感和老化态度,调节变量是城乡因素。综上所述,本研究检验了老年人生命意义感、家人沟通质量、孤独感和老老化态度这四个变量之间的关系模式。根据前面文献综述内容,构建一个有调节的中介模型。

2 方法

2.1 被试

采用方便抽样和滚雪球抽样,在山东省德州市选取 60 岁及以上社区老年人作为被试。发放调查问卷并回收有效问卷。并收集有效问卷答题者的婚姻状况,文化程度,详细年龄等相关信息。

2.2 研究工具

2.2.1 家人沟通质量量表

采用刘培毅和何慕陶(1999)修订的家庭功能评定量表(FAD)中的沟通维度来测量老年人的家人沟通质量,该维度包含 9 个项目,其中 4 个项目反向记分。该量表反映了个体与家庭成员之间的信息交流质量,关注在家庭交流中信息传递的有效性和传递内容的清晰性。被试对题目中描述的沟通情况是否符合自己的家庭进行选择,问卷采用四点记分。分数越高表明与家人沟通质量越好。

2.2.2 老化态度量表

由 Laidlaw 等人(2007)编制,黄一帆等人(2010)修订。共 24 个项目,含心理社会丧失、心理获得、身体变化 3 个维度。采用 5 点计分法,各维度得分范围为 8~40。心理社会丧失得分小于等于 24、心理获得和身体变化得分大于等于 24 表示对该评价内容的态度偏向于积极方面。

2.2.3 孤独感量表

采用吴捷(2008)修订的中文版《情绪社交孤独感量表》,问卷包含社交孤独和情绪孤独两个维度,共 15 个条目,该量表 Cronbach's α 系数为 0.80~0.83。

2.2.4 生命意义感量表

采用王鑫强(2013)的 MLQ 量表中文修订版中拥有意义感维度,是对人生是否有意义的认知结果,例“我明白自己生活的意义”。共 5 条目。采 Likert 7 点量表,“完全不符合(1 分)”到“完全符合(7 分)”。本研究样本中 α 系数为 0.82。

2.3 数据收集与分析

在德州市的多个社区发放问卷,由经过培训的调查员向老年人说明研究目的和填写要求,确保问卷填写的真实性和有效性。问卷回收后,对数据进行整理和

录入,运用 SPSS 和 AMOS 等统计软件进行数据分析。主要分析方法包括描述性统计分析、相关分析、回归分析以及中介效应和调节效应检验等,以验证研究假设,揭示各变量之间的关系。

2.4 研究的意义和局限性

本研究有助于深入理解家庭沟通对老年人生命意义感的影响机制,为提高老年人心理健康水平提供理论依据和实践指导。未来研究可进一步探讨如何通过改善家庭沟通、减轻孤独感和优化老化态度来提升老年人生命意义感,为制定针对老年人的心理健康干预策略提供参考,促进健康老龄化社会的发展。

本研究存在一定局限性。首先,采用方便抽样和滚雪球抽样可能导致样本存在一定偏差,无法完全代表全体老年人。其次,研究为横断面设计,无法确定变量之间的因果关系。未来研究可采用更严格的抽样方法和纵向研究设计,以提高研究结果的普遍性和准确性。此外,研究仅选取了山东省德州市的老年人作为研究对象,地域局限性可能影响研究结果的推广,后续研究可扩大样本范围,涵盖不同地区的老年人,进一步验证研究结论。

参考文献

- [1] 陈艳桃,高晓彤,陈兆琳,黄时华.(2022).基于双因素模型的老年人生命意义感与心理健康:老化态度的中介作用.心理与行为研究,20(1),88-95.
- [2] 姚若松,郭梦诗,叶浩生.(2018).社会支持对老年人社会幸福感的影响机制:希望与孤独感的中介作用.心理学报(10),1151-1158.
- [3] Lo Cascio,V.,Guzzo,G.,Pace,F.,& Pace,U. (2013). Anxiety and self-esteem as mediators of the relation between family communication and indecisiveness in adolescence. International Journal for Educational and Vocational Guidance,13(2),135-149.
- [4] Koerner,A. F.,& Fitzpatrick,M. A. (2002). Toward a theory of family communication. Communication Theory,12(1),70-91.
- [5] Kwon,H. J.,Ahn,T. K.,Lee,J. A.,Sunwoo,S.,Kim,Y. S.,Kim,B. S.,... Ok,S. W. (2015). The relationship between spouse's alcohol use disorder and family communication. Korean Journal of Family Medicine,36(2),92-102.
- [6] Steger, M. F. (2009). Meaning in life. In S. J. Lopez, & C.

- R. Snyder (Eds.), Oxford handbook of positive psychology (2nd ed., pp. 679–687). Oxford: Oxford University Press.
- [7] Laidlaw, K., Power, M. J., & Schmidt, S. (2007). The Attitudes to Ageing Questionnaire (AAQ): Development and psychometric properties. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 22(4), 367–379.
- [8] 唐丹, 燕磊, 王大华. (2014). 老年人老化态度对心理健康的影响. *中国临床心理学杂志*, 22(1), 159 – 162.
- [9] 孙鹃娟, 冀云. (2016). 中国老年人照顾孙子女对老化态度的影响. *人口与发展*, 22(4), 79-86.
- 版权声明:** ©2025 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS