

## 老年人老龄化期望的研究进展

范晶晶, 陈 蕴, 颜 萍\*

新疆医科大学护理学院 新疆乌鲁木齐

**【摘要】**老龄化期望是预测老年人健康的重要指标,随着老龄化趋势的加重,引导老年人正确应对老化过程,提高老龄化期望,实现健康老龄化有重要意义。本文对老龄化期望的定义、测评工具以及影响老龄化期望的因素进行综述,以期今后社区卫生服务工作者提升老年人老龄化期望水平提出干预策略和建议。

**【关键词】**老龄化期望; 测评工具; 影响因素

### Research progress on expectations regarding aging of the elderly

Jingjing Fan, Yun Chen, Ping Yan\*

Nursing college of Xinjiang Medical University, Urumqi, China

**【Abstract】** Expectations regarding aging is an important indicator to predict the health of the elderly. With the aggravation of aging trend, it is of great significance to guide the elderly to deal with the aging process correctly, improve aging expectation and realize healthy aging. In this paper, the definition of aging expectation, evaluation tools and factors affecting expectations regarding aging were reviewed, in order to provide intervention strategies and suggestions for community health service workers to improve the expectations regarding aging level in the future.

**【Keywords】** Expectations Regarding Aging; Assessment Tools; Influencing Factors

第七次人口普查结果显示,60岁及以上人口为26402万人,占总人口的18.70%,人口老龄化程度进一步加深<sup>[1]</sup>。面对严峻的老龄化形势,国家提出将实现健康老龄化作为社会发展的目标<sup>[2]</sup>,促进老年人口健康,提高生存质量。预测老年人的健康状况不仅有客观指标,还可以通过主观指标,其中一个重要的主观指标是老龄化期望(Expectations Regarding Aging, ERA)又称老化期望。ERA过低或过高都会影响老年人对于健康促进活动的参与,适度积极的老化期望能够促进健康行为,改善健康状况,有利于实现健康老龄化<sup>[3]</sup>。本研究基于国内外老年人老龄化期望相关文献,从定义、测评工具、影响老龄化期望的因素3个维度进行荟萃分析,为今后老年人老龄化期望干预实验的开发提供参考依据。

#### 1 老龄化期望的定义

Sarkisian等最早明确提出了“Expectations

Regarding Aging”这一概念,后续发表的文章中亦有用aging expectation进行表述,指个体对于未来衰老过程而提前构想的一种标准或希望<sup>[4]</sup>。而后有关老龄化期望的研究逐渐发展,ERA的概念更为丰富与精确。Kim认为ERA反映了老年人期望获得和维持老龄化的高水平身心功能,表明对自我和他人“健康老龄化的期望”<sup>[5]</sup>,健康老龄化是一种积极的老龄化状态,是积极的ERA产生的结果<sup>[6]</sup>。目前在我国广泛应用的概念是指老年人对实现和维持躯体及精神功能的期望水平,是老年人对健康老龄化的期望程度及健康信念在老龄化问题上的具体表现<sup>[7-9]</sup>。

#### 2 老龄化期望的测评工具

老龄化期望量表由Sarkisian等编制,分为ERA-38和ERA-12 2个版本。Sarkisian等于2002年开发了ERA-38,该量表共38个条目,10个维度:综合健康、认知功能、精神健康、功能独立性、性

作者简介:范晶晶(1994-),女,汉族,硕士,助教,研究方向:老年护理学,护理教育学

\*通信作者:颜萍,女,博士,主任护师,教授,研究方向:护理教育、护理管理, E-mail: 1852325304@qq.com

功能、疼痛、尿失禁、睡眠、疲乏、外貌。量表条目采用 Likert 4 级评分法计分, 其中条目 1、9、11 和 34 采用反向计分, 得分越高表明老化期望水平越高。总量表 Cronbach  $\alpha$  系数为 0.94<sup>[4]</sup>。2005 年 Sarkisian 等在 ERA-38 的基础上开发了简易 ERA 测量工具 ERA-12。包括躯体健康期望(physical health, PH)、精神健康期望(mental health, MH)、认知功能期望(cognitive function, CF)3 个分量表, 共 12 个条目, 各条目均采用采用 Likert 4 级评分法计分, 得分越高提示 PH、MH、CF 水平越高<sup>[10]</sup>。在我国, 程建超等引进 ERA-38, 对其进行汉化和信效度检验, 形成了中文版老龄化期望量表。量表包含 4 个维度(身体健康、精神健康、认知功能和功能独立性)、21 个条目, 信效度较好, 可作为老年人老化期望的测评工具<sup>[11]</sup>。土耳其和新加坡学者<sup>[12-13]</sup>分别进行了 ERA-12 的信效度检验, 证实了 ERA-12 是一个可靠和有效的工具, 可以用来衡量老龄化期望。Li 等<sup>[14]</sup>在我国首次应用 ERA-12, 研究结果显示在我国老年群体中也具有良好的信效度, 与上述学者的研究结果一致。ERA-12 已成为目前 ERA 使用最广泛的测量工具。

### 3 影响老龄化期望的因素

#### 3.1 社会人口学因素

Sarkisian 等的研究显示, 老年男性的老化期望水平高于女性, 赖先婷<sup>[15]</sup>等的研究结果也证实了这一点, 这可能与“男主外、女主内”的传统思想有关, 认为女性的社会地位和社会资源的获得性显著低于男性。文化程度高的老年人老龄化期望水平相对较高, Hawkley<sup>[16]</sup>等也得到了相同的研究结果。文化程度高的老年人, 会更加关注自身健康, 健康素养的水平也相对较高, 维持躯体与生理健康的期望水平就越高。

#### 3.2 生理健康

Kim<sup>[5]</sup>的研究表明, 老化期望不仅可以直接影响老年人健康状况, 还可通过健康促进行为的中介作用对健康状况产生间接影响。Soojeong Yang<sup>[17]</sup>等发现促进健康的生活方式与老龄化期望呈正相关, 经常锻炼的老年人老化期望水平高于不锻炼的老年人。Andrews 等<sup>[18]</sup>对城镇居家老年人的研究显示, 老年人老龄化期望与 2 年内高强度体育活动的参与程度有关, 参加体育锻炼对缓解老龄化有积极作用。

Aili I<sup>[19]</sup>等发现积极的老龄化期望与更多的体力活动和更好的体能呈正相关, ERA 在老年人采取积极的身体锻炼方式方面发挥着重要作用, 并可能影响健康结果。

#### 3.3 心理健康

抑郁会使老年人情绪低下、失眠焦虑等, 从而使其生活质量严重下降<sup>[20]</sup>。老年人 ERA 水平受到抑郁、孤独感等负性情绪的影响<sup>[3]</sup>。赵彤也发现, 抑郁可导致老年人对生活失去兴趣, 用消极态度对待衰老, 老龄化期望降低<sup>[8]</sup>。Li 通过对 550 名老年人进行问卷调查和面对面访谈发现, 74.7%的参与者认为“老年人抑郁是正常的”, 统计分析显示抑郁是影响中国老年人 ERA 的因素<sup>[14]</sup>。CATHERINE A. S 等通过焦点访谈老年人对老龄化的期望, 编码转录后, 发现老年人最常描述焦虑。孤独感也是老龄化期望的重要影响因素<sup>[21]</sup>。赖先婷结果显示<sup>[15]</sup>, 老年人的孤独感越强, 其老化期望水平越低, 李彩福等<sup>[3]</sup>、Pikhartova<sup>[22]</sup>等的研究结果也证实这一观点。Mona Moien 等<sup>[23]</sup>将老年女性作为研究对象, 发现在心理健康领域, 有更积极老龄化期望的老年女性, 会更容易感知到社会支持以及有更低水平的孤独感。Mary C 等<sup>[24]</sup>纵向对比了新冠病毒全球大流行之前和疫情期间的老龄化期望水平, 横向调查了老年人与年轻人对新冠疫情的态度、孤独感以及老龄化期望的差异性。结果显示老年人对老龄化期望保持相当稳定, 老龄化期望高的人心情更愉快, 较高的孤独感得分与较低的 ERA 得分显著相关。

#### 3.4 社会支持

家庭是社会支持的主要来源, 一项匈牙利的横断面研究用于调查老龄化期望, 绝大多数人希望得到家庭的帮助与支持<sup>[25]</sup>。Kweon 等人<sup>[26]</sup>研究发现家庭功能越好的老年人其老化期望水平越高。良好的家庭氛围可使老年人获得归属感与安全感, 提高老年人的身心健康, 激发积极的老龄化期望。尤其是配偶, 可以各方面相互支持, 减少负面情绪的产生。而缺少老伴陪伴和家庭关怀的老年人容易感到孤独, 易丧失维护自身健康的信心, 降低老龄化期望。

国内一项研究表明, 社会支持能正向预测老化态度<sup>[27]</sup>。老年人通过获得物质及情感支持, 能够增加社会交往和情感交流, 提高老化期望及生活满意度。社会支持较好的老年人, 通过给他人提供物质

及精神等方面的支持, 实现自我满足, 提高对老龄化的期望。徐美君发现老年人实际上不仅需要获得支持, 也愿意向他人提供支持<sup>[28]</sup>, 发挥社会价值。互惠性的社会关系对身心健康有积极促进作用, 老年人从而可积极地体验老化, 维持较高的老龄化期望水平。国外的一项研究将老龄化期望与社会领域联系起来, 结果显示老年人保持或加强他们的社会网络联系和支持, 可产生更加积极的老龄化期望<sup>[29]</sup>。

### 3.5 自我效能

自我效能感高的人认为自己能力强, 接受更具挑战性的目标, 更倾向于出色地完成任务, 这种感知能力在改善心理健康和功能以及坚持锻炼方面发挥着重要作用。菲律宾的学者 Johnny Julvesano Yao Jr.<sup>[30]</sup>研究发现老龄化期望和自我效能可以预测健康生活方式的参与程度, 且自我效能感在各变量间有显著的中介作用。有积极的老龄化期望的人可以对健康的自我效能感和促进健康的生活方式产生有利的影响, 这种对健康自我效能感的影响反过来又会影响人们对促进健康的生活方式的参与, 赖先婷的研究也证实这一观点。老年人的自我效能水平越高, 妥善处理遇到问题的能力越强, 在应对老化过程中不断积累经验、提高社会适应性, 提高老龄化期望, 增强应对老龄化的信心。

### 4 小结

目前我国人口老龄化面临着巨大压力和严峻挑战, 健康老龄化是推进老年健康服务供给侧结构性改革的主要参考框架, 如何帮助老年人成功度过老化过程是社会焦点问题, 积极的老龄化期望是健康老龄化的重要因素之一。社区卫生

服务人员应该重点关注文化程度低且独居的老年女性, 鼓励老年人参与各种活动, 指导体育锻炼, 满足其情感需求, 提高老年人自我效能, 引导老年人正确面对变老过程, 达到健康老龄化水平, 实现真正的老有所用、老有所为。

### 参考文献

- [1] 国家统计局.第七次全国人口普查公报(第五号)[EB/OL].  
[http://www.stats.gov.cn/tjsj/tjgb/rkpcgb/qgrkpcgb/202106/t20210628\\_1818824.html](http://www.stats.gov.cn/tjsj/tjgb/rkpcgb/qgrkpcgb/202106/t20210628_1818824.html)
- [2] 中华人名共和国卫生健康委员会.中共中央国务院印发《“健康中国 2030”规划纲要》[EB/OL].  
[http://www.gov.cn/zhengce/2016-10/25/content\\_5124174.htm](http://www.gov.cn/zhengce/2016-10/25/content_5124174.htm)
- [3] 李彩福,刘海宁,李现文.老年人老龄化期望的影响因素[J].中国老年学杂志,2018,38(06):1500-1501.
- [4] Sarkisian CA, Hays R, Berry SH, et al. Expectations regarding aging among older adults and physicians who care for older adults[J]. Medical Care, 2001, 39(9): 1025-1036.
- [5] Kim SH. Older people's expectations regarding ageing, health-promoting behaviour and health status[J]. J Adv Nurs,2009,65(1): 84-91.
- [6] 何耀,杨姗姗.健康老龄化与老年流行病学研究进展[J].中华流行病学杂志,2018,39(03):253-257.
- [7] 赵青,张海莲,嵇艳,刘海宁,陈珮,李现文.老龄化期望的概念分析[J].中华现代护理杂志,2019(10):1313-1316.
- [8] 赵彤,李佳祺,邢凤梅.老年人感知年龄歧视、抑郁及老化期望的相关性[J].护理研究,2021,35(11):2062-2064.
- [9] 李现文,刘海宁.老化期望对功能性健康状况的影响:休闲活动的中介作用及城乡因素的调节作用[J].中国卫生统计,2014,31(05):793-795.
- [10] Sarkisian CA, Steers WN, Hays RD, et al. Development of the 12-item expectations regarding aging survey[J]. Gerontologist, 2005, 45(2):240-248.
- [11] 程建超,曹硕,唐惠艳,汪凤兰,张小丽,邢凤梅.老年人老化期望量表的汉化及信效度检验[J].护理学杂志, 2020, 35(20):83-86.
- [12] Beser A,Kucukguclu O,Bahar Z,et al. Study of validity and reliability of the scale regarding the expectations about aging[J].Healthmed,2012,6(9):3107-3113
- [13] Joshi VD,Malhotra R, Lim JF, et al. Validity and reliability of the expectations regarding aging(ERA-12) instrument among middle-aged Singaporeans[J]. Ann Acad Med Singapore, 2010;39(5):394-8.
- [14] Li X, Lyu Q, Li C, et al. The relationship between expectation regarding aging and functional health status among older adults in Chinas[J]. J Nurs Scholarsh, 2013, 5(4): 328-335.
- [15] 赖先婷,张杰兰,徐铁飞,余程宏,鞠梅.社区老年人老化期望现状及影响因素研究[J].护理学杂志, 2021, 36(11): 81-84.

- [16] Hawkey L C, Norman G J, Agha Z. Aging expectations and attitudes: associations with types of older adult contact[J]. *Resaging*, 2019, 41(6):523-548
- [17] 양수정 and 박수인 and 김현례. Effects of Depression, Expectations Regarding Aging on the Health Promoting Lifestyle among Health Checkup Examinee[J]. *JOURNAL OF THE KOREA CONTENTS ASSOCIATION*, 2018, 18(2) : 509-519.
- [18] ANDREWS R M, TAN E J, VARMA V R, et al. Positive aging expectations are associated with physical activity among urban dwelling older adults[J]. *The Gerontologist*, 2017, 57(2):S178-S186.
- [19] Aili I. Breda and Amber S. Watts. Expectations Regarding Aging, Physical Activity, and Physical Function in Older Adults[J]. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 2017, 3
- [20] 孙俊俊, 罗艳艳, 张瑞芹. 社区老年人抑郁、焦虑情绪状况及其与认知情绪调节策略的关系研究[J]. *中国全科医学*, 2019, 22(31):3887-3892.
- [21] Catherine A. Sarkisian et al. Expectations Regarding Aging Among Older Adults and Physicians Who Care for Older Adults[J]. *Medical Care*, 2001, 39(9) : 1025-1036.
- [22] Pikhartova Jitka and Bowling Ann and Victor Christina. Is loneliness in later life a self-fulfilling prophecy?[J]. *Aging & mental health*, 2016, 20(5) : 543-9.
- [23] Moieni Mona et al. Generativity and Social Well-Being in Older Women: Expectations Regarding Aging Matter[J]. *The journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences*, 2021, 76(2) : 289-294.
- [24] Whatley Mary C. et al. Younger and Older Adults' Mood and Expectations Regarding Aging During COVID-19[J]. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 2020, 6 : 2333721420960259-2333721420960259.
- [25] Márta Péntek et al. Subjective expectations regarding ageing: a cross-sectional online population survey in Hungary[J]. *The European Journal of Health Economics*, 2019, 20(1) : 17-30.
- [26] Kweon Y R, Jeon H O. Effects of perceived health status, self-esteem and family function on expectations regarding aging among middle-aged women, *J Korean Acad Nurs*, 2013, 43(2):176-184.
- [27] 武剑倩, 钞秋玲. 老年人老化态度影响因素的 Meta 分析[J]. *中华保健医学杂志*, 2020, 22(03):115-118.
- [28] 徐美君. 老年人的双向社会支持与自我控制感的关系研究[D]. 南京师范大学, 2015.
- [29] Menkin Josephine A et al. Positive Expectations Regarding Aging Linked to More New Friends in Later Life[J]. *The journals of gerontology. Series B, Psychological sciences and social sciences*, 2017, 72(5) : 771-781.
- [30] Johnny Julvesano Yao Jr. It's a Matter of Perspective: The Role of Aging Expectations and Self-Efficacy Towards Engagement in Healthy Lifestyles Among Older Adults. *Asian Pacific Island Nursing Journal*, 2019, 4(3): 116-122

**收稿日期:** 2021 年 7 月 31 日

**出刊日期:** 2021 年 8 月 31 日

**引用本文:** 范晶晶, 陈蕴, 颜萍, 老年人老龄化期望的研究进展[J]. *当代护理*, 2021, 2(4) : 42-45.  
DOI: 10.12208/j.cn.20210096

**检索信息:** RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

**版权声明:** ©2021 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**