

积极老龄化：全球视野下的老年心理健康研究和实践探索*

傅 宏 陈庆荣

(南京师范大学心理学院, 南京 210097)

摘 要 老龄化及其引发的心理支持问题,是目前突出的社会问题之一。本文简要分析了我国老年心理关爱所存在问题和现实紧迫性,系统梳理和对比了西方主要发达国家和周边地区的研究和工作经验,并在此基础上,对我国老年心理健康相关研究现状与存在问题进行了深入探讨,提出当下适合我国老年化特色的有关心理健康研究和实践的主要任务和发展走向。

关键词 积极老龄化, 心理健康, 心理支持。

分类号 B844.4

我国人口老龄化发展迅速,态势十分严峻,亟需更多关注。“老吾老,以及人之老”,中华民族流淌着尊老和敬老的血液和基因。2013年,国务院印发《关于加快发展养老服务业的若干意见》表明,党和政府充分认识到老龄化问题,并着力从国家和社会多个层面大力推动积极老龄化。孔子曰:今之孝者,是谓能养。至于犬马,皆能有养;不敬,何以别乎?没有精神投入,在心理层面缺乏关爱、尊重和热情的,纯粹物质支持不能称之为孝顺,也不是应对老龄化的科学道路。

1 老年人亟需精神支持与关爱

老龄化及其引发的精神支持问题,是目前突出的社会问题之一。调查显示,有超过50%的老年人希望获得精神赡养(左彭,高李鹏,2004;傅双喜,张伟新,2009)。中国心理卫生协会(2013)在“您希望社区给予老年人哪种关怀”的调查中发现,老年人的选择依次为:物质支持(29.7%)、精神关怀(27.9%)、社区环境(21.8%)、日常照顾(16.6%)。南京师范大学老年心理研究中心(2015)对江苏老人所进行的两次大规模纵向问卷调查(2012年和2014年)显示,区域经济和心理健康状况、主观幸福感水平呈逆行关系,符合“幸福发展悖论”。上述社会调查数据表明,老年人在得到社会物质援助的同时,需要更多的心理和精神关注。首先,老年人作为一个特殊群体,需要面对

躯体功能下降、社会角色改变等带来的一般性的身心问题。其次,中国老年人还可能面对由于独生子女问题而衍生的一些非典型化问题,使得一些特殊老年人群已经形成且人数在不断壮大,如“空巢家庭”、“失独老人”等。因此,老年心理健康相关问题的解决具有明显的前瞻性和紧迫性,对提升政府应对老龄化问题的能力,推动积极老龄化具有重要意义。需要注意的是,较之于物质需要,心理健康和关爱具有更强的内隐性、非典型性和文化特异性,是中国特色社会主义精神文面建设和践行中国梦需要直面的难点,需要家庭、社会和政府采取多种方法积极应对。

2 老年精神关爱需要的国家顶层设计

国务院在《中国老龄事业发展十二五规划》中指出要广泛开展老年健康教育,更加注重老年人的精神关怀和心理慰藉。2013年9月6日,国务院印发《关于加快发展养老服务业的若干意见》,对加快发展养老服务业做出顶层设计。《意见》指出,“到2020年生活照料、医疗护理、精神慰藉、紧急救援等养老服务覆盖所有居家老年人”。在政策措施上,《意见》指出“教育、人力资源、社会保障、民政部门要支持高等院校和中等职业学校增设养老服务相关专业和课程,扩大人才培养规模,加快培养老年医学、康复、护理、营养、心理和社会工作等方面的专门人才”;“到2020年,形成一批养老

收稿日期:2015-8-12

* 基金项目:南京师范大学“老年心理关爱”协同创新中心专项。

通讯作者:傅 宏, E-mail: njfuhong@139.com。

服务产业集群”，“积极应对人口老龄化，大力发展老龄服务事业和产业”。这是我国养老服务业发展史上的一个重要里程碑，是指导当前及今后一个时期我国养老服务业发展的纲领性文件。民政部李立国部长（2013）在贯彻落实《国务院关于加快发展养老服务业的若干意见》会议上的讲话指出，养老服务工作正在发生深刻变化，在体系布局上，已经由过去仅注重发展养老服务事业，拓展到了养老服务事业和产业并举的养老服务业；在水平要求上，已经由过去简单的、传统的、偏重物质保障，向综合性、专业化、现代化、物质保障与精神满足并重的方向发展。因此，要善于学习，即在市场经济条件下、在全球化背景下发展养老服务业；善于协调，即加强协调配合，凝聚各方力量；善于创新，即鼓励先行先试，以国家开展养老服务业综合改革试点为契机，鼓励有条件的地区在财政、金融、用地、税费、人才、技术及服务模式等方面探索创新。

3 借鉴与比较：国外老年心理健康研究和服务实践

许多西方发达国家的老年心理健康事业起步较早，已形成系统规模。65岁以上的老人仍能够工作和自立，并能独立生活，且各种老年娱乐、福利措施比较健全，他们的整体健康水平比较高。总体上看，这些国家老年心理健康研究范围较为广泛，在日常生活、家庭护理、临床心理健康等方面均有涉及。

3.1 影响因素

众多研究都发现家庭完整是对老年人具有积极意义的心理支持和基础，丧偶则是其最严重的负性生活事件与负性体验。研究揭示家庭关系以及相互依存的关系与老年人生活满意度呈正相关（Ferraro & Wilkinson, 2013; Okun, Olding, & Cohn, 1990）。近期的一些研究表明神经质人格特质与老年人群体中的癌症和心脏病的发生存在较高相关。神经质倾向越高的人，癌症和心脏病的发病率越高。Van Heck（2002）从生态学角度对所有影响个体健康的因素进行了整合。按照生态学观点，有4个小环境对个体的身心健康有影响：①社会文化环境，如性别、年龄、社会经济地位、教育水平及文化背景等。②人际环境，主要包括正式与非正式的社会关系网络。③个人环境，主要指日常生活中个人与其生活环境的关系及个人的特征等。④当时情境，主要指事件发生时的即刻情境。这4个环境从不同层次对老年人老化过程的身心健康产生影响

（Aneshense, Phelan, & Bierman, 2013; Clarke, Marshal, House, & Lantz, 2011）。

3.2 心理健康评估工具

目前，对于心理健康的评估大多采用自述式问卷进行心理测量。国外学者所使用的老年心理健康评估量表较多，大致分为三类（于森，刘晓虹，2008）：①智力量表，包括简易智力状态检查（MMSE）、痴呆筛查量表等；②单一心理问题反应评估工具，包括流调中心抑郁量表、老年抑郁量表（GDS）、焦虑自评量表、自尊评价量表（SEL）等（汪向东，王希林，马弘，1999）；③基本状况调查工具，包括康耐尔医学量表、SCL-90量表、生活满意度及主观幸福感调查、国家健康成果量表（HONOS）等（Canuto, Weber, Gold, et al., 2007; 张伟新，陈庆荣，傅宏，2014）。

3.3 国外老年心理健康的服务实践

老年心理健康服务工作是运用心理学、社区学、咨询学、伦理学等知识，根据老年人的心理特点及心理需求，为老年人开展有针对性、人性化的专业服务，提高老年人身心健康，提升老年人的幸福感和满意度。国内外一些社区中心与养老机构业已有了一些实践和尝试（刘华山，2009；滕丽新，黄希庭，陈本友，2009；徐华春，黄希庭，2007；张爱莲，黄希庭，2010）。

在美国现行养老服务体系中，国家公办的养老机构较少，养老机构大部分以私人运营和管理的方式存在。美国养老机构的类型可以分为传统的护理院、各州和当地政府监管的老年护理中心和老年公寓。

美国从20世纪60年代开始发展社区心理健康服务，建设历时较长，因此体系发展也较为完善，主要表现在以下几个方面：服务途径多样化、服务内容多样化、服务效果显著。在西方国家，社区心理健康服务不仅仅在整个社区服务业中具有一定的影响，而且在应用心理学研究领域中也颇受重视。就实践的分布情况而言，社区心理服务与社区卫生服务是一样普遍的；就其理论研究而言，在社区背景中探讨心理学的应用，是西方心理学近年来的重要研究领域之一。美国社区心理健康服务开创了一种用于实践的、面向社区老年人的综合服务模式。这种模式中，心理学工作者主要由三部分人员组成：志愿工作者、中级专业人员和高级专业人员。

英国的养老服务机构作为福利制度的一部分，经历了很长时间的发展。英国在1993年推行社区内照顾模式。目前，英国的养老院也开始向多元化

发展的方向迈进。公立养老院由地方政府负责开支并吸纳老人；私立养老院根据市场规律经营，以满足不同状况的老人的需要。除此之外，英国政府还为缺乏亲人照顾，但有生活自理能力的老人提供了收费低廉的老人公寓。

2001年，英国正式成立了专门负责老年人问题的国家老年人服务机构，出台了一套国家标准，以提高为老年人服务的质量，消除在英国国民医疗服务（*National Health Service, NHS*）中的年龄歧视。其中确立的服务目标是：促进老年人拥有良好的心理健康，治疗和支持患有抑郁和痴呆的老年人，希望有心理健康问题的老年人可以得到由NHS和委员会机构提供的完整的心理健康服务，以确保患者及其照顾者得到有效的诊断、治疗和支持。在多年的研究基础上，英国政府还在2007年8月发表了一份政府性声明：将老年痴呆列为国家健康优先发展研究的项目，并纳入国家痴呆发展战略和执行计划。

加拿大非常重视老年人的精神需求，设立了大型老年中心，为老年人提供长期住所和护理，并建立以社区为基础的小型护理网络，包括护理室、老人之家、送餐和家政服务等。为满足老年人的精神需求，加拿大还特别建立了应对心理疾病的服务计划，建立社区心理康复机构。

4 现状与问题：国内老年心理健康研究和探索

韩布新，朱莉琪（2012）指出，我国心理学界对于成年及老年的发展问题相对忽视。我国现存人口，在经历了抗日战争、解放战争、三年自然灾害、文革动荡之后，享受了30年的社会经济改革所带来的稳定与和谐。这种全世界独一无二的大环境对于个体和群体心理状态的即时、中期和长期影响，是非常值得研究的。

但是，目前我国针对老年心理健康的全面调查研究不多，有成形的系统研究也是近10年来的事情。譬如，吴振云等（2002）编制的“老年心理健康问卷”，包括人格、情绪、社会适应、人际关系和认知5个分量表，共有50个项目。他们发现北京地区1100位老年人心理健康总分无年龄差异；总分随文化程度的提高显著增加；脑力工作者的总分和其他分量表分好于轻体力者，更好于重体力者；总分与疾病、生活满意度、生活事件数、健康满意度显著相关；对心理健康总体情况影响最大的

是健康满意度和文化程度。该量表是我国第一份全面调查老年心理健康的问卷，具有较高的信度和效度，近年在不同的老年群体中应用很好（李德明等，2003；吴振云，2003）。

邓丽芳等（2005）编制了“城市中老年人心理健康量表”，包括躯体化、人际、抑郁、焦虑、强迫、偏执、认知、孤独、生活适应和性心理等10个维度共108个项目。该量表从积极心理学角度采用更适合正常人的评价指标，但只适于评定45-65岁人群的工作适应。韩布新、李娟（2013）的最新调查研究发现，中国城市老年人抑郁情绪问题检出率为39.86%，而且随着年龄增长，老年（80岁及以上）较之其他组的抑郁情绪更严重。

综合来看，我国各类研究中大多还只是针对特定老人群体和局部地区的研究。

4.1 离退休老人的心理健康研究

离退休老人的生活内容、生活节奏、社会地位、人际交往等方面都会发生很大变化，由于不适应环境的突然改变，而出现情绪上的消沉和偏离常态的行为，被称为“离退休综合征”（Trull & Pharea, 2001）。老人可能出现寂寞、失落、焦虑、抑郁和烦躁等负性情绪，其中影响最大的是抑郁情绪，严重时可转化为老年抑郁症，严重者可导致老年人自杀（吴凤兰，2005）。临床心理学家估计，65%的老年人有抑郁症状，以致老年群体的自杀率远高于其他年龄的人群（Aldwin, 1991）。调查显示（Baune, Suslow, Arolt, & Berger, 2007）老年人患抑郁症的概率，女性高于男性；低学历者高于高学历者，可能是因为受教育水平高者以从事脑力劳动为主，他们离退休后，大多仍继续读书、看报、学习，因此他们的情绪能够保持相对良好状态。国内研究者也发现高校离退休老人整体心理健康水平和各维度（如，人际交往、认知效能、适应能力、自我评价、情绪体验）显著高于全国水平，尤其在高龄阶段，趋势更加明显（陈天勇，李德明，李贵芸，2003；彭义升，李娟，戴必兵，2009）。

4.2 空巢老人的心理健康研究

空巢老人是我国另一个特殊的老年群体，由于子女不在身边，导致情感慰藉、健康医护、生活照料等方面缺失，致使他们普遍存在着“老年空巢综合症”，主要表现为失落感、孤独感、衰老感、痛苦、不适、焦虑和抑郁等（Liu & Guo, 2008；Sun, Lucas, Meng, & Zhang, 2011），且自我评价偏低（Li, Zhang, & Liang, 2009）。研究表明，孤独是

“空巢综合征”最严重的负性情绪之一，独居老人则是空巢老人中最为孤独的一部分老人。空巢老人的心理健康与诸多因素有关，他们的身体健康、人际关系、家庭关系满意度、生活和文体活动满意度对其心理健康非常重要（张腾霄，王一牛，陈天勇，韩布新，2013）。研究发现，社会支持，尤其是来自成年子女的社会支持是影响空巢老人心理健康最为重要的因素之一（Rosow, 1970）。社会支持越多，他们的孤独感越少，自信心、幸福感等受到损害的趋势越低（彭茂华，尹述飞，2010；吴捷，2008；Cloutier-Fisher, Kobayashi, & Smith, 2011；Gardner, 2011；Liu, Sun, Zhang, & Guo, 2007）。

4.3 老年人心理健康的影响因素

有关老年人心理健康影响因素的诸多调查研究结果显示：农村老年人的心理健康与年龄、性别、教育程度等关系不大，而与经济收入水平有关，即经济收入高的老年人所获得的客观社会支持比收入低的老年人高。有一定经济能力的老年人大多拥有较高的家庭地位，与子女关系比较融洽，精神状态也较好（薛与邦，1998；解登峰，葛明贵，谢章明，2011；Zhou, Chen, Wang, Wang, Zhang, & Zheng, 2011）。傅素芬等（2002）发现，生活事件的认知评价是影响老年人心理健康幸福感的主要因素；婚姻状况也显著影响老年人的生活满意度，且与其心理健康密切相关。黄希庭等（1998）研究表明，老年人的心理健康状况明显受到自我概念水平、从事的职业和文化程度的影响。老年人的居住方式会影响其心理状态。很多研究发现，老年人对自己长久居住的家有特殊的情感依恋，因此居家养老可以提高空巢老人的幸福感（Rioux, 2005；Kahya, Zorlu, Ozgen, Sari, Sen, & Sagsoz, 2009）。婚姻状况会显著影响老年人的心理健康状态。研究发现，独自居住的男性老年人抑郁程度比较严重，未婚或者没有生育子女的女性抑郁程度也比较严重，而已婚可以有效降低抑郁程度（Bures, Koropecjy-Cox, & Loree, 2009）。

4.4 心理健康评估工具

由于缺少适合本国国情的评估工具，国内学者多采用国外量表的翻译版本或修订版本进行研究。近年来，已有许多研究老年心理问题的专家研制出适合我国国情、并针对无精神障碍的老年人心理状况的评估工具。主要有3个老年人心理评估的相关工具：复旦大学公共卫生学院与上海黄浦区疾病预防控制中心（蒋伯钧，赵立明，马立芳等，2005）

共同编制的“社区老年人的身心健康调查表”，中华医学会老年医学会流行病学组（于普林，杨超元，何慧德，1996）建议的“老年人生活质量调查内容及评价标准”，以及吴振云等（2002）编制的“老年人心理健康问卷”。

4.5 国内老年心理健康的服务实践

目前我国专门从事老年心理服务的独立机构较少，以分支机构或辅助部门的形式存在的较多。多数分布于养老机构、高等院校和科研院所中，其中又以养老机构所属的心理科室为主。国内研究者以国外老年心理健康的服务实践研究为基础，从理论和实践层面总结了我国老年心理健康服务的研究成果，反思了当前实践研究中存在的问题（罗鸣春，苏丹，2008；黄希庭，郑涌，毕重增，陈幼贞，2007；刑学亮，汪莹，2008）。

4.5.1 养老机构中的老年心理服务

根据我国《老年人社会福利机构基本规范》（2011）的明文规定，要求各养老机构重视老年人的心理健康维护工作，日常工作必须包含老年心理服务内容。工作人员须关注老年人的情绪感受，定期访谈，并积极为老年人创造增进社会交往的机会。养老机构还须丰富老年人的精神生活，帮助老年人处理入住机构后的心理不适应问题等。由于养老机构所提供的老年整体服务是较为丰富和成体系的，故在养老机构中开展老年心理服务工作（如咨询、测量、放松、心理健康讲座、及初级危机干预等）具有必要性、可行性和针对性，并且老年心理工作者不仅对机构中的老年人提供服务，条件允许可以将服务范围扩大到周边社区，有助于解决社会上老年心理工作者紧缺的燃眉之急。

4.5.2 医疗机构中的老年心理服务

精神卫生机构和综合性医院心理科是我国最早提供心理服务的部门，其老年心理服务的品质也得到群众的普遍认可。在现阶段，国内老年心理健康服务主要依靠精神科、临床心理科、老年科和康复科的医护人员加以提供。分支机构包括综合医院的心理科、精神科、神经内科、康复科及老年病房、精神病院、心理卫生中心、心理危机干预中心等。多年来的研究表明，老年人因心理问题进行咨询和治疗的就诊率呈快速上升趋势。

医疗机构中的老年心理服务的优势是，医学工作者具有完备的躯体疾病和生理功能变化知识体系，能更为准确地辨别老年群体心理问题的生理因素和社会心理问题；具有全面而层次清晰的干预处

理技术手段，从心理治疗、物理治疗到药物治疗层层推进；设施设备相对完善，检查项目齐全，工作人员实践经验丰富等。因此，在医疗机构中，老年人可以接受心理咨询、心理治疗和心理测量服务，或者得到精神障碍的诊断、治疗和康复服务，如果遭受突发重大事件后还可以接受创伤处理和危机干预。但同时也具有一定的缺陷，即受传统医学模式的影响，医学工作者对老年群体心理问题的深层社会动因的理解相对不足，对老年心理问题的解决方式有时会过度依赖药物，缺乏足够的时间去重视老年人内心深处的真实心理需求。因此，针对经常接触老年群体的医疗机构心理工作者展开相关培训，已经是非常紧迫的工作任务，其培训内容应包括社会心理学、发展心理学及人格心理学等。

4.5.3 心理咨询机构中的老年心理服务

目前我国社会上存在的心理咨询机构，根据工作方式的不同，可划分为面谈心理咨询、电话咨询和网络心理咨询3种主要的类型。近期心理咨询行业内部的调查结果显示：寻求心理咨询的人群年龄主要集中在青少年期和成年期，老年期的求助者数量最少。这与当今老年人心理健康的现状并不相符，很多的老年人具有解决心理问题答复实际需求，但是却无法及时得到适当的心理服务。

4.5.4 社区中的老年心理服务

社区心理健康服务主要运用心理学的理论和方法保持与促进社区中人们的心理健康。在西方发达国家，社区心理服务与社区卫生服务一样普遍。相对于专业机构所提供的心理服务，社区内所提供的心理健康服务的效果更为直观，更为良好。

社区老年心理服务的内容侧重于不良情绪的处理，提供社会心理支持和精神障碍的早期预防识别，并实现快速转介和防止安全意外。国外经验表明，社区心理服务在处理老年人一般心理问题方面成效显著。对于处于突发事件或者是需要专科诊断治疗的老年人，社区中的老年心理工作者应将其转介入精神卫生机构，并在医学干预结束后，继续在社会环境内为老年人提供心理康复支持。根据现有研究成果，在社区老年心理健康咨询与服务工作中，主要有以下几种形式和内容（贾赫，2009）：

（1）环境护理：告诉患者家人，要为患者提供安静、舒适的生活环境，因为良好的环境和气氛对心理疾病的康复非常有利，更有助于老人身心健康和精神愉快。

（2）陪伴护理：老年人最需要陪伴。心理咨

询与服务人员作为知心好友的陪伴，能增加老年人对生活的信心 and 安全感，交谈还能使老年人压抑在心头的情绪得到疏泄，心情逐渐舒畅，进而摆脱不良情绪的困扰。

（3）倾听护理：耐心听取老年人“吐苦水”。不少人都具有“一吐为快”的感觉，把心中不高兴的事都讲出来之后，就会感觉心情舒畅多了。这种倾听和理解对老年人尤为重要。

（4）疏导护理：有些患有心理问题的老年人固执己见，不通人情，情绪偏激，影响了他们的认知能力，造成“一叶障目”而“全盘皆黑”的错觉。疏导能帮助当事人走出认知的误区，客观而全面地看问题，清除心理障碍。

（5）防范护理。个别老年心理问题患者在心理危机时期，可能做出极端之事，如自杀、伤人或自伤等。在心理护理中，要善于发现一些危险信号，防范于未然，及时开导与排遣，化解患者心头的冰霜，驱散烦恼与暴躁。

综上，我国社区心理卫生服务工作刚刚起步，还存在许多问题（方必基，叶一舵，2010；滕丽新等，2009；吴俊平，李雁，2007），通过对社区心理健康服务需求现状调查和社区心理健康服务现状调查的结果显示，目前社区心理健康服务工作存在以下困难：第一，公众对心理健康工作的意识还不强，甚至对心理健康工作存在不必要的误解；第二，目前国家虽然已经开始重视心理健康工作重要性，并出台了相关的政策，但社区心理健康工作仍然受到具体政策、资金的限制，开展起来十分困难；第三，社区心理健康服务工作体系空白，即缺乏对社区心理健康工作具体指导方案；第四，社区心理健康服务工作处在起步阶段，需要借鉴其它领域和国外社区心理健康工作的经验。通过对国外社区心理健康服务的借鉴，结合对我国社区心理健康服务需求和现状的反思，吴俊平，李雁（2007）提出相关解决方案，包括提高公众的心理健康意识、政策的实际支持、建立完整的心理健康服务体系和社区心理健康服务管理模式四个方面。其中在提及我国心理健康服务形式时提出：心理健康服务在工作形式上，除了在心理健康服务工作之前进行心理卫生知识宣传，及举行心理健康讲座与咨询，其工作开展之后也要定时开展以上服务，而心理健康普查、面对面咨询与治疗、电话咨询和书信咨询则是社区心理健康服务机构建立之后所需要的心理健康工作形式。

另外,社区心理健康服务队伍人员的数量和质量直接影响到社会对社区心理健康服务的信誉。如果按照西方发达国家的比例,中国13亿人口中获得心理咨询资格的专业人数至少应该有四十多万人,这和我现有两万多名获得国家心理咨询认证的人数相差甚远。一支数量多而且质量优良的社区心理健康服务队伍人员,主要来自大学应用心理专业、医学心理学、社会工作专业和获得国家专业认证的心理学、社会工作者。社区中各个部门相互协调合作,建立高效有序的队伍秩序,能使工作效率提高(陈世海,侯永艇,2006)。社区的心理健康服务工作加强与其它机构的合作交流,尤其是与精神康复医院的合作,是切实完善社区心理健康服务的基础和保证。社区心理健康服务系统应及时的转借精神疾病患者给精神康复医院;而精神康复医院应该将精神疾病康复期的病人由社区心理健康服务系统做追踪服务。总之,社区心理健康服务需要在多个部门的通力合作下,才能切实地提高其服务质量,从而使社区居民有一个良好的社区环境。

综上所述,人口老龄化是目前突出的世界性社会问题之一。我国现阶段已经步入老龄化社会,而且老年人人数还有不断上升的趋势。心理健康是老年人不可缺少的重要方面,是躯体健康的基础。鉴于对国内外老年心理健康研究的追踪分析,我们认为后续工作应当在宏观和微观层面着力解决四个问题(南京师范大学老年心理健康研究中心,2015):(1)构建国家层面的,涵盖重要人口学变量,刻画地区特征的综合性老年心理特征和健康指数的大数据平台;(2)建设和完善老年人心理健康服务标准和行业准则,重点突出心理健康服务的基本原则、伦理规范、评估指标和服务标准;(3)推进老年心理诊断与康复和老年医保的衔接机制研究;(4)建设自助、互助、专业帮助的“三助”结合的老年心理援助。围绕上述老年心理健康问题的系统性研究具有明显的前瞻性,其理论和应用研究成果对于提升政府应对老龄化问题的能力和策略,推动积极老龄化和健康老年化,引领我国老龄心理事业和产业的发展具有重要意义。

参 考 文 献

- 陈世海,侯永艇.(2006).联办社区心理咨询室的出路.社区,(10),21.
- 陈天勇,李德明,李贵芸.(2003).高学历老年人心理健康状况及其相关因素.中国心理卫生杂志,17(11),742-744.

- 方必基,叶一舵.(2010).我国老年人社区心理健康服务的现状与思考.福建医科大学学报(社会科学版),11(3),15-18.
- 傅双喜,张伟新.(2009).老年人心理需求与对策.北京:中国文化传播出版社,37.
- 傅素芬,陈树林,骆宏,孙建胜.(2002).社区老年人心理健康及其相关因素分析.中国心理卫生杂志,16(3),169-171.
- 韩布新,李娟.(2013).老年人心理健康促进的理论与方法.老龄科学研究,1(4),8-17.
- 韩布新,朱莉琪.(2012).人类心理毕生发展理论.中国科学院院刊,27(增刊),78-87.
- 黄希庭,陈传锋,余华.(1998).老年人自我概念与心理健康水平的相关研究.中国临床心理学杂志,6(4),222-225.
- 黄希庭,郑涌,毕重增,陈幼贞.(2007).关于中国心理健康服务体系建设的若干问题.心理科学,30(1),2-5.
- 贾赫.(2009).老年人常见心理问题及护理对策.护理实践与研究,6(6),85-87.
- 蒋伯钧,赵立明,马立芳,周建军,宿飞,王晓慧,郭莲舫,金辉,李枫.(2005).上海黄浦区某社区城市老年人心理健康干预效果评价.中国行为医学科学,14(10),932-933.
- 李德明,陈天勇,李贵芸.(2003).空巢老人心理健康状况研究.中国老年学杂志,23(7),405-408.
- 刘华山.(2009).国外心理健康服务体系目标概览及启示.教育研究与实验,(1),66-72.
- 罗鸣春,苏丹.(2008).国外健康促进政策对我国心理健康服务体系建设的启示.西南大学学报(社会科学版),34(5),48-53.
- 南京师范大学老年心理研究中心.(2015).江苏省老年人心理健康及其影响因素调查研究.南京师范大学出版社.
- 彭茂华,尹述飞.(2010).城乡空巢老人的亲子支持及其与抑郁的关系.心理发展与教育,(6),627-633.
- 彭义升,李娟,戴必兵.(2009).北京市高校离退休老人心理健康状况及其相关因素.中国老年学杂志,29(21),2782-2785.
- 滕丽新,黄希庭,陈本友.(2009).英国老年人心理健康服务体系的现状及启示.西南大学学报(社会科学版),35(3),18-23.
- 汪向东,王希林,马弘.(1999).心理卫生评定量表手册(增订版).北京:中国心理卫生杂志社,88-94.
- 吴凤兰.(2005).老年心理问题与老年抑郁症.中华医学与健康,2(4),59-60.
- 吴捷.(2008).老年人社会支持、孤独感与主观幸福感的关系.心理科学,31(4),984-986.
- 吴俊平,李雁.(2007).我国社区心理卫生服务存在的问题与对策分析.社区医学杂志,5(4),48-49.
- 吴振云.(2003).老年心理健康的内涵、评估和研究概况.中国老年学杂志,23(12),799-801.
- 吴振云,许淑莲,李娟.(2002).老年心理健康问卷的编制.中国临

- 床心理学杂志, 10 (1), 1-3.
- 解登峰, 葛明贵, 谢章明. (2011). 老年人心理健康状态的影响因素. *中国老年学杂志*, 31 (2), 299-301.
- 刑学亮, 汪莹. (2008). 老年心理问题与社区老年心理服务. *宁波大学学报 (教育科学版)*, 30 (1), 60-63.
- 徐华春, 黄希庭. (2007). 国外心理健康服务及其启示. *心理科学*, 30 (4), 1006-1009.
- 薛与邦. (1998). 社区老人幸福度及其相关因素分析. *中国心理卫生杂志*, 12 (1), 34-35.
- 于淼, 刘晓虹. (2008). 老年心理健康的研究进展. *解放军护理杂志*, 25 (1A), 30-32.
- 于普林, 杨超元, 何慧德. (1996). 老年人生活质量调查内容及评价标准建议 (草案). *中华老年医学杂志*, 15 (5), 320.
- 张爱莲, 黄希庭. (2010). 国外心理健康服务人员胜任特征. *心理科学进展*, 18 (2), 331-338.
- 张腾霄, 王一牛, 陈天勇, 韩布新. (2013). 离退休老干部心理健康和心理需求的调查. *中国心理卫生杂志*, 27 (10), 739-743.
- 张伟新, 陈庆荣, 傅宏. (2014). 江苏省老年人主观幸福感及其影响因素分析. *老龄科学研究*, 2 (8), 59-67.
- 左鹏, 高李鹏. (2004). 精神慰藉与健康老龄化—以北京某大学离退休教师为例. *西北人口*, (5), 46-51.
- Aldwin, C. M. (1991). Does age affect the stress and coping process? Implications of age differences in perceived control. *Journal of Gerontology*, 46 (4), 174-180.
- Aneshensel, C. S., Phelan, J. C., & Bierman, A. (2013). The sociology of mental health: Surveying the field. In C. S. Aneshensel, J. C. Phelan, & A. Bierman (Eds.), *Handbook of the Sociology of Mental Health* (2nd ed., pp. 1-19). Dordrecht: Springer.
- Baune, B. T., Suslow, T., Arolt, V., & Berger, K. (2007). The relationship between psychological dimensions of depressive symptoms and cognitive functioning in the elderly: The meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, 41 (3-4), 247-254.
- Bures, R. M., Koropecj-Cox, T., & Loree, M. (2009). Childlessness, parenthood, and depressive symptoms among middle-aged and older adults. *Journal of Family Issues*, 30 (5), 670-687.
- Canuto, A., Weber, K., Gold, G., Notaridis, G., Michon, A., Giardini, U., Delaloye, C., Herrmann, F., & Giannakopoulos, P. (2007). Structured assessment of mental health status in psychogeriatrics: Validity of the French HoNOS65+. *Canadian Journal of Psychiatry*, 52 (1), 37-45.
- Clarke, P., Marshall, V., House, J., & Lantz, P. (2011). The social structuring of mental health over the adult life course: Advancing theory in the sociology of aging. *Social Forces*, 89 (4), 1287-1313.
- Cloutier-Fisher, D., Kobayashi, K., & Smith, A. (2011). The subjective dimension of social isolation: A qualitative investigation of older adults' experiences in small social support networks. *Journal of Aging Studies*, 25 (4), 407-414.
- Ferraro, K. F., & Wilkinson, L. R. (2013). Age, aging, and mental health. In C. S. Aneshensel, J. C. Phelan, & A. Bierman (Eds.), *Handbook of the Sociology of Mental Health* (2nd ed., pp. 183-203). Dordrecht: Springer.
- Gardner, P. J. (2011). Natural neighborhood networks: Important social networks in the lives of older adults aging in place. *Journal of Aging Studies*, 25 (3), 263-271.
- Kahya, N. C., Zorlu, T., Ozgen, S., Sari, R. M., Sen, D. E., & Sagsoz, A. (2009). Psychological effects of physical deficiencies in the residences on elderly persons: A case study in Trabzon old person's home in Turkey. *Applied Ergonomics*, 40 (5), 840-851.
- Li, L. W., Zhang, J., & Liang, J. (2009). Health among the oldest-old in China: Which living arrangements make a difference? *Social Science & Medicine*, 68 (2), 220-227.
- Liu, L. J., & Guo, Q. (2008). Life satisfaction in a sample of empty-nest elderly: A survey in the rural area of mountainous county in China. *Quality of Life Research*, 17 (6), 823-830.
- Liu, L. J., Sun, X., Zhang, C. L., & Guo, Q. (2007). Health-care utilization among empty-nester in the rural area of a mountainous county in China. *Public Health Reports*, 122 (3), 407-413.
- Okun, M. A., Olding, R. W., & Cohn, C. M. (1990). A meta-analysis of subjective well-being interventions among elders. *Psychological Bulletin*, 108 (2), 257-266.
- Rioux, L. (2005). The well-being of aging people living in their own homes. *Journal of Environmental Psychology*, 25 (2), 231-243.
- Rosow, I. (1970). Old people: Their friends and neighbors. *American Behavioral Scientist*, 14 (1), 59-69.
- Sun, X. J., Lucas, H., Meng, Q. Y., & Zhang, Y. G. (2011). Associations between living arrangements and health-related quality of life of urban elderly people: A study from China. *Quality of Life Research*, 20 (3), 359-369.
- Trull, T. J., & Phares, E. J. (2001). *Clinical psychology concept, methods and profession* (6th edition). Belmont, CA: Wadsworth/Thomson learning, 51-53.
- Van Heck, G. L. (2002). Personality and physical health: Toward an ecological approach to health related personality research. *European Journal of Personality*, 11 (8), 415-443.
- Zhou, B., Chen, K., Wang, J. F., Wang, H., Zhang, S. S., & Zheng, W. J. (2011). Quality of life and related factors in the older rural and urban Chinese populations in Zhejiang Province. *Journal of Applied Gerontology*, 30 (2), 199-225.

Positive Aging: Research and Practice of the Mental Health of Elderly from a Global View

Fu Hong, Cheng Qingrong

(School of Psychology, Nanjing Normal University, Nanjing 210097)

Abstract

Psychological support for the elderly is one of the most prominent social issues nowadays. This article compared the related studies of the mental health of elderly from a global view, pointed out the potential problems in this field and clarified the importance of positive aging for the elderly. Furthermore, this article listed the major tasks in the future research and practice.

Key words positive aging, mental health, psychological support.

(上接第 697 页)

Study on the Recognition of Facial Expressions in Patients with Major Depression

Fu Xiaolan¹, Wang Hui^{1,2}, Fan Wei^{1,3}

(1 Institute of Psychology, Chinese Academy of Sciences, Beijing 100101; 2 The Outpatient Department of PLA 306th Hospital, Beijing 100101;

3 Hunan Province Key Laboratory of Cognition and Human Behavior, Hunan Normal University, Changsha 410081)

Abstract

Emotional information processing in depression patients has become the forefront of scientific issues and research focus, its specific model may be used as an effective indicator for depression. Previous studies have revealed that the level of response to positive emotional information was reduced and the ability to identify emotional expressions (especially sad expression) was impaired, not only the ability to restrain negative emotions was impaired but also the ability to accurately detect micro expression in the social context. In the current paper we provide an overview on the main findings and advances in previous research on the recognition of facial expressions in depression patients, and draw on the results of the training of micro expression recognition in patients with schizophrenia, and then investigate the feasibility of the development of the micro expression recognition training in patients with depression. Finally, we analyse the problems in the field and put forward the future research directions.

Key words depression, facial expression recognition, facial micro expression recognition.

(上接第 705 页)

The Construction and Discussion of the Multi-level Teaching System for Experimental Training in Psychology

Guo Xiuyan^{1,2}, Ling Xiaoli¹, Li Lin^{1,2}

(1 School of Psychology and Cognitive Science, East China Normal University, Shanghai 200062; 2 National Experimental Teaching Demonstration Center of Psychology, East China Normal University, Shanghai 200062)

Abstract

Experimental training is of great importance for educating students majored in psychology. Some have provided constructive suggestions on developing a teaching system for experimental training that is appropriate to Chinese universities. In the present article, we introduced a multi-level teaching system for experimental training in psychology. The system consisted of three different levels of experimental training: fundamental level training, integrative level training, and training on original research level. We also explored how to practice the training system with new courses and new scoring methods.

Key words psychology, teaching system for experimental training, fundamental level training, integrative level training, original research level training.