

失能老人生活满意度的影响因素： 家庭支持的主效应与心理韧性的中介机制

王 荣

江苏省南通市海安市海安张埭医院 江苏南通

【摘要】目的 本研究基于社会支持理论、压力应对理论与心理韧性理论，构建了一个以心理韧性为中介的整合模型，旨在考察家庭支持对失能老人生活满意度的作用路径。**方法** 采用横断面问卷调查法（家庭支持量表、Connor-Davidson 心理韧性量表简版及生活满意度指数 B 量表），对华东地区某三座城市的 452 名社区居家失能老人及其主要家庭照顾者进行了配对调查。**结果** （1）家庭支持、心理韧性及生活满意度三者间均呈显著正相关（ r 值在 0.42-0.58 之间， $P<0.001$ ）。（2）在控制年龄、性别、失能程度等协变量后，家庭支持不仅能直接正向预测生活满意度（ $\beta=0.36, P<0.001$ ），还能通过心理韧性的中介作用产生间接影响，中介效应值为 0.18，占总效应的 33.3%。**结论** 家庭支持是提升失能老人生活满意度的关键保护性因素，而心理韧性在其中扮演了重要的中介角色，通过“外部支持”与“内在力量”的双重赋能，方能更有效地促进其积极老龄化。

【关键词】 失能老人；家庭支持；心理韧性；生活满意度；中介作用

【收稿日期】 2025 年 9 月 21 日

【出刊日期】 2025 年 12 月 25 日

【DOI】 10.12208/j.aip.20250006

Factors influencing life satisfaction of disabled elderly: the main effect of family support and the mediating mechanism of psychological resilience

Rong Wang

Hai'an Zhangduo Hospital, Hai'an City, Nantong City, Jiangsu Province, Nantong, Jiangsu

【Abstract】Objective This study constructs an integrated model mediated by psychological resilience based on social support theory, stress coping theory and psychological resilience theory, aiming to examine the mechanism of family support on life satisfaction of disabled elderly. **Methods** A cross-sectional questionnaire survey (family support scale, Connor-Davidson psychological resilience scale abbreviated version and life satisfaction index B scale) was conducted on 452 disabled elderly people living at home in three cities in East China and their main family caregivers. **Results** (1) There were significant positive correlations among family support, psychological resilience and life satisfaction (r values were between 0.42 and 0.58, $P<0.001$). (2) After controlling for covariates such as age, gender, and degree of disability, family support not only directly and positively predicted life satisfaction ($\beta=0.36, P<0.001$), but also indirectly influenced life satisfaction through the mediating effect of psychological resilience, with a mediation effect value of 0.18, accounting for 33.3% of the total effect. **Conclusion** Family support is a key protective factor for improving life satisfaction among disabled elderly people, and psychological resilience plays an important mediating role. Only through the dual empowerment of “external support” and “internal strength” can their active aging be more effectively promoted.

【Keywords】 Disabled elderly people; Family support; Psychological resilience; Life satisfaction; Mediating effect

1 引言

随着我国人口老龄化进程的加速，失能老年人口规模持续扩大^[1]。根据最新统计^[2]，我国失能、半失能老年人已超过 4400 万。失能不仅意味着个体身体功能的衰退，更常伴随社会参与受限、经济负担加重及心理困扰增多，严重影响着老年人的生活满意度与整体福祉^[3]。在此背景下，如何有效提升失能老人的生活质量，已成为“健康中国”战略与积极应对人口老龄化国家战略亟待解决的核心问题。

在中国“孝道”文化与现有养老服务体系下，家庭仍然是失能老人最主要的照护与支持来源。大量研究表明，来自子女、配偶等家庭成员的情感关怀、工具性帮助与经济支持，是老年人维持身心健康的重要保护因子^[4]。然而，现有关于家庭支持与失能老人生活满意度的研究，多集中于直接效应的探讨，或将心理因素视为控制变量，对于其内在的作用机制——即“家庭支持如何转化为更高的生活满意度”——仍缺乏清晰的阐释^[5]。

心理韧性作为个体在面临重大逆境、创伤或压力时，能够积极适应并恢复的心理特质与动态过程，为解释这一机制提供了新的视角^[6]。根据压力应对理论，充足的家庭支持可以作为一种关键的外部资源，帮助个体缓解压力感知，增强应对挑战的信心与能力，从而提升其心理韧性水平^[7]。而更高的心理韧性，又能促使个体以更积极的心态重新评估自身处境，发现生命的意义与价值，最终反映为更高的生活满意度。因此，心理韧性可能在家庭支持与生活满意度之间起到桥梁作用。

基于此，本研究提出一个以心理韧性为中心的中介模型，旨在系统探究家庭支持是否对失能老人的生活满意度具有显著正向预测作用。心理韧性是否在家庭支持与生活满意度之间起中介作用。

2 研究方法

2.1 研究对象与抽样

本研究采用多阶段整群抽样法。首先，在华东地区选取 A、B、C 三个老龄化程度较高的城市；其次，在每个城市随机抽取 4 个社区卫生服务中心；最后，由经过培训的社区医护人员协助，邀请符合纳入标准的失能老人及其主要家庭照顾者参与调查。

纳入标准：（1）年龄≥60 岁；（2）经 Barthel 指数评定为轻度至中度失能（总分≤60 分）；（3）

意识清楚，能进行基本语言交流；（4）主要居住方式为社区居家，并有至少一名家庭照顾者；（5）本人及照顾者知情同意。排除标准：患有严重精神疾病或认知障碍（MMSE, Mini-Mental State Examination, 评分<10 分）者。

调查共发放问卷 480 份，回收有效配对问卷 452 份，有效回收率为 94.2%。样本中，失能老人平均年龄为（76.8±8.3）岁，男性占 48.7%；轻度失能者占 56.4%，中度失能者占 43.6%。主要照顾者中，子女占 62.8%，配偶占 29.0%。

2.2 研究工具

（1）家庭支持量表：采用 Zimet^[8]等编制、中文修订的领悟社会支持量表中的家庭支持维度，共 4 个条目（如“我的家人能实实在在地帮助我”）。采用 Likert 7 点计分，从“极不同意”到“极同意”，总分越高表示感知到的家庭支持水平越高。本研究中该维度的 Cronbach's α 系数为 0.89。

（2）心理韧性量表：采用 Connor-Davidson^[9]心理韧性量表简版，共 10 个条目（如“我能适应变化”）。采用 5 点计分（0=从不，4=几乎总是），总分范围 0-40 分，分数越高表示心理韧性越强。本研究中该量表的 Cronbach's α 系数为 0.91。

（3）生活满意度量表：采用生活满意度指数 B 量表^[10]，包含 12 个条目，评估老年人对过去、现在及未来生活的态度与感受。采用“同意”、“不同意”或“？”三级评分，总分范围 0-22 分，分数越高表示生活满意度越高。该量表在老年群体中应用广泛，本研究中 Cronbach's α 系数为 0.82。

2.3 数据收集与伦理

本研究获得所在社区伦理审查委员会批准。调查以面对面访谈形式进行，由经过统一培训的调查员向失能老人宣读问题并记录答案，同时由其主要照顾者独立填写家庭支持等相关问卷。所有数据均匿名处理，仅用于学术研究。

2.4 数据分析

采用 SPSS 26.0（Statistical Package for the Social Sciences 26.0）进行数据处理。首先进行描述性统计与各变量的相关性分析。随后，采用 Hayes 编制的 PROCESS 宏程序，以家庭支持为自变量，生活满意度为因变量，心理韧性为中介变量，在控制人口学变量及失能程度的基础上，进行中介效应检验。采用 Bootstrap 法计算中介效应的置信区间，若 95% CI

不包含 0，则表明中介效应显著。

呈现显著的正相关关系（表 1）。

3 研究结果

3.2 心理韧性的中介效应检验

3.1 共同方法偏差检验与描述性统计

家庭支持、心理韧性与生活满意度两两之间均

控制年龄、性别、失能程度等变量后，心理韧性的中介效应分析结果（表 2）。

表 1 主要变量的描述性统计与相关分析结果（N=452）

变量	M±SD	1	2	3	4	5
1.家庭支持	21.35±4.78	1				
2.心理韧性	26.42±7.16	0.42***	1			
3.生活满意度	14.68±3.95	0.58***	0.54***	1		
4.年龄	76.8±8.3	-0.11*	-0.18**	-0.15**	1	
5.失能程度	45.2±12.7	-0.34***	-0.41***	-0.38***	0.22***	1

注：* $p<0.05$ ，** $p<0.01$ ，*** $p<0.001$ ；失能程度分数越低表示失能越严重。

表 2 心理韧性的中介效应分析

路径	效应值	SE	Boot LLCI	Boot ULCI	相对效应占比
总效应（c）	0.54	0.05	0.45	0.63	100%
直接效应（c'）	0.36	0.05	0.27	0.45	66.7%
间接效应（a*b）	0.18	0.03	0.12	0.25	33.3%

4 讨论

4.1 家庭支持对失能老人生活满意度的双重作用路径

本研究发现，家庭支持对失能老人的生活满意度既存在直接的促进作用，也通过提升心理韧性产生间接影响。直接效应（66.7%）表明，家庭成员提供的情感慰藉、日常照料和经济援助，能够直接满足失能老人的基本需求与情感依赖，减少其孤独感与无助感，从而提升其对生活的整体评价。这与前人关于社会支持是老年人主观幸福感直接来源的研究结论一致^[11]。

间接效应（33.3%）的发现更具理论价值。它揭示了家庭支持作为一种外部资源，其价值不仅在于“雪中送炭”，更在于“赋能”。即，持续、稳定且充满尊重的家庭支持，能够帮助失能老人重建对自我和环境的掌控感，增强其面对功能丧失这一逆境的信心与力量（即提升心理韧性）^[12]。而一个心理韧性更强的老人，更倾向于将失能视为生命历程的一部分而非终点，更能从现有的生活（如家人的陪伴、简单的乐趣）中寻找意义与满足，从而达成更高的生活满意度^[13]。这一路径印证了压力应对理论中“资源-评估-结果”的动态过程^[14]。

4.2 理论意义与实践启示

本研究将心理韧性这一积极心理学核心概念引入失能老人福祉研究，并实证检验了其在家庭支持与生活满意度间的中介机制^[15]。这突破了以往研究多关注外部支持或内部特质的单一视角，提供了一个整合性的“环境-个体-结果”分析框架，深化了对失能老人积极适应机制的理解。

研究结果提示，提升失能老人生活满意度需要“两条腿走路”：一是继续巩固和强化家庭支持系统。政策应通过提供“喘息服务”、照顾者技能培训、税收减免或补贴等方式，切实减轻家庭照顾者的负担，维护其提供长期、高质量支持的能力。二是积极开发和实施心理韧性干预项目。社区及专业机构可针对失能老人开展基于认知行为疗法、接纳与承诺疗法或人生回顾疗法的团体干预，帮助其培养积极认知、情绪调节与意义建构的能力，将外在支持转化为内在心理资本。

4.3 研究局限与未来展望

本研究存在一些局限。首先，横断面设计无法确证变量间的因果关系，未来可采用纵向追踪设计进一步验证。其次，样本来自华东地区城市社区，结论在农村或不同文化背景地区的普适性有待检验。最后，家庭支持由老人“领悟”测得，未来可结合照顾者报告或客观行为观察，采用多主体评估以增

强效度。

未来研究可进一步探索：1）不同类型的家庭支持（情感性 vs. 工具性）是否通过不同的心理机制影响生活满意度；2）心理韧性本身是否包含更细维度的因子（如坚韧、力量、乐观），它们在中介路径中各自扮演何种角色；3）在家庭支持薄弱的案例中，社区支持或数字技术能否替代或补充家庭支持的功能，并通过类似机制发挥作用。

参考文献

- [1] 张航空,徐慧敏,罗叶圣.中国老年人口的失能水平与特征——基于多数据来源的评估与预测[J].中国卫生政策研究,2025,18(08):1-9.
- [2] 国家统计局.第七次全国人口普查公报[EB/OL]. (2021-05-11).
- [3] 张玉欢.人口老龄化背景下满足老年人需求的长期照护机制研究[D].重庆理工大学,2021.
- [4] 刘昊,李强.子女照料对农村失能老年人精神健康的影响——来自中国家庭的微观证据[J].云南民族大学学报(哲学社会科学版),2020,37(02):104-116.
- [5] 武玲娟.失能老人家庭照料者的福祉困境与政策支持研究[D].山东大学,2023.
- [6] 宋丽萍,段欢,徐莉君,等.养老机构失能老人主观幸福感和心理韧性的现状及影响因素研究[J].成都医学院学报,2022,17(01):101-105+118.
- [7] 刁然然,李建.家庭支持、心理韧性与择业效能感对医学生慢就业意向的影响研究[J].卫生职业教育,2025,43(19):142-145.
- [8] Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 1988, 52(1), 30-41.
- [9] Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 2003, 18(2), 76-82.
- [10] Development and Assessment of the Validity and Reliability of the Short-Form Life Satisfaction Index (LSI-SF) among the Elderly Population. *Journal of Personalized Medicine*, 2022, 12(5), 789.
- [11] 陈雪峰,王玉环,吴复琛,等.新疆维哈失能老年人生活满意度与照护者照护负担、社会支持交互作用[J].中国老年学杂志,2015,35(19):5606-5609.
- [12] 李静雅.基于自护理论失能老人自护能力分级预测模型构建[D].安徽中医药大学,2019.
- [13] 张志芳,林荣金,林志明,等.医养结合养老院老人生活满意度、孤独症及其影响因素研究[J].中医药管理杂志,2020,28(16):33-36.
- [14] 刘晔,张驰,白安颖,等.心理韧性在健康老龄化中的意义和研究进展[J].中国健康教育,2024,40(12):1118-1123.
- [15] 姚俊,张文静,王浩,等.代际支持对流动老年人生活满意度的影响:自我效能感和心理弹性的序列中介作用[J].南京医科大学学报(社会科学版),2022,22(01):40-46.

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。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS