

家庭支持对失能老人生活满意度的影响——心理韧性的中介作用

王 鸿¹, 徐富芹², 金美娟¹, 杨 阳^{1*}

¹南通理工学院健康医学院 江苏南通

²南通经济技术开发区敬老院 江苏南通

【摘要】随着人口老龄化进程加剧,失能老人群体规模持续扩大,其生活质量与生活满意度已成为社会治理与养老服务体系建设的核心关切点。家庭作为失能老人最主要的支持来源,其提供的支持服务对提升老人生活满意度具有重要意义,而心理韧性在其中的中介传导机制逐渐成为研究焦点。本文基于文献综述与理论分析方法,系统梳理家庭支持、心理韧性与失能老人生活满意度之间的研究进展,重点综述三者间的作用关系及内在机理,深入剖析心理韧性的中介效应研究现状,并总结当前研究存在的争议与缺口,最终提出未来研究可聚焦的方向,为后续实证研究与养老服务优化提供理论参考。

【关键词】失能老人;家庭支持;生活满意度;心理韧性;中介作用

【基金项目】2023年度江苏高校哲学社会科学研究项目(2023SJYB1713):失能老人延续护理的社会支持体系研究;2023年江苏高校教育信息化研究课题(2023JSETKT132):基于虚拟仿真技术与共同叙事理念的老年护理学课程建设;2026届南通理工学院优秀本科毕业论文(设计)培育计划(BS2026041):失能老人社会支持现状及其对生活质量的影響;2022年南通理工学院科研项目(2022XK(J)34):课程思政视阈下护理教学改革与实践——以护理实践教学为例

【收稿日期】2026年2月15日 **【出刊日期】**2026年3月30日 **【DOI】**10.12208/j.ijmd.20260003

The impact of family support on life satisfaction of disabled elderly: the mediating role of psychological resilience

Hong Wang¹, Fuqin Xu², Meijuan Jin¹, Yang Yang^{1*}

¹ School of Health Sciences, Nantong Institute of Technology, Nantong, Jiangsu

² Nantong Economic and Technological Development Zone Nursing Home, Nantong, Jiangsu

【Abstract】 With the increasing aging of the population, the number of disabled elderly continues to expand, and their quality of life and life satisfaction have become core concerns in social governance and the construction of the elderly care service system. As the primary source of support for disabled elderly, the support services provided by the family play a crucial role in improving their life satisfaction. The mediating mechanism of psychological resilience has gradually become a research focus. This paper, based on literature review and theoretical analysis, systematically reviews the research progress on the relationship between family support, psychological resilience, and life satisfaction of disabled elderly. It focuses on summarizing the interaction and underlying mechanisms among the three, deeply analyzes the current research status of the mediating effect of psychological resilience, summarizes the existing controversies and gaps in research, and finally proposes directions for future research, providing theoretical reference for subsequent empirical research and the optimization of elderly care services.

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

第一作者简介:王鸿,本科,研究方向:老年健康服务与管理;

*通讯作者:杨阳,硕士,讲师,研究方向:老年护理、智慧护理。

1 引言

据统计,截至2023年底,我国60岁及以上人口已达29697万人,占全国人口的21.1%,其中65岁及以上人口占比15.4%,人口老龄化程度持续加深的同时,高龄失能化形势愈发严峻^[1]。失能老人因生理功能衰退、生活自理能力丧失,不仅面临日常照护的巨大挑战,更易产生焦虑、抑郁等负面情绪,其生活满意度普遍偏低,这一群体的生活质量提升已成为积极应对人口老龄化国家战略的重要议题。

家庭支持作为非正式支持的核心组成部分,在失能老人照护体系中占据基础性地位。然而现有研究发现^[2],家庭支持对失能老人生活满意度的影响并非简单的正向线性关系,例如配偶和子女的照护可能增加部分失能老人的内疚感,反而降低生活满意度,但对重度失能老人而言,家庭照护却能减缓失能状态的负向影响。这种差异化影响背后的作用机制尚未完全明晰,亟需进一步探究。

心理韧性作为个体应对逆境时的心理调适能力,被证实在身心健康与生活品质的关系中发挥关键中介作用。已有研究表明,失能老人的心理韧性水平普遍较低,且与家庭关系状况密切相关,强化家庭支持能够有效提升其心理韧性^[3]。由此推测,心理韧性可能是连接家庭支持与失能老人生活满意度的重要桥梁。基于此,本文系统梳理相关领域研究成果,重点探讨家庭支持通过心理韧性影响失能老人生活满意度的中介机制,以期为构建精准化的失能老人家庭支持体系、提升其生活品质提供理论依据与实践指导。

2 核心概念界定与维度划分

2.1 失能老人

失能老人的界定核心在于“生活自理能力丧失或受限”,学界普遍依据日常生活能力评定量表(ADL),将因年老、疾病或伤残导致进食、穿衣、洗漱、如厕、翻身、行走等基本生活活动无法独立完成的老年人界定为失能老人。根据失能程度,可进一步划分为轻度、中度和重度失能三个等级,这也使得家庭支持的作用效果呈现异质性^[4]。

2.2 家庭支持

家庭支持是指家庭成员(主要为配偶、子女等直系亲属)为失能老人提供的各类资源支持,学界普遍从三维度进行划分:一是代际照料支持,即日常生活照护服务,如饮食照料、起居协助、医疗陪护

等;二是代际经济支持,包括直接经济补贴、医疗费用承担等物质保障;三是代际情感支持,涵盖陪伴交流、情绪疏导、精神慰藉等心理层面的支持^[5]。不同维度的家庭支持对失能老人的影响路径存在差异,例如经济支持对中度失能老人的影响更为显著,而照料支持与情感支持则对轻、重度失能老人的照护模式选择影响更大^[6]。

2.3 心理韧性

心理韧性是个体在面对逆境、压力或创伤时,能够维持积极适应并实现自我恢复的心理特质与能力^[7]。针对失能老人群体,心理韧性的评估主要围绕坚韧性、自强性和乐观性三个核心维度,得分越高表明老人在应对失能状态带来的困境时,越能保持积极的心理状态并主动寻求适应策略^[8]。研究显示,养老机构失能老人的心理韧性平均得分仅为41分左右(满分100分),整体处于较低水平,且受年龄、家庭关系、人际关系等多种因素影响。

2.4 生活满意度

生活满意度是个体对自身生活状态的主观评价,是衡量生活品质的核心指标。失能老人的生活满意度涵盖生理健康、心理状态、社会关系、生活环境等多个维度的主观感知,其评价不仅受客观照护条件的影响,更与自身心理调适能力密切相关^[9]。现有研究多采用问卷调查法,通过生活满意度量表(SWLS)或健康调查简表(SF-36)等工具对其进行量化评估。

3 家庭支持与失能老人生活满意度的关系研究

家庭支持与失能老人生活满意度的关系是养老领域的研究热点,但现有研究结论存在一定争议,总体可归纳为“正向促进作用”“差异化影响”和“潜在负向效应”三类观点,其差异主要源于研究对象的失能程度、家庭支持维度及研究场景的不同。

3.1 正向促进作用的主流认知

多数研究证实,家庭支持对失能老人生活满意度具有显著正向影响。从支持维度来看,情感支持作为核心维度,其正向作用最为突出。家庭成员的陪伴交流能够有效缓解失能老人的孤独感,通过怀旧疗法、叙事疗法等方式引导老人回忆人生光辉事迹,可帮助其建立自我认同,减少无价值感,进而提升生活满意度^[10]。照料支持能够直接解决失能老人的日常生活难题,降低其生理痛苦与心理压力,而经济支持则为老人提供稳定的物质保障,减少医疗费用、照护费用带来的经济焦虑,间接提升生活满

意度^[11]。福利多元主义理论也强调, 家庭支持作为社会支持网络的基础, 能够满足失能老人的个性化需求, 是提升其生活质量的关键力量。

3.2 基于失能程度的差异化影响

越来越多的研究关注到家庭支持作用的异质性, 核心差异源于失能老人的失能程度。针对重度失能老人, 家庭照护的正向作用更为显著, 由于其完全丧失生活自理能力, 对他人照护的依赖性极强, 家庭成员的精心照料能够有效减缓失能状态对生活满意度的负向冲击, 是保障其基本生活质量的基础^[12]。而对于轻度失能老人, 家庭照料的作用相对有限, 甚至可能因过度照料限制其自主活动空间, 削弱其自我效能感; 此时, 社会参与对生活满意度的促进作用更为突出, 邻里支持在部分场景下甚至能够替代家庭支持的作用。此外, 不同失能程度老人对家庭支持维度的需求也存在差异, 中度失能老人更依赖经济支持, 而轻、重度失能老人则更看重照料支持与情感支持。

3.3 潜在的负向效应与争议

少数定性和情境化研究发现, 在特定家庭结构和文化背景下, 家庭支持可能对部分失能老人产生负向影响。部分老人因接受配偶、子女的长期照护而产生强烈的内疚感, 认为自己成为家庭的负担, 这种负面情绪会抵消照护支持带来的积极效果, 反而降低生活满意度^[13]。此外, 在独生子女家庭中, 子女面临巨大的养老压力, 其照护行为可能带有疲惫感或功利性, 这种消极的照护态度会影响支持质量, 无法有效满足老人的情感需求, 甚至引发家庭矛盾, 进而损害生活满意度。这一争议提示, 家庭支持的质量可能比数量更重要, 支持方式与老人需求的匹配度是决定其作用效果的关键。

4 心理韧性的中介作用机制研究

心理韧性作为个体应对逆境的核心心理资源, 已被证实在多种逆境因素与生活质量的关系中发挥中介作用。在失能老人群体中, 心理韧性的中介效应主要体现在“家庭支持→心理韧性→生活满意度”的传导路径上, 其作用机制可从资源补充、情绪调节和认知重构三个层面展开, 同时也存在基于群体差异的异质性特征。

4.1 资源补充机制: 家庭支持为心理韧性提供基础保障

社会支持理论认为, 家庭支持能够为个体提供

物质资源与心理资源, 而这些资源是构建心理韧性的基础。对失能老人而言, 家庭成员提供的照料支持能够解决其基本生活难题, 减少生理痛苦带来的心理消耗; 经济支持能够缓解其经济压力, 为其参与康复训练、社交活动提供物质保障; 情感支持则能够让老人感受到被关爱、被需要, 增强其归属感与安全感^[14]。这些资源的补充能够有效降低失能状态带来的逆境冲击, 为心理韧性的提升创造条件。研究证实, 家庭关系良好的失能老人, 其心理韧性水平显著更高, 而养老机构通过强化家庭成员的支持参与, 能够有效提升老人的心理韧性得分。

4.2 情绪调节机制: 心理韧性缓解负面情绪的传导

失能老人因身体功能受限, 易产生焦虑、抑郁、自卑等负面情绪, 这些情绪是降低生活满意度的直接诱因。心理韧性能够通过情绪调节作用, 阻断负面情绪的传导, 进而保护生活满意度。高心理韧性的失能老人能够更好地接纳自身失能状态, 通过自我调适缓解焦虑情绪, 主动寻求积极的情绪宣泄途径。而家庭支持能够通过强化心理韧性的情绪调节功能, 帮助老人更好地应对负面情绪。例如, 家庭成员的情绪疏导能够为老人提供情感宣泄的渠道, 配合心理韧性的自我调节, 有效减少负面情绪对生活满意度的损害。已有研究证实, 心理韧性在衰弱与养老机构老人生活质量的关系中发挥部分中介作用, 通过提升心理韧性能够显著缓解衰弱状态对生活质量的负向影响^[15]。

4.3 认知重构机制: 心理韧性重塑自我认知与生活态度

心理韧性的核心作用在于帮助个体重构认知, 从积极视角看待逆境。失能老人往往因自身能力丧失产生“无价值感”, 而心理韧性能够帮助其重新审视自身价值, 发现生活中的积极因素^[16]。家庭支持在这一认知重构过程中发挥重要引导作用, 家庭成员通过肯定老人的过往贡献、鼓励其参与力所能及的活动(如简单手工、集体活动等), 能够帮助老人建立新的自我认同。高心理韧性的老人在家庭支持的引导下, 更易形成乐观的生活态度, 将失能状态视为人生的一个阶段而非全部, 这种积极认知能够显著提升其生活满意度。

4.4 中介效应的异质性特征

心理韧性的中介效应并非适用于所有失能老人

群体,其作用效果存在显著的异质性。从失能程度来看,轻度失能老人的心理韧性提升空间更大,家庭支持通过心理韧性影响生活满意度的中介效应更为显著;而重度失能老人由于心理韧性基础水平较低,且对家庭照护的依赖性极强,中介效应相对较弱,直接照护支持的作用更为突出^[17]。从城乡差异来看,农村失能老人的家庭支持以亲情照料为主,心理韧性的中介作用更显著;城市失能老人的社会支持网络更完善,邻里支持、社区服务等可能削弱心理韧性的中介效应^[18]。此外,年龄、性别、文化程度等个体特征也会影响中介效应的强度,需要进一步细化研究。

5 结论

家庭支持对失能老人生活满意度的影响是复杂的,既存在正向促进作用,也可能因失能程度、支持维度的不同产生差异化甚至负向效应。心理韧性作为重要的中介变量,通过资源补充、情绪调节和认知重构三种机制,在家庭支持与失能老人生活满意度之间发挥关键传导作用,且这一中介效应存在显著的异质性特征。现有研究虽已初步揭示三者间的关系,但在维度细化、异质性分析、研究方法与实践转化等方面仍存在不足。未来需进一步深化研究,明确不同情境下的中介机制差异,构建精准化的家庭支持干预方案,推动研究成果向养老服务实践转化,最终提升失能老人的生活质量,助力积极应对人口老龄化国家战略的实施。

参考文献

- [1] 中国老龄科学研究中心. 中国老龄事业发展报告[R]. 北京: 社会科学文献出版社, 2025
- [2] 程艳彬,郝朔.失能老人家庭照顾者社会支持现状与优化路径[J].社会与公益,2025,(08):93-96.
- [3] 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.
- [4] 白维军,宁学斯.远亲不如近邻?非正式支持在居家养老服务中的作用研究——来自 CHARLS 和 CGSS 的证据[J].北京航空航天大学学报(社会科学版),2025, 38(03): 95-106.
- [5] 张浩.养老机构老年人衰弱对生活质量的影響:以自我护理能力为中介的纵向研究[D].成都中医药大学,2022.
- [6] 谷千乔.家庭代际支持对失能老人长期照护模式选择的影响研究[D].中南财经政法大学,2019.
- [7] 国家卫生健康委员会. 2023 年我国卫生健康事业发展统计公报[R]. 北京: 中国人口出版社, 2024.
- [8] 中华人民共和国国家质量监督检验检疫总局, 中国国家标准化管理委员会. 《老年人能力评估规范》(GB/T 42195-2022) [S]. 北京: 中国标准出版社, 2022.
- [9] 姚瑶.价值共创视角下“互联网+”失能照护服务模式构建研究[D].南京中医药大学,2024.
- [10] 吴凯丰,肖东娟,ARMAGAN ALBAYRAK.基于社会支持的失能老人家庭照护服务设计研究[J].设计,2025,38(03): 69-73.
- [11] 肖峰,赵庆华,曹松梅,等.失能老人家庭照护类型及差异化社会支持研究——基于扎根理论与选择实验的混合研究[J].南京医科大学学报(社会科学版),2025,25(02): 131-138.
- [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] 于肖楠,张建新.自我韧性量表与 Connor-Davidson 韧性量表的应用比较[J].心理科学,2007,(05):1169-1171.
- [14] 刘沁娴,赵欣羽,李嘉怡,等.我国≥60岁农村失能老人的生活满意度及其影响因素分析[J].华南预防医学,2025, 51(01):16-20.
- [15] 李佳洋.社会支持对失地老人生活满意度的影响:身心健康的中介作用[D].西南财经大学,2022.
- [16] 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.
- [17] 朱艳松.失能老人长期照护的家庭支持研究[D].安徽师范大学,2013.
- [18] 许蔚冰,姜雪,智曼卿.为失能老人家庭减轻照护负担[N].辽宁日报,2025-10-31(008).

版权声明: ©2026 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