

老年人智能手机使用对其孤独感的影响

程 熙, 朱冬梅*

江汉大学教育学院, 湖北 武汉

收稿日期: 2022年10月1日; 录用日期: 2022年12月22日; 发布日期: 2022年12月30日

摘 要

研究旨在探究老年人智能手机使用情况与孤独感水平的关系。研究采用《中老年互联网生活研究报告》部分相关条目、《情感——社交孤独量表》等问卷调查的方式,以112名老年人为研究对象,比较了不同智能手机使用程度的老年人在孤独感水平上的差异。研究发现: 1) 老年人使用智能手机与否对孤独感造成的差异显著; 2) 老年人使用智能手机对孤独感具有显著负向预测作用。

关键词

孤独感, 老年人, 智能手机

The Impact of Elderly's Smartphone Using on Loneliness

Xi Cheng, Dongmei Zhu*

School of Education, Jiangnan University, Wuhan Hubei

Received: Oct. 1st, 2022; accepted: Dec. 22nd, 2022; published: Dec. 30th, 2022

Abstract

The purpose of this study is to explore the relationship between the use of smart phones and the level of loneliness among the elderly. The study used some relevant items of the Research Report on Internet life of the middle-aged and elderly, SEL-SA and so on, and compared the differences in loneliness level of the elderly with different degrees of smartphone use with 112 elderly people as the research objects. The research found that: 1) whether the elderly use smart phones or not has a significant difference in loneliness; 2) the use of smart phones by the elderly has a significant negative predictive effect on loneliness.

*通讯作者。

Keywords

Loneliness, Elderly, Smartphone

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

截止 2021 年, 我国 65 周岁及以上的老年人已有 20,056 万, 占总人口的 14.20% [1], 远远超过了国际标准中对于人口老龄化的 7% 标准[2]。这说明我国人口老龄化现象已经到了相当严重的地步。老年人的身心健康水平和社会功能都会随着年龄增长而趋于不断下降, 我国老年人中患有一种以上慢性病的人口比例高达 75%, 失能和部分失能老年人超过 4000 万[3], 同时由于国内经济乃至整个社会的快速发展, 独居老人和空巢老人等孤寡老人的数量也在日益增加, 根据《中国老年社会追踪调查》的数据显示, 我国仅城市地区就已有 48.07% 的空巢户[4]。老年人群数量不断增加, 相伴随的身心健康问题也日益得到重视。已有研究表明, 老年人的心理障碍诸如空巢老人常有的社会隔离等会对其主观幸福感和认知功能产生影响[5], 更有甚者会直接影响老年人的代谢水平[6], 从而增加老年人的死亡风险[7]。因此改善老年人心理健康水平, 做好老年人心理疾病的积极预防具有重要的社会意义。

2. 问题提出

孤独感作为老年人心理健康的衡量标准之一, 也是当代老年人生活质量的核心指标[8]。孤独感是个体在人际关系限制或缺失的情况下感受到的负性情绪体验[9]。国内学者将孤独感大致分为三类: 由于远离家庭和社会所产生的自我孤独感; 由于物质需求甚至是精神需求无法得到满足或者得到回应所产生的社交孤独感; 由于内心焦虑和抑郁情绪所产生的精神孤独感[10]。换言之, 个体会因为认知性需求、社交性需求和情感性需求没有得到满足从而产生孤独感。孤独感能够有效预测老年人认知功能、抑郁、自杀等, 也有研究者指出, 老年人的孤独感可能是由社会隔离程度较高造成的[11]。因此, 如何降低老年人的孤独感成为了众多相关研究者所聚焦的热点。

随着信息技术的发展, 网络平台的人际交流、社会互动日益增加, 而其中通过智能手机进行网络化信息交流的人数越来越多。智能手机作为新时代的重要信息交流媒介, 在满足个体信息获取、人际和情感交流方面发挥着越来越大的作用。调查显示, 截止至 2021 年 6 月, 我国网民规模已达 10.11 亿, 手机网民规模则有 10.07 亿, 而其中老年网民占 12.2% [12]。

在我国目前的养老现状下, 大多数老年人选择的养老方式是居家养老, 而智能手机作为网络信息时代社交的重要载体, 是老年人最为主要的电子媒介陪伴, 也是相对来说老年人最为熟悉的接触互联网的媒介。已有研究提出, 在网络社交媒体平台上, 个体能够获得认同、尊重等正能量感受[13]。田昌琴则指出老年人使用互联网可以促进老年人的社会参与, 通过微信等智能手机上的社交软件所搭建起的虚拟环境帮助现实中缺乏沟通而孤独的个体建立人际关系, 增加其社会资源, 进而降低孤独感, 这也与“社交补偿理论”一致[14]。

相关研究表明, 老年人的互联网使用行为可以有效降低孤独感, 当老年人参与互联网时, 可以通过社会环境的观望功能调整自己的认知来减少代沟所带来的认知失调, 满足了其认知性需求; 获得的实时

信息可以与他人沟通, 满足了老年人的社交性需求; 在互联网环境中也可以持续和外界产生接触, 降低比如疫情期间因恐惧心理与幽闭心理带来的负性情绪, 满足了情感性需求[15]。赵建国和徐旭都持有类似的观点, 他们提出当老年人在接触互联网的同时, 互联网也在强化老年人学习的意识, 从而丰富其精神文化生活, 有助于改善其认知功能, 降低孤独感[16][17]。但同样的, 如果老年人过度使用互联网, 依赖这种虚拟社交, 也会因为这种脆弱的社交关系而削弱现实中的个体在现实中的人际关系, 使个体的社会化发展收到阻碍[14]。另外, 智能手机作为互联网的终端, 是否能够完全发挥互联网对于孤独感的作用? 而且智能手机快速的更新迭代对于老年人来说也不可忽视, 不乏有老年人因为无法适应智能手机或社交软件的快速更新而退而继续使用老年人专用手机的情况发生, 在这种情况下, 老年人使用智能手机是否仍然可以获得较好的虚拟社交体验, 满足老年人的社交、情感需求。这些问题都值得探究, 同时与之相关研究多为理论研究或通过调查法进行研究, 通过标准化问卷进行的量化研究较少, 本研究也以期对该领域进行一定程度的补充研究。

综上所述, 老年人智能手机使用可以让老年人继续社会化, 或者形成更复杂的人际关系, 提供更多的社会资源, 而智能手机的接触实时信息和提供虚拟环境进行人际社交的功能是老年人专用手机无法比拟的, 但老年人对于智能手机的适应也需要考虑。那么老年人是否使用智能手机对于其孤独感有影响吗? 老年人使用智能手机对于孤独感的影响又是怎样的呢?

基于此, 本研究提出以下假设:

H1: 老年人智能手机使用与否对于其孤独感的影响具有显著差异;

H2: 老年人智能手机使用负向预测其孤独感。

3. 研究方法

3.1. 被试

根据《中华人民共和国老年人权益保障法》的相关条目, 规定在中华人民共和国年满 60 周岁的公民即为老年人, 因此本研究随机挑选 60 周岁以上的老年人作为被试[18], 通过线上发放由问卷星制成的问卷二维码、线下发放纸质问卷等两种途径收集数据, 要求被试意识清晰, 没有老年痴呆等疾病, 视力足以认清问卷上的文字, 或者在指导下听力能够听清楚问卷的具体内容。最终共收到问卷 125 份, 剔除漏答和反应一致的废卷后, 得到有效问卷 112 份, 有效率为 89.60%。男性被试 53 人(47.32%), 女性被试 59 人(52.68%)。被试年龄为 60~90 岁, 平均年龄 64 岁, 标准差为 4.08。

3.2. 研究工具

3.2.1. 老年人智能手机使用的测量工具

老年人智能手机使用调查问卷参考了中国社会科学院的《中老年互联网生活研究报告》的部分调查条目[19], 主要包括知识获取、微信交流、生活应用、娱乐休闲四个部分, 共 6 个条目, 采取 2 点计分, 包括“是”和“否”两个选项, 得分越高, 表示个体使用智能手机的深入程度越高。本研究中, 该量表的 α 系数为 0.85。

3.2.2. 孤独感的测量工具

本研究参考前人研究, 将老年人视为成年人的延续, 选取由 Russel 编制的《情感——社交孤独量表》, 此量表以 Weiss 在 1973 年提出的社交需要理论为基础, 将孤独感分为两类: 情感性孤独, 指由于在社交过程中难以获得预期中的内在情感依恋关系而导致的孤独情绪; 社交孤独感, 指由于在社交过程中难以获得语气中的社交沟通需要而导致的孤独情绪[20][21][22]。共 10 个条目, 采用 5 级评分。得分越

高, 表示个体的孤独感越强。本研究中, 该量表的 α 系数为 0.71。

4. 研究结果

4.1. 共同方法偏差检验

采取 Harman 单因子检验进行共同方法偏差检验。结果显示, 特征根大于 1 的因素共 7 个, 其中第一个因素解释的累积变异量仅 22.78%, 小于 40% 的临界值, 表示本研究不存在严重的共同方法偏差[23]。

4.2. 老年人智能手机使用的现状

本研究中, 使用智能手机的被试有 87 人(77.68%), 使用老年人专用手机的有 25 人(22.32%)。

将作为人口学变量的性别、年龄、教育程度和婚姻状况同是否使用智能手机和智能手机使用程度进行差异分析, 结果表明不同性别的被试在是否使用智能手机上不存在显著差异($\chi^2 = 1.42$), 而不同年龄($\chi^2 = 26.44$)、不同教育程度($\chi^2 = 27.06$)和不同婚姻状况($\chi^2 = 8.20$)的被试在是否使用智能手机上存在显著差异; 不同性别的被试在智能手机的使用程度上不存在显著差异($t = 0.85$), 而不同年龄($F = 12.68$)、不同教育程度($F = 24.34$)和不同婚姻状况($t = 2.91$)的被试在智能手机的使用程度上存在显著差异(详见表 1)。

Table 1. Variance analysis of smartphone using

表 1. 对智能手机使用的差异分析

		智能手机	老年手机	χ^2	使用程度	t/F
性别	男	44	9	1.42	2.85	0.85
	女	45	16		2.54	
年龄	60~70 岁	67	7	26.44***	3.26	12.68***
	71~80 岁	20	11		1.87	
	81~90 岁	2	7		0.78	
教育程度	小学	18	16	27.06***	1.44	24.34***
	初中	17	8		1.72	
	高中	39	1		3.63	
	大学	15	0		4.6	
婚姻状况	有配偶	70	13	8.20**	2.96	2.91**
	丧偶	17	12		1.79	

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$ 。

4.3. 老年人孤独感水平的现状

孤独感总分(24.48 ± 5.25), 社交孤独感总分(14.13 ± 3.60), 情感孤独感(10.35 ± 2.65)。

同样也将作为人口学变量的性别、年龄、教育程度和婚姻状况与孤独感进行差异分析, 不同性别($t = 0.62$)、不同年龄($F = 1.23$)、不同教育程度($F = 0.63$)和不同婚姻状况($t = -1.32$)的被试在孤独感上均不存在显著差异(详见表 2)。

4.4. 老年人智能手机使用与孤独感的相关分析

4.4.1. 老年人智能手机使用与否对孤独感的差异检验

将老年人智能手机使用分为 0 (不使用智能手机)与 ≥ 1 (使用智能手机)两类, 与总体孤独感、社交孤独

感、情感孤独感一起进行独立样本 t 检验, 结果表明老年人智能手机是用与不用对孤独感造成的差异显著, $t = -2.28$, $df = 112$, $p < 0.05$; 对于社交孤独感造成的差异显著, $t = -2.35$, $df = 112$, $p < 0.05$; 对于情感孤独感造成的差异不显著, $t = -1.31$, $df = 112$, $p > 0.05$ (详见表 3)。

Table 2. Variance analysis of loneliness

表 2. 对孤独感的差异分析

		社交孤独感	情感孤独感	孤独感	t/F
性别	男	14.68	10.13	24.81	0.62
	女	13.64	10.54	24.20	
年龄	60~70 岁	13.77	10.50	24.23	1.23
	71~80 岁	14.34	9.97	24.32	
	81~90 岁	16.44	10.67	27.11	
教育程度	小学	14.64	10.09	24.56	0.63
	初中	14.36	11.20	25.56	
	高中	13.77	10.26	24.18	
	大学	13.60	9.73	23.33	
婚姻状况	有配偶	14.03	10.06	24.10	-1.32
	丧偶	14.41	11.17	25.59	

注: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$ 。

4.4.2. 老年人智能手机使用程度与孤独感水平的相关分析

将老年人智能手机使用和孤独感的总分做相关分析, 根据以往研究, 老年人的月收入 and 居住情况可能对其孤独感存在着一定的影响, 因此本研究将月收入和居住情况作为控制变量纳入分析。结果表明老年人智能手机使用与孤独感呈显著负相关($r = -0.14$, $p = 0.05$) (详见表 4)。

Table 3. Variance analysis of loneliness between the elderly smart phone using or not

表 3. 老年人智能手机使用与不用对孤独感的差异检验

	t	df	p
孤独感	-2.29	110	0.024
社交孤独感	-2.36	110	0.020
情感孤独感	-1.31	110	0.192

Table 4. Descriptive statistics and correlation analysis of variables

表 4. 各变量的描述统计与相关系数矩阵

变量	M	SD	1	2	3	4
1.收入	2.69	0.92	1			
2.居住情况	2.21	0.78	0.04	1		
3.老年人智能手机使用	2.66	1.92	0.47***	0.02	1	
4.孤独感	24.48	5.25	-0.09	0.02	-0.14*	1

注: M 为平均数, SD 为标准差, 收入和居住情况为虚拟变量, 无收入 = 1, 2000 元以下 = 2, 2001~5000 元 = 3, 5000 元以上 = 4; 居住情况同样为虚拟变量, 独自一人 = 1, 仅配偶 = 2, 子女一起 = 3, 仅孙代 = 4; $N = 107$; * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$ 。

5. 讨论

5.1. 老年人智能手机和孤独感的现状分析

本研究中发现老年人使用智能手机的情况较为普遍,与以往研究发现一致。具体而言,智能手机的便利让老年人尤其是在疫情期间这种生活受限的情况下逐渐开始接受智能手机,但同时值得注意的是随着年龄的增长,60岁老年人使用智能手机以及使用程度明显减少[24]。

前人研究表明,年龄越大的老年人,使用智能手机进行支付的可能性就越小[25]。虽然对于大多数老人来讲,智能手机同样都是新事物,但年龄越大,其机体功能和认知能力也会逐步下降,如在视力和听力两个方面有所障碍以至于影响老年人通过智能手机接受信息,以及在手指灵活度方面有所障碍以至于影响老年人操作智能手机,这几类老年人的智能手机使用频率就会相对来说更低一些。

另外,本研究发现,受教育程度越高,智能手机使用率以及使用程度更高。该结果与已有研究一致[26]。段世霞等人基于技术接受模型理论,通过研究发现受教育程度对于个人采纳新型技术的影响较大,老年人的受教育程度越高,接纳新型技术的可能性就越高,高学历的老年人有着更高的解读和接受能力,对于智能手机这种新型技术的接收和使用能力也会更强,相比学历较低的老年人会更容易地发现智能手机作为一项新型技术的有用性和易用性,进而有更高的接受准备,并进一步影响智能手机的使用。

本研究同时发现,不同婚姻状况的老年人智能手机使用也存在不同。具体而言,这与已有的研究结果相符合[27][28]。已有研究表明,无同居配偶的老年人更少使用智能手机,配偶陪伴在身边的老年人对于智能手机这一新技术也更多的持有乐观态度,来自配偶的支持和帮助也会让老年人减少对新技术的抗拒,更加容易接受智能手机。实际上自改革开放以来,我国大多数家庭结构不断变迁,根据家庭现代化理论,子女也开始有自己的家庭,在原生家庭之外成家立业,原生家庭便只剩下年迈的父母两人,在这种情况下,老人逐渐处于空巢状态,子女的支持不一定及时,那么来自配偶的支持就会显得更加重要,这时配偶的支持在老人的家庭支持中显得更为重要,配偶会为自己提供支持、促进社会交往,对于老年人的影响更大,是老年人获得社会支持的重要来源之一。因此有配偶的老年人是有着足够的支持去接受并使用智能手机的。

5.2. 老年人智能手机使用与孤独感

本研究发现使用智能手机的老年人,总体孤独感和社交孤独感水平明显更低,情感孤独感水平没有明显不同。该结果部分与前人研究相符,即老年人的总体孤独感与已有研究结果相似[14]。智能手机能够让老人接触到实时信息以及社交媒体上独有的社交网络,这种在虚拟空间中的社会参与感、社会互动能够通过作为社会支持来满足老年人的认知性需求、社交性需求和情感性需求等三种心理需求,但在本研究中智能手机的使用未能有效的支持老年人的情感性需求。这可能是由于本研究中,老年人智能手机使用功能的不够深入,只有老年人智能手机使用越深入,或者说使用的手机功能越多,老年人可以从外界获得信息的途径越多,越能让老年人足够融入诸如朋友圈这样的虚拟社交团体之中,建立起基于朋友圈内类似的共有价值观的集体归属感,在一定程度上弥补因远离现实他人而产生的情感孤独感。例如,研究发现老年人使用智能手机,通过公众号或者短视频平台选择自己感兴趣的内容或者对自己有价值的信息资源时,老年人的孤独感会比不使用这一功能的老年人孤独感更低[29]。

中老年人智能手机使用普遍。智能手机的使用在一定程度上造成了老年人孤独感水平的高低,进而对心理健康产生这重要影响。后续研究可以开发适用于老年人的智能手机或功能模块等视角,为当代老年人孤独感的干预提供了一条新的思路,让老年人其了解到最近发生的新闻等实时信息,并且让老年人有一个社交媒体的平台来与他人分享,通过满足老年人的心理需求感来降低其孤独感。另外一方面,尽

管老年人使用智能手机能够降低其孤独感,但也需要注意老年人的智能手机的具体功能以及日均使用时间:只有当老年人有使用微信等具备社交功能的软件的时候,老年人的孤独感才会显著降低;而日均使用时间过长,则会和年轻人一样形成手机依赖,从而使老年人的社交功能更加闭塞,使得孤独感显著增高。

6. 结论

综上所述,本研究探讨了老年人智能手机使用情况与孤独感水平之间的联系。研究结果发现:1) 老年人智能手机使用与否对孤独感造成的差异显著;2) 老年人智能手机使用对孤独感具有显著负向预测作用。其中,老年人智能手机使用对于社交孤独感也具有显著负向预测作用,但对于情感孤独感不存在显著预测作用。

基金项目

江汉大学大学生创新创业训练计划项目(项目名称:幽默感对老年人心理健康的影响,项目编号:2021yb073)。

参考文献

- [1] 国家统计局. 国家数据[EB/OL]. <https://data.stats.gov.cn/easyquery.htm?cn=C01>, 2022-05-10.
- [2] 杨玉婷. 城市社区空巢老人社会支持体系研究[D]: [硕士学位论文]. 苏州: 苏州大学, 2010.
- [3] 国家卫生健康委员会. 国家卫生健康委员会 2019 年 11 月 1 日专题新闻发布会文字实录[EB/OL]. <http://www.nhc.gov.cn/xcs/s7847/201911/b01a5ca22bef4570ab44605c12940f97.shtml>, 2022-05-11.
- [4] 中国人民大学. 中国老年社会追踪调查评估[EB/OL]. <http://class.ruc.edu.cn/>, 2022-03-08.
- [5] Bassuk, S.S. (1999) Social Disengagement and Incident Cognitive Decline in Community-Dwelling Elderly Persons. *Annals of Internal Medicine*, **131**, 165-173. <https://doi.org/10.7326/0003-4819-131-3-199908030-00002>
- [6] Uchino, B.N. (2006) Social Support and Health: A Review of Physiological Processes Potentially Underlying Links to Disease Outcomes. *Journal of Behavioral Medicine*, **29**, 377-387. <https://doi.org/10.1007/s10865-006-9056-5>
- [7] Heffner, K.L., Waring, M.E., Roberts, M.B., Eaton, C.B. and Granling, R. (2011) Social Isolation, C-Reactive Protein, and Coronary Heart Disease Mortality among Community-Dwelling Adults. *Social Science & Medicine*, **72**, 1482-1488. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2011.03.016>
- [8] 王红. 中国老年人主观幸福感研究: 缘起、现状与方向[J]. 西北人口, 2015, 36(1): 62-66.
- [9] 吴捷. 老年人社会支持、孤独感与主观幸福感的关系[J]. 心理科学, 2008(4): 984-986+1004.
- [10] 罗茜. 城市空巢老人的孤独感及其团体辅导干预研究[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 重庆师范大学, 2012.
- [11] 谢颖, 赵庆华, 肖明朝, 等. 社区老年人孤独感、社会隔离现状及影响因素分析[J]. 护士进修杂志, 2021, 36(9): 769-774.
- [12] 中国互联网络信息中心[EB/OL]. <http://www.cnnic.net.cn/n4/2022/0401/c88-1131.html>, 2022-02-27.
- [13] 黄嘉鑫, 王树青, 井玉汝. 触屏时代网络同一性实验对大学生自我认同的影响机制[J]. 山东青年政治学院学报, 2021, 37(5): 29-35.
- [14] 田昌琴. 老年人互联网使用及其与孤独感、生活满意度和主观幸福感的关系[D]: [硕士学位论文]. 芜湖: 皖南医学院, 2021.
- [15] 高兰英, 易梦媛. 城市老年群体媒介使用与满足实证研究——以抖音为例[J]. 传媒论坛, 2021, 4(21): 16-18.
- [16] 赵建国, 刘子琼. 互联网使用对老年人健康的影响[J]. 中国人口科学, 2020(5): 14-26+126.
- [17] 徐旭. 互联网对老年人继续社会化的影响[D]: [硕士学位论文]. 大连: 东北财经大学, 2013.
- [18] 中华人民共和国老年人权益保障法[J]. 中华人民共和国全国人民代表大会常务委员会公报, 2015(3): 503-515.
- [19] 《中老年互联网生活研究报告》发布[EB/OL]. http://www.cass.net.cn/keyandongtai/baokanchuban/201803/t20180326_3887425.shtml, 2022-03-08.

-
- [20] 骆思钊, 蔡笑岳. 孤独感的心理测量及其问题[J]. 中国健康心理学杂志, 2014, 22(3): 476-479.
- [21] 艾娟, 张敏. 老年人孤独、自杀态度以及依恋风格的关系研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2012, 20(6): 830-833.
- [22] Routasalo, P.E., Tilvis, R.S., Kautianinen, H. and Pitkala, K.H. (2010) Effects of Psychosocial Group Rehabilitation on Social Functioning, Loneliness and Well-Being of Lonely, Older People: Randomized Controlled Trial. *Journal of Advanced Nursing*, **65**, 297-305. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2008.04837.x>
- [23] 周浩, 龙立荣. 共同方法偏差的统计检验与控制方法[J]. 心理科学进展, 2004(6): 942-950.
- [24] 卢劲草. 农村老年人智能手机使用差异化行为研究——以河南省某村为例[J]. 情报探索, 2022(6): 100-106.
- [25] 王萍. 新媒体使用对老年人生活质量的影响[J]. 理论界, 2010(10): 186-188.
- [26] 段世霞, 袁姍花. 微信支付消费者使用意愿影响因素实证分析——基于 UTAUT 和 SEM 理论[J]. 企业经济, 2017, 36(6): 29-36.
- [27] 徐越, 韵卓敏, 王婧媛, 等. 智能化背景下, 老年人数字鸿沟的影响因素及其形成过程分析[J]. 智能计算机与应用, 2020, 10(2): 75-82.
- [28] 卞琦. 新冠疫情期间老年人健康码使用的影响因素[D]: [硕士学位论文]. 大连: 大连理工大学, 2021.
- [29] Fung, C., Hung, L.C. and Vasilis, S. (2018) The Concurrent Validity of the Internet Addiction Test (IAT) and the Mobile Phone Dependence Questionnaire (MPDQ). *PLOS ONE*, **13**, e0197562. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0197562>