

基于年龄建构的老化心理 ——一项深度访谈研究报告*

刘甜芳¹ 杨莉萍^{**2}

(¹岭南师范学院法政学院, 湛江, 524048) (²南京师范大学心理学院, 南京, 210097)

摘要 为考察年龄建构的老化心理, 采用质化深度访谈法收集资料, 使用扎根理论资料分析法分析资料, 结果发现, 年龄建构了“增龄即老化”以及拒老、服老、怯老、终老等老化心理。老年人先以“不老之心”抵抗生理性老化; 后屈服于并认可“落伍者”和退休者的老年身份; 再因老年病的常态化对成为“累赘”和“负担”感到担忧; 最后在恐惧和无奈中向人生告别。研究评估了结果的描述型、解释型和评价型效度, 分别为 5、4.77、4.38 分。

关键词 年龄 老化 老化心理 社会建构

1 问题提出

老化是年龄增长过程中的老化, 必受年龄的制约。老化必然发生在一定的时序区间里(陈运星, 2012)。个体步入老年开始老化, 首先表明个体经历了一段相对漫长的物理时间(黄哲, 2012)。当问及“人因为什么老化时”, 最直接的回答是“岁数大了自然就老了”, 因为年龄指示着身心机能衰退的程度。尽管生物学、社会学、心理学都对老化的原因给出了解释, 将老化归因于增龄似乎最容易为人们理解。人同世界万物一样均处于时间进程之中, 无不受着时间行进路径的制约。由出生、成长与壮大、老化组成的倒 U 型曲线描绘了一切生命的运动轨迹。我们可观察到一些寿命较短的生物呈现出倒 U 型曲线的一生。有种菌类早上出生, 上午成长, 中午达到生命巅峰, 下午逐渐衰弱, 入夜则死。周围年长者的一生也启示我们, 任何人的一生无不复制了倒 U 型的生命轨迹。此倒 U 型的生命历程呈单向、不可逆的线性运行, 显然是受年龄制约的生命历程。在其中, 视老化为从倒 U 型的顶点至生命结束这段呈下降趋势的曲线, 与我们对老年的形容“走下坡路了”“午后的太阳不再火辣”颇有异曲同工之妙。人步入老年开始老化, 老化程度随年龄增长而增高直到个体生命终结, 这一行进进程同年龄一

样单向、不可逆、客观、必然。可以看出, 年龄是参与建构老化心理的一股重要力量。为此, 本研究旨在探究基于年龄建构的老化心理。

2 方法

2.1 抽样

综合采取了网络抽样、滚雪球抽样和机遇式抽样三种抽样策略。综合考虑老年人在性别、年龄、健康状况、(退休前)职业、教育程度、婚姻状况、儿女数量和居住情况方面的差异, 共选择了 12 名受访对象(出于隐私保护, 受访人名均为化名)。样本年龄 60~95 岁, 均能与研究者交谈。

在对第 11 位(方芳)和第 12 位(刘刚)参与者访谈后, 经分析发现, 他们所提供的资料已被之前收集的访谈资料所包含, 没有新的信息加入, 据此判断收集的信息已达到饱和, 遂停止抽样。采用 Nvivo10.0 软件中的聚类分析(cluster analysis)对比 12 位受访者访谈资料的编码相似性(coding similarity), 结果发现, 相似性最高的为刘刚与孙德, Jaccard 系数达 16%, 其次是刘刚与坚毅(12.5%), 再次是方芳与穿越(12.4%), 第四是刘刚与郭恩(11.1%), 其余两两之间的在 0 到 10.6% 之间。最后一位受访者刘刚的访谈资料与孙德、坚毅、郭恩的编码相似性较高, 最高近 16%。这意味着刘刚

* 本研究得到岭南师范学院人文社科研究博士专项“基于社会建构论的老化心理研究”基金项目(ZW1901)的资助。

** 通讯作者: 杨莉萍。E-mail: lpy2908@163.com

DOI:10.16719/j.cnki.1671-6981.20180527

的访谈资料新增的信息小于 16%，可停止抽样。

2.2 收集资料

对受访者泉水和莎莎分别进行了 3 次访谈，每次访谈时间约 1.5 小时；对其余受访者分别进行了 2 次访谈，每次访谈时间约 1~2.5 小时。所有访谈时间共计约 40 小时，录音转录的文本字数约 36.5 万。另外，出于联系的方便，研究者建了一个 QQ 群，邀请通过网络获取的老年人加入。将通过网络获取资料的方式作为访谈法的补充。网络获取的资料内容由 QQ 软件自动记录保存。记录时间始于 2013 年 11 月 24 日，截止至 2015 年 10 月 27 日。文本字数共计 3.2 万。

2.3 整理与分析资料

对资料的分析采用了扎根理论分析的方法，借助质化资料分析软件 Nvivo10.0 实现。将所有资料导入软件 Nvivo10.0，分析的具体程序如下：（1）开放式编码（open coding）。采用 Nvivo 软件里的编码功能，完成对每一份原始资料的开放式编码。对代码的命名尽量采用老年人使用的术语，以保留资料的原始意义，即活体代码。开放式编码生成的编码节点共 294 个，编码参考点共 794 个。（2）主轴式编码（axial coding）。在 Nvivo 软件的 Nodes 板块中，将开放式编码中的 294 个编码节点按照其意义的相似性进行合并、归类，完成主轴式编码。合并归类后形成的类别即为二级节点，其所包含的

表 1 主轴式编码生成的节点数与参考点数

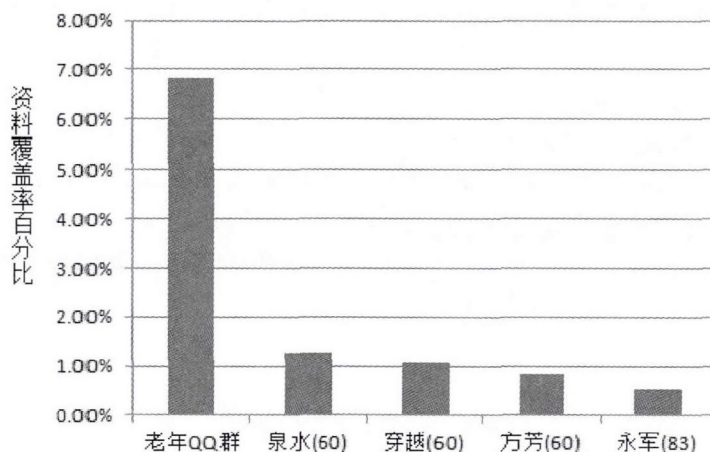
序号	二级编码节点	一级编码节点数	编码参考点数	序号	二级编码节点	一级编码节点数	编码参考点数
1	担心拖累家庭	48	121	11	活在当下	8	36
2	弥补缺憾	45	136	12	落伍了	8	30
3	人老心不老	33	83	13	其它*	7	25
4	不行了	29	58	14	死亡等于虚无	7	12
5	健康就是能给家庭做贡献	22	83	15	老化是必然	5	19
6	该死了	19	22	16	活着还是死去的选择	5	11
7	得病意味着依赖	18	37	17	恐惧死亡	2	5
8	该退了	15	39	18	增龄意味着下台阶	1	4
9	身体决定一切	12	39	19	老年患病是常态	1	1
10	老化征	9	33		合计	294	794

注：二级编码节点“其它”包括“姐姐死于肺结核”“面对归途淡然对待”“名人贡献大值得铭记”“怕老没用”“得到组织的优待”“信仰党”“一切听党的”共 7 个一级编码节点，无法归类到其余 18 个二级编码节点中，故另列此一个二级编码节点。

编码节点为一级节点。主轴式编码生成的二级节点共 19 个，见表 1。

（3）选择式编码（selective coding）。根据 18 个二级编码节点，结合 12 位受访者的年龄，研究者发现，不同年龄的老人表现出不一样的老化心理，如穿越、方芳、泉水、周梅这些年龄较小的老年人

表现出对老化的抗争，而如莎莎这样的高龄老人则完全认同自身的老化且频繁思索死亡问题；所有受访者一致认同人的老、病、死是必然的、不可避免的，而且认定罹患重症为“真正”年老的最明显、最确切的标志。据此，研究以抗老、服老、罹病、死亡为分界点，将伴随年龄增长出现的老化心理分



注：横轴中受访者化名旁括号内数字指受访者的年龄，下同。

表2 选择式编码生成的节点数与参考点数

三级编码节点	二级编码节点	一级编码节点数	编码参考点数
增龄即老化	老化是必然 增龄意味着下台阶	6	23
拒老	老化征 人老心不老 弥补缺憾 活在当下	95	288
服老	不行了 落伍了 该退了 身体决定一切	64	166
怯老	老年患病是常态 得病意味着依赖 担心拖累家庭 健康就是能给家庭做贡献	89	242
终老	该死了 死亡等于虚无 恐惧死亡 活着还是死去的选择	33	50
合计		287	769

为四种，分别命名为拒老、服老、怯老、终老。在Nvivo软件的Nodes板块中，将主轴式编码获得的二级编码节点分别归入这四类，形成三级编码节点；其中，表1里序号15和18两个二级编码节点无法划归以上四类，生成一个三级编码节点，命名为“增龄即老化”；二级编码节点“其它”中的一级编码节点无法归类到以上二级和三级编码节点中，故选择放弃。选择式生成的编码结果见表2。

2.4 结果的效度检验

检验结果效度的方法采用参与者检验法。研究邀请了所有参与者对研究结果进行检验性阅读，并就描述型、解释型和评价型效度作出评估。描述型效度：本研究对年龄建构的老化心理的描述是否真实可靠？解释型效度：本研究对年龄建构的老化心理的分析解释是否恰当合理？评价型效度：本研究

对老年人心理与行为的评价是否得当？检验采取5级评分，从1分“低”到5分“高”。结果显示，三种效度的平均数分别为5、4.77、4.38分。

3 结果与讨论

3.1 增龄即老化：老化是必然且呈“台阶式”下降

三级编码节点“增龄即老化”包括“老化是必然”和“增龄意味着下台阶”2个二级编码节点，资料来源于泉水、穿越、永军、方芳4位受访者和老年QQ群，其中提供资料最多的为老年QQ群，资料覆盖率达6.84%，4位受访者提供的资料覆盖率在0.54%~1.28%之间，见图1。

在老年人看来，增龄等同于老化，老化是个体伴随年龄增长必然发生的现象，此必然性表现为呈“台阶式”的下降趋势。老年人将这种必然性形容

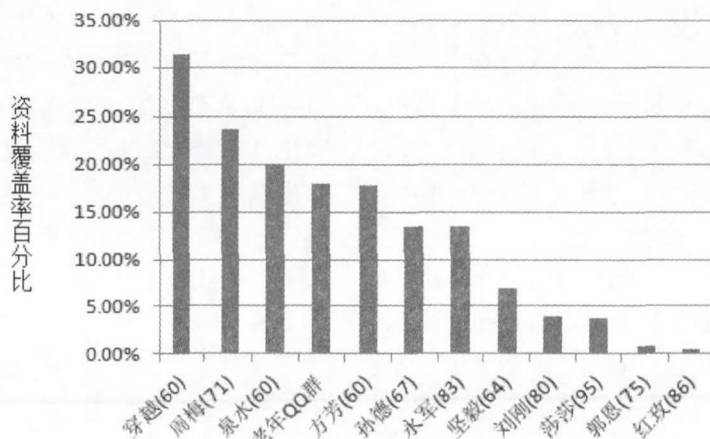


图2 “拒老”的资料覆盖率

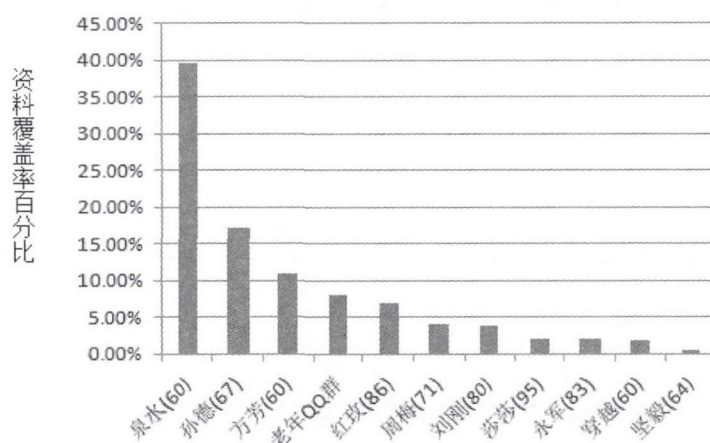


图3 “服老”的资料覆盖率

为“不可扭转的”“谁也阻挡不了的”“改变不了的”。泉水认为年龄与老化“只会成正比,不可能成反比”,穿越也有类似的描述:“像我们过了六十岁逐渐往老的年龄走,不可能越活越年轻。”这是典型的绝对老化观,它视老化为伴随年龄增长出现的不可避免的客观规律。现代时间观是直线矢量时间,年龄作为生命时间的一种计量呈线性匀速上升,增龄中的老化因此也成为不可逆的“必然规律”。人的老化是必然的,又是分阶段的。如方芳所言:“人50岁就到了一个台阶,一个一个台阶下了……走下坡路了……现在(60岁)又下一个台阶了”。人在老年这个“下山”过程中对老化的不同认知和体验也可划分为数个阶段。

通过对资料进行自下而上的路径分析发现,老年人伴随年龄增长出现拒老、服老、怯老、终老四个阶段的老化心理。

3.2 拒老:以“不老之心”抵抗生理性老化

三级编码节点“拒老”包括“老化征”“人老心不老”“弥补遗憾”和“活在当下”4个二级编码节点,资料来源于11位受访者和老年QQ群,其中谈及该主题最多的为受访者穿越,资料覆盖率达31.38%,其次是周梅、泉水、老年QQ群和方芳,资料覆盖率在23.68%~17.81%之间,其余的资料覆盖率在13.48%~0.58%之间,见图2。可以看出,“拒老”的资料主要由初入老年期的老年人提供,高龄老人如红玫、莎莎对这方面的关注较少。

拒老心理通常出现在老年初期,这时个体进入老年期不久,尽管他们也承认身体形态上显露出了种种老化征状,但心理并不“服老”。资料中涉及老化征的有“老态”“视力弱化”“记性差”“反

应迟钝”“精力下降”“行动迟缓”等。这些老化征可大致归为外貌形态(如“背驼腰弓”“满面皱纹/斑点”)和身心功能(如“眼睛不争气了”“腿脚不灵”)两类。这些老化特征给老人尤其是老年女性以衰老的自我暗示,使其意识到自身开始老化。他们尽管意识到不断袭来的种种老化征,但由于老化并未带来过于严重的后果,故而他们并不因此而“服老”。相反,他们表现出的是“拒老”。

老年人区分出心理年龄和生理年龄,以此抗拒老化。受访者们对生理年龄和心理年龄的区分是为说明老化与年龄的异步性,如“不一定年龄大的就是老人了”“老人没法定格,有的人未老心先老了,有的人老心不老”。在“人老心不老”这个短语中,“人”主要指生理或身体,“心”主要是指老化心理。此短语的重心在后者,强调“心态好人就不老”,老化心理具有重塑性。因此,年龄所制约的是生理性老化,而不是老化心理。

3.3 服老:认同和接受老年身份

三级编码节点“服老”包括“不行了”“落伍了”“该退了”和“身体决定一切”4个二级编码节点,资料来源于11位受访者和老年QQ群,其中谈及该主题最多的受访者是泉水,资料覆盖率达39.54%,其余资料来源的资料覆盖率在17.07%~0.54%之间,见图3。受访者泉水认为自己正处于从拒老阶段到服老阶段的过渡中,一方面跟年轻人相比感觉自己“还行”,另一方面跟自己过去相比的确“不如当年”,深刻体会到孙德所说的“年龄不饶人”这种感觉。

这一时期的老年人通过今昔对比确实体验到种种“不行了”,体现在,一是体验到“落伍”感。老年人常形容自己为“跟不上时代”的落伍者,“停

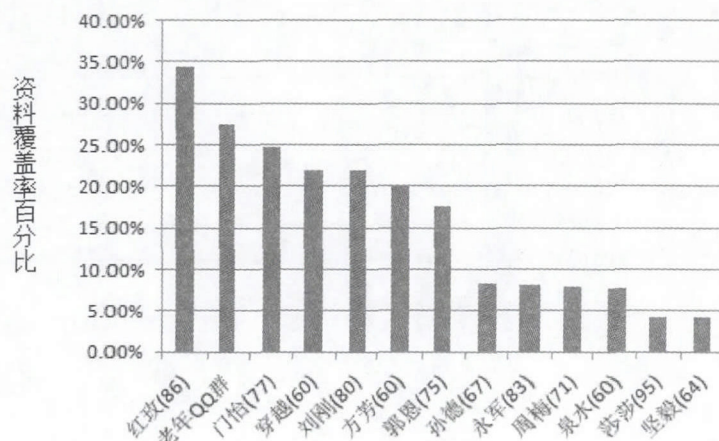


图4 “怯老”的资料覆盖率

滞不前”，“跟不上变化”，而且“不可能跟上时代的发展”。这种“落伍感”映射到个人心理便是无价值感、自卑感、悲观与无奈。如泉水所说，既然“干不了事了”“没用了”“（报）废了”，遭“嫌弃”“偏见”，就应该“被淘汰”，应该远离这个社会，不能“寄生”于此。孙德对此有个绝佳的比喻：

“老年人就是一本无人翻动的、一本过时了的书！”他们深刻地体会到，属于自己的世界已尘封史册，自己已退出历史舞台，未来不属于也不包括他们。由于年龄的增长，人自然步入老年，自然落伍，自然被淘汰、被丢弃，社会时间表在时间上为老年人建立了一个合法化的“异域”——一个被抛弃的、被异化的空间，一个无用之物（无用之人）的收容所。

二是将退休建构为一个不断“丧失”的过程。“丧失”包括社会活动范围窄化、社会角色丧失、人脉关系锐减、身心功能衰退等。其中，最为关键的“丧失”是工作权的丧失。泉水将退休喻为“刹车了”“停车了”，暗指职位没有升职空间，专业没有发展空间。退休事件令泉水体验颇深的是社会排斥感——“（曾经）整天是在社会大范围内生活，自己是其中一份子……退休了，一切就不存在了”。退休者被排斥在“工作圈”之外，随之而来的是权力、身份、角色的转变，“局内人”变成了“局外人”，原来的参与者变成了无关的、不重要的“第三者”“旁观者”。这种“旁观者”身份反过来又强化老年人自身无能意识。如红玫所说：“退休了成了废人一个”。

无论是落伍还是退休，老年人都归因于生理方面的衰老。泉水认为生理状况是退休的先决条件。也有研究指出“吃不消”“力不从心”是该退的时候（李琴，彭浩然，2015）。McGarry（2004）的研

究发现，意愿退休年龄的变化取决于健康状况。老年人既然不如年轻人，那么退出工作岗位，将职位留给更“能干”的年轻人便是理所当然。对于老年人标定的种种“不行”，他们总能在生理方面找到原因，习惯性地归因于自身的“无能”。

3.4 怯老：对失能不断加剧的担忧

三级编码节点“怯老”包括“老年患病是常态”“得病意味着依赖”“担心拖累家庭”和“健康就是能给家庭做贡献”4个二级编码节点，资料来源于所有受访者和老年QQ群，其中谈及该主题最多的为受访者红玫，资料覆盖率达34.30%，其次是老年QQ群（27.43%），再次是门怡（24.76%），其余的资料覆盖率在22.00%~4.23%之间，见图4。结合受访者的基本信息，红玫和门怡正受着病痛的折磨，疾病问题是她们目前关注的焦点。老年QQ群中的老年人也比较热衷于讨论疾病问题，分享应对疾病、保持健康的信息和资源。

基于生理性老化的必然客观性，老年患病往往被视作“理所当然”，还被建构为对他人、对家庭、对社会的依赖。既然身体的衰老不可避免，那么躯体疾病的出现也就自然而然，是再“正常”不过的事情。泉水的“身体机器比喻”是将老年患病常态化的一个典型例子。老年患病尤其是罹患重症，意味着生活自理能力丧失，要依赖他人。用泉水的一个词来形容就是“寄生”——老年人不仅是现代社会的依赖者，还是消耗者，耗竭国家财政，加重家庭负担，成为社会和家人的“包袱”和“累赘”。事实上，老年病者常常被摆在社会负担的层面来看待（陈运星，2012）。在（当今的）老人青壮年时所处的那个社会，“工作业绩和成就”是衡量个人

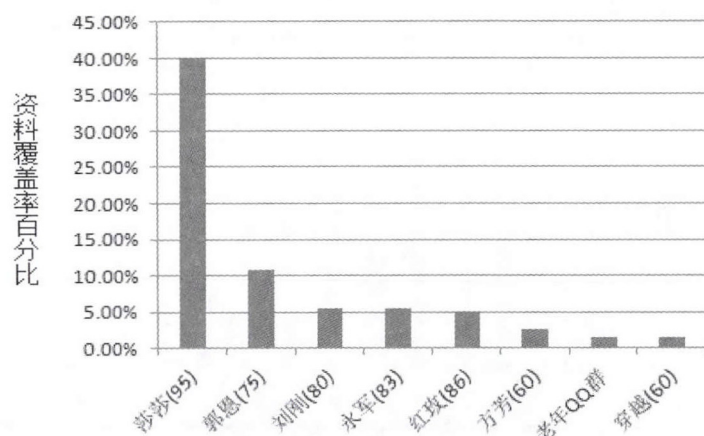


图5 “终老”的资料覆盖率

价值的唯一标尺, 个人的唯一价值就是为社会、为集体“做贡献”。在那个时代, “做贡献”是彰显个人价值, 取得社会认可, 斩获权力、声望、财富的主要乃至唯一路径。在一直恪守着“做贡献”传统的这一代人看来, 老年患病无疑是一重重的打击: 一方面, 退休进入老年后, 个人丧失了工作这一为社会“做贡献”的机会, 其为主流社会所珍视的个人能力和价值一并遭否; 另一方面, 老年人领取退休金被等同于“消耗”国家国库, 患病治疗发生高昂的医药费用支出对此更是雪上加霜。如此, 老年患者尤其是重症患者则被污名化为社会的“负担”和“累赘”。他们甚至说自己的命“不值钱”, 病也“不值得治”。

3.5 终老: 在恐惧和无奈中向人生告别

三级编码节点“终老”包括“该死了”“死亡等于虚无”“恐惧死亡”和“活着还是死去的选择”4个二级编码节点, 资料来源于7位受访者和老年QQ群, 其中谈及该主题最多的为受访者莎莎, 资料覆盖率达40.04%, 其余的资料覆盖率在10.83%~1.40%之间, 见图5。莎莎是12位受访者中年龄最长的一位, 死亡问题对于像她这样接近百岁的老人而言显然是生活中最为重要的事情。受访者郭恩尽管年纪不算高, 但由于老伴去世, 死亡问题也成为其关注的焦点。

处于终老阶段的老年人认为自己行将就木, 该入冢宅了。受访者形容为“见马克思”“回老家”。永军认为此阶段老人的任务就是死亡, 他认为“老而不死是为贼”——“老而不死带来负面影响: 吃粮食不做事, 浪费粮食, 占用资源, 增加医院、养老院的负担, 活着多亏了……”既然老人无用, 于社会、家庭无所贡献, 活着还“抢占”“浪费”社

会资源, 这样的人便毫无生存的意义, “该死”便是理所当然。不少人说: “死是老人的天职(duty to die)” (Lebovits, 2011)。

老年人对死亡产生恐惧心理, 但更多的是对眼下生存现状的无奈。死亡既被勾画为机体老化的必然结果, 必将降至每一生命个体, 首先便是老年人, 因为其机体已经磨损、老化。受访者将身体的老化视作“不安全事件”。面对死亡的必然性和不可控性, 人死即彻底消亡, 老年人对死亡唯有恐惧。老年人的“无奈”表现为对生与死的无奈。他们徘徊在生与死之间, 不知是应该活着还是趁早解脱。在他们看来, 活着已完全丧失了“意义”。如莎莎所言: “现在每天的生活就是吃饭、睡觉、看电视、唠唠嗑……没什么意思了。”于是, “只能混一天算一天了”。这种得过且过的生活态度影射出老年人空虚的现在。

但当谈及死亡的时候, 受访者们又表示心有不甘。他们经历过“吃不饱肚子”的艰苦生活, 深刻体会到现代的物产丰富、无所不有。然而遗憾的是, 由于身心的退化而无法享尽现有生活的美好。在这样的矛盾中, 老年人表现出来的是对生命的留恋和对死亡的担忧。“现在日子这么好, 谁愿意老, 愿意死啊!” (永军) 他们在自身经历的今福昔苦的对比中叹息年华消逝, 无命消受今之福乐, 体验到遗憾和无奈, 故不甘心死去。而且, 己之死意味着将痛留给活着的家人。如穿越表示: “……自己死了是好了, 痛就留给了老伴, 留给了子女”。这是为什么有些老人即使活着“毫无意义”也不会选择死亡, 他们为保全他人或家族的体面宁愿“混吃等死”。遗憾的是, 诸如这样的意义却往往被人忽视或遭到蔑视。老年人对生死两难的无奈, 实际上是对此种生活的意义不受重视、不被认可的无奈。生

丧失意义，死又愧于家人，于是他们就只能“活一天算一天”，“等死”成为老年生活的一种常态。

4 结论

年龄建构了“增龄即老化”以及拒老、服老、怯老、终老等老化心理。老年初期老化征明显增加，但老年人以“不老之心”抵抗生理性老化；随着年纪增大，老年人屈服于生理性老化对老化心理的决定作用，逐渐认可自己作为“落伍者”和退休者的老年身份；再随着各种老年病的常态化，老年人对于因失能加剧而成为社会的“累赘”和儿女的“负担”感到担忧；继而受“老之不死是为贼”的传统观念影响，老年人在恐惧和无奈中向人生告别。

老年通常被看作一个无趣、无价值、失能、疾病、无意义、丧失的时期，研究通过分析年龄建构的老化心理，重点突出老化心理的建构性，促使人们积极地建构老化心理。

参考文献

- 陈运星. (2012). 老化：身心灵相互关系的思维. *屏東教育大学学报 (人文社会类)*, 39, 31-56.
- 黄哲. (2012). 老年、老化与老龄化的概念辨析. *内蒙古民族大学学报 (社会科学版)*, 38(3), 119-124.
- 李琴, 彭浩然. (2015). 谁更愿意延迟退休? ——中国城镇中老年人延迟退休意愿的影响因素分析. *公共管理学报*, 12(2), 119-128, 158.
- Lebovits, S. C. (2011). Gullette, an anti-ageism pioneer, speaks out. Retrieved January 28th, 2016, from <http://www.brandeis.edu/now/2011/july/gullette.html>
- McGarry, K. (2004). Health and Retirement: Do changes in health affect retirement expectations? *The Journal of Human Resources*, 39(3), 624-648.

Growing Old: Socially Constructed by Age

Liu Tianfang¹, Yang Liping²

(¹Department of Law and Politics, Lingnan Normal University, Zhanjiang, 524048)

(²School of Psychology, Nanjing Normal University, Nanjing, 210097)

Abstract As the aging society continues to affect our lives, issues and theories regarding aging warrant critical attention. Aging or ageing is the process of becoming older. Growing old or subjective aging refers to how people experience during their aging process, including cognitive judgments, emotional reactions, and the like. It is a common knowledge that a human being is definitely growing old when his or her age continuously rises, whereas we seemingly barely know what kind of experiences and reactions we would have while we are aging. Hence, the current study is to investigate how the old respond to his or her own aging process.

With this aim, a qualitative study was employed to explore the experience of growing old for people over 60 years old. The study conducted semi-structured interviews with 12 older informants. The author interviewed the participants one by one in their house or in the nursing home for at least two 60~120 minutes sessions. Two of them were done for 3 sessions. All records were transcribed into texts and then were imported into Nvivo 10.0 where the texts were analyzed based on phenomenological analysis and grounded theory. 294 primary nodes and 794 references were generated by open coding, and then they were classified into 19 secondary nodes by axial coding; By selective coding, 18 secondary nodes, consisting of 287 primary nodes and 769 references, were finally selected and then were categorized into 5 tertiary nodes. Describable validity, interpretive validity and commentative validity of the results were 5, 4.77, 4.38 respectively. Theory and reflexivity validation were as means of validating the results, as well.

Results demonstrated that the process of the age accumulation was equal to the process of growing old. During this process, four mental states of aging, including denial, acceptance, anxiety and sorrow, were constructed by the age. When crossing the boundary of old age, in spite of physical and mental decline, the old fought against being aged by distinguishing chronological age and subjective age; While getting a little older, they clung to the inevitable senescence and thus accepted their identity of a laggard and a retiree; At the onset of an acceleration of aging process and with the emergence of age-related diseases and chronic illnesses, the aged with physical or mental disability worried the burden of caring falling on their adult children; As approaching to the end of their life, fear of death and “duty to die” had been frustrating the aged who surely believed in eternal oblivion rather than the afterlife once the death happened.

Results above lead to a conclusion that growing old is a progressive stagewise process based on age, consisting of denial, acceptance, anxiety and sorrow.

The idea of equating age growth with growing old is socially constructed. There are alternative descriptions of the process of age growth: aging is not declining, and death does not indicate the destruction of one's self. Therefore, the elder should be encouraged to create a positive old age by using available resources. At the same time, the sense of ageless need to be generated, and, of course, to be disseminated.

Key words age, aging, growing old, social construction