

积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化研究

曾莲花¹ 施艇艇²

1. 上海市徐汇区枫林街道社区卫生服务中心 上海 200030

2. 上海市宝山区高境社区卫生服务中心 上海 200439

摘要:目的: 分析积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化效果。方法: 常规组: 时间: 2021年11月至2022年11月; $n = 30$; 为其提供常规心理健康服务; 研究组: 时间: 2022年12月至2023年12月; $n = 30$; 为其提供积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化; 对比两组患者的差异性。结果: 研究组老年人的生活质量、心理状况、各项问题解决能力等改善效果更佳 ($p < 0.05$)。结论: 积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化对于老年人而言, 对其生活质量和各项问题解决能力具有积极地改善作用, 并且能够纠正老年人的心理状况。

关键词: 积极老龄化视域; 社区; 老年人; 心理健康服务; 路径优化

当前, 老年人的心理健康问题备受大众的关注, 在当下的积极老龄化背景下, 国内诸多研究对环境提出的要求越来越多, 相对于忽视了对社区老年人心理健康的研究, 导致后续研究的跟进效果、力度等方面存在一定的缺陷^[1]。当老年人处于不同情景下, 在多种因素的影响下, 会导致老年人出现不同程度的心理健康问题, 例如: 身体情况、经济情况等^[2]。所以, 应对社区老年人心理健康情况围绕积极老龄化的视角进行分析, 充分发挥社区养老的优势性, 营造良好的养老氛围和环境, 帮助老年人安享晚年。因此, 本文深入研究积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化效果, 现做出如下报告。

1 资料与方法

1.1 一般资料

常规组: 时间: 2021年11月至2022年11月; $n = 30$; 为其提供常规心理健康服务; 研究组: 时间: 2022年12月至2023年12月; $n = 30$; 为其提供积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化。前组: 男/女: 15/15; 年龄: 65~86岁, 均值 (75.56 ± 1.04) 岁。后组: 男/女: 16/14; 年龄: 66~85岁, 均值 (75.21 ± 1.11) 岁。两组老年人的资料对比无意义 ($p > 0.05$)。

纳入标准: (1) 具有良好的沟通能力者; (2) 资料完整者; (3) 老年人及其家属均知晓本次研究, 并自愿加入研究。

排除标准: (1) 依从性欠佳者; (2) 精神障碍者; (3) 恶性肿瘤者。

1.2 方法

1.2.1 常规组

为常规组老年人提供常规心理健康服务, 关注老年人的心理健康问题, 并积极给予其疏导和安抚。同时,

对老年人提供健康宣教指导, 为其介绍老年人常见的心理问题, 并告知其保持良好心态的重要性和优势等。定期组织老年人、家属等成员参与讲座, 为其介绍家人陪伴对老年人心理健康的积极影响。

1.2.2 研究组

(1) 完善社区老年心理健康服务: 工作人员需要整理过往制定的各项硬性服务指标评估, 并将其进行弱化处理, 同时增强服务的人性化特点, 从而提升对老年人施以服务的效果和质量。社区内相关服务的工作人员在对老年人提供心理健康教育期间, 需要保持良好的责任心和意识, 并坚持循序渐进的原则开展。在进行服务期间, 需要采用具有专业性的评估手段, 确保能够完善服务计划, 并且需要注意服务计划的针对性、特异性, 避免片面、单一地完成对老年人的服务。同时, 了解老年人的需求, 并完善社区内的相关活动和平台, 鼓励老年人积极参与到各项活动中, 从而丰富老年群体的文化需求、心理需求。在进行活动期间, 指导老年人应与其他人多接触、沟通, 从而提高老年人的社交能力, 满足老年人的自我增值基本需求。外延妥善的服务, 确保能够为其提供更贴心、便捷的服务。(2) 建立档案: 工作人员应对老年人的心理健康情况、需求等进行多方面的评估, 并利用多种方式在社区内实施具有全面性、个性化的心理状况和诉求。对老年人是否存在潜在的心理问题和不良行为应加以识别, 并为其建立完善的档案, 便于工作人员掌握老年人各项情况的变化, 为社区开展对老年人的心理健康服务提供依据。依照社区老年人的心理档案袋, 分析老年人身心状态情况, 并给予其针对性、个体性的疏导与教育。同时, 明确各老年人身心情况的差异性, 并引入个体化、综合性的指导方案, 从而改善

老年人的不良心态,提升老年人对问题的解决能力。例如:存在社会支持不良者,会使老年人的身心健康受到严重的损害,应积极调动老年人的社会应激度、心理应激度以及躯体应激度等,使老年人可以充分得到社会性的认同与支持,从而将其老年人的不良情绪,例如:孤独感、失落感,维护老年人的心理健康。(3)调动社会资源:应调动政府、医疗机构等积极参与到对老年人的心理健康服务中,从而改善老年人的心态、心理等,使其能够处于舒适的状态。首先,对老年人应予以定期探访,确保能够了解老年人的实际状态,使老年人获得被关心的感受,提升老年人的信任感。而且,还需要为老年人提供更多的服务,例如:心理干预、诊治服务等,使老年人的生活可以得到保障。

1.3 观察指标

1.3.1 两组老年人的生活质量对比

根据QOL-30评分量表,对老年人干预前后生活质量进行比较分析,量表包含:心理功能、躯体功能、认知功能以及社会功能,该量表满分为100分,评价分数越

高,表示老年人的生活质量越好。

1.3.2 两组老年人各项问题解决评分对比

详细分析老年人各项问题的解决能力情况,其中包括:解决问题、求助、幻想、自责、退避、合理化等维度,分值越高代表老年人解决问题的能力越佳。

1.3.3 两组老年人的心理状况对比

SAS评分标准:包括20个条目,采用4级评分标准,标准分为将20个项目得分相加,乘以1.25以后取整数部分得出,50-59分为轻度焦虑,60-69分为中度焦虑,70分以上为重度焦虑。SDS评分标准:临界值为53分,其中轻度抑郁53至62分,中度抑郁63至72分,重度抑郁73分以上。

1.4 统计学分析方法

采用SPSS 22.0处理相关数据资料, t 和 χ^2 检验组间数据,标准差%表示计量资料、计数资料, $P < 0.05$ 为有统计学意义。

2 结果

2.1 两组老年人的生活质量对比

研究组老年人的生活质量更佳($p < 0.05$),表1。

表1 两组老年人的生活质量对比($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	心理功能		躯体功能		认知功能		社会功能	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	30	58.96±1.06	98.56±0.05	48.52±1.36	97.52±1.03	44.56±1.36	95.23±1.54	58.66±1.36	95.66±0.25
常规组	30	58.99±1.05	90.52±1.25	48.55±1.33	91.55±1.63	44.55±1.35	92.66±1.06	58.42±1.65	92.66±0.24
t 值		0.110	35.201	0.086	16.958	0.028	7.529	0.614	47.414
P 值		0.912	0.000	0.931	0.000	0.977	0.000	0.541	0.000

2.2 两组老年人各项问题解决评分对比

研究组老年人解决问题的评分更佳($p < 0.05$),表2。

表2 两组老年人各项问题解决评分对比($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	解决问题	求助	幻想	自责	退避	合理化
研究组	30	8.56±1.15	4.59±0.09	4.39±0.88	3.65±0.03	4.39±0.03	4.36±0.02
常规组	30	8.05±0.09	3.58±0.08	3.25±0.06	2.28±0.08	3.21±0.04	3.48±0.04
T 值		2.421	45.940	7.079	87.825	129.262	107.777
P 值		0.018	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

2.3 两组老年人的心理状况对比

表3。

研究组老年人的SAS、SDS等评分更低($p < 0.05$),

表3 两组老年人的心理状况对比($\bar{x} \pm s$)

组别	n	SAS		SDS	
		干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	30	53.66±1.07	36.55±1.04	54.98±1.54	34.15±1.54
常规组	30	53.69±1.08	40.18±1.54	54.88±1.52	37.88±1.01
t 值		0.108	10.699	0.253	11.093
P 值		0.914	0.000	0.801	0.000

3 讨论

在老龄化趋势的背景下,社区养老的方式现已得到

不断地发展和改善,这种方式的应用为积极老龄化施教下社区养老的发展奠定了基础,提供了保障,并且获得

了十分优异的效果^[3]。在临床实践过程中,需要充分考虑老年人的意愿、需求等情况,以此制定具有针对性、个体化的管理方案,并融入人性化的理念,提升老年人的生存质量^[4]。积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化服务的应用主要是通过调动政府、医疗机构、社区等多方面的资源,给予老年人心理保障和生活保障,使老年人能够获得精神层面的援助^[5]。同时,这种方式在应用期间为老年人提供良好的娱乐场所,组织老年人积极参与到文体娱乐活动中,丰富老年人的日常生活,使老年人能够寻求生活中的乐趣,陶冶老年人的情操^[6]。为老年人提供心理咨询,对其困惑进行解答,减轻其负面情绪,使其心理保持平稳的状态。研究组老年人的生活质量、心理状况、各项问题解决能力等改善效果更优异。说明,积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化这种方式的开展,可以有效提升老年人的生活质量,并且能够缓解患者的负性情绪,同时还可以提高患者对各项问题解决能力。分析其原因:积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化干预的应用主要是由政府、医疗机构、社区等多方面的社会资源参与而开展对老年人的健康干预,这种方式的应用可以有效满足老年人的身心需求,例如:生活指导、情绪疏导等,使老年人能够保持良好的生活习惯,纠正老年人的不健康行

为。故而,经干预后,老年人的各项指标均得到改善。

综上所述,积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化效果理想。

参考文献

- [1]杨娟,魏海芬,王辅之,等.积极老龄化视域下老年人心理健康现状与应对策略研究[J].牡丹江医学院学报,2024,45(2):75-81.
- [2]赵静,肖建英,熊海蓉,等.积极老龄化视角下“四助模式”提升农村老年人心理健康素养水平探析[J].科学咨询,2023(1):61-66.
- [3]张红燕,苏靓靓.积极老龄化视域下社区老年心理健康服务路径优化研究[J].智慧健康,2023,9(26):277-280.
- [4]孙善麟,陆宗尧.构建健康和谐老龄化社会的有效途径探索——评陈传锋教授等著的《老年抑郁干预与心理健康服务》[J].延边大学学报(社会科学版),2009,42(4):144-封3.
- [5]梁小利,杨玲娜,周菊,等.积极老龄化视域下四川省老年人心理健康状况、影响因素及对策研究[J].职业与健康,2021,37(13):1789-1792.
- [6]张晓凡,何玉婷,林婷.老龄化视角下文学艺术在老年人心理健康领域的应用及效果[J].深圳青年,2024(2):124-126.