

宗教信仰对老年人心理健康的影响

——基于CHARLS2018的研究

张亚琪

上海工程技术大学管理学院, 上海

收稿日期: 2022年6月30日; 录用日期: 2022年7月29日; 发布日期: 2022年8月3日

摘 要

我国人口老龄化程度不断加深, 老年保障已经开始从经济和医疗转向精神文化和心理健康, 本文是采用交叉分析和多元Logistic回归的分析方法, 基于CHARLS2018数据库所做的分析, 研究宗教信仰是否会对老年人心理健康有所影响, 并根据研究结果, 提出为老年人提供心理咨询、更加关注农村空巢老年人的心理健康状况等方面的建议。

关键词

宗教信仰, 心理健康, 交叉分析, 多元Logistic回归

The Influence of Religious Belief on Mental Health of Older Adults

—Based on CHARLS2018

Yaqi Zhang

School of Management, Shanghai University of Engineering Science, Shanghai

Received: Jun. 30th, 2022; accepted: Jul. 29th, 2022; published: Aug. 3rd, 2022

Abstract

The aging of China's population is deepening, and the old-age security has begun to shift from economic and medical care to spiritual, cultural and psychological health. This paper adopts the analysis method of cross analysis and multiple Logistic regression based on CHARLS2018 database, to study whether religious belief has an impact on the mental health of the elderly, and according to the research results, some suggestions were put forward to provide psychological counseling for the elderly and pay more attention to the mental health status of the empty-nest elderly in rural areas.

Keywords

Religious Belief, Mental Health, Cross Analysis, Multiple Logistic Regression

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

随着老龄化程度加深,我国老年人口不断增加,根据第七次全国人口普查数据显示,我国 60 岁及以上人口有 2.6 亿人,其中,65 岁及以上人口 1.9 亿人。全国 31 个省份中,有 16 个省份的 65 岁及以上人口超过了 500 万人,其中,有 6 个省份的老年人口是超过了 1000 万人。早在 2020 年,我国就已经全面进入小康社会,对老年人的保障开始从经济和医疗转向精神文化和心理健康。

对于老年人心理健康状况的研究,大多数学者从健康状况、居住状况、隔代抚养、婚姻关系等方面对老年人的心理健康状况进行分析。例如,周建邦、党兴宏等在研究中得出健康状况差及易患病影响老年人心理健康水平[1];蒋炜康、孙鹃娟的研究表明,相比于与子女同住,独居会显著提升老年人的抑郁水平,并且居住环境能够调节不与子女同住的老年人的心理健康状况[2];刘红艳,李英的研究得出隔代抚养能够显著改善老年人心理健康[3];李建新,张风雨的研究表明老年人的婚姻状况、性别、子女数、家庭类型、经济满意程度以及个人身体健康状况等都在不同的程度上影响着老年人的心理健康其中,婚姻、子女数和经济状况是不可忽视的重要因素[4]。

目前学界对于宗教信仰对老年人心理健康的研究还相对较少,与之相关的研究大多数为定性分析,本文采用定量分析的方法,研究宗教信仰对老年人的心理健康的影响,能更直观地反应出其中的关系。

2. 数据来源与研究设计

2.1 数据来源

本文采用的数据是 2018 年中国健康与养老追踪调查(China Health and Retirement Longitudinal Survey, CHARLS),CHARLS2018 是由北京大学国家发展研究院主持、北京大学中国社会科学调查中心与北京大学团委共同执行的大型跨学科调查项目,用以分析我国人口老龄化问题,推动老龄化问题的跨学科研究,为制定和完善我国相关政策提供更加科学的基础。CHARLS2018 样本共包括 1.24 万户家庭中的 1.9 万名受访者。本文删除了一些无效样本,总样本为 16,678 个。

2.2 研究设计

本文使用的研究方法为多元 Logistic 回归和交叉分析。之所以选择这两种分析方法是因为分析结果更加直观,交叉分析是否感到孤独、是否感到情绪低落、是否感到失眠分别与是否有宗教信仰进行交叉分析,能直接得出是否有宗教信仰对所选择的三种心理健康状态的直接影响。多元 Logistic 回归模型通常用来描述变量 y 和 X 之间的随机线性关系,即:

$$y = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \cdots + \beta_k X_k + E \quad (1)$$

其中, $X_1, \dots, X_k$ 是非随机变量; y 是随机的因变量; $\beta_0, \dots, \beta_k$ 是回归系数; E 是随机误差项。多元 logistic 回归适用于多种因素综合影响的结果,并且可以得出不同程度的心理问题之间的对比。本文自变量为有无宗教信仰,因变量为老年人心理健康状况,CHARLS2018 中关于老年人心理健康状况的问题有很多,

本文选取了相关的三个，分别是您是否感到孤独，您是否感到情绪低落，您是否失眠。选项分成不同的四个程度，分别是很少或没有、不太多、有时或半数时间、大多数时间。控制变量包括是否是党员(是、否)，年龄，性别(男、女)，是否高中学历以上(是、否)，婚姻状况(从未结婚、已婚与配偶居住、已婚但因工作等暂未与配偶居住、分居、离异、丧偶)，居住类型(医院、家庭住宅、养老院及其他医疗机构)等六项。

3. 实证结果分析

1) 交叉分析

表 1 是老年人心理状况与是否信教的交叉表，通过整体数据来看，有宗教信仰的老年人相较于无宗教信仰的老年人整体偏少，大多数老年人的心理状况较好(即很少或没有出现孤独、失眠、情绪低落的老年人)，心理健康状况极差的老年人(即大多数时间感到孤独、失眠、情绪低落)较少。

从所占比例来看，对于“是否感到孤独”这个问题，信教的老年人很少或没有出现感到孤独现象的占比为 65.9%，但没有宗教信仰的老年人很少或没有出现感到孤独现象的占比为 69.7%，略高于有宗教信仰的老年人，在不太多以及有时和半数时间感到孤独的老年人群体中，有宗教信仰和无宗教信仰的老年人比例基本持平，相差很小。除此之外，大多数时间都感到孤独的老年人中，有宗教信仰的占比为 12.6%，无宗教信仰的占比为 9.7%。可以看出，宗教信仰并没有让老年人减少孤独感，反而有宗教信仰的老年人孤独感更强烈。

Table 1. Cross table of psychological status and religious belief in the elderly

表 1. 老年人心理状况与是否信教交叉表

自变量	很少或没有		不太多		有时或半数时间		大多数时间	
	人数	比例	人数	比例	人数	比例	人数	比例
是否孤独								
是否信教								
是	1092	65.9%	213	12.9%	142	8.6%	209	12.6%
否	10464	69.7%	1797	12.0%	1310	8.7%	1451	9.7%
是否失眠								
是否信教								
是	760	45.9%	254	15.3%	262	15.8%	380	22.9%
否	6989	46.5%	2499	16.6%	2267	15.1%	3267	21.7%
是否情绪低落								
是否信教								
是	791	47.8%	361	21.8%	254	15.3%	250	15.1%
否	7550	50.3%	3149	21.0%	2423	16.1%	1900	12.6%

同样的，通过是否失眠、是否感到情绪低落两个问题也可以看出有宗教信仰的老年人出现失眠和情绪低落的状况相较于没有宗教信仰的老年人更多，也就是说无宗教信仰的老年人心理健康状况更好，有宗教信仰的老年人心理健康状况反而较差。CHARLS2018 被调查者大多数被调查者是农村老年人，由于经济条件较差，文化水平也较低，缺少心理自我排解等原因，心理更容易出现问题，而农村老年人娱乐

活动较少, 宗教信仰便成了一种良好的排解方式。所以, 很多老年人在预感到一些自己的心理问题之后才选择相信宗教信仰的可能性也非常大。

2) 多元 Logistic 回归

以下是宗教信仰对老年人是否感到孤独、是否失眠、是否情绪低落三个变量的回归。

表 2 中, 模型一、二、三是问题“是否会感到孤独”的四个选项的对比, 其中, 以很少或没有作为对比项, 分别与不太多、有时或一半、大多数时间进行对比。可以看出, 是否为党员对老年人孤独状况的影响比较显著, 其次是婚姻状况。其中, 相对于没有宗教信仰的老年人来说, 有宗教信仰的老年人中, 不太多时间感到孤独的老年人是很少或没有感到孤独的老年人的 1.112 倍($= \exp^{0.107}$), 大多数时间感到孤独的老年人是很少或没有感到孤独的老年人的 1.057 倍($= \exp^{0.056}$), 整体看来, 仍然是无宗教信仰的老年人感到孤独的时间略少一点。对于非党员的老年人, 在大多数时间感到孤独的党员老年人是很少或没有感到孤独的老年人的 0.668 倍($\exp^{-0.404}$), 这说明非党员的老年人更容易感到孤独。从性别来看, 女性比男性也更容易感到孤独。除此之外, 学历、婚姻状况、居住类型越好的老年人感到孤独的概率也越小。

Table 2. Multivariate Logistic regression of the influence of religious belief on loneliness in the elderly

表 2. 老年人宗教信仰对孤独状况影响的多元 Logistic 回归

自变量	模型一		模型二		模型三	
	不太多/很少或没有		有时或一半/很少或没有		大多数时间/很少或没有	
	b	Exp(b)	b	Exp(b)	b	Exp(b)
是否信仰宗教(否)						
是	0.107	1.112	-0.092	0.912	0.056	1.057
是否是党员(否)						
是	-0.155*	0.857	-0.478***	0.620	-0.404***	0.668
年龄	-0.012***	0.988	0.004	1.004	-0.012***	0.998
性别(女)						
男	-0.014	0.986	-0.235***	0.790	-0.014	0.986
是否高中以上学历(否)						
是	0.033	1.034	-0.183**	0.833	-0.970***	0.379
婚姻状况(从未结婚)						
已婚与配偶居住	-0.234	0.791	-0.988***	0.372	-2.035***	0.131
已婚但因工作等暂未与配偶居住	-0.045	0.956	-0.417	0.659	-1.200***	0.301
分居	0.651	1.917	-0.426	0.653	0.046	1.047
离异	0.043	1.004	-0.344	0.709	-0.509*	0.601
丧偶	0.226	1.254	-0.176	0.839	-0.548**	0.578
居住类型(医院)						
家庭住宅	-0.657	0.518	-0.427	0.652	0.445	1.560
养老院及其他医疗机构	0.021	1.021	-0.518	0.596	0.226	1.254

表 3 是老年人宗教信仰对失眠影响的多元 Logistic 回归, 模型四、五、六是问题“是否会失眠”的四个选项的对比, 同样以很少或没有作为对比项, 分别与不太多、有时或一半、大多数时间进行对比。可以看出, 同样是一没有宗教信仰的老年人为参考, 有宗教信仰的老年人群中, 大多数时间会失眠的老年人是很少或没有失眠的老年人的 0.882 倍($= \exp^{-0.126}$), 不太多时间失眠的是很少或没有失眠的老年人的 0.894 倍($= \exp^{-0.112}$), 有时或一半时间失眠的老年人是很少或没有失眠的老年人的 0.916 倍($= \exp^{-0.088}$)。相对于无宗教信仰的老年人, 有宗教信仰的老年人睡眠状况略好。而对于是否是党员来说, 是党员是老年人睡眠还是相对较好。从性别来看, 男性失眠的情况明显少于女性, 女性的睡眠状况更差。从婚姻状况看, 从未结婚的老年人睡眠状况最差。对于居住类型来说, 在医院的老年人睡眠状况较好, 这可能是由于医院良好的医养条件保障了老年人的身体健康和充足睡眠。

Table 3. Multivariate Logistic regression of the influence of religious belief on insomnia in the elderly
表 3. 老年人宗教信仰对失眠影响的多元 Logistic 回归

自变量	模型四		模型五		模型六	
	不太多/很少或没有		有时或一半/很少或没有		大多数时间/很少或没有	
	b	Exp(b)	b	Exp(b)	b	Exp(b)
是否信仰宗教(否)						
是	-0.112*	0.894	-0.088	0.916	-0.126**	0.882
是否是党员(否)						
是	-0.020	0.981	-0.130*	0.878	-0.209***	0.811
年龄	-0.009***	0.991	-0.001	0.999	0.001***	1.011
性别(女)						
男	-0.305***	0.737	-0.753***	0.471	-0.736***	0.479
是否高中以上学历(否)						
是	0.119**	1.126	-0.172***	0.842	-0.436***	0.647
婚姻状况(从未结婚)						
已婚与配偶居住	-0.642**	0.526	-0.695**	0.499	-0.738***	0.478
已婚但因工作等暂未与配偶居住	-0.528*	0.590	-0.418	0.658	-0.341	0.711
分居	-0.892*	0.410	-1.296**	0.274	-0.475	0.622
离异	-0.694**	0.500	-0.561	0.570	-0.182	0.834
丧偶	-0.511*	0.600	-0.546*	0.579	-0.450*	0.637
居住类型(医院)						
家庭住宅	-0.089	0.914	-1.141**	0.320	0.378	1.459
养老院及其他医疗机构	-0.011	0.989	-1.747**	0.174	0.062	1.064

表 4 中模型七、八、九是对问题“是否会感到情绪低落”的四个选项的对比，同样是相对于无宗教信仰的老年人来说，有宗教信仰的老年人中，大多数时间感到情绪低落的老年人是很少或没有感到情绪低落的老年人的 1.033 倍(= $\exp^{0.033}$)，不太多时间感到情绪低落的老年人是很少或没有感到情绪低落的老年人的 1.083 倍(= $\exp^{0.079}$)，有时或一半时间感到情绪低落的是很少或没有感到情绪低落的 0.908 倍(= $\exp^{-0.096}$)。可以看出有宗教信仰的老年人感到情绪低落的机率略高于没有宗教信仰的老年人。对于是否为党员、性别、婚姻状况、居住类型等变量的实证结果也与孤独感状况和睡眠状况相似。

Table 4. Multivariate Logistic regression of the influence of religious belief on depression in the elderly

表 4. 老年人宗教信仰对情绪低落影响的多元 Logistic 回归

自变量	模型七		模型八		模型九	
	不太多/很少或没有		有时或一半/很少或没有		大多数时间/很少或没有	
	b	Exp(b)	b	Exp(b)	b	Exp(b)
是否信仰宗教(否)						
是	0.079	1.083	-0.096	0.908	0.033	1.033
是否是党员(否)						
是	0.082	1.085	-0.090	0.914	-0.332***	0.718
年龄	-0.017***	0.983	-0.006***	0.994	0.007***	1.007
性别(女)						
男	-0.222***	0.801	-0.498***	0.608	-0.684***	0.505
是否高中以上学历(否)						
是	0.038	1.039	-0.296***	0.744	-0.794***	0.452
婚姻状况(从未结婚)						
已婚与配偶居住	-0.442*	0.643	0.177	1.194	-0.647**	0.524
已婚但因工作等暂未与配偶居住	-0.409	0.664	0.267	1.306	-0.430	0.650
分居	-0.461	0.630	0.730	2.075	-0.064	0.938
离异	-0.593**	0.552	0.325	1.384	-0.207	0.813
丧偶	-0.429*	0.651	0.209	1.232	-0.337	0.714
居住类型(医院)						
家庭住宅	-0.642	0.526	-0.111	0.895	-0.950	0.387
养老院及其他医疗机构	-0.032	0.968	0.175	1.119	-0.987	0.373

总的来说，交叉分析和多元 Logistic 的分析结果基本一致，交叉分析的中无宗教信仰的老年人在心理健康方面略优于有宗教信仰的老年人。Logistic 分析中，在孤独与情绪低落这两个问题中，无宗教信仰的老年人略优于有宗教信仰的老年人，但在是否失眠这个问题中，有宗教信仰的老年人却优于无宗教信仰的老年人。感到孤独与情绪低落是两种感觉上存在的问题，而失眠则是行动上存在的问题，两者对老

年人的影响有一定的差别，所以在 Logistic 回归结果中，是否有宗教信仰对这两者的影响略有不同。

4. 结论与建议

本文与以往的研究有所不同，通过定量分析了宗教信仰对老年人心理健康的影响。根据实证分析，宗教信仰对老年人的心理健康有一定影响，没有宗教信仰的老年人心理健康的可能性略大于有宗教信仰的老年人。一般认为，宗教信仰可以促进老年人身心健康，本文结论看似与学界的一些研究略有差异，实际并非如此，马克思、恩格斯认为宗教就人们对支配着自己现实生活的力量的异化表现，只有人们在现实中遭遇沉重苦难时，才会逃避于宗教虚构出的天国世界里，即大多数老年人把宗教作为一种心理和情绪的寄托，由于心理状况出现问题，老年人才去寻求“虚幻的幸福”[5]，而并非是由于“虚幻的幸福”使得他们变得心理不健康。

实证分析中还存在有宗教信仰的老年人比无宗教信仰的老年人更少出现失眠状况的现象。通常来说，心理问题首先表现出是情绪失落、孤独、焦虑、恐惧害怕等悲观的抑郁情绪，进而会引发失眠、疲惫、神经衰弱等生理机能问题，但经常出现失眠、疲惫等生理机能问题也有可能并非源自心理问题，生理健康导致也是一部分原因。

根据上述结论，本文认为最主要的是帮助老年人实现“现实的幸福”，首先，为老年人提供心理咨询，在社区层面建立老年人心理援助体系，例如老年谈心室、老年学习室、老年兴趣活动中心、老年志愿服务中心等[6]，帮助老年人缓解心理问题；其次，更加关注农村空巢老年人的心理健康状况，从农村空巢老人的家庭成员入手[7]，鼓励子女多关注老年人，同时为他们的生活做好保障；最后，推动政府与民营教育机构合作办学，为老年人提供公益教学，并且按照老年人的喜好设置课程。

参考文献

- [1] 周建邦, 党兴宏, 马宏, 赵凤. 农村老年人心理健康状况及其影响因素分析[J]. 黄河科技学院学报, 2022, 24(2): 62-68.
- [2] 蒋炜康, 孙鹃娟. 居住方式、居住环境与城乡老年人心理健康——一个老年友好社区建设的分析框架[J]. 城市问题, 2022(1): 65-74.
- [3] 刘红艳, 李英. 隔代抚养对老年人心理健康的影响研究[J]. 老龄科学研究, 2022, 10(1): 14-20+34.
- [4] 李建新, 张风雨. 城市老年人心理健康及其相关因素研究[J]. 中国人口科学, 1997(3): 29-35.
- [5] 马克思, 恩格斯. 马克思恩格斯选集(第1卷)[M]. 北京: 人民出版社, 1995: 4.
- [6] 曲永军, 荆晶. 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]. 关东学刊, 2021(3): 60-66.
- [7] 周鑫, 姜美艳. 农村空巢老人心理问题成因及应对措施[J]. 统计与咨询, 2021(6): 9-12.