

老年心理学

井上勝也 長嶋紀一 編

上海翻译出版公司



老年心理学

〔日〕 井上勝也 编
長嶧紀一
江丽临等 译
徐 蔚 校

上海翻译出版公司

0.70872

井上勝也 長嶋紀一 編
老年心理学

本书根据日本朝倉鑛造株式会社1980年版译出

老年心理学

〔日〕 井上勝也 長嶋紀一 編

江丽临等 译

徐钦蔚 校

上海翻译出版公司

(上海武定西路1251弄20号)

上海发行所发行 上海市印刷三厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张9.625 字数216,000

1986年7月第1版 1986年7月第1次印刷

印数1—17,000

统一书号:2311·1 定价:1.70元

译 者 的 话

《老年心理学》专著的翻译出版，在中国心理学史上尚属首次。老年问题的研究在国内日趋重要。当今学术潮流趋向于综合化，仅有对老年问题的生理学、社会学等的研究，而无心理学上的探讨，就不能得到全面、正确的答案。为此，引进国外《老年心理学》专著作为“他山之石”，是非常必要的了。日本和中国是“一衣带水”的邻邦，中国和日本在风俗习惯和对待老人方面的差距，较之西方为小，这是我们所以选译日本专著的一个依据。近年引进的日文《老年心理学》专著中，权威的有两本：其一是長谷川和夫、霜山德尔主编的《老年心理学》，1977年出版；其二是井上勝也、長嶋紀一编著的《老年心理学》，1980年9月出版。我们认为后者比前者反映的研究成果较多、较新，因此我们选择了后者。

井上勝也、長嶋紀一编著此书时既吸收了西方老年心理学的营养，又密切联系日本的实际，并发表了独到的见解，这是本书的特点。本书包括四个组成部分：（一）老年心理学的历史与未来；（二）老年期的生理基础；（三）老年人的心理与行为；（四）老年人与社会。第三部分为本书的核心，不仅介绍老年人的心理过程与人格，还探讨了几个老年期的特殊领域如老年人的生死观、性问题和精神障碍等。这几个领域容易为中国研究人员所忽视（或故意回避），在目前国内“学术自由”空气日益高涨之际，有关章节的参考价值也就更为显著。第四部分包括职业与家庭两大问题，这部分已越出心

理学狭隘范围而与社会学交叉了。日本和中国在现代化水平上、在社会政治经济制度上存在很大的差距，因而借鉴本书研究老年心理学，要独立判断哪些适合我们的国情，哪些不易接受，切不可照搬。关于老人的职业与家庭问题，随着我国现代化的发展，也将日益突出，因而邻邦日本处理这些问题的成败经验教训，对我们都有启发。本书虽属科学专著，但语言大众化，雅俗共赏。

本书第一到第十四章均为江丽临同志所译，第十五章为戴宝云同志所译，徐钦蔚同志校对全书译文，王智新、田雨同志对全书进行了初校，马文驹同志在心理学内容上对全书译文作了审读与文字润色。徐世京、马文驹同志对本书的出版做了不少工作，使本书能早日与读者见面。限于水平，译文中不妥和错误之处在所难免，敬希读者批评、指正。

译 者

1985年国庆

序 言

由于临床医学、预防医学等的发展，现在我们已经有了史无前例的漫长的老年期。而且，今后还要对人生进程中衰老速度的减缓进行研究，并用由此而获得的成果（并不象以前那样，是通过战胜和预防疾病）来享受比现今更长的寿命。可以说，真正的高龄化社会已大踏步地向我们走来。

然而，得到健康长寿保证的老人，在精神上也能保证有与此相适应的丰富食粮吗？

的确，现在的老人与过去相比，生活要好得多，虽然还不太富裕，可已有了老人福利养老金、免费医疗、免费享受交通工具等，此外还有老人大学、老人俱乐部等教育、娱乐机会等。就上述情况而言，也许可以说，老人的“生活”确实正在不断充实着。

但是，在另一方面，老人受到物质的支配，为物质所左右；由医学的进步所造成的卧床不起的状态和植物状态的延长；由于百无聊赖，无所事事使之感到失去生存的意义；随着物质生活的丰富而带来的方便，使人与人之间相互依存的减弱；老人越来越与世隔绝开来，变得很孤独的情况等等，正在不断变本加厉。

延长寿命，这是多数人都得以受益的良举，但如果同时没有与此相应的在精神上的充实，延年益寿又有什么意义呢？！“缺乏质量高的老年期，不值得延长。”——(Birren, J. E. 1978)现在可以说是认真考虑这段话的时候了。

本书大致分为四个部分，第一部分试图论述老年心理学的诞生历史及其发展方向；第二部分是用生理学、生物学的观点来分析年龄递增的基础部分；第三部分阐述了老人的心理、行为情况；第四部分着眼于老人周围的组织——家庭与社会。总之，意在纵观迄今为止的各项研究，分析研究已经了解的事实。

在日本正式开始进行老年心理学研究的历史并不长，按Ebbinghaus所说：老年心理学“虽有着漫长的过去，但却只有很短的历史。”因此，我们能够了解到的，只是极少的一部分。尽管如此，我们仍打算尽一切可能对老人的心理展开研究。

本书如能在增加对老人心情的理解，适应即将到来的高龄化社会略尽绵薄的作用的话，也将使我们感到万分荣幸。

最后，让我们对在本书的发行上给予了很大勉励与帮助的朝仓书店编辑部，表示衷心的感谢！

井上勝也

長嶋紀一

1980年9月

目 录

第一篇 老年心理学的诞生过程	1
第一章 老年心理学诞生的转机	1
一、向丧失挑战	1
二、传统研究方法的局限	3
三、老年心理学诞生的转机	6
四、生存的意义是什么?	10
第二章 老年心理学研究的历史与展望	16
一、老年心理学研究的历史	17
(一)欧美的研究史	17
(二)日本老年心理学研究概况	27
二、老年心理学研究的若干展望	30
第二篇 衰老的基础	35
第三章 老年期的生理基础	35
一、老年人生理机能的一般分析	35
(一)老年人的社会活动能力	35
(二)生理机能的年龄增长变化	37
二、神经调节机能的衰老	39
(一)运动神经末梢和效应器的衰老	40
(二)感觉神经末梢和感受器的衰老	43
(三)中枢神经脊髓水平的衰老	44
(四)中枢神经上脊髓水平的衰老	44
第四章 老年期的生物学基础	50
一、寿命和老年期	50
(一)寿命与寿命曲线	50
(二)从生活周期来看老年期	55

二、衰老的原因——细胞的衰老	56
(一)从细胞分裂能力与寿命来看衰老的原因	57
(二)培养细胞的寿命	59
(三)生长过程中细胞的死亡	61
(四)细胞内部的衰老	62
(五)细胞内部发生衰老	63
三、社会及集体衰老	64
(一)鼠类集体衰老	64
(二)灵长类社会	67
第三篇 老人的心理与行为	71
第五章 老人的感觉和知觉	71
一、老年期的感觉	73
(一)视觉	73
(二)听觉	78
(三)味觉和嗅觉	79
(四)皮肤感觉	81
二、老年期的知觉	84
(一)视差	84
(二)形状知觉	87
(三)深度知觉	88
(四)知觉常性	88
(五)时间知觉	88
第六章 老年人的记忆	90
一、记忆模式	91
二、短时记忆	93
(一)感觉记忆	93
(二)两耳听研究	94
(三)记忆广度	96
(四)感觉道的效果和注意分配	99
(五)短时忘却	101
三、长时记忆	103

(一)系统化和媒介物的使用·····	103
(二)再现和再认·····	106
(三)遥远的过去的记忆·····	108
(四)长时记忆中的忘却·····	109
第七章 老人的智能·····	112
一、老人的学习能力·····	113
二、年龄与智能·····	116
三、年龄和成绩·····	121
四、影响老人智能的主要因素·····	123
(一)个体因素·····	123
(二)社会、环境的因素·····	125
第八章 老人的言语障碍——以失语症为主·····	129
一、失语症的言语症状·····	131
(一)特别的言语症状·····	131
(二)失语症候群·····	137
(三)有关障碍·····	139
二、失语症患者的康复·····	140
(一)临床手续的原则·····	140
(二)预后和回归到社会中去·····	146
第九章 老人的人格·····	149
一、老年期的人格概念·····	149
(一)老年期的人格概念·····	149
(二)老年期人格研究中的注意点·····	151
二、造成老年人人格变化的因素·····	152
(一)身体、神经系统、感觉系统的衰老·····	153
(二)自己感到老了·····	154
(三)脱离社会·····	154
(四)社会、文化因素·····	155
(五)接近死亡·····	156
三、老年人人格特征·····	156
(一)老年期人格特征·····	156
(二)生物学的变化和老年期人格特征·····	158

(三)精神能量	159
四、顽固与人格	160
(一)顽固的概念	160
(二)老年期顽固的研究	166
五、适应与人格	163
第十章 老年人的精神障碍	167
一、老年精神疾病的主要原因	167
(一)大脑的衰老	167
(二)身体疾病的影响程度	168
(三)社会心理原因——老年期丧失的经历	169
二、老年期精神疾患的分类	169
三、老年期精神疾患的特征	171
四、老年期精神疾患的实际形态	173
五、大脑器质性精神疾病——主要是衰老性痴呆	177
(一)衰老性痴呆的原因	177
(二)痴呆状态的评价	178
(三)衰老性痴呆的临床症状	180
(四)治疗与对策	181
六、功能性精神疾患	184
(一)老年期忧郁症	184
(二)老年期的幻觉、妄想症	188
(三)老年神经官能症	190
第十一章 老年人与性	193
一、历来对老年人性问题的看法	194
(一)对性的错误观点	194
(二)错误的老年人形象	196
二、老年人的性功能	197
(一)衰老与性功能	197
(二)衰老与性反应	197
三、老年人的性活动	199
(一)什么叫性	199
(二)老年人的性兴趣	199

(三)老年人性活动的实际情况	200
四、老年人的恋爱与结婚	204
(一)恋爱与结婚的实际情况	204
(二)老年人恋爱、结婚的障碍	205
(三)老年人恋爱及结婚的效用	206
五、与老年人的性有关的问题	207
(一)性的不满和家庭不和	207
(二)性活动方面的障碍及其指导	208
(三)性问题及其对待方法	208
第十二章 老年人的生死观——“希望暴死”的心理背景	210
一、暴死寺	212
二、作为“生”的愿望的暴死愿望	213
三、回归愿望	217
第四篇 老年人与社会	227
第十三章 老年人与职业	227
一、职业生活阶段中的位置	227
二、高龄者的职业能力与职务	229
(一)职业能力	229
(二)高龄者的职务安排	231
(三)高龄者的职务再设计	233
(四)职务的再编组	234
三、高龄者的职业意识	235
(一)三种生活领域	235
(二)个人生活领域中的意识	235
(三)职业生活的意识	236
四、从职业岗位上退下来	245
(一)退休的时期与转折	245
(二)活动论与脱离论	247
(三)退休的自由与弹性制度	250
第十四章 老年人与家庭	253
一、老年人周围的情况	253

(一)日本的老年人与家庭·····	253
(二)处在时代变换期的老年人·····	254
(三)老年人的孤独·····	255
二、老年人的作用、家庭的作用·····	257
(一)老年人的家庭形态·····	257
(二)老年父母对小辈期待的作用·····	259
(三)老人在家庭中的作用·····	260
(四)照顾孙儿以及“婆媳”关系等问题·····	263
三、从老年期的乐趣来看家庭志向·····	264
(一)新的起点·····	264
(二)老年人的乐趣和余暇·····	266
四、未来的老年人与家庭·····	269
(一)陷入困境的家庭(“家有问题”老人的家庭)·····	269
(二)对几代同堂的反省·····	269
第十五章 老人与社会·····	272
一、衰老的社会侧面·····	272
二、有关衰老社会学的理论·····	275
(一)疏远理论·····	276
(二)活动理论·····	278
(三)发展性理论·····	279
(四)其它理论·····	279
三、日本的老人及其社会生活·····	281
(一)现在日本老人的生活·····	281
(二)老人层自身的高龄化·····	283
(三)较低的退休年龄·····	284
(四)高龄者参加劳动·····	285
(五)老人居住的状况·····	287
(六)老人的作用·····	288
(七)老人的业余活动·····	289
(八)老人对人生的态度·····	290
(九)为老人制定社会的对策·····	292

第一篇 老年心理学的诞生过程

第一章 老年心理学诞生的转机

一、向丧失挑战

有一种观点，将老年期看成是“丧失的时期”。持这种观点的人认为，在老年期有四个丧失，即身心健康的丧失，经济上独立的丧失，与家庭、社会联系的丧失，生存目的的丧失(长谷川·贺集，1975年)。事实上，大多数人在老年期确实或多或少有着这样的情况。有时也许还可以加上智能、生动的感情、动人的容貌等的丧失，这种“丧失的时代”的观点，在论述老年期的特征上可以说是恰如其分的。

但另一方面，我觉得这种观点对于现实中的老人的理解上，不仅毫无用处，而且有时甚至会导致错误的结论。其原因不一而足，但最重要的有以下两个。

第一，丧失这一观点本身就是把成(壮)年期视为人生的最高点，作为人生的价值，然后，除去所丧失的内容就成了老年期，这完全是从数量的观点来考虑问题。然而，老年期

就象幼儿期、儿童期有其独特的天地一样，有着与成(壮)年期不同性质的独成一体的世界。老年期并不是从成年期中除去什么，也并不是成年期的“老化型”。

第二，因为老年期的本质并不在于丧失了什么，而是老年人应如何理解和对待这些丧失，一般认为其动力就在于此。实际上，老年人有时对待这些丧失是采取“正面迎战”的态度，针对身心健康丧失，就采取以下各种积极措施：如注意血压，每天早晨进行长跑等方法，并多吃素菜水果，控制饮食，为了不使脑力衰退而经常使用大脑，参加老人学校和老人俱乐部的各种学习活动。针对经济上独立的丧失，采取了不把自己的财产转让给自己的子女，在退休以后继续工作，继续在银行存款，而不使自己的财产有所减少。针对与家庭、社会联系的丧失，采取以下积极措施：如经常去看望自己的子女，老两口双双外出旅游，参加社会公益活动、地区活动等。针对生存目的的丧失，采取了继续探索生存目的的方法，如开拓自己的兴趣，参加老人大学和老年学校等，并积极地参加各种活动和学习会。

现实生活中老人的姿态，并不是处于世纪末时代的人的形象，相反却是灵活地在针对这种丧失的情况，他们可以说是针锋相对地接受挑战的人。

当然，除了针锋相对地接受挑战的生活方式以外，既有人逆来顺受接受这种丧失的情况，也有人陷入绝望的深渊，意气消沉，甚至走上绝路，自寻短见。但这些人在走上这种道路以前，也都曾针锋相对地接受过挑战的吧。

不管怎样，重要的是：不应该静态地把老年期看成是丧失的时期。对待丧失是针锋相对地接受挑战或是容忍、绝望，总之，运动的就是其本质、特征。我们了解的正是那些生动

事态的实际情况，“哪些老人，在何种条件下，采取何种行动”这一生动的过程。

二、传统研究方法的局限

迄今为止，对老年期的研究，都不是以独特的方法、手段来进行的，如调查、面谈，或是实验、测试等。将这些传统方法（Birren, 1961）原封不动地运用到老人问题中来的话，问题可就实在太多了。拿进行智力测验的问题来进行具体地探讨吧。

第一个问题就是如何让接受测验的老人能有个正确的态度。老人一般都有讨厌测验的倾向，并且对测验的场面不习惯。还有许多人处于一般性动机不强烈状态，要引导他们进入测验状态也不是件容易的事。就算他们全进入了测验状态，其中仍有不少人理解不了所提出的问题。最成问题的是，经常有人忍受不了长时间的测验，中途退场。

然而，更为重要的是有这样一种事实的存在：与这些态度不积极的老人相反，有相当一部分人对测验具有强烈的“好奇心”和很大的兴趣。事实上，那些认为老人是没有欲望、丧失兴趣的人，一旦看到老人在老人班、老年大学中工作、学习，或创作的情况，一定会感到十分吃惊的。在那里，老人们所表现出来的高度的学习热情和展开的智力活动，决不比任何大学中最活跃的讨论会来得逊色。

可以想象这些对测验极有兴趣的人和对测验毫无兴趣的人混在一起，肯定会给测验的结果解释带来极大的影响。因为毫无疑问，这种测验的成绩显示不出原来设想的智力的差异，而在很大的程度上却反映了测验动机的个人差异。当然，这一情况不只限于老年人，在其他年龄阶段中也可以看到。

只是由于在老年期中，这一差别(对待测验动机的个人差异)相当悬殊，所以人们常常会怀疑到这种测验结果的可靠性。

智力测验中的问题，除了测验动机的个人差异外，还有其他许多差异，不少老人例如在听力、视力上产生障碍，手指颤抖等。这些只能被无条件地排除在某种测验以外了。这样就产生了一个问题，就是如何保证被试、被抽查到的老人不受这种人为因素的干扰。另一个问题是如何处理混杂在其中的老年痴呆症患者，以及由老年期忧郁症所引起的假性痴呆症患者。加之还有个更为棘手的问题，即由于被调查对象死亡而造成抽样对象的可靠性无法得到保障时，应该怎样在除开死者以后对得分结果进行评价。以下所举的例子，就与这一问题有密切关系。我曾参加过一次调查，对象是百岁以上的超高龄老人(井上，1976年)。我们使用的是“长谷川式简易老人智力诊查尺”(长谷川等，1974年)。其结果按地区划分如下：青森县和秋田县等东北地方的百岁老人，与冲绳县及九州南部的老人相比，有意思的是，东北地方百岁老人的得分高得多。但我们并不能因此而下结论说东北地方百岁老人智力健全，冲绳地方的老人则不行。从百岁老人人数分布的情况来看，我们也可以知道(一般高寒地带，百岁老人相对少些)，自然条件恶劣的东北地方环境有这样的可能性，即只适合于智力发达，适应性强的老人生存，而淘汰智力不发达的(所谓老年性痴呆)老人。而相反，气候温暖的冲绳及九州南部各县，则使适应能力不强的老人也能得以生存。这样看来，南北得分的差距，可以说正反映了地区环境的差别，尤其反映了适应能力差者死亡的差别。总之，在我们的研究中，没能得出超越地区差别以上的结论。

在对智能进行纵剖性研究时，也经常遇到同样的问题。