

老年人微信使用情况的质性研究

◆黄漪雯 吕 粤 何荣娟

(广东培正学院, 广东 广州 510830)

【摘要】 为了解老年群体的微信使用特点,探讨微信对老年群体的身心健康和社会适应的影响,以及这些影响产生的原因,本文采用半结构化访谈对9位年龄在60~74周岁的老人进行了质性研究,并应用扎根理论的方法和质性分析软件 NVivo 对访谈资料进行了编码整理。本研究形成了由33个开放式编码、5个主轴编码和3个核心编码组成的三级编码,最终得出“微信是通过改变老年人的生活习惯和社交来影响老年人身心健康的社会适应工具”的结论。最后,本文建议年轻一代主动帮助老年人适应新的技术,同时要注意对老年人的关注应该回归到陪伴老年人本身。

【关键词】 老年人;微信使用习惯;生活习惯;社会交往;质性研究

1 研究背景

“70岁阿姨微信被封哭诉会孤独终老”“老年人玩手机六部曲”“科技进步不应该遗忘老年人”等话题近年来在网络社交媒体上频频引发热烈讨论。随着通信网络的迭代和智能手机的普及,微信已经成为老年人最常用的手机软件之一。据《中国互联网络发展状况统计报告》显示,截至2021年12月,我国60岁及以上老年网民规模达1.19亿,占整体网民的11.5%;60岁及以上老年人口互联网普及率达43.2%;老年网民即时通信类应用使用率达90.6%,在所有应用类型中居于首位。

微信作为以社交为主的应用程序,多数学者认同微信对老年人的影响主要体现在社交方面。任振华对北京和厦门的老年人进行研究后发现,老年人微信使用程度越高,其人际交往能力越好,其生活满意度也越高。胡怡雯指出,与高龄老人相比,低龄老人对微信的依赖性更高,利用微信来满足人际交往、信息获取和自我表达的需求更为强烈。同时,由于微信包括“朋友圈”“微信公众号”“微信小程序”“微信支付”等多项内容,可以满足用户多种需求,也能够为老年人提供不同方面的便利。微信对老年人带来社交的同时,也产生了一些消极影响。除互联网本身存在一定安全风险外,张阔发现乡村老年人在使用智能手机时,会出现人际交往障碍、非理性消费和对网络的精神依赖问题。

老年群体的微信使用具有什么特点,微信是否能有效促进老年群体的身心健康和社会适应,以及这些影响产生的原因是本研究探讨的重点。

2 研究方法

2.1 研究对象

本研究通过半结构化访谈对老年群体的微信使用情况进行质性研究。选择受访者的条件为:(1)年龄为60岁及以上;(2)平时有使用手机微信的习惯或曾经使用过手机微

信;(3)自愿接受本访谈。综合实际情况考虑,在与受访者协商后,访谈均通过微信视频通话的形式进行。最终,本研究共对9位符合要求的老年人进行一对一访谈,其中男性2人,女性7人。

表1 受访者基本情况

序号	性别	年龄	微信使用年限	常住城市
1	女	64	10年	广州市
2	女	60	8年	广州市
3	女	60	7年	安阳市
4	女	61	3年	新乡市
5	女	66	5年	上海市
6	女	66	7年	新乡市
7	女	67	4年	驻马店市
8	男	74	4年	驻马店市
9	男	67	10年	新乡市

2.2 访谈提纲

本研究在阅读相关文献的基础上,列好了包含受访者基本信息和访谈问题两个模块的访谈提纲。受访者基本信息有8项,包括年龄、性别、常住城市、学历、退休前职业、婚姻状况、家庭成员等。访谈问题有9项,包括微信使用情况、使用微信过程中遇到的问题和使用微信后对自身的影响三个方面。

访谈开始前,研究人员向受访者详细解释访谈的目的、方法和流程,签订访谈知情同意书。访谈过程由研究人员全程录音,当天将访谈录音转换为文字稿,再由2位研究人员独立使用 NVivo12.0 进行编码分析。9位受访者平均访谈时间30分钟,结束后给予一定报酬。

3 访谈资料的三级编码

访谈结束后,由2名研究人员商议并将访谈录音逐字逐句转录形成访谈文本,通过 NVivo12.0 进行编码,根据扎根

理论的编码方式,逐一选取原始语句创建自由节点(开放式编码),依据自由节点逐级提取树状节点(主轴编码),归纳、提炼成为核心编码,最终构建理论脉络。编码结束后为检验理论饱和度,主试继续访谈2位老人,编码结果表明,未出现新的范畴,研究结果具有较好的信度和效度。根据整理分析,本研究形成了由33个开放式编码、5个主轴编码和3个核心编码的三级编码结构。33个开放式编码分别为:用微信支付以后很少用现金;微信总体来说很方便;不方便见面可以打视频通话;这个年纪觉得功能够用了;熟练后比较放心;方便联系;丰富娱乐活动;用微信很多年了;自己摸索和请教子女;喜欢语音聊天;微信好友很多;聊天功能代替打电话;比较少发朋友圈;不方便语音的时候就打字;不熟练时觉得很麻烦;担心安全性;几乎每天都在用;朋友圈点赞评论;不加不太认识的人;不用出门就能解决事情;追赶潮流;有意控制使用时间;过度使用影响正常时间安排;离开微信感到不习惯;消息不用马上回复;看得多了眼睛不舒服;好友主要都是亲戚朋友同学;认识更多的人;点击太多导致手指疼痛;要在流量上花费很多;担心信息真实性;低头看影响颈椎;语音转文字没有方言。5个主轴编码分别为:微信使用习惯、生活习惯、社会交往、身体健康、心理健康。3个核心编码分别为:微信使用习惯、生活习惯与社交的变化、身体和心理健康的影响。

4 编码结果讨论

4.1 开放编码结果讨论

通过33个开放编码,对老年人的微信使用情况有了大致的了解。9位受访者使用微信的时间都比较久,其中最短的有3年,最长的有10年左右。在微信的功能使用方面,所有受访者均较常使用聊天和微信支付功能,少数受访者对微信的功能使用更加全面,如收藏、翻译、扫一扫等。几乎所有受访者都认为微信目前已经成为生活的一部分,如果没有微信会感到不习惯。微信聊天功能逐步代替了传统的电话,微信支付功能也一定程度上减少了老人出门时口袋中的现金。关于老年人初次使用微信的动机,主要为:找回很久没联系的同学、朋友;买东西方便,不用带现金;比传统的打电话方便,不用马上回复,还可以视频;感觉很新奇,身边的人都在用。这也基本上符合张涵静概括的老年人使用微信动机的四个维度:社交动机、认知需求、情感动机和享受动机。有少部分老年人会通过微信小程序体验小游戏或者通过刷视频号消磨时间。同时,微信对老年人的心理健康也有一定程度的消极影响,如面对自己不熟练的操作会有压力,部分老年人沉迷手机微信等等。

4.2 主轴编码结果讨论

根据对开放编码的33个初级范畴进行归纳概括,得到主轴编码的5个主范畴分别为:微信使用习惯、生活习惯、

社会交往、身体健康、心理健康。

在微信使用习惯方面,老年群体更倾向使用语音交流,有时用视频,较少编辑文字;使用朋友圈时更多浏览点赞,而不是自己发布相关信息。这与任振华的研究结果一致。这可能与老人不熟悉拼音规则,手写过程相对繁琐有关。

在生活习惯方面,微信主要起着积极的影响。使用微信支付能避免现金不够或者钱包丢失的窘况;小游戏、刷视频丰富日常娱乐活动;不方便出门时也可以通过微信订购生活用品。以往有研究认为目前老年人在微信支付、购物等功能上使用率较低,仍固守传统现金交易方式。这些与本研究的受访者所表达的观点不一致,原因可能在于本研究中的受访者使用微信年限都较久,对于微信的相关功能操作较为熟练。这一方面说明微信的熟练使用确实增加了生活的便利性,另一方面微信的使用也限制了部分非常规用户的生活。同时,本研究发现如果老人能将使用微信和自身兴趣爱好结合起来,更能发挥微信积极的一面。如6号受访者之前有跳广场舞的爱好,却因为客观原因无法频繁外出,当看到适合自己的广场舞教学视频时,他就将视频收藏至微信中,想跳时就找出视频跟练。发展爱好的同时也能继续保持锻炼身体的习惯,从而缓解了压力过大、抑郁等情绪问题。

在社会交往方面,老年人的微信好友以认识的亲戚朋友同学为主,通过群聊等渠道,能在保证安全的情况下慢慢扩大交际圈;即使在不方便外出的情况下,也能通过语音、视频、朋友圈互动等方式保持良好的社交能力和人际关系,减少孤独感,对心理健康产生积极的影响。例如,独居老人能通过微信随时与家人、社区等相关人员沟通,及时解决生活上的问题,减少孤独感的同时也降低了突发的危险。这些发现也与任振华“微信帮助老年人开阔眼界,扩大交际圈”的研究结果一致。

在身体健康方面,部分老年人存在过度沉迷微信的情况,如睡前刷视频号影响正常休息时间、与好友频繁点赞互动导致手指不适、眼睛长时间停留在手机屏幕上引起不适等,增加了视力、颈椎等疾病风险和作息不规律引发的众多问题。这与闫毅真的研究一致。当这些负面影响出现时,会引起老年人的焦虑感,从而对心理健康产生消极影响。

在心理健康方面,微信的影响积极与否主要取决于使用熟练度。如微信支付方面,5号受访者提到“经常用(微信支付),刚开始的时候是不敢用、不会用……刚开始觉得怕不安全,这我的钱我也看不到、摸不着,这要是没了咋办呢?后来用的时间长了,觉得也挺好,挺方便……这个用的时间长了也有了安全感,也没出过错”。老年人通常在刚接触微信时,容易有担心害怕情绪,但对微信功能使用熟练之后,担心害怕情绪逐渐减轻或消失,逐渐体会到微信带来

的便利。在消极心理体验方面,值得关注的是,在问到“认为目前微信的功能是否满足自己日常的使用”时,多数受访者在回答“满足”的同时将原因归咎到自己的年龄上,当在使用微信过程中遇到困难的操作时会加剧对年龄的消极情绪。1号受访者回答“也没想啥,也不知道是不是年纪的原因,‘要是有个什么功能’这种也没有这样想过”。同时,1号受访者表示“都是自己琢磨,慢慢研究的,有时候他们(子女)老是吵,‘你看它干嘛’‘你管它干嘛’,老是这样说”。因此,为了老年人在使用微信过程中获得更多积极的体验,年轻人的耐心指导显得尤为重要。这一观点在以往研究中也得到颇多共识。王婉等人在解决老年人面临的数字鸿沟问题中提出发挥家庭/朋友在解决老年数字鸿沟问题中的引导作用这一应对策略;李开月也认为家庭是老年人进入数字生活的第一步,也是学习的主要场所。

4.3 核心编码结果讨论

对5个主轴编码进一步分析,整合成3个核心编码:微信使用习惯、生活习惯和社交的变化、身体和心理健康的影响。最终得出“微信是通过改变老人的生活习惯和社交来最终影响其身心健康的社会适应工具”的结论。

微信是科技发展的产物,当老年人开始使用微信,代表着其在某些方面与这个时代接轨,开始慢慢适应新的社会变化。研究者通过观察部分老年人的朋友圈也发现,他们由频繁转发他人的文章、视频等逐渐转变为自己编辑内容发表,体现了他们从被动接受转变为主动适应的过程。凡事都有两面性,在使用微信这件事上也不例外。虽然微信为老年人的生活带去了很多便利和愉快,如维系家庭情感、增强自信心、缓解孤独感、增加社会参与等,但同时不可避免地会有弊端出现——沉迷于社交媒体、过度依赖,或是丧失主观能动性、危害身体健康等。像本研究中受访者2号在评价微信时说到“对,整体上还是很好的,哪有十全十美的呀,肯定会有点漏洞的,他们都在改进嘛,会越来越好的,相信他们会越来越好的”。同时微信作为一个工具,它对老年人心理健康的影响不是绝对的,如何去使用才起着决定性的作用。在这个过程中,年轻一代的子女和亲友起到了重要的引导作用。

5 质性分析结论与建议

根据对访谈资料的质性分析,本研究得出了“微信是通

过改变生活习惯和社交来影响老年人身心健康的社会适应工具”的结论。微信使用对老年人的身体健康和心理健康的影响存在积极和消极两个方面,这一方面取决于老年人对微信使用的熟练程度,另一方面也受到老年人自身对年龄和使用困难的态度。年轻的家人和亲友应有意识地帮助老年人学习如何使用微信,使老年人更多地体会到微信给生活和社交娱乐活动等带来的便利,帮助老年群体更好地适应智能化的社会生活。

同时,本研究中部分受访者表示“不方便见面可以打视频通话,如果有机会当然更希望面对面聊天”,可以看出微信在情感交流这一过程中起着替代作用。无论科技变化带给老年人的影响是怎样的,微信本身也仅是一种交流的工具,在帮助老年人适应新技术带来的改变的同时,也要时刻记得对老年人的关注应该回归到陪伴老年人本身。

参考文献:

- [1]李开月.伴与绊:智能手机使用对城市低龄老人积极老龄化的影响[D].武汉:江汉大学,2022.
- [2]任振华.中国城市老年人微信使用与社会适应、生活满意度的关系研究[D].厦门:厦门大学,2018.
- [3]胡怡雯.城市老年人微信使用与孤独感的关系研究[D].湘潭:湘潭大学,2020.
- [4]闫毅真.中老年人互联网安全素养现状与提升策略[D].广州:广东外语外贸大学,2019.
- [5]张涵静.“使用与满足”理论视域下的老年人微信接触研究[D].南昌:南昌大学,2019.

基金项目:

广东培正学院校级科研项目,项目名称:广州市养老社会服务体系深化改革调研报告——探索心理学助力养老服务的路径和方法,项目编号:23PZXJQN028。

作者简介:

黄旖雯(1988—),女,汉族,广东广州人,硕士,讲师,研究方向:心理健康。

吕粤(2000—),女,汉族,广东广州人,本科,研究方向:老年心理健康。

何荣娟(1988—),女,汉族,广东广州人,硕士,讲师,研究方向:心理健康。

