

互联网使用对老年人孤独感的影响研究

——年龄的调节作用

郭静^{1,2,3*} 徐艺珊⁴ 陈诗璐⁴ 朱琳⁵

1. 中国人民大学人口与发展研究中心 北京 100872
2. 中国人民大学北京社会建设研究院 北京 100872
3. 中国人民大学健康科学研究所 北京 100872
4. 中国人民大学社会与人口学院 北京 100872
5. 南京市疾病预防控制中心 江苏南京 210013

【摘要】目的:了解老年人互联网使用现状及孤独感水平,探究不同年龄老年人互联网使用对其孤独感的影响及特点。方法:利用 2018 年“中国老年社会追踪调查”数据,采用多元回归分析探究互联网使用对老年人孤独感的影响及年龄的调节作用,并利用倾向值得分匹配法控制模型估计偏差。结果:互联网使用对老年人孤独感的影响会受到年龄的影响($b=0.102, P<0.01$),对于 70 岁以下老年人,互联网使用可显著降低老年人孤独感,而对于 70 岁及以上老年人,互联网使用对孤独感无影响。结论:随着年龄的增长,互联网使用降低老年人孤独感的作用会逐渐减弱。在老年人群中,互联网作用的发挥与互联网时代发展密切相关,越早进行互联网介入干预,越有利于发挥其降低老年人孤独感、改善身心健康的积极作用。

【关键词】老年人;互联网使用;孤独感;调节作用

中图分类号:R197 文献标识码:A doi:10.3969/j.issn.1674-2982.2021.08.005

Study on the influence of Internet use on loneliness of the elderly: The moderating role of age

GUO Jing^{1,2,3}, XU Yi-shan⁴, CHEN Shi-lu⁴, ZHU Lin⁵

1. Center for Population and Development Studies, Renmin University of China, Beijing 100872, China
2. Research Institute of Social Construction of Beijing, Renmin University of China, Beijing 100872, China
3. Research Institute of Health Science, Renmin University of China, Beijing 100872, China
4. School of Sociology and Population Studies, Renmin University of China, Beijing 100872, China
5. Nanjing Center for Disease Control and Prevention, Nanjing Jiangsu 210013, China

【Abstract】 Objectives: To understand the status quo of Internet use on loneliness level of the elderly, and to explore the influence and characteristics of Internet use on loneliness of the elderly of different ages. Methods: Based on the 2018 data from “China Longitudinal Aging Social Survey (CLASS)”, multiple regression analysis was adopted to explore the impacts from Internet use on loneliness of the elderly and the moderating role of age, and the propensity score matching method was utilized to control the estimation deviation of the model. Results: The impacts from Internet use on loneliness of the elderly is affected by age ($b=0.102, P<0.01$); for the elderly aged under 70, Internet use can significantly reduce their loneliness; but for the elderly aged 70 and over, Internet use has no impact on their loneliness. Conclusions: With the increase in age, the role of Internet use in reducing loneliness of the elderly will gradually weaken. Among the elderly, the exertion of role of the Internet is closely related to the development of the Internet era. The earlier the Internet intervention is applied, the more it can help the elderly form a habit of using the Internet, so as to give full play to its positive roles in reducing the loneliness level of the elderly and improving their physical and mental health.

【Key words】 The elderly; Internet use; Loneliness; Moderating role

* 基金项目:中国人民大学公共健康与疾病预防控制跨学科交叉重大创新平台(2021PDPC)

作者简介:郭静(1973 年—),女,博士,副教授,主要研究方向为人口与健康、卫生统计方法应用、卫生项目评估。E-mail:guojingyq@ruc.edu.cn

人口老龄化已成为我国社会发展的重要进程,到2025年,我国60岁及以上老年人口将突破3亿。^[1]随着年龄的逐渐增长,老年人通常会面临社会参与和社交活动减少、与朋友家人分离等问题,从而面临着孤独风险。孤独是个体主观感觉到的、被他人隔绝或被孤立的负向情绪体验,是老年人普遍面临的身心健康问题。^[2]老年人孤独已成为重要的公共卫生问题。^[3]

互联网是时代发展的产物,也日益成为人们赖以生存的环境。互联网的迅速发展对于老年人而言是契机也是挑战。其一方面为老年人提供了多样化的社交娱乐、浏览信息的在线场所,丰富了老年人的社会生活,增强其社会融入感。^[4]另一方面,生活方式的快速变化容易使得老年人不知所措,安全感和归属感降低,甚至被互联网世界排除在外,孤独风险增加。在互联网技术空前发展的今天,将互联网的发展与积极老龄化充分结合,推动老年人共享数字化红利具有重要的现实意义。

在探究互联网等社会发展、时代变迁因素对于个体的影响时,考虑年龄在其中的作用具有重要意义。本文基于社会认知理论,分析互联网使用对老年人孤独感的影响及机制,重点关注年龄在二者关系中的作用,为促进互联网普惠老年人提供理论依据,助力健康老龄化和积极老龄化。

1 文献回顾与理论框架

1.1 文献回顾

孤独感是一种个人主观的孤单、寂寞的心理感受,孤独感的影响因素主要包括个体和环境层面^[5,6],个体层面主要有个体人格心理因素(应对方式、自我效能感、人格等)、基本人口学特征(年龄、性别、婚姻状况、户籍等)、健康因素(日常活动能力、疼痛感受)等。环境层面主要有家庭支持和人际网络。

互联网使用是影响老年人孤独感及心理健康的重要因素,目前学者们对互联网影响研究的结论并不一致,且主要存在三种观点。观点一认为:互联网使用有利于老年人的心理健康,缓解孤独感。这一积极作用主要体现在拓展人际网络^[7]、促进社会融合^[8]、推进技术赋能^[9,10]、便利健康信息获取^[11]等方面。观点二对互联网使用的积极作用提出了质疑:认为频繁的互联网在线活动会取代线下面对面的沟通,从而减少社会联系和情感支持,对降低孤独感不利。^[12]观点三则认为:互联网使用对老年人健康的作

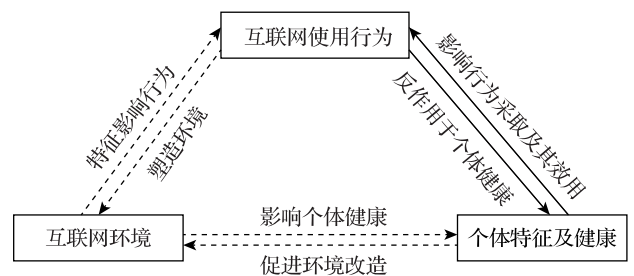
用存在群体异质性。高社会阶层、受教育程度较高的老年人更有可能从互联网使用中获得高回报,而对于低社会阶层和受教育程度较低的老年人而言,互联网使用对心理健康的积极作用并不明显。^[13]

总体而言,研究内容方面,已有研究多关注互联网使用对老年人生活满意度、幸福感等正向心理维度的影响,较少关注孤独感;研究深度方面,当前研究多简单探究因素对其作用,较少关注互联网作用的群体差异。在老龄化进程不断加深和互联网迅猛发展并行的社会背景下,明晰互联网使用对老年人孤独感作用的年龄异质性,思考如何构建更加适老的互联网环境、降低孤独感,是本文的研究重点。

1.2 理论框架

社会认知理论认为环境、个体及行为相互影响、相互作用、相互决定。^[14]即外部环境因素和个体内在特征共同决定了个体行为;这种共同作用表现为个体的主观信念、能动性、自我效能感等,构成个体产生行为的基础;个体通过主观特征和对环境的反应来促进行为产生,行为反过来也会影响个体的主观情绪、心理认知水平^[15];行为作用的发挥也会因个体需求、动机、特征差异而不同。

基于该理论,本研究提出以下研究思路(图1)。互联网时代背景下:(1)老年人会根据环境和个体特征(如年龄)决定是否采取行为——互联网使用,以及决定行为程度、目的等;(2)行为会反作用于个体健康,且行为的作用会因个体特征的不同(如年龄)而产生差异;(3)同时,行为主体具有适应环境和促进环境改造的能力。



注:实线表示提供研究思路指导和纳入统计分析的变量间关系,虚线表示仅提供研究思路指导。

图1 研究思路

2 资料与方法

2.1 研究对象

本文使用2018年“中国老年社会追踪调查”(CLASS)数据进行研究。该调查采用多阶段概率比

例抽样方法,抽取年满 60 周岁的中国公民作为调查对象,调查范围覆盖中国除港、澳、台及西藏之外的 30 个省(自治区、直辖市)共 476 个村(居委会)。抽样过程为:首先抽取县级区域(包括县、县级市、区)作为初级抽样单位,其次抽取村/居委会作为次级抽样单位,最后在每个村(居委会)中采用绘图抽样的方法抽取调查对象,在每个抽中的村(居委会)中完成 25 份调查问卷,实际调查总样本量为 11 418 人。本研究最终纳入分析的有效样本为 9 684 人^①。

2.2 变量及其赋值

2.2.1 因变量:孤独感

本研究采用 Hughes 等人编制的 UCLA 三项目孤独感量表对老年人的孤独感进行测量^[16],共包含三个问题,分别为:“过去一周您觉得自己没人陪伴吗?”“过去一周您觉得自己被别人忽略了吗?”“过去一周您觉得自己被别人孤立了吗?”。所有问题的

计分规则均为 0~2 分(0 = “没有”;1 = “有时”;2 = “经常”)。孤独感总分取值范围为 0~6 分,得分越高,表示孤独感越严重。

2.2.2 自变量:互联网使用

本研究采用“您上网吗?”对老年人互联网使用行为进行测量(0 = 不使用;1 = 使用)。此外,对老年人互联网使用频率、用途、使用设备、学习途径等相关信息进行分析。

2.2.3 调节变量:年龄

年龄采取两种方式处理。第一,连续变量,值域为[60,108],主要用于前期探索性分析;第二,以 5 岁为组距将年龄划分为 60~、65~、70~、75~、80~、共 5 组,用于后期分层分析。

2.2.4 控制变量

控制变量包括基本人口学特征(性别、年龄、受教育程度、户籍)、健康状况、家庭环境、社区环境(表 1)。

表 1 控制变量测量及赋值表

部分控制变量		赋值
健康状况	日常活动能力	取值 0~12,得分越高,日常活动能力越强
	疼痛感受	0 = 无,1 = 有
	消极情绪	取值 0~4,得分越高,消极情绪越强
家庭环境	月人均收入	0 = ≤3 000,1 = 3 001~8 000,2 = 8 001~16 000,3 = >16 000
	居住方式	0 = 独居,1 = 与配偶同住,2 = 与子女同住,3 = 与配偶和子女同住,4 = 其他
	家庭网络	取值 0~15,得分越高,家庭网络越好
	子女关心程度	0 = 不关心,1 = 关心
社区环境	亲密关系损失	0 = 无,1 = 有
	社区养老服务提供	0 = 无,1 = 有
	社区活动设施可及性	0 = 不可及,1 = 可及
	社区活动参与	0 = 从未参与,1 = 偶尔参与,2 = 经常参与

2.3 研究方法

采用多元线性回归探究互联网使用对老年人孤独感的影响和年龄的调节效应。年龄的调节效应分析分三个步骤:(1)加入年龄 * 互联网使用的交互项,判断年龄的调节效应是否存在;(2)采用 Johnson-Neyman 法进行简单斜率分析,计算年龄取不同值时,互联网使用对老年人孤独感影响的简单斜率及其 95% 置信区间^[17],分析年龄的调节作用。实现工具为 SPSS 的 Process 宏程序。(3)年龄分层进行回归分析,进一步探究互联网使用对老年人孤独感作用的年龄异质性。

采用倾向值得分匹配法(PSM)控制可观测变量带来的选择性误差^[18],采用 1:2 最近邻匹配、卡尺内最近邻匹配、半径匹配、核匹配四种方法进行匹配分析,其中,卡尺内最近邻匹配中卡尺为 0.05,实现工具为 Stata15.0。

3 结果

3.1 老年人基本特征

调查的 9 684 名老人中,男性占 49.97%,平均年龄 71.22 岁,其中 60~69 岁占 49.70%,70~79 岁占 34.85%,80 岁及以上占 15.45%;小学及以下文化程

① 选取基本人口学特征、健康状况、家庭环境和社区环境均不缺失的研究对象纳入分析。

度占 66.28%,初中文化程度占 23.57%;城市户籍老年人占 43.85%;独居老年人占 12.14%,与配偶和(或)子女居住老年人占 54.67%。

3.2 老年人孤独感与互联网使用现状

老年人孤独感平均分为 1.48 分,以 3 分及以上作为孤独判断标准^[19],发现 28.49% 的老年人自感孤独;老年人互联网使用比例为 18.91%,不同年龄段老年人使用互联网的比例不同,整体表现为随着年龄的增加,使用比例逐渐降低,有统计学差异($\chi^2 = 927.08, P < 0.001$)。

对于使用互联网的这部分老年人而言,一旦接入并使用互联网,更倾向于每天使用(67.94%),互联网逐渐成为其生活中不可或缺的一部分。用途方面,聊天是老年人上网时最常进行的活动(87.93%),其次为浏览新闻(65.35%),再次为参加娱乐活动(51.46%),在管理健康、购物和投资理财、学习培训等方面使用较少。使用设备以手机为主(96.34%),学习途径以自己摸索和子女家人的帮助为主(75.81%、67.23%)、朋友/邻里帮助也占一定

比例(41.89%),而通过社区培训所占比例很低(2.31%)。

3.3 老年人孤独感、互联网使用、年龄的相关分析

老年人孤独感和互联网使用存在负相关关系($r_s = -0.122, P < 0.05$)。年龄既与孤独感相关($r = 0.076, P < 0.05$),也与互联网使用相关($r_s = -0.311, P < 0.05$),老年人年龄越大,孤独感越强,互联网使用的比例也越低。

3.4 互联网使用对老年人孤独感的影响及年龄的调节作用

互联网使用能够显著降低老年人孤独感($b = -0.114, P < 0.01$,模型 I);同时,这种作用会受到年龄的影响($b = 0.102, P < 0.01$),年龄起调节作用(模型 II)。此外,有同住人、良好的经济状况、较好的家庭网络、子女关心以及无亲密关系损失能显著降低老年人孤独感;社区提供养老服务、社区活动设施可及、积极参与社区活动有利于缓解老年人孤独感。所有变量间 VIF 值均小于 10^[20],不存在共线性(表 2)。

表 2 互联网使用对老年人孤独感的影响及年龄的调节作用分析

因素	模型 I			模型 II		
	b 值	S. E.	t 值	b 值	S. E.	t 值
互联网使用(对照组 = 不使用)	-0.114	0.042	-2.69**	-0.231	0.451	-3.11**
基本人口学特征						
性别(对照组 = 女)	0.022	0.029	0.78	0.021	0.029	0.71
年龄	0.001	0.002	0.73	-0.010	0.013	-0.80
文化程度(对照组 = 小学及以下)						
初中	-0.015	0.037	-0.41	-0.017	0.037	-0.44
高中及以上	-0.121	0.053	-2.27*	-0.113	0.054	-2.12*
户籍(对照组 = 农村)	0.130	0.035	3.73**	0.134	0.035	3.85**
健康状况						
日常活动能力	0.012	0.014	0.85	0.022	0.014	1.57
疼痛感受(对照组 = 无)	-0.043	0.030	-1.46	-0.044	0.030	-1.51
消极情绪	0.603	0.013	44.99**	0.602	0.013	44.94**
家庭环境						
居住方式(对照组 = 独居)						
仅与配偶居住	-0.201	0.048	-4.18**	-0.210	0.048	-4.37**
仅与子女居住	-0.258	0.074	-3.48**	-0.257	0.074	-3.46**
与配偶、子女同住	-0.281	0.076	-3.68**	-0.285	0.076	-3.74**
其他	-0.214	0.054	-3.93**	-0.223	0.054	-4.11**
家庭月人均收入(对照组 = ≤3 000)						
3 001 ~ 8 000	-0.134	0.041	-3.22**	-0.134	0.041	-3.22*
8 001 ~ 16 000	-0.038	0.043	-0.90	-0.039	0.042	-0.92
> 16 000	-0.083	0.048	-1.72	-0.084	0.048	-1.75
家庭网络	-0.016	0.002	-6.11**	-0.016	0.002	-6.16**
子女关心程度(对照组 = 不关心)	-0.073	0.018	-3.94**	-0.072	0.018	-3.85**

(续)

因素	模型 I			模型 II		
	b 值	S. E.	t 值	b 值	S. E.	t 值
亲密关系损失(对照组 = 无)	0.250	0.051	4.92**	0.251	0.050	4.95**
社区环境						
社区养老服务提供(对照组 = 无)	-0.360	0.036	-9.94**	-0.360	0.036	-9.92**
社区活动设施可及性(对照组 = 不可及)	-0.111	0.033	-3.36**	-0.108	0.033	-3.28**
社区活动参与(对照组 = 从未参与)						
偶尔参与	-0.087	0.036	-2.41*	-0.087	0.036	-2.40*
经常参与	-0.219	0.042	-5.27**	-0.219	0.041	-5.27**
互联网使用 * 年龄				0.102	0.034	2.96**

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

简单斜率分析结果表明(图2):不同年龄段老年人,互联网使用对孤独感的影响不同。70岁以下老年人,互联网使用对孤独感影响的斜率为负,置信区间不包含0,表明互联网使用能够降低孤独感($P < 0.05$);斜率随着年龄的增加而降低,表明互联网使用对降低孤独感的作用逐渐减弱;70岁以上老年人斜率95%置信区间包含0,互联网使用对孤独感的影响无统计学意义($P > 0.05$)。

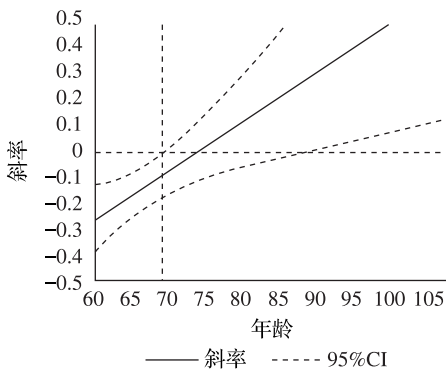


图2 互联网使用对孤独感影响的简单斜率分析

分年龄分层分析进一步显示了互联网使用对老年人孤独感影响的年龄异质性(表3):60岁组老年人中,与其它因素相比,互联网使用对孤独感的影响最大($stb = -0.081, P < 0.05$),降低孤独感的作用最强;65岁组老年人,互联网使用的相对影响力有所降低($stb = -0.038, P < 0.05$);而对于70岁及以上各组的老年人而言,互联网使用对老年人孤独感无影响($P > 0.05$)。此外,居住方式、亲密关系损失、社区活动设施可及性、社区活动参与对老年人孤独感的影响同样存在年龄异质性:对于中高年龄老年人而言,与配偶和子女居住、较少的亲密关系损失、积极参与社会活动对缓解其孤独感具有更为重要的作用;而对于低龄老年人而言,提高社区活动设施可及性有利于降低其孤独感。同时,结果也发现消极情绪、家庭网络、社区养老服务提供是影响各年龄段老年人孤独感的共性因素,消极情绪较少、家庭和社区能提供更好的支持和服务的老年人,孤独感越低。

表3 互联网使用对老年人孤独感影响的年龄分层分析

因素	b 值(stb 值)				
	60岁~	65岁~	70岁~	75岁~	80岁~
互联网使用(对照组 = 不使用)	-0.263** (-0.081)	-0.140* (-0.038)	-0.052 (-0.010)	0.186 (0.031)	0.031 (0.003)
基本人口学特征					
性别(对照组 = 女)	-0.097 (-0.030)	0.039 (0.012)	0.030 (0.009)	0.029 (0.009)	0.122 (0.038)
文化程度(对照组 = 小学及以下)					
初中	-0.030 (-0.009)	-0.025 (-0.007)	-0.061 (-0.015)	0.015 (0.003)	-0.029 (-0.006)
高中及以上	-0.030 (-0.007)	-0.001 (-0.000)	-0.120 (-0.020)	-0.198 (-0.038)	-0.438 (-0.068)
户籍(对照组 = 农村)	0.045 (0.014)	0.214** (0.067)	0.221* (0.067)	0.031 (0.010)	0.070 (0.022)

因素	b 值(stb 值)				
	60 岁 ~	65 岁 ~	70 岁 ~	75 岁 ~	80 岁 ~
健康状况					
日常活动能力	-0.001 (0.001)	0.031 (0.034)	-0.001 (-0.003)	-0.003 (-0.006)	0.012 (0.040)
疼痛感受(对照组 = 无)	-0.059 (-0.017)	0.014 (0.004)	-0.051 (-0.016)	-0.070 (-0.022)	-0.176* (-0.054)
消极情绪	0.670** (0.455)	0.644** (0.447)	0.598** (0.418)	0.517** (0.363)	0.525** (0.375)
家庭环境					
居住方式(对照组 = 独居)					
仅与配偶居住	-0.155* (-0.048)	-0.206* (-0.051)	-0.202* (-0.063)	-0.253* (-0.080)	-0.233* (-0.066)
仅与子女居住	-0.234 (-0.025)	-0.576* (-0.057)	0.072 (0.009)	-0.332 (-0.056)	-0.319** (-0.070)
与配偶及子女同住	-0.293 (-0.048)	-0.433* (-0.040)	-0.405** (-0.056)	-0.348* (-0.050)	-0.338* (-0.042)
其他	-0.131 (-0.037)	-0.227 (-0.065)	-0.176 (-0.048)	-0.324* (-0.091)	-0.288* (-0.082)
月人均收入(对照组 = ≤3 000)					
3 001 ~ 8 000	-0.018 (-0.005)	-0.186* (-0.049)	-0.118 (-0.031)	-0.237 (-0.063)	-0.136 (-0.036)
8 001 ~ 16 000	0.048 (0.014)	-0.105 (-0.028)	0.045 (0.012)	-0.085 (-0.022)	-0.023 (-0.005)
>16 000	0.044 (0.012)	-0.161 (-0.045)	-0.073 (-0.019)	-0.053 (-0.015)	-0.112 (-0.031)
家庭网络					
子女关心程度(对照组 = 不关心)	-0.120 (-0.060)	-0.085* (-0.041)	-0.033 (-0.015)	-0.081 (-0.039)	-0.037 (-0.018)
亲密关系损失(对照组 = 无)	0.101 (0.017)	0.253* (0.045)	0.251* (0.043)	0.373** (0.068)	0.346** (0.068)
社区支持					
社区养老服务提供(对照组 = 无)	-0.193* (-0.053)	-0.364** (-0.100)	-0.432** (-0.111)	-0.497** (-0.135)	-0.383** (-0.098)
社区活动设施可及性(对照组 = 不可及)	-0.170* (-0.047)	-0.185* (-0.033)	-0.102* (-0.028)	-0.080 (-0.024)	0.006 (0.001)
社区活动参与(对照组 = 从未参与)					
偶尔参与	-0.053 (-0.015)	-0.023 (-0.006)	0.077 (0.018)	-0.241* (-0.061)	-0.391** (-0.089)
经常参与	0.017 (0.003)	-0.137 (-0.029)	-0.276** (-0.060)	-0.352** (-0.082)	-0.485** (-0.117)
N	1 827	2 986	2 021	1 354	1 496

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

3.5 倾向值得分匹配分析结果

大部分老年人的倾向值得分处于共同取值范围内。经匹配,处理组和非处理组的样本各变量偏误均得到了很大程度的消减,两组样本各变量均值均不存在统计学差异($P > 0.05$),各变量均通过了平衡性检验,样本匹配效果较好。1:2 最近邻匹

配、卡尺内最近邻匹配、半径匹配和核匹配四种方法估计所得平均处理效应分别为 -0.225、-0.228、-0.227、-0.253($P < 0.05$),表明在控制了可观测变量带来的自选择偏误后,互联网使用仍能降低老年人孤独感。

4 讨论

4.1 老年人互联网使用比例偏低,发挥互联网降低孤独感作用仍有较大空间

老年人孤独感水平虽整体较低,但仍有近 30% 已陷入孤独,且孤独感会随着年龄的增长逐渐严重。随着社会的发展,互联网与老龄社会的融合将越来越紧密,对老年人健康的影响也会愈加深刻。然而老年人互联网使用处于弱势地位:一方面,存在学习途径单一、社区和社会的学习培训处于缺位状态、互联网接入环境支持不足等问题。同时,老年人互联网使用内容也主要停留在语音视频聊天、浏览信息、休闲娱乐等普适化功能层面,健康服务、养老支持等工具性功能使用不足,不利于老年人养老环境的改善和养老需求的实现。

互联网作为集信息传播、聊天社交、休闲娱乐、便利服务等多功能为一体的庞大工具体,在满足老年人生活、养老、健康需求方面优势巨大。尤其是在人口流动频繁的当下,依托互联网产生的微信等通信平台不受空间限制,能够满足老年人的即时社交互动需求。同时,互联网还有助于老年人突破身体功能限制和社交限制,实现信息的自由流通,有利于开拓老年人视野,帮助其了解和融入社会生活,提高社会适应能力。此外,互联网提供了多样化的休闲娱乐选择,有助于老年人放松身心、娱乐心情、减少消极情绪。

总体而言,互联网使用在降低老年人孤独感、增进健康方面具有较大潜力,但数字红利并未在老年人群中得以有效体现,互联网作用的有效发挥尚有较大空间。

4.2 互联网使用降低老年人孤独感受年龄影响较大

老年人年龄的增长意味着听力、视力、认知、活动能力等身体机能的逐步下降,以及学习能力、社会适应能力的降低。老年人互联网使用行为本身会受到年龄的影响,互联网作用的发挥也会受到年龄的影响。

随着年龄增长,互联网使用降低老年人孤独感的作用逐渐减弱,70 岁及以上中高龄老年人无法获得互联网红利的原因可从以下三方面理解。第一,对于老年人群而言,互联网能否发挥作用与互联网时代的发展密切相关。70 岁及以上老年人长期生活在无网时代,生活习惯、观念和学习方式与互联网时代相差甚远,加之学习适应能力降低,难以融入互联

网时代的社会环境。而 70 岁以下低龄老年人在拥有一定学习适应能力的时期具有充分介入互联网的机会,能够养成使用互联网的习惯,即使逐渐变老,互联网仍能持续发挥作用。第二,中高龄老年人的互联网卷入程度不够,无法通过互联网满足自身需求。他们多是基于被动要求使用互联网,且多为轻度使用者。第三,中高龄老年人孤独感影响因素更多聚焦于居住方式、线下社会支持等方面,工具性支持和现实性的情感支持对缓解孤独感的作用更强。随着年龄的增长,其结交新朋友、获取前沿消息、从互联网娱乐中获得满足的动机与需求缩减。基于此发现,互联网对老年人孤独感的降低作用更多遵循着“会用者将长期得利”的原则,只有主动接触并使用,互联网的作用才会有所体现,随着互联网与个人生活的融入加深并加以合理利用,其积极作用将会越来越明显。

5 建议

总体而言,互联网使用对缓解老年人孤独感、助其融入社会生活具有重要意义,而互联网的重要作用存在年龄异质性,现阶段具有对低龄老年人利好、而对中高龄老年人无意义的特点。对中高龄老年人的无意义可能来源于中高龄老年人缺乏积极介入的机会、互联网环境不适老、尚未发觉与其需求相对应的功能等原因。基于此,本文提出以下建议:

第一,应创造便利的互联网接入环境,为互联网在老年人中持续发挥作用提供条件。一方面应建立友好的软环境,普及互联网知识,提升老年人信息素养,同时丰富互联网学习途径;另一方面应着重进行硬件条件的具备和优化。从主观促进和客观条件具备两方面共同推进老年人互联网使用,发挥互联网在老年人群中应有的作用。

第二,应充分考虑老年人年龄特点,重点关注内容的改善,促进互联网适老化改造。在明确不同老年人养老和健康需求的基础上,对于低龄老年人,应着眼于提高使用深度,拓展使用内容,重点满足未来的养老和健康需求;对于中高龄老年人,更应关注如何引导工具更加适老、内容更加贴合需求,一方面推动互联网与上门服务等养老服务相结合,拓展服务宽度和深度,将互联网技术融入家庭养老、社区养老,另一方面利用互联网延伸线下陪伴和交流,缓解老年人的生理和活动困难,拓展生活圈社交圈,增加与人的接触,丰富兴趣爱好和娱乐活动,降低其孤

独感。

总之,互联网浪潮和“银发浪潮”必将同步发展、共生共存,互联网浪潮也必将深刻融入银发一族的生活,不断改变着老年人的生活方式。互联网的发展应该充分考虑并主动适应老年人的年龄特点,在设备、操作、内容等多方面进行适老化改造,打破接入壁垒,营造无障碍的接入和使用环境。进而推动老年人的互联网使用,助力其对抗孤独,增强幸福感和生活满意度,增进心理健康。

作者声明本文无实际或潜在的利益冲突。

参 考 文 献

[1] 国家民政部. 各类养老床位数达到 807.5 万张[EB/OL]. (2021-01-07) [2021-03-12]. http://www.cfen.com.cn/dzb/dzb/page_5/202101/t20210107_3640080.html

[2] Bandari R, Khankeh H R, Shahboulaghi F M, et al. Defining loneliness in older adults: protocol for a systematic review[J]. *Systematic reviews*, 2019, 8(1): 1-6.

[3] Gerst-Emerson K, Jayawardhana J. Loneliness as a public health issue: the impact of loneliness on health care utilization among older adults [J]. *American journal of public health*, 2015, 105(5): 1013-1019.

[4] 裴晨阳, 胡琳琳, 刘远立. 我国老年健康服务政策的发展演变与未来建议[J]. *中国卫生政策研究*, 2020, 13(11): 77-82.

[5] 张如敏, 张斌, 章雷钢. 亲子社会支持对老年人宽恕与孤独感中介作用[J]. *中国公共卫生*, 2017, 33(1): 129-131.

[6] 赖运成. 老年人孤独感的研究进展[J]. *中国老年学杂志*, 2012, 32(11): 2429-2432.

[7] 刘楚. 老年人互联网使用与其社交孤独感关系探究[J]. *新媒体研究*, 2020, 6(20): 39-42, 54.

[8] 靳永爱, 赵梦晗. 互联网使用与中国老年人的积极老龄化: 基于 2016 年中国老年社会追踪调查数据的分析[J]. *人口学刊*, 2019, 41(6): 44-55.

[9] Boz H, Karatas S E. A Review on Internet Use and Quality of Life of the Elderly [J]. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 2015, 10(3): 182-191.

[10] Berkowsky R W. Internet use, social integration, and psychological well-being in older adults[M]. The University of Alabama at Birmingham, 2012.

[11] 蔡博宇, 徐志杰. 微信公众平台上阅读医学科普文章行为的调查[J]. *中国公共卫生管理*, 2016, 32(6): 783-787.

[12] 雷滢仟. 互联网使用对主观幸福感影响的代际差异趋势研究[D]. 厦门: 厦门大学, 2019.

[13] 陈鑫. 互联网使用对老年人社会隔离的影响及差异研究[J]. *当代经济管理*, 2020, 42(9): 53-59.

[14] 格兰茨. 健康行为与健康教育理论、研究和实践[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 2014.

[15] 徐顺. 基于社会认知理论的大学生数字公民素养影响因素及提升策略研究[D]. 武汉: 华中师范大学, 2019.

[16] Hughes M E, Waite L J, Hawkley L C, et al. A short scale for measuring loneliness in large surveys: Results from two population-based studies[J]. *Research on aging*, 2004, 26(6): 655-672.

[17] Hayes A F, Matthes J. Computational procedures for probing interactions in OLS and logistic regression: SPSS and SAS implementations [J]. *Behavior research methods*, 2009, 41(3): 924-936.

[18] 和红, 谈甜. 居民身心健康状况对职业收入的影响: 基于倾向得分匹配法(PSM)的实证研究[J]. *中国卫生政策研究*, 2019, 12(2): 27-34.

[19] Ferguson, Laura. The campaign to end loneliness [J]. *Working with Older People*, 2011, 15(2): 66-70.

[20] Damodar N G, Dawn C P. *Basic Econometrics* (Fifth Edition) [M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2011.

[收稿日期:2021-07-21 修回日期:2021-08-15]

(编辑 赵晓娟)