

# 社会参与对中国老年人抑郁水平的影响研究

和 红<sup>1,2\*</sup> 闫辰聿<sup>2,3</sup> 王 鑫<sup>2,3</sup> 邓 澈<sup>2,3</sup>

1. 中国人民大学人口与发展研究中心 北京 100872

2. 中国人民大学健康科学研究所 北京 100872

3. 中国人民大学社会与人口学院 北京 100872

**【摘要】**目的:了解志愿型社会参与和个人型社会参与对老年人抑郁水平的影响,并探讨社会网络、社会适应和生活满意度的中介作用,为促进老年心理健康,实现积极老龄化提供实证依据。方法:基于中国老年社会追踪调查(CLASS)2018年数据中的6939名老年人,使用两独立样本T检验进行单因素分析,利用OLS模型进行多因素分析,通过逐步回归和广义结构方程(GESM)估计中介效应。结果:我国老年人社会参与水平较低,无论是志愿型社会参与、个人型社会参与还是两种类型均参与都会显著抑制老年人抑郁水平。个人型社会参与通过提高老年人社会网络、社会适应和生活满意度抑制其抑郁水平,志愿型社会参与通过提高社会适应水平抑制其抑郁水平。结论:社会参与会降低老年人抑郁水平,政府和社区应鼓励老年人多参与社会公益活动和娱乐型社交活动中去,提高社会网络、社会适应能力和生活质量,从而提高其心理健康水平。

**【关键词】**社会参与;抑郁;社会适应;老年人;积极老龄化

中图分类号:R197 文献标识码:A doi:10.3969/j.issn.1674-2982.2023.02.001

## A study on the effects of social participation on the level of depression among Chinese elderly

HE Hong<sup>1,2</sup>, YAN Chen-yu<sup>2,3</sup>, WANG Xin<sup>2,3</sup>, DENG Che<sup>2,3</sup>

1. Center for Population and Development Studies, Renmin University of China, Beijing 100872, China

2. Institute of Health Science, Renmin University of China, Beijing 100872, China

3. School of Sociology and Population Studies, Renmin University of China, Beijing 100872, China

**【Abstract】** Objective: To understand the effects of voluntary social participation and personal social participation on level of depression among the elderly and to explore the mediating roles of social networks, social adaptation and life satisfaction, so as to provide an empirical evidence for improving mental health of the elderly and achieving active aging. Methods: Based on data gathered in 2018 China Longitudinal Aging Social Survey (CLASS) involving 6 939 seniors, a one-way analysis was conducted using two independent samples t-test, and a multi-factor analysis was conducted using OLS model, on the basis of the above analyses, the mediating effect is tested by stepwise regression and GSEM. Results: The results showed low levels of social participation among seniors in China. Either voluntary social participation, personal social participation, or both of them significantly suppressed depression levels among seniors. Personal social participation suppressed depression levels among seniors by improving their social networks, social adaptation, and life satisfaction, while voluntary social participation suppressed depression levels by increasing social adaptation. Conclusion: Social participation is proved to reduce depression levels among seniors. The government and the community should encourage the elderly to participate more in social welfare activities and recreational social activities, so that they can expand their social network, improve their social adaptation and life quality, so as to

\* 基金项目:中国人民大学公共健康与疾控文理交叉重大创新平台 2023 年度“中央高校建设世界一流大学和特色发展引导专项资金”(2023PDPC)

作者简介:和红(1969年—),女,教授,博士生导师,主要研究方向为社会医学。E-mail:hehong@ruc.edu.cn

通讯作者:闫辰聿。E-mail:yanchenyu@ruc.edu.cn

enhance their mental health and eventually achieve a sense of worthiness and happiness in old age.

**【Key words】** Social participation; Depression; Social adaptation; Elderly; Active aging

“十四五”时期我国将从轻度人口老龄化进入中度人口老龄化,积极老龄化是应对人口老龄化的重要战略举措。2021年《中共中央国务院关于加强新时代老龄工作的意见》(以下简称“意见”)指出,促进老年人社会参与,提高老年人健康水平是实现积极老龄化的重要举措。社会参与是老年人融入社会、适应社会发展的重要途径。<sup>[1-2]</sup>近年我国老年人抑郁患病率日趋升高,2016年我国老年人因抑郁所产生的疾病负担是2000年的1.7倍,抑郁已然成为影响老年人疾病负担和健康生活的重要因素。<sup>[3]</sup>本文利用2018年中国老年社会追踪调查数据,从老年人对社会的主体责任意识和对个人的自我发展意识视角出发,分析志愿型社会参与和个人型社会参与对老年人抑郁水平的影响,并初步分析老年人社会网络、社会适应和生活满意度的中介作用,对提高老年人社会参与水平和心理健康,实现积极老龄化具有重要社会价值和政策意义。

## 1 文献回顾

已有文献探讨社会参与与心理健康的关系并得出有意义的结论,例如赵涵<sup>[3]</sup>等人通过分析2018年CHARLS数据得出社会活动参与是老年人抑郁情绪的保护因素;朱荟<sup>[4]</sup>利用2018年CLHLS数据分析得出同样的结论,发现无论是群体交往型社会参与还是自我消遣型社会参与都会显著削弱老年人的孤独感;陈洁瑶<sup>[5]</sup>等人则利用同样数据对社会参与进行不同分类,发现休闲娱乐型、社会交往型社会参与及与家人同住对老年人心理健康有显著促进效应,家务型社会参与则对心理健康有负向影响。回顾过往研究,一是学者们对社会参与定义不同,类型划分存在差异,较多学者侧重分析不同社会参与类型对老年人心理健康影响的差异,但较少的文献关注到志愿参与对老年人心理健康的影响;二是较少的文献分析社会参与对老年人心理健康的影响路径。

参与是实现积极老龄化的三大支柱之一,社会参与泛指老年人参与社会活动的意愿和行为<sup>[2]</sup>,志愿参与是老年人实现老有作为的重要途径。<sup>[6]</sup>志愿参与是指老年人基于利他动机,无偿参与到不以盈

利为目的的活动中,其不仅关注老年人对社会的主体责任意识和归属感,更利于老年阶段自我价值的实现,关注志愿参与的外部效应对于促进老年人参与志愿活动,兑现外部效益具有重要意义。<sup>[6]</sup>在此基础上,本文进一步考虑老年人社会归属感和个人自我利益实现,将社会参与分为志愿型社会参与和个人型社会参与,志愿型社会参与意同志愿参与,个人型社会参与是指老年人为满足低层次需求,以利己为目的参与的社会活动。<sup>[7]</sup>

社会参与是个人行为与社会活动连接的纽带,对于社会参与如何影响到老年人的心理健康,学者主要利用社会支持理论、社会感染理论和活动理论进行阐释。社会支持理论认为社会互动会强化社会人的关系网络和社会资源,从而使自身发展得到满足,社会参与是老年人社会互动的主要途径,特别是群体交往型社会参与,进一步强化了老年人的社会网络特别是朋友网络,满足其心理依赖需求,影响其精神健康。<sup>[8-9]</sup>社会感染理论认为老年人可以通过加强社会融入,适应社会发展来抑制社会孤独,社会参与是老年人适应社会的重要路径,该理论强调社会参与使得老年人不会与社会隔离,可以同步适应社会环境的变化,从而降低老年人内心的社会排斥和孤独感,对老年人的心理健康产生影响。<sup>[10]</sup>活动理论更强调老年人生活质量的作用,该理论认为参与到社会活动中可以帮助老年人建立新的社会角色,提高老年人生活满意度,从而影响到老年人的心理健康。<sup>[11]</sup>基于此,本文在现有的文献基础上扩展两个方面的内容,一是基于外在社会效益的扩散和内在个人利益的实现两个维度出发,分别考察志愿型社会参与与个人型社会参与对老年人心理健康的影响;二是以老年人社会网络、社会适应水平和生活满意度为中介变量,初步探索老年人社会参与对心理健康的影响路径。

## 2 研究设计

### 2.1 数据来源

本文数据来自于中国人民大学中国调查与数据中心负责实施的中国老年社会追踪调查(China

Longitudinal Aging Social Survey, CLASS)2018 年全国调查数据。CLASS 2018 项目采用分层多阶段的概率抽样方法,调查样本分布在全国 28 个省(自治区、直辖市)、134 个县(区),462 个村居。在进行数据清洗时,为分析结果稳健可靠,剔除心理健康、社会网络、社会参与和社会适应的删失值和异常值,最终纳入分析的样本为 6 939 位老年人。

## 2.2 变量设置

### 2.2.1 因变量

本文的因变量是老年人抑郁水平,CLASS2018 年问卷借鉴美国流调中心抑郁 CES-D 量表和中国科学院心理健康重点实验室编制的 CES-D 中文版简版量表,<sup>[12-13]</sup>采用 12 条题目测量老年人的抑郁水平,该量表取值区间 12~36 分,信度为  $\alpha = 0.88$ ,能较好反映老年人抑郁水平,得分越高表明抑郁风险越大。

### 2.2.2 核心自变量

本文的核心自变量是老年人的社会参与。利用 CLASS 问卷中社会参与模块测量老年人志愿型社会参与和个人型社会参与水平,志愿型社会参与包括:“社区治安巡逻、照料其他老人和小孩、环境卫生保护、调解邻里纠纷”;个人型社会参与包括“上老年大学或课程培训、打麻将/下棋/打牌、广场舞”,每月至少参与其中任何一项活动赋值为 1,否则赋值为 0,根据以上赋值生成四个核心自变量:志愿型社会参与、个人型社会参与、两种类型均参与、两种类型均不参与。

### 2.2.3 中介变量

中介变量包括社会网络、社会适应和生活满意度。CLASS 问卷中社会网络采用 Lubben 社会网络量表测量<sup>[14]</sup>老年人的朋友网络,取值区间为 0~15 分,信度为  $\alpha = 0.83$ ,能较好反映老年人朋友网络现状,得分越高表示老年人的社会网络越强。CLASS 问卷利用陈勃<sup>[15]</sup>编制的社会适应量表测量老年人社会适应水平,该量表信度为  $\alpha = 0.85$ ,能较好反映老年人的社会适应水平,取值区间为 4~20 分,得分越高表示老年人的社会适应能力越强。生活满意度为里克特量表,依据选项依次赋值为很不满意 = 1,比较不满意 = 2,一般 = 3,比较满意 = 4,很满意 = 5。

### 2.2.4 控制变量

基于对以往文献的回顾,本文控制人口学特征、生理健康、社会经济地位,除此之外,考虑到个人型社会参与包括娱乐活动,本文控制社区是否有娱乐休闲设施(表 1)。

表 1 变量描述

变量设置		均值/ 频数	标准差/ 百分比(%)
因变量			
心理健康	连续型变量	19.68	3.88
核心自变量			
志愿型社会参与	是 = 1 否 = 0	228 6 711	3.29 96.71
个人型社会参与	是 = 1 否 = 0	1 693 5 246	24.40 75.60
两种均参与	是 = 1 否 = 0	1 370 5 569	19.74 80.26
两种均不参与	是 = 1 否 = 0	3 648 3 291	52.57 47.43
中介变量			
社会网络	连续型变量	6.35	3.11
社会适应	连续型变量	21.33	2.96
生活满意度	连续型变量	3.80	0.82
控制变量			
性别	男性 = 1 女性 = 0	3 525 3 414	50.80 49.20
民族	少数民族 = 1 汉族 = 0	397 6 542	5.72 94.82
年龄	连续型变量	73.50	7.09
户口	非农业 = 1 农业 = 0	3 379 3 560	48.70 51.60
个人年收入(对数)	连续型变量	9.23	2.94
日常生活能力(ADL)	连续型变量	1.14	0.63
婚姻	在婚 = 1 非在婚 = 0	4 775 2 164	68.81 31.19
文化程度	小学及以下 = 1 初中 = 2 高中/中专/技校 = 3 大专及以上 = 4	1 788 2 806 1 677 668	25.77 40.44 24.17 9.63
自评健康	不健康 = 1 一般 = 2 健康 = 3	3 172 2 786 981	45.71 40.15 14.14
退休	是 = 1 否 = 0	2 705 4 234	38.98 61.02
居住方式	独居 = 1 非独居 = 0	819 6 120	11.80 88.20
社区设施	有 = 1 无 = 0	4 792 2 147	69.06 30.94

## 2.3 研究方法

本文因变量为连续变量,单因素分析采用两独立样本 T 检验,基于 OLS 模型分析社会参与模式对老年人心理健康的影响,利用逐步回归法检验中介效应是否显著,并利用广义结构方程(GSEM)估计直接效应与间接效应。本文实证分析均使用 Stata16。

## 3 研究结果

### 3.1 老年人社会参与对抑郁水平的单因素分析

我国老年人社会参与水平较低,52.57%的老年

人两种类型的社会活动均不参与,个人型社会参与率要高于志愿型社会参与率,有3.29%的老年人仅参与志愿型社会活动,24.4%老年人仅参与个人型社会活动,仅有19.74%的老年人会参与到两种类型的社会活动中去。CES-D得分均值19.68分,抑郁水平较高。单因素分析结果显示,四种社会参与模式,具有该项社会参与的老年人和不具有该项社会参与老年人两组间抑郁水平的差异具有统计学意义(表2)。

表2 老年人社会参与对抑郁水平的单因素分析结果

	分类(%)	均值	标准差	t值	P值
志愿型社会参与	是(3.29)	19.03	3.40		
	否(96.71)	19.70	3.89	2.58	0.005**
个人型社会参与	是(24.40)	19.29	4.04		
	否(75.60)	19.81	3.82	4.84	<0.001***
两种类型均参与	是(19.74)	19.24	3.41		
	否(80.26)	19.79	3.98	4.71	<0.001***
两种类型均不参与	是(52.57)	20.07	3.96		
	否(47.43)	19.25	3.74	-8.88	<0.001***

注: \*\* P < 0.01, \*\*\* P < 0.001。

### 3.2 老年人社会参与对抑郁水平的影响

表3中模型1-4展示了老年人社会参与对抑郁水平的影响。模型1结果显示,志愿型社会参与与老年人抑郁情绪呈显著负相关,即参与志愿型社会活动会显著降低老年人抑郁水平。模型2结果显示,个人型社会参与与老年人抑郁情绪同样呈现显著负相关关系,即以个人为中心的社会活动会显著抑制老年人的抑郁水平。模型3结果显示,两种类型社会活动均参与与老年人CES-D得分呈显著负相关,同时参与志愿型社会活动和个人型社会活动的老年人抑郁水平较低。模型4结果显示两种类型社会活动均不参与的老年人CES-D得分较高,即无社会参与行为的老年人抑郁水平更高。

除此之外,年龄与老年人抑郁情绪呈正相关;非农业老年人的抑郁情绪更高;在婚状态和年收入提高会显著降低老年人的抑郁水平;失能水平加重和独居状态均会提升老年人抑郁水平;退休和老年人CES-D得分呈显著负相关;生活在建有娱乐设施社区的老年人更不易产生抑郁情绪。

表3 两种社会参与模式对老年人抑郁水平影响的OLS模型(N=6939)

	模型1	模型2	模型3	模型4
志愿型社会参与(参照=否)	-0.441* (0.222)			
个人型社会参与(参照=否)		-0.313** (0.115)		
两种类型均参与(参照=否)			-0.327** (0.110)	
两种类型均不参与(参照=否)				0.506*** (0.095)
性别(参照=女性)	-0.004 (0.094)	-0.004 (0.094)	-0.005 (0.094)	-0.003 (0.094)
年龄(岁)	0.040*** (0.007)	0.038*** (0.007)	0.040*** (0.007)	0.037*** (0.007)
民族(参照=少数民族)	-0.191 (0.177)	-0.181 (0.176)	-0.225 (0.178)	-0.259 (0.176)
户口(参照=农业)	0.625*** (0.131)	0.634*** (0.131)	0.635*** (0.131)	0.658*** (0.131)
婚姻(参照=非在婚)	-0.529*** (0.120)	-0.530*** (0.120)	-0.523*** (0.120)	-0.512*** (0.120)
个人年收入(对数)	-0.116*** (0.016)	-0.123*** (0.016)	-0.107*** (0.016)	-0.108*** (0.016)
文化程度(参照=小学及以下)				
初中	0.067 (0.119)	0.056 (0.120)	0.083 (0.120)	0.065 (0.119)
高中/中专/技校	-0.015 (0.145)	-0.021 (0.145)	0.015 (0.145)	0.019 (0.144)
大专及以上	-0.468** (0.181)	-0.487** (0.181)	-0.411* (0.183)	-0.406* (0.182)

续表 3 两种社会参与模式对老年人抑郁水平影响的 OLS 模型 ( $N=6\ 939$ )

	模型 1	模型 2	模型 3	模型 4
自评健康(参照 = 不健康)				
一般	0.055 (0.251)	0.053 (0.250)	0.069 (0.251)	0.029 (0.251)
健康	0.758 ** (0.262)	0.745 ** (0.262)	0.764 ** (0.263)	0.715 ** (0.263)
ADL	0.430 *** (0.078)	0.423 *** (0.078)	0.427 *** (0.078)	0.412 *** (0.078)
退休(参照 = 否)	-0.614 *** (0.132)	-0.595 *** (0.133)	-0.621 *** (0.132)	-0.593 *** (0.132)
居住方式(参照 = 非独居)	0.656 *** (0.161)	0.655 *** (0.161)	0.665 *** (0.161)	0.678 *** (0.161)
社区设施(参照 = 无)	-0.406 *** (0.110)	-0.354 ** (0.112)	-0.428 *** (0.110)	-0.344 ** (0.110)
截距项	17.681 *** (0.620)	17.927 *** (0.630)	17.583 *** (0.621)	17.497 *** (0.619)

注:括号内为稳健标准误; \*  $P < 0.05$ , \*\*  $P < 0.01$ , \*\*\*  $P < 0.001$ 。

### 3.3 社会网络的中介作用

为进一步考察社会参与对老年人抑郁水平的影响路径,本文通过逐步回归的方式考察老年人社会网络、社会适应和生活满意度的中介作用。表 4 结果显示,个人型社会参与和两种类型社会活动参与均会显著扩大老年人的社会网络;在同时纳入个人型社会参与与社会网络的模型中,社会网络对老年

人抑郁情绪的负向影响均有统计学意义,表明社会网络扩大可以有效抑制老年人抑郁水平,个人型社会参与的系数显著,社会网络中介效应显著,个人型社会参与模式会通过扩大老年人社会网络来降低老年人抑郁水平;两种类型均参与的系数显著,社会网络中介效应显著,参与到两种社会参与模式中会扩大老年人社会网络从而抑制老年人抑郁水平。

表 4 社会网络的中介效应

	社会网络	抑郁水平	社会网络	抑郁水平	社会网络	抑郁水平	社会网络	抑郁水平
志愿型社会参与(参照 = 否)	-0.282 (0.196)	-0.466 * (0.221)						
个人型社会参与(参照 = 否)			0.232 ** (0.089)	-0.293 * (0.114)				
两种类型均参与(参照 = 否)					0.337 *** (0.098)	-0.357 ** (0.111)		
两种类型均不参与(参照 = 否)							0.083 (0.078)	0.514 *** (0.095)
社会网络		-0.089 *** (0.015)		-0.087 *** (0.015)		-0.091 *** (0.015)		-0.090 *** (0.015)

注:括号内为稳健标准误; \*  $P < 0.05$ , \*\*  $P < 0.01$ , \*\*\*  $P < 0.001$ ; 控制变量为 Y。

### 3.4 社会适应的中介作用

表 5 结果显示,志愿型社会参与和个人型社会参与均会显著提高老年人的社会适应水平,两种类型社会活动均不参与与老年人社会适应水平呈现显著负相关;在同时纳入志愿型社会参与、个人型社会参与与社会适应的模型中,社会适应对老年人抑郁情绪的负面影响均有统计学意义,志愿型社会参与的系数不再有统计学意义,本文进一步纳入两变量乘积观察交互项显著,该中介效应显著,老年人志愿

型社会参与会通过提高其社会适应能力来抑制其抑郁水平;个人型社会参与系数显著,社会适应中介效应显著,表明老年人个人型社会参与会通过提高老年人社会适应能力来抑制其抑郁水平;在同时纳入两种类型均不参与与社会适应的模型中,两种类型均不参与的系数显著,社会适应中介效应显著,两种社会参与模式均不参与会降低老年人社会适应水平,从而加重老年人抑郁水平。

表 5 社会适应的中介效应

	社会适应	抑郁水平	社会适应	抑郁水平	社会适应	抑郁水平	社会适应	抑郁水平
志愿型社会参与(参照 = 否)	0.756 *** (0.216)	-0.287 (0.224)						
个人型社会参与(参照 = 否)			0.222 * (0.087)	-0.232 * (0.114)				
两种类型均参与(参照 = 否)					0.124 (0.097)	-0.375 *** (0.109)		
两种类型均不参与(参照 = 否)							-0.191 * (0.075)	0.456 *** (0.095)
社会适应		-0.231 *** (0.015)		-0.230 *** (0.015)		-0.232 *** (0.015)		-0.229 *** (0.015)

注: \*  $P < 0.05$ , \*\*  $P < 0.01$ , \*\*\*  $P < 0.001$ ; 控制变量为 Y。

### 3.5 生活满意度的中介作用

表 6 结果显示,志愿型社会参与和个人型社会参与均会显著提高老年人的生活满意度,两种类型均不参与与老年人生活满意度呈现显著负相关;在同时纳入志愿型社会参与、个人型社会参与与生活满意度的关系模型中,生活满意度对老年人抑郁情绪的负向影响均显著,表明生活满意度的提高对老年人抑郁水平降低有促进效应,志愿型社会参与的

系数不再显著,进一步分析两变量交互项仍不显著,该中介效应不显著;个人型社会参与系数显著,生活满意度中介效应显著,表明老年人个人型社会参与会通过提高老年人生活满意度来抑制老年人抑郁水平;在同时纳入两种类型均不参与与生活满意度的关系模型中,两种类型均不参与的系数显著,生活满意度中介效应显著,两种社会参与模式均不参与的老年人生活满意度更低,从而增加老年人抑郁风险。

表 6 生活满意度的中介效应

	生活满意度	抑郁水平	生活满意度	抑郁水平	生活满意度	抑郁水平	生活满意度	抑郁水平
志愿型社会参与(参照 = 否)	0.559 *** (0.144)	-0.262 (0.221)						
个人型社会参与(参照 = 否)			0.193 *** (0.055)	-0.236 * (0.112)				
两种类型均参与(参照 = 否)					0.019 (0.060)	-0.307 ** (0.109)		
两种类型均不参与(参照 = 否)							-0.232 *** (0.049)	0.412 *** (0.094)
生活满意度		-0.853 *** (0.056)		-0.850 *** (0.056)		-0.854 *** (0.056)		-0.839 *** (0.056)

注:以生活满意度为因变量的模型为 OLS 模型结果,与 Order Logit 模型结论一致; \*  $P < 0.05$ , \*\*  $P < 0.01$ , \*\*\*  $P < 0.001$ ; 控制变量为 Y。

### 3.6 广义结构方程估计结果

根据逐步回归检验中介效应显著性,进一步估计个人型社会参与和志愿型社会参与与老年人抑郁水平的中介机制。表 7 结果显示,个人型社会参与对老年人抑郁水平影响的总效应为 0.058,其中通过社会网络的间接效应为 0.006,占 10.3%,通过社会适应的间接效应为 0.014,占 24.1%,通过生活满意度的间接效应为 0.013,占 22.4%,结果表明个人型社会参与会通过提高老年人的社会网络和社会适应水平,通过改善老年人的生活满意度从而改善老年人的抑郁水平。志愿型社会参与对老年人抑郁水平影响的总效应为 0.031,其中通过社会适应的间接效应为

0.011,占 35.5%,表明个人型社会参与会通过提高老年人的社会适应水平,从而改善老年人的抑郁水平。

表 7 GSEM 的中介效应系数检验

中介变量	参与类型	效应	系数	P 值
社会网络	个人型参与	直接效应	-0.052	<0.001
		间接效应	-0.006	<0.001
社会适应	志愿型参与	直接效应	-0.020	<0.001
		间接效应	-0.011	<0.008
	个人型参与	直接效应	-0.044	<0.001
		间接效应	-0.014	<0.001
生活满意度	个人型参与	直接效应	-0.045	<0.001
		间接效应	-0.013	<0.001

注:展示 Sobel 检验结果。

## 4 讨论与建议

### 4.1 我国老年人社会参与水平较低,社会参与会显著改善老年人抑郁水平

我国老年人社会参与水平较低,有 3.29% 的老年人仅参与志愿型社会活动,24.4% 老年人仅参与个人型社会活动,仅有 19.74% 的老年人会参与到两种类型的社会活动中去。相较于志愿型社会参与,老年人更多地选择个人型社会参与,从微观视角来看,这可能与老年人社会参与途径相关,相较于社会层面的公益活动,老年人更容易参与到自身朋友网络的娱乐活动中去;从宏观视角来看,这可能与社区环境和相关公益活动的举办频率有关。<sup>[2,5]</sup> 无论是志愿型社会参与、个人型社会参与还是两种类型均参与都会显著改善老年人抑郁水平,相反两种类型均不与会显著增加老年人抑郁风险。

志愿型社会参与有利于激发老年人的社会责任感,实现老年阶段有所作为,个人型社会参与可以改善老年人的生活质量,树立快乐积极的生活观念。<sup>[7]</sup> 老年人抑郁是影响其生活质量和幸福感的重要因素,通过提高社会参与水平可以有效抑制老年人抑郁风险。政府及社区一是要继续鼓励老年人迈出家门,参与到更多的社会活动中以降低老年人抑郁发生风险,二是创造更多的机会鼓励老年人参与到志愿型社会活动中去,激发老年群体的社会责任感,充分调动老年人参与社会活动的积极性,不仅可以提高老年人的心理健康状况,而且对实施老年互助养老和再就业等政策举措具有积极作用。

### 4.2 个人型社会参与会通过提高老年人社会网络、社会适应和生活满意度,降低抑郁水平

研究结果显示,社会网络、社会适应和生活满意度在个人型社会参与对老年人心理健康的影响中中介效应显著。随着逐步退出劳动力市场,老年群体的社会角色逐渐缺失,不仅使老年人和社会发展脱节,而且会增加老年人抑郁的发生风险。个人为中心的参与可以提高老年人主观上个人满足感递进,弥补社会网络特别是朋友网络的不足,取代社会角色缺失的失落感而提高其社会网络水平。<sup>[16]</sup> 中国老年人的社会参与具有“群体交往”和“自我消遣”的双重属性<sup>[4]</sup>,从老年人自我角度出发,个人型社会参与极大的填补了老年人的空虚感,丰富了老年人的日常生活,通过多种娱乐活动强化老年群体的积极情

绪,从而增强老年人对日常生活满足,提高老年人的生活满意度,降低抑郁风险。因此政府和社区应完善社区老年文娱活动设施,为老年人营造丰富的文化环境,为提高老年人生活质量和心理健康作出贡献。

### 4.3 志愿型社会参与会通过提高老年人社会适应水平,改善抑郁水平

志愿型社会参与不仅会显著抑制老年人抑郁风险,而且对其社会适应和生活满意度均有显著的正向作用,且会通过提高社会适应水平改善抑郁水平。志愿型社会参与对老年人继续社会化具有重要意义,老年人参与到志愿活动中不仅会增强老年群体的社会需要感,补位老年人的社会角色,加强老年人与社会发展的互动,促进其社会适应能力的提高。<sup>[17]</sup> 老年人能否良好地适应社会发展与变化对实现健康老龄化至关重要。<sup>[11]</sup> 政府和社区应积极引导老年人树立社会主体责任意识,提高老年人的社会归属感,鼓励老年人更多的参与到能实现自我价值的志愿活动中,提高社会适应能力,从而改善抑郁水平,实现社会适应和心理健康双赢。

### 4.4 研究局限和展望

本研究尚存在一定局限性:一是利用横截面数据无法剔除内生性分析变量间的因果关系,只能呈现相关;二是受数据限制无法进一步测量老年人社会参与的强度与抑郁水平的关系;三是利用二次数据分析,代理变量无法完全满足分析所需,在未来研究中,应丰富调研数据开展更为全面的研究。此外,我国已步入中度老龄化,积极老龄化不仅需要关注老年人的健康和保障,同时需要关注老年人参与到社会的程度和能力的再利用,在满足老年人低层次需要的同时,推动老年人向自我价值实现的转变。本文据此并根据文献对志愿参与的研究,提出志愿型社会参与和个人型社会参与,未来还需通过更丰富的理论研究进一步完善。

作者声明本文无实际或潜在的利益冲突。

### 参 考 文 献

- [1] 吴玉韶, 赵新阳. 推动新时代老龄工作高质量发展的纲领性文件——《中共中央国务院关于加强新时代老龄工作的意见》解读[J]. 行政管理改革, 2022(4): 9-14.
- [2] 谢立黎, 王飞, 胡康. 中国老年人社会参与模式及其对

- 社会适应的影响[J]. 人口研究, 2021, 45(5): 49-63.
- [3] 赵涵, 向远, 裴丽君. 老年人多维度社会参与和家庭交往与抑郁情绪发生风险的关联研究[J]. 人口与发展, 2021, 27(3): 110-122.
- [4] 朱荟. 中国老年人社会参与对其孤独感的影响探究——基于 CLHLS2018 数据的验证[J]. 人口与发展, 2021, 27(5): 12-23.
- [5] 陈洁瑶, 方亚, 曾雁冰. 多元社会参与及家庭支持对中国老年人心理健康的影响研究[J]. 中国卫生政策研究, 2021, 14(10): 45-51.
- [6] 方正梁. 社区环境与老年人志愿参与[D]. 北京: 中国人民大学, 2020.
- [7] 和红, 闫辰聿. 互联网使用对老年人社区参与的影响研究——“隔离”还是“融入”[J]. 人口学刊, 2022, 44(2): 72-84.
- [8] Cobb S. Social Support as a Moderator of Life Stress[J]. Psychosomatic Medicine, 1976, 38(5): 300-314.
- [9] Cassel J. The Contribution of the Social Environment to Host Resistance: the Fourth Wade Hampton Frost Lecture[J]. American Journal of Epidemiology, 1976, 104(2): 107-23.
- [10] Cacioppo T. Loneliness as A Specific Risk Factor for Depressive Symptoms: Cross-sectional and Longitudinal Analyses. [J]. Psychology & Aging, 2006, 21(1): 140-151.
- [11] 王莉莉. 中国老年人社会参与的理论、实证与政策研究综述[J]. 人口与发展, 2011, 17(3): 35-43.
- [12] Seong-Hi Park, Yu Hye Yon. How Useful is the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale in Screening for Depression in Adults? An Updated Systematic Review and Meta-analysis [J]. Psychiatry Research, 2021 (5-6): 1-10.
- [13] 何津, 陈祉妍, 郭菲, 等. 流调中心抑郁量表中文简版的编制[J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2013, 22(12): 1133-1136.
- [14] Lubben J. Performance of an Abbreviated Version of the Lubben Social Network Scale among Three Europe- an Community-Dwelling Older Adult Populations [J]. The Gerontologist, 2006(4): 503-513.
- [15] 陈勃. 人口老龄化背景下城市老年人的社会适应问题研究[J]. 社会科学, 2008(6): 89-94, 191.
- [16] Zhang Z, Zhang J. Social Participation and Subjective Well-Being Among Retirees in China [J]. Social Indicators Research, 2015, 123(1): 143-160.
- [17] 谢立黎, 陈民强. 个人—环境匹配视角下城市老年人参与社区治理的影响因素——基于北京市的调查[J]. 人口研究, 2020, 44(3): 71-84.

[收稿日期:2022-12-19 修回日期:2023-02-08]

(编辑 刘博)