

社会参与对社区随迁老人抑郁情绪的影响： 孤独感的中介及自我感知老化的调节

纪莉莉, 商冰慧, 赵明静洁, 张成杰, 韩梦丹
(河南大学 护理与健康学院, 河南 开封 475004)

【摘要】 **目的** 探讨社会参与对社区随迁老人抑郁情绪的影响及其作用机制,为社区护理人员开展心理护理、提升随迁老人心理健康提供依据。**方法** 2024年3-6月,采用便利抽样法选取河南省某市4个社区的218名随迁老人作为研究对象,采用社会参与问卷、流调中心抑郁量表、孤独感量表和简版自我感知老化量表对其进行横断面调查。**结果** 社会参与显著负向预测随迁老人抑郁情绪($\beta = -0.101, P = 0.041$);孤独感在社会参与与抑郁情绪间起部分中介作用,直接效应值为 -0.101 (95%CI: $-0.004 \sim -0.101$),间接效应值为 -0.124 (95%CI: $-0.216 \sim -0.030$),总效应值为 -0.225 (95%CI: $-0.094 \sim -0.225$),间接效应占总效应的55.111%;自我感知老化调节了孤独感与抑郁情绪的关系($\beta = 0.104, P = 0.045$)。**结论** 社会参与可通过孤独感影响随迁老人的抑郁情绪,且自我感知老化对该作用后半段路径存在调节作用。积极自我感知老化可缓冲孤独感对随迁老人抑郁情绪的负面影响。本研究揭示了社会参与与社区随迁老人抑郁情绪的关系及其作用机制,为社区护理人员制订针对性护理干预策略、缓解社区随迁老人抑郁情绪具有一定启示作用。

【关键词】 社会参与;抑郁情绪;孤独感;自我感知老化;随迁老人

DOI: 10.3969/j.issn.2097-1826.2026.04.011

【中图分类号】 R473.59 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 2097-1826(2026)04-0048-04

Impact of Participation on Depression in Community-dwelling Migrant Elderly: The Mediating Role of Loneliness and the Moderating Role of Self-perception of Aging

JI Lili, SHANG Binghui, ZHAO Mingjingjie, ZHANG Chengjie, HAN Mengdan (School of Nursing and Health, Henan University, Kaifeng 475004, Henan Province, China)

Corresponding author: HAN Mengdan, Tel: 0371-23885066

【Abstract】 **Objective** To examine the impact of social participation on depression in community-dwelling migrant elderly and its underlying mechanisms, providing a basis for community nurses to implement psychological care and improve the mental health of migrant elderly. **Methods** From March to June 2024, a convenience sample of 218 migrant elderly individuals from 4 communities in a city in Henan was selected. A cross-sectional survey was conducted using the Social Participation Questionnaire, the Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, the Loneliness Scale, and the Brief Aging Self-Perception Scale. **Results** Social participation significantly negatively predicted depressive symptoms in migrant elderly ($\beta = -0.101, P = 0.041$). Loneliness played a partial mediating role between social participation and depressive symptoms, with a direct effect value of -0.101 (95%CI: -0.004 to -0.101), an indirect effect value of -0.124 (95%CI: -0.216 to -0.030), and a total effect value of -0.225 (95%CI: -0.094 to -0.225). The indirect effect accounted for 55.111% of the total effect. Self-perception of aging moderated the relationship between loneliness and depressive symptoms ($\beta = 0.104, P = 0.045$). **Conclusions** Social participation can influence depression in migrant elderly through loneliness, and self-perception of aging moderates the latter half of this pathway. A positive self-perception of aging can buffer the negative impact of loneliness on depression in the population. This study reveals the relationship between social participation and depression in community-dwelling migrant elderly and its mechanisms, offering insights for community nurses to develop targeted nursing intervention strategies to alleviate such symptoms in this population.

【Key words】 participation; depression; loneliness; self-perception of aging; migrant elderly

[Mil Nurs, 2026, 43(04): 48-51]

【收稿日期】 2025-08-10 **【修回日期】** 2026-02-18

【基金项目】 河南省重点研发与推广专项(科技攻关)项目(252102320193; 262102320326); 河南省重点研发与推广专项(软科学)项目(262400410409); 2025年开封市科技发展计划科技攻关项目(2503025)

【作者简介】 纪莉莉, 博士, 副教授, 电话: 0371-23885066

【通信作者】 韩梦丹, 电话: 0371-23885066

城市社区老年人的身心健康是社区护理工作的重点。然而,近年来社区随迁老人比例逐渐上升,这部分老年人虽随子女共同生活,但因未充分融入社区服务体系,其健康需求往往容易被社区护士忽视。由于远离熟悉的亲人和朋友,加之适应能力减退,随

迁老人普遍面临较高的抑郁风险^[1],已成为威胁该群体健康的重要风险因素^[2],给家庭照护和社区护理带来挑战。活动理论^[3]认为,老年人进行社会参与有利于获得社会资源支持,维持生命活力。有研究^[3]显示,社会参与能有效降低老年人的孤独感及抑郁风险。孤独感是现实社会关系需求达不到心理预期时产生的负性心理感受^[4],在社区护理评估中是老年心理健康筛查的核心指标,已被证实是随迁老人抑郁情绪的重要诱因^[2]。因此,研究假设孤独感可能在社会参与与随迁老人抑郁情绪之间起重要中介作用。自我感知老化是指老年人在面对老化威胁时产生的主观感知和情绪反应^[5]。风险缓冲假说^[6]指出,保护性因素能缓冲风险因素的消极影响。积极自我感知老化的老年人通常拥有更积极的社会适应策略^[7],使其在体验孤独感时能够有效调动心理资源进行应对,从而减弱孤独感对抑郁情绪的负面影响。在护理干预中,引导老年人建立积极自我老化认知是健康促进的重要环节。因此,本研究尝试构建有调节的中介模型,以期为护理人员开展基于社会参与促进、孤独感评估与积极自我老化认知干预的综合护理策略提供参考依据。

1 对象与方法

1.1 研究对象 2024年3—6月,采用便利抽样法选取河南省某市4个社区随迁老人为研究对象。参考以往相关研究^[8],并结合随迁老人来当地目的的特殊性,将随迁老人年龄下限放宽至50岁。纳入标准:迁入时间在6个月(含)以上;户籍未发生改变;沟通功能正常、无意识障碍;自愿参与研究并知情同意。排除标准:患危重疾病或体力虚弱无法配合者。利用G*Power 3.1.9.7软件进行样本量估计^[9],取中等效应量0.15,容许误差 α 取0.05,检验效能 $1-\beta$ 取双侧95%,计算得出样本量为178例。考虑到20%的流失率,最终获得有效数据218份。本研究已通过某大学伦理委员会批准(HUS0M2025-010)。

1.2 方法

1.2.1 研究工具

1.2.1.1 一般资料调查表 自行编制,包括性别、年龄、户口性质、婚姻状况、受教育程度、身体健康状况自评、随迁时长等。

1.2.1.2 社会参与水平 鉴于社交活动是我国老年人最主要的社会参与形式,本研究基于中国健康与养老追踪调查数据库中的“参与数量”和“参与频率”指标^[10]对老年人的社会参与水平进行衡量;具体包括阅读书报、上网、看电视听广播、打牌打麻将、种花养宠物、参加社团组织活动、个人户外活动锻炼、照顾外/孙子女、做家务。采用Likert 5级评分法,从“从不”至“每天”依次

计1~5分;总分9~45分,得分越高,表明社会参与程度越高。该问卷的Cronbach's α 系数为0.673^[10]。

1.2.1.3 流调中心抑郁量表(short version of center for epidemiological studies depression scale, CESD-10) 由Andresen等^[11]于1994年编制,本研究采用黄庆波等^[12]于2015年汉化、修订的量表评估抑郁情况。该量表包含负向情绪、躯体症状和正向情绪3个维度,共10个条目。采用Likert 5级评分法,从“从不”至“总是”依次计1~5分;总分10~50分,得分越高表明抑郁程度越高。该量表的Cronbach's α 系数为0.793^[12]。

1.2.1.4 孤独感量表(short-form UCLA loneliness scale, ULS-8) 由Hays等^[13]于1987年编制,采用周亮等^[14]于2012年汉化、修订的中文版量表,该量表为单维度量表,共8个条目。采用Likert 4级评分法,从“从不”至“经常”依次计1~4分;总分8~32分,得分越高表明孤独程度越严重。该量表的Cronbach's α 系数为0.731^[14]。

1.2.1.5 简版自我感知老化量表(the brief ageing perceptions questionnaire, B-APQ) 由Sexton等^[15]于2014年编制,本研究采用扈娜等^[16]于2018年汉化、修订的量表。该量表包含消极结果和控制、积极结果、慢性时间、积极控制、情感表征5个维度,共17个条目。采用Likert 5级评分法,从“非常不赞同”至“非常赞同”依次计1~5分;总分17~85分,得分越高表明自我感知老化的态度越消极。该量表的Cronbach's α 系数为0.806^[16]。

1.2.2 调查方法 由经统一培训的研究人员进行面对面问卷调查,调查前向研究对象解释研究目的、注意事项,获得知情同意后发放问卷。问卷自行填写,对于无法自行填写者由研究者代为填写。本研究共发放问卷223份,剔除无效问卷,回收有效问卷218份,问卷的有效回收率为97.76%。

1.2.3 统计学处理 采用SPSS 27.0与AMOS 24.0软件进行分析。符合正态分布的计量资料采用 $\bar{x} \pm s$ 表示,计数资料采用频数和构成比描述。采用Harman单因素法进行共同方法偏差检验、Pearson相关性分析检验变量间的相关性。主要变量进行标准化处理,使用Process 4.0插件进行中心化处理后分析有调节的中介模型,Bootstrap法(抽样5000次)检验中介与调节效应,以95%置信区间(confidence interval, CI)判定效应显著性。以 $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 社区随迁老人的一般资料 本研究社区随迁老人的一般资料,详见表1。

2.2 共同方法偏差检验 本研究采用Harman单因子检验,对所有项目进行未旋转的主成分分析,结

果表明共有 13 个因子的特征根值 > 1, 且第 1 个因子所解释的变异量为 17.735%, 小于临界值 40%, 说明在本研究中不存在明显的共同方法偏差。

表 1 社区随迁老人的一般资料 (N=218)

| 项 目 | 例数 (%) | 项 目 | 例数 (%) |
|-------|-----------|-----------|-----------|
| 性别 | | 受教育程度 | |
| 男 | 82(37.6) | 小学及以下 | 85(39.0) |
| 女 | 136(62.4) | 初中 | 59(27.1) |
| 年龄(岁) | | 高中 | 34(15.6) |
| 50~59 | 28(12.8) | 大专及以上 | 40(18.3) |
| 60~74 | 144(66.1) | 身体健康状况自评 | |
| ≥75 | 46(21.1) | 非常差 | 4(1.8) |
| 户口性质 | | 比较差 | 31(14.2) |
| 城镇 | 88(40.4) | 比较好 | 139(63.8) |
| 农村 | 130(59.6) | 非常好 | 44(20.2) |
| 婚姻状况 | | 随迁时长(t/月) | |
| 未婚 | 1(0.5) | 6~12 | 29(13.3) |
| 离婚 | 2(0.9) | 13~36 | 26(11.9) |
| 丧偶 | 39(17.9) | 37~60 | 24(11.0) |
| 已婚 | 176(80.7) | >60 | 139(63.8) |

2.3 社区随迁老人的社会参与、抑郁情绪、孤独感和自我感知老化的得分情况以及相关性分析 社区随迁老人的社会参与得分为(25.15±5.26)分、抑郁情绪得分为(21.47±7.48)分、孤独感得分为(11.47±3.50)分、自我感知老化得分为(43.31±10.21)分。社会参与与抑郁情绪、孤独感和自我感知老化均呈负相关,见表 2。

表 2 社区随迁老人的社会参与、抑郁情绪、孤独感和自我感知的相关性分析 (r)

| 变量 | 社会参与 | 抑郁情绪 | 孤独感 | 自我感知老化 |
|--------|---------------------|--------------------|--------------------|--------|
| 社会参与 | 1.000 | — | — | — |
| 抑郁情绪 | -0.225 ^a | 1.000 | — | — |
| 孤独感 | -0.183 ^b | 0.699 ^a | 1.000 | — |
| 自我感知老化 | -0.280 ^a | 0.441 ^a | 0.452 ^a | 1.000 |

a: P<0.001; b: P<0.01

2.4 孤独感在社会参与与抑郁情绪间的中介效应分析 中介效应显示:社会参与负向预测抑郁情绪($\beta = -0.101, t = -2.055, P = 0.041$),模型的总效应显著($R^2 = 0.498, F = 106.804$)。加入中介变量孤独感后,社会参与对抑郁情绪的负向预测作用仍显著($\beta = -0.225, t = -3.398, P < 0.001$)。同时社会参与负向影响孤独感,孤独感正向影响抑郁情绪,模型各路径效应值详见表 3。

表 3 孤独感在社会参与与抑郁情绪间的中介效应检验

| 效应 | 路径 | 效应值 | 95% CI | 效应量 (%) |
|------|---------------|--------|---------------|---------|
| 直接效应 | 社会参与-抑郁情绪 | -0.101 | -0.004~-0.101 | 44.889 |
| 间接效应 | 社会参与-孤独感-抑郁情绪 | -0.124 | -0.216~-0.030 | 55.111 |
| 总效应 | 社会参与-抑郁情绪 | -0.225 | -0.094~-0.225 | 100.000 |

2.5 自我感知老化对孤独感中介效应的调节作用分析 孤独感与自我感知老化的乘积项对抑郁情绪

存在正向预测作用($\beta = 0.104, P = 0.045$),表明自我感知老化正向调节了孤独感与抑郁情绪之间的关系。为更清楚解释孤独感与自我感知老化的交互效应,将自我感知老化高于样本均值一个标准差的值定义为高水平,低于样本均值一个标准差的值定义为低水平,进行简单斜率检验并绘制了调节效应示意图(见图 1)。图 1 显示,消极自我感知老化(高分)会强化孤独感对抑郁情绪的正向预测作用。

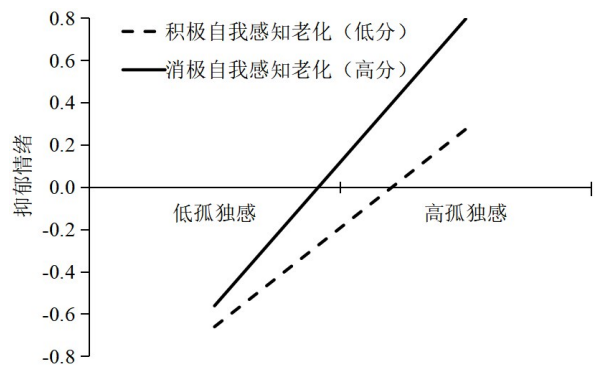


图 1 自我老化感知在孤独感与抑郁情绪间的调节效应示意图

3 讨论

3.1 社会参与对随迁老人抑郁情绪的影响 本研究显示,社会参与显著负向预测随迁老人的抑郁情绪,验证了活动理论在老年社区护理中的适用性^[3]。已有研究^[2]显示,积极参与社会活动可以延续老年人年轻时的兴趣和习惯,代替失去或变迁的角色,保持积极心态应对生理与心理变化,从而有效预防或减轻抑郁情绪。从护理评估角度看,随迁老人常面临角色适应、人际重建及社会融入等挑战,而通过社会参与可拓展社会网络,改善社会适应,获取更广泛的人际支持,进而减轻抑郁情绪^[17]。这一研究结果提示,社区护理人员在家庭访视或健康管理中,应将社会参与水平纳入随迁老人的常规护理评估,结合其兴趣与身体状况,为其提供适宜的社区活动资源(如老年大学、社区广场舞协会等)并鼓励其积极参与。同时,在社区健康教育与家庭护理指导中,增加“社会参与促进心理健康”相关宣教内容,指导家庭成员发挥支持作用,共同营造鼓励参与的氛围,从而将社会参与促进策略系统融入社区护理工作。

3.2 孤独感的中介效应 本研究发现,孤独感在社会参与与随迁老人抑郁情绪之间起中介作用,且中介效应达 55.111%。进入老年期,社交需要仍是重要心理需求。孤独感反映个体对社会交往水平的不满,常受到社会支持网络影响^[18]。对于随迁老人而言,家庭是其社会支持的重要来源,但受家庭结构小型化以及子女工作的高负荷性影响,其从子女处获

得的情感支持较为有限^[8]。随迁老人若未能积极参与社会活动,其获取的社会支持和情感满足将减少,社交归属需求难以实现,在新环境中也更容易感到孤独。研究^[19]表明,孤独感是随迁老年群体抑郁的重要风险因素。高孤独感个体常持有负性认知和情绪调节策略,较少主动解决问题,从而容易陷入对社会网络不满的负性情绪中,抑郁风险随之增高。故护理人员在关注随迁老人社会参与水平的同时,还应重视其孤独感的动态评估。在干预层面,可采用认知行为疗法、社会志愿者支持、随迁老人互助小组、家庭成员高质量陪伴等多渠道综合护理干预措施有效缓解孤独感,降低其抑郁发生风险。

3.3 自我感知老化的调节效应 自我感知老化是个体对变老过程及年老状态的感受和评价,是影响老年群体心理健康的关键因素之一^[5]。本研究显示,相较于积极自我感知老化的个体,孤独感对消极自我感知老化个体的抑郁情绪的预测作用更强。即积极的自我感知老化能够缓冲随迁老人因社会参与较少导致孤独感过高而诱发的抑郁风险,支持和证实了风险缓冲模型^[6]。进入老年期,受自身客观“不断丧失”和社会刻板印象文化影响,老年人容易缺少自信心和价值观,易产生消极自我感知老化。通常来说,具有消极自我感知老化的个体常对衰老持更多负面态度,这种负面认知可能会加剧其孤独感和无助感,增加抑郁风险^[20]。提示社区护理人员应将积极自我感知老化的培养纳入常规工作,主动承担积极老化信念倡导者与实施者的角色。在健康管理、家庭访视和日常沟通中,有意识地引导随迁老人关注自身过往经验与智慧,帮助其重构对老化的认知。具体可设计基于接纳承诺疗法的护理干预方案,引导老人将关注点转向当下有价值的视角,强化其“老而有用”的自我认知与信念。此外,还可在社区组织“积极老化榜样”分享会,利用同伴教育力量来帮助随迁老人减少孤独感,进一步缓解抑郁情绪。

4 小结

社会参与可直接影响随迁老人的抑郁情绪,也可通过孤独感的间接作用产生影响;同时,自我感知老化在社会参与通过孤独感影响随迁老人抑郁情绪。未来可探讨不同类型的社会参与与抑郁情绪的关系及其潜在作用机制;还可扩大样本量,采用纵向或认知神经科学技术开展研究,进一步提供实证依据。

【参考文献】

[1] LI H, KONG F. Effect of morbidities, depression, anxiety, and stress on oral health-related quality of life among migrant elderly following children in Weifang, China[J/OL]. [2025-03-15]. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9033005/>. DOI: 10.3390/ijerph19084677.

[2] 苏镜安,李岩,张敏强,等.老年人抑郁情绪发展轨迹及社会参与的作用:空巢与非空巢老人的对比研究[J].心理科学,2022,45(3):740-746.

[3] DU M, DAI W, LIU J, et al. Less social participation is associated with a higher risk of depressive symptoms among Chinese older adults: a community-based longitudinal prospective cohort study[J/OL]. [2025-03-15]. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8863664/>. DOI: 10.3389/fpubh.2022.781771.

[4] 王雪,金银姬,金美香,等.老年人孤独感的概念分析[J].护理研究,2023,37(19):3417-3422.

[5] 秦琼,孟爽,唐启群.日常生活能力和幸福感对养老机构老年人自我老化感知的影响[J].解放军护理杂志,2020,37(4):27-30.

[6] FERGUS S, ZIMMERMAN M A. Adolescent resilience: a framework for understanding healthy development in the face of risk[J]. Annu Rev Public Health, 2005, 26: 399-419.

[7] 张露露,刘安诺,尤梅,等.社区老年人老化态度的潜在剖面分析及其与社会网络的关系[J].军事护理,2024,41(8):39-42,73.

[8] 张栋,徐紫涵.随迁生活感知、城市社会适应与随迁老人心理健康[J].城市问题,2023(12):90-99.

[9] FAUL F, ERDFELDER E, LANG A G, et al. G*Power 3: a flexible statistical power analysis program for the social, behavioral and biomedical sciences[J]. Behav Res Methods, 2007, 39(2): 175-191.

[10] 位秀平,吴瑞君.中国老年人的社会参与对死亡风险的影响[J].南方人口,2015,30(2):57-69.

[11] ANDRESEN E M, MALMGREN J A, CARTER W B, et al. Screening for depression in well older adults: evaluation of a short form of the CES-D (Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)[J]. Prev Med, 1994, 10(2): 77-84.

[12] 黄庆波,王晓华,陈功.10项流调中心抑郁自评量表在中国中老年人中的信效度[J].中国健康心理学杂志,2015,23(7):1036-1041.

[13] HAYS R D, DIMATTEO M R. A short-form measure of loneliness[J]. J Pers Assess, 1987, 51(1): 69-81.

[14] 周亮,黎芝,胡宓,等. ULS-8孤独感量表信效度检验及其应用[J].中南大学学报:医学版,2012,37(11):1124-1128.

[15] SEXTON E, KING-KALLIMANIS B L, MORGAN K, et al. Development of the brief ageing perceptions questionnaire (B-APQ): a confirmatory factor analysis approach to item reduction[J/OL]. [2025-03-15]. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4021231/>. DOI: 10.1186/1471-2318-14-44.

[16] 扈娜,孟令弟,刘堃.简版自我感知老化量表在社区老年人中应用的信效度研究[J].现代预防医学,2018,45(4):655-658,682.

[17] 秦姝姝,朱文娟,杨丹锋.老年人社会隔离与健康关系的研究进展[J].护理研究,2023,37(2):284-288.

[18] 王静,刘宇,张文娟,等.老年2型糖尿病患者社会隔离发生现状及其影响因素[J].军事护理,2024,41(5):15-18,72.

[19] LIU H, CHEN X, YAO Y, et al. Social support and depressive symptoms among migrant elderly following children: the chain mediating role of resilience and loneliness[J/OL]. [2025-03-15]. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11654264/>. DOI: 10.1186/s12888-024-06349-z.

[20] YE Y, LIU H, WANG Z, et al. The mediating effect of self-perceived aging on social capital and depression among Chinese community-dwelling older adult: a cross-sectional study[J/OL]. [2025-03-15]. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12239832/>. DOI: 10.3389/fpubh.2025.1571977.