

积极老龄化视角下促进老年人社区参与的路径研究

许 笑

浙江理工大学法政学院、史量才新闻与传播学院, 浙江 杭州

收稿日期: 2024年10月17日; 录用日期: 2024年12月5日; 发布日期: 2024年12月16日

摘 要

随着全球及中国老年人口数量的显著增加, 老龄化已成为不可逆转的社会趋势, 积极老龄化理念及政策导向应运而生。老年人社区参与作为积极老龄化的重要组成部分, 对于推动积极老龄化的实现、应对人口老龄化的挑战及满足老年人多层次的需求具有重要意义。然而, 当前老年人社区参与面临参与意识及能力薄弱、参与内容及形式单一、宣传方式缺乏适老性、社会力量参与不充分等困境。为促进老年人社区参与, 本文提出提升老年人参与意识及能力、丰富参与内容及形式、优化宣传方式及强化社会力量参与等路径, 旨在实现积极老龄化的目标, 应对人口老龄化的挑战, 满足老年人多元化的需求, 构建全龄友好型社区。

关键词

积极老龄化, 老年人, 社区参与

Study on the Path of Promoting Community Participation of the Elderly under the Perspective of Positive Aging

Xiao Xu

School of Law and Politics, Shi Liangcai School of Journalism and Communications, Zhejiang Sci-Tech University, Hangzhou Zhejiang

Received: Oct. 17th, 2024; accepted: Dec. 5th, 2024; published: Dec. 16th, 2024

Abstract

With the significant increase in the number of older persons globally and in China, aging has become an irreversible social trend, and the concept of active aging and policy orientation have emerged. As

文章引用: 许笑. 积极老龄化视角下促进老年人社区参与的路径研究[J]. 老龄化研究, 2024, 11(6): 2430-2435.

DOI: 10.12677/ar.2024.116353

an important part of active aging, community participation of the elderly is of great significance in promoting the realization of active aging, meeting the challenges of population aging, and satisfying the multi-level needs of the elderly. However, at present, community participation for the elderly faces difficulties, such as weak awareness and ability to participate, single content and form of participation, lack of age-appropriate publicity methods, and insufficient participation of social forces. In order to promote the community participation of the elderly, this paper proposes the paths of enhancing the awareness and ability of the elderly to participate, enriching the content and form of participation, optimizing the publicity method, and strengthening the participation of social forces, with the aim of realizing the goal of positive aging, responding to the challenges of demographic aging, meeting the diversified needs of the elderly, and constructing an all-age-friendly community.

Keywords

Active Aging, The Elderly, Community Participation

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

随着全球人口结构的深刻变革，老龄化已成为 21 世纪不可逆转的社会趋势。根据民政部、全国老龄办发布的《2023 年度国家老龄事业发展公报》显示，截至 2023 年末，全国 60 周岁及以上老年人口 29,697 万人，占总人口的 21.1%；全国 65 周岁及以上老年人口 21,676 万人，占总人口的 15.4% [1]。面对如此庞大的老年群体，如何促进他们的健康、幸福与社会参与，成为政府和社会各界共同关注的焦点。积极老龄化理念在此背景下应运而生，积极老龄化包括健康、保障和参与三大政策，大体又可概括为两个基本方面：一是要求政府与社会采取积极有效的措施和行动为老年人提供生存质量保障；二是强调重视老年人自身社会价值，促进其在参与社会、经济、文化、精神和公民事务中，为国家、社区、家庭及其本人的发展作出积极的贡献[2]。

为应对人口老龄化挑战，中国政府出台了一系列旨在促进积极老龄化的政策措施。中共中央国务院发布的《关于加强新时代老龄工作的意见》强调了通过提升社区养老服务能力、丰富老年人精神文化生活等方式，促进老年人的社会参与。此外，《国家人口发展规划(2016~2030 年)》《“十三五”国家老龄事业发展和养老体系建设规划》以及《“十四五”国家老龄事业发展和养老服务体系规划》等文件，也均提出了鼓励老年人积极参与家庭发展、互助养老、社区治理、社会公益等活动，继续发挥余热并实现个人价值的政策导向。在这样的政策背景下，研究积极老龄化视角下促进老年人社区参与的路径具有重要意义。

2. 老年人社区参与的必要性

2.1. 推动积极老龄化的实现

积极老龄化是为提高老年人生活质量，使其尽可能获得健康、参与和保障等方面最佳机会的过程。其中的“积极”，不仅是指身体的活动能力或参加体力劳动的能力比较强，还包括不断参与经济社会、精神文化活动和公民事务[3]。老年人社区参与作为积极老龄化的重要实践路径，其必要性首先体现在对积极老龄化理念的深入贯彻与实践上。

通过社区参与，可以提高老年人与社会网络的交互性，减少因年龄增长而产生的社会隔离感。社区

参与包括兴趣小组、文化活动等，不仅为老年人提供了展示自我、实现价值的平台，还促进老年人社会支持网络的扩展。此外，社区参与能够在一定程度上激发老年人的内在潜能，促进他们的持续学习与发展。在参与社区活动的过程中，老年人可以接触到新知识、新技能，不断拓宽自己的视野，实现个人价值的再提升，为积极老龄化的深入发展注入新的活力。

2.2. 应对人口老龄化的挑战

面对日益严峻的人口老龄化问题，如何合理利用有限资源，满足不断增长的老年群体需求，是当前社会治理亟待解决的问题。老年人社区参与作为应对人口老龄化挑战的重要举措，其必要性日益凸显。通过参与社区治理、文化娱乐等活动，老年人能够继续发挥其在社会结构中的作用，减轻因退休导致的社会角色缺失感，同时减轻家庭和国家的养老负担，从社会治理角度看，老年人的社区参与可以作为社会治理的一种补充。老年人的社区参与还有助于构建全龄友好型社区，提升整个社会对老龄化的适应能力，为应对人口老龄化的挑战提供坚实的社区基础。

2.3. 满足老年人多层次的需求

在个人层面，老年人社区参与是满足其多元化需求、提升生活质量的重要途径。随着年龄的增长，老年人对于社交、尊重、自我实现等高层次的需求越发强烈，并希望通过自己的努力继续为社会作出贡献。在心理层面，社区参与为老年人提供了展现自我价值的机会，使他们在与他人的互动中获得成就感和满足感。在社会层面，社区参与丰富老年人的生活，使老年人产生归属感，以这种社区参与的方式与他人或组织建立联系或产生互动，实现自我价值或促进社会发展，建立新的社会支持网络以扩展他们现有的社会支持网络，增加老年人的社会支持，降低孤独感[4]。

3. 老年人社区参与困境

3.1. 社区参与意识及参与能力薄弱

在探讨老年人社区参与的诸多挑战中，其参与意识与参与能力的薄弱性构成了首要障碍。这一现象根源于多重因素的综合作用。其一，随着年龄的增长，老年人可能面临身体机能下降、认知能力减退等生理变化，这些变化直接影响了他们参与社区活动的积极性和能力。其二，老年人在退休后，某些社会角色逐渐失去，经济、地位、获得的社会支持等情况发生重大变化。无用感、无力感增强，自我效能感逐渐降低，自我发展意识减弱。开始习惯于依赖社区、家庭，对自我的能力认识消极，安于现状，对社区的好坏都无心关注[5]。社会角色的转变，往往伴随着社会归属感和自我价值的重新评估，部分老年人可能因此产生疏离感，降低了参与社区事务的意愿。其三，缺乏必要的技能和知识更新也是制约老年人社区参与能力的重要因素。老年人对于新兴科技、信息获取手段的不熟悉，限制了他们通过数字化平台参与社区活动的可能性。

3.2. 社区参与内容及形式单一

社区参与内容的丰富性和形式的多样性是吸引老年人积极参与的重要因素。然而，当前许多社区在规划活动时，往往忽视了老年人的多元化需求和兴趣，导致参与内容和形式趋于单一。当前社区常见的活动一般为文娱活动，虽然在一定程度上满足了老年人的基本需求，但内容及形式较为固定，缺乏深度互动及技能提升等方面的内容，难以全面激发老年人的参与热情，提高老年人的参与积极性。随着生活水平的提高和社会观念的转变，老年人对文化、教育、志愿服务等方面的需求日益增长，但实际上在志愿服务及教育方面的开展尤为匮乏。社区活动的同质化不仅限制了老年人的选择空间，也未能充分发挥

其在社区建设中的积极作用。此外，活动形式的僵化，如固定的时间、地点和方式，也限制了老年人根据自身条件灵活参与的可能性。

3.3. 社区参与宣传方式缺乏适老性

社区参与宣传的有效性直接关系到老年人对活动的知晓度和参与度。在信息化时代，虽然数字化技术为社区管理带来了便利，但同时也暴露出对老年人不够友好的一面。当前许多社区的宣传手段仍侧重于线上平台，数字化宣传手段虽然信息量大、更新迅速，但对于不熟悉数字技术的老年人而言，存在较高的使用门槛。因此，未能充分考虑老年人的信息接收习惯和能力，存在明显的适老性不足。即便是在传统媒体上的宣传，也往往忽视了老年人的现实情况，如字体过小、语言晦涩难懂等问题普遍存在。基于此，优化社区宣传机制，采用更加贴近老年人生活习惯和认知水平的传播方式，是提升老年人社区参与度的关键一环。

3.4. 社会力量参与的不充分性

尽管政府与社区已致力于推动老年人社区参与并取得了一定成效，但来自企业、非营利组织和个人志愿者等社会力量的参与仍显不足。这在一定程度上限制了老年人社区服务的多样性和深度，影响了老年人的整体参与性。在企业层面，其社会责任担当往往倾向于经济效益显著或品牌曝光度高的项目。相较之下，老年人社区服务虽具备显著的社会价值，却因经济效益较低而难以吸引企业的积极参与。企业的参与模式亦趋于单一，多局限于物资捐赠、公益活动等形式，缺乏持续性和系统性支持。非营利组织在老年人社区服务领域扮演着重要角色，其凭借丰富的经验和专业知识，能够提供更具专业化、个性化的服务。然而，受资金来源波动性及项目持续性不足等因素的影响，非营利组织的服务能力和覆盖范围受到限制。个人志愿者作为老年人社区服务的重要补充，其参与意愿积极且充满奉献精神。但由于志愿者服务的系统培训和有效管理机制的缺失，导致服务质量与效率存在明显差异，难以形成稳定且高效的服务供给。

4. 促进老年人社区参与的路径

4.1. 提升老年人社区参与意识及能力

提供舒适安全的参与环境，营造广泛参与氛围。老年人身体机能下降是不可逆转的生理现象，能做的是通过改变社会物理环境，为老年人社区参与提供安全舒适的环境。社区应提供适合老年人生理特点的活动场所和设施，改善活动场所的无障碍设计，方便行动不便的老年人参与。老年人社区参与意识薄弱，不仅受自身生理影响，还有来自社会观念的驱使。当前社会上还存在老年人“标签化”的现象，给老年人贴上“累赘”、“社会弱势群体”等标签，久而久之，老年人也会逐步认同自己的“标签”。那么在社区参与过程中，社工应加强对积极老龄化的宣传，多举办敬老爱老主题活动，营造全社会敬老爱老的氛围。

动员亲友及同辈群体，加强其参与意愿。一方面，老年人的社交圈主要在于家人、朋友及邻居，亲友及同辈群体的言行对其影响重大，要充分利用这一群体，对其进行引导。同时，社区老年积极分子也尤为重要，应发挥好其潜移默化的作用。另一方面，社工应组织趣味性丰富的活动，以激发那些愿意参与社区活动的老年人的兴趣。通过这些活动，老年人能够体验到社区参与的乐趣和益处，进而增强他们未来参与相关活动的自发性和热情。

进行必要的教育和培训。社区社工可以通过带领社区老年积极分子实地学习、观摩活动的组织及开展，帮助其系统化地掌握活动组织相关知识。同时，在老年积极分子的基础上培养出老年人社区参与骨

干，以点带面。

4.2. 丰富老年人社区参与内容及形式

构建基于需求分析的活动设计机制。社区应定期开展针对老年人群体的需求调研，通过问卷调查、小组讨论、座谈会等方式，深入了解老年人的兴趣爱好、技能水平、健康状况以及社交需求，确保活动设计能够精准对接不同群体的具体需求。同时，可设立专门调研团队，定期收集老年人对社区参与的意见反馈，并将其作为调整社区参与内容的重要依据。

拓宽活动领域，打破传统文娱活动的局限。除了传统的文娱项目外，引入文化沙龙、技能培训、社交互动等多维度的活动内容，特别是要加强志愿服务和教育类活动的组织，为老年人提供参与社区建设、服务社会的机会，鼓励和支持老年人根据自身能力发挥余热，实现自我价值。

建立灵活的活动安排机制，打破时间、地点和方式的固化限制。鉴于老年人可能存在的行动不便或时间冲突等问题，应提供线上线下的双轨参与模式，允许参与者根据自身情况选择合适的时间段和地点加入，实行错峰参与机制。此外，可采用录播回放形式，在社区多媒体教室设立“社区微课堂”回放以往活动及课程。通过优化活动机制，降低老年人社区参与门槛，提升其参与积极性。

4.3. 优化老年人社区参与宣传方式

构建多元化的宣传渠道，融合线上线下资源。此举核心在于平衡数字化与传统宣传手段，弥补单一方式的局限性。一方面，在保留并优化传统宣传渠道的基础上，增加符合老年人阅读习惯的材料。印制图文并茂、字体适中的宣传册页，使用通俗易懂的语言描述活动内容及参与方式。此外，结合老年人日常活动场所，如公园、老年大学等地进行定点宣传，可以提高信息到达率。另一方面，针对线上宣传平台，应开发和推广适合老年人使用的应用程序，这些应用需具备简洁明了的操作界面、大字体显示、语音输入等功能，降低其使用门槛。

开展数字技能培训，提高老年人信息了解能力。社区还可以与当地学校、志愿者组织合作，开展代际交流活动，利用年轻一代对数字技术的熟悉优势，帮助老年人学习如何使用智能手机、电脑等设备访问社区信息。这种形式不仅能促进两代人之间的沟通与理解，还能够在一定程度上缓解老年人面对数字鸿沟的焦虑感，增强其融入现代社会的信心和能力。这种以用户为中心的宣传模式，将有助于构建一个更加包容和友好的社区环境，使老年人能够更好地享受社区资源，实现积极老龄化。

4.4. 强化社会力量参与老年人社区服务机制

在企业层面，政府应强化政策引导与激励机制，如设立专项基金、税收减免等激励机制，引导企业将社会责任投资向老年人社区服务倾斜，尤其是那些具有长期社会效益而非即时经济回报的项目。同时，建立企业社会责任评估体系，将对老年人服务的贡献纳入评价标准，增强企业的社会责任感。企业自身也应转变观念，引导企业创新参与模式，实现企业资源与老年人需求的有效对接，促进服务项目的可持续发展。

在非营利组织层面，增强自身能力建设是提升服务质量和扩大服务范围的根本途径。通过建立稳定的资金筹集渠道，优化内部管理和运营流程，加强与高校、研究机构的合作，引入专业人才和技术支持，非营利组织不仅能够提供更加专业化、个性化的服务，还能在项目设计与实施过程中实现创新突破，形成可复制推广的成功案例。此外，非营利组织还应积极寻求与其他社会组织、政府部门及企业的跨界合作，共同构建开放共享的老年人社区服务生态系统。

在个人志愿者层面，建立健全的培训体系和服务管理体系至关重要。一方面，通过开展定期的专业

技能培训,提升志愿者的服务水平和应急处理能力。另一方面,建立完善的志愿者考核、激励制度,确保志愿服务的质量与效率。同时,为志愿者提供必要的保险和福利保障,减轻其后顾之忧,吸引更多有志之士加入到老年人社区服务中来。

5. 结语

老年人社区参与不仅是积极老龄化战略的核心组成部分,亦是构建和谐社会、提升老年群体福祉的关键路径。面对老年人社区参与过程中存在的诸多挑战,采取综合性政策措施既能激发老年人的内在潜力,丰富其精神文化生活,同时也有助于优化社会资源配置,形成由政府、社会及个人多方协作的老年友好型社区建设模式。

未来研究与实践中,应不断探索创新路径,深化理论与应用研究,确保老年人社区参与机制的有效运作,最终实现“老有所养、老有所为、老有所乐”的社会愿景。

参考文献

- [1] 中华人民共和国民政部. 《2023 年度国家老龄事业发展公报》发布[EB/OL]. 中国社会报. <http://www.mca.gov.cn/n152/n166/c1662004999980001780/content.html>, 2014-10-12.
- [2] 王三秀. 积极老龄化理念的我国教育养老服务模式初探[J]. 中共浙江省委党校学报, 2017, 33(1): 73-80.
- [3] 世界卫生组织. 积极老龄化政策框架[M]. 中国老龄协会, 译. 北京: 华龄出版社, 2003: 7.
- [4] Zhao, L.J. and Wu, L. (2020) The Association between Social Participation and Loneliness of the Chinese Older Adults over Time—The Mediating Effect of Social Support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **19**, Article 815. <https://doi.org/10.3390/ijerph19020815>
- [5] 熊晋梅, 姜艳华. 社会工作介入城市低龄老年人社区参与的路径研究——以鞍山市铁东区 Z 社区为例[J]. 中关村, 2023(5): 124-125.