

积极老龄化视域下社区老年社会参与现状及提升路径

张 韬

贵州大学人文学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2026年6月1日; 录用日期: 2026年9月11日; 发布日期: 2026年9月22日

摘 要

人口老龄化已成为我国建设社会主义现代化强国征程中需应对的重大挑战, 促进老年社会参与是实现积极应对人口老龄化国家战略的核心内容。本文旨在系统分析我国城市社区老年社会参与的现状特征, 揭示存在的突出问题及其内在影响机制, 并提出针对性的提升路径。基于社会角色理论和积极老龄化理论, 采用文献分析法和理论研究法, 梳理国内外相关研究成果, 对我国社区老年社会参与的发展态势进行系统分析。研究发现我国城市社区老年社会参与已呈现出从“社会边缘”到“自我主角”的转变趋势, 表现为参与主体低龄化、参与内容多元化、参与形式组织化和参与场域线上线下融合等特征; 但同时也存在参与被动性突出、群体差异明显、参与深度不足、支持体系不完善和数字鸿沟显著等问题; 这些问题通过角色认知偏差、社会支持不足和价值实现受阻等机制影响老年社会参与的质量和效果。为提升社区老年社会参与水平, 应从观念转变、体系完善、内容拓展、数字赋能和多元协同五个方面综合施策, 充分发挥老年人的潜能和价值, 推动我国积极应对人口老龄化国家战略的深入实施。

关键词

积极老龄化, 社区, 老年社会参与, 社会角色理论

Current Situation and Promotion Path of Community-Dwelling Elderly's Social Participation from the Perspective of Active Aging

Tao Zhang

College of Humanities, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: June 1, 2026; accepted: September 11, 2026; published: September 22, 2026

文章引用: 张韬. 积极老龄化视域下社区老年社会参与现状及提升路径[J]. 老龄化研究, 2026, 13(9): 432-438.

DOI: 10.12677/ar.2026.139677

Abstract

Population aging has become a major challenge that China needs to address in its journey to build a modern socialist power. Promoting social participation of the elderly is the core content of realizing the active aging strategy. This paper aims to systematically analyze the current situation and characteristics of social participation of the elderly in urban communities in China, reveal the existing prominent problems and their internal influencing mechanisms, and propose targeted improvement paths. Based on social role theory and active aging theory, this paper adopts literature analysis and theoretical research methods to sort out relevant research results at home and abroad, and systematically analyze the development trend of social participation of the elderly in Chinese communities. The study found that the social participation of the elderly in urban communities in China has shown a transformation trend from “social marginalization” to “self-protagonist”, characterized by younger participants, diversified participation content, organized participation forms and integration of online and offline participation fields. However, there are also problems such as prominent passivity of participation, obvious group differences, insufficient participation depth, imperfect support system and significant digital divide. These problems affect the quality and effect of social participation of the elderly through mechanisms such as role cognition deviation, insufficient social support and hindered value realization. To improve the level of social participation of the elderly in communities, comprehensive measures should be taken from five aspects: concept transformation, system improvement, content expansion, digital empowerment and multi-party collaboration, so as to give full play to the potential and value of the elderly and promote the in-depth implementation of China’s active aging strategy.

Keywords

Active Aging, Community, Social Participation of the Elderly, Social Role Theory

Copyright © 2026 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. 研究背景

截至 2025 年底，我国 60 周岁及以上人口 32338 万人，占总人口的 23.0%，其中 65 周岁及以上人口 22365 万人，占总人口的 15.9%¹。预计到 2035 年，我国老年人口将突破 4 亿，占总人口的比例将超过 30%，进入重度老龄化阶段²。人口老龄化不仅给我国社会保障、医疗卫生和养老服务体系带来巨大压力，也对经济社会发展产生深远影响。如何科学应对人口老龄化挑战，实现健康老龄化和积极老龄化，已成为我国当前和今后一个时期的重大任务。

2021 年《中共中央 国务院关于加强新时代老龄工作的意见》³明确提出，要“促进老年人社会参与”，“鼓励老年人继续发挥作用”，“把老有所为同老有所养结合起来”，这标志着积极应对人口老龄化已上升为国家战略。积极老龄化理念强调老年人不仅是社会发展的受益者，更是重要的参与者和贡献者。社区作为老年人日常生活的主要场域，是连接家庭与社会的重要纽带，也是促进老年社会参与的关键载体。近年来，我国各地社区积极探索老年社会参与的新模式、新路径，取得了一定成效。

¹https://www.stats.gov.cn/sj/zxfb/202602/t20260228_1962662.html

²<https://www.mca.gov.cn/n1288/n1290/n1316/c1662004999980007526/content.html>

³https://www.gov.cn/zhengce/2021-11/24/content_5653181.htm

然而,现有研究多侧重于描述老年社会参与的现状和影响因素,对老年人社会参与的角色转变机制、深层次问题及其影响机制的研究相对不足。同时,大多数研究采用定量分析方法,缺乏从理论层面进行系统深入的分析。基于此,本文以社会角色理论和积极老龄化理论为基础,系统分析我国城市社区老年社会参与的现状特征,深入剖析存在的突出问题及其内在影响机制,并提出针对性的提升路径,以期完善我国社区养老服务体系、推动积极应对人口老龄化国家战略落地提供理论参考和实践借鉴。

2. 理论基础

2.1. 积极老龄化理论

积极老龄化理论由世界卫生组织于 2002 年正式提出,是对传统健康老龄化理论的拓展和深化。该理论认为,积极老龄化是指“在整个生命过程中,促进健康、参与和保障的机会最大化,以提高所有人的生活质量”。积极老龄化包含三个核心要素:健康、参与和保障。其中,健康是基础,保障是前提,参与是核心。积极老龄化理论强调老年人的主体性和能动性,认为老年人不仅是被照顾的对象,更是社会发展的重要资源[1]。通过参与社会活动,老年人可以保持身心健康,提高生活质量,实现自我价值,同时也能为社会发展做出贡献。

2.2. 社会角色理论

社会角色理论是社会学的重要理论之一,该理论认为,个体在社会中扮演着各种不同的角色,这些角色对个体的行为和社会互动具有重要影响。社会角色是指与人们的某种社会地位、身份相一致的一整套权利、义务的规范与行为模式。个体通过扮演社会角色,获得身份认同感和社会支持,从而实现社会化和自我发展。对于老年人而言,退休意味着他们失去了原有的职业角色,面临着角色转变和身份认同的挑战。传统老龄观将老年人视为“社会边缘”群体,认为老年人应该退出社会生活,安享晚年。这种角色定位导致老年人产生“被动性”“孤独性”和“无用感”,影响其身心健康和生活质量。社会角色理论认为,老年人通过社会参与可以建立新的社会角色,如志愿者、社区工作者、文化传承者等,从而实现从“社会边缘”到“自我主角”的角色转变,获得身份认同感和社会支持,促进身心健康和生活质量的提高[2]。朱泓柯、李建新(2023)进一步拓展了数字时代积极老龄化的内涵,提出“数字融入-社会参与-价值实现”的三维分析框架,指出数字技能是新时代老年人拓展参与场域、实现社会价值的核心基础[3]。

3. 社区老年社会参与的现状与特征

在积极老龄化理念的推动下,我国城市社区老年社会参与呈现出良好的发展态势,参与主体、内容、形式和场域都发生了显著变化,总体表现为从“社会边缘”到“自我主角”的转变趋势。

3.1. 低龄健康群体构成参与核心力量

当前社区老年社会参与的主体主要是 60~75 岁的低龄健康老年人。这一群体身体状况较好,时间相对充裕,且大多具有一定的文化水平和工作经验,参与社会活动的意愿和能力较强[4]。低龄老年人不仅积极参与社区各类文体活动,还主动承担起帮助高龄、独居老人的责任,成为社区建设和社区治理的重要力量。

3.2. 参与内容与组织形式实现双重拓展

过去,老年人的社区参与主要局限于棋牌、广场舞、太极拳等娱乐休闲活动,内容单一,形式单调。如今,随着社区治理的不断完善和老年人需求的多样化,老年社会参与的内容已拓展到社区治理、志愿服务、文化传承、互助养老、关心下一代等多个领域[5]。许多老年人积极担任楼长、社区调解员、业主

委员会成员等职务，参与社区公共事务的决策和管理。同时，越来越多的老年人加入社区志愿者队伍，参与垃圾分类、治安巡逻、文明创建等公益活动，在社区建设中发挥着不可替代的作用。例如，北京市海淀区某社区成立的“老年互助社”，由低龄老年人组成，为高龄、独居老人提供买菜、买药、陪伴聊天等服务，有效解决了社区居家养老的许多实际问题^[6]。

伴随参与内容的拓展，老年社区参与的组织化程度也显著提升。早期的老年社区参与多为自发、零散的个体行为，缺乏组织性和持续性。近年来，各地社区高度重视老年社会组织建设，纷纷成立老年协会、兴趣俱乐部、志愿者服务队等社会组织，为老年人提供了有组织、有计划的参与平台。这些社会组织根据老年人的兴趣爱好和需求，开展了丰富多彩的活动，极大地提高了老年人的参与度和满意度。

3.3. 线上线下融合构建参与新场域

随着互联网技术的普及和适老化改造的推进，越来越多的老年人开始使用智能手机等数字设备，参与线上社会活动。许多老年人通过微信建立了各类兴趣群、互助群和学习群，用于交流信息、组织活动和相互帮助。一些老年人还通过短视频平台分享自己的生活和才艺，拓展了社交范围和参与空间。线上参与和线下参与的有机融合，极大地丰富了老年社会参与的形式和内容，为老年人提供了更加便捷、多样的参与渠道，打破了时间和空间的限制。杭州市上城区凯旋街道打造“慧龄空间”非遗养老项目，引入剪纸、杭绣等非遗传承人开设常态化线下体验课程，培育社区“银龄导师”队伍。该项目将非遗传承与养老服务深度融合，拓展了老年社会参与渠道，助力构建社区老年社交网络，为基层文化养老与积极老龄化实践提供了本土参照⁴。

4. 当前社区老年社会参与存在的突出问题

4.1. 参与意愿与质量双重不足

虽然部分老年人实现了从“被动接受”到“主动参与”的转变，但仍有相当数量的老年人处于被动参与状态。许多老年人受传统“养老”观念的影响，认为“老了就该在家休息”，对社区活动缺乏兴趣，参与社区活动只是为了“打发时间”。同时，一些社区在组织老年活动时，往往采取“自上而下”的方式，忽视了老年人的真实需求和意愿，导致活动内容单一、形式雷同，缺乏吸引力和参与度。此外，社会对老年人的角色定位仍以“被照顾者”为主，缺乏对老年人能力和价值的认可，这在一定程度上抑制了老年人参与社会的积极性^[7]。

当前社区老年社会参与大多停留在浅层次的娱乐休闲和一般性志愿服务层面，高层次的决策参与和专业服务参与较少。许多社区活动形式单一、内容雷同，缺乏创新性和吸引力。同时，老年人的专业技能和经验优势未能得到充分发挥，许多具有专业背景的老年人只能从事简单的体力劳动或服务性工作，无法实现更高层次的自我价值。此外，老年人在社区公共事务决策中的话语权较弱，往往只能被动接受社区的安排，难以真正参与到社区治理中来。

4.2. 参与群体呈现明显分层特征

社区老年社会参与存在明显的群体差异和区域差异。从群体差异来看，低龄、健康、高学历、高收入的老年人参与度较高，而高龄、失能、低学历、低收入的老年人参与度较低。许多失能、半失能老年人由于身体条件限制，几乎完全脱离了社会生活。从区域差异来看，一线城市和经济发达地区的社区老年社会参与水平较高，而二、三线城市和农村地区的社区老年社会参与相对滞后。这种不均衡性导致部分老年人无法享受到社会参与带来的益处，加剧了老年群体内部的不平等。

⁴http://mzj.hangzhou.gov.cn/art/2025/1/10/art_1229246567_59236789.html

4.3. 外部支持体系存在明显短板

社区老年社会参与的传统支持体系存在诸多短板。一是场地设施不足，许多社区缺乏专门的老年活动场所，现有设施也存在老化、功能单一等问题，无法满足老年人多样化的需求。二是资金投入有限，社区老年活动的经费主要依靠政府拨款，来源单一，且数额有限，难以维持活动的正常开展。三是专业人才匮乏，社区工作人员普遍缺乏老年社会工作的专业知识和技能，无法为老年人提供有效的指导和服务。四是激励机制不健全，对参与社区活动的老年人缺乏必要的精神和物质奖励，影响了他们的参与热情和持续性。

与此同时，数字时代的到来又催生了新的支持短板，数字鸿沟问题依然突出。尽管越来越多的老年人开始使用数字设备，但仍有相当数量的老年人面临“数字鸿沟”的困扰[8]。许多老年人由于文化水平低、学习能力弱，不会使用智能手机和互联网，无法享受数字化带来的便利，也无法参与线上社会活动。同时，现有数字产品和服务的适老化程度不足，操作复杂、界面不友好，进一步加剧了老年人的数字排斥。数字鸿沟的存在，不仅限制了老年人的社会参与，也影响了他们的生活质量和幸福感。

5. 社区老年社会参与问题的影响机制分析

以下问题的存在，通过多种机制影响着老年社会参与的质量和效果，进而影响老年人的身心健康和生活质量。

5.1. 传统角色认知形成参与障碍

传统老龄观将老年人视为“社会边缘”群体和“被照顾者”，这种角色认知偏差是导致老年社会参与与被动性的根本原因。一方面，老年人自身内化了这种角色认知，认为自己“老了没用了”，缺乏参与社会活动的信心和动力；另一方面，社会对老年人的角色期待也停留在“安享晚年”层面，缺乏对老年人能力和价值的认可，没有为老年人提供更多的参与机会和平台。这种角色认知偏差导致老年人难以建立新的社会角色，无法实现从“被动养老”到“积极养老”的转变[3]。

5.2. 社会支持体系薄弱制约参与意愿

完善的社会支持体系是促进老年人社会参与的重要保障。当前我国社区老年社会参与支持体系不完善，通过多种途径影响老年社会参与。一是场地设施和资金不足，限制了社区活动的开展和老年人的参与；二是专业人才匮乏，无法为老年人提供专业化、个性化的指导和服务；三是激励机制不健全，无法有效激发老年人的参与热情。社会支持不足导致老年人参与社会活动的成本增加、难度加大，从而降低了他们的参与意愿和参与度。

5.3. 自我价值实现需求难以满足

自我价值实现是老年人参与社会活动的重要动力。当前社区老年社会参与深度不足、层次不高，导致老年人的专业技能和经验优势无法得到充分发挥，自我价值难以实现。许多老年人只能从事简单的体力劳动或服务性工作，无法获得成就感和满足感。同时，老年人在社区公共事务决策中的话语权较弱，无法真正参与到社区治理中来，这也影响了他们的参与积极性。价值实现受阻导致老年人产生“无用感”，进而降低了他们的社会参与意愿[9]。

5.4. 数字排斥加剧参与不平等

数字技术的发展为老年社会参与提供了新的渠道和平台，但数字鸿沟的存在却将一部分老年人排斥在外。数字排斥不仅限制了老年人的线上社会参与，也影响了他们的线下参与。许多社区活动通过线上

方式发布通知、组织报名，不会使用智能手机的老年人无法及时获取信息，从而错过了参与机会。同时，数字排斥也加剧了老年群体内部的不平等，低学历、低收入的老年人更容易被边缘化。

6. 积极老龄化视域下社区老年社会参与的提升路径

针对上述问题及其影响机制，本文从观念转变、保障体系完善和多元协同三个方面，提出提升社区老年社会参与水平的具体路径。

6.1. 强化观念引领与内容创新，破解参与意愿与质量双重困境

首先，要加强积极老龄化理念的宣传教育，通过媒体宣传、社区讲座、典型示范等多种形式，改变传统的“老年无用论”观念，树立“老年人是宝贵社会资源”的新观念，营造尊重老年人、支持老年人参与社会的良好氛围。引导老年人转变自我认知，摆脱“被动养老”心态，树立“积极养老”理念，鼓励他们根据自身兴趣和能力主动参与社会活动，实现自我价值。同时消除年龄歧视，在就业、志愿服务、社区治理等领域为老年人提供平等机会，让老年人真正成为社会发展的参与者和贡献者。

在此基础上，不断丰富参与内容和形式，提升参与深度。在继续开展文体娱乐活动的基础上，鼓励老年人参与社区治理、政策咨询、文化传承、关心下一代等更高层次的社会活动，充分发挥老年人的经验和智慧优势。创新参与形式，根据不同老年人的需求和特点设计多样化活动项目^[10]，如成立老年专家顾问团、老年志愿服务队、老年兴趣社团等，满足老年人的个性化需求。提高老年人在社区决策中的话语权，建立健全老年人参与社区公共事务的机制，让老年人能够充分表达意见和建议，真正成为社区的主人。

6.2. 完善基础保障与数字赋能，缓解参与群体结构性失衡

健全社区支持保障体系，为不同群体老年人参与社会活动创造条件。加强场地设施建设，将老年活动场所纳入社区建设规划，按照标准建设综合性老年活动中心并完善配套设施，特别注重无障碍设施改造，方便高龄、失能老年人参与活动。加大资金投入，建立政府、社会、个人多元投入机制，鼓励企业和社会组织捐赠资金支持社区老年活动。加强专业人才队伍建设，通过培训、引进等方式提高社区工作人员专业素质，发展老年社会工作者和志愿者队伍，为老年人提供专业化、个性化服务。建立健全激励机制，对积极参与社区活动的老年人给予表彰奖励，激发参与热情。同时，加快数字适老化改造，消除技术壁垒，弥合数字鸿沟^[11]。加强数字产品和服务的适老化改造，简化操作流程，优化界面设计，开发适合老年人使用的智能手机、APP 和网站。在社区设立老年数字学堂，由社区工作人员、志愿者和年轻居民为老年人提供智能手机使用培训，帮助他们掌握基本数字技能，提高数字素养。保留传统服务方式，对于不会使用数字设备的老年人继续提供线下服务，确保他们的基本生活需求和参与需求得到满足。

6.3. 构建多元协同治理格局，凝聚老年社会参与合力

建立政府主导、社区主体、社会组织参与、家庭支持的多元协同机制，形成推动老年社会参与的强大合力。政府要加强顶层设计，完善相关政策法规，加大资金投入和政策支持力度，为老年社会参与提供制度保障。社区要发挥主体作用，整合社区资源，搭建老年社会参与平台，组织开展各类活动，及时了解老年人的需求和意愿。社会组织要发挥专业优势，承接政府购买的养老服务项目，为老年人提供专业化服务和支持，丰富参与形式和内容^[6]。家庭要鼓励和支持老年人参与社会活动，提供必要的帮助和照顾，营造良好的家庭氛围。通过各方协同发力，构建权责清晰、高效运转的老年社会参与治理体系。

7. 结论

积极老龄化是应对人口老龄化挑战的必然选择，而促进老年社会参与是实现积极老龄化的核心。社

区作为老年人日常生活的主要场域，在促进老年社会参与方面发挥着不可替代的作用。本文通过系统分析发现，我国城市社区老年社会参与已呈现出从“社会边缘”到“自我主角”的转变趋势，但仍存在参与被动性、不均衡性、深度不足及支持体系不完善等问题。这些问题通过角色认知偏差、社会支持不足、价值实现受阻和数字排斥等机制影响老年社会参与的质量和效果。

为提升社区老年社会参与水平，必须树立积极老龄观，转变社会对老年人的角色认知，完善社区支持体系，夯实老年社会参与的基础，丰富参与内容和形式，提升参与的深度和层次，推进适老化改造，弥合数字鸿沟，构建多元协同机制，形成工作合力。只有这样，才能充分发挥老年人的潜能和价值，让老年人在参与社会的过程中实现健康老龄化和积极老龄化，为建设社会主义现代化强国贡献力量。本研究主要采用文献分析和理论研究的方法，对我国社区老年社会参与的现状和问题进行了一般性分析。未来的研究可以采用实证研究的方法，对不同地区、不同类型的社区进行比较研究，深入探讨老年社会参与的影响因素和作用机制，为我国积极应对人口老龄化国家战略的实施提供更加科学的依据。

参考文献

- [1] 世界卫生组织. 积极老龄化: 政策框架[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2003.
- [2] 乔治·米德. 心灵、自我与社会[M]. 上海: 上海译文出版社, 2018.
- [3] 朱泓柯, 李建新. 数字时代积极老龄化的内涵拓展与实践路径[J]. 人口研究, 2023, 47(6): 45-58.
- [4] 杨运姣, 范伟超. 老年人社会参与的关键影响因素研究——以浙江省绍兴诸暨市为例[J]. 知识经济, 2016(5): 5-6+8.
- [5] 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.
- [6] 孟荣芳. 积极老龄化战略背景下社区嵌入式养老服务模式研究[J]. 曲靖师范学院学报, 2024, 43(4): 33-43.
- [7] 孙学娇. 城市空巢老人社会参与研究[D]: [硕士学位论文]. 淄博: 山东理工大学, 2010.
- [8] 杜鹏, 王飞. 新时代老年社会参与的高质量发展——内涵、现状与路径[J]. 人口与经济, 2025(5): 1-13.
- [9] 李宗华, 高功敬. 积极老龄化背景下城市老年人社会参与的实证研究[J]. 学习与实践, 2009(12): 114-121.
- [10] 史薇. 城市老年人养老“时间储蓄”的实证研究——老年社会参与的视角[J]. 南方人口, 2014, 29(5): 58-68.
- [11] 张冲, 兰想. 社区支持与老年健康促进[J]. 调研世界, 2021(1): 74-81.