

# 老年人的促进心理健康影响机制研究

## ——基于 CGSS2018 数据的实证分析

俞亦心

上海工程技术大学管理学院, 上海

收稿日期: 2022年11月23日; 录用日期: 2022年12月16日; 发布日期: 2022年12月27日

### 摘要

在“十四五”期间, 我国逐步进入中度老龄化时代。随着社会老龄化进程的不断加深, 我国医疗卫生事业将面临着沉重的挑战。为实现老年人美好生活的需求, 探索促进老年人心理健康的影响因素至关重要。本文基于cgss2018的微观数据, 采用spss27软件对数据进行描述性分析和二元logistic回归分析, 以此来探究促进老年人心理健康的影响因素。研究发现: 社会交往程度、社会经济地位和智能化使用程度与老年人的心理健康显著相关。

### 关键词

老龄化, 心理健康, 数字化

# Study on the Influence Mechanism of Mental Health Promotion in the Elderly

## —Empirical Analysis Based on CGSS2018 Data

Yixin Yu

School of Management, Shanghai University of Engineering Science, Shanghai

Received: Nov. 23<sup>rd</sup>, 2022; accepted: Dec. 16<sup>th</sup>, 2022; published: Dec. 27<sup>th</sup>, 2022

### Abstract

During the “Fourteenth Five Year Plan” period, China gradually entered the era of moderate aging. With the deepening of the aging process of society, China’s medical and health undertakings will face heavy challenges. In order to meet the needs of the elderly for a better life, it is essential to explore the influencing factors that promote their mental health. Based on CGSS2018 micro data,

**this paper uses spss27 software to conduct descriptive analysis and binary logistic regression analysis on the data, so as to explore the influencing factors of promoting the mental health of the elderly. The results showed that the degree of social interaction, socio-economic status and intelligent use were significantly related to the mental health of the elderly.**

## Keywords

**Aging, Mental Health, Digitization**

Copyright © 2022 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. 问题背景及提出

党的十八大以来,以习近平总书记为核心的党中央始终把人民健康放在优先发展的战略地位。随着我国经济水平不断提升以及科学技术的进步,人民的生活水平越来越高,在一定程度上提高了我国预期的人均寿命[1]。根据我国国家统计局发布的官方数据表明,我国60岁及以上人口比例持续上升,2019年已经达到12.57% [2]。我国老龄化进程日益加深,给社会养老带来沉重的压力,与此同时老年人生理功能的逐渐衰退,往往伴随着多种慢性的疾病,这对老年人的身心健康产生了一定的负面影响[3]。在数字化转型的背景下,老年人依然游离在网络世界的边缘[4],许多老年人则遭遇智能化生活的障碍,在就医、出行、消费等方面形成了不方便,出现了“老年人智能边缘化”的现象[5]。然而,少子化等问题导致老年人与子女的代时减少,使得老年人内心孤独,情感无法排遣,严重的甚至会导致老年抑郁症状。因此改善老年人身心健康是实现每个人健康的关键,也是促进我国健康老龄化的重要手段和策略。“积极老龄化”的核心是为老年人的健康、安全和社会参与打下最佳基础,并提高他们的生活质量[6]。作为“积极人口老龄化”的支柱之一,健康是中国应对人口加速老龄化现实问题的重要策略[7]。因此,本研究基于CGSS2018数据,采用spss27软件对数据进行二元logistic回归分析,在模型中采用逐步回归法依次放入性别、政治面貌、受教育程度、婚姻状况和居住地点,以及社会交往程度、社会经济地位和智能化使用来探究促进老年人心理健康的影响因素。

## 2. 文献综述

心理健康是一种积极、快乐、持久的精神状态[8]。一个心理健康的人在生活的各个方面都处于一种良好的精神状态。拥有良好的心理健康有助于人民对抗生活中的挫折,提升适应社会的能力,拥有良好的交际关系。

通过文献梳理可以发现,目前学术界关于心理健康方面研究成果已有许多。有学者基于不同群体心理健康角度进行研究,主要包括留守儿童[9]、中学生[10]、大学生[11]和军人[12]。也有学者针对互联网技术与心理健康之间关系进行研究,研究发现互联网技术的运用可以更好地使人们利用科学化手段、现代化手段、去分析心里状态,以此促进人们的身心健康发展[13]。

总体来说,对于心理健康的研究已成为当今社会科学领域的热点,但目前的研究,在研究对象上主要集中在中学生、大学生、教师、护士[14]等几个群体,对于老年人促进心理健康的影响因素研究,目前鲜有涉及。因此,本研究旨在前人已有的分析基础之上,结合数据,致力于探讨老年人促进心理健康的影响因素,以此提高老年人的心理健康,实现老年人美好生活的需求,为丰富现有的老年人心理健康影

响因素研究提供一定的参考价值。

基于此,本研究以CGSS2018数据变量为源,采用二元logistic模型,研究老年人心理健康的影响因素,为“积极老龄化”提供一定的参考价值。因此,现提出以下假设:假设一:社会交往程度与老年人的心理健康具有显著的正向作用,经常社交、串门的老年人,他们身心更健康。假设二:社会经济地位与老年人的心理健康具有显著的正向作用,拥有更多物质资源的老年人,身心健康程度更高。假设三:智能化使用程度与老年人的心理健康具有显著的正向作用,会使用手机等智能设备上网的老年人,身心更健康。

### 3. 研究设计

#### 3.1. 数据来源

本研究选取的是来自于2018年中国综合社会调查(简称“CGSS2018”)发布的数据。CGSS是我国第一个全国性的社会调查项目,并且以及成为中国社科领域最主要的数据来源之一。该调查全面收集社会、社区、家庭、个人多个层次的数据,调查对象是由抽样选择的我国内地各省(自治区、直辖市)12,583户家庭,目的在于通过定期收集中国社会各个方面的数据,总结社会变迁趋势,为政府决策和国际比较研究提供一定的参考数据。

为了获得本研究的分析样本,运用spss27软件对数据进行处理,由于本文研究对象是60岁及以上的老年群体,因此从原始数据中筛选出小于等于1958年出生的老年人,剔除缺失数值后,共4688个数据作为本文研究样本,约占总样本量的31%。

#### 3.2. 变量选取

##### 3.2.1. 因变量

本篇文章的因变量是老年人心理健康。因此本文选取“在过去的四周中,您感到心情抑郁或沮丧的频繁程度是”(问题编码A17)为被解释变量,原文本变量中分为为:总是=1;经常=2;有时=3;很少=4;从不=5;不知道=98;拒绝回答=99,数据处理时,由于回答选项为98和99的受访者无法确认其心情抑郁或沮丧程度,故将其处理为缺失值。由于本研究所收集到的数据变量为最近四周,时间跨度比较短,因此需将数据变量重新编码,将“很少”“从不”视作心理健康,将其赋值为“1”;将“总是”“经常”“有时”视作心里不健康,将其赋值为“2”。

##### 3.2.2. 自变量

本篇文章的自变量有三个:第一:社会交往程度,本研究主要选取“[社交/串门]在过去一年中,您是否经常在您的空闲时间做下面的事情”(问题编码31)为解释变量,将回答从不、很少、有时、经常、非常频繁依次赋值“1”“2”“3”“4”“5”,并且剔除缺失数值。数值越高代表社会交往次数越频繁。第二:社会经济地位,本研究主要选取“综合看来,在目前这个社会上,您本人的社会经济地位属于”(问题编码A43e)为解释变量,将回答上层、中上层、中层、中下层、下层依次赋值为“1”“2”“3”“4”“5”,并且剔除缺失数值,数值越低代表社会经济地位越高。第三:智能化使用程度,本研究主要选取“在最近半年,您上过网吗,包括使用电脑、手机、智能穿戴等各种设备上网?”(问题编码A30f)为解释变量,将回答“上过”“没上过”分别编码为“1”“2”,并且剔除缺失数值。

##### 3.2.3. 控制变量

本篇文章的控制变量主要包括性别、政治面貌、受教育程度、婚姻状况和居住地这几个指标(见表1,表2)。

**Table 1.** Basic characteristics of the sample  
**表 1.** 样本基本特征

变量名称	选项	频数	占比%
心理健康	健康	3084	65.9
	不健康	1592	34.0
社会交往程度	从不	703	15.0
	很少	1551	33.1
	有时	1154	24.6
	经常	958	20.4
	非常频繁	319	6.8
社会经济地位	上层	14	0.3
	中上层	280	6.0
	中层	1732	36.9
	中下层	1536	32.8
	下层	1076	23.0
智能化使用	上过	1320	28.2
	没上过	3357	71.6
性别	男	2002	42.7
	女	1893	40.4
政治面貌	党员	720	15.4
	非党员	3964	84.6
受教育程度	没有受过任何教育	1270	27.1
	私塾、扫盲班	70	1.5
	小学	1303	27.8
	初中	1028	21.9
	职业高中	22	0.5
	普通高中	446	9.5
	中专	211	4.5
	技校	9	0.2
	大学专科(成人高等教育)	83	1.8
	大学专科(正规高等教育)	91	1.9
	大学本科(成人高等教育)	31	0.7
	大学本科(正规高等教育)	101	2.2
研究生及以上	3	0.1	
婚姻状况	未婚	53	1.1
	同居	90	1.9
	初婚有配偶	3219	68.7
	再婚有配偶	74	1.6
	分居未离婚	25	0.5
	离婚	65	1.4
	丧偶	1162	24.8
居住地	城市	3139	67.0
	农村	1549	33.0

**Table 2.** Variable name, assignment, value range and descriptive statistical analysis results  
**表 2.** 变量名称、赋值、取值范围及描述性统计分析结果

变量分类	变量名称	变量赋值与取值范围	均值	标准差
被解释变量	心理健康	健康 = 1, 不健康 = 2	1.66	0.47
解释变量	社会交往程度	从不 = 1, 很少 = 2, 有时 = 3, 经常 = 4, 非常频繁 = 5	2.71	1.15
	社会经济地位	上层 = 1; 中上层 = 2; 中层 = 3; 中下层 = 4; 下层 = 5	3.73	0.89
	智能化使用	上过 = 1; 没上过 = 2	1.72	0.45
控制变量	性别	男 = 1; 女 = 2	1.49	0.5
	政治面貌	党员 = 1; 非党员 = 2	1.85	0.36
	受教育程度	没有受过任何教育 = 1; 私塾、扫盲班 = 2; 小学 = 3; 初中 = 4; 职业高中 = 5; 普通高中 = 6; 中专 = 7; 技校 = 8; 大学专科(成人高等教育) = 9; 大学专科(正规高等教育) = 10; 大学本科(成人高等教育) = 11; 大学本科(正规高等教育) = 12; 研究生及以上 = 13	3.65	2.53
	婚姻状况	未婚 = 1, 同居 = 2, 初婚有配偶 = 3, 再婚有配偶 = 4, 分居未离婚 = 5, 离婚 = 6, 丧偶 = 7	4.02	1.77
	居住地	城市 = 1; 农村 = 2	1.33	0.47

### 3.3. 模型构建

本研究运用 spss27 软件对收集到的所有数据进行处理, 把因变量“心理健康”操作化为具有两种情况的二分选择变量: “健康”和“不健康”, 基于此建立二元 logistic 回归模型来分析老年人促进心理健康的影响因素, 与其他算法模型相比, 二元 logistic 回归模型求解速度快, 应用更方便, 模型所期望的结果优势比在时间、空间上比线性回归系数更稳定, 使得本研究的回归分析更具有说服力, 故采用二元 Logistic 回归模型。

模型公式:

$$\log it(p) = \ln\left(\frac{p}{1-p}\right) \quad (1)$$

通过对(1)式进行变换, 得到二元 Logistic 回归模型的线性表达式(2)

$$\ln\left(\frac{P(Y=1|X)}{1-P(Y=1|X)}\right) = \beta_0 + \beta_1 X_1 + \dots + \beta_K X_K \quad (2)$$

基于本文使用二元 logistic 回归模型, 为了使构建的模型更加稳健, 本研究采取逐步回归的方法。在研究 8 个解释变量对于老年人心理健康影响因素中, 将其分为四个模型进行回归分析, 每一个回归结果都是以风险比 OR 值所呈现。实证分析过程如下: 模型 1 将引入控制变量, 包括性别、政治面貌、受教育程度、婚姻状况和居住地进行回归得到结果; 模型 2 基于模型 1 引入第一个关键解释变量社会交往程度进行二次回归分析得到的结果; 模型 3 基于模型 2 引入第二个关键解释变量社会经济地位进行三次回

归分析得出的结果；模型 4 基于模型 3 引入第三个关键解释变量智能化使用第四次分析回归结果。

#### 4. 老年人促进心理健康影响因素的实证分析

本文采用 spss27 软件，对 cgss2018 数据进行二元 logistic 回归分析，得出老年人心理健康的影响因素(见表 3)。

模型 1 中，除了政治面貌对于老年人心理健康没有显著影响，控制变量中的性别( $p < 0.05$ )、受教育程度( $p < 0.01$ )、婚姻状况( $p < 0.1$ )和居住地( $p < 0.01$ )对于老年人的心理健康都具有正向显著影响。

在模型 1 的基础上，加上核心自变量“社会交往程度”构建模型 2：在控制变量不变的情况下，数据显示为社会交往程度( $p < 0.01$ )对老年人的心理健康具有显著影响，假设一成立。

在模型 2 的基础上，加上核心自变量“社会经济地位”构建模型 3：在控制变量不变的情况下，数据显示为社会经济地位( $p < 0.01$ )对老年人的心理健康具有显著影响，假设二成立。

在模型 3 的基础上，加上核心自变量“智能化使用”构建模型 4：在控制变量不变的情况下，数据显示为智能化使用( $p < 0.05$ )对老年人的心理健康具有显著影响，假设三成立。

**Table 3.** Binary logistic regression results of factors influencing mental health promotion in the elderly

**表 3.** 老年人的促进心理健康影响因素的二元 Logistic 回归结果

变量分类	变量名称	模型一		模型二		模型三		模型四	
		系数	标准误	系数	标准误	系数	标准误	系数	标准误
控制变量	性别	0.813**	0.073	0.795**	0.073	0.774***	0.074	0.768***	0.074
	政治面貌	1.15	0.114	1.129	0.115	1.027	0.117	1.016	0.117
	受教育程度	0.908***	0.018	0.907***	0.018	0.922***	0.018	0.939**	0.02
	婚姻状况	1.041*	0.023	1.042*	0.023	1.037	0.023	1.034	0.023
	居住地	1.945***	0.076	1.995***	0.076	1.876***	0.078	1.82***	0.079
自变量	社会交往程度			0.862***	0.031	0.879***	0.032	0.882***	0.032
	社会经济地位					1.433***	0.042	1.439***	0.042
	智能化使用							1.258**	0.097

注：使用 SPSS 计算得出。其中，\*表示  $p < 0.1$ ，\*\*表示  $p < 0.05$ ，\*\*\*表示  $p < 0.01$ 。

本研究基于 cgss2018 的数据进行实证分析，采用 spss27 软件进行二元 logistic 回归模型，根据霍斯默 - 莱梅肖检验结果显示，研究表明四个模型的  $p$  值都大于 0.05，代表模型的回归结果基本一致，拟合状况良好(见表 4)。

**Table 4.** Hosmer-Lemeshaw test

**表 4.** 霍斯默 - 莱梅肖检验

Hosmer-Lemeshaw test	模型一	模型二	模型三	模型四
$p$ 值	0.115	0.537	0.673	0.354

#### 5. 研究结果及对策建议

本研究在性别、受教育程度、政治面貌、婚姻状况、居住地等控制变量下，从老年人心理健康的角



度出发,建立二元 logistic 模型,致力于探讨不同的变量对老年人的心理健康影响因素。研究主要得出以下结论:

在性别方面,男性的心理健康更优于女性,这主要是因为女性在生理结构方面的构造,使其情绪波动更大。在受教育程度方面,那些拥有更高教育文化水平的老年人心理健康程度更高,这主要是因为他们掌握着更多的健康常识,更关注自己的生活品质和身心健康状况。在婚姻状况方面,有伴侣的老年人身心健康程度更高,这可能由于有伴侣陪伴的老年人,可以和伴侣一起遛弯、聊天和旅游,抒发和调节自己内心的情绪。在居住地方面,城市地区的老年人心理健康程度更高,这可能由于城市地区经济发展程度更高,时常举办多种多样的老年文化社会活动,比如广场舞,使城镇老年人更能接触新事物、新朋友。

在社会交往程度方面,更愿意出门社交的老年人,心理健康水平也越高。因为经常参加社区活动的老年人,更容易接触到新鲜的事物。

在社会经济地位方面,处于较高社会经济地位的老年人,拥有较多的社会物质资源使其生活质量更高,心理健康程度也就高于社会经济地位较低的老年人。

在智能化使用方面,本研究中主要通过老年人是否使用智能手机与否来测量,研究发现,智能化产品使用程度越高,老年人的心理健康程度也越高。这不难理解,数字化不仅提升了老年人获取更多信息源,同时通过手机等智能化产品的使用,使老年人更懂得如何保护自己的身心健康。

健康的生活方式对老年人的身心健康起着较大的作用,提高老年人的健康水平,由此提高老年人整体生活水平,与我满足人民日益增长的美好生活需要的出发点和为人民谋幸福的着力点相符合的,也是增进人民福祉,解决社会问题重要的切入点。随着经济的进步以及社会的变化,健康观念逐渐深入人心,我们需要从实际出发,积极引导科学的养生观,让老年人拥有更加科学、幸福、健康的老年生活。如何提高老年人的心理健康水平,可以从以下几个方面展开:

首先,作为子女可以给长辈提供健康知识,帮助老年人排除传统观念影响和其他社会有识思潮的干扰,关注家里老年人的身心健康,并且协助老年人使用手机,进行简单的日常数字化操作;其次,政府可以出台政策,为老年人提供更多接触社会的互动计划和资源,带领老年人切实履行“老有所为”的承诺,与社会各界一起加强基础公共体育设施建设,利用社区废弃空地修建健身设备、健身步道以及配备相关的体育健身设备,使老年人走出家门就能锻炼身体。再次,企业可以针对老年群体,研发创造更多老年智能化产品,帮助老年人跨越数字边界,构建良好的身心健康条件。最后,网络媒体可以利用自己传播速度快、覆盖面广等特点,多报道如何提升身体健康生活方式的新闻,积极引导老年人的身心健康,鼓励老年人出门参与社会交往类活动。

本文运用 CGSS2018 的数据,针对老年人的促进心理健康影响机制进行实证分析,研究发现,社会交往程度、社会经济地位、智能化使用程度等因素与老年人的心理健康息息相关,这为提升老年人的身心健康提供了一定的参考价值。

## 参考文献

- [1] 成锦,赵永红,李立国.我国人口老龄化对经济发展的影响[J].中国商论,2022(17):150-152.  
<https://doi.org/10.19699/j.cnki.issn2096-0298.2022.17.150>
- [2] 王正位,李梦云,廖理,石永彬.人口老龄化与区域创业水平——基于启信宝创业大数据的研究[J].金融研究,2022(2):80-97.
- [3] 龚浩,顾馨雨,杨艳霞,周罗晶.我国积极老龄化研究热点及对策分析[J].中国社会医学杂志,2022,39(4):487-490.
- [4] 吴旭红,何瑞,吴朵.双向赋能:数字化转型背景下“银发鸿沟”的破解之道——基于南京市J区“智慧养老”实践案例的研究[J].电子政务,2022(5):19-30.  
<https://doi.org/10.16582/j.cnki.dzzw.2022.05.003>

- 
- [5] 邓家瑜, 高布权. 信息化时代我国老年人适应智能化生活的障碍与应对策略[J]. 中北大学学报(社会科学版), 2022(6): 125-130.
- [6] 曹红梅, 何新羊. 积极老龄化视域下社会活动参与对老年人健康的影响[J]. 江苏社会科学, 2022(2): 166-175. <https://doi.org/10.13858/j.cnki.cn32-1312/c.20220325.001>
- [7] 晏月平, 李雅琳. 健康老龄化到积极老龄化面临的挑战及策略研究[J]. 东岳论丛, 2022, 43(7): 165-175+192. <https://doi.org/10.15981/j.cnki.dongyueluncong.2022.07.020>
- [8] 余孟辉. 高校学生心理健康教育问题研究探讨[J]. 企业家天地(下半月刊), 2014(5): 167-168.
- [9] 蒋桂黎. 农村留守儿童心理健康教育及行为疏导[J]. 中国果树, 2022(9): 126.
- [10] 张荣花. 中学生心理健康教育中存在的问题及对策[J]. 西部素质教育, 2022, 8(16): 100-102. <https://doi.org/10.16681/j.cnki.wcqe.202216028>
- [11] 荣红国, 杜美皎, 于蔚洁, 甘秀伦, 袁省之, 韩阳, 张靖, 赵建磊, 艾华. 我国大学生心理健康研究可视化分析[J/OL]. 中医教育, 1-8. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.1349.R.20221109.0934.002.html>, 2022-11-27.
- [12] 赵梦雪, 冯正直. 军人心理健康概念内涵的历史演变[J]. 心理月刊, 2022, 17(14): 234-236. <https://doi.org/10.19738/j.cnki.psy.2022.14.072>
- [13] 李勃. 浅析互联网对大学生心理健康的影响[J]. 中国科教创新导刊, 2008(28): 256.
- [14] 曹璐. 浅谈我国医院护士心理健康问题及对策[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2017, 5(22): 32-33. <https://doi.org/10.16282/j.cnki.cn11-9336/r.2017.22.021>