

天津市“老年社会网”研究

孙彦峰 丛梅

目前,我国正在向老龄化社会迈进,随着老年人口的不断增加,老龄问题正日益为人们所关注。尤其是老年人离退休后,由于环境的改变,精神上的失落感、孤独感困扰着他们,使之出现了心理上的失衡。对老年人身心健康和社会稳定都产生不利的影响。所以老年人离退休后如何进行社会交往,形成良好的老年社会网络,使之保持良好的精神状态,以利老年人延年益寿和社会的稳定发展已成为社会学研究的重要课题。

本文通过对天津市老年人日常生活的调查对天津市老年社会网进行了考察,分析了影响老年社会网的种种因素,在此基础上提出了加强老年社会交往的对策和建议。

作者:孙彦峰,男,1964年生,天津社会科学院社会学研究所研究人员。

丛梅,女,1967年生,天津社会科学院社会学研究所研究实习员。

一、老年社会网的概念

(一) 定义

所谓老年社会网是指由老年人与他人社会互动所形成的相对稳定的社会关系之总和。这里的社会关系主要表现为血缘关系、姻缘关系、业缘关系、地缘关系等诸多方面。其主要内容:老年社会网规模、社会网紧密程度、社会网结构及活动内容等。老年人社会网规模大小标志着他所拥有的社会资源程度、朋友的多少,同时,也可反映出他的孤独感、寂寞感程度。

(二) 作用

每个人从呱呱坠地起,就生活在社会之中,每时每刻都要与社会的各个方面发生这样或那样的关系。马克思认为,交往是一种“人类机能”,人们通过交往,形成一定的社会网络,以实现信息和情感的相互交流,满足安全聚同、认识协同、情感依恋、自我价值实现的需要。老年是人生一个重要阶段,他们离退休以后,离开了工作大半生的单位,由职业而结成的上下级关系、同事关系等变得淡漠了。日常生活简单了,精神上产生了重重的失落感、孤独感,产生了心理上的失衡。这就容易使老年人生活乏味,活力减退,对老人健康产生不利影响。很多人离退休前还不见衰老,离退休后一两年突然变很衰老了许多,老年性疾病也随之而来,人们称之为“退休综合症”。之所以产生“退休综合症”,从生理上说是“生命节律”在起作用,节律是人体有规律的生活习惯,它一旦形成,就有一种恒定的趋势,假若这种多年形成的节律突然中断,整个机体的活动规律被打乱,神经系统不能立即按变化的情况建立起新的节律来,机体活动因而失去平衡,疾病因而产生。因此老年活动理论认为,老年人应寻

求活动角色,保持足够程度的社会交往。所以,离退休后老年人如何进行社会交往,形成新的、良好的信息和情感交流渠道,也即形成一定的老年社会网络,以调整老年人的思想和行为,使之保持良好的精神状态,以便于修身养性、益寿延年的确是老年学研究的重要课题。

二、天津市“老年社会网”分析

我们这次调查^①从天津市各区抽取了995个有效样本,通过对调查结果的分析,发现天津市“老年社会网”与一般居民社会网相比有如下特征:

(一)“老年社会网”规模缩小

社会网规模是指一个社会网所包含的成员的数目,个体社会网规模的大小标志着其社会资源拥有的程度。社会网规模越大,拥有社会资源就越多,那么他就往往比别人得到更多的信息、更多的帮助。据对天津市995位老人抽样调查表明,老人从工作岗位上退休以后,很少参加群体性活动,原先由业缘而形成的关系网络几乎中断,个人主动与他人交往的积极性大为减弱,在其与子女、亲属、邻里、朋友、熟人的交往中,经常来往的人数明显减少。据调查资料表明,天津市一般居民社会网规模平均为6.3人,而老年社会网规模平均仅为3.1人,与前者相比,老年社会网规模仅为一般居民社会网规模的一半,老年社会网规模大为缩小。

(二)社会网紧密程度较低

社会网紧密程度是指社会网成员间关系是否紧密,是否经常进行交流或来往,即成员间交往的次数。

从表1中我们可以发现,老年人除与其子女间每周一次(来看或通过电话、写信交流)交往1—3人的人数为635人,比例达64.2%;每月一次交往1—3人的人数为317人,比例

表1

交往对象	类别	每周一次				每月一次			
		0	1—3人	4—5人	5人以上	0	1—3人	4—5人	5人以上
子女		95	635	147	29	558	317	17	7
		96%	64.2%	14.9%	2.9%	56.4%	31.0%	1.7%	0.7%
兄弟姐妹		690	66	5	2	508	232	19	5
		69.8%	6.7%	0.5%	0.2%	51.4%	23.5%	1.9%	0.5%
配偶 兄弟姐妹		578	51	6	4	430	187	19	3
		58.4%	5.1%	0.6%	0.4%	43.5%	18.9%	1.9%	0.3%
邻居		835	138	12	3	733	221	21	13
		84.4%	14.0%	1.2%	0.3%	74.1%	22.3%	2.1%	1.3%
朋友		885	92	9	2	774	185	20	8
		89.5%	9.2%	0.9%	0.2%	78.3%	18.7%	2.0%	0.8%

^① 该调查系中日老龄问题比较研究,中方在天津、杭州、无锡三市采取随机抽样方法(小整群抽样)各抽出60岁及以上老年人1000人做样本。本文是采用天津调查资料,主要是在和平区进行抽样调查,通过培训调查员采取入户方式,对1088名60岁及以上老年人口进行了调查,其中93人因各种原因未能调查,收回有效问卷995份,通过SPSS软件系统对调查资料进行了计算机处理。

达31%，相互间交往比较频繁外，与亲属间、邻里和朋友间的交往频率都比较低。而且，近60%—90%的老人一周内与亲属、朋友、邻里间互不来往，40%—80%的老人甚至一个月内也没有与家庭以外的人进行交往。上述情况表明，绝大多数城市老年人社会交往频率都不高，尤其和亲属、邻居、朋友和熟人的交往较自己的子女的往来相差较远，这说明老年人的社会交往目前尚未打破传统的交往模式，虽有1/3的老年人有较多的亲友往来，但是交往的间隔较长。

（三）社会网结构变化较大

社会网结构主要是指社会网诸要素的排列、组合方式。从老年人的交往对象分析，他们与子女、亲属、邻居、朋友和熟人的交往中，离退休后交往最为密切、最为频繁的则是与子女和邻居间的相互交往，其次才是与亲属、朋友和熟人间的交往；离退休前社交对象中，以同事朋友为第一位，子女为第二位，邻居为第三位，亲属为第四位。这种离退休前后社会网结构的变化充分说明老年人活动环境由工作单位转向了家庭和邻居，尽管大杂院日益被单元住宅所代替，这给邻里间的交往带来了一定困难，但是，由于邻里间相距较近，交往比较方便，他们相互交流情感，传递信息，互帮互助形成了比较密切的交往网络。由此可见，老年人在离开工作岗位后，血缘关系和地缘关系在其社会网中占据了重要地位。

（四）社会活动内容较少

老年人离退休后，大多数人已经脱离了职业生活，调查结果表明，离退休职工只有20.4%的人再就业。因此，大多数老年人在社会组织中进行社会交往的机会变得少了。大多数时间，老年人都是从事较为分散的个体活动，在问到“您一年中从事、参加过的活动”时，回答最多的则是“赏花、观赏庭园艺术”（43.2%），其次是“看电影、戏剧、曲艺、听音乐会等”（31%），“逛百货商场”（27.3%），而从事由街道、群众团体组织的活动的老年人则较少。如“参加（老年人协会）照料老人活动”（8.1%），“参加街道居委会、妇联组织的活动”（14.2%），“参加退休管理部门等组织的社会服务活动”（9.4%），而不参加任何活动的老年人比例则高达27.2%。再则，当问到“最近一个月是否照料过孙子、孙女”时，59.2%的人回答基本上每天照料或有时照料孩子，而前者比例则高达32.3%，这说明，相当多的老年人离退后囿于家庭小天地，大部分时间为子女照料孩子，从而严重影响了个人的社交活动。另外一项调查还表明，老年人大部分时间是在看报纸、听收音机、看电视或喝茶、聊天中度过的。

以上这些均表明，老年人离退休后极少参加集体活动，他们或者独来独往地分散活动，或者基本上在家庭小圈子里进行活动，老人为子女照料孩子，子女则经常看望父母，给老人以情感上的慰藉。这样单调的社交活动极大地限制了老年人交友对象的选择，阻碍了老年社会网结构的形成和发展。

（五）老年人对社会网的自我评价很高

老年人尽管随着自身生理能力、工作能力减弱，其社会网规模、社会交往频数等大为缩小和降低，但当问到“您对和家属、亲属的往来是否感到满意”时，97.7%的老年人回答是满意，与此相接近98.1%的老年人对目前生活感到满意，这说明老年人的自我评价很高，自我感觉良好。1987年的调查也表明3/4的老年人对自己社会交往状况感到满意。之所以形成这一方面是狭小的社会网规模，另一方面是较高的自我满足感的局面，原因之一是，中国传统的价值观在人际交往问题上的体现是“一动不如一静”、“往来生是非”，要人们谨言慎行，主张独处而反对交往，对交往抱有很深的偏见。因而人们之间交往受到很大限制，停留在较

低水平上；另一原因是，由于文化程度、身体状况及性格等因素的制约，有相当一部分老年人满足于日已缩小的社会交往网络，满足于单调乏味的社交活动内容，自得其乐，自我陶醉，自以为是较好的生活方式，这对人生的后1/3无疑是一大浪费。

三、影响“老年社会网”的相关因素分析

影响“老年社会网”的因素，除了前面提到的价值观外，还有诸如家庭类型、身心健康状况、文化程度等内容。

(一) 家庭类型对社会网的影响

我们将家庭分为以下几种类型，即（1）单身老人家庭；（2）老夫妇二人家庭；（3）与子女夫妇同居家庭（无孙辈）；（4）与子女夫妇及孙辈同居家庭（包括其他同居者）；（5）与无配偶子女（包括未婚、离婚）同居家庭；（6）其它。（注3—6的家庭类型，无论被访老人是否有配偶，都包括在内）通过调查我们发现（见表2）：

表2 家庭类型对社会网的影响

交往对象	1	2	3	4	5	6	平均
子女	2.03	2.40	2.80	2.19	2.33	2.21	2.35
兄弟姐妹	0.48	0.72	0.82	0.60	0.59	0.40	0.64
配偶兄弟姐妹	0.12	0.77	0.57	0.58	0.71	0.48	0.55
邻居	0.29	0.51	0.28	0.79	0.49	0.80	0.47
朋友	0.42	0.52	0.64	0.50	0.27	0.70	0.47
合计	3.34	4.92	5.11	4.66	0.49		

在所有家庭类型中，与其子女、亲属、邻里、朋友相互交往人数最多的是与子女夫妇同居家庭（5.11人次），依次是老夫妇二人家庭（4.92人次）、与子女夫妇及孙辈同居家庭（4.66人次）、与无配偶子女同居家庭，最后是单身老人家庭（3.34人次）。这说明，在老夫妇与新夫妇（结婚不久，尚无子女）组成的家庭中，社会网规模最大，与外界交往最为频繁，而由老夫妇二人组成的家庭中，与其亲属、朋友、邻里交往也较为活跃，其社会网规模略大于其它类型家庭。相反，由单身老人组成的家庭，其社会交往明显减少，无论与其子女、亲属或是邻居、朋友的交往次数均少于其它类型家庭，这是由于单身家庭人数少，因而与其他人交往面较小，机会减少，并且，单身老人主动与他人交往的积极性、兴趣也较小，形成了孤苦伶仃的状况。

另外在各类型家庭中，与其子女的交往次数大大高于与其他人的交往，平均每月2.35次，而与其亲属、邻居、朋友的交往平均每月分别为0.64、0.55、0.47次，这意味着在各类家庭的社会网中，占据重要地位的依然是子女和亲属、邻里和朋友。对社会网的影响还有一定的局限性，这说明传统的价值观、传统的交往模式仍然左右着人们的思想和行为，影响着社会网。

(二) 文化程度

文化程度是影响老年社会网的重要因素之一。社会学认为，一个人所受教育愈多，其精神上的需求就会愈大，就越乐于与他人进行交往，以达到心灵和情感的交流，请看表3。

从调查资料可以看出，文化程度越高，其社会网规模越大，交往人数越多；反之，文化程度越低，社会网越小。未上学及初小、高小文化程度的老年人的社会网规模在2.6—2.8人之间，而高中文化程度以上的老年人的社会网规模则在4人以上，这说明，文化程度高的老年人

表3

文化程度对社会网的影响

交往对象	文化程度						合计
	未上过学	初小	高小	初中	高中	大学	
子女	0.88	0.79	0.64	0.40	0.85	0.35	3.93
兄弟姐妹	0.39	0.54	0.47	0.80	1.00	1.10	4.30
配偶兄弟姐妹	0.34	0.49	0.52	0.74	0.96	1.30	4.35
邻居	0.81	0.51	0.61	0.58	0.62	0.65	3.78
朋友	0.37	0.43	0.36	0.67	0.58	1.10	3.51
合计	2.79	2.76	2.60	3.19	4.01	4.42	

在精神生活上有更高的追求，他们社交面广，追求丰富的活动内容，以愉悦身心。如：参加老年合唱团、老年迪斯科队、老年时装队等。

此外，文化程度越低的人除了注重与其子女的交往外，更多的则是与邻居之间的相互交往，如未上学及初小、高小文化程度老年人每日与邻居相互交往平均为0.81、0.51、0.61人次，均高于亲属、朋友间的相互交往，而具有大学文化程度的老年人则注重于亲属与朋友的来往，他们与亲属、朋友每月平均来往分别为1.30和1.10人次，而与子女的来往只有0.35人次。这从一个侧面反映出，文化层次较低的老年人业余时间除了与子女交往外，更多的是与邻居之间来往，喝茶聊天，而文化程度高的人则更注重于志同道合的朋友间来往，注重于兴趣、爱好等的趋同与一致。

(三) 身心健康的影响

所谓“不走不亲”、“常走常新”就是说亲属间、朋友间、邻里间要勤走动，你来我往，双向交流才能深化感情，密切关系。人到老年，更要保持适当的社会交往，有一定的社会网络，这样才能使信息和感情交流畅通无阻，从而使老年人心情愉快，身体健康，所以老年人的社会交往在于愉悦身心，健康长寿，反过来身体健康、心情舒畅更能促进社会交往，二者是相互影响，相互促进，互为因果的。我们研究社会网的目的也在于探讨社会网对老年人的身心健康的促进作用。

调查表明，老年人的身体健康状况与社会网的大小成正比关系，即身体健康状况好的老年人社会网相对大一点，社会交往较多社会资源相对丰富，这从老年人与邻里、朋友的交往中反映得最为明显。然而，在老年人与子女、亲属的交往中，表现的不明显，即在身体较羸弱的情况下，与其子女、亲属的交往频率却高于身体较好的老年人，甚至在身体不太好的情况下，与其子女的交往一点也不低于平常的交往次数，这充分说明亲缘关系在社会网中的地位，作者认为在老年人身体不太好的情况下，与其子女、亲属的交往得以维持较高水平，主要不是老人与子女、亲属间的互动，更多的则是子女、亲属对老人的看望及照顾(见表4)。

社会网状况直接影响老年人的心理情绪，当问及“您对目前的生活是否感到满意”、“您是否经常有寂寞感”、“您对和家属、亲友的往来是否感到满意”、“您是否感到有许多悲伤的事?”，以及“您是否感到自己的人生随着年龄的增长越来越糟”等问题时，其结果基本是老年个体社会网规模大，相互间来往较多的人，心理情绪较为轻松、愉快，对生活的满意度较高的老年人，生活中寂寞感和悲伤的事相对较少，对未来生活的信心也越强(见表5)；这从老年人与子女、亲属的交往中可以看出，随着一定时期内互相交往人数的增多，老年人对生活满意度也不断提高，而对生活的寂寞感也在逐渐减少，而且对未来生活越加充满信心。相反，社会网越小，与他人交往次数越少，就越容易产生寂寞感、孤独感，在这种心理作用

表4

身体状况对社会网的影响

交往对象		身体状况			
		很 好	一 般	体 弱	不 好
子	女	0.58	0.97	0.65	0.52
亲	属	0.60	0.69	0.68	0.39
邻	里	0.76	0.58	0.52	0.35
朋	友	0.53	0.52	0.41	0.37

下,具有外向性格的老年人则坐卧不宁、烦躁不安,急于寻找出路,具有内向性格的人则沉默寡言,郁郁不欢。现代医学认为紧张、忧郁等不良情绪会引起血压调节机制障碍和神经内分泌变化,血液中胆固醇升高,会造成高血压和冠心病,当代许多中外医学专家都发现情绪过于孤独、忧郁会扰乱身体各器官和免疫系统的正常功能,因而容易致癌,尤其是老年人身体的各器官退化、内控力较差,因此,微小的精神扰乱,都可以带来致命的损害。这充分体现了老年人的社会交往网络对其身心健康有着十分重大的影响。

通过调查我们也发现一些特殊现象,比如老年人与邻居的交往人次越多,生活中悲伤的

表5

对象		问题	1				2				3				4			
			1				2				3				4			
子 女	A		98.0				100.0				100.0				100.0			
	B		89.3				87.0				90.0				91.2			
	C		96.1				93.5				94.1				100.0			
	D		92.1				93.5				95.7				95.9			
亲 属	A		97.9				98.4				100.0				100.0			
	B		87.9				82.2				81.5				84.6			
	C		93.7				95.8				100.0				100.0			
	D		93.6				95.3				92.6				100.0			
邻 居	A		96.0				96.6				94.4				98.9			
	B		86.1				91.5				94.4				88.9			
	C		98.0				98.3				98.3				88.9			
	D		99.0				98.3				97.2				88.9			
朋 友	A		86.7				95.5				100.0				100.0			
	B		93.3				92.3				84.4				83.3			
	C		98.7				94.9				93.8				100.7			
	D		93.5				93.3				92.3				96.9			

- 注: A、您对生活是否感到满意? 回答: 是
 B、您是否经常有寂寞的感觉? 回答: 没有, 基本没有
 C、您是否感到有许多悲伤的事 回答: 不是
 D、您是否感到自己的人生随着年龄增长越来越糟? 回答: 不是
 说明: 1、2、3、4代表每月一次以上相互间来往的人数。

事也随着增加,这从一个侧面反映了在老年人与邻居之间的相互交往中,还存在着一些问题。

四、建立合理有效的“老年社会网”的途径

从以上调查分析中我们可以看出,天津市老年社会网规模相对较小,老年人与其他人(子女、亲属、邻里、朋友、熟人等)的交往频数也较低,交往范围主要局限于以血缘关系为主的家庭小圈子内,且活动内容单调。因而在一定程度上影响了老年人的身心健康。随着我国步入老龄化社会,“退休综合症”等问题还会进一步加剧,因而,采取得力措施,在天津市形成合理、有效的老年社会网,以便老年人幸福地安度晚年,已成了迫在眉睫的问题。要形成合理有效的老年社会网就要努力做好以下几点:

(一)要更新观点,提高认识。中国传统价值观要人们谨言慎行,见人只讲三分话,不可全抛一片心,提倡独处、静思,对社会交往抱有一定偏见,认为多一事不如少一事等。这些传统观念极大地限制了老年人的交往行为,使老年人不仅不愿参加群体性活动,而且对目前狭小的社交网络自我满足,自我陶醉,将自己的交往限制在家庭里,给其身心健康带来了不利的影响,因此,笔者认为,我们应该进行大量的舆论宣传工作,帮助老年人重新确立与社会主义市场经济相适应的价值观念,扩展自己的交往面,形成合理的社会交往网络。其实,建立合理有效的老年社会网的途径,就是要真正做到“老有所为、老有所乐、老有颐养、老有所学”。

(二)社会有关部门要积极建立和完善老年人才开发机构。帮助相当一部分身体健康、精力充沛、很想继续工作的老年人重返工作岗位,重塑业缘关系。目前,天津已建立了“离退休人才开发服务中心”,到中心找工作的老年人络绎不绝,但就业机会却不多。因而,笔者建议举办老年人才交流市场,让广大乡镇企业吸收有技能的老年人发挥余热。另外,老年人也可以自己建立各种服务组织,如“离退休中西医诊所”、“退休工程师协会”、“退休律师事务所”等等,从而恢复一度中断的职业生涯,结识更多的同事、朋友。

(三)要使老年人摆脱“退休综合症”的困扰,就要发展其兴趣、爱好,使其身心保持健康。各基层部门,如街道、居委会要广泛建立老年活动中心,为老年人开展娱乐活动提供场所。要从老年人兴趣、爱好出发,组织棋牌、书法、门球等比赛,使之从以个体分散活动转入以社会团体为主的集体性活动中来,这样,不仅起到娱乐身心的作用,同时,也扩大了老年人的社会交往范围。

(四)我们所说的“老有所养”,有两方面的含义。其一是指密切祖孙三代的情感,我们虽然并不提倡祖孙三代的联合家庭,但要教育孙辈尊敬、爱戴老人,经常与之交谈,关心老年人,使之达到家庭内互养,创造和谐的家庭气氛。另一方面是指老夫妇之间的互养,俗话说:“少是夫妻老是伴”、“孝顺子女不如忤逆夫妻”,这说明老伴之间的互爱互亲、互帮互助、互伴互养非儿女所能代替,对丧偶老人,应积极为之介绍新的生活伴侣,为老年人创造一个良好的家庭氛围,使得老年人享受天伦之乐。

(五)为老有所学提供条件。有许多老年人在职时很难抽时间学习自己喜爱的东西,离退休后,老年大学满足了这些老年人再学习的愿望,同时也为老年人提供了文明的活动场所。

责任编辑:张志敏