

鄰里社會壓力與社會連結、居住安排 對老年人睡眠狀況與變化之影響

陳人豪

國立政治大學社會學系
11605 臺北市指南路二段 64 號
Email: jenhao@nccu.edu.tw

摘 要

美國研究證實，居住社區會影響不同群體之個人健康與福祉。然而有關於社區鄰里與健康的研究中，卻尚未探究其對老人睡眠的影響。本研究整合睡眠醫學和社會學理論觀點，探究老人客觀睡眠品質如何受其所處的社區鄰里社會環境所影響。本研究欲驗證兩項假說：（一）居住在危險或孤立的鄰里會危害老人的睡眠；反之，居住在社區連結強的鄰里則會提升其睡眠狀況。（二）老年人的居住安排能調節鄰里特徵對睡眠的影響。本研究使用美國老年健康社會生活調查資料進行統計分析，探究居住鄰里社會環境對客觀睡眠狀況之影響，包含平均睡眠狀況與睡眠變化情形。結果顯示，老人居住於孤立的鄰里較易睡眠中斷；反之，居住於社會連結強的鄰里則有較穩定的睡眠時間長度。此外，老人的居住安排方式調節社區對睡眠的效果。與子女同住或居住安排較為複雜的老人，其居住於危險鄰里對於睡眠的負面效果會被強化。本研究證實社區鄰里特徵能預測老年客觀睡眠狀況，但此影響效果在不同性別間有差異。並且，社區鄰里特徵的效果受老人居住安排方式所調節。

關鍵詞：老化、鄰里效應、人口健康、居住安排、睡眠