

# 社会支持理论视角下丧偶老人的养老问题研究

李旭敏, 夏辛萍\*, 沈文龙

广西科技大学人文艺术与设计学院, 广西 柳州

收稿日期: 2023年2月23日; 录用日期: 2023年3月23日; 发布日期: 2023年3月31日

## 摘要

我国已经进入人口老龄化社会, 丧偶老人作为老年人中的特殊群体, 社会中的弱势群体, 他们的养老问题成为了社会发展所需要关注的焦点问题。近年来丧偶老人的养老问题日益严峻, 从过去的单一家庭养老逐渐转变为多方力量参与, 社会养老逐渐成为了我国主流养老价值观。本文立足于社会支持理论, 针对丧偶老人的养老问题进行研究。首先, 梳理明确丧偶老人所面临的问题和他们所存在的心理困境。从实际问题入手, 在明确问题的基础上针对性的提出解决对策, 促使多方力量介入, 帮助丧偶老人解决养老问题, 关注丧偶老人的精神层面, 帮助他们走出困境, 享受美好的老年生活。

## 关键词

社会支持理论, 丧偶老人, 养老问题

## Research on the Pension Problem of the Widowed Elderly from the Perspective of Social Support Theory

Xumin Li, Xinping Xia\*, Wenlong Shen

School of Humanities, Art and Design, Guangxi University of Science and Technology, Liuzhou Guangxi

Received: Feb. 23<sup>rd</sup>, 2023; accepted: Mar. 23<sup>rd</sup>, 2023; published: Mar. 31<sup>st</sup>, 2023

## Abstract

China has entered an aging society, and as a special group of the elderly and a disadvantaged group in society, the elderly widowed people have become the focus of attention under social development. In recent years, the aging problem of widowed elderly is becoming more and more serious, from single family aging in the past to the participation of multiple forces, social aging has gradual-

\*通讯作者。

ly become the mainstream aging values in China. Based on the social support theory, this paper researches the problem of elderly widowers. Firstly, the problems faced by the bereaved elderly and their psychological difficulties are clarified. Starting from the actual problems, we propose targeted countermeasures on the basis of clear problems, so that multiple forces can join in to help the bereaved elderly to solve their old-age problems, pay attention to the spiritual aspects of the bereaved elderly, and help them to get out of their difficulties and enjoy a good old age.

## Keywords

Social Support Theory, Widowed Elderly, Pension Problem

Copyright © 2023 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

2021年5月11日,国家统计局发布了第七次全国人口普查公报。数据显示,全国人口总数为141,178万人,与2010年第六次人口普查的133,972万人相比,增加了7206万人,增长5.38%,年平均增长率为0.53%,比起2000~2010年的年平均增长率0.57%下降0.04个百分点[1]。人口老龄化是我国百年未有之人口大变局,是建设社会主义现代化国家新发展阶段的人口基本国情,实施积极应对人口老龄化国家战略是新时代国家发展新格局的重要部署。第七次全国人口普查数据既展示了人口老龄化遵循人口发展规律的普遍特征,又显示了人口老龄化趋势的新形势,不断深化的老龄社会是新发展阶段经济社会所面临的新机遇和新挑战。丧偶作为一大突发性事件,对于很多老年人来说失去伴侣的痛楚是非常的残酷现实。面对这种突发事件,丧偶老人通常会承受极大的生活打击。丧偶老人在经历丧偶事件后的心理状态趋于脆弱化,出现抑郁等负面情绪,急需心理上的调节和精神上的关爱。但由于老人们的子女大多工作繁忙,对于家中老年人的关注也多集中在满足其生理健康和物质生活等方面,缺少与老人的沟通交流与陪伴看护,对于丧偶老人的精神状态没有足够的重视。丧偶老人需要大众关怀,社会关注,应从实际出发,社会工作应采取科学有效的应对策略。社会支持理论对研究丧偶老年女性社区居家养老问题具有较强的适用性,表现于社会支持理论视角是为加强各服务主体间的有效合作提供思路。不同社会主体之间之所以需要进行协调合作,是因为他们必须通过传递和接收各种信息和各方诉求以确立一个无限趋近于利益相关者的共同目标并以此指导后续工作[2]。多主体间的合作方式与形式具有多元性,也就是说不同部门之间可以任意组合,从而形成具有不同价值体系的组织结构,然而要尽可能实现合作结果的效益最大化就需要有相匹配的理论作指导。社会支持理论通过社会关系网发挥作用,既涉及社会关系的更新与维系,也涵盖各种正式与非正式团体的交流与互动,正式社会支持为丧偶老年女性养老提供良好的政策环境和社会福利,非正式社会支持为丧偶老年女性提供更多心理层面的慰藉服务、日常照料等。非正式社会支持体系由于缺乏统一、规范的组织形式和行为准则致使服务行为有较大随意性,这就需要正式社会支持体系的规范引导、优化整合,从而形成良好的社会支持运作系统。

## 2. 社会支持理论视角下丧偶老人的养老困境

### 2.1. 丧偶老人的经济保障问题

丧偶老人的收入渠道没有拓宽但是消费支出显著提高。丧偶老人主要收入渠道为养老金、个人储蓄、

再就业工资、儿女的给予。丧偶老人很大一部分经济来源于家庭的供给，而家庭经济的供给具有很大的弹性。“养儿防老”等传统的养老观念虽然不具有强制性，但是几千年的文化积淀，这种观念早已内化于心。在保障老年人从子女等家庭成员中获得物质支持的方面，相关法律及社会舆论起到了极大的约束作用[3]。传统的家庭模式在养老过程中发挥着主导作用，子女赡养老人，但由于子女自身生活成本也很高，无法给予丧偶老人充足的养老金支撑。其次，丧偶老人的收入渠道窄，仅凭微薄的养老储蓄难以获得充分的养老保障。而养老金也只有在早年从事工作的老人拥有，很多丧偶老年女性在早年间并未从事工作，所以也没有养老金的支撑。即使有养老金的丧偶老人，仅凭微薄的养老金和储蓄不足让他们在新环境中获得充分的养老保障；虽然部分丧偶老人可以有政府的补贴。但金额数目较少，难以维持繁重的经济负担。

## 2.2. 丧偶老人生活照料存在的问题

我国家庭结构的发展模式越来越小型化，可以照顾老人的人逐渐减少。而且大多数子女都选择外出打工发展，这在很大程度上加速了丧偶化与老龄化进程[4]。因此，丧偶老人的生活照料问题成为一大难题。丧偶老人失去了伴侣，独自一人生活在家中无人照拂，对于生活可以自理的丧偶老人而言，还可以选择自己照顾自己，勉强维持生活。但对于生活不能自理的丧偶老人，尤其是身体状况堪忧的丧偶老人，如果在家中不慎滑倒、磕破都是非常危险的一件事情，很多丧偶老人伴随着严重的身体疾病，如脑梗、高血压、心脏病等，这些疾病都是突发性极强、危险性极高的疾病。很容易危及生命，而当丧偶老人病发时身边没有人陪伴，容易错过最佳急救时间，从而导致生命的丧失。

## 2.3. 丧偶老人精神慰藉存在的问题

目前，丧偶老人更多的是追求精神方面的满足，且随着老人年龄增长，丧偶后的痛苦与孤独感越来越强烈，因此，丧偶老人对精神慰藉的需要愈发明显。丧偶对于老年人的影响是巨大的，这对于他们来说比身体上的疼痛更加难以接受。

### 1) 自我情绪难以调节

与非丧偶老人相比，他们也更容易产生心理问题，甚至会有自杀的倾向。同时，对于绝大多数丧偶老人来说，闲暇时间的活动安排也很单调，消遣活动比较单一，他们的文化生活方式单调，往往侧重于静态的室内活动。看电视、下棋、打麻将等是他们选择较多的娱乐方式，参与户外互动活动的人很少。可能是由于自身原因不适合活动量加大的活动，也很少有朋友与他们分享乐事。久而久之，他们的孤独感会越来越强烈[5]。

### 2) 缺少子女的陪伴

与此同时，丧偶老人觉得自己已经成为家人的负担，子女的忽视更加重了丧偶老人内心的失落与孤寂。丧偶老人缺少遇到问题和烦心事时可以倾诉的对象，在遇到困难时也往往一个人承受，找不到，也不愿意寻找可以帮忙的人，而又缺乏其他主体主动提供的帮助，难以及时排解他们心中的烦闷[5]。

### 3) 与亲友邻里关系冷漠

在与亲友邻里的人际交往方面，老人由于独居而变得敏感与封闭自我，无意间选择与他人保持一定的距离，且很少与他人诉说自己内心的想法。由于缺少日常沟通的渠道，他们与外界的沟通减少，使得他们的感情和心理也会变得更为脆弱，孤独感和抑郁感随之而来，精神健康水平下降。在成为丧偶老人后，他们不再像以往那样拥有丰富多彩的生活，个人生活会产生停止甚至是倒退的一种状态，他们会从内心里产生挫败感与无助感，甚至可能会有一种被抛弃了的感觉，这些都会严重影响他们的心情，与外人也更难相处，可能需要一个很长的时间适应这种一个人的生活，如果无法适应这种生活就必须借助于外部提供的帮助才能走出这段阴影[6]。

### 3. 丧偶老人养老困境的应对策略

#### 3.1. 加大对丧偶老人的经济投入

当前,社会保障和家庭供养仍然是丧偶老人解决生活保障的主要方式。城市丧偶老人经济条件较差,政府必须从体系健全入手,对此类群体现实需求情况、家庭经济情况、数量等展开立体调查研究,在此基础上对补助的条件、幅度金额等进行确定。地方政府必须以当地消费、经济等情况为依据来调整补助标准,同时以不同的丧偶老人自身条件为依据,适度降低或增加补助数额。对家庭经济条件相当差的丧偶老人来说,可以设立专门性的扶助基金。不过,单纯性的进行资金扶持并非长久之计。因此,养老保障制度、社会保障制度的构建与完善才是治本之策,才能对的基本需求提供持续保障[7] [8]。

##### 1) 加大政府补贴力度,强化城市丧偶老人养老保障

必要财政投入不仅是城市丧偶老人养老事业进步与发展的关键保证,还是彰显养老服务的公益性标志[9]。丧偶老人养老保障政策的基本功能是维持丧偶老人基本的生活,防止丧偶老人出现物质生活匮乏的情况,降低丧偶老人因生活而带来的焦虑感,这是重大惠民政策,但丧偶老人养老保障政策的良性、有效运行需要政府大力支持以及大量资金,所以需要加大丧偶老人养老保障的财政投入力度,确保丧偶老人的养老服务工作可以正常运行。加大对丧偶老人的养老投入,提升丧偶老人的养老水平。

##### 2) 完善城市养老相关制度体系

当前,我国城市养老保障水平较低,提升城市养老保障水平是解决城市丧偶老人养老问题的重要举措。多举措提高城市养老保障水平,推进城市养老事业发展,需要完善城市养老相关制度体系,结合实际,进一步增加丧偶老人基本养老金,增加丧偶老人的经济供给,探索符合城市养老的服务模式。加强对城市养老服务人员的学习培训,壮大城市养老服务队伍,提高城市养老服务人员的整体素质。政府应制定养老服务标准,完善制度体系,为解决城市丧偶老人养老问题提供制度保障[10] [11] [12]。

#### 3.2. 拓宽多主体参与丧偶老人的生活照料

丧偶老人由于属于弱势群体,获取资源信息能力差。因此,社区基层组织应做好宣传工作:一方面派专人定期举办讲座或举行相关普及活动等,加强广播、电视等媒体的宣传。此外还应该由工作人员宣传到户,避免因部分丧偶老人因身体情况以及其他因素导致无法获取社区照料相关政策信息;另一方面是在政策宣传中应采用简单易懂的方式进行传达,给受众群体带来更加直观的感受[13]。

##### 1) 发展居家社区养老服务

随着家庭变迁,家庭的养老能力总体在弱化,因此需要更多社会力量的介入,提供替代家庭养老。大力发展居家社区养老可以缓解家庭养老的压力,发展居家社区养老服务是老龄产业发展的方向。让丧偶老人在家中就可以享受到养老服务。在丧偶老人的养老问题中社会工作也要发挥专业力量,可依靠专业评估优势,做好前期需求调研工作,收集丧偶老人的养老需求。社会工作者可以通过多样化的服务方法和手段为老年人提供多种专业服务[14] [15] [16]。

##### 2) 采用社区照料

社区照料的人性化要加大对丧偶老人生活服务的重视程度,注重丧偶老人的心理感受。社区应该在服务过程中及时根据用户体验进行改进,如对于日常生活照料方面根据老年人的具体情况进行适当的调整,以满足丧偶老人的需求,社区照料在满足物质的同时要注重她们内心感受等不易表露察觉的心理需求,在照料过程中要更加强调她们的个人感受,投入更多的人文关怀[17]。

##### 3) 充分发挥政府的主导作用

政府应该主动积极地支持与鼓励社会力量兴办养老服务的机构,提高丧偶老人的养老服务质量,促



进国内丧偶老人的服务行业发展与进步。由于丧偶老人的养老服务属于投资回收期比较长、投资比较大的特殊性行业，其发展的好坏与政府的支持力度息息相关[18]。

### 3.3. 加强丧偶老人的精神慰藉

精神自我慰藉即精神自理，是指一个人能够自己控制和调节自己的精神状态，适应正常社会生活的能力[19]。而老年人的精神自我慰藉能力，是指老年人相对物质生活，调适自己的情绪，较少对自己的家人、社区以及社会产生精神依赖，使自己能够正确面对衰老和死亡的现实。培养和维持丧偶老人的精神自我慰藉能力，是希望他们能够管理个人精神稳定，自我克制和排解不良情绪，通过人际交往找寻属于自己的情感归属，对周围的事物抱有兴趣和乐观态度，学习接纳新的知识，其意义是增加丧偶老人的生活信心，提升他们在家的精神生活质量。丧偶老人不仅需要物质生活上的保障，更需要精神上的慰藉，因此我们应该高度重视丧偶老人的精神养老。

#### 1) 丧偶老人要学会自我调节

就丧偶老人的自身来看，应加强引导丧偶老人对自身健康问题的重视，使其不断学习并提高基本的心理机能，确保其心理健康，及时调整丧偶的心理状态。丧偶是每个老年人都会经历的一个过程，面对这样不可逃避的问题，丧偶老人首先要学会自我调节，尽量保持积极乐观的生活态度，在心理上可以有一个较好的情绪，家庭应成为满足丧偶老人精神需求的主阵地，家庭成员需承担起主要的责任[20]。

#### 2) 子女要给予老人陪伴

子女要增强丧偶老人的晚年幸福感，让他们高兴，关注他们的精神层面，鼓励他们走出家门，感受人生乐趣。只有身心都健康才能让老年人真的快乐。丧偶老人心理上存在不同程度的精神空虚、不安失落等情绪。加大对孝敬丧偶老人的传统文化的宣传力度，在全社会范围内号召关爱老人，尤其是善待丧偶老人，让他们真正感受到社会的关爱。教育子女在闲暇时间多陪陪家中的老人，让他们体会到家人的温暖，享受家庭所带来的快乐，从而减少内心的空虚和寂寞。老年人最大的精神需求就是希望子女能够陪在自己的身边，希望能够和子女经常沟通和交流，倾听他们平时的烦闷和苦恼。然后由于城市化进程的加快和人口流动的加剧以及生活成本的加大，子女将更多的心思放在了工作和自己的核心家庭中，难以满足父母简单而又奢侈的要求，因此造成了老年人精神慰藉的需求得不到满足。

#### 3) 加强老人邻里沟通交流

用邻里编织社区网。促进老年人之间互动交流，搭建基层服务平台，充分发挥好社区“身边人”的力量，守护丧偶老人，减少丧偶老人痛苦和寂寞。激励子女更加尊重和孝敬老人。社会应该尽量帮助老人提高精神生活的质量，多给丧偶老人建立娱乐的场所，相关社区居家养老应该针对丧偶老人组织开展相应的文化活动，并且可以提供居家精神养老服务，适当安排相关服务人员上门为丧偶老人提供精神上的服务，帮助他们解决心理方面的困惑。

## 4. 结语

丧偶老人是个脆弱且特殊的群体，在这个快速发展的社会，家庭养老依旧是养老模式的主导，而城市的快节奏生活与社会流动加剧，丧偶老人的养老问题日益凸显。丧偶老人的养老保障政策迫切需要完善，虽然国内丧偶老人的养老保障相关政策受到群众欢迎，但就实际而言，这类养老补贴政策的水平与服务项目仍有所欠缺，并没有产生实质性的效果，没能彻底将丧偶老人养老问题解决，导致丧偶老人对这些政策存在质疑，导致丧偶老人养老问题越发尖锐。政府应该提高对于丧偶老人的养老服务保障意识，将丧偶老人的养老问题彻底解决，还要提高政府对于丧偶老人的养老保障重视与认识程度，增加各级政府财政方面的投入，特别是中央政府应大力支持，保障丧偶老人的养老保障相关政策得到落实，真正解

决丧偶老人所面临的各项实际困难。社会工作者将政府的养老政策落实到老年人群中，让老年人切实体验到养老服务。总而言之，解决丧偶老人的养老问题是一项长期而艰巨的任务，同时也是十分迫切的需要。在政府的支持与重视下，在社会各界、各阶层的帮助以及关心下，并且可以逐渐覆盖到每一位丧偶老人身上，这不仅是惠及民生的事情，也是全社会的共同期盼。全社会的共同努力，这将对国内丧偶老人问题的解决非常有利。

## 基金项目

2020 年度广西科技大学大学生创新创业训练计划项目：城市社区丧偶老人互联网+居家养老服务研究。项目编号：202010594232。

## 参考文献

- [1] 张友琴. 社会支持与社会支持网——弱势群体社会支持的工作模式初探[J]. 厦门大学学报(哲学社会科学版), 2002(3): 94-100, 107.
- [2] 童玉芬. 中国人口的最新动态与趋势——结合第七次全国人口普查数据的分析[J]. 中国劳动关系学院学报, 2021, 35(4): 15-25.
- [3] 杨涵墨. 中国人口老龄化新趋势及老年人口新特征[J]. 人口研究, 2022, 46(5): 104-116.
- [4] 梁兵, 施国庆, 张波森. 专业社会工作介入政府购买养老服务项目的困境与脱困策略——以南京市 J 区为例[J]. 社会保障研究, 2022(2): 3-9.
- [5] 刘小瑞. 社会支持理论视角下失独家庭的养老问题研究[J]. 黑龙江人力资源和社会保障, 2022(8): 4-6.
- [6] 李紫东, 赵彤, 杨文优. 社区养老服务对解决人口老龄化问题的创新研究[J]. 黑龙江人力资源和社会保障, 2021(21): 30-32.
- [7] 项鑫, 王乙. 中国人口老龄化现状、特点、原因及对策[J]. 中国老年学杂志, 2021, 41(18): 4149-4152.
- [8] 任婷瑛. 乡村振兴背景下农村养老问题与对策探究[J]. 农村·农业·农民(B 版), 2021(1): 15-16.
- [9] 曹献雨, 睢党臣. 人口老龄化背景下我国养老问题研究趋势分析[J]. 经济与管理, 2018, 32(6): 25-30.
- [10] 董春晓. 福利多元视角下的中国居家养老服务[J]. 中共中央党校学报, 2011, 15(4), 81-83.
- [11] 范宇博. 社会工作介入丧偶老人再婚困境的个案研究[D]: [硕士学位论文]. 长春: 吉林农业大学, 2018.
- [12] 张雷, 韩永乐. 当前我国智慧养老的主要模式、存在问题与对策[J]. 社会保障研究, 2017(2): 30-37.
- [13] 姜博. 社会工作介入丧偶老人养老问题研究[D]: [硕士学位论文]. 西安: 西北大学, 2013.
- [14] 魏晓. 农村丧偶老人生活困境的原因和对策分析[J]. 湖北经济学院学报(人文社会科学版), 2011, 8(4): 89-90.
- [15] 谭有模. 基于社会支持理论视角的养老服务研究综述[J]. 中小企业管理与科技(上旬刊), 2021(9): 167-169.
- [16] 谢立黎, 汪斌. 积极老龄化视野下中国老年人社会参与模式及影响因素[J]. 人口研究, 2019, 43(3): 17-30.
- [17] 梁思羽. 社会支持理论视角下城市社区居家养老服务的研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东大学, 2017.
- [18] 王磊, 王玲玲, 王崇霞. 关于丧偶老年人的心理问题分析及应对措施[J]. 中国老年保健医学, 2005, 3(4): 60.
- [19] 麻超, 张怡萱, 张澜, 马利. 社会支持在丧偶老人生存质量与心理需求中的中介作用[J]. 中国老年学杂志, 2018, 38(1): 203-205.
- [20] 邓蓉, John Poulin. 非正式社会支持与中国老人的心理健康[J]. 贵州社会科学, 2016(4): 97-101.  
<https://doi.org/10.13713/j.cnki.cssci.2016.04.015>