

老年人隔代抚育强度对其生活满意度的影响 机制研究

——基于CLASS (2018)的实证分析

陈薇羽

上海工程技术大学管理学院, 上海

收稿日期: 2023年6月12日; 录用日期: 2023年9月7日; 发布日期: 2023年9月21日

摘要

面对中国老龄化程度的加剧与低出生率和弱托幼体系的现实, 隔代抚育在中国发挥的作用是不容忽视的。本文使用的是2018年中国老年社会追踪调查数据(CLASS), 利用OLS回归来进行分析, 目的是探讨隔代抚育强度与老年人生活满意度之间的关系。结果表明, 隔代抚育强度与老年人生活满意度之间存在着明显的正向显著相关关系。同时通过分类别进行多元回归分析后发现, 隔代抚育强度与老年人生活满意度之间存在着以下差异, 具体表现为城乡之间和性别之间的显著差异。据此, 本文分别从家庭、社会、政策和个人四个层面提出相关对策建议, 以帮助老年人改善隔代抚育的观念, 进而影响其生活满意度的提高。

关键词

隔代抚育强度, 老年人生活满意度, OLS回归

A Study on the Mechanism of the Effect of Intergenerational Parenting Intensity on the Life Satisfaction of Older Adults

—An Empirical Analysis Based on CLASS (2018)

Weiyu Chen

School of Management, Shanghai University of Engineering Science, Shanghai

Received: Jun. 12th, 2023; accepted: Sep. 7th, 2023; published: Sep. 21st, 2023

Abstract

The role played by intergenerational nurturing in China cannot be ignored in the face of the increasing aging with the reality of low birth rate and weak child care system in China. This paper uses data from the 2018 China Elderly Social Tracking Survey (CLASS) and uses OLS regression to conduct an analysis with the aim of exploring the relationship between the intensity of intergenerational parenting and older adults' life satisfaction. The results show that there is a significant positive and significant relationship between intergenerational nurturing intensity and older adults' life satisfaction. Multiple regression analysis was conducted to find the following differences between the intensity of intergenerational parenting and life satisfaction of the elderly, specifically between urban and rural areas and between genders. Accordingly, this paper proposes countermeasures at four levels: family, society, policy, and individual, to help older adults improve their perceptions of intergenerational parenting, which in turn affects their life satisfaction.

Keywords

Intensity of Intergenerational Parenting, Life Satisfaction of Older Adults, OLS Regression

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

研究表明,提高老年人的生活满意度,不仅有助于他们保持身心健康,从而帮助有效缓解社会医疗保险的压力,而且有助于维护老年人与孙辈之间的代际关系,促进家庭的和谐与幸福,从而减少社会矛盾冲突。目前中国老年人口基数庞大,人口众多,老龄化的进程非但没有减缓还有增速的趋势。因此,中国将如何增加老年人生活的获得感、幸福感和安全感,是亟待解决的问题。

老年学以及老年心理学一直在密切关注老年人的生活满意度,生活满意度是这两个学科的重要研究部分。随着中国人口老龄化的不断加剧,越来越多的学者开始关注到老年人的满意度问题。在社会生活中,人们经常使用“满意度”一词来描述他们对工作或活动的满意程度。随着人们年龄的增长并最终进入老年,他们的经济状况、健康状况、社会地位和心理状态都发生了重大变化,这些都是影响他们的生活满意度的因素。目前,为积极应对我国老龄化趋势,国务院提出“积极老龄化、健康老龄化”这个观点,并且此观点目前已成中国人口发展战略中的一项重要内容。与国际上应对老龄化问题的指导策略及行动方案相一致。“积极老龄化”是一种社会学用语,它强调的是提高老年人的生活质量,促进他们在社会、经济、社会等领域的积极参与。探究影响老年人生活满意度的因素,从而有针对性的采取相关措施以提高老年群体生活福祉,更好地落实积极老龄化政策。

近年来,随着社会、人口、家庭等因素的改变,“照顾危机”日益凸显,城市中的家庭类型多为“双职工”家庭,由于父母双方均要工作,与照料子女产生矛盾,并且最近“三胎”政策的放开,家庭照料需求及程度在不断加深,但照料资源日益匮乏,出现了“照顾赤字”现象。与此同时,中国的隔代抚养率在全球也位居前列。根据不完全的数据显示,中国五千万户城镇家庭中,有三分之二以上的孙辈需要依靠老人照料。中国式隔代抚育的出现,是由于现阶段我国托幼机制不完善,以及中国家庭普遍面临着工作和育儿之间的矛盾冲突,受传统儒家文化以及血缘观念的影响,隔代抚育在我国成为一种普遍现象,

不少祖辈会帮助自己的子女来照看孙辈，不仅能够减轻其子女的育儿负担、缓解子女育儿焦虑，还能够延长子女有效工作时长从而能产生更大的经济效益，隔代抚育不仅是中国传统家庭抚养的主要方式，也是维系祖辈与孙辈代际关系的重要纽带。所以隔代抚育不仅能为家庭减轻负担，更是能够产生了不可忽视的社会经济效益。

2. 文献综述与研究假设

2.1. 隔代抚育强度与生活满意度

雍爱琳(2001)对生活满意度的定义为个人对自己现在所经历的或目前所面临的处境与本人对生活的期望所做出的主观评价[1]。李建新(2007)通过研究发现老年人的生活满意度还受到自己相对于其他人的地位的影响，也可以说老年人的生活满意度受到被他人所“需要”的影响。与此同时，衡量老年人的生活满意度还可以通过查看老年人健康状况(主客观健康程度)来判断[2]。张文娟发现代际支持行为会影响老年人身心健康[3]，通过照料孙辈可以使老年人获得精神慰藉，享受代际互动，从而提高其生活满意度。据此，本文提出如下的假设：

H1：隔代抚育强度对老年人生活满意度有显著的影响。

2.2. 隔代抚育者城乡差异与老年人生活满意度

随着经济发展的快速发展，城镇化水平也随之不断提升，老年人拥有了更好的经济文化生活条件，物质生活水平和精神文化水平均得到显著提高，其生活质量也得到了明显提升，拥有更强的生活幸福感。然而并不是所有老年人的老年生活都是高质量的，拿农村与城市老年人相比，农村老年人因为子女多外出，自己也不具备居住城市的条件，经济条件也不及城市老年人，所以农村老年人的生活满意度与城市老年人相比，物质生活以及精神文化层面存在显著的差距，因此老年生活质量不高，幸福感不强。王晨茜(2018)研究发现，经济地位的高低程度会影响到老年人的生活满意度，经济地位高的人生活满意度强，经济地位低的人生活满意度较低[4]。詹奕(2015)在通过其研究后发现，老年人拥有更多的家庭支持，其满意度也会随着家庭支持的程度而发生变化。如果老年人得到更多的家庭支持，其生活满意度就会有积极正向的提升，反之亦然[5]。城乡之间存在显著的经济社会发展的差距，因此老年人的城乡差异会影响其生活满意度。据此，本文提出如下的假设。

H2：隔代抚育强度与老年人生活满意度之间存在显著的城乡化差异。

2.3. 隔代抚育者性别差异与老年人生活满意度

Minkler M. (1999)认为女性老年人比男性老年人能提供更多照料帮助，负责照顾孙辈的老年人绝大多数为女性老年人[6]。这与中国传统观念中女性会承担更多的家庭责任相匹配。但 Fujiwara T. (2008)认为，照料孙辈会给女性老年人带来负向影响，而对男性老年人会带来积极影响。适当强度的隔代抚育对男性老年人的心理健康起到一定保护作用[7]。据此，本文提出如下假设。

H3：隔代抚育强度与老年人生活满意度存在明显的性别差异。

3. 数据、变量与方法

3.1. 数据来源

本研究数据源自“中国老年社会跟踪调查”(CLASS2018)，该调查旨在调查中国老年人群体的社会经济状况，并评估各种社会政策和措施的效果，为解决中国的老龄化问题提供科学的理论和实践基础。这项调查研究是由中国人民大学中国调查与数据中心牵头进行的调查活动。本调查以入户面访的方式进

行,对每户选择一名60岁及以上老人作为样本,并由专业调查员进行访谈,对60岁以上老年人的个人信息,包括经济收入、健康状况、婚姻状况和子女数量等。老年人生活满意度和隔代抚育强度是本文重点研究内容。在此研究中,“老年人生活满意度”和“隔代抚育强度”是研究的重点,因此本文中首先剔除了生活满意度和隔代抚育强度相关问题未有明确回答者的样本,再去剔除一些无效回答样本后,最终得到了有效的样本数据量9388个,其中女性样本拥有4616个,占到总人数的49.2%,而男性样本拥有4774个,占比为50.8%,可以看出所得到的样本量相对来说男女比例均衡。

3.2. 变量测量

3.2.1. 因变量:老年人生活满意度

本文选取“老年人生活满意度”作为因变量,采用问卷题项老年人对目前生活状况的满意程度来作为老年人生活满意度的测算指标,具体地,对于问卷中的“很满意”、“比较满意”、“一般”、“比较不满意”和“很不满意”选项,分别将其赋值为0、1、2、3、4。剔除“无法回答”的选项所涵盖的样本。以往的研究结果显示,Logit模型回归与最小二乘法OLS线性回归之间的差异,随因变量等阶的增大而逐渐缩小[8]。如果因变量的类别数量大于5时,可以采用线性回归分析的方法[9]。因此,将“老年人生活满意度”视作为连续变量,并将其取值范围限定在0~4之间。如果因变量类别数量大于5,则可以采用线性回归分析的方法。

3.2.2. 自变量:隔代抚育强度

本文将自变量设置为“隔代抚育强度”,采用问卷题项中将过去十二个月内老年人照看子女孩子所花时间来作为隔代抚育强度的替代性指标,将问卷选项中“完全没有”、“平均每天小于1小时”、“平均每天1~2小时”、“平均每天2~4小时”、“平均每天4~8小时”和“平均每天超过8小时”分别赋值为0、1、2、3、4、5。一般来说,一部分老年人可能不止有五个子女,甚至可能拥有五个以上的子女。而且在一些多子女家庭中,有时候会是“四老”(岳父母、祖父母)一起共同照顾孙辈。而在此调查问卷中,在“是否同时帮子女照顾孙子女”的选项中,“多子女”的最大数量定为五个,这就意味着老年人在过去12个月中,可能同时帮助一个以上的子女照顾孙子女。从这个角度来说,随着照顾孙子女数量的增加,隔代抚育强度也就越大。在许多情况下,衡量隔代抚育强度不应仅仅考虑老年人对某个孙子女的照顾。也不能单凭隔代抚育强度的最大值或平均值、或简单地以某个孙子女来作为标准。在本文中,隔代抚育强度是指老年人在12个月内对每个孙子女的照顾程度总和。针对老年人实际照顾的孙子女数量,本文对每个孙子女的照顾强度进行加总计算,并得出隔代抚育强度的最终得分。该得分为连续变量,取值范围为0~25 [10]。

3.2.3. 控制变量选取

社会人口选的特征变量涵盖了人的年龄、性别、受教育程度、健康状况等基本变量,因此本文在控制变量选取中也将这些基础变量纳入其中。相关研究表明当控制了身体健康状况等因素后,代际支持会对老年人的生活满意度产生显著影响[11]。为了确保研究结论的可靠性并避免模型估计偏差,本研究在衡量健康状况方面采用了自我评估健康状况和是否患有慢性疾病两个方面进行测量。其中,自我评估健康状况是老年人对个人健康状况的主观评价。在实际问卷的问题中,老年受访者回答身体健康情况状况来测量老年人的主观健康程度,而对于老年人健康的客观评价,可借助“是否患有慢性疾病”指标来衡量,由于问卷中没有直接设置这一选项,所以通过stata软件操作,将受访人群填报的慢性疾病归类,将没有填报有关慢性疾病种类的受访老年人视为未患有慢性疾病,而填报了1种及以上慢性疾病的老年人视为患有慢性疾病的人群。本研究所涉及的控制变量赋值情况如表1所示。

Table 1. Assignment of control variables
表 1. 控制变量赋值情况

变量名	变量赋值
年龄	采用均值
性别	0 = 男, 1 = 女
年龄	52~101 岁
婚姻状况	0 = 丧偶、离婚以及未婚, 1 = 已婚有配偶
受教育程度	0 = 小学及以下, 1 = 初中及以上
户籍属性	0 = 农村, 1 = 城市
个人收入	60~400,000
收入取对数	-
是否工作	0 = 否, 1 = 是
自身健康情况	0 = 不健康, 1 = 一般, 2 = 健康
是否患有慢性疾病	0 = 否, 1 = 是

3.3. 研究方法

在本文中, 我们采用 OLS 回归模型分析了隔代抚育与老年人生活满意度之间的关系, 并通过分类别样本分析探讨了隔代抚育强度与老年人生活满意度之间是否存在城乡和性别方面的差异。

4. 数据分析结果

4.1. 描述性统计分析结果

表 2 为样本分城乡、分性别、教育程度、工作状态、健康状况等的描述性统计分析结果。老年人生活满意度的均值为 2.77, 因为满意度的取值范围为 0~4, 因此, 通过数据分析结果可知, 受访的大多数老年人对他们目前的生活状况感到满意。从表 2 中还可以得出老年人的生活满意度还受到城乡的地区差异, 以及男女性别方面的差异。城市老年人的生活满意度是要比农村老年人的生活满意度要高, 同时男性老年人的生活满意度要比女性老年人的生活满意度高。在其他特征方面, 如受教育程度情况以及婚姻状况来看, 相较于农村老年人, 城市老年人的受教育程度更高, 且已婚率也更高。在受教育程度中, 有 52.23% 的城市老年人接受过初中以上的教育, 而农村老年人只 19.3%。同时, 城乡老年人在收入层面也显示存在明显差异化, 城市老年人的收入相较于农村老年人要更高, 并且农村老年人达到退休年龄后仍旧继续工作以维持日常开支的情况要更多。在老年人的健康状况方面, 不论按城乡分类还是性别分类, 患慢性病的比例都超过了百分之七十, 说明老年人患有慢性疾病是一个普遍现象。

4.2. 样本分析结果

通过对表 3 中隔代抚育强度与老年人生活满意度的回归分析结果可知, 随着模型中加入的变量(健康状况、经济状况)逐步增多, 模型的解释力也逐渐增强, 调整后 R 方由 0.014 提高至 0.101。在控制了基本特征变量后, 隔代抚育强度对老年人生活满意度具有积极正向作用($\beta = 0.043$)。同时, 模型 1 中隔代抚育强度的平方系数为负显著, 说明随着隔代抚育强度升高, 隔代抚育强度与老年人生活满意度之间呈现

出倒“U”形关系。因此,假设1和假设2得到了回归验证,证实了假设成立。在模型2中加入健康状况相关变量(如“自评健康状况”和“是否患有慢性病”)后,隔代抚育强度对老年人生活满意度的影响程度略有降低。回归结果表明,自评健康状况良好并且未患有慢性疾病的老年人生活满意度更高。在模型3中加入了与经济条件相关的变量(如“收入对数”和“是否工作”),回归分析结果显示,老年人的个人经济状况对他们的生活满意度具有正向影响,随着收入的提高,老年人的生活满意度也会提高。

Table 2. Descriptive statistical analysis results

表 2. 描述性统计分析结果

变量(参照项)	百分比/均值(标准差)				
	全样本 N = 9388	农村样本 N = 4762	城市样本 N = 4626	女性样本 N = 4614	男性样本 N = 4774
老年人生活满意度	2.77 (0.879)	2.71 (0.952)	2.84 (0.806)	2.76 (0.872)	2.78 (0.887)
性别					
男	0.508	0.54	0.48		
女	0.492	0.46	0.52		
年龄	71.38 (7.337)	71.24 (7.154)	71.51 (7.518)	71.53 (7.508)	71.23 (7.165)
户籍状况					
农村	0.507			0.475	0.539
城市	0.493			0.525	0.461
婚姻状况					
丧偶/离婚/未婚	0.306	0.323	0.288	0.411	0.205
已婚有配偶	0.694	0.677	0.712	0.589	0.795
受教育程度					
小学及以下	0.644	0.807	0.477	0.692	0.598
初中及以上	0.356	0.193	0.523	0.308	0.402
收入	17890.25	15232.33	20626.32	19646.81	16192.56
收入取对数	8.229 (1.456)	7.555 (1.350)	8.923 (1.215)	8.199 (1.435)	8.259 (1.473)
是否工作					
否	0.749	0.582	0.921	0.784	0.715
是	0.251	0.418	0.079	0.216	0.285
自评健康状况					
不健康	0.161	0.172	0.150	0.172	0.151
一般	0.389	0.391	0.387	0.403	0.375
健康	0.450	0.437	0.463	0.425	0.474
是否有慢性病					
否	0.235	0.234	0.236	0.209	0.260
是	0.765	0.766	0.764	0.791	0.740

Table 3. OLS regression analysis on the impact of intergenerational parenting intensity on life satisfaction of elderly people (N = 9388)**表 3.** 隔代抚育强度对老年人生活满意度的影响 OLS 回归分析(N = 9388)

变量	模型 1	模型 2	模型 3
隔代抚育强度	0.043*** (0.010)	0.275* (0.010)	0.024 (0.010)
隔代抚育强度平方	-0.003* (0.001)	-0.001 (0.001)	-0.001 (0.001)
年龄	0.002 (0.001)	0.006*** (0.018)	0.005*** (0.001)
性别(以男性为参照)	-0.001 (0.018)	0.02 (0.019)	0.02 (0.018)
城乡(以农村为参照)	0.096*** (0.019)	0.092*** (0.020)	0.045* (0.021)
婚姻状况(以离婚/丧偶/未婚为参照)	0.071**** (0.021)	0.048 (0.020)	0.040* (0.020)
受教育程度(以小学及以下为参照)	0.117*** (0.021)	0.075*** (0.020)	0.061** (0.020)
自评健康状况(以不健康为参照)			
健康		0.619*** (0.026)	0.614*** (0.026)
一般		0.183*** (0.026)	0.185*** (0.026)
是否患慢性病(以否为参照)		-0.091*** (0.021)	-0.085*** (0.021)
收入对数			0.034*** (0.007)
是否工作			-0.015 (0.022)
调整后 R ²	0.014***	0.099***	0.101***

注: *** $p \leq 0.001$; ** $p \leq 0.01$; * $p \leq 0.05$, 括号内为标准误。

4.3. 隔代抚育者城乡差异与老年人生活满意度

由表 4 可知, 根据对城市和农村老年人生活满意度的多元回归结果显示, 农村老年人的隔代抚育强度与生活满意度之间的关系比城市老年人更显著, 这是由于农村地区更受传统观念的影响, 更愿意抚育孙辈以获得成就感和幸福感。而城市老年人虽然在隔代抚育强度与生活满意度也呈正相关显著关系, 但是相对于农村老年人还是要弱一些, 这是因为城市老年人与子女之间存在着代际分离, 很多城市老年人不与自己的子女一同居住, 并且由于城市化水平所带来的便捷效应, 城市中有更多的家政服务、托育服务等, 能够替代城市老年人的隔代抚育。因此通过老年人生活满意度分城乡样本的多元回归可以得出, 隔代抚育与老年人满意度之间存在城乡差异, 假设 2 成立。

4.4. 隔代抚育者性别差异与老年人生活满意度

由表 5 可知, 对老年人性别样本的生活满意度进行多元回归的结果显示, 从隔代抚育强度与生活满

意度之间的关联性来看，男性老年人与女性老年人相比结果更显著。这是因为男性老年人能从隔代抚育的过程中获得更多的体验感，从而提升其生活满意度，从女性青年或中年成家之后就一直肩负起照顾家庭的责任，而到了晚年依旧需要承担照料孙辈的责任，比起男性老年人照料的新奇感体验，女性老年人照料孙辈从而获得的生活满意度就会低于男性老年人。因此，通过对老年人生活满意度分性别样本的多元回归可得出假设 3 成立。

Table 4. Multiple regression results between urban-rural differences and life satisfaction among intergenerational caregivers
表 4. 隔代抚育者的城乡差异与生活满意度之间的多元回归结果

变量	农村样本(N = 4614)	城市样本(N=)
	模型 1	模型 2
隔代照料强度	0.035 ^{***} (0.007)	0.020 [*] (0.007)
调整后 R ²	0.005 ^{***}	0.001 [*]

注：*** $p \leq 0.001$ ；** $p \leq 0.01$ ；* $p \leq 0.05$ ，括号内为标准误。

Table 5. Multiple regression results between gender differences in intergenerational caregivers and life satisfaction of the elderly
表 5. 隔代抚育者的性别差异与老年人生活满意度之间的多元回归结果

变量	女性样本(N=)	男性样本(N = 4774)
	模型 1	模型 2
隔代照料强度	0.025 ^{***} (0.008)	0.029 ^{***} (0.007)
调整后 R ²	0.002 ^{**}	0.003 ^{***}

注：*** $p \leq 0.001$ ；** $p \leq 0.01$ ；* $p \leq 0.05$ ，括号内为标准误。

5. 结论与讨论

5.1. 主要结论

第一，隔代抚育强度对老年人生活满意度产生积极正向的影响，二者之间具有显著关系。这与我国传统家庭观念相关，多子多福是传统观念中衡量老年人幸福感的重要指标。但是目前随着中国的低出生率，以及老龄化问题严重所产生的空巢老人问题，空巢老人缺乏子女、孙辈的陪伴和关心，从而产生强烈的孤独感，老年人渴望从照顾孙辈的亲情互动的过程中获得精神慰藉，从而减缓长期的孤独感，有助于减少老年人抑郁症状，增加老年人晚年幸福指数。与此同时，老年人在退休或停止工作后，也面临着自身发展的需要，需要体现自我价值，而隔代抚育也有助于提高老年人的人力资源经济社会参与和生产性产出，老年人向其子女提供隔代抚育帮助，能够感受到被家庭所需要的感受，能够感觉自己没有被社会所淘汰，能够更好地增强老年人的社会和家庭的参与感。

第二，当在模型 2 中加入了包括与老年人健康状况有关的变量时，可以看出统计的显著性有所降低。通过以往的一些研究得出的结论，隔代抚育强度高会对老年人的身心健康产生负面作用。本文涉及的问卷中子女数量最大数值为 5，通过数据分析可知，有的老年人会同时照料多位孙辈，因此其隔代抚育强度高，加上多数老年人都患有基础性慢性疾病，会给老年人带来精神压力或加重老年人疾病，从而降低老年人的生活满意度。

第三,在模型3加入老年人与经济状况相关的系列变量后,隔代抚育强度与老年人生活满意度之间有统计显著性。现阶段研究表明,收入与居民幸福感之间存在正相关关系。因此,隔代抚育强度与老年人生活满意度之间也会受到经济状况的影响。

第四,根据老年人生活满意度城市和农村样本的多元回归结果显示,生活在农村地区的老年人的隔代抚育强度和生活满意度之间的关联度与生活在城市地区的老年人相比更加关联度更强也更为显著。这是由于农村更受到传统观念影响,能抚育更多的孙辈会使农村老年人拥有更多获得感,从而体现其自我价值。而城市老年人除了抚育孙辈之外,还有更多的选择途径去提升其生活满意度。

第五,根据老年人生活满意度分性别样本进行多元回归所得出的结果显示,隔代抚育强度与生活满意度之间存在显著的性别差异,男性老年人通过隔代抚育能够获得更多的幸福感,而女性老年人由于长期承担起照顾家庭的责任,因此到晚年通过隔代抚育从而提升生活满意度的强度就不及男性老年人。

由此可见,老年人隔代抚育强度与生活满意度之间存在显著正向影响,且存在城乡和性别差异,假设H1、假设H2、假设H3均成立。

5.2. 对策建议

在我国隔代抚育是一个普遍现象,随着2021年全面三孩政策的放开,以及经济社会发展所带来的抚育成本的加剧,越来越多的老年人为缓解子女负担加入了隔代抚育的大军。然而随着女性生育年龄的推迟,生育观念的改变以及未来延迟退休政策的实施,老年人参与隔代抚育的年龄会有所推迟,随着年龄的推迟,老年人进行隔代抚育的程度也会相应减少,因此隔代抚育强度与老年人生活满意度的相关性可能会有所变化。基于本研究的分析结果,以下是针对这种趋势的建议措施。

家庭层面,老年人子女应该给予老年人更多代际支持,以缓解老年人隔代抚育压力,代际支持不能仅停留在物质层面,更应该注重子女对老年人的精神慰藉,与此同时,还要注重了解老年人的身心健康状态,定期安排父母做全面身体检查,也要在闲暇之余尽到子女的责任,给予父母更多的陪伴,老年人及其子女之间不应该是单向索取而应该是双向奔赴的。

社会层面,需要加强公共托育服务以及提供更多社区基础设施建设方案,如在社区建立专门的托老托幼相结合的场所,同时开展老年人育儿技能指导、知识讲座等社会支持活动,让老年人既能展开日常社交活动,又能很好地照料孙辈。

政策层面,首先可以制定出弹性工作制度,增强父母参与子女抚育的力度,从而减少老年人的照料压力。为减轻老年人的照料压力,需要构建“生育友好+老龄友好”的家庭友好型政策,促进老年人力资源的继续开发并与社会经济发展有效融合。此外,应加快城乡一体化进程,提升城乡老年人在基本医疗保障、养老服务等方面的社会保障水平。

个人层面,老年人自身需要进行自我调节,过强的隔代抚育可能会造成老年人身心疲惫,因此老年人需要自己掌控好隔代抚育的“度”。除此之外老年人还需要努力尝试以下几点建议:第一,扩展自己的社交圈。老年人总会被隔代抚育的责任感所束缚住,从而活动范围仅限家庭层面,因此老年人应该尝试接受新事物,利用好互联网媒介去认识新的朋友,拓宽自己的交际圈,发掘新爱好,体验和参与到更多的社交活动中,充实自己的生活。第二,保证自己的身心健康。在遇到隔代抚育过程中产生的焦虑消极情绪要及时与人沟通从而化解烦闷,疏通心理负担,此外还需要加强身体素质锻炼,保证自身饮食规律健康。第三,改变自己的陈旧观念。老年人一些陈旧观念应该随着时代的发展进步而改变,因为一些陈旧观念已经逐渐成为“糟粕”,不利于孙辈成长,影响家庭和睦。所以老年隔代抚育者应该具备与时俱进的能力,加强学习新时代的教育观念。

参考文献

- [1] 雍爱琳, 李宏规, 刘惠刚. 高龄老人生活质量的分析[J]. 中国人口科学, 2001(S1): 114-116.
- [2] 李建新, 骆为祥. 社会、个体比较中的老年人口生活满意度研究[J]. 中国人口科学, 2007(4): 65-73+96.
- [3] 张文娟, 李树苗. 代际支持对高龄老人身心健康状况的影响研究[J]. 中国人口科学, 2004(S1): 39-44+176.
- [4] 王晨茜, 刘正奎, 韩布新, 陈天勇. 城镇化进程中农村老年人的生活满意度及相关因素[J]. 中国老年学杂志, 2018, 38(10): 2504-2507.
- [5] 詹奕, 李海峰, 陈天勇, 韩布新. 老年人的家庭和非家庭社会关系与生活满意度的关系[J]. 中国心理卫生杂志, 2015, 29(8): 593-598.
- [6] Minkler, M. (1999) Intergenerational Households Headed by Grandparents: Contexts, Realities, and Implications for Policy. *Journal of Aging Studies*, **13**, 199-218. [https://doi.org/10.1016/S0890-4065\(99\)80051-6](https://doi.org/10.1016/S0890-4065(99)80051-6)
- [7] Fujiwara, T. and Lee, C.K. (2008) The Impact of Altruistic Behaviors for Children and Grandchildren on Major Depression among Parents and Grandparents in the United States: A Prospective Study. *Journal of Affective Disorders*, **107**, 29-36. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2007.08.016>
- [8] 张奇林, 周艺梦. 中国城镇低龄退休老年人工作与幸福感的关系[J]. 心理学报, 2017, 49(4): 472-481.
- [9] 刘红云, 骆方, 张玉, 张丹慧. 因变量为等级变量的中介效应分析[J]. 心理学报, 2013, 45(12): 1431-1442.
- [10] 靳小怡, 刘妍珺. 照料孙子女对老年人生活满意度的影响——基于流动老人和非流动老人的研究[J]. 东南大学学报(哲学社会科学版), 2017, 19(2): 119-129+148.
- [11] 周坚, 何梦玲. 代际支持对老年人生活满意度的影响——基于 CLHLS2014 年数据的实证分析[J]. 中国老年学杂志, 2019, 39(7): 1730-1733.