

“银发时代，路在脚下”——积极老龄化的路径探究

戴淑艳

贵州大学文学院，贵州 贵阳

收稿日期：2023年12月21日；录用日期：2024年2月9日；发布日期：2024年2月20日

摘要

在社会不断发展变化的当下，老龄化问题已经成为大多数国家迫切需要直面的现实问题，“积极老龄化”已然成为国际社会关注的问题。目前，我国老龄人口数量多、老龄化进程快。随着社会经济的发展、生活水平的提高以及生活观念的改变，老年人的养老面临着更高层次、更多元的需求。从中国传统老龄观的认知转向看“积极老龄化”进程中所面临的问题及挑战，对缓解当下养老重压及探寻实践路径具有启示意义，致力于为当下日益显著的老龄化问题提供遵循。

关键词

积极老龄化，认知转向，问题及挑战，实践路径

“In the Age of Silver Hair, the Road Is at Your Feet”—Research on the Path of Active Aging

Shuyan Dai

College of Literature, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: Dec. 21st, 2023; accepted: Feb. 9th, 2024; published: Feb. 20th, 2024

Abstract

In the current social development and change, the problem of aging has become a realistic problem that most countries urgently need to face, and “active aging” has become a concern of the international community. At present, the aging population of China is large and the aging process is fast. With

the development of social economy, the improvement of living standards and the change of life concept, elderly care is facing a higher level and more diversified needs. Shifting from the cognition of the traditional Chinese view of aging to the problems and challenges faced in the process of “active aging” has enlightening significance for alleviating the current pressure on elderly care and exploring practical paths, and is committed to providing guidelines for the increasingly significant aging problem.

Keywords

Active Aging, Cognitive Turn, Problems and Challenges, Practice Path

Copyright © 2024 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. 中国老龄观的认知转向

随着老年人口的不断增多，社会将面临一系列前所未有的挑战和问题，以小农经济为主的传统居家养老模式与科技创新型的养老机构之间的抉择、老年人口基数大、面临管理困难和经费问题的农村养老与注重更高层面的养老需求的城市养老之间的经验互鉴，以及数字化和老龄化的融汇、养老行业带来的代际关系以及养老机构的基础设施和服务等问题扑面而来，传统的孝道观念与更完善的现代化养老观念之间的转变、农村养老的人情味与城市更完善的养老体系之间、满足温饱的物质需求与老有所乐的精神需求之间，人们对老龄人口的养老观念正在逐步发生变化，建立满足时代和社会需求的现代养老体系迫在眉睫。

1.1. 传统养老与现代养老

漫长的农业社会里，家庭不仅是生活单位，也是生产单位，也是传统养老模式萌生的土壤，传统的孝道观念下，家庭养老成为我国传统的养老模式。就现实情况而言，中国的老年人口一半以上还生活在农村，大多数老年人的生活保障能力还比较低，他们中的绝大多数还必须依靠家庭成员的扶助而安度晚年。

随着改革开放形势的发展、社会经济结构、人口结构等多方面因素的变化和发展，我国家庭养老的功能有日益弱化的趋势，传统的孝道观念也开始淡化，传统养老文化的继承和发展面临着“未富先老”、“空巢化”、“少子化”等多种新型的现实问题。随着农民工涌向城市、中小城镇人口涌向城市、都市年轻人离家异地居住，传统的养老模式也随着人口的空间移动不断受到冲击，在对传统养老模式的继承的基础上，寻求新理念和新方法成为当下所需。

养老观念的转变催生着现代养老模式的产生。养老产业迎来了由萌芽到茁壮成长的历史机遇，养老机构分担了传统家庭养老的沉重压力，解决了由此带来的一些社会问题。除去对老年人口合理的照顾，在不同的需求和层次下，养老行业开创了温泉养老、医养结合、丰富文化活动等新型的养老模式，随着5G互联网时代的到来、AI智能识别技术的广泛使用，以及机器人应用技术的成熟，现代养老可以结合科学技术，实现养老模式的智能化、网络化、多样化。

传统养老思想延续至今，在维护社会稳定、促进民族团结等方面起着非常重要的作用，在传统孝文化的基础上实现养老思想的传承与创新成为时代的需要，现代养老将在传统养老模式的基础上，增添更多时代性强、实用性强且适用范围广的新鲜元素，逐渐形成更加完备的复合型养老体系，更加契合时代

的需求。

1.2. 农村养老与城市养老

农村是我国养老问题最严重、最难解决的地方。对比城市而言，农村山清水秀的自然条件得天独厚，但就基础设施、养老机构的建立与完善、养老机构的管理和经费等方面而言，城市因其有着更加完备的基础设施、更多元的养老模式成为当下诸多养老群体的选择，人们以家庭、社区为主的传统养老模式已然向舒适性、专业性、科学性更强的现代化城市养老模式转变。

在城市化的进程中，大量年轻劳动力流向了城市，农村的老年人大多因为故土情怀或自身原因选择留在农村，这使得农村老年人“空巢”趋势十分严重，依靠子女照顾的传统农村养老模式遭受到了冲击。机构养老作为一种全新的养老模式，在农村的养老体系中占据的比重越来越大，而受传统“养儿防老”思想观念的影响，大多数农村老年人仍然选择传统家庭养老模式，认为去养老机构是子女赡养老人不作为的深刻体现，这样根深蒂固的思维很大程度上影响了农村养老机构的发展，同时，受环境和经济条件的制约，农村养老机构的硬件设施、医疗设施、娱乐设施等的发展都有很大的提升空间。

对比农村养老的发展，城市养老的要求更高、基础设施较完善、文化活动也更加丰富，积极发展养老产业已经成为社会各界的共识。“养儿防老”的传统观念已然受到强烈的冲击，更契合现代化背景下养老需求的现代化养老机构成为大多数人的选择。

1.3. 物质需求与文化需求

“中国特色社会主义进入新时代，我国社会主要矛盾已经转化为人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾”[1]。对美好生活的追求既有物质层面的，也有精神层面的。物质需求主要指的是人在温饱的基础上对衣食住行等生存方面的需求，而精神需求则是人们在精神生活中的需求以及对自我价值的追寻，在物质层面的需求得到很大程度满足的情况下，人们对于精神层面的追求则更加重视，精神生活的富足已然成为幸福感提升的一个重要因素。

随着生活条件的逐步改善和物质水平的不断提高，老年人的精神文化需求也日益强烈。进入老年期后，个体的精神需求会随着年龄阶段的变化而发生相应的变化，随着生理和社会角色的变化，老年人在精神需求上会发生显著的变化。从电子媒介、报纸等途径了解世界和国家大事是很多老年人精神文化的重要组成部分，参加文体活动是老年人扩大人际交往的重要途径，“候鸟式”养老也已成为诸多老年人的选择，书法、绘画、舞蹈、模特等成为当下众多老年人青睐的文娱活动。由此可见，老年文化是老年人的精神力量，应该得到普遍的重视。

从“老有所养”逐步实现“老有所乐”、“文化养老”，新的养老需求不断催生着养老行业的发展，人们对于养老的观念也在不断发生变化。

2. 积极老龄化的实践挑战

数字化与老龄化的不断发展促使老龄网络需求文化也在不断增长，但不少老龄人缺乏数字技能，跟不上数字化发展的速度。随着城镇化的不断发展，农村与城市的养老建设、养老发展出现了不同程度的差别，年轻劳动力外出流向城市，空巢老人的人数不断增加，生育观念的改变催生着少子化家庭的发展，诸多问题促使老龄化背景下的现实问题不断凸显，寻求应对举措成为当下所需。

2.1. 数字鸿沟

中国正面临着日益严重的老龄化问题，老年人口数量和占比在快速上升，而当老龄化遇见数字化，如何让规模巨大的老年群体共享智能社会发展红利，是当前社会民生领域面临的一个重要挑战。扫码出

行、手机支付、健康码出示、预约挂号、抖音快手娱乐等等数字化带来的便捷服务都在展示着数字化已经在我们的生活中无处不在，而对于不擅长使用智能手机和智能设备的老年人，这是日常生活所面临的种种挑战。

根据国家统计局有关统计公报，截至 2022 年 12 月 31 日，我国 60 周岁及以上人口为 28,004 万人，占总人口的 19.8%。信息技术高速发展与社会数字化转型，推动着总人口近 20% 的银发群体迈入数字化生活浪潮，在智能化遍布生活的各个角落的基础上，互联网的消费群体主要以年轻人为主，契合老年人的文化产品数量并不多，质量上也存在提升的空间。

老年人因其年龄、身体机能等多个因素的影响而导致自身学习困难，存在主观认为学习的速度跟不上科技变化的速度等心理落差。如何让数字技术赋能老年人的社会参与，需要政府和社会以及社会各界的共同努力，帮助老年人从参与使用智能设备到参与到数字化的社会中。政府搭建好老龄化与数字化之间的文化桥梁；青年人更有耐心、更有信心、更有责任地为老年人普及新知识新技能；市场不断厚植老年文化产品的生长土壤，提供更多高质量的符合老年人的文化产品，不断缩小数字化与老龄化之间的鸿沟。

2.2. 需求差异

养老行业的不断发展也面临着养老的不同地区、不同层次等的差别化，农村与城市的需求不同、普通养老与高级养老的需求也不尽相同，如何因地制宜、按需生产，成为当下养老行业发展需面对的问题。

老人的养老可以基本分为三个层次：基本养老、普通养老及高级养老。基本养老则是老年人的基本生活需求能够得到满足，包括食宿和医疗等基本的养老问题；普通养老则是在基本养老的基础上，能够享有更好的生活条件及服务，而这样的养老是建立在一定的经济基础上的；高级养老在前两者的基础上，享有更高层次的待遇，包括高级养老院及特殊的看护服务等等。与此同时，养老的基础设施建设也根据不同养老层次的需求而有所变化，从基础的社区运动设施发展到集体的文娱活动，再到更高层次的精神方面的追求，以及从家庭养老到社区养老，再到候鸟式养老、医养结合的疗养院等更多形式的养老。

随着社会人口老龄化加剧，庞大的老年群体养老、医疗和社会服务需求不断扩大，带来最直接的问题是如何解决多层次的社会养老保障。专业化的养老机构数量远不足以满足实际的养老需求，需求端与老龄化程度分化比较严重等问题显著。针对复杂的养老需求和当下的养老现状，各界需致力于在围绕需求改变供给的基础上，关注到养老行业的动态变化，不断更新与调整，打造符合老年人需求的养老行业及完善的养老体系，缓解当下尖锐的养老现状。

2.3. 代际关系

养老机构的发展促使传统的居家养老逐步被机构养老替代，与此同时，带来的问题即是代际关系的僵化。年轻人作为青壮劳动力流向经济发展的地区，老年人的看护责任转向了机构，随之而来的是老年人精神上的需求问题。

“树欲静而风不止，子欲养而亲不待” [2]源自《孔子家语·致思》，这句名言已然指出儿女赡养老人的重要性。孝道一直以来都是刻在中国人骨子里的优良传统，但为了生计子女不可避免地四处奔波，常年离家的状态导致仅有节假日才能与亲人相聚，通过互联网隔着屏幕的问好，往往因为避免对方担心而善意隐瞒现状，这一系列的因素导致代际之间的联系不够紧密。

随着生育率下降、离婚率上升、婚姻晚育等现象较为普遍，传统家庭模式发生了变化，导致家庭规模缩小、家庭成员分散、空巢化、少子化等问题。这些问题可能影响家庭内部对老年人提供照料和支持的能力和意愿。同时，由于代际之间收入水平、财富积累、教育程度等方面存在差异，代际之间的关系也成为一个需要关注的问题。

积极应对人口老龄化，让代际关系不脱节。利用社会各界力量不断增强代际之间的联系，利用家史溯源呼唤代际群体之间用爱与行动陪伴家人，不断增强老年人口的满足感、幸福感。社会的关爱是缓解老年人精神陪伴需求的重要方式之一，代际互动行为能够显著提高老人生活照料支持和精神慰藉支持的获得，让家庭少有所依、中有所乐、老有所养，积极构建幸福美满的家庭成为现当下养老行业发展的奋斗目标之一。

3. 积极老龄化的实践路径

养老观念的转变影响着人们对现存问题的看法。就当下形势而言，树立健康、有为的积极老龄观成为大势所趋。老年人作为社会的重要组成群体理应受到优待。正确认识我国老龄化的现阶段存在的问题及其带来的影响，树立积极应对人口老龄化的观念并有针对性地采取对应措施尤为重要。

3.1. 发展“数字反哺”型高质量养老服务

高质量是新时代养老服务发展的新目标和新任务，所谓高质量的养老服务即是在基础养老服务的基础上发展更专业化、协调化、智能化的养老服务，实现“从有到优”的蜕变，养老服务对象的普遍性、养老设施的全面性、医养结合的可行性等多方面的提升共同助力养老服务的高质量发展。

随着人们养老观念的深刻转变，数字化与老龄化之间关系如何协调、如何使数字化在便利生活的同时，也能帮助老年人更好地融入到数字化时代成为当下急需解决的问题。

首先，针对老年人自身学习困难的问题，社会各界需共同努力，引导老年人正确认识数字科技。老年人的学习新事物的能力有限，这就需要数字化市场的积极引导、家人的陪伴与耐心讲解，以及老年人自身的思维和认知的改变。各种力量的汇入，助力老年人掌握数字应用，更好地适应生活。

其次，适合老年人的数字化产品及相关服务有待改进。当下数字化市场及其产品的受众主要以年轻人为主体，产品的设计及使用也主要以年轻人的操作为导向，对于老年人而言，繁琐的操作流程、复杂的操作说明等因素阻碍着老年人对数字化产品及相关服务的使用。因此，数字化企业及相关平台应关注到老年人的数字化需求，加强老龄技术研发，突出数字适老化，打造适合老年人的数字化产品和服务。

最后，老年人是社会群体的重要组成部分，对老年人的关心和爱护应成为社会的共识。在国家政策层面，数字强国和积数字化背景下的积极老龄化的有机统筹结合；在社会参与层面，家庭、社区及公益组织等多方主体的共同参与[3]。多方力量、多种形式，不断提高老年人的信息获取能力和网络数字素养，助力更多的老年人融入和享受数字化的美好生活。

3.2. 提倡代际融合背景下的“老有所依”

中国传统的养老模式以家庭养老为主，这样的模式大大地促进了家庭成员之间的沟通与互动。随着城市化的发展，大量的年轻劳动力流向城市，“空巢老人”的情况较为普遍；随着生育观念的变化，“少子化”的家庭也逐步增多，以居家为基础、社区为依托、机构为支撑的养老体系成为当下养老的基本模式，家庭规模小型化、子女外出上学务工等多种因素致使老年人的空巢趋势越发明显，“少子老龄化”的严峻形势使老年人的医疗保健、生活照料等问题十分突出，这样的变化所带来的代际之间的问题需引起我们的重视。

代际融合是通过不同年龄阶层之间的相互交流和互动，实现不同代际之间的和谐共处。相比物质条件的满足，精神的陪伴更是老年人所需要的。

首先，实现老有所依，要弘扬传统孝道。孝道是中国优秀传统文化的重要内容，弘扬孝道也是当下实现“老有所依”的重要途径之一，通过弘扬孝道文化，不断增强、重塑子女的孝道观念，增强子女履行赡养老人义务的主动性，增强老年人的满足感和获得感，从而构建“老有所依”的和谐社会。

其次，传统孝道的内涵在当今社会背景下与时俱进，代际融合的互助养老模式更契合日益多元的养老需求。以年轻人的养老服务时长兑换青年人退休后在养老院的住宿资格这样的新模式也在不断实现青年人与老年人的双向奔赴，年轻人用志愿服务时长抵扣房租达到节约生活成本的目的，老年人相对应地也得到年轻人的陪伴和关心，通过代际融合的互助养老模式，从“共享”实现了“共赢”。

最后，代际融合存在的重要环境即是良好的社会风气。让“老有所依”成为社会共识，在社会形成“尊老、爱老、护老”的良好环境，让老年人舒心、让年轻人放心、让社会共同给予老年人群体关注和陪伴，缩小代际之间的鸿沟，让老年人生活在一个温馨、舒适、其乐融融的环境当中。

3.3. 发展契合老年人需求的“银发经济”

随着社会的发展和老年人口的增多，老年人的消费需求已然发生了显著的变化，逐渐从生存消费型走向享受型消费，不断朝着多元化和个性化发展，随之而来的也是银发经济发展的巨大空间，与此同时，老年消费产品的单一性、产品的种类有限性等多个因素影响老年人的消费，致使银发经济的发展蜗步前进。因此，扩大老年产品的有效供给、不断推动相关产业转型升级、加强老年产品的质量监管成为当下银发经济发展的重要内容。

首先，扩大老年产品的有效供给。供给是以受众的需求为导向的，老年人的需求不仅仅停留在物质的需求上，更多的也走向了精神需求，以老年人的需求为导向进行生产，实现产品的有效供给尤为重要，一方面，避免产品的滞销导致社会资源的浪费，另一方面，满足老年人的消费需求，提升老年人的获得感和满足感。

其次，不断推动老年产业转型，随着老年人口数量的增加，老年人口的消费潜力也在不断上升，促进养老服务与文化、旅游、餐饮、健康、金融等行业的融合发展已是行业的大势所趋，以全面的姿态应对银发经济的发展，提供更加专业化、科学化、多元化的消费选择，激发市场活力的同时，也让老年人享受到社会发展的红利。

最后，不断加强养老服务和产品质量的监管。相较于年轻人，老年人辨别伪劣商品和养老服务的能力较弱，加强养老服务和产品质量的监管尤为重要。健康市场，老年人才可以放心地消费；完善监管，产品和服务才会更高质量，不断地完善相关结构、完善准入标准，才能有效地满足老年人口多元化多层次的要求，由此促进银发经济的蓬勃发展。

4. 总结

我国老龄人口数量多、老龄化进程快，这是现存的事实，而如何找出一条适合中国国情的银发之路才是关键所在。“莫道桑榆晚，为霞尚满天”，国家政策的大力支持、社会各界的共同努力、有识之士积极老龄观的树立与实践等多方力量共同助力应对我国老龄化严重的尖锐问题。“银发时代，路在何方？”银发时代，路在脚下，相信在全社会的共同努力下，建立契合时代需求和人民需求的现代化养老保障体系指日可待。

参考文献

- [1] 李晓天. 新时代中国特色社会主义社会主要矛盾研究[D]: [硕士学位论文]. 锦州: 渤海大学, 2019.
- [2] 孔子家语·致思篇[M]. 魏王肃, 注. 上海: 上海古籍出版社, 1990.
- [3] 常薇, 周晶晶. 数字化金融与老龄化社会共振中的难题及化解对策[J]. 市场周刊, 2022(8): 26-30, 87.