

“老有所为”生态建构的 理论依据与实践路径

姚海妮, 李 陈*, 王 璐, 朱 燕, 郑梓灿

上海工程技术大学管理学院, 上海

收稿日期: 2024年10月16日; 录用日期: 2024年12月10日; 发布日期: 2024年12月19日

摘 要

随着老龄化水平的加速推进, 积极发挥老年人的价值, 推动“老有所为”, 对积极应对人口老龄化挑战具有重要价值。文章结合中国人口老龄化的实际情况, 利用活动理论和积极老龄化理论分析“老有所为”, 从社区支持与活跃老龄化、教育与继续学习机会提出“老有所为”生态建构的基本原则、对策建议和保障措施, 为中国老年人“老有所为”提供资鉴。

关键词

积极老龄化, 生态建构, 对策建议

Theoretical Basis and Practical Path of the Ecological Construction of “Active Aging”

Haini Yao, Chen Li*, Lu Wang, Yan Zhu, Zican Zheng

School of Management, Shanghai University of Engineering Science, Shanghai

Received: Oct. 16th, 2024; accepted: Dec. 10th, 2024; published: Dec. 19th, 2024

Abstract

With the acceleration of population aging, actively leveraging the value of the elderly and promoting “active aging” hold significant importance in addressing the challenges posed by an aging population. This article analyzes “active aging” in the context of China’s actual aging situation, utilizing activity theory and the theory of active aging. It proposes basic principles, countermeasures, and safeguards for constructing an “active aging” ecosystem based on community support and active aging, as well as opportunities for education and lifelong learning, aiming to provide insights into the “active aging” of elderly individuals in China.

*通讯作者。

文章引用: 姚海妮, 李陈, 王璐, 朱燕, 郑梓灿. “老有所为”生态建构的理论依据与实践路径[J]. 老龄化研究, 2024, 11(6): 2504-2509. DOI: 10.12677/ar.2024.116365

Keywords

Active Aging, Ecological Construction, Countermeasures and Recommendations

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. 引言

近年来，中国面临着迅速加剧的人口老龄化问题，老年人在总人口中的比例不断提高，这一趋势对社会经济发展提出了新的挑战。截至 2023 年底，60 岁及以上的老年人口已达 29,697 万人，约占总人口的 21.1%。在这些老年人口中，65 岁及以上的高龄老人占比为 15.4% [1]。这种老龄化现象呈现出规模庞大、发展速度快、地区发展不均衡、城乡倒置，以及未富先老等突出特点。

面对老龄化的严峻形势，《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十四个五年规划和二〇三五年远景目标的建议》明确指出，必须积极实施应对人口老龄化的国家战略。这一战略强调在政策上和实践中的创新措施，以应对老龄化带来的复杂影响。特别值得注意的是，数据显示，60 至 69 岁的低龄老年人比例较大。这一群体通常拥有较好的健康状态和丰富的社会经验，仍具有强烈的参与社会活动的意愿和能力。他们在退休后依然是社会的重要资源。通过合理开发和利用低龄老年人的潜力，可以大幅减轻社会对于养老的压力，改善劳动力短缺的状况，同时提升老年人的社会参与感和成就感。因此，研究和推动“老有所为”不仅是促进老年人自身福利的需要，也是优化社会资源配置、维持经济活力的重要途径。

2. “老有所为”生态建构的基本内涵

针对人口规模巨大的老年人口、快速的老龄化等中国国情，我们对“老有所为”生态建构的基本内涵进行界定，“老有所为”的生态建构旨在通过社区支持、教育和积极老龄化等举措，促进老年人在社会中的积极参与并提升他们的生活质量与社会价值感。这需要构建一个包容和资源丰富的社区环境，满足老年人的基本生活需求以及提供精神和文化支持，同时提供继续学习的机会，通过设立老年大学和在线课程，鼓励他们追求新知识和新技能。

首先，社区支持与活跃老龄化倡导建立一个包容、资源丰富的社区环境，提供便利设施和服务，使老年人在社会中继续发挥作用。这不仅包括满足老年人的基本生活需求，如医疗、交通和住房，还包括精神和文化层面的支持，如举办社区活动、志愿服务以及互助组织，从而增强老年人的社会参与感和价值感。其次，教育与继续学习机会是其内涵的重要部分，强调为老年人提供终身学习的平台，设立老年大学和在线课程，鼓励他们追求新知识、新技能，激发创造力和自信心。这有助于老年人适应现代社会变化，保持心理健康。最后，积极老龄化注重健康、社会参与和安全三个方面，通过倡导健康的生活方式、构建安全的社会保障体系，使老年人在更长的寿命期间保持能动性和独立性。

整体来看，“老有所为”生态建构的基本内涵包括多层面、多角度的政策推动和社会动员，以形成支持老年人再参与社会的良性循环，有效提升老年群体的生活质量和社会价值感。通过政策推动和社会动员，使老年人在社会中继续发挥积极作用，形成社会支持和积极老龄化的良性循环。

3. “老有所为”生态建构的理论依据

3.1. 活动理论

活动理论的基础由苏联心理学家列夫·维果茨基于 20 世纪 20 至 30 年代奠定，此后由阿列克谢·列昂捷夫进一步发展。这一理论强调个体与环境之间的互动在社会文化背景中的重要性[2]，并将“活动-动作-操作”的三层结构引入心理分析中。如今，活动理论在教育技术和组织研究领域得到了广泛应用，具有深远影响。

在中国，伴随着人口快速老龄化，如何鼓励老年人积极参与社会活动成为一个重要的社会议题。活动理论为理解老年人的社会参与提供了重要框架。根据这一理论，老年人的参与不仅在于个体行为，也涵盖了社会文化和结构因素的影响。通过营造合适的社会环境并提供技术支持，老年人可以提升自我价值，实现个人与社会的双赢。

在实践层面，全国各地正在探索社区养老模式，运用活动理论来鼓励老年人参与各种形式的志愿服务、文化活动和技术培训。从社区文化活动到健康管理与互助服务，老年人能够按照自身的兴趣和能力选择合适的项目，获得成就感和归属感。同时，这种参与方式能够强化社区间的互动和支持体系，更充分地利用老年人的经验和智慧，推动社会多元化的发展[3]。总的来说，活动理论所强调的社会文化背景和支持机制为在中国实现“老有所为”提供了扎实的理论基础。

3.2. 积极老龄化理论

积极老龄化理论由世界卫生组织提出，是对活动理论的进一步扩展。其核心理念在于通过优化健康、提升社会参与度以及强化安全保障，来改善老年人的生活质量。这一概念强调，老年人应持续在社会、经济和文化等事务中发挥作用，并在健康和保护方面得到全面支持。

在中国，积极老龄化的发展涉及多个方面，如政策引导、社区支持、终身学习和科技应用等[4]。为应对人口老龄化，政府努力通过政策规划主动应对；社区则通过提供养老服务和组织丰富的活动来促进老年人的参与。同时，数字技术正在越来越多地应用于养老服务，使服务更加便利且触手可及。此外，丰富的教育和文化生活也在持续提升老年人的生活质量。

随着中国逐渐进入老龄化社会，积极老龄化理论在中国的应用显得愈加重要。数据显示，中国 60 岁及以上人口已超过 2.6 亿，占总人口的 18% 以上，这对社会各个层面提出了新挑战。在此背景下，积极老龄化的理念不仅强调对老年人健康与照护的关注，更鼓励他们积极融入社会，继续发挥重要作用。

为了更好地应对这一情况，国家和地方政府不断出台政策，优化养老服务体系，强化老年人的社会参与度。一方面，政府通过完善医疗体系和养老保险制度，为老年人提供充足的健康和经济保障。另一方面，众多社区积极开展老年教育[5]、志愿服务和文娱活动，以激发老年人的潜力，促进社会的和谐发展。此外，科技进步为积极老龄化带来了新的视角，通过智慧养老平台的应用，老年人能够更便捷地获取健康管理 and 生活服务。如今，越来越多的老年人选择参与婚后继续教育、咨询工作和社区活动，成为实现“老有所为”的典范。他们不仅实现了个人的自我价值，也为社会发展贡献了力量。

4. “老有所为”生态建构的对策建议

4.1. 基本原则

4.1.1. 家庭支持和社区支持相结合

家庭支持和社会支持的结合是关键原则，通过家庭的情感关怀、日常照料，强化老年人的归属感，同时，社会提供多层次保障和参与平台，如社区活动、志愿服务、文化传承场所，增强老年人在社会中

的活力和贡献度，以此实现家庭与社会的良性互动，共同构建老年人和谐发展的生态环境。

4.1.2. 终身学习和社会贡献相结合

终身学习和社会保障的结合是核心原则，通过提供多样化、适合老年人的教育机会，促进其知识更新和能力提升，同时完善养老保险和医疗保障体系，确保老年人无后顾之忧地参与学习，保持活力和社会贡献，以此实现知识积累与保障支持的双重驱动，增强老年人在社会中的持续参与感和价值感。

4.1.3. 社区参与和价值发挥相结合

社区参与和价值发挥的结合是重要原则，鼓励老年人积极参与社区治理和各类活动，通过分享其经验和智慧，增强社区凝聚力，同时为老年人提供发挥特长、展示才华的平台，使他们在服务他人的过程中实现自我价值，培养认同感和成就感，从而促进个人与社区的双向发展和共同繁荣。

4.2. 对策建议

4.2.1. 社区支持与活跃老龄化

硬件上，加强养老服务设施的建设。养老服务设施建设的分析应综合考虑政策驱动、社会协同、技术创新和文化导向的多重因素。首先，从政策驱动来看，政府的立法与财政投入是推动养老设施发展的基础，通过政策支持营造有利的发展环境。在社会协同方面，多元化主体的参与、社区与市场力量的整合可以实现资源的最优配置。技术创新路径主要依托现代科技手段，特别是物联网和人工智能技术，提升服务的智能化和个性化水平。而从文化导向出发，养老设施不应仅满足基本生活需求，还需关注老年人的精神文化生活，通过开展终身学习和丰富的文化活动，促进老年群体的全面发展。这些路径共同作用，构成推动养老服务设施建设的综合力量，助力实现高质量的养老服务体系。

软件上，积极搭建志愿者平台与组织。为了构建“老有所为”的生态体系，志愿者平台和组织应发挥重要作用。搭建便捷友好的平台是关键，它能为老年人提供参与社会活动的机会，并整合健康、技能和兴趣资源，帮助他们在志愿服务中不断学习和成长。志愿组织则需设计多样化的志愿活动，依据老年志愿者的特长与经验，让他们充分发挥自身优势，同时通过定期的培训和交流来增强他们的社会参与感和成就感。为进一步激励老年人的参与，组织可推行激励机制，如表彰、积分奖励或交通补贴等，鼓励他们长期参与。政府和社会各界也应通力合作，通过政策支持、资金投入与宣传推广，共同营造积极的社会氛围。这种多方联动的方式，将使老年人在晚年生活中持续贡献社会，实现自己的价值。

4.2.2. 教育与继续学习机会

完善终身学习体系。为了推进“老有所为”的生态建构，完善终身学习体系是关键。对此，需要构建多样化的学习平台，整合线上与线下资源，提供涵盖健康养生、职业技能及科技应用等领域的课程。通过开发定制化课程，满足老年人的不同兴趣与需求，同时增加社区中心等学习场所的资源投入，以提高其便利性和吸引力。此外，激励与反馈机制的建立也是不可忽视的，通过积分、证书等形式鼓励老年人持续学习，并根据反馈优化课程设置。与此同时，社会各界的支持与宣传至关重要。政府政策的扶持、企业与非盈利组织的参与，以及公众意识的提升，都是推动老年继续教育发展的重要力量。通过协同合作，为老年人创建一个持续学习和成长的环境，不仅帮助他们实现了自身价值，还大大增强了其社会参与的活力，使得“老有所为”成为可能。

开发老龄教育课程。为了唤醒老年群体的再教育功能，构建理想的“老有所为”环境，老龄教育课程开发必须经过一系列精心的步骤。起初，需要进行彻底的需求调研，深入挖掘老年人对知识的渴望、生活的梦想和实际的需求。这不仅涉及简单的问卷，还需透过细致的访谈与交流，确保未来的课程内

容能够唤起他们的好奇心和学习热情。随后，应设计出一套涵盖健康养生、艺术享受、理财智慧和数字化技能的多元化课程体系，以此丰富老年人内心对生活品质的追求。与此同时，优质的教学资源开发是关键，需要提供清晰、直观的学习材料，如生动的视频教学、丰富的互动课件和详细的文字指南，帮助他们轻松掌握每一项新技能。在师资方面，建设一支拥有丰富经验和耐心的教师团队至关重要，为其提供持续的职业发展和专业培训，以提升其教学水平。为满足老年人多样化、个性化的学习需求，课程应采用灵活的学习模式，让他们在自主选择中享受知识的海洋。在此过程中，建立完善的反馈与评估机制，倾听学员的声音，不断调整与优化课程设置，使得这种教育的旅程更加成熟动人，最终实现老年人精神世界的丰盈和生活质量的提升。

4.3. 保障措施

4.3.1. 政策激励

结合中国人口老龄化的实际情况，政府可以为雇佣老年员工的企业提供专项税收优惠与社会保险补贴，鼓励更多企业参与老年人就业。此外，可设立“银发人才”专项计划，鼓励老年人参与社区服务和志愿者活动，并对企业释放出管理和咨询岗位给老年员工给予相应奖励。这不仅能够提升企业的社会责任感，也有助于挖掘老年人的潜在价值。

4.3.2. 养老保障

逐步扩大城乡居民的基本养老保险覆盖面，确保更多老年人能够享受养老保障。与此同时，提高医疗保障水平，尤其针对农村及偏远地区，确保老年群体获得充分的医疗支持。通过政策创新和制度优化，增加老年人获取长期护理保险的渠道，从而有效缓解他们及其家庭的经济负担。推进“养-为-乐”结合模式，使老年人能够在熟悉的社区或家庭环境中安享晚年。这一系列举措旨在全面提升老年人的生活质量，推动社会的和谐与可持续发展。

4.3.3. 老年就业与创业保障

设立“老年创业孵化中心”，通过互联网平台推广“银发经济”，并为老年人提供资金扶持与技术指导，助力他们实现创业梦想。同时，在全国范围内倡导“终身学习”理念，建立老年大学和社区学习中心，为老年人提供再教育的机会，特别是在电子商务和数字技能方面，帮助他们跨越数字鸿沟。这些措施旨在提升老年人的就业能力和创业潜力，推动他们更积极地参与社会经济活动，从而实现智慧老龄化社会的美好愿景。

5. 结语

文章结合中国人口老龄化的实际情况，利用活动理论和积极老龄化理论分析“老有所为”，从社区支持与活跃老龄化、教育与继续学习机会提出“老有所为”生态建构的路径，为中国老年人“老有所为”提供优化政策建议。推动“老有所为”可从个体层面(老年人的健康状况、年龄、家庭、婚姻状况)以及社区环境建设、社会养老保障等三个层面给予加强，助力积极老龄化理论本土化实践。

推动“老有所为”的生态建构与支持政策，更需要社会各方协同努力，形成政府、市场、社会和家庭共同参与的多元化治理格局。通过这些举措，不仅能从根本上改善老年人的生活现状，还能够充分释放老年人这一社会资源的潜能，让其在实现自我价值和社会贡献的过程中获得成就感与幸福感。在将来，随着政策体系的不断完善，中国将在积极老龄化的道路上走得更加全面和深入。

基金项目

上海市大学生创新训练项目“‘老有所为’的生态建构与支持政策研究”(项目编号：cs2403016)。

参考文献

- [1] 中华人民共和国民政部. 2023 年度国家老龄事业发展公报[EB/OL]. https://www.gov.cn/lianbo/bumen/202410/content_6979487.htm, 2024-10-12.
- [2] 邬沧萍, 姜向群. 老年学概论[M]. 第 3 版. 北京: 中国人民大学出版社, 2015.
- [3] 杜鹏, 马琦峰. 中国社区嵌入式养老: 现状与问题浅析[J]. 人口与发展, 2024, 30(3): 113-124.
- [4] 原新. 促进老年人社会参与, 积极应对人口老龄化[J]. 中国社会工作, 2018(8): 29.
- [5] 胡湛, 彭希哲. 应对中国人口老龄化的治理选择[J]. 中国社会科学, 2018(12): 134-155.