

社会对老年人的刻板印象及教育对策研究

宋青红

上海理工大学马克思主义学院, 上海

收稿日期: 2025年1月6日; 录用日期: 2025年2月17日; 发布日期: 2025年2月25日

摘要

社会对老年人的刻板印象多种多样, 这些印象往往基于年龄、性别、健康状况等因素而有所不同。其中普遍存在着年龄刻板印象和性别刻板印象, 这种错误的刻板印象, 容易对老年人的身心健康、社会地位和整体福祉产生深远影响。同时, 社会对老年人的歧视会导致老年人身体健康受损, 增加健康风险, 影响康复效果, 以及导致心理健康恶化, 经济地位降低, 社会参与受限, 生活质量下降, 甚至是认知能力衰退, 医疗资源分配不公, 法律权益受损。对老年人诸多刻板印象产生的深层次原因是社会文化包括传统年龄观和传统社会性别观念因素的影响。要改变对老年人的刻板印象, 需要从社会、文化、政策多方面入手。

关键词

刻板印象, 老年人, 年龄歧视, 性别歧视, 社会文化因素

Research on Stereotypes of the Elderly in Society and Educational Strategies

Qinghong Song

School of Marxism, University of Shanghai for Science and Technology, Shanghai

Received: Jan. 6th, 2025; accepted: Feb. 17th, 2025; published: Feb. 25th, 2025

Abstract

Society has various stereotypes about the elderly, and these impressions often differ based on age, gender, health status, and other factors. There are widespread age and gender stereotypes about the elderly in society. Such wrong stereotypes can easily have a profound impact on the physical and mental health, social status, and overall well-being of the elderly. Society's discrimination against the elderly will cause damage to the physical health of the elderly, increase health risks, affect rehabilitation effects, lead to deterioration of mental health, reduced economic status, limited social participation, reduced quality of life, and even cognitive decline, unfair distribution of medical

resources, and damaged legal rights. The underlying reason that leads to many stereotypes about the elderly is the influence of social and cultural factors, including traditional age views and traditional social gender concepts. To change the stereotypes of the elderly, we need to start from many aspects of society, culture, and policy.

Keywords

Stereotype, Elderly, Ageism, Sexism, Socio-Cultural Factor

Copyright © 2025 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

由于传统年龄观念和传统性别观念等社会文化因素的影响, 社会对老年人的刻板印象多种多样, 这些印象往往基于年龄、性别、健康状况等因素而有所不同。诺贝尔奖得主、神经科学家克·坎德尔发现, 我们大约 80% 的思维都是在无意识中进行的。[1] 社会对老年人的歧视最主要是年龄歧视和性别歧视。笔者拟分析社会对老年人的刻板印象及造成的危害, 并对如何改变社会对老年人刻板印象的方法和路径进行探析。

2. 社会对老年人的刻板印象

2.1. 社会对老年人的年龄刻板印象

“年龄歧视”一词是美国老年学家罗伯特·巴特勒于 1969 年提出的。2022 年世界卫生组织发布的《关于年龄歧视的全球报告》中, 将年龄歧视定义为基于年龄对人产生的刻板印象、偏见和歧视。年龄越大, 遭遇的年龄歧视就越多, 老年女性比男性更易遭遇年龄歧视。[2]

第一, 老年人是社会的负担。老年男性常被认为在经济上依赖子女或社会福利, 尽管许多老年男性仍然积极参与工作或有自己的收入来源。老年女性同样面临经济依赖的刻板印象, 但实际上她们中的许多人在晚年依然保持独立。认为老年人是社会的负担的这个观点忽略了老年人对社会的贡献, 包括志愿服务、家庭照顾、传授经验和知识等。2021 年, 我国老年人年人均收入为 32027.4 元, 年人均收入中位数为 11,300 元。其中, 社会保障性收入占 68%, 经营性收入占 7.6%, 财产性收入占 20.3%, 家庭转移性收入占 4.1%。2021 年, 我国老年人人均日常生活支出为 11,151 元。([3], pp. 17-19) 2021 年, 我国老年人中给子女提供经济支持的比例为 21.8%。([3], p. 20) 2021 年, 我国老年人中赞同“老年人应该自立自强”的占 76.6%, 赞同“老年人不是社会的负担”的占 74.8%, 赞同“老年人不是家庭的负担”的占 74.1%, 赞同“老年人应该发挥余热, 参与社会发展”的占 72.2%。([3], pp. 30-31)

第二, 老年人不愿意接受新事物, 不擅长使用科技。老年男性通常被认为不太适应新技术, 但这与他们在年轻时可能较少接触技术有关。老年女性同样面临这种刻板印象, 但她们可能更多地被鼓励学习使用新技术来维持社交联系。实际上, 许多老年人对学习新技能和尝试新事物持开放态度, 他们可能只是需要更多的时间和耐心来适应变化。虽然不是所有老年人都精通科技, 但许多老年人能够并且愿意学习新技术, 他们使用智能手机、电脑和社交媒体的情况越来越普遍。[4] 2021 年, 我国老年人中会使用智能手机的占 36.6%, 不会使用智能手机的占 40.4%, 没有智能手机的占 23%。([3], p. 30) 2021 年, 我国约有 606 万老年人参加了老年大学(学校)。([3], p. 29)

第三,老年人总是保守和固执。老年男性常被描绘为固执己见、不愿接受新事物的形象。老年女性也可能被认为保守,但她们在家庭决策中往往更为灵活和包容。论者指出,“与年轻人相比,老年人在判断他人的情绪强度(特别是自豪情绪)时,会更多地受到自我经验的影响,从而导致老年人在判断中有更多的自我中心倾向。”[5]然而,这其实是对老年人的刻板印象。老年人群体中同样存在多样化的思想和观点,不能一概而论地认为他们都是保守和固执的。“在传统观念中,老年一直以来被赋予脆弱、固执、无用、落后等负面刻板形象,对老年的恐惧、抵制和歧视成了常见的社会现象。”[6]

第四,老年人身体虚弱,缺乏活力。随着年龄的增长,人体会出现一系列的生理变化,包括肌肉力量和耐力的下降、新陈代谢减慢、感官功能衰退等。这些变化可能会导致老年人在体力活动上的表现不如年轻人,从而给人一种缺乏活力的印象。社会普遍认为老年男性在体力和精力上会有所下降。但在某些文化中,他们仍被期望扮演家庭支柱的角色。虽然随着年龄的增长,一些健康问题可能会增加,但许多老年人通过适当的锻炼和健康的生活方式保持了良好的体能和活力。根据《第五次中国城乡老年人生活状况抽样调查基本数据公报》,2021年,我国老年人中从不锻炼的占30.6%,偶尔锻炼的占31.1%,经常锻炼的占38.3%。([3], pp. 9-10) 2021年,我国老年人中生活能够自理的占88.4%,有部分自理困难的占7.1%,不能自理的占4.5%。([3], p. 12)所以怎么能说老年人身体虚弱,缺乏活力呢? 2021年,我国老年人中感到生活幸福的占81.4%,感到一般的占16.9%,感到不幸福的占1.7%。([3], p. 31) 2020年,我国约2393万老年人外出旅游,占全部老年人的9%。([3], p. 30) 2021年,我国老年人中参加各项日常休闲活动的占94.3%,参与度最高的前五类活动分别是:看电视/听广播占88.6%,散步/慢跑占59.7%,种花养草占27.5%,读书看报占23.9%,打麻将/打牌/下棋等占16.0%。([3], p. 29)

第五,老年人应该退休并远离社会生活。老年男性被认为更倾向于待在家中,减少社交活动。老年女性虽然也面临社交活动减少的情况,但她们往往更积极地参与社区活动和志愿服务。很多老年人希望在退休后继续参与社会活动,保持社交联系,甚至继续工作或从事志愿活动。根据《第五次中国城乡老年人生活状况抽样调查基本数据公报》,2021年我国老年人中帮助子女照看家的比例为44.4%,帮助子女做家务的比例为38.4%,帮助子女照看(外)孙子女的比例为35.7%,帮助子女干农活的比例为20.9%。([3], p. 8)

第六,老年人记忆力和认知能力一定会衰退。虽然认知能力可能会随年龄增长而有所下降,但这并不是绝对的。缺乏锻炼、不良的生活习惯(如熬夜、饮食不均衡)、过度饮酒和吸烟等都会对大脑产生负面影响,加速记忆力和认知能力的衰退。而许多老年人通过持续的脑力活动和健康的生活方式保持了良好的认知功能。事实上,研究者指出,“受教育水平对认知老化的积极保护作用普遍存在于一般的认知能力中”、“控制年龄和受教育水平的影响后,点记忆任务能正向预测闭眼单脚站立的成绩,数字符号测验能正向预测起立行走计时的成绩。”[7]神经科学研究表明,大脑具有惊人的可塑性,即大脑可以根据经验和学习来改变其结构和功能。[8]这意味着,通过持续的学习、挑战和刺激,老年人的大脑可以保持活跃,从而维持或提高其记忆力和认知能力。

第七,老年人不需要情感支持。一些年轻人对老年人情感需求的认识不充分,将老年人的情感需求局限在亲子关系上。事实上,老年人同样需要情感上的关怀和支持,孤独和社交隔离对他们的心理健康有严重的负面影响。2023年10月21日北京师范大学公布的《老年人情感关怀与短视频使用价值研究报告》,结合全国2000余位老年人的调研及访谈结果分析,充分显示了“老年人也有进行人际联结、感受人际温暖、获得情感归属的需求,有‘被爱’和‘主动去爱’的需求”。

2.2. 社会对老年人的性别刻板印象

社会对老年人存在性别刻板印象,包括认为男性应独立、女性依赖他人;男性退休后仍活跃,女性

则退出社会活动；男性在家庭中扮演权威角色，女性负责家务；男性更理性，女性情感化；以及男性身体强壮，女性脆弱。这些观念需纠正以促进性别平等和尊重多样性。社会对老年男性和老年女性的刻板印象存在一定的性别差异。

2.2.1. 社会对老年男性的刻板印象

社会对老年男性也存在一些刻板印象，这些看法往往忽略了个体差异和老年男性的多样性。

社会认为老年男性不擅长表达情感。这种观点认为男性不应该或不善于表达情感，特别是脆弱的情感，如悲伤或恐惧。老年男性常常被认为不善表达情感，这与传统文化中男性角色的期望相符。在许多文化中，男性被期望表现出坚强、理性和克制，而不是情感的脆弱或过度表达。这种社会期望影响了男性的情感表达方式，使得他们更倾向于隐藏情感，避免被视为软弱或不够男子汉。一些老年男性可能因为过去的伤害或负面经历，发展出一种自我保护机制，避免在家庭中表现出情感上的依赖或脆弱，以免受到伤害。他们可能认为表现出情感上的需求是软弱的表现，因此选择保持沉默和独处，这进一步加剧了家庭成员对他们不负责任的感知。但是老年男性在情感表达方面存在个体的差异。实际上，许多老年男性能够并且愿意表达自己的情感，他们只是可能需要更多的鼓励和支持来这样做。

社会认为老年男性不愿意寻求帮助，这与传统文化中男性角色的期望相符。在传统文化中，男性被期望表现出坚强、理性和克制，男性可能更倾向于内向和保守，不习惯向外界展示情感。他们可能更喜欢保持沉默和独处，将情感埋藏在内心深处。男性和女性在情感处理上存在差异。男性可能更倾向于通过行动来表达关心和照顾对方，而不是通过言语。这种情感处理方式可能导致他人误解男性缺乏情感或关心，而实际上他们只是将情感表达的方式与女性不同。由于长期的社会刻板印象，男性被认为应该具有男子气概，拥有情绪克制、坚韧不拔等品质。越是认可，遵守传统男性角色观念的人越有可能对心理健康问题污名化，越不可能在出现心理疾病时寻求帮助。传统文化中强调男性的独立性和自主性，使得他们在面对家庭问题时更倾向于独自解决，而不是寻求家庭成员的帮助，这也加剧了他们的孤立感和不被理解。不过，虽然不是所有老年男性都愿意寻求帮助，但许多老年男性在面对健康、心理或社会问题时，如果得到适当的支持和鼓励，是愿意寻求帮助的。

社会认为老年男性对家庭不负责任。在许多传统文化中，男性被期望扮演家庭的经济支柱角色，而情感支持和家务责任则更多地落在女性身上。这种分工导致男性在家庭事务中的参与度相对较低，从而形成了他们对家庭“不负责任”的刻板印象。随着社会经济的发展和变迁，家庭结构和功能发生了变化。现代家庭中，双职工家庭增多，男性和女性都需要承担家庭和职业的双重压力。然而，由于传统观念的影响，男性在家庭中的角色转变可能没有得到充分的认可和支持，导致他们在家庭责任方面的表现受到质疑。这种刻板印象忽视了许多老年男性在家庭中扮演的重要角色，包括作为父亲、祖父或丈夫的责任。实际上，许多老年男性在家庭中承担着照顾者和支持者的角色。

2.2.2. 社会对老年女性的刻板印象

社会对老年女性也存在一些刻板印象，这些看法往往忽略了个体差异和老年女性的多样性。

社会认为老年女性只是家庭照顾者。这种观点认为老年女性的主要角色是照顾家庭，特别是照顾配偶、子女和孙辈。这种刻板印象的形成受到历史文化背景、经济因素、社会观念与教育、个人选择与心理因素等影响。从历史文化背景来看，老年女性作为家庭照顾者的角色，是社会长期形成的刻板印象。这种观念不仅影响了老年女性的社会地位和自我认知，也限制了她们在社会中的其他角色发挥。在我国传统文化中，家庭被视为社会的基本单位，而女性则被期望承担起家庭内部的照顾责任。这种观念深植于人们的心中，形成了对老年女性角色的固定认知。历史上，男性通常承担外出工作的职责，而女性则负责家务和子女教育。这种性别角色分工在老年阶段延续，使得老年女性更多地出现在家庭照顾者的位

置上。儒家文化强调“孝道”和“妇德”，认为女性应当以家庭为重，这种思想影响了社会对老年女性角色的期望和评价。

从经济因素来看，在我国，男女退休年龄不同，女性普遍较早退休，这使得她们有更多的时间投入到家庭照顾中。退休后的经济来源相对有限，也促使她们更多地依赖家庭。老年女性在劳动力市场上面临年龄和性别双重歧视，就业机会较少，导致她们难以在社会其他领域发挥作用。社会保障体系的不完善，尤其是养老服务的不足，使得家庭成员，特别是老年女性，成为主要的照顾者。

从社会观念与教育因素来看，媒体在塑造公众观念方面扮演着重要角色。影视作品、新闻报道等往往强化老年女性作为家庭照顾者的形象，缺乏展现她们其他社会角色的内容。在教育体系中，对于性别平等和老年人社会参与的教育不足，导致年轻一代对老年女性角色的认知存在偏差。社会普遍认为女性应该以家庭为中心，这种价值观在老年女性身上得到了进一步强化，忽视了她们的个人发展和自我实现。

从个人选择与心理因素来看，部分老年女性出于对家庭的热爱和个人兴趣，自愿选择成为家庭照顾者，这种选择被社会广泛接受并加以肯定。长期的家庭生活可能使一些老年女性在心理上对家庭成员产生依赖，她们可能更倾向于继续扮演照顾者的角色。老年女性可能将照顾家庭视为自己身份的一部分，这种自我认同感使她们更愿意接受并履行这一角色。

虽然许多老年女性确实在家庭中扮演了重要的照顾者角色，但这并不意味着她们不能有其他身份和追求。许多老年女性在退休后继续工作、参与社区活动、追求个人兴趣爱好，或者成为志愿者。她们是独立的个体，有能力和权利追求自己的幸福和满足感。

社会认为老年女性缺乏独立性。这种刻板印象认为老年女性依赖他人，无法独立生活。社会对老年女性独立性的刻板印象，源于传统性别角色、家庭结构变化、媒体影响、经济状况及健康因素。这些因素导致人们认为老年女性缺乏独立能力。但实际上，许多老年女性在晚年仍保持活跃和独立的生活状态。通过适当的锻炼和健康的生活方式保持良好的体能和活力，她们能够独立完成日常生活任务，甚至参与社会活动。她们有自己的社交圈子，能够独立处理各种事务，不需要过度依赖他人。

社会认为老年女性不愿意学习新事物。在许多传统文化中，女性的角色被定位为家庭主妇和母亲，而男性则被视为家庭的经济支柱。这种角色分配导致女性在家庭中承担更多的照顾和家务责任，而男性则有更多机会参与社会经济活动。随着年龄的增长，这种角色定位可能会变得更加固定，使得老年女性较少有机会接触和学习新事物。在过去，女性接受教育的机会往往不如男性，特别是在发展中国家和传统社会中。教育水平的低下可能限制了她们学习新知识和技能的能力。老年女性可能在经济上依赖子女或配偶，这可能减少了她们追求个人兴趣和发展的动力。事实上，与科技使用的刻板印象类似，许多老年女性对学习新技能和尝试新事物持开放态度，她们只是可能需要更多的时间和耐心来适应变化。随着社会的发展和科技的进步，老年女性也在积极学习和适应新的技术和知识，以保持与社会的联系和参与度。

社会认为老年女性应该远离社会生活。在许多传统文化中，女性的角色被定义为家庭照顾者和养育者，而男性则是家庭的经济支柱和社会活动的参与者。这种性别角色分配导致女性，尤其是老年女性，被期望更多地关注家庭而非社会活动。这种刻板印象认为老年女性应该退休并远离社会生活。然而，很多老年女性希望在退休后继续参与社会活动，保持社交联系，甚至继续工作或从事志愿活动。她们渴望保持活跃的社会角色，与他人建立联系，分享经验和智慧。

社会认为老年女性只是传统的角色模型。这种刻板印象将老年女性限定在传统的角色模型中，如母亲、祖母、妻子等。然而，老年女性可以是多种多样的，她们可以有自己的职业、爱好和兴趣。她们可以追求自己的梦想和目标，不受传统角色的限制。

社会认为老年女性缺乏自信和自尊。这种刻板印象认为老年女性随着年龄的增长会失去自信和自尊。然而，许多老年女性通过积极的生活态度和自我肯定保持了良好的自信和自尊心。她们有自己的价值观

和信仰，能够应对生活中的挑战和困难。

3. 社会对老年人刻板印象造成的危害

3.1. 社会对老年人年龄刻板印象造成的危害

社会对老年人的年龄歧视不仅是一种不公正的社会现象，而且对老年人的身心健康、社会地位和整体福祉产生深远影响。论者指出，激活个体的老年刻板印象后的确会产生与之相一致的行为反应。^[9]与对老龄化持有更消极感知的老年人相比，那些持有更积极感知的老年人在身体上和认知上都表现得更好；他们更有可能从严重的残疾中恢复过来，记忆力更好，走路更快，甚至更长寿。^[10]老年歧视是一种对衰老的恐惧和社会文化塑造的结果。老年歧视不仅影响年轻人对老年人的态度，也会对老年人自己的心理健康产生负面影响。

第一，社会对老年人的歧视会导致老年人身体健康受损，增加健康风险，影响康复效果。心理压力的增加与多种健康问题相关联，包括心脏病、高血压和免疫系统功能下降。刻板印象可能导致老年人忽视自己的健康需求，因为他们可能认为自己的健康问题是正常老化过程的一部分。年龄歧视与多种负面健康结果相关，包括早逝风险的增加。研究表明，认为自己老了的老年人，比那些自我认知更积极的人，死亡风险要高。^[2]年龄歧视还会影响老年人的康复效果，持正面年龄观念的老年人从严重残疾中康复的可能性比持负面观念的老年人要高。^[11]2021年，我国老年人中抑郁症知晓率为49%，阿尔茨海默病知晓率为60.3%。^([3], p. 10)

第二，社会对老年人的歧视会导致老年人心理健康恶化。刻板印象可能使老年人感到被边缘化或不被尊重，这可能导致自尊心受损和抑郁情绪的增加。老年人可能会因为不符合社会对他们的期望而感到压力，这种压力可以加剧焦虑和其他心理健康问题。^[12]年龄歧视与抑郁症发作、加重和终生抑郁有关，全球有633万例抑郁症病例归因于年龄歧视。^[2]

老年人可能会因为年龄歧视而感到自己的价值被低估，从而影响到他们的自尊心和自我价值感。美国俄克拉荷马大学诺曼分校、密歇根大学安娜堡分校等联合发表在《美国医学会杂志》上的一项新研究发现，几乎所有中老年人都曾遭遇年龄相关的歧视，而且年龄歧视会导致中老年人的身体和心理健康不佳，日常经历的年龄歧视水平每增加1个评分，负面健康结果的几率将增加59%~110.5%。^[2]

第三，社会对老年人的歧视会导致老年人经济地位降低。刻板印象可能影响老年人在工作场所的地位和机会，导致他们在职业生涯晚期遭受歧视或被迫退休。这可能导致经济困难，因为老年人可能无法获得适合他们年龄和能力的工作。年龄歧视在就业市场中普遍存在，许多老年人因为年龄原因难以找到工作或在工作中受到不公平对待。由于就业困难，老年人的经济状况可能会受到影响，导致他们的生活品质下降。

第四，社会对老年人的歧视会导致老年人社会参与受限。刻板印象可能导致年轻人与老年人之间的代沟加深，减少跨代沟通和理解的机会。老年人可能在社交活动中被排除在外，导致孤独感和社会隔离感增加。年龄歧视会导致老年人感到不被社会欢迎，从而减少社交活动，加剧孤独感。年龄歧视可能加深老年人与年轻一代之间的隔阂，影响社会的和谐与团结。

第五，社会对老年人的歧视会导致老年人生活质量下降。年龄歧视会影响老年人的生活满意度，使他们感到生活缺乏意义和快乐。老年人可能会因为年龄歧视而感到自己在社会中的地位不稳定，缺乏安全感。^[13]

耶鲁大学公共卫生与心理学教授贝卡·利维(Becca Levy)致力于研究年龄观念如何影响老年人健康。她的研究探讨了影响老年人认知、身体功能以及寿命的社会心理因素。她发现社会文化中的年龄歧视其实非常普遍，比如人们普遍相信年纪大了就会记忆衰退、学习能力下降、难以掌握新技能等。而打破关于老年

的消极刻板印象，能让老人在各方面受益，甚至能改变基因的运作方式，延长 7.5 年的预期寿命。[10]

第六，社会对老年人的歧视会导致老年人认知能力衰退。当老年人暴露于负面刻板印象中时，他们的认知能力和记忆力都会受到影响。年龄歧视可能导致老年人对学习新知识和技能失去信心，从而影响他们的终身学习和发展。消极刻板印象会让老年人感受到社会对他们的负面评价，这种感知会影响他们的自我认同和自尊心。当老年人认为社会大众对他们持有消极看法时，他们可能会减少社会互动，从而失去锻炼认知能力的机会。刻板印象威胁是指个体担心自己会验证他人对自己的负面刻板印象，而这种担忧会对个体的认知功能产生负面影响。对于老年人来说，刻板印象威胁可能导致他们在面对需要展示认知能力的任务时感到焦虑，从而影响他们的表现。刻板印象威胁不仅影响记忆力本身，还会影响老年人使用记忆策略的能力，如组织信息、复述和使用视觉辅助等。这种影响会妨碍老年人对认知过程的有效指导、调节和控制，进一步加剧认知能力的衰退。工作记忆是执行复杂任务和学习新信息的关键，刻板印象威胁会导致老年人的工作记忆容量降低，工作记忆容量的减少会影响老年人处理信息的效率，进而影响他们的认知表现。执行功能包括抑制控制、任务转换和信息更新等认知过程，刻板印象威胁会损害这些功能，执行功能的下降会导致老年人在解决问题和适应新环境时遇到困难，从而影响他们的认知健康。当老年人感受到社会的消极刻板印象时，他们可能会对参与社会活动失去兴趣，从而减少挑战性活动的机会。动机水平的降低会导致老年人更少地参与到可以促进认知健康的活动中，如阅读、学习新技能或参加社交活动。

第七，社会对老年人的歧视会导致老年人的医疗资源分配不公。消极刻板印象可能导致医疗决策者和护理人员对老年人的健康状况和治疗需求持有偏见，从而影响他们的医疗决策质量。这些刻板印象可能使医护人员倾向于认为老年人无法做出明智的医疗决策，进而限制他们参与决策的机会。归因偏差是指人们倾向于将老年人的行为或状况归因于内部因素，如智力下降或性格问题，而不是外部因素，如社会环境或健康状况。这种偏差可能导致医疗服务提供者忽视老年人的实际需要，减少为他们提供的医疗资源和支持。制度性歧视指的是社会制度和政策中存在的对老年人的不公平对待，这些歧视可能以制度的形式固化和合理化。例如，一些医疗政策可能没有充分考虑老年人的特殊需求，导致他们在获取医疗服务时面临障碍。公共政策在制定时可能未能充分反映老年人的需求和权益，导致他们在医疗资源分配中处于不利地位。缺乏针对老年人特定需求的公共政策可能导致他们在医疗资源的获取上不如其他年龄段的人群。社会公平的缺失意味着老年人可能在医疗资源的分配中受到不公平对待，这与他们对社会经济的贡献不成比例。这种不公平可能导致老年人在医疗资源分配中的劣势地位，加剧了他们的经济困难。刻板印象可能影响政府和社会服务机构的政策制定，导致服务不足或不适当。例如，如果政策制定者认为所有老年人都需要相同类型的医疗照顾，那么他们可能不会考虑到个体差异和特殊需求。在某些情况下，老年人可能因为年龄歧视而无法获得必要的医疗服务。年龄歧视可能导致老年人在健康保障方面受到忽视，影响他们的健康状况。

第八，社会对老年人的刻板印象会导致老年人的法律权益受损。老年人可能因为技术不熟练而难以获得法律信息和资源，导致他们在面对法律问题时缺乏足够的知识和支持。刻板印象可能导致社会忽视对老年人的法律教育，使他们在维护自身权益时处于不利地位。尽管有些国家已经制定了反年龄歧视的法律，但在实际操作中，老年人的法律权益仍然难以得到充分保障。老年人在面对年龄歧视时，可能因为种种原因而难以维护自己的权益。此外，刻板印象可能通过媒体和文化传播，进一步强化对老年人的负面看法。这种文化传播可能导致年轻一代对老年人持有偏见，从而影响社会的多样性和包容性。

3.2. 社会对老年人性别刻板印象造成的危害

社会对老年人的性别刻板印象也可能导致心理影响、社交限制、健康忽视、经济不平等和歧视排斥

等问题，应消除这些偏见，尊重每个人的个性和需求。

性别刻板印象如同无形的枷锁，紧紧束缚着老年人的心灵。对于老年男性而言，社会往往期望他们始终保持坚强、独立的形象，这种“男子汉”情结的压力使他们难以表达自己的脆弱与情感需求，长期压抑下可能导致心理健康问题，如抑郁、焦虑等。相反，老年女性则常被贴上“慈祥”、“依赖”的标签，这不仅限制了她们自我实现的可能性，还可能引发自我价值感的缺失，进一步加剧孤独感和无助感。这些负面心理效应不仅损害了老年人的精神健康，也间接影响了他们的生活质量和幸福感。

性别刻板印象还深刻地影响着老年人的社交活动。在许多文化中，老年男性被鼓励参与公共事务和社区活动，而老年女性则更多被限定在家庭或特定的社交圈内。这种分工不仅限制了两性之间的交流与理解，也剥夺了老年人根据个人兴趣和能力自由选择社交方式的权利。此外，性别刻板印象还可能导致老年人在寻求帮助和支持时遭遇障碍，因为他们可能担心自己的行为不符合社会对其性别角色的期望，从而选择沉默或自我隔离。

在健康领域，性别刻板印象同样造成了严重的忽视和不平等。针对男性的健康宣传和服务往往侧重于心血管疾病等“传统”男性疾病，而忽视了男性也可能面临的心理健康问题；而对于女性，则过分强调生殖系统健康而忽略了其他同样重要的健康需求。这种差异化的关注不仅导致老年人在健康信息获取和服务利用上的不均衡，还可能延误疾病的早期诊断和治疗，进而影响老年人的整体健康状况和预期寿命。

经济领域的性别刻板印象进一步加剧了老年人的经济困境。如果社会普遍认为老年人工作能力下降，不愿意或不能适应新技术和变化，雇主可能会更倾向于雇佣年轻员工，导致老年人在就业市场上处于不利地位。这会限制他们的工作机会，减少他们的收入来源。即使老年人能够找到工作，他们可能会因为年龄而遭到薪资歧视，获得的报酬低于年轻同事，这进一步加剧了他们的经济困难。由于刻板印象，老年人可能被认为不适合参与培训和发展计划，这限制了他们提升技能和晋升的机会，从而影响他们的长期收入潜力。由于历史和文化因素，女性在职业生涯中往往面临更多的障碍和歧视，导致她们退休时积累的财富和养老金普遍低于男性。加之社会对老年女性经济能力的低估和偏见，她们在就业市场上更难找到合适的工作机会或获得公平的薪酬待遇。这种经济上的不平等不仅削弱了女性的经济独立性和自主权，还增加了她们陷入贫困的风险。

最为严重的是，性别刻板印象往往与年龄歧视交织在一起，形成对老年人的双重打击。无论是在职场竞争、教育机会还是社会服务等方面，老年女性尤其容易成为被边缘化和排斥的群体。她们的声音和需求常常被忽视或轻视，导致社会资源的分配不公和政策的制定缺乏针对性。这种系统性的歧视和排斥不仅损害了老年人的基本权益和尊严，也破坏了社会的和谐与稳定。

4. 改变社会对老年人刻板印象的方法

改变社会对老年人的年龄歧视和性别歧视是一项长期而复杂的任务，需要政府、社会组织、媒体、家庭和个人等多方面的共同努力。

4.1. 社会层面

首先，要提高公众意识。通过媒体、社区活动和教育机构普及性别平等和老年歧视的知识，提高公众对老年人性别歧视的认识。改变社会对老年的负面看法，强调衰老是自然过程，鼓励积极看待老年生活。通过教育和宣传活动，增加大众对老龄化问题的了解和认识。利用媒体(电视、广播、互联网等)传播关于老年人积极形象的信息，打破年龄歧视的刻板印象。

第二，促进代际交流。鼓励年轻人和老年人之间的互动，增进相互理解和尊重。通过志愿服务、社区活动等方式，让不同年龄段的人共同参与，建立跨代沟通的桥梁。推动文化变革，加强代际交流，倡导尊重多样性。鼓励不同年龄段人群之间的交流与合作，增进相互理解和尊重。推广多元文化价值观，

尊重每个人的个性和选择，无论年龄和性别。

第三，改善老年人生活质量。加强老年人医疗保健服务，确保他们能够获得必要的医疗支持。发展适合老年人的社会活动和服务，如老年大学、兴趣小组等，促进他们的社会参与和精神健康。应该鼓励老年人拥有健康的生活方式，论者指出，饮酒、睡眠、身体活动等生活方式可能与虚弱状态有关；健康的生活方式可能有助于降低中老年人衰弱状态的发生。^[13]促进老年人经济独立，改善经济状况。通过提高退休金、养老金等措施，增强老年人尤其是老年妇女的经济独立性。为有意愿和能力的老年人提供再就业机会，延长其职业生涯。

第四，支持老年人的社会参与。鼓励老年人参与志愿服务、社区活动和终身学习，以提高他们的社会能见度和自我价值感。

4.2. 文化层面

第一，改变刻板印象。通过教育和媒体宣传，挑战和改变对老年人的负面刻板印象，如认为他们过时、不中用或缺乏活力。运用媒体改变负面老化刻板印象，发挥老年人的智慧优势，满足老年人的精神需要。^[14]在学校教育中融入多元文化内容，从小培养学生对不同年龄群体的尊重和理解。通过社区活动、公益广告、社交媒体等多种渠道，广泛传播多元文化理念，宣传老年人的多样性和个体差异。

第二，弘扬尊重老年人的文化。在文化活动中强调老年人的智慧和经验的重要性，以及他们在家庭和社会中的贡献。定期开展以“尊重老年人，消除年龄歧视”为主题的宣传活动，通过讲座、展览、文艺演出等形式，向公众普及反歧视知识，提高人们对年龄歧视问题和性别歧视问题的认识和敏感度。

第三，促进多样性和包容性。在文化作品中展现老年男性和老年女性的多样性，包括他们的才能、兴趣和生活方式，以促进社会的包容性。推动作家创作以老年人生活为背景的优秀文学作品，深入挖掘老年人的人生故事和情感世界，展现他们的勇气、智慧和坚韧。鼓励影视制作公司拍摄更多以老年人为主角或重要角色的影视作品，展现老年人丰富的内心世界和多样的生活状态。

第四，倡导积极老龄化。强调老年人仍然可以为社会作出贡献，鼓励他们在能力范围内继续工作或参与志愿活动。提倡健康的生活方式，帮助老年人保持良好的身心状态，延长他们的活跃期。鼓励老年人积极参与社区活动和社会服务，发挥他们的经验和智慧，提供终身学习的机会和资源，帮助老年人不断更新知识和技能。

4.3. 政策层面

第一，立法保护。制定或完善反歧视法律，明确禁止基于年龄和性别的歧视行为。确保老年人在就业、医疗、教育等方面享有平等的权利和机会。比如，2010年10月，联合国消除妇女歧视委员会发布了《关于老年妇女和保护其人权的第27号一般性建议》，其中特别指出：“妇女的退休年龄应是可选择的，如果她们选择了和男人一起继续工作并愿意积累养老金，就应该保护老年妇女继续工作的权利。”事实上，由于行业工种的差异和个体诉求不同，每位女性对于退休年龄也有着不同的意愿。因此，需要强化反歧视法律的执行，确保现有的反歧视法律得到有效执行，保护老年人免受年龄和性别歧视。

第二，政策支持。在就业、医疗、社会保障等方面为老年人特别是老年妇女提供必要的支持和保障。制定鼓励雇佣老年人的政策，如税收减免、补贴等，以减少企业对雇佣年轻员工的偏好。提供继续教育和培训机会，帮助老年人适应新的工作环境和技术要求。设计涵盖艺术、科技、体育、语言等多领域的课程，满足不同兴趣和需求的老年人。例如，开设智能手机使用教程、健康饮食烹饪班、瑜伽或太极课程等。正如《新京报》所指出的：“要加强对养老服务领域新技术研发、场景建设、先进技术推广应用的政策支持，积极推进智慧养老院建设，重点支持养老机器人产业发展。”^[15]

第三, 加强组织建设, 建立专门机构, 提供法律援助。成立专门负责老年人事务的组织或部门, 监督和处理相关歧视问题。为遭受歧视的老年人提供法律咨询和援助服务。关注心理健康, 提供心理支持, 开展健康教育。建立心理咨询热线和服务网络, 帮助老年人应对歧视带来的心理压力。普及心理健康知识, 教授老年人如何保持积极的心态和良好的生活习惯。协调政府、社会组织、企业等多方面力量, 共同推动解决老年人性别歧视的问题。定期对相关政策和措施的实施效果进行监测和评估, 及时调整改进策略。

第四, 研究和数据收集。开展关于年龄歧视的研究, 收集相关数据, 以便更好地理解问题并制定有效的解决策略。定期评估反歧视措施的效果, 根据反馈进行调整和优化。每个人都可以通过自己的行为来反对年龄歧视, 比如在职场中支持老年同事, 或者在日常生活中展现出对老年人的尊重和关怀。

参考文献

- [1] Banaji, M.R. and Greenwald, A.G. (2013) *Blindspot: Hidden Biases of Good People*. Delacorte Press, 67.
- [2] 生命时报. 年龄歧视催人变老! 新研究: 增加老人抑郁和早逝风险[J/OL]. 2022-09-24. <https://www.lifetimes.cn/article/49mgSTY8y4T>, 2024-12-25.
- [3] 中国老龄科学研究中心. 第五次中国城乡老年人生活状况抽样调查基本数据公报[EB/OL]. <https://www.mca.gov.cn/n152/n165/c1662004999980001877/part/19971.pdf>, 2024-11-15.
- [4] 叶兴宇. AI时代老年人智能技术应用能力提升的研究[J]. 继续教育研究, 2024(11): 41-44.
- [5] 金梦菡, 彭华茂. 人际情绪判断准确性的年龄差异: 自我经验的影响及认知能力的解释作用[C]//第二十四届全国心理学学术会议摘要集. 2022: 3.
- [6] 陈后亮, 吴丹妮. 身份认同, 衰老焦虑与性别平等: 当代西方文化老年学关键议题研究[J]. 社会科学研究, 2024(2): 186-192.
- [7] 刘文青. 老年人认知功能的测量——基于加工资源[D]: [硕士学位论文]. 昆明: 云南师范大学, 2024.
- [8] 罗非, 罗劲, 吴一兵, 丁之光, 李佳音, 王锦琰, 郭建友. 脑功能可塑性及灾后心理功能康复[J]. 心理科学进展, 2009, 17(3): 594-601.
- [9] 姚奕, 温芳芳, 马书瀚, 韩施, 佐斌. “迟钝”还是“谨慎”? 老年刻板印象激活的行为效应[C]//第二十二届全国心理学学术会议论文集. 2019: 967-968.
- [10] (美)贝卡·利维. 不被定义的年龄积极年龄观让我们更快乐健康长寿[M]. 喻柏雅, 译. 北京: 机械工业出版社, 2024.
- [11] 孙兆辉. 长期护理保险居民参保意愿驱动机理研究[D]: [博士学位论文]. 天津: 天津大学, 2020.
- [12] 董福麟. “老龄歧视”的社会心理探析[J]. 社会科学, 1987(5): 21-24.
- [13] 杨桂伶, 董环, 贾占坤, 王霞, 刘洁. 中老年人生活方式对衰弱的影响——基于 CHARLS 的回顾性研究[J]. 神经损伤与功能重建, 2024, 19(12): 730-734.
- [14] 方建移. 积极老龄化进程中的媒体担当——基于老年人需求的时代变迁与老化刻板印象[J]. 汕头大学学报(人文社会科学版), 2020, 36(11): 66-73.
- [15] 新京报. 照顾好失能老人, 就是拯救一个家庭[N]. 2024-10-10(A02).