

# 人口老龄化对家庭结构和代际关系的影响及应对策略研究

吴晓功, 江 晶\*

甘肃农业大学管理学院, 甘肃 兰州

收稿日期: 2025年5月17日; 录用日期: 2025年6月30日; 发布日期: 2025年7月9日

## 摘 要

本文分析了人口老龄化背景下家庭结构和代际关系的变化及其影响。通过文献综述、实地调查和案例分析, 研究发现老龄化导致家庭规模小型化、类型多样化, 代际互动模式发生显著变化。经济压力、情感疏离和生活照料不足成为主要挑战。提出的应对策略包括加强代际沟通、完善养老保障体系、发展多元化养老服务及弘扬传统美德。研究为政策制定和社会服务优化提供了理论依据, 助力家庭与社会的协调发展。

## 关键词

人口老龄化, 家庭结构, 代际关系, 应对策略

# Study on the Impacts of Population Aging on Family Structure and Intergenerational Relationships and Coping Strategies

Xiaogong Wu, Jing Jiang\*

School of Management, Gansu Agricultural University, Lanzhou Gansu

Received: May 17<sup>th</sup>, 2025; accepted: Jun. 30<sup>th</sup>, 2025; published: Jul. 9<sup>th</sup>, 2025

## Abstract

This paper analyzes the changes in family structure and intergenerational relationships, as well as their impacts, under the background of population aging. Through literature review, field research, and case analysis, the study found that aging leads to smaller family sizes and more diverse types, with significant changes in intergenerational interaction patterns. Economic strain, emotional disengagement, and inadequate care have become major challenges. In response, the paper proposes strategies

\*通讯作者。

文章引用: 吴晓功, 江晶. 人口老龄化对家庭结构和代际关系的影响及应对策略研究[J]. 老龄化研究, 2025, 12(7): 673-677. DOI: 10.12677/ar.2025.127091

such as strengthening intergenerational communication, improving the elderly care security system, developing diversified elderly care services, and promoting traditional virtues. The research offers a theoretical basis for policy-making and social service optimization, promoting the coordinated development of families and society.

## Keywords

Population Aging, Family Structure, Intergenerational Relationships, Response Strategies

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

在当今时代,人口老龄化已成为全球普遍现象。随着生育率持续下降、寿命不断延长,我国老龄化问题愈发突出,老年人口规模庞大且占比渐增。在这样的背景下,家庭结构悄然生变,家庭规模日益小型化,传统多代同堂模式逐渐式微,取而代之的是核心家庭、单身家庭等新模式。同时,代际关系也面临诸多挑战,年轻一代深陷工作与生活压力,在照料老人方面心有余而力不足;老年一代因身体机能衰退、社会参与度降低,对家庭依赖增强,与年轻一代在观念、生活方式上的差异也易引发矛盾冲突。这一系列变化不仅影响家庭的稳定与和谐,还波及社会的长治久安。基于此,深入探究人口老龄化对家庭结构和代际关系的影响显得尤为重要。本研究旨在分析人口老龄化背景下家庭结构和代际关系的变化及其影响,通过对家庭规模变化、类型转变以及代际互动模式的转变进行系统分析,明确当前家庭在应对老龄化过程中面临的挑战和困境。同时,结合经济、情感和生活照料等多方面,全面审视代际关系的变化和问题,为构建和谐稳定的家庭和社会环境提供理论支持。为此,本研究将采用文献综述法系统梳理相关研究成果,运用实地调查法收集不同地区家庭的一手数据,并借助案例分析法深入剖析代表性家庭,揭示老龄化对家庭结构和代际关系的具体影响。通过多种研究方法相结合,为构建和谐稳定的家庭和社会环境提供理论支持,助力家庭与社会的协调发展[1]。

## 2. 人口老龄化现状及特征

### 2.1. 全球及我国人口老龄化现状

全球范围内,人口老龄化已成为普遍趋势。随着医疗水平的提升和生活水平的改善,人类预期寿命不断延长,而生育率却普遍下降,导致老年人口占比逐渐上升。据联合国《世界人口展望:2022年修订版》数据,全球60岁及以上人口比例正持续增长。我国作为世界上人口最多的国家,人口老龄化问题尤为突出。近年来,我国老年人口数量快速增长,60岁及以上人口已超2.8亿,占总人口比重达19.8%,且老龄化速度还在加快,预计未来几十年老年人口规模将持续扩大,人口老龄化程度进一步加深。

### 2.2. 人口老龄化的主要特征

1) 高龄化趋势明显:随着医疗技术进步和健康水平提升,老年人口预期寿命不断延长,80岁及以上高龄老人数量增加,高龄化趋势凸显。高龄老人通常身体机能衰退更严重,免疫力下降,对生活照料和医疗护理需求更高,给家庭和社会养老带来更大压力。高龄老人群体的照料需求已成为社会关注焦点[2]。

2) 慢性病患率上升:老年人身体机能衰退,免疫力下降,易患慢性疾病。我国老年人中患有一种

及以上慢性病的比例较高,如心脑血管疾病、糖尿病、高血压等,慢性病已成为影响老年人生活质量的主要健康问题,也加重了家庭和社会的医疗负担。《中国卫生健康统计年鉴(2023)》显示,老年人慢性病患病率持续上升,成为公共卫生领域的重要挑战。

3) 城乡老龄化差异:我国农村老龄化程度普遍高于城市。农村年轻劳动力大量外流,导致农村老年人口比例上升更快,空巢老人、留守老人问题严重。农村养老基础设施和服务相对薄弱,难以满足老年人需求,而城市养老资源相对丰富,但养老成本也较高,不同地区养老面临不同挑战。《中国农村贫困监测报告(2022)》指出,农村老龄化问题需引起高度重视,以完善农村养老服务体系。

### 3. 人口老龄化对家庭的影响及应对策略

#### 3.1. 对家庭结构的影响

##### 3.1.1. 家庭规模的变化

人口老龄化推动家庭规模小型化。生育率降低使家庭子女减少,核心家庭取代多代同堂家庭。寿命延长改变家庭代际年龄差距和责任分配。城市化和人口流动加剧家庭成员地理分散,加速家庭结构小型化。这削弱家庭情感、经济、生活照料等功能。家庭互动减少,经济风险增加,照料支持减弱。代际矛盾加剧,年轻一代养老压力增大,代际观念差异易引发争执。这种变化为后续探讨代际关系及应对策略提供基础,如何平衡代际责任、借助社会力量强化养老功能、促进代际沟通成关键问题[3]。

##### 3.1.2. 家庭类型的变化

人口老龄化使家庭类型日益多样化。核心家庭占比上升,因生育率下降和人口流动,多代同堂家庭减少。同时,单身、空巢、丁克、隔代等特殊家庭类型增多。核心家庭主导,年轻一代离乡工作,使核心家庭独立承担养老育幼责任,面临诸多挑战。单身家庭因寿命延长和晚婚增多而增加,养老依赖自身或社会服务。丁克家庭选择不育,养老靠双方承担。空巢家庭因子女离家而规模扩大,老年人独居面临照料和情感问题。隔代家庭在农村增多,祖辈照顾孙辈,遭遇教育和养老困难。这些变化弱化家庭养老功能,复杂化代际互动,给社会养老保障、服务供给及代际协调带来挑战,为后续探讨代际关系变化及应对策略留出空间,亟待研究构建多元化养老模式、促进代际和谐、完善养老保障体系等问题[4]。

#### 3.2. 对代际关系的影响

##### 3.2.1. 经济代际关系

人口老龄化使年轻一代经济压力增大。随着老年人口比例上升,年轻一代需要承担更多的经济责任来赡养更多的老人,包括支付医疗费用、生活费用以及可能的长期护理费用等,这对年轻一代的经济状况构成了沉重的负担,影响其自身生活质量和经济规划,导致代际经济公平性问题日益突出。

但部分老年人经济独立甚至反哺子女。随着养老金制度的完善和老年人自身经济观念的转变,一些老年人拥有相对稳定的经济来源,能够实现经济独立,甚至在一定程度上对子女进行经济支持,使代际间的经济流动出现双向化趋势,这改变了传统的单向代际经济支持模式,对家庭经济关系产生了深远影响[5]。

##### 3.2.2. 情感代际关系

年轻一代陪伴老人时间有限。一方面,年轻一代忙于工作和家庭事务,难以抽出足够的时间陪伴老年人,导致老年人情感需求得不到充分满足,孤独感和被忽视感上升,影响其心理健康和生活质量。

另一方面,代际价值观差异引发矛盾。人口老龄化和代际关系的变化,使代际之间在消费观念、生活方式、价值观念等方面存在显著差异,这些差异容易引发代际矛盾和冲突,尤其是在家庭决策和日常

生活中, 可能导致老年人与年轻一代之间的不理解和不认同, 影响家庭和谐[6]。

### 3.2.3. 生活照料代际关系

年轻一代难以承担全部责任。人口老龄化导致老年人生活照料需求的增加, 但由于年轻一代工作压力大和生活节奏快, 难以承担全部的照料责任, 使家庭内部生活照料功能弱化。老年人对社会化养老服务需求大增。家庭小型化和年轻一代照料能力不足的情况下, 老年人对社会化养老服务的需求显著增加, 包括社区养老服务、专业护理机构服务以及家政服务等, 这推动了养老产业的发展, 同时也对社会养老服务供给的质量和数量提出了更高的要求[7]。

## 4. 应对策略

### 4.1. 家庭层面

#### 4.1.1. 加强代际沟通与理解

家庭成员应定期组织家庭聚会、旅行等活动, 增进代际之间的交流与互动, 加深彼此情感联系, 减少因价值观差异引发的矛盾。鼓励年轻一代倾听老年人的生活经验和意见, 同时引导老年人理解年轻一代的生活压力和发展需求, 增强家庭凝聚力。

#### 4.1.2. 合理规划家庭财务

家庭应根据自身经济状况和老年人口的养老需求, 合理规划家庭财务。可考虑购买商业养老保险、建立家庭养老基金等, 为老年人的养老生活提供更充足的经济保障, 减轻年轻一代的经济负担。同时, 鼓励老年人合理规划个人财产, 提高经济独立性, 如进行稳健的投资理财, 以增强自身经济保障能力。

#### 4.1.3. 优化家庭照料分工

家庭内部应根据成员的实际情况, 合理分配生活照料责任。年轻一代可通过聘请专业家政服务人员、寻求亲友帮助等方式, 分担对老年人的生活照料任务。同时, 鼓励老年人在身体条件允许的情况下, 参与力所能及的家务劳动, 保持积极的生活状态, 提高生活自理能力。

### 4.2. 社会层面

#### 4.2.1. 完善养老保障体系

政府应进一步完善基本养老保险制度, 扩大养老保险覆盖范围, 提高养老金待遇调整机制的科学性和合理性, 确保老年人基本生活得到保障。同时, 鼓励发展企业年金、职业年金等补充养老保险, 构建多层次养老保障体系, 满足老年人多样化的养老需求。

#### 4.2.2. 发展多样化的养老服务

加大对养老服务设施建设的投入, 推动社区养老服务的发展, 建立社区老年人活动中心、日间照料中心、老年助餐点等服务设施, 为老年人提供便捷的生活照料、文化娱乐、康复护理等服务。支持专业养老机构的建设与运营, 提高养老机构的服务质量, 为失能、半失能老年人提供专业护理和长期照护服务。鼓励社会力量参与养老服务供给, 通过政策扶持、资金补贴等方式, 引导企业开发适合老年人需求的多样化产品和服务, 推动养老产业的发展。

#### 4.2.3. 促进老年人社会参与

积极营造有利于老年人社会参与的环境, 鼓励老年人参与社会活动, 如社区志愿服务、老年大学学习、文化体育活动等, 发挥老年人的经验和智慧, 为社会发展继续贡献力量, 增强老年人的社会归属感和自信心。同时, 保障老年人的合法权益, 完善老年人就业、维权等相关法律法规, 为老年人的社会参

与提供法律保障。

### 4.3. 文化层面

#### 4.3.1. 弘扬尊老爱幼传统美德

通过学校教育、家庭教育和社会宣传等多种途径, 加强尊老爱幼传统美德的教育, 倡导代际和谐的价值观, 引导社会各界关心关爱老年人, 营造尊老、敬老、爱老、助老的良好社会风尚。鼓励媒体制作和传播更多积极向上的老龄题材文艺作品, 展现老年人的精神风貌和生活价值, 提高社会对老年人的认同度和尊重度[8]。

#### 4.3.2. 树立积极老龄化观念

宣传和推广积极老龄化理念, 引导老年人树立积极健康的生活态度, 鼓励其保持学习兴趣和参与社会活动, 实现老有所学、老有所乐、老有所为[9]。同时, 增强全社会对人口老龄化的正确认识, 消除对老年人的刻板印象和年龄歧视, 促进代际之间的相互理解、包容和支持[10]。

## 5. 结语

人口老龄化对家庭结构和代际关系产生了复杂而深远的影响。家庭规模缩小、类型多样化, 代际互动模式发生显著变化, 年轻一代经济压力增大, 代际情感交流减少, 生活照料功能弱化。为应对这些挑战, 在家庭、社会和文化层面, 旨在缓解人口老龄化带来的负面影响, 促进家庭与社会的协调发展。从家庭层面来看, 需加强代际沟通、合理规划财务、优化照料分工。社会层面则应完善养老保障体系、发展多样化养老服务、促进老年人社会参与。文化层面要弘扬尊老爱幼美德、树立积极老龄化观念。这些措施的实施需多方主体协作, 形成合力, 综合运用。

## 参考文献

- [1] 汤兆云, 周游. 基本养老服务对老年人代际支持的影响研究——基于泉州市“应对人口老龄化, 积极推进基本养老服务体系建设的调查数据[J]. 武汉科技大学学报(社会科学版), 2025, 27(2): 18-28.
- [2] 徐宏, 苟爱萍. 人口老龄化背景下的社区公共空间色彩更新研究[J]. 家具与室内装饰, 2025, 32(4): 94-100.
- [3] 许娜, 冯大威. 家庭人口老化与代际阶层流动——基于 CGSS 微观数据的实证检验[J]. 人口与经济, 2025(2): 70-84.
- [4] 黄春梅, 孙子文. 延迟退休对家庭生育的影响——基于代际支持理论的研究综述[J]. 山东财经大学学报, 2025, 37(2): 119-131.
- [5] 吴帆. 家庭韧性: 一个拓展家庭发展能力的分析框架[J]. 武汉大学学报(哲学社会科学版), 2025, 78(2): 169-177.
- [6] 王伟进, 陆杰华. 老龄社会及其治理面临的认知挑战与应对[J]. 北京行政学院学报, 2025(2): 98-108.
- [7] 吕昭河. 积极老龄化概念内涵与实践价值——基于社会建构意义的解释[J]. 昆明学院学报, 2025, 47(1): 9-18.
- [8] 朱勤. “老幼共托”的本土化实践与可持续发展[J]. 人民论坛, 2025(4): 11-15.
- [9] 张磊, 邓紫琪. 老有所医与老有所依: 医养结合政策的代际经济支持效应[J]. 中国人口科学, 2025, 39(1): 76-93.
- [10] 朱晓雯. 老龄化背景下代际学习的理论要素与实践样态[J]. 终身教育研究, 2025, 36(1): 70-76.