

劳动力外流背景下农村留守老人的养老困境与支持路径

——以清河镇为例

李天一, 刘升

贵州大学公共管理学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2026年3月16日; 录用日期: 2026年6月10日; 发布日期: 2026年6月17日

摘要

随着我国城镇化的快速发展,农村青壮年劳动力大规模向城市迁移,导致农村地区老龄化问题尤为突出,产生了大量的留守老人。他们的养老生活面临着经济供养、生活照料、精神慰藉等多重挑战。本研究以社会支持理论和家庭系统理论为基础,通过对典型乡镇清河镇的实地调查,深入了解了子女外出务工后农村留守老人的真实生活状况、具体需求及面临的困境。研究发现,子女外出虽然可能改善家庭经济条件,但也显著削弱了传统家庭养老的功能,引发了“照料真空”与“情感缺失”并存的问题,并增加了社区与公共服务的压力。最后,从家庭责任强化、社区服务补充和国家政策托底三个层面,提出了整合性的对策建议,旨在为构建符合农村实际的多层次养老支持体系提供参考。

关键词

农村留守老人, 子女外出务工, 家庭养老, 社会支持, 养老服务

The Elderly Care Dilemma and Support Pathways of Rural Left-Behind Elderly in the Context of Labor Outflow

—A Case Study of Qinghe Town

Tianyi Li, Sheng Liu

School of Public Administration, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: March 16, 2026; accepted: June 10, 2026; published: June 17, 2026

Abstract

With the rapid development of urbanization in China, a large number of young and middle-aged rural laborers have migrated to cities, resulting in a particularly prominent aging problem in rural areas and the emergence of a large number of left-behind elderly people. Their elderly care lives face multiple challenges such as financial support, daily care, and emotional comfort. Based on social support theory and family system theory, this study conducts a field survey of Qinghe Town, a representative township, to gain an in-depth understanding of the real living conditions, specific needs, and difficulties faced by rural left-behind elderly people after their children migrate for work. The study finds that although rural-urban migration of children may improve household economic conditions, it significantly weakens the function of traditional family-based elderly care, giving rise to the coexistence of a "care vacuum" and "emotional absence" and increasing pressure on community and public services. Finally, this paper puts forward integrated countermeasures and suggestions from three dimensions: strengthening family responsibilities, supplementing community services, and providing national policy support. The aim is to provide a reference for constructing a multi-level elderly care support system suited to rural realities.

Keywords

Left-Behind Elderly in Rural Areas, Children Working outside the Hometown, Family Elderly Care, Social Support, Elderly Care Services

Copyright © 2026 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：农村留守老人研究的背景与意义

在中国城镇化进程中，大量农村青壮年劳动力向城市转移，形成了子女长期在外务工、父母滞留农村的居住分离家庭模式。根据国家统计局发布的 2024 年农民工监测调查报告，2024 年全国外出就业的农村劳动力已达 1.7871 亿人。在此背景下，农村留守老人已成为一个规模庞大且具有重要社会意义的研究群体。

与城镇相比，农村地区老龄化程度更深、速度更快。第七次全国人口普查数据显示，我国乡村 60 岁及以上老年人口占比达 23.81%，高于城镇约 8 个百分点。截至 2023 年末，全国 60 周岁及以上老年人口达 29,697 万人，占总人口的 21.1%；其中 65 周岁及以上人口为 21,676 万人，占比 15.4%。全国 65 周岁及以上老年人口抚养比为 22.5%。与 2020 年第七次全国人口普查数据相比，2020 年至 2023 年间，60 周岁及以上与 65 周岁及以上老年人口比重分别上升 2.4 和 1.9 个百分点^[1]。在家庭结构上，农村老年人的居住方式也发生显著变化。2024 年第五次中国城乡老年人生活状况抽样调查显示，农村老年人中单身户和夫妻户占比仅分别为 14% 和 40%¹，而随着子女外出，老年人独居或仅与配偶同住的比例显著上升。

子女长期外出务工，导致传统家庭养老功能明显弱化。子女外出不仅扩大了代际沟通的距离，也使农村留守老人在经济供养、生活照料、健康维护等方面面临系统性挑战，精神孤独感也更为突出。这一群体的生活状况、福利水平及支持体系，直接关系到农村家庭稳定、基层社会治理与老龄化社会应对的整体成效。

¹<https://www.mca.gov.cn/n152/n165/c1662004999980001877/part/19971.pdf>

据人口统计部门分析, 预计到 2030 年, 我国 65 岁及以上老年人口比重将上升至 16.12%, 人口老龄化程度持续加深。在此背景下, 推动乡村社会养老服务体系的均衡与整合已成为必然趋势[2]。因此, 针对农村留守老人开展系统研究, 深入分析其现实困境、形成机制及支持路径, 不仅有助于推动相关社会政策的完善, 也对应对人口老龄化、促进城乡协调发展具有重要的理论与现实意义。

2. 核心概念界定

2.1. 农村留守老人

参照民政部等相关政策文件的界定, 本研究中的“农村留守老人”指户籍在农村、年龄在 60 周岁及以上、其全部或主要赡养人(子女)离开户籍所在县域范围外出务工、经商或其他生产经营活动持续 6 个月以上, 因而独自或与配偶、孙辈等留在农村居住生活的老年人。其核心特征在于因子女跨地域流动而导致的代际居住分离和日常照料的缺位。

2.2. 家庭养老

传统意义上的家庭养老指由家庭成员(主要是子女)为老年人提供经济供养、生活照料和精神慰藉的全方位支持。《中华人民共和国老年人权益保障法》第二十七条规定: “国家建立健全家庭养老支持政策, 鼓励家庭成员与老年人共同生活或者就近居住, 为老年人随配偶或者赡养人迁徙提供条件, 为家庭成员照料老年人提供帮助。”由此可见, 家庭养老的当代地位依然不可忽视[3]。在本研究中, “家庭养老”主要指在代际关系中, 子女对老年父母应履行和实际履行的赡养义务与支持行为, 包括经济汇款、生活照料安排(即使是通过远程方式或委托他人)、情感沟通等。

2.3. 社会支持

社会支持是影响个体媒介素养与发展的关键变量, 在老年人媒介素养研究中尤为显著[4]。该概念源自 19 世纪法国的精神病学, 主要探讨病患所获外部援助与其身心健康之间的关系, 随后逐渐延伸到社会学、心理学、新闻传播学等多个领域[5]。在传播学研究中, 社会支持理论主要关注个体在媒介使用过程中所获得的他人支持行为与资源[6]。在本研究框架内, 社会支持指农村留守老人从其社会关系网络中所能获得的、有助于应对养老风险、改善生活质量的各类资源。这包括: 非正式支持: 来自家庭成员(含外出子女)、亲戚、邻居、朋友等提供的经济、劳务、情感等方面的帮助; 正式支持: 来自政府、村集体、专业社会组织等提供的制度性保障、公共服务与专业干预, 如养老金、医疗保障、社区养老服务设施、志愿帮扶等网页。留守老人的福祉在很大程度上取决于这两类支持系统的完备性与协同性。

3. 研究方法: 田野调查设计与实施过程

3.1. 研究地点概况

本研究选取河南省南阳市方城县清河镇作为田野调查地点。方城县是典型的劳务输出县, 根据《方城县 2024 年国民经济和社会发展统计公报》数据, 2024 年新增农村劳动力转移就业 21,723 人²。2023 年, 该县地区生产总值为 329.3 亿元, 经济发展水平在南阳市下辖县域中处于中等。作为传统劳务输出地区, 其劳动力外流现象显著³。参考同县其他乡镇公布的数据, 青壮年劳动力外出务工比例较高, 本地人口老龄化程度已超过全国农村平均水平。这种“大规模人口外流”与“深度老龄化”并存的社会经济背景, 使该区域成为研究农村留守老人问题的合适案例, 具有一定的典型性和代表性。

²<https://www.fangcheng.gov.cn/2025/05-27/1041614.html>

³<https://www.fangcheng.gov.cn/2025/02-08/940581.html>

3.2. 研究方法与过程

本研究采用量化与质性相结合的混合研究方法。

1) 问卷调查

首先, 研究采用结构化问卷, 对方城县清河镇下辖的双河村(镇中心区)、后楼村(镇乡结合区)、王庄村(镇乡结合区)及王营村(村庄)四个行政村的 312 位 60 周岁以上、且有子女长期外出务工的老年人进行了系统调查。问卷内容主要涵盖老年人的经济来源、健康状况、日常生活活动能力、代际互动模式及社会参与情况等维度。所有访谈均在受访者熟悉且放松的环境中进行, 以保障所获信息的可靠性与有效性。

2) 深度访谈

在问卷调查基础上, 研究采用目的性抽样策略, 依据居住安排、健康状况、经济来源和性别四个关键维度, 选取了二十余位具有差异性的留守老人及其部分家属进行半结构式深度访谈。样本覆盖了独居、仅与配偶同住、需隔代监护等不同居住模式的老人; 包含了从生活自理到患慢性病乃至部分失能等不同健康水平的个体; 并兼顾了以子女赡养、自身劳动或养老金为主要经济来源的不同类型。访谈在受访者家中或熟悉的社区场所进行, 重点围绕其日常生活实践、家庭支持网络、养老安排、健康管理及社区服务使用等主题展开, 旨在获取理解其生存状况与需求的深度质性资料。

3) 参与式观察

研究全程辅以参与式观察。研究者深入村庄, 系统观察了老年人的居住条件、社区公共空间的使用、非正式互助行为, 以及村卫生室、老年活动场所等公共服务设施的实际运行状况, 从而在具体情境中理解其生活世界。

3.3. 样本基本特征

通过对 312 份有效问卷的分析, 本研究样本呈现出以下基本特征: 受访老人的平均年龄约为 71 岁, 女性比例略高于男性。其中, 独居老人比例超过 40%。在经济来源上, 呈现出以子女汇款、自身农业劳动收入及养老金相结合的“混合供养”模式。绝大多数受访者报告至少患有一种需长期管理的慢性疾病。以上特征勾勒出本研究对象群体的基本轮廓。

4. 研究发现: 子女外出务工背景下留守老人的“得”与“失”

基于对 312 位农村留守老人的问卷调查与深度访谈资料, 本研究发现, 子女外出务工对其父母晚年生活的影响呈现出复杂的双重性, 主要体现在经济支持的有限增强与多维支持的显著弱化并存。

4.1. 主要所得: 经济支持的有限性增强

子女外出务工为留守老人家庭带来的最直接且普遍的变化是现金收入的增加。问卷数据显示, 超过 85% 的受访老人将子女汇款列为其家庭现金收入的重要来源之一。这部分资金主要用于支付医疗费用、人情往来、购买日用商品等非自产性消费, 显著改善了家庭的现金流状况, 构成了留守老人经济支持的“得”。

然而, 这种经济支持的改善具有明显的局限性与不稳定性。首先, 汇款金额具有波动性, 与子代在外就业的稳定性直接相关。其次, 汇款并非覆盖全部生活成本。绝大多数(约 92%)身体条件尚可的老人仍坚持耕种“口粮田”, 其粮食自产自给构成了抵御经济风险、保障基本生存的基石。因此, 留守老人的经济模式是一种“汇款补充+农业自给”的混合脆弱型结构, 子女的经济支持并未能完全替代其自身的劳动产出。

4.2. 多维所失：支持系统的整体性弱化

与有限且不稳定的经济所得相比，子女外出导致家庭养老功能在多个维度上的削弱更为显著和深刻。

1) 生活照料与应急支持缺位

问卷调查显示，在面临突发疾病或需要完成挑水、搬运粮食等重体力家务时，超过 78% 的独居或仅与配偶同住的老人表示“难以获得及时帮助”。参与式观察与访谈进一步证实，紧急情况下的照料真空是留守老人普遍面临的重大风险与焦虑来源。

2) 健康维护能力不足

尽管大多数老人患有一种及以上慢性病，但其健康管理能力薄弱。访谈发现，出于节约和怕麻烦子女的心理，老人对疾病的应对常以“拖延”和“忍受”为主。定期体检比例低，对村卫生室的利用多集中于急性病症处理，慢性病的长期、规范管理严重缺失。

3) 日常生活自理负担加重

在子女缺位的情况下，所有家务及农活均需由老人自身承担。对于逐渐年迈的个体而言，维持日常生活的体力与精力消耗成为沉重负担，特别是对于那些仍需照料孙辈或残疾子女的老人。

4) 亲子互动质量与情感支持下降

尽管现代通讯工具普及，但代际沟通存在明显“表层化”倾向。访谈资料表明，多数通话内容简短，以“报平安”和事务性交代为主，老人倾向于隐瞒自身的实际困难与负面情绪。深层的情感交流与精神慰藉普遍不足，孤独感是高频提及的主观体验。

5) 社会参与程度降低

受体力下降、需要承担隔代监护责任、村庄公共活动萎缩等多重因素影响，留守老人的社会活动范围显著收缩。他们的日常生活高度局限于家庭与邻里之间，社区组织的集体活动参与率低，电视成为最主要的信息来源和闲暇陪伴，社会连接网络趋于狭窄。

4.3. 特殊困境：叠加的照料压力

调研还揭示了两种尤为艰难的情况：一是“隔代监护”家庭，祖辈在承担孙辈抚养与教育责任时承受着巨大的身心压力；二是家中仍有残疾或重病未婚子女的“老养残”家庭，其养老与抚残的双重压力叠加，家庭资源几近枯竭，是社会支持网络中最脆弱的群体。

综上所述，子女外出务工为农村老人带来了不稳定的经济补充，但同时却导致了生活照料、健康维护、情感支持及社会参与等多维度家庭养老功能的衰退。这种“经济输血”与“服务真空”并存的局面，是留守老人面临的核心困境。子女的数量、居住距离及互动频率，直接影响着对老年人实际照料的可获得性。

5. 问题分析：多重结构性与功能性支持系统的失调

本研究认为，农村留守老人所面临的困境，其根源在于快速社会变迁下，传统家庭支持功能的结构性弱化与现代性社会支持体系的有效供给不足，两者间形成了显著的“保护缺口”。通过对清河镇实地调研并结合相关文献，可将此问题的成因分解为以下相互关联的层面。

5.1. 家庭支持系统的结构性削弱与功能受限

传统家庭养老模式的有效运作依赖于子代在空间上的邻近性与时间的可及性。然而，在城乡二元结构背景下，农村青壮年劳动力为获得更高收入不得不向城市大规模转移，这直接导致了代际居住的分离，使得基于日常接触的生活支持与情感慰藉功能难以实现。更深层的原因在于，子代自身的赡养能力受制

于其在劳动力市场中的脆弱性。家庭是一个自然的支持系统,与生活质量呈正相关的关系,与心理健康和社会适应呈正相关性,家庭支持越多,老年人的生活质量越好[7]。调研发现,大部分外出务工子女从事非正规就业,工作稳定性差、收入波动大,这不仅限制了其经济反哺的稳定性与水平,也降低了其因照料父母而临时返乡的可能性与经济承受能力。在清河镇,家庭养老已从过去的“全能主导”退化为以不稳定的经济支持为主、其他功能严重缺损的“半功能模式”。家庭要保持稳定并正常履行正常功能,必须具备一定的支持条件[8]。

5.2. 社区非正式支持网络的衰败

社区(村庄)作为家庭之外的初级社会支持网络,其功能因乡村社会结构变迁而显著衰败。社会支持水平的高低体现了一个人在与他人发生联系时所表现出的社会属性它受到个体生物学特征(如性别)、社会文化条件(如教育)、人际交往以及个体的自我期望水平等因素的影响[9]。一方面,青壮年劳动力外流导致的村庄“空心化”与人口老龄化,直接削弱了邻里互助的人力基础。在调研村庄中,潜在的可提供重体力帮助的邻舍资源急剧减少。另一方面,乡村社会关系网络在市场经济冲击下趋向松散,基于地缘的传统互助规范约束力下降。作为基层自治组织的村委会,普遍存在集体经济薄弱、公共服务资源匮乏的困境,其职能主要集中于行政管理,缺乏动力、财力与专业能力去组织和提供系统性的为老服务。这使得老人在家庭之外难以获得及时、有效的非正式社会支持。

5.3. 公共服务体系的供给失衡与效能不足

城乡二元结构在公共服务资源配置上的历史性与体制性差距,是导致农村养老支持短板的结构性根源。具体表现在:

医疗服务可及性低:调研发现,清河镇的村卫生室设施简陋,仅能处理常见病和开处基本药物,缺乏慢性病管理和康复护理能力。所谓的“家庭医生签约服务”大多流于形式,上门巡诊频次极低,无法满足留守老人尤其是失能、半失能老人的基本健康照护需求。

养老服务体系缺失:农村居家养老服务模式是中国老龄化社会加速与农村困境老年人群体规模持续扩大的必然产物[10]。尽管政策层面倡导建立农村养老服务体系,但落地效果不佳。调研村庄的老年人日间照料中心或因缺乏运营经费长期关闭,或仅作为基础设施“标本”存在,未能提供实质性服务。针对农村老人实际需求、成本可承受的居家上门服务、短期托养服务等几乎为空白。

精神文化服务匮乏:村庄公共文化服务供给与老年人的实际需求严重脱节。适合老年人的、有组织的文化娱乐活动极少,其精神文化生活高度依赖电视,社会参与渠道狭窄,加剧了社会隔离感。

综上,留守老人的养老困境是家庭、社区与国家三个核心支持系统在现代化、城镇化冲击下同时发生功能失调的结果。家庭因空间分离与子代生计压力而功能萎缩;社区因社会结构变迁而支持网络衰败;而正式公共服务体系则因长期的城乡资源配置不均而在农村地区供给低效、严重缺位。这三重系统的“失灵”共同将养老压力与风险积聚于日益衰老的留守老人个体身上。

6. 对策建议:构建多层次农村留守老人社会支持体系

基于前文对农村留守老人困境及其成因的分析,本文认为,解决该群体面临的多重挑战,需超越单一主体或单一措施的局限,构建一个家庭为基础、社区为依托、国家为支撑的协同性社会支持体系。

6.1. 巩固与创新家庭养老支持功能

家庭仍是养老责任的核心主体,但需适应代际空间分离的现实,创新支持形式,提升支持效能。家庭供养或奉养老年人,即特定行为主体在特定场域、通过特定方式供给服务资源以满足老年人需求的活

动^[11]。强化经济支持与风险防范:在继续倡导子女履行赡养义务的同时,应探索制度性激励措施。例如,可研究将定期的赡养汇款记录作为提高老人养老金补贴的参考依据之一。同时,鼓励并规范针对农村老年群体的普惠型商业养老、医疗及意外保险产品,分散家庭经济风险。

提升“数字孝亲”与情感联结质量:利用现代通信技术,通过社区宣传、技能培训等方式,引导和协助外出子女与父母进行更有质量的情感沟通,超越简单的“报平安”,增加交流频次与深度。推广适用于农村家庭的简易应急呼叫装置、远程安防设备等,以技术手段弥补紧急响应的空间障碍。

发展邻里互助与“准家庭”支持网络:针对村庄空心化现状,由村委会或社区社会组织牵头,以村民小组或自然村为单位,组建“邻里照护互助小组”。鼓励低龄健康老人、留守妇女与高龄、独居老人结对,提供日常探视、应急联络等基础性互助服务,形成稳定的初级社会支持网络。

6.2. 激活与整合社区养老服务资源

村庄作为老年人熟悉的生活场域,应被建设为养老服务供给的重要平台。

盘活存量设施,发展互助式养老服务:整合利用村庄闲置的校舍、祠堂、集体房屋等资源,改建成农村老年互助站或日间照料中心。以“政府补一点、集体出一点、社会捐一点、个人付一点”的方式,提供成本可控的集中供餐、日间休息、健康监测及文体活动等基本服务,重点解决高龄、独居老人的日常照料与社交隔离问题。

培育内生力量,建立本土志愿服务队伍:由村两委组织动员,将村内低龄健康老人、留守妇女、返乡青年等力量整合起来,经基础培训后形成相对稳定的志愿养老服务队伍。明确其定期探访、紧急援助、事务代办等服务内容,并与乡镇专业力量建立联动机制。

链接外部资源,引入专业化服务要素:积极对接乡镇(街道)社会工作站、高校志愿者团队、公益慈善组织等外部资源,为村庄持续引入专业理念与方法。定期组织开展健康知识讲座、慢性病自我管理小组、适合老年人的文化娱乐活动等,提升社区养老服务的专业性与丰富性。

6.3. 强化国家制度的托底与引导责任

政府需在规划、投入、监管与标准制定上发挥主导作用,为家庭和社区养老提供坚实的制度保障。

完善经济保障与激励性政策:持续提高农村居民基本养老保险待遇水平,确保其保基本、兜底线的功能。研究探索对积极履行赡养义务的家庭给予税收减免、信贷优惠等间接激励政策的可行性。加大对农村特殊困难老年群体(如高龄、失能、残疾老人)的补贴力度。

健全农村养老与健康服务体系:在乡镇层面加快建设具备综合服务功能的区域性养老服务中心,为村级站点提供专业指导、人员培训和资源链接。在村级层面,着力推动养老服务设施从“有形覆盖”到“有效运营”,通过设置公益性岗位(如“村级养老协理员”),确保基本服务有人提供。医疗健康方面,须做实家庭医生签约服务,强化村医常见病诊疗和公共卫生服务能力;依托县域医共体,建立县级医院、乡镇卫生院医生定期下乡巡诊制度,并探索推广适合农村的远程医疗模式,切实提升基层医疗卫生服务的可及性与质量。

总之,应对农村留守老人问题,需进行系统性、整合性的制度设计。通过巩固家庭责任、激活社区潜能、强化国家托底三者协同发力,构建一个符合农村实际、满足老人需求、可持续的多层次社会支持网络,方能有效缓解当前困境,积极应对农村人口老龄化的长期挑战。

7. 结语

子女外出务工是时代发展的产物,农村留守老人的养老问题则是发展过程中必须面对和解决的民生

课题。解决这一问题,不能简单地将责任推回给已不堪重负的家庭,也不能完全指望市场,而需要家庭、社区、政府和社会形成合力。核心思想是:在尊重农村实际和老人意愿的基础上,用“组合拳”的方式,编织一张既有家庭亲情温度、又有社区互助热度、更有国家制度力度的养老支持网,让每一位农村老人都能拥有一个安心、舒心的晚年。

参考文献

- [1] 2023 年度国家老龄事业发展公报[EB/OL].
<https://www.mca.gov.cn/n156/n2679/c1662004999980001751/attr/360830.pdf>, 2026-03-11.
- [2] 位涛. 完善城乡社会养老服务体系的对策研究[J]. 农业经济, 2024(1): 118-120.
- [3] 刘丽伟, 张进. 新兴社会风险下家国协同的家庭养老政策体系构建——基于“经济-服务”的分析框架[J]. 学术交流, 2026(1): 158-171.
- [4] 顾晨昱. 算法推荐内容对老年人健康信息回避行为的影响机制研究——数字反哺的干预实验[J]. 国际新闻界, 2025, 47(2): 27-48.
- [5] 张佩佩, 曾兴. 积极老龄化背景下广播节目的社会支持研究——以日本 NHK《广播深夜便》为例[J]. 中国新闻传播研究, 2024(1): 253-265.
- [6] 申琦, 关心怡. 鼓励、阻抑与共进: 老年人居家使用陪伴机器人的内层社会支持[J]. 国际新闻界, 2025, 47(2): 6-26.
- [7] 冯丽娜, 陈长香, 田苗苗. 老年人自我健康管理、家庭及社会支持系统与心理健康的相关性[J]. 现代预防医学, 2014, 41(16): 2963-2966.
- [8] 宣兆凯. 家庭教育研究的理论方法模型——家庭支持系统[J]. 教育研究, 1999(11): 63-66.
- [9] 李明. 东乡族人非正式社会支持网络研究——以兰州市城关区柏树巷社区为例[J]. 天府新论, 2010(2): 104-109.
- [10] 张仪婷. 射阳县农村居家养老服务模式发展研究[J]. 山西农经, 2026(6): 80-82.
- [11] 黄石松, 胡清. 中国式居家养老: 本土特征、现实挑战与优化路径[J]. 中州学刊, 2026(2): 82-92.