

从“养儿防老”到“独立养老”：中国家庭养老观念的现代性转型与理论反思

赵若彤

南京林业大学马克思主义学院，江苏 南京

收稿日期：2026年5月2日；录用日期：2026年8月12日；发布日期：2026年8月20日

摘 要

人口老龄化已是我国当下突出国情，养老观念衔接民众养老选择与社会养老政策，梳理其演变逻辑极具现实意义。本文依托历史制度主义理论，探究家庭养老观念从传统养儿防老向现代独立养老的转变过程。传统养老观念依托代际反馈模式，凭借传统孝道与家庭邻里体系形成稳固养老格局。伴随社会现代化发展，社保体系完善弱化了子女经济养老责任，小型化家庭格局让日常居家照料难以实现，同时老年群体思想观念转变，不愿拖累晚辈，多重因素促使独立养老观念逐步普及。但独立养老模式仍存在弊端，本质上存在将老年脆弱性转嫁给个人的风险，也忽视了家庭无偿照护的价值。本文主张超越单纯依靠子女与依靠自己之间的二元对立，转而建立支持性养老范式。完善就地养老相关政策，树立良性代际相处理念，切实兼顾老年群体生活照料、精神关怀与晚年尊严。唯有如此融合，我们才能真正实现让老年人在晚年得到妥善照料、受到尊重和感到安全的有机统一。

关键词

养老观念，现代性转型，独立养老，反馈模式，代际团结

From “Raising Children for Old-Age Support” to “Independent Aging”: Modernity Transition and Theoretical Reflection on Chinese Family Elderly Care Concepts

Ruotong Zhao

School of Marxism, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: May 2, 2026; accepted: August 12, 2026; published: August 20, 2026

文章引用: 赵若彤. 从“养儿防老”到“独立养老”：中国家庭养老观念的现代性转型与理论反思[J]. 老龄化研究, 2026, 13(8): 319-325. DOI: 10.12677/ar.2026.138561

Abstract

Population aging is already a prominent national condition in China. The concept of old-age care connects people's choice of old-age care and social old-age care policy, and it is of great practical significance to sort out its evolution logic. Based on the theory of historical institutionalism, this paper explores the transformation process of family pension concept from traditional child support and old-age care to modern independent old-age care. The traditional concept of old-age care relies on the intergenerational feedback model, and forms a stable old-age care pattern with the traditional filial piety and family neighborhood system. With the development of social modernization, the improvement of the social security system has weakened the responsibility of children's economic old-age care. The miniaturized family pattern makes it difficult to achieve daily home care. At the same time, the ideological concept of the elderly group has changed, and they are not willing to drag down the younger generation. Multiple factors have promoted the gradual popularization of the concept of independent old-age care. However, the independent pension model still has drawbacks. In essence, there is a risk of transferring the vulnerability of the elderly to individuals, and the value of family unpaid care is also ignored. This paper advocates transcending the binary opposition between relying solely on children and relying on themselves, and establishing a supportive old-age care paradigm. We will improve the relevant policies for local old-age care, establish a concept of benign intergenerational coexistence, and effectively take into account the life care, spiritual care and dignity of the elderly. Only in this way can we truly realize the organic unity of allowing the elderly to be properly cared for, respected and feel safe in their later years.

Keywords

Elderly Care Concepts, Modernity Transition, Independent Aging, Feedback Model, Intergenerational Solidarity

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

人口老龄化已成为 21 世纪人类社会发展的常态,而中国正以世界上规模最大的老年人口基数步入这一进程。2025 年末,60 岁及以上人口为 32,338 万人,其中 65 岁以上人口 22,365 万人,分别比上年增加 1307 万人和 342 万人[1]。在社会结构深刻变动的大环境下,养老问题早已跳出家庭范畴,成为影响社会治理与民生发展的重要公共事务。过往学界和相关实践大多依托社保体系、养老服务模式来破解老龄化难题,却常常忽略了养老思想认知这一影响深远的内在关键因素。

养老观念作为老年学(Gerontology)研究中的核心主观维度,是指个体或群体对于养老责任归属、居住方式选择及晚年生活预期的主观认知与价值取向[2]。它不仅反映了客观现实,还先导性地塑造着养老行为。在当代中国,这种观念的变化格外剧烈。传统的“养儿防老”扎根于几千年的农耕文明与儒家伦理,曾建立起稳固的代际契约;然而,改革开放四十多年高速推进的现代化,正让这套观念遭遇前所未有的冲击。当下的舆论场中,不管是“延迟退休”引发的讨论,还是“独生子女一代”的父母陆续步入高龄,都在倒逼社会重新审视养老的责任主体。一个显著的变化是,“独立养老”(Aging Independently)作为一种新兴的价值主张,正在城市精英老年群体中流行,甚至在广大农村地区也出现了“不连累子女”的话

语自觉。

关于这种从“依附”到“独立”的观念之变，学界虽已多有论述，但还存在一些短板。一方面，大量实证研究聚焦于养老观念的“影响因素分析”，试图通过回归模型证明年龄、性别、收入或教育程度对养老意愿的影响[3]。这些研究梳理出了各类变量之间的关联关系，但是存在偏重数据量化分析的问题。实证研究不能体现养老观念长期演变的整体历史发展轨迹。量化研究无法解释在经济收入水平相近的前提下，不同年龄段群体对于养老生活所持有的想法与诉求为何存在显著差异。另一方面，部分社会学研究倾向于将养老观念置于“家庭现代化”的框架下，预言传统孝道的衰落与家庭养老的终结[4]，这类秉持线性进化思维的研究视角，未能充分考量社会观念变迁过程里存在的波动反复特征，也忽视了地域文化差异带来的本土现实特征。

经验数据无法解决现有问题，那么我们还需回归老年学本体的理论探讨。笔者认为中国家庭养老观念的转型是一个从“伦理本位”向“权利本位”演进的现代化过程。在这个过程中，国家福利制度进行了介入，居住空间开始同构，老年主体的意识也逐渐觉醒。

这项研究沿着历史制度主义脉络展开，认为养老观念是嵌入宏观结构的非正式制度。路径依赖解释了“养儿防老-反馈模式”经由儒家孝道与宗族实践自我强化后具备较强的文化韧性；而改革开放以来的社保制度化覆盖、家庭小型化及居住空间重构的一系列改变带来了养老模式的转折，引发“制度性脱嵌”，削弱了子女赡养的不可替代性。“独立养老”的兴起，并非对传统的彻底断裂，而是一种渐进层叠(Layering)，是新观念要素与残留的代际期待并存协商，进而形成“协商式代际团结”。

本文将从回顾传统、断裂重塑及理论反思三重维度，揭示养老观念转型的制度逻辑。具体来看，先回溯费孝通先生提出的“反馈模式”及其伦理根基，解释传统“养儿防老”的运行机制；再深入剖析现代性语境下，制度脱嵌与个体觉醒如何共同重塑独立养老的观念形态；最后对当前流行的独立养老进行批判性反思，揭示其背后的逻辑，并提出在“原居安老”的前提下重构代际团结的理论可能。

通过对养老观念演变进行理论梳理，对中国老龄化社会的深层结构进行纯理论分析，期望能为当前养老服务政策的制定提供更具人文关怀的理论参考。

2. 传统锚定：“反馈模式”下的“养儿防老”及其伦理根基

在中国漫长的农业文明史中，养老而是一个嵌入在社会结构与文化伦理中的综合性制度安排。要理解当前“独立养老”观念的兴起的原因，首先，我们必须辨明其历史中的“他者”，也就是传统“养儿防老”观念的确立过程。费孝通先生提出的“反馈模式”(The Feedback Model)，为我们提供了最为精准的理论视角。

2.1. 代际均衡：反馈模式的运行机制

费孝通在《乡土中国》及后续研究中，深刻揭示了中国与西方在代际关系上的根本差异。他指出，西洋社会在代际关系上盛行的是“接力模式”(The Relay Model)，即甲代抚育乙代，乙代抚育丙代，代代接力，乙代对甲代没有赡养义务，代际之间缺乏强制性的反向回馈责任，财产通过遗嘱继承[5]。

与西洋不同，中国社会遵循的是“反馈模式”。父母负有抚育子女的义务，子女承担赡养父母的责任。这是一种双向的平衡流动。在传统观念中，“养儿”除了是生物繁衍的需要，更是一种理性的风险规避策略。在缺乏现代社会保险体系的前现代社会，儿子以及从夫居的女儿构成了老年生活保障的唯一可靠来源。这种观念并非简单的利己，而是一种维持家庭延续和代际生存的必要机制。正如学者所言，这种反馈模式构成了中国传统社会超稳定结构的重要基石[6]。

2.2. 伦理固化：孝道文化的制度化

养儿防老之所以能从一种生存策略上升为一种不可撼动的观念，得益于儒家“孝道”文化的加持与制度化。在老年学的社会情绪选择理论(Socioemotional Selectivity Theory)尚未被引入之前，中国传统文化早已通过伦理规范解决了老年人的社会地位问题。

在传统观念中，百善孝为先，养老不仅仅是物质供给(养体)，更重要的是尊敬与顺从(养志)。这种观念通过宗法制度、乡约民俗以及法律(如《唐律疏议》中对不孝罪的严惩)内化于每一个社会成员的心中。在这种伦理框架下，独立养老是不符合公序良俗的，因为个体的独立性被家族的延续性所淹没。老年人通过掌握家庭资源分配权和话语权，换取子代的供养，形成了一种伦理与资源的交换机制。

2.3. 家庭本位：多功能共同体的支撑

传统的养老观念之所以牢固，还在于当时的家庭是一个集生产、消费、养老、教育于一体的多功能共同体。在农业社会，土地是生产资料，而老年人是土地经验的持有者。正是由于这样，老年人在家庭中拥有绝对的权威，其养老观念必然是依附于家庭且以此为荣的。

此时的养老观念呈现出三个典型特征：

- 1) 养老责任由家庭内部承担，属于家庭私事，并不愿意接受外部力量介入参与其中。
- 2) 整体观念倾向于以子女为核心，社会普遍重视子女承担赡养长辈的责任。老人晚年的生活状况和生活品质很大程度上取决于子女的孝心和实际能力。
- 3) 民众赡养内容全面丰富，主要分为负责经济支撑、日常照顾和情感陪伴三大方面。这些赡养内容互相紧密相连，无法拆分。

总的来说，传统的“养儿防老”观念是在特定生产力条件下形成的一套完整意义系统。子女赡养是过去千百年来中国的主流养老方式。然而，随着现代性因素的不断渗入，这套曾经坚不可摧的观念系统，如今正面临结构性的松动与重组。

3. 断裂与重塑：现代性语境下养老观念的转型逻辑

改革开放持续深化，我国社会现代化进程不断加快，依靠子女赡养老人的传统养老根基已然出现深刻变化。受家庭规模缩小、人口大范围流动、社会养老保障体系逐步完善等多重现实因素影响，以往代代相承的居家养老相处模式，渐渐难以适应当下社会发展形势。这一章节从理论层面梳理分析大众养老思想从依赖家庭赡养，逐步转向独立自主养老的演变脉络与内在成因。

3.1. 制度脱嵌：社保替代与居住空间重构

传统养老观念产生很大程度是因为过去生产力条件下经济与安全的不确定性。近十年来，中国基本养老保障制度不断完善，极大地改变了这一处境。

1) 经济供养的正式制度替代

城乡居民基本养老保险全面推行后，老年人有了较为稳定的现金流，这在客观上弱化了子代在经济供养上的不可替代性。这种制度性脱嵌让老年人不再只能把土地或子女当作唯一依靠。正如陈友华等(2023)所指出的，养老金的普及不仅提升了老年人的经济自主性，更在观念层面促成了一种从“依赖子女”到“依靠国家与个人”的现代化转型^[7]。

2) 居住安排的物理隔离

城市化发展大幅改变了民众居住形态，如今核心家庭成为社会主流，传统大家庭不断瓦解，两代人分开居住已然成为普遍现象。居住空间上的分隔，使得过去晚辈同住照料长辈的养老方式难以继续实行。

学界普遍认为，空间重构迫使老年人不得不接受远离子女的现实，心理上相应降低了对子女日常照料的期待，转而开始寻求其他的替代方案。

3.2. 个体觉醒：老年主体性与权利意识

除了结构性因素，老年学内部对“成功老龄化”与“积极老龄化”的倡导，也在重塑老年人的自我认知。

1) 从“家庭主义”到“个体主义”的价值让渡

过去的研究往往更看重家庭集体利益，而这近十年的文献则把目光更多投向了老年人的个体感受。随着受教育程度提高，新一代老年人变得更愿意提升生活质量，而不单是为了家庭一味迁就自己。他们不再满足于把含饴弄孙当作晚年价值的全部，而是更多地想去发展个人兴趣、参与社会活动。这种“个体意识的觉醒”，在杜鹏等(2022)看来，正是催生“独立养老”观念的直接动力[8]。

2) “独立养老”作为一种防御性策略

其实，独立养老的观念并不全是西方个人主义的移植，在更多时候，它是一种理性的防御策略。眼现代化进程中，子代肩负着职场竞争和生活成本的双重压力，不少老年人心里生出了强烈的不忍心拖累子女的念头。这种“代际同情”的心理，促使他们主动选择独居，以此来维系代际关系的和谐与平衡。

3.3. 新孝道重构：协商式代际支持

传统孝道强调无条件服从与全方位侍奉，而在现代性语境下，孝道的内涵发生了流变。

1) 工具性支持的弱化与精神慰藉的强化

在观念上，老年人对子女的要求从“经济支持”转变为“常回家看看”或“经常打电话”。这种变化减轻了子女的物质负担，却也对老年人的心理适应能力提出了更高要求。学界普遍认为，这种转变反映了孝道从“实质性供养”向“象征性关怀”的让渡。

2) 互惠与交换逻辑的延续

尽管观念上强调“独立”，但在实际生活中代际之间的隐性契约依然存在。即使一些老年人观念上支持独立养老，但在面临重大疾病时，依然把子女当做最后的依靠。正如左冬梅等(2017)在针对西安地区的追踪研究所发现的，养老观念的转型并非彻底的断裂，而是一种“选择性独立”，也就是在日常生活中保持独立，在危机时刻保留对家庭的期待[9]。

总体而言近十年国内家庭养老观念发生转变有着清晰明确的内在逻辑。国家社保制度取代了子女的经济支持功能，居住上的分离降低了日常照料的可行性，而个体意识的觉醒为独立养老赋予了正当性。当然，这种独立并非是绝对的，而是在新的孝道框架下开展的代际协商与互补。

4. 理论反思：“独立养老”的幻象与“再家庭化”的可能

前文论述了独立养老观念兴起的历史必然性与现实合理性，但是如果仅止步于此，很容易不自觉地陷入传统老年学的叙事框架。作为一篇纯理论反思文章，有必要对这一观念进行祛魅，揭示其背后的结构性约束，并在此基础上思考更具包容性的理论路径，以避免将复杂的社会问题简化为个体选择的结果。

4.1. “独立养老”的迷思：个体责任话语的规训

1) “能动的”负担：积极老龄化的异化

近年来，政策话语和大众媒体大力倡导“积极老龄化”，鼓励老年人保持积极活跃、身体健康且独立自主。这种看似赋予权力的方式，在实际操作中或许会异化为一种强制性的要求。正如部分学者警示的，过度强调独立可能演变为社会对老年人进行责任归因的工具。一旦老年人失能或半失能，无法继续

“积极”，便容易被归咎为个人生活方式的失败或缺乏自我管理的能力[10]。这种逻辑忽视了身体机能衰退的客观规律，将晚年的脆弱性(Vulnerability)完全个体化。

2) 照料劳动的隐形化

“独立养老”观念往往预设了一个身心健康的理想型老年形象。但对于高龄老人而言，照料是刚需。当社会大力宣扬“不靠子女”时，实际上可能掩盖了家庭内部(特别是女性配偶或未婚女儿)无偿照料劳动的巨大付出。这种观念上的“去家庭化”假象，恰恰建立在实质上的“家庭照料依赖”之上。

4.2. 重返原居安老：空间与支持的融合

针对“独立养老”的二元对立(要么靠自己，要么靠机构)，老年学界提出了更具整合性的理论视角“原居安老”(Aging in Place)。

1) 从“地点”到“过程”的转向

传统的独立养老往往等同于居住在自家房子里。但现代老年学理论认为，原居安老不仅仅指的是物理空间的固定，而应是一个在熟悉的环境中维持生活连续性与自主性的动态过程[11]。这种观念的重点不应是老年人是否独居，而是老年人是否能控制自己的生活环境。

2) 支持性环境的必要性

纯粹意义上的“独立”到了高龄阶段往往难以维系。理论层面的反思提醒我们，应当承认“相互依存”(Interdependence)才是人类晚年的常态。因此，理想的养老观念不该促使老人孤傲的独善其身，而应是置身于社区支持网络、适老化环境与家庭情感纽带之中的“有支持的独立”。

4.3. 代际团结的重构：从契约到情感

最后，我们需要对“养儿防老”模式进行辩证的否定，而非全盘抛弃。

1) 超越“反馈模式”的工具理性

费孝通的“反馈模式”强调的是代际间的均衡与偿还。在现代社会，养老观念的终极归宿终会发展为“代际团结”(Intergenerational Solidarity)。这种团结不再基于严苛的“养儿防老”契约，而是基于情感共鸣与道义支持[12]。

2) “协商式家庭主义”

“协商式家庭主义”是回应当今养老困境的理论选择。也就是在老年人观念上追求独立与自主，减少对子女的强制性索取，子女在观念上尊重老年人的独立性，并在关键时刻提供情感与资源支持。这种新型的代际关系既保留了现代化的个体尊严，又维系了家庭作为养老终极安全网的伦理温度。

对“独立养老”的理论反思提醒我们既要警惕将养老责任完全个体化，也要警惕“积极”话语对脆弱性的遮蔽。真正的老年学关怀，应当是在承认人类依存本质的基础上，构建一个既能保障自主尊严，又能提供温情支持的理论框架。

5. 结语

本文沿循历史制度主义的分析路径，对中国家庭养老观念的演进逻辑进行了纯理论梳理。中国养老观念的当代变迁是一个根植于本土现代化进程的深刻结构性转型。从费孝通笔下“反馈模式”所维系的伦理本位，到当下“独立养老”所彰显的权利觉醒，这一转型折射出国家、市场与家庭在老龄化语境下的复杂博弈。

本文的核心发现在于：首先，传统的“养儿防老”并非愚昧的落后观念，而是在特定生产力条件下维持代际均衡的最优制度安排；其次，随着社保体系的“制度性脱嵌”与居住空间的物理隔离，养老观

念被迫从“家庭依附”向“个体自主”迁移,但这种迁移伴随着“代际同情”与防御性心理;最后,也是本文最重要的理论反思,即当前盛行的“独立养老”观念潜藏着风险个体化的规训风险,它将晚年的脆弱性个体化,忽略了人类作为社会性存在对“相互依存”的天然需求。

立足于上述分析,本文认为应当单独养儿防老或独立养老皆不可取。从政策建设角度来看,今后养老相关工作不能只一味倡导老年人自主独立生活,更要着力搭建起支持性养老这一全新研究与实践思路。这便要求相关政策制定跳出单纯划分赡养责任的固有思维,面向全体老年群体统筹推进普惠、均等的社区养老服务建设,在完善适老生活环境配套的同时,筑牢全方位的基础医疗保障体系。

在理论层面,中国未来的养老观念应当是“协商式的代际团结”。它既承认老年人作为独立主体的尊严与权利,肯定老年人对自主生活的追求;又正视家庭在情感慰藉与危机兜底中的不可替代性。这种新型观念不苛求子女无条件的付出,减轻子女负担也避免了老年人无援助的硬撑,而是在承认“有限独立”的基础上,实现代际之间的弹性互助。

在老年群体对优质晚年生活需求不断提升的背景下,社会需要顺应养老观念现代化的发展走向,同时守住家庭伦理本身的温情底色。唯有如此,才能在老龄社会的浪潮中,真正实现老有所养、老有所尊与老有所安的有机统一[13]。

参考文献

- [1] 王萍萍: 2025 年全国人口总量为 140489 万人 人口高质量发展持续推进[EB/OL]. https://www.stats.gov.cn/sj/sjld/202601/t20260119_1962338.html, 2026-01-19.
- [2] 邬沧萍, 姜向群. 老年学概论[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2015: 145-148.
- [3] 李建新. 中国老年人口养老意愿及其城乡差异——基于 CLHLS 数据的实证分析[J]. 人口与经济, 2017(3): 11-20.
- [4] 阎云翔. 私人生活的变革: 一个中国村庄里的爱情、家庭与亲密关系(1949-1999) [M]. 上海: 上海人民出版社, 2017.
- [5] 费孝通. 乡土中国 生育制度 乡土重建[M]. 北京: 商务印书馆, 2011: 125-130.
- [6] 郭于华. 代际关系中的公平逻辑及其变迁——对河北农村养老事件的分析[J]. 中国学术, 2001(4): 221-254.
- [7] 陈友华, 曹雨婷. 中国养老保障制度的发展与老年人福祉[J]. 社会科学研究, 2023(1): 102-112.
- [8] 杜鹏, 王永梅. 从家庭养老到多元共治: 中国养老观念变迁研究[J]. 中国人民大学学报, 2022, 36(4): 86-96.
- [9] 左冬梅, 李树茁. 中国高龄老人家庭养老的变迁与挑战[J]. 西安交通大学学报(社会科学版), 2017, 37(2): 69-76.
- [10] 陈友华. 积极老龄化: 意涵、问题与反思[J]. 江苏行政学院学报, 2021(3): 62-69.
- [11] 杜鹏, 谢立黎. 原居安老: 中国老龄政策的新取向[J]. 教学与研究, 2020(10): 71-80.
- [12] 姚俊. 从“反馈模式”到“代际团结”: 中国家庭养老功能的现代转型[J]. 学术论坛, 2023, 46(2): 134-142.
- [13] 邬沧萍, 彭青云. 积极应对人口老龄化理论阐释[J]. 中国人口科学, 2022, 36(1): 2-13.