

积极老龄化理念融入农村留守老人精神关怀研究

黎 欢

贵州大学马克思主义学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2026年5月22日; 录用日期: 2026年9月9日; 发布日期: 2026年9月18日

摘 要

中国作为人口大国, 随着社会医疗技术水平的不断提高, 人们的平均寿命已接近八十岁, 老龄人口在城乡之间的分布比例较大。随着现代化进程加快, 老年人缺乏精神关怀问题随之显现。本文立足于积极老龄化理念, 试图发挥思想政治教育作为育人的根本途径, 关注农村留守老年人精神关怀, 为实现老龄事业高质量发展提供借鉴, 为社会发展贡献力量。

关键词

积极老龄化, 农村留守老人, 精神关怀

The Integration of the Concept of Active Aging into the Study of Spiritual Care for Rural Left-Behind Elderly

Huan Li

School of Marxism, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: May 22, 2026; accepted: September 9, 2026; published: September 18, 2026

Abstract

As a country with a large population, China has seen its average life expectancy approach 80 years due to the continuous improvement of social medical technology, and the distribution ratio of the elderly population between urban and rural areas is relatively large. With the acceleration of modernization, the lack of spiritual care for the elderly has become increasingly apparent. Based on the concept of active aging, this paper attempts to give full play to ideological and political education as

a fundamental way of educating people, pay attention to the spiritual care of rural left-behind elderly, provide reference for the high-quality development of the elderly care industry, and contribute to social development.

Keywords

Active Aging, Rural Left-behind Elderly, Spiritual Care

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

当前全球老年人口快速增长,老龄化趋势不断加深。预计到2030年,世界60岁及以上人口将达到14亿人,比2019年增加34%;到2050年,全球老年人口将达到21亿人¹。第七次全国人口普查数据显示,我国生活在农村的60岁及以上人口有约1.21亿人,占农村总人口的比例为23.81%,比城镇高7.99个百分点²。以上数据表明,农村老龄化程度更为明显,养老问题更为突出。农村留守老人群体规模持续扩大,已成为乡村振兴与社会治理中不可忽视的重要群体。积极老龄化理念强调老年人的健康、参与、保障与自我实现,对完善农村养老服务体系、推进乡村治理现代化、实现老龄事业高质量发展具有重要理论意义与现实价值。

2. 文献综述

学术界长期以来持续关注农村老年人的精神慰藉关怀需求满足问题,并形成丰富的研究成果。比如学者杨姣,任玉嘉,李亚敏等认为,通过经常性的体育锻炼,老年人的个体认知灵活性和应对敏捷度将有所提高,容易产生一种精神上的超越体验,从而强化自身的掌控感与价值感以及心理弹性水平[1]。然而,不同于这种个体化的心理治疗服务,孙薇薇与景军提出了社会心理服务的社区干预方案,即在社区层面推动邻里关系整合与村庄社会关联,营造适配农村老年人认知层次与能力结构的社会交往氛围,这种方法被认为能够强化个人的认同感和归属感,拓展老年人获取精神慰藉的主体范围和支持结构[2]。乔治·马尔库塞指出,正是因为“一个人必须与他人保持接触与交往,否则他就不能成为一个真正的人,不能过人的生活”[3],社会交往才越发凸显出在满足农村老年人精神需求与情感空缺时的中坚作用。吴遵民,马丽华,陈峥,刘臣,熊军等人从“十五五”战略规划视角出发,认为未来应健全财政投入、法治保障、资源配置和数字治理体系,以提升老年人的社会参与能力[4],助力老年教育高质量发展。

综合梳理现有研究成果可以发现,当前学界已从个体心理调适、社区社会关系建构、宏观政策制度建设等维度搭建起农村老年人精神关怀的分析框架,相关实证研究充分证实运动康养、邻里社交、政策兜底对缓解老人精神空虚、提升心理幸福感的正向作用,同时借助经典社会学理论阐明了社会交往对于老年人精神存续的核心价值,宏观层面也结合中长期发展规划提出了老年服务体系完善的系统性思路,为农村老年精神关怀领域研究奠定了扎实的理论与实证基础。但现有研究仍然存在一些不足:一方面偏向于孤立探讨心理疏导、社区社交、政策保障单一路径,缺乏统一核心理念作为统筹指引,尚未将积极老龄化作为主线整合个体;另一方面,现有研究多数面向全体农村老年群体,忽略留守老人子女长期缺

¹http://smzt.gd.gov.cn/mzzx/llyj/content/post_4464853.html

²<http://theory.people.com.cn/n1/2025/0308/c40531-40433898.html>

位、社交圈层萎缩、自我价值感缺失、数字融入困难等特有精神困境，缺乏针对留守群体的差异化关怀方案，基于此，本文以积极老龄化理念为核心切入点，专门聚焦农村留守老人这一特殊群体，尝试弥补当前研究存在的视角割裂、群体针对性不足等短板。从理论层面，有利于丰富积极老龄化理论在乡村留守老年群体中的应用研究；从实践层面，立足农村留守老人子女外流、乡村资源薄弱的现实场景，设计可落地的精神关怀实施路径，为完善农村留守老人养老服务、缓解乡村老年群体精神孤寂问题提供实操性对策，也为落实老龄发展规划、健全乡村养老精神服务体系提供实践参考。

3. 核心概念界定与理论基础

(一) 核心概念界定

积极老龄化

世界卫生组织将“积极老龄化”这一概念定义为通过优化健康、参与和安全保障方面的机会，以提高老年人的生活质量这一过程。“积极”一词不仅指具备身体活动能力或再就业能力，更强调老年人具备持续参与社会、经济、文化和公民事务的能力。积极老龄化旨在延长所有人的健康预期寿命，提高所有人的生活质量，包括体弱多病、残疾以及需要照护的老年人。世界卫生组织将健康、参与和安全保障作为积极老龄化政策框架的三大支柱，并以此提出政策应对措施。健康是指为老年人提供高水平的健康护理，以对抗慢性疾病和功能衰退等潜在风险对老年人身体和心理产生的不良影响，根据老年人的权利和需求，为其提供全方位的健康服务，从而提升其生活质量、延长预期寿命以及更好地管理自己的生活。参与是指在制定劳动力市场、就业、教育、卫生和社会政策及方案的同时，应充分尊重老年人的基本人权、能力、需求和偏好，为老年人充分参与社会经济、文化和精神活动提供支持，帮助他们继续为社会作出积极贡献。安全保障是指相关政策和方案关注老年人的社会、经济和人身安全需求及权利，确保老年人在丧失自理能力时获得保护、尊严和照护。同时，家庭和社区在照顾老年人方面也能得到支持和帮助。

(二) 理论基础

1、社会支持理论

社会支持是一种连接社会不同主体系统，从政策、物质、精神等多种层面对陷入困境的社会群体进行支援的网络形式，其特点在于各系统之间紧密联系配合，兼具互动性和交叉性^[5]。是个体通过社会互动以获得减轻心理应激反应、缓解精神紧张状态、提高社会适应能力的支持与帮助。根据来源，分为实际的、有形的帮助或可见的支持和主观的，体验到的或情绪上的支持。也有划分为情感性支持、信息性支持和有形支持等三种类型，其中情感性支持是指提供涉及情感方面的信息，如关心、理解或移情。是抽象的无形的帮助，通常指的是亲密的人给予的支持，如鼓励、安慰、勇气等。根据提供主体性质不同，分为正式社会支持和非正式社会支持。正式社会支持是指来自正式组织的各种支持，如各级政府，各级组织，机构，企业，社区等的支持，非正式社会支持主要来自非组织的社会支持，包括家庭成员，邻居，朋友，志愿者等。正式支持是一种制度性，政府性行为，参与者受法律的约束。非正式支持则是一种自愿行为，主要受社会道德，舆论，习惯等规范的约束。两者是互补关系。

2、人的全面发展理论

现代化的根本目标是实现人的自由而全面的发展，人的全面发展通俗地理解就是指人的劳动能力的全面发展，即人的体力和智力的全面、和谐、充分的发展，还包括人的道德的发展。人的全面发展理论是马克思主义的核心内容，主张人在物质需求满足基础上，实现精神、能力、社会关系与价值追求的全面提升，强调每个人都应享有平等的发展机会。农村留守老人虽身处乡村、远离子女，但其精神需求、尊重需求、自我实现需求同样迫切，具备持续发展与价值实现的潜能。思想政治教育以促进人的全面发

展为目标,通过价值引导、文化浸润、实践参与,帮助留守老人摆脱精神空虚,树立积极养老观念,提升心理韧性与社会适应力。积极老龄化理念与之高度契合,二者结合能够推动留守老人从被动养老转向主动享老,在精神富足中实现更高层次的全面发展。

3、马斯洛需求层次理论

马斯洛需求层次理论将人的需求分为生理需求、安全需求、社交需求、尊重需求、自我实现需求五个层次,揭示需求由低到高的递进规律。马斯洛需求理论对于养老服务的实践价值。老年人的需求也是从低级需求向高级需求逐渐升级的,马斯洛需求理论在某种程度上是符合老年人基本需求发展的一般规律的[6]。该理论认为,每一个个体在人生每一个时期,都有某一项需求会占据主导地位,而其他需求处于从属地位,比如老年人刚退休期,身体健康,人际交往频繁,愿意继续走向社会发挥余热,或者完成自己的梦想,这是老年人尊重的需要和自我实现需要占据主导;而高龄老人,身体机能逐渐衰退,安全需求会占据主导,老人会特别注意身体健康。这一点对于养老服务管理工作具有启发意义。农村留守老人在基本温饱与安全得到保障后,核心需求转向情感陪伴、社会交往、他人尊重与价值实现,而当前精神困境本质上是高层次需求未被满足。该理论为精准识别留守老人精神痛点提供依据,指导思想政治教育从情感慰藉、尊重认可、价值赋能等层面发力,结合积极老龄化理念设计差异化关怀举措,满足其社交需求与自我实现需求,通过心理疏导、文化活动、社会参与等方式,补齐精神短板,提升整体幸福感与获得感。

4. 农村留守老人精神关怀困境及原因

(一) 农村留守老人精神关怀困境

1、亲情情感慰藉断裂,深度孤独化

城镇化带来青壮年劳动力长期异地务工,农村留守老人作为社会的弱势群体,情感需求强烈,家庭对老年人经济上的供养责任、生活上的照料责任、精神上的慰藉责任都很难完全落实[7],多代同堂传统家庭瓦解,留守老人长期独居或空巢,子女日常情感交流、陪伴缺位;多数老人倾诉对象缺失,长期伴随强烈孤独、失落、无助感,部分独居老人滋生焦虑、抑郁负面情绪。传统家庭伦理“反馈模式”下老人期盼子女情感回馈,但子女长期外出务工造成空间阻隔,只能依靠电话维系联系,但通话时长通常简短,极少涉及情感交流;理想中“子孙绕膝”与现实形成巨大落差,由此老人存在不同程度孤独感,心理失衡、焦虑情绪凸显。

2、社会角色转型困难,自我价值感弱化

老年阶段生理、智力全面衰退,老人退出生产领域回归家庭,社会声望降低、角色边缘化、自我认同弱化;失去劳动价值感后,子女的精神慰藉是适应晚年的核心支撑,但长期独居空巢使老人缺乏情感支撑,难以完成生命周期角色调整,面对亲人离世等变故时心理调节周期漫长。老人脱离原有生产生活场景,退出社会主流场域;远离子女、同辈群体后,难以获得认可、赞美与重视,极易产生被遗忘、成为社会负担的失落情绪,心理变得脆弱敏感。

3、农村精神文化公共资源供给严重短缺

留守老人闲暇仅依靠看电视、打牌等自娱方式,邻里、亲属交往弱化;农村公共文娱场地、文化设施匮乏,适配老年人的集体文化活动供给不足;部分老人为寻找精神寄托沉溺赌博、封建迷信,精神世界贫瘠,多元化精神诉求难以落地。缺少健康精神文化供给,老人价值判断能力下降。

(二) 农村留守老人精神关怀困境的原因

1、家庭结构失衡与代际支持不足

现代化进程加快导致大量农村青壮年外流,家庭小型化、空巢化加剧,传统家庭养老功能弱化。子

女忙于工作与生计，物质赡养居多、精神赡养缺失，缺乏定期沟通与情感关怀，难以满足老人精神需求。部分子女忽视老人心理变化，沟通方式简单粗暴，进一步加剧老人孤独感。传统孝道文化在农村淡化，代际情感疏离，家庭无法承担精神关怀主体责任，成为留守老人精神困境的核心诱因。

2、数字鸿沟与精神需求贫乏

数字经济时代，智能手机等成为满足居民精神文化生活的重要工具。由于年龄偏大、文化水平较低、观念落后、缺少智能设备等引起的信息贫困，加剧了农村留守老人的边缘化程度[6]。部分老人受传统观念束缚，不愿主动向外倾诉负面情绪，抵触心理咨询、拒绝集体社交活动，这与马斯洛需求理论的社交需求背道而驰，自我隔绝加剧精神贫困。农村缺少适合老年人的社会参与平台，老人无法通过村务监督、民俗传承、邻里互助等方式发挥余热，价值感难以实现。老年人数字素养偏低，难以融入信息化社会，进一步加剧社会隔离。社会对老年群体价值认可度不高，缺乏尊重关爱老年人的浓厚氛围，共同导致留守老人精神困境持续存在。

3、农村公共服务供给短缺与体系不完善

农村养老服务侧重物质保障，精神关怀与思想政治教育长期被忽视，公共文化资源向老年群体倾斜不足。乡镇、村级缺乏专业养老服务人员与心理疏导人才，精神关怀多停留在节日慰问，缺乏常态化、制度化机制。老年教育、心理服务、文娱活动供给不足，服务覆盖面窄、针对性弱，无法匹配留守老人多元化精神需求。基层治理中未将积极老龄化理念融入实践，思想政治教育形式僵化、内容空洞，难以真正走进老人内心。

5. 积极老龄化理念融入农村留守老人精神关怀的举措

(一) 国家与社会提供制度保障及设施支持

国家应从顶层设计完善制度供给，将积极老龄化理念纳入乡村振兴与农村养老体系建设，出台专项政策支持留守老人精神关怀与思想政治教育。健全养老法律法规，补充农村留守老人精神赡养、心理健康专项条款；将老年精神服务纳入乡村振兴硬性考核指标；设立农村精神养老专项财政资金，明确县、乡镇、村三级政府责任，建立常态化督导机制，扭转“重物质轻精神”政策导向。加大财政投入，健全农村老年文化、教育、心理服务基础设施，建设村级老年活动中心、幸福院等场所，保障精神服务常态化供给。将留守老人精神关怀纳入基层考核，推动思想政治教育与养老服务深度融合，用主流价值引导老人树立积极心态。完善老年权益保障法规，强化孝道文化宣传，构建“政府主导、多方协同”的关怀格局，从制度层面为留守老人精神富足与价值实现提供坚实保障。

标准化改造村级老年活动中心，可免费增设老人健身房、老年活动室等，为留守老人的人际交往、休闲娱乐提供平台。同时，针对留守老人的年龄需求，还可开展有意义的公共文化活动，如联络“文化下乡”、组织广场舞、扭秧歌、打拳等[7]。培育村干部、乡贤、本土志愿者队伍，定期上门陪伴、情绪疏导。用通俗化、本土化方式开展思想政治教育，传递国家政策与主流价值观。依托乡村文化资源，开展民俗活动、红色教育、老年学堂等，丰富老人精神生活，提升文化素养与价值认同。利用新媒体制作适老宣传内容，普及积极养老观念，营造敬老爱老、老有所为的社会氛围，拓宽老人社会参与渠道，让老人在社会支持中感受温暖、实现价值。

(二) 家庭成员强化孝道观念

家庭是精神关怀的核心主体，应强化子女精神赡养责任，传承孝道文化，构建适配现代社会的新型孝道。包括子女认知父母养育付出，主动给予情感回馈，不局限于物质供养；摒弃长者为本或重幼轻老的思维，代际平等交流、互相理解，消解空间分隔带来的心理隔阂；将对父母的孝顺延伸至全社会老年人，青年主动关怀乡村留守老人，营造敬老爱老的乡村氛围。鼓励子女利用节假日返乡团聚，通过视频

通话保持日常联系,缓解老人孤独感。家庭成员应尊重老人意愿与价值,肯定其付出与贡献,帮助老人树立积极自我认同。支持老人参与家庭事务,保持家庭情感联结,以亲情温暖筑牢精神根基,让家庭成为留守老人精神依靠与幸福港湾,以家庭小和谐助力社会大和谐。

6. 结语

在人口老龄化与乡村振兴深度推进的时代背景下,农村留守老人的精神关怀是完善农村养老服务、夯实基层社会治理、推进老龄事业高质量发展的重要抓手。本文立足积极老龄化健康、参与、保障的核心理念,结合马克思主义人口理论、人的全面发展理论等基础,剖析了农村留守老人情感孤独、价值缺失、精神生活匮乏等现实困境,厘清了家庭支持不足、公共服务短缺等深层成因。从国家、社会、家庭三维主体构建思政教育融入路径,意在打破传统消极养老认知,以价值引领、人文关怀、实践赋能补齐留守老人精神短板。积极老龄化与思想政治教育的深度融合,能够有效引导留守老人重塑自我价值、主动融入社会,实现从被动养老向积极享老的转变。未来,仍需结合农村发展实际持续优化关怀模式,细化落地举措,真正实现老有所养、老有所乐、老有所为,为乡村治理现代化与老龄事业可持续发展筑牢精神根基。

参考文献

- [1] 杨姣,任玉嘉,李亚敏.体育锻炼对老年人精神幸福感的影响:心理弹性的中介作用[J].中国临床心理学杂志,2021,29(1):191-194,208.
- [2] 孙薇薇,景军.乡村共同体重构与老年心理健康——农村老年心理干预的中国方案[J].社会学研究,2020,35(5):1-24,242.
- [3] 法·乔治·马尔库塞.马克思主义与人类学[M].哈尔滨:黑龙江大学出版社,2011.
- [4] 吴遵民,马丽华,陈峥,刘臣,熊军.“十五五”时期老年教育高质量发展的审思与进路[J].开放教育研究,2026,32(3):32-41.
- [5] 杨红娟.脆弱性与能力 当代中国老年人消费安全研究[M].北京:中国社会科学出版社,2025:144.
- [6] 王雪娇.农村留守老人情感与精神需求困境破解[J].人民论坛(中旬刊),2015(20):146-148.
- [7] 顾冬冬,毕洁颖.农村留守老人精神需求“扶贫”:理论阐释、实践困境与路径选择[J].当代经济管理,2025,4(4):47.