

从“角色退出”到“角色替代”：老龄化进程中老年社会参与的困境与重构机制

马苑妮

贵州大学人文学院，贵州 贵阳

收稿日期：2026年5月26日；录用日期：2026年9月8日；发布日期：2026年9月17日

摘 要

人口老龄化的深层挑战并非单纯的经济赡养压力，而是老年人在退出职业与家庭等场域后所面临的“社会属性”丧失危机。本文构建“角色推出 - 社会属性丧失 - 角色替代”的分析框架，探讨老年人社会参与困境的生成机制与重建路径。研究发现：传统家庭模式的瓦解导致老年人在家庭内部经历了从“当家人”到“被赡养者”的身份降级；退休制度的强制性则在社会层面制造了结构性的角色真空。而当前以银发经济和智慧养老为代表的政策产业实践，仅将老年人定位为“消费者”或“被服务者”，加剧了其社会参与的单向度性与边缘化。老年人社会属性的重建，关键在于从“被赡养”转向“被需要”。互助养老中的“助人者”角色、民族文化遗产中的“传承者”角色以及老年组织中的“行动者”角色，构成了角色替代的三条可能路径，其共同机制在于恢复老年人作为社会行动主体的价值感与尊严感。

关键词

老年社会参与，社会属性，角色替代

From “Role Withdrawal” to “Role Substitution”: The Dilemmas and Reconstruction Mechanisms of Elderly Social Participation in the Aging Process

Yuanni Ma

School of Humanities, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: May 26, 2026; accepted: September 8, 2026; published: September 17, 2026

文章引用: 马苑妮. 从“角色退出”到“角色替代”：老龄化进程中老年社会参与的困境与重构机制[J]. 老龄化研究, 2026, 13(9): 176-183. DOI: 10.12677/ar.2026.139642

Abstract

The profound challenge of population aging lies not merely in economic support pressures, but in the crisis of “social identity” loss that older adults face after withdrawing from professional and family spheres. This paper constructs an analytical framework of “role withdrawal-loss of social identity-role substitution” to explore the mechanisms underlying the dilemmas of older adults’ social participation and pathways for reconstruction. The study finds that the dissolution of traditional family models has led to a demotion of older adults’ identities within the family, from “head of the household” to “dependent”; meanwhile, the mandatory nature of retirement systems has created a structural role vacuum at the societal level. Current policy and industrial practices, exemplified by the “silver economy” and “smart aging”, position older adults solely as “consumers” or “service recipients”, thereby exacerbating the one-dimensionality and marginalization of their social participation. The reconstruction of older adults’ social attributes hinges on shifting from being “dependent” to being “needed”. The roles of “helper” in mutual-aid eldercare, “transmitter” in the inheritance of ethnic culture, and “actor” in senior organizations constitute three potential pathways for role substitution. Their common mechanism lies in restoring older adults’ sense of value and dignity as agents of social action.

Keywords

Social Participation of Older Adults, Social Attributes, Role Substitution

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

(一) 研究背景和问题提出

建国后我国经历的三次人口出生高峰中,自 2022 年开始,第二个婴儿潮高峰期的人口已步入老年¹,中国的人口老龄化指数逐年攀升。国内外学界对老龄化问题也经历从社会负担论转向社会财富论,再到发展机遇论的转变[1],老年人的角色在此过程中不断被重塑。相较于“成功老龄化”、“健康老龄化”,“积极老龄化”表达了更为深远的和广泛的含义。《“十四五”国家老龄事业发展和养老服务体系规划》²指出,应在全社会倡导积极老龄观,塑造良好的社会环境,促进老年人社会参与,使其根据自身情况在家庭、社区和社会发展。社会参与作为积极老龄化三大支柱之一,已经成为老年护理领域的热点。对老年社会参与的研究可以从个体层面入手,激发老年人的自主意识,增强其参与社会活动的自尊心和自信心[2]。然而,传统家庭模式的瓦解导致老年人在家庭内部经历了从“当家人”到“被赡养者”的身份降级;退休制度的强制性则在社会层面制造了结构性的角色真空[3]。而当前以银发经济和智慧养老为代表的政策产业实践,仅将老年人定位为“消费者”或“被服务者”,进一步加剧了其社会参与的单向度与边缘化。本文主张,老龄化社会治理应从“供养逻辑”转向“角色供给逻辑”,将能否提供多元且有意义的替代性角色,作为衡量治理成效的重要尺度。

(二) 理论基础和分析框架

本文的分析框架“角色退出-社会属性丧失-角色替代”,主要依托三类理论的整合。脱离理论与

¹https://m.thepaper.cn/baijiahao_14899477

²https://www.gov.cn/zhengce/content/2022-02/21/content_5674844.htm

角色退出理论共同诊断困境：脱离理论揭示了角色退出在功能上的必要性及其心理代价[4]，角色退出理论则进一步指出老年期角色退出的终结性与非自愿性如何导致生活满意度下降[5]。活动理论与连续性理论指明了出路方向：活动理论强调老年人有能力通过新角色实现再参与[4]，连续性理论则提示替代角色需与个体既往生活特征相匹配[4]。社会重建理论为角色替代提供了操作逻辑，其三阶段模式(认知偏见破除、机会创设、正向反馈)直接指导后文三条重建路径的设计[6][7]。基于上述理论，本文构建如下分析框架(见图 1)：家庭与社会场域中的“角色退出”导致“社会属性丧失”，而“角色替代”是重建的关键，其实现依赖于与个体连续性相匹配且被社会制度化供给的替代性角色。

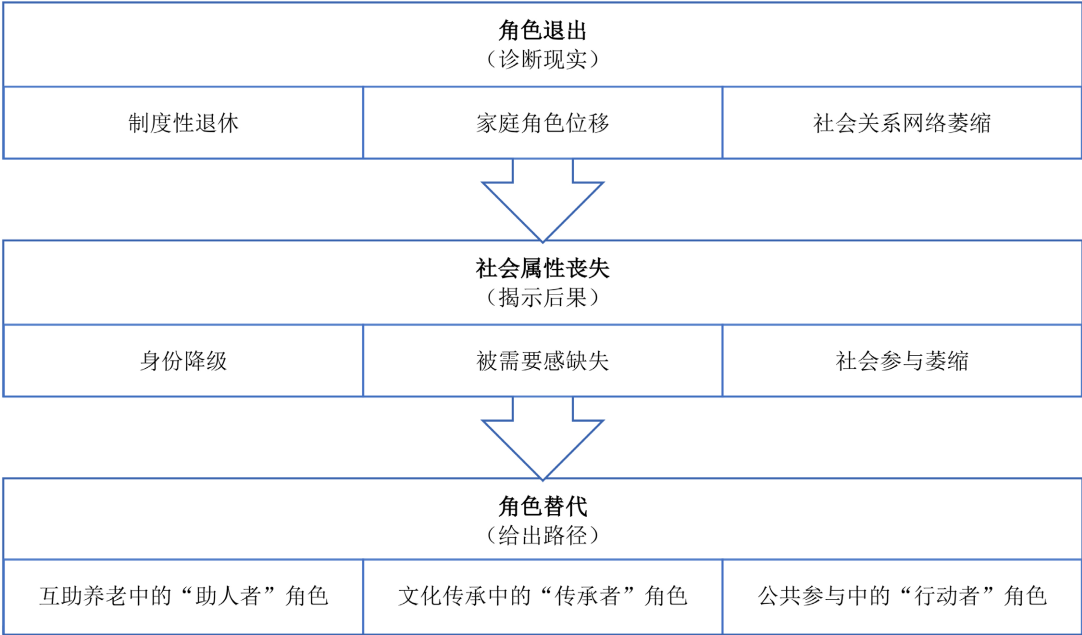


Figure 1. Analytical framework diagram
图 1. 分析框架图

2. 家庭场域：角色退出的起点与身份降级的逻辑

老年人社会属性丧失的第一场域是家庭。传统反馈模式瓦解后，老年人在家庭中的角色发生根本性位移——从“当家人”“抚养者”降格为“被赡养者”。

(一) 传统反馈模式的运行前提及其瓦解

在传统中国社会中，家庭结构是众多子女生活在同一屋檐下的联合家庭，呈现一种“合作社模式”的家庭制度。子女对父母的赡养方式是一种反馈模式：甲代抚育乙代、乙代抚育丙代、丙代又赡养乙代，下一代对上一代都要反馈，子女天生便承担赡养父母的义务[8]。然而，随着通过继承聚集家产途径的崩塌，分家模式的出现使人们开始主动选择核心家庭；祭祖仪式的消失也导致父母权威在子女心中淡化。没有了传统宗族体制的加持，所谓父母之恩被逐渐削弱，两代人之间渐渐演变为日常生活上的交换关系[9]。家庭内部权力结构的根本性变化，源于年轻一代逐渐掌握了家庭决策权。老人权威衰落，从“家庭私有化”到“个体化”的转变，是老人角色位移的核心动因。

(二) 家庭中的角色位移：从当家人到被赡养者

经济权的转移使子女在家庭中更具发言权，家庭重大事务的决策权从老人向子代转移。传统上老人是“当家人”，如今子代成为家庭经济支柱和决策核心。老人从一家之主变为需要被照顾的对象，这种

角色转换并非自愿，而是被结构性地“推”出了当家人的位置。同时，传统经验难以在瞬息万变的现代社会中被有效运用，老人的教化权难以为继，曾经引以为傲的经验被网络信息所取代，老人的经验权威遭遇贬值。这种贬值也延续到育儿领域：随着人们对科学知识的追崇，老人在抚育后代的过程中从“教育者”降格为“照顾者”，育儿的话语权让位于子代和育儿专家。

家庭居住的变化是老人角色位移的又一体现。家庭房屋空间格局的变化让老人不在居于首位，西式家具的引入更多的让人们处于平等对话的位置，老人过去在日常生活中“长辈”“调停者”“仪式主持人”等角色在单元房中消失。老人角色实践机会的丧失，使得空巢老人面临无角色可演的日常，社会属性在寂静中消蚀。

(三) 代际心理隔阂与角色期待的错位

赡养是义务，但子代希望保持独立生活空间和决策自主权。在经济支持到位的条件下，子代倾向于认为“该做的都做了”，却忽略了老人的情感和角色需求。老人渴望“被需要”，而非仅仅“被养活”。经济供养不能替代角色赋予，单纯被养着不等于活得有尊严。这不是谁更不道德，而是两代人对“什么是好的老年”“什么是好的赡养”的角色期待发生了结构性错位，子代理解的赡养是经济保障，老人期待的是角色延续。

家庭角色退出是老年人社会属性丧失的起点。传统制度保障瓦解了反馈模式的角色基础，代际空间分离剥夺了角色实践的日常场景，两代人的角色期待错位进一步加剧了心理隔阂。但正如连续性理论所提示的，退出不等于失败——个体连续性强的老人可能在家庭之外找到替代角色。

3. 社会场域：制度与产业实践中角色供给的结构性匮乏

当家庭不再是角色实践的核心场域，老年人能否在社会公共空间找到替代角色？退休、智慧养老和银发经济虽然将老年人重新纳入社会体系，但赋予的角色高度单一化，难以替代家庭和职业中失去的多元社会角色。

(一) 退休：制度制造的“无角色”状态

Atchley 将退休定义为一个过程、一个事件、一个社会角色或一个生命阶段，强调其社会、生物、心理和财务等多个方面的影响，他构建了一个经典的“退休过程”阶段模型。该模型将退休后的适应过程划分为六个前后相继的阶段：退休前阶段、蜜月期、幻灭期、重新定位期、稳定期和终止期^[10]。许多退休者在经历短暂的“蜜月期”后，会陷入漫长而痛苦的“幻灭期”，难以自拔。这一困境的根源在于替代角色的严重缺失。当个体脱离了在职业生涯中扮演了几十年的、具有高度结构性和明确社会规范的“工作者”角色后，如果无法及时、成功地建立起新的、有意义的社会角色来填补由此产生的巨大真空，便极易陷入身份迷失、目标丧失和社交隔离的危机之中。在职场中，职业角色提供的不仅是收入，更是时间结构、社会接触、集体目标和身份认同。退休后这些一并丧失，个体面临“我是谁”的身份危机。男性尤其突出——职业角色往往是其核心的自我定义来源。

(二) 银发经济的悖论：激活消费，窄化角色

银发经济产业的逻辑是将老年人定位为“消费者”：康养旅居、辅助器具、智能设备等，都是在消费场景下定义老年人。但不是所有老年人都能消费，消费能力取决于经济资本，农村老人、低收入老人被排除在银发经济的“恩泽”之外。消费角色是单向的：消费者角色是被动的——接收服务，使用产品。它不提供“被需要”的体验，不生产社会关系。原本多元的社会角色坍塌为单一消费者角色。“老有所为”的“为”，在银发经济话语中被悄然置换为“买”。

(三) 智慧养老的技术逻辑与老年人的角色边缘化

随着用科技融入养老话语的日益强烈，智慧养老的风向随之兴起。智慧养老试图通过技术手段解决

照料老人的问题。然而在日常生活中，照料在老年人这里意味着有人来、有话说、被人记挂，这是一种社会关系，而部分从业者与研发者过度强调技术的高效性与低成本，忽视其情感性、个性化核心特质。技术支持带来了效率逻辑的强化，但若缺乏对关系逻辑的有意识维护，往往会在不经意间挤压照护中的人际温度，造成效率与情感之间的结构性失衡。随着智慧养老产品应用日益广泛，健康监测、一键呼叫等设备将老年人定位为被监控、被响应的对象，老年人隐私和个人空间的问题也日益浮现。

总之，退休制度制造了角色真空，银发经济窄化了角色供给，智慧养老的单一效率逻辑可能加剧角色边缘化。这些制度安排和产业实践虽然在不同层面回应了老龄化挑战，但都没能有效填补老年人的角色缺口。“老有所为”需要从消费叙事转向参与叙事。

4. 重建路径：从“被赡养”到“被需要”的角色替代机制

既然家庭角色和社会角色双线退出，那么替代角色从哪里来？本章论证三条路径——互助养老中的“助人者”角色、文化传承中的“传承者”角色、公共参与中的“行动者”角色。这三条路径都指向一个共同的社会学机制：“被需要”感的重建是社会属性恢复的关键。

（一）从被照顾者到助人者：互助养老的角色转换效应

互助养老确认老年人的主体性，将老年人视为能够创造社会价值的对象，能够破除老年人只能被照顾的角色认知，帮助老年人重拾信心。当前，互助养老主要运用于农村。重庆黔江区因地制宜探索出互助养老和邻里互助养老小院相结合的模式，在塘镇兴泉社区设置集中互助养老点，根据个人所长设置院长、厨师、卫生员、领操员等等角色，邻里互助养老小院分布在居民分散的山梁上，两两结对、多人成组³。山东泰安孙家疃村的乡村大食堂，老人们互帮互助，谁家没吃饭、谁家有事，都通过邻里间多问一句、多敲一次门实现⁴。互助养老的核心价值不在于降低多少照护成本，而在于它实现了老年人角色的根本性转换——从“养老服务消费者”转变为“养老服务生产者”。这一转换通过动员整合、角色转换、机会创设的三重机制[11]恰好对应了社会重建理论的干预逻辑：通过消解老人是负担的偏见营造良好的养老社会环境，以政府牵头为老年人搭建平台，满足老年人的现实需求，使老年人有了可操作对象，以同龄人的身份互帮互助，更能体会不易之处，从而获得实现社会价值。互助养老不是推翻乡土社会的亲疏逻辑另起炉灶，而是在差序格局的“波纹”中逐层动员资源[12]。低龄老人照顾高龄老人，在传统伦理中被视为“邻里相帮”的延伸，而非冰冷的“服务递送”。这种文化亲和性，使得互助养老中的“助人者”角色天然带有情感厚度和社会承认。

（二）从被传承到传承者：民族文化传承中的老年角色

我国工业为主的发展路径以及社会对权力、财富和“面子工程”的追逐，导致民间文化以及医药一度濒临失传，七八十岁的老人也成为这些知识散落在民间的最后载体。如今大多非物质文化遗产的工作室核心都以老年人为核心，如贵州花溪苗绣的非遗传承人王xx，她从小就学习苗绣，如今挑花绣成为其一技之长，虽曾经因为生计暂停过一段时间，但在老了之后，闲暇时间重新开始她幼时的技艺，在国家的倡导和政府的帮扶下成立了自己的工作室。王xx现今收徒100余人，并经常到学校向学生们展示挑花绣的精妙，积极传播苗绣文化⁵。此外，贵州黔东南苗医药非物质文化遗产传承人张xx在凯里老街行医五十多年，凭借自身针灸、烧烫伤治疗方法、皮肤病诊疗等技艺，治愈的患者不计其数，也将苗医药传承下来；全国基层名老中医药专家、松桃中医院硕士生导师、主任医师唐xx在成长的过程中与苗药结缘，并走上求学之路，并将其发展起来⁶。

³<http://cq.people.com.cn/n2/2026/0519/c367697-41584491.html>

⁴<https://finance.sina.com.cn/jjxw/2026-05-18/doc-inhyfsvc3283153.shtml>

⁵<https://www.gzstv.com/a/4fbd03b74f9446cd946038173672a1f0>

⁶<https://nb.ifeng.com/c/7rmxrWwfdn1>

由于过去知识受到权力垄断的特征,许多民间医药都以口口相传的方式传承,彝族医药传承人的口述内容呈现出多维度的特征,主要可归纳为三类。其一是技术传承语境,包括家族或师徒传承中核心技术的传授过程,如彝族医药水膏疗法(国家级非遗项目)的配方配比与制作工艺,以及同为国家级非遗的博云锭(著名彝族眼科药物)的传统炮制技术。其二是临床实践经验,涵盖对风湿性关节炎、湿疹、骨折等常见病的诊疗方案,以及对疑难病症的单方验方应用场景与疗效观察,这些内容印证了彝族医药“治疗生存环境易发病”的地域适应性。其三是文化内涵阐释,传承人口述常涉及毕摩文化与医学理论的关联,以及民族节庆、饮食习俗相关的养生观念,体现了“医药与风俗相融”的文化特质[13]。

民族医药老人同时扮演多重角色——治疗者(服务供给者)、传承人(文化传续者)、药材辨识者(生态知识持有者)。这些角色的共同特点是“不可替代”,社会高度承认其价值。贵州有苗、布依、侗、土家等17个世居少数民族,苗医、侗医、水医等民族医药历史悠久、疗效独特。应将民族医药纳入康养服务体系,开发“民族医药+康养旅居”融合产品。

在老年教育中,通过融入撕纸艺术等具有实操性的非物质文化遗产活动,能够激活老年人的脑体协调,延缓机能退化。长时间的沉浸构成了老年人情绪宣泄和自我认同的双重疗愈空间,这类依托社群互动的文化实践能够有效缓解老年人的孤独感,增强代际之间的连接[14]。通过“价值实现、情感联结、技艺传习”三维递进方式实现老年人向内深耕、向外辐射的双向转化,实现文化传承和个体生命发展的双赢[15]。

(三) 组织化参与:老年社会组织作为替代性角色空间

自我国进入老龄化社会后,国家不断颁布政策,以促进社会正常发展。老年人实现社会活动的参与,也少不了社会各界组织的助力。老年社会组织如老年协会、社区志愿团体、时间银行等组织化形式,为老年人提供持续的社会参与通道。此外,县域是促进基础设施和公共服务向乡村延展的基本单元。成都平原北部的罗县通过县社会工作服务总站、乡镇社会工作服务站、村社会工作服务室搭建三级社会工作服务站体系,实现纵向分层联动的制度整合和横向分类联结的资源整合。县内政府部门每月开展会议,整合各部门资源应对县域内养老疑难个案。同时,乡镇社会工作服务站联合专业社会组织对县域内养老服务的人力资源划分为在地乡贤、骨干老人、普通参与型老人三类角色,依据各自特色充分发挥其主观能动性[16]。

在数字化时代背景下,老年人社会参与的形式日益多元,但不同类型的社会参与对老年人健康与社会属性重建的作用存在显著差异。具体而言,老年大学的参与虽然总体比例不高(2020年仅为5.4%)[17],但其参与者在认知刺激、社会交往、自我效能感等方面均表现出更积极的健康状态。参与志愿服务的老年人,尤其是持续参与社区治安巡逻、关心下一代、专业技术服务等组织化公益活动的群体,其自评健康的概率比未参与者高出91.6%(OR=1.916),心理抑郁水平显著降低[17]。此外,参与政治选举、社区议事等组织化公共事务的老年人,其生活满意度和社会认同感也显著高于仅从事个体化文化娱乐活动的老年人。相比之下,个体化的文化娱乐参与(如看电视、打牌、刷短视频等)虽然参与率高(2020年达83.04%),但在改善社会联结、重建社会角色认同方面的作用相对有限[17]。沈燕进一步指出,组织化参与之所以更有利于社会属性重建,关键在于其提供了制度化的社会角色、稳定的社会支持网络以及持续的社会认同机制,这些正是老年人在退休、空巢、社会角色边缘化后亟需重建的社会属性要素[17]。因此,政策制定者应重视老年大学、社区志愿组织、老年协会等组织化平台的建设和引导,推动老年人从“被动娱乐型参与”向“组织化社会参与”转变,以实现更高水平的健康促进与社会属性重建。

5. 结论

人口老龄化向每个社会提出的根本追问,不是“如何养活越来越多的老人”,而是“如何让越来越

多的老人继续做一个完整的人”。本文以“社会属性”为分析核心，以角色退出理论和社会重建理论为理论工具，试图回答这一问题。

研究发现，老年人社会属性的丧失，是一场发生在家庭与社会双重场域中的结构性退出。在家庭中，反馈模式的瓦解使老人从权威的“当家人”沦为沉默的“被赡养者”；在社会中，退休制度制造了终结性的角色真空，银发经济又将重新参与的机会窄化为单一消费。技术手段提升了照护效率，却也固化了老人的被动角色。种种制度安排和产业实践，虽然在不同层面回应了“养”的问题，却在无意中加深了“角色”的匮乏。

然而，退出并非宿命。本文识别出角色替代的三条路径：互助养老让低龄老人成为“助人者”，民族文化遗产让知识持有者成为“传承者”，老年组织化参与让个体获得制度化的“行动者”身份。三条路径指向同一个社会机制：社会属性的重建，本质上是“被需要感”的恢复。这意味着，老年社会参与研究需要从“参与行为”的测量转向“被需要感”的机制分析，后者才是社会属性生成的核心中介变量。养老的真正困境，从来不是资源的绝对匮乏，而是老年人在退出生产领域后，社会是否还为他们保留了“被需要”的位置。

据此，本文提出：老龄化社会治理需要一场从“供养逻辑”到“角色供给逻辑”的范式转换。供养是底线，角色是尊严——后者才是老龄化社会治理的核心议题。一个真正善待老年的社会，不是将每一位老人都供养起来，而是让每一位老人都有地方被需要。这不仅是政策的调整方向，更应当成为衡量一个社会文明程度的尺度。

本研究存在以下局限。在经验维度上，核心论点的论证依赖二手数据，尚缺乏一手田野调查来呈现角色退出的微观体验与角色替代的日常实践。在异质性维度上，角色替代的群体差异(城乡、性别、阶层、健康状况等)未能充分展开，不同老年人群体的替代路径可能显著不同。在操作化维度上，本文的核心概念“角色替代”尚未形成可测量的指标体系。这些局限为后续研究提供了进路：通过深入的案例研究、追踪调查和量表开发，可以对“角色替代”的发生条件与效果进行更为严格的检验，从而推进老年社会学对“社会属性”这一核心维度的理解。

参考文献

- [1] 杜鹏, 陈民强. 积极应对人口老龄化: 政策演进与国家战略实施[J]. 新疆师范大学学报(哲学社会科学版), 2022, 43(3): 91-99+2.
- [2] 朱琳, 左亚梅. 老年人社会参与研究进展及启示[J]. 中国老年保健医学, 2026, 24(1): 134-138.
- [3] 康帆, 许思媛. 老年艺术教育促进社会参与的路径研究[J]. 住宅与房地产, 2026(10): 63-65.
- [4] 张文娟. 老龄工作管理[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2017: 41-44.
- [5] Mancini, N.W. (1975) Role Exits among the Aged. Master's Thesis, Portland State University.
- [6] 詹茜舒. 社会工作介入独居长者居家适老化改造的实务研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广东工业大学, 2025.
- [7] 沈费伟. 城乡融合发展背景下乡村社会的重建逻辑[J]. 西安建筑科技大学学报(社会科学版), 2025, 44(1): 30-36.
- [8] 费孝通. 家庭结构变动中的老年赡养问题——再论中国家庭结构的变动[J]. 北京大学学报(哲学社会科学版), 1983(3): 7-16.
- [9] 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[M]. 龚小夏, 译. 上海: 上海人民出版社, 2016: 128-209.
- [10] Atchley, R.C. (1976) The Sociology of Retirement. Schenkman Publishing Company.
- [11] 王辉, 陈筱媛. 以农村互助养老促进老有所为: 内在机制、现实困境与优化路径[J]. 中国农村经济, 2026(4): 26-47.
- [12] 郝亚光, 潘琼. 差序整合: 农村互助养老实现的机制分析[J]. 云南社会科学, 2024(2): 140-148.
- [13] Li, B. (2026) Oral Records and Research on Intangible Cultural Heritage Inheritors of Yi Ethnic Medicine. *Probe—Media and Communication Studies*, 8, 59-61.

-
- [14] 翟天麟. 美育视阈下非遗撕纸艺术对老年群体健康促进的价值与路径研究[J]. 艺术教育, 2026(6): 234-237.
- [15] 丁妍. 非遗文化融入老年教育的标准化路径探索与实践成效研究[J]. 标准生活, 2026(3): 102-104.
- [16] 汪龙鑫, 钟丹, 陈涛. 重构社会基础: 结构-行动视角下农村互助养老的行动逻辑[J]. 华中农业大学学报(社会科学版), 2025(6): 172-181.
- [17] 沈燕. 老有所为: 数字化时代老年人社会参与与老年健康[M]. 北京: 中国经济出版社, 2024.