Aging Research 老龄化研究, 2026, 13(10), 652-659
Published Online October 2026 in Hans. https://www.hanspub.org/journal/ar
https://doi.org/10.12677/ar.2026.1310804

Hans汉斯

家庭结构变迁视域下传统养老模式的解构与重构研究

单玉梦

贵州大学法学院，贵州 贵阳

收稿日期：2026年6月24日；录用日期：2026年10月22日；发布日期：2026年10月30日

摘　要

城镇化、低生育率与跨区域人口流动推动我国家庭结构现代化转型，传统多代共居大家庭逐步被小型化、空巢化、独居化家庭替代，依托子代赡养的传统家庭养老遭遇系统性冲击。传统“养儿防老”模式的空间载体、人力供给、经济支撑与孝道伦理持续弱化，难以匹配深度老龄化下专业化养老需求。本文以福利三角理论为核心分析框架，以家庭结构变迁为主线，分阶段梳理1949年以来我国家庭形态的阶段性演化特征，从养老载体、经济基础、伦理基础、需求结构四大维度系统剖析传统养老模式解构的内在机理。研究基于国家历次人口普查、民政部老龄事业统计公报等一手官方数据，结合城乡养老发展现实，构建家庭、社区、机构、市场协同联动，辅以现代孝道文化赋能的复合型养老重构路径。研究旨在完善新时代多元协同养老体系建设逻辑，为优化老龄公共政策、推进积极应对老龄化国家战略落地提供理论支撑与现实参考。

关键词

家庭结构变迁，传统养老，养老解构，养老重构，人口老龄化，三角福利理论

Research on the Deconstruction and Reconstruction of Traditional Elderly Support Modes from the Perspective of Family Structure Transition

Yumeng Shan

School of Law, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: June 24, 2026; accepted: October 22, 2026; published: October 30, 2026

文章引用: 单玉梦. 家庭结构变迁视域下传统养老模式的解构与重构研究[J]. 老龄化研究, 2026, 13(10): 652-659.
DOI: 10.12677/ar.2026.1310804

Abstract

Driven by urbanization, low fertility rates, and cross-regional population mobility, the family structure in China has undergone modern transformative changes. The traditional extended multi-generational co-residential families are gradually being replaced by smaller, empty-nest, and single-person households, which has brought systematic impacts on the traditional family pension model relying on children's support. The traditional "raising children for old age" model has witnessed a continuous weakening in its spatial carrier, labor supply, economic support, and filial piety ethics, making it unable to meet the professional elderly care demands amid deep population aging. Taking the welfare triangle theory as the core analytical framework and the changes in family structure as the main thread, this paper sorts out the phased evolutionary characteristics of Chinese family forms since 1949, and systematically analyzes the internal mechanism of the deconstruction of the traditional pension model from four dimensions, namely pension carrier, economic foundation, ethical foundation, and demand structure. Based on first-hand official data from China's national population censuses and the statistical bulletin on the cause of aging issued by the Ministry of Civil Affairs, combined with the practical development of urban and rural elderly care, this study constructs a compound pension reconstruction path featuring collaborative linkage of families, communities, institutions and markets, empowered by modern filial piety culture. The research provides theoretical support for improving aging-related public policies and advancing the National Strategy for Actively Responding to Population Aging.

Keywords

Family Structure Transition, Traditional Elderly Support, Deconstruction of Elderly Support, Reconstruction of Elderly Support, Population Aging, Welfare Triangle Theory

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

在深度老龄化与社会结构现代化双重转型背景下，我国家庭形态、代际关系与养老供给逻辑发生根本性变革。长期以来，以多代共居、子代赡养、宗族互助为特征的传统家庭模式，构成我国乡土社会“养儿防老”的养老根基。伴随城镇化持续推进、生育政策迭代调整、人口大规模跨区域流动，传统家庭不断裂解，家庭小型化、空巢化、独居化成为社会常态，家庭养老的照料人力、居住空间、经济储备与伦理实践持续弱化，传统单一家庭养老模式已难以适配专业化、多层次、品质化的现代养老需求。

根据第七次全国人口普查官方公开数据，2020 年我国家庭户均规模仅 2.62 人 [1]，一代户占比达 49.5%[2]，三代及以上直系共居家庭占比大幅缩减[1]。人口流动持续推动代际分居，老年群体独居、夫妻二人独立居住的现象持续增多，老年家庭空巢化态势不断加剧 [3]；独生子女婚配形成的倒三角赡养关系日益普遍，家庭赡养压力呈现结构性过载特征[2]。截至 2024 年末，全国 60 周岁及以上老年人口 31,031 万人 [4]，高龄化、失能化、慢病化趋势显著，养老服务需求由基础生存保障转向医疗护理、精神慰藉、品质康养的

[1]https://www.stats.gov.cn/sj/zxfb/202302/t20230203_1901080.html
[2]https://m.thepaper.cn/newsDetail_forward_16304358
[3]https://www.ndrc.gov.cn/wsdwhfz/202206/t20220610_1327076_ext.html
[4]https://www.mca.gov.cn/n152/n165/c1662004999980006089/content.html

多元综合需求。

2021 年国务院印发《“十四五”国家老龄事业发展和养老服务体系规划》[5]，明确提出构建居家、社区、机构相协调，医养康养相结合的养老服务体系与老年健康支撑体系。立足理论层面与现实国情，本文依托福利三角理论构建全文分析框架，系统阐释家庭结构变迁对传统养老模式的冲击机制，剖析传统养老模式解构的深层逻辑，并结合我国城乡养老发展实际重构复合型协同养老体系，以期为积极应对人口老龄化、完善基层养老治理体系提供学理支撑与实践路径。

1.1. 文献综述

国内学界围绕家庭结构变迁、家庭养老功能演化、养老模式转型等议题已形成较为丰富的研究积累，现有研究可主要归纳为三类。

第一，关于家庭结构变迁与家庭养老功能弱化的研究。杨菊华、何炤华指出，社会转型推动家庭结构小型化、核心化，代际共居比例下降，家庭内部照料资源与互助资源持续减少，直接削弱传统模式[3]。黄健元、常亚轻从经济供养与生活照料双维度实证检验发现，家庭养老功能呈现结构性分化，经济支持功能相对稳定，但日常照料、贴身陪护等服务性功能[4]。李永萍聚焦农村场域，提出土地保障功能弱化、乡村空心化、青壮年人口外流，使得传统“以地养老 + 养儿防老”的农村养老模式[5]。许琪从家庭变迁的长周期视角指出，当代中国家庭代际支持呈现“经济下移、养老上移”的结构性特征，家庭养老[6]。

第二，关于养老模式多元化转型与重构的研究。凌文豪认为，传统单一家庭养老无法适配社会化大生产背景，养老模式必然由一元走向多元，需要依托社会、市场、政府[7]。班小辉、丁怡涵聚焦社区居家养老，提出嵌入式社区服务是衔接家庭养老与机构养老的关键载体，能够有效填补[8]。董克用等学者从顶层制度视角提出，人口老龄化背景下需要重构国家、市场、家庭的养老责任边界，构建多层次、多主体协同的现代化养老体系[9]。

第三，关于孝道伦理转型与代际赡养关系的研究。钟涨宝等学者提出，现代化进程中传统孝道并非衰落消亡，而是发生自适应变迁，传统“同居尽孝”逐步转向“异地赡养、经济帮扶、定期探望”的新型尽孝模式，“孝养分离”成为城镇化背景下的常态现象[10]。孝道范式转型进一步改变了传统家庭养老的运行逻辑，倒逼社会化养老体系补位。

综合现有研究来看，学界已充分证实家庭小型化会弱化家庭养老功能，并认可养老模式多元化转型的必然性，但仍存在研究短板：其一，多数研究仅单一讨论家庭养老弱化或某一类养老模式发展，缺少将家庭结构长周期变迁、传统养老系统性解构、多元养老体系重构三者贯通的完整逻辑链条；其二，现有多数成果偏重现象描述，缺少成熟社会学理论框架的统领与支撑，理论解释力不足；其三，现有研究多为碎片化讨论，未结合我国历次人口普查一手权威数据进行长周期、阶段性系统论证。

基于此，本文以福利三角理论为分析工具，将家庭、国家、市场三大福利主体纳入统一分析框架，系统阐释家庭结构变迁引发的养老福利供给失衡机理，并结合社区互助、文化赋能维度构建适配现代家庭形态的五位一体养老体系，弥补现有研究的整体性、理论性不足。

1.2. 理论基础

福利三角理论是阐释社会养老福利供给的经典社会学理论，该理论指出社会福利并非单一主体供给，而是由家庭(非正式福利)、国家(公共福利)、市场(经营性福利) 三大主体共同构成、相互制衡、互为补充的。

[5]https://www.gov.cn/zhengce/content/2022-02/21/content_5674844.htm

传统社会中，我国家庭规模大、代际共居稳定、人口流动性弱，家庭承担了绝对主导的养老福利供给责任，国家养老公共保障薄弱、市场化养老产业尚未发育，形成“家庭单一兜底”的养老格局。

现代化转型进程中，家庭结构小型化、空巢化直接导致家庭非正式养老福利供给能力系统性衰退；而国家公共养老服务、市场化康养产业尚未完全补齐缺口，最终造成传统养老模式解构、养老供需失衡。本文依托福利三角理论，系统分析三大主体供给能力的动态变迁，解释传统养老瓦解机理，并重构家庭固本、国家兜底、市场补充、社区支撑、文化赋能的现代化养老体系。

2. 我国家庭结构变迁历程与现实特征

2.1. 传统扩大家庭稳定阶段(1949~1979)

1949~1978 年改革开放启动之前，严格的户籍管理制度限制人口自由流动，小农经济生产模式固化了聚族而居、代际共耕的居住形态，生育政策宽松，多子女、三代同堂的扩大家庭成为社会主流形态。

根据 1964 年第二次全国人口普查官方汇总数据，全国家庭户均规模达 4.43 人 [6]；学界依托二普原始普查资料测算，此阶段三代及以上直系共居家庭占全国家庭比重约 23% [11]。宗族互助、邻里帮扶、代际共生成为乡村社会常态。城镇依托单位制福利体系分担养老压力，农村依托土地保障与多子女分摊赡养压力，家庭养老人力充足、经济稳定、伦理稳固，社会化养老几乎无发展空间，传统家庭养老模式完整且稳定运行。

2.2. 家庭结构小型化转型阶段(1980~1999)

1980 年后计划生育政策全面实施，生育率持续走低，多子女家庭快速被独生子女核心家庭替代，家庭人口规模持续收缩。同时城乡流动管控逐步放松，农村劳动力小规模就近务工，青年群体逐步脱离原生大家庭独立居住。根据 1990 年第四次全国人口普查官方公报，全国户均家庭规模降至 3.96 人 [7]，单人独居家庭比重明显上升，传统扩大家庭比例持续下降。

此阶段属于养老矛盾积累过渡期，虽然家庭养老仍占据主导，但子女数量减少意味着未来赡养劳动力收缩；少量外出务工催生初代农村留守老人，近距离贴身照料开始出现缺口，传统养老隐性矛盾逐步凸显。

2.3. 家庭结构快速空巢化阶段(2000~2019)

2000 年以后，我国城镇化进入高速推进期，大规模跨省人口流动成为常态，青壮年异地求学、务工、定居常态化，代际分居、亲子分离成为主流生活方式，家庭空巢化趋势全面显现。

根据 2000 年第五次 [8]、2010 年第六次全国人口普查官方公报 [9]，我国家庭户均规模由 3.44 人持续下降至 3.10 人，单人赡养多位老人的结构性压力全面凸显。中西部乡村青壮年持续外流，乡村空心化加剧，农村老年人独居、留守现象日益突出，家庭日常照料、近身陪护能力大幅衰退，社区养老、机构养老开始进入试点发展阶段，社会化养老正式起步。

2.4. 现代家庭结构定型阶段(2020 至今)

第七次全国人口普查标志我国家庭结构完成现代化转型，小型化、空巢化、独居化成为稳定社会形态，传统多代共居的大家庭模式彻底消退。

[6] https://www.stats.gov.cn/sj/ndsj/2005/html/D0404C.HTM
[7] https://www.stats.gov.cn/sj/tjgb/rkpcgb/qgrkpcgb/202302/t20230206_1901990.html
[8] https://www.stats.gov.cn/WZWSREL3NqL3RqZ2IvcmtwY2diL3FncmtwY2diLzIwMjMwMi90MjAyMzAyMDZfMTkwMTk4NC5odG1s
[9] https://www.stats.gov.cn/sj/tjgb/rkpcgb/qgrkpcgb/202302/t20230206_1901997.html

根据第七次全国人口普查汇总数据，2020 年全国家庭户平均规模降至 2.62 人 [10]；全国一代户(单人独居家庭、无子女同辈夫妻家庭)占全部家庭户比重达 49.5%[11]，三代及以上多代共居家庭占比显著收缩 [12]。人均预期寿命提升至 79 岁 [13]，高龄、失能、慢病老人数量持续增长，养老专业化需求持续攀升。家庭养老由“唯一养老方式”转变为多元养老体系中的基础组成部分，养老社会化、专业化成为不可逆的时代趋势。

2.5. 当代家庭结构总体特征

王磊基于历次人口普查微观数据总结，当代我国家庭存在四大核心特征：一是规模极致小型化，半世纪户均人口降幅超四成；二是居住代际分离化，异地工作、购房造成亲子常年分居；三是空巢独居普遍化，城乡空巢老人占比均超过 55%；四是赡养结构失衡化，少子化造成赡养人口断崖缩减[12]。四类特征叠加，从底层瓦解传统养老模式赖以生存的基础条件。

3. 家庭结构变迁下传统养老模式的解构分析

3.1. 养老载体解构：共居模式瓦解，照料人力短缺

传统养老运行的核心前提是多代同堂，多名子女就近实现全天候起居照料、病痛陪护。小型化与人口流动双重冲击彻底破坏该载体：独生子女让单个家庭赡养劳动力缩减至 1 人，异地分居造成物理隔离，子女无法贴身看护高龄老人[3]。

从福利三角的家庭维度来看，独生子女政策直接压缩家庭赡养劳动力，单户赡养主体缩减至一人；跨区域人口流动造成亲子物理隔离，异地赡养成为主流。失能、半失能老人需要 24 小时持续照护，普通上班族子女既无充足时间，也无多人轮换的人力储备，传统家庭贴身照料机制完全失效。人口流动带来的“异地赡养”，让家庭养老只能依靠电话、转账、节假日短期探望维持，常态化照料出现巨大空白。

3.2. 经济基础解构：土地保障弱化，养老经济承压

传统农村养老依托土地实现内生经济循环，老人依靠土地产出获得收入，子女务农收益同步反哺长辈，养老经济压力可控[5]。

城镇化进程中，耕地大规模流转，农村劳动力转向非农薪资就业，土地的养老保障功能持续弱化。同时现代家庭呈现典型“恩往下流”消费特征，住房、教育、育儿、医疗大额支出挤压中青年家庭可支配收入，子代养老经济负担持续加重，单纯依靠子代全额承担养老经济支出的传统模式，已难以适配现代家庭经济结构。从福利三角视角看，家庭养老经济供给能力持续弱化，而国家普惠养老补贴、市场养老兜底服务尚未完全普及，供需错配加剧养老困境。

3.3. 伦理基础解构：孝道范式转型，孝养关系分离

传统孝道以朝夕陪伴、近身侍奉为评判标准，宗族聚居环境让在场式尽孝具备落地条件。人口流动重塑孝道实现形式，经济汇款、节假日探望成为主流尽孝方式，“孝养分离”成为时代常态[4]。

年轻人独立意识增强、个体本位观念提升，原生家庭捆绑关系弱化，但尊老敬老的核心观念并未消失，只是尽孝载体发生改变。单纯依靠道德伦理约束的家庭养老不再稳定，必须依靠社会化服务弥补陪

[10] https://www.stats.gov.cn/zt_18555/zdtjgz/zgrkpc/dqcrkpc/ggl/202302/t20230215_1903998.html
[11] https://m.thepaper.cn/newsDetail_forward_16304358
[12] https://www.stats.gov.cn/sj/pcsj/rkpc/7rp/zk/indexch.htm
[13] https://www.gov.cn/zhengce/202512/content_7050197.htm

伴缺口。钟涨宝等人研究证实，孝道并未衰落，只是主动适配现代家庭形态完成自适应变迁。

3.4. 需求结构解构：养老需求升级，家庭能力错配

在深度老龄化、高龄失能化背景下，当代养老需求已突破传统温饱保障范畴，延伸出康复护理、慢病管理、失能照护、心理疏导、精神陪伴等专业化、精细化养老需求[13]。

从福利三角供需匹配视角来看，普通家庭成员缺乏专业护理技能、缺少长期照护时间，家庭非正式养老供给能力完全无法匹配现代化、专业化养老需求。传统家庭养老仅能满足基础生存保障，无法应对高龄失智、术后康复、长期慢病养护等复杂场景，供需结构性错配持续推动传统家庭养老模式解体，倒逼养老服务向社会化、专业化、市场化转型。

4. 新时代养老模式的重构路径

基于福利三角理论“家庭–国家–市场”三元均衡逻辑，结合我国社区互助养老、文化养老本土特征，构建家庭筑基、社区支撑、机构兜底、市场补充、文化赋能五位一体协同养老体系，实现多元福利主体责任再平衡。

4.1. 夯实家庭养老基础性保障

家庭具备无可替代的情感陪伴价值，是养老体系根基，养老重构绝非放弃家庭养老，而是通过政策减负、资源赋能缓解小型家庭赡养压力[14]。

一是优化财税与住房激励政策，对多代同居、就近赡养家庭实施个税专项附加倾斜、水电气费用优惠、保障性住房优先分配等激励政策，鼓励就近赡养、就近陪护。二是完善带薪护理假、长期护理保险制度，通过社保统筹分摊失能家庭照护压力，降低子代赡养成本。三是全面推进居家适老化改造，财政补贴老旧小区安防、防滑、紧急呼叫设施改造，提升独居老人居家安全水平，通过社区培训提升家庭成员基础照护能力。

4.2. 构建社区养老服务支撑体系

社区是衔接家庭与专业机构的中间枢纽，能够填补上班族日间照料、独居老人日常看护的空白，嵌入式社区养老适配空巢家庭现实需求[8]。

城市街道标准化建设日间照料中心，配套老年食堂、康复室、文娱活动室，白天托管老人、晚间回归居家，打造 15 分钟养老服务圈，杭州、成都成熟模式可全国复制。城市推行时间银行互助养老，低龄健康老人帮扶高龄老人，服务时长可未来兑换上门照料；农村依托行政村建设互助幸福院，利用乡村熟人邻里关系，低成本解决留守老人日间看护问题，湖北恩施村级互助食堂实践效果突出。

政府购买正规养老服务商入驻社区，提供菜单式上门助医、助洁、助餐、慢病随访服务，子女付费购买服务弥补异地、无暇照料的短板，适配“孝养分离”的现代赡养现状。

4.3. 强化机构养老兜底服务功能

机构养老定位补充兜底，主要承接重度失能、孤寡无子女、高龄独居无法居家养老群体，分层区分公办、民办机构定位，避免资源浪费[7]。

公办福利院、敬老院坚守公益底线，优先保障特困五保、低保失能、孤寡老人，财政兜底收费标准，守住养老民生底线。民办机构分层运营：高端机构面向高收入自理老人，打造康养文娱医疗一体化服务；普惠民办养老院依靠政府床位补贴压低收费，面向普通工薪失能老人，提供全天候专业护理，填补家庭无力承担的重度照护缺口。同步推进医养结合，养老机构内设医务室，实现养老、诊疗无缝衔接。

4.4. 培育市场化智慧养老服务产业

市场化养老产业是分担家庭赡养压力的重要补充，政府通过用地扶持、税费减免扶持本土养老服务业发展。研发智能手环、防跌倒监测、远程健康监测设备，依靠数字技术解决独居老人居家安全、健康监测难题；在乡镇布局小型养老驿站，下沉基础养老服务，完善城乡养老产业梯度布局。同时加强行业监管，统一服务标准，保障老年群体消费权益。

4.5. 塑造现代新型孝道文化

摒弃传统孝道中强制同居的刻板约束，保留尊老敬老核心内涵，建立多元尽孝评价体系，经济扶持、定期探望、付费专业代养、远程陪伴均属于合理尽孝方式。社区开展敬老宣传、优秀赡养家庭评选，营造包容多元养老选择的社会氛围，稳固家庭养老文化根基[10]。

5. 结论与展望

5.1. 研究结论

第一，我国家庭结构历经四阶段长周期变迁，完成从传统扩大家庭到现代小型化、空巢化、独居化家庭的彻底转型，传统多子女、多代共居的养老载体、人力基础、经济条件全面瓦解，单一家庭养老模式已无法独立承载现代养老需求，养老社会化是人口结构转型、家庭养老功能衰退背景下，适配我国深度老龄化国情的必然选择，也是重构现代养老体系的核心抓手。

第二，基于福利三角理论分析可知，传统养老模式的系统性解构，本质是家庭非正式养老福利持续衰退、国家公共养老供给滞后、市场养老产业尚未成熟的三元福利供给失衡结果，集中体现在照料载体、经济基础、孝道伦理、供需结构四个维度的全方位瓦解。

第三，适配我国老龄化国情与家庭变迁现实的最优路径，是构建家庭基础保障、社区服务支撑、机构公益兜底、市场产业补充、孝道文化赋能的五位一体协同养老体系，重构国家、市场、家庭、社会多元主体的养老责任格局，实现养老福利供需再平衡。

5.2. 研究展望

未来老龄政策持续向家庭友好方向倾斜，建立以家庭为单位的养老扶持机制，统筹育儿、养老双重家庭压力；持续推进长护险全国统筹、医保异地互通、异地养老落户配套制度，破除人口流动带来的赡养壁垒。加大农村养老资源投入，缩小城乡养老服务差距，重点保障农村留守独居老人；深化医养康养融合，壮大专业养老护理人才队伍，普及智慧养老设备。逐步完成从传统单一家庭赡养向家庭、社会协同共担的现代化养老转型，实现全体老年人老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安。

参考文献

[1] 陶涛, 金光照, 郭亚隆. 中国老年家庭空巢化态势与空巢老年群体基本特征[J]. 人口研究, 2023, 47(1): 58-71.

[2] 王跃生. 当代家庭户核心化、一代化和非家庭居住状况析论[J]. 中国特色社会主义研究, 2025(5): 60-76.

[3] 杨菊华, 何炤华. 社会转型过程中家庭的变迁与延续[J]. 人口研究, 2014, 38(2): 36-51.

[4] 黄健元, 常亚轻. 家庭养老功能弱化了吗?——基于经济与服务的双重考察[J]. 社会保障评论, 2020, 4(2): 131-145.

[5] 李永萍. “养儿防老”还是“以地养老”: 传统家庭养老模式分析[J]. 华南农业大学学报(社会科学版), 2015, 14(2): 103-112.

[6] 许琪. 传承与变迁: 当代中国家庭结构与家庭养老[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 2023.

[7] 凌文豪. 从一元到多元: 中国农村养老模式的变迁逻辑——以生产社会化为分析视角[J]. 社会主义研究,

2011(6): 77-80.

[8] 班小辉, 丁怡涵. 论我国社区居家养老服务可持续发展的制度优化路径[J]. 社会治理, 2023(2): 92-103.

[9] 董克用, 王振振, 张栋. 中国人口老龄化与养老体系建设[J]. 经济社会体制比较, 2020(1): 53-64.

[10] 钟涨宝, 李飞, 冯华超. “衰落”还是“未衰落”? 孝道在当代社会的自适应变迁[J]. 学习与实践, 2017(11): 89-97.

[11] 马侠. 中国家庭户规模和家庭结构分析[J]. 人口研究, 1984(3): 46-53.

[12] 王磊. 中国家庭结构变迁的特征趋势与问题研究——基于全国人口普查微观数据的分析[J]. 北京大学学报(哲学社会科学版), 2024, 61(4): 140-151.

[13] 李永萍. “孝养分离”: 转型期农民孝道观念重构与养老模式优化[J]. 中国农村观察, 2025(5): 132-153.

[14] 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.