

拒绝“圈养”养老之自助式养老的创新可行性分析

何志婷, 潘艾倩

广州新华学院, 广东广州 510520

摘要: 随着中国人口老龄化的加剧, 探索新型养老模式以提升城市老年人的生活质量显得尤为重要。本研究通过问卷调查, 深入分析了居家养老、社区养老和机构养老这三种主要养老模式的特点及其对老年人身心健康、社交活动和社会参与度的影响。研究发现, 尽管这些模式各有优势, 但也存在显著局限性: 居家养老可能缺乏专业护理服务, 社区养老面临资源不足的挑战, 而机构养老可能导致老年人与家庭成员的分离感。基于此, 本研究提出以自助式养老为代表的新型养老模式, 强调老年人的自我管理和服务, 鼓励其根据个人兴趣和能力参与社区活动, 并提供必要支持以确保生活质量。此外, 研究探讨了政策支持 and 社区资源整合在推动新型养老模式发展中的作用, 旨在为中国养老服务体系的积极变革提供理论依据和实践指导。

关键词: 养老; 养老创新; 自助式养老

Feasibility Analysis of Innovative Self-service Elderly Care that Rejects "captive" Elderly Care

He Zhiting, Pan Aiqian

Guangzhou Xinhua University, Guangzhou, Guangdong 510520

Abstract: With the aggravation of China's aging population, it is particularly important to explore a new pension model to improve the quality of life of urban elderly. This study conducted a questionnaire survey to deeply analyze the characteristics of three main elderly care models: home-based care, community care, and institutional care, and their impact on the physical and mental health, social activities, and social participation of the elderly. Research has found that although these models have their own advantages, they also have significant limitations: home-based elderly care may lack professional nursing services, community elderly care faces the challenge of insufficient resources, and institutional elderly care may lead to a sense of separation between elderly people and family members. Based on this, this study proposes a new elderly care model represented by self-help elderly care, emphasizing self-management and service for the elderly, encouraging them to participate in community activities according to their personal interests and abilities, and providing necessary support to ensure their quality of life. In addition, the study explores the role of policy support and community resource integration in promoting the development of new elderly care models, aiming to provide theoretical basis and practical guidance for the positive transformation of China's elderly care service system.

Keywords: elderly care; innovation in elderly care; self service elderly care

引言

人口老龄化是我国当前及未来的重要国情, 第七次全国人口普查数据显示, 60岁及以上人口占比18.70%, 其中65岁及以上人口占13.50%。随着老年人口数量的增加和老龄化的加速, 提供可靠的养老保障成为社会关注的重点^[1]。国内外对于养老服务的研究显示了不同的特点和发展趋势。在国内, 传统家庭养老受儒家文化影响深远, 但随着社会经济的发展, 家庭结构变化和独生子女政策的影响, 家庭养老模式面临严峻挑战。新兴的社区嵌入式居家养老模式结合了机构、社区和居家养老的优点, 成为学术界和社会实践中的热点。然而, 在利用现代科技手段提高服务质量方面仍有待加强。相比之下, 国外尤其是日本等国, 在信息技术、物联网等方面的应用更为成熟, 形成了包括日间照料、短期入住和上门服务在内的多元化服务体系^[2]。本研究旨在通过深入探索自助养老, 即通过政府、社区、机构等的帮助和老人之间的互助, 解决养老服务问题及其他创新养老模式, 通过问卷来调查老年人对自助式养老的意愿, 帮助提升老年人群体的生活质量以及社交活动的参与度, 增强他们的幸福感和归属感, 实现“老有所养”的愿景^[3]。

一、“自助式养老”概念界定和理论基础

(一)“自助式养老”的概念

自助式养老是指在政府的支持和居家养老的基础上对服务者

和老年人双方赋予足够权利, 加强养老服务的示范作用, 通过引导老年人自己掌握护理知识, 积极预防、科学锻炼、合理用药, 从而提高老人晚年生活质量的养老保障模式^[4]。老人可以凭借自己累积的知识和经验(即老人潜在的优势)在生活上能自我保

项目信息: 本文为广州新华学院2023年大学生创新创业训练计划项目《拒绝“圈养”养老之自助式养老的创新分析》(202313902103)研究成果

护^⑤。自助式养老不仅能够减轻家庭和社会的养老负担，还有助于提高老年人的生活满意度和幸福感。

（二）自助式养老服务理论基础

自助式养老的理论基础包括社会支持理论、自我效能理论和生命周期理论。它通过构建支持网络、增强老年人自信、适应不同生命周期阶段需求来促进老年人的自我养老能力。该模式鼓励老年人选择适合的养老方式，参与社区活动、实现自我价值，并依托家庭、社区和政府支持共同创造良好的养老环境。核心在于“生产”，即保障养老资源的自给自足。

二、研究方法

（一）研究对象

广东省广州市天河区年龄在60岁及以上的老年人。

（二）研究工具

本次研究问卷来源于马丕威《基于计划行为理论的城镇老年人养老模式选择意愿》的调查问卷，问卷共4个维度，分别是行为态度、主观规范、知觉行为控制、行为意愿，以及59个条目，该问卷的三种养老模式信度系数均在0.9以上，不同养老模式的各个维度均在0.8以上，各量表中提取维度与预设维度数量一致，且累计方差解释率均大于50%，表明该问卷具有良好的信效度。

最终有效问卷数据将使用 SPSS25.0 软件对其进行分析。

（三）问卷发放与回收

我们采取线上发表电子问卷的形式收集信息，为提高问卷数据的准确性和结果的可靠性，在问卷收回后首先对其中无效的进行剔除，保留最终有效问卷。无效问卷的判断标准主要有：

1. 连续出现多个极端回答；
2. 回答的题目出现前后矛盾；
3. 问卷作答时间小于4分钟。

最终共发放电子问卷129份，回收电子问卷129份，有效电子问卷129份。

（四）统计学方法

数据通过线上收集，并使用 SPSS25.0 软件进行统计分析，我们对收集到的数据进行了描述性统计分析、相关性分析和回归分析等，揭示不同因素对老年人选择自助式养老模式的影响。研究结果将为养老服务政策制定提供科学依据。

三、结果与分析

（一）被调查者特征

根据调查结果分析，本次研究的样本量为129名，其中男性50名，女性79名，性别比例相对均衡；年龄分布主要集中在60岁至75岁之间，共计87名；教育水平以初中及以下为主，居住地区包括城市与农村。

（二）养老模式偏好

调研显示，被调查老年人的中选择居家养老的占总人数的83.4%，选择社区养老的占总人数的9.3%，而选择机构养老的仅为7.8%。说明居家养老仍然是老年人养老的主要方式。

（三）健康状况对选择不同养老方式的影响

在居家养老与社区养老模式下，老年人群体的健康状况表现出显著的异质性分布特征。对于健康状况较为优良的老年人群体而言，居家养老模式更贴合其维持既有生活习惯及家庭关系连续性的需求；反之，对于健康状况欠佳的老年人群体，社区养老或机构养老所提供的专业医疗护理与康复服务则显得尤为关键。这些专业服务能够更有效地满足其健康保障需求，对维持及改善其身体状况具有积极作用。

表1 被调查者的健康状况

养老方式	变量	选项	人数	百分比 (%)
居家养老	健康情况	非常健康	31	23.36
		比较健康	47	38.32
		一般	37	28.97
		比较差	9	6.54
		非常差	5	2.8
社区养老	健康情况	非常健康	3	25
		比较健康	3	25
		一般	3	25
		比较差	1	8.33
		非常差	2	16.67
机构养老	健康情况	非常健康	3	30
		比较健康	3	30
		一般	3	30
		比较差	1	10
		非常差	0	0

（四）教育水平对养老方式的影响

被调查者整体以初中及以下教育水平为主，这反映出老年人群体的教育背景现状。教育水平可能影响老年人对养老方式的认知和接受程度，较低的教育水平可能导致他们在获取养老信息和理解新型养老模式时存在一定困难，更倾向于传统的居家养老方式；而教育水平相对较高的老年人可能更容易接受和尝试社区养老等新兴养老模式，并且在养老服务需求上可能更注重精神文化和个性化服务。

表2 被调查者教育水平

养老方式	变量	选项	人数	百分比 (%)
居家养老	受教育程度	小学及以下	41	38.32
		初中	32	29.91
		中专	10	9.35
		大专及以上学历	24	22.43
社区养老	受教育程度	小学及以下	4	33.33
		初中	4	33.3
		中专	1	8.33
机构养老	受教育程度	小学及以下	3	30
		初中	4	40
		中专	0	0
		大专及以上学历	3	30

（五）收入水平影响养老方式可及性

月收入在不同区间的分布情况显示，经济条件在一定程度上影响着养老方式的选择。低收入老年人（1000元以下占比29.91%）可能更倾向于经济成本相对较低的居家养老，而经济条件较好的老年人在选择养老方式时可能有更多的灵活性，能够考虑社区养老或高端养老机构等提供的多样化服务，但也并非绝对，还需综合其他因素。

表3 被调查者的收入水平

养老方式	变量	选项	人数	百分比（%）
居家养老	收入水平	1000元以下	38	29.91
		1001~2000元	29	24.3
		2001~3000元	23	17.76
		3001~4000元	15	11.21
社区养老	收入水平	1000元以下	3	25
		1001~2000元	2	8.33
		2001~3000元	3	25
		3001~4000元	1	8.3
机构养老	收入水平	1000元以下	3	30
		1001~2000元	1	10
		2001~3000元	1	10
		3001~4000元	2	20

（六）保险保障提升养老安全感与选择范围

医保和长期护理保险的享有情况也对养老方式产生影响。医保享有率较高（居家养老89.72%，社区养老75%）。长期护理保险的覆盖差异（居家养老41.12%，社区养老58.33%）表明，在有长期护理保险支持的情况下，老年人可能更愿意选择能够提供专业护理服务的社区养老等方式。

表4 被调查者享有医保和（或）享有长期保险的数据

养老方式	变量	选项	人数	百分比（%）
居家养老	是否享有医保	是	114	89.72
		否	15	10.28
	是否享有长期护理保险	是	58	41.12
		否	71	58.88
社区养老	是否享有医保	是	9	75
		否	3	25
	是否享有长期护理保险	是	7	58.33
		否	5	41.67
机构养老	是否享有医保	是	9	90
		否	1	10
	是否享有长期护理保险	是	7	70
		否	3	30

四、自助养老的创新策略建议

（一）以创新基础寻自我晚年

在对养老模式偏好进行的调查研究中，本研究进一步考虑了文化程度、健康状况等变量，分析后得，居家养老是当前大多数老年人的首选养老方式。因此，深入理解老年人对于养老服务的期望和创新需求显得尤为重要，特别是在婚姻状况、孤独感以及

子女探望频率等方面，存在显著的改善空间。在这一背景下，互联网智慧创新方案更作为潜在发展方向，提高自主养老质量，与尹志刚的研究结构相吻合^[6]。此外，本研究还强调了结合时代特征进行养老服务创新的重要性，并提出了针对家庭环境的和谐建议。在个人层面，本研究提倡增强老年人自我养老的能力，使他们能够有备无患地安度晚年，拒绝被动的“圈养”模式，实现老有所为，这与徐小燕的研究方向不谋而合^[7]。

（二）为老年人提供多样化的养老服务

大多数老年人在选择养老方式时会考虑健康状况、自理能力、经济条件等因素，且大多数认为所选养老方式能提升满足感或健康水平，这与马三威的研究结果一致^[8]。自助式养老积极探索多元化、专业化养老服务架构，为老年人提供更多自主选择，例如按摩理疗、唱歌跳舞、心理护理等多元方式，这与莫红霞的讨论结果一致^[9]。

针对老年人的养老需求，我们应当提供精准而有效的服务，以避免养老资源的闲置和浪费^[10]。同时，需不断完善养老服务体系的顶层设计，整合社会各界力量，共同推动构建多元化、全方位的养老体系^[11]。

五、结束语

自助式养老模式能够显著提升养老服务的品质与效率，满足老年人个性化的需求，同时增强其自主性和社会参与度^[12]。该模式的实施依赖于政府、社区、家庭以及个人的共同协作：政府需提供政策扶持与监管机制，社区应提供便捷的设施与服务支持，家庭成员及个人则应给予必要的尊重与支持^[13]。自助式养老模式展现出巨大的发展潜力，有助于推动社会的和谐与稳定，因此，持续对其进行优化和探索实施路径显得尤为重要^[14]。

参考文献

- [1] 国家统计局. (2021-05-11). 第七次全国人口普查公报（第五号），p.002.
- [2] 司马蕾，井高佑纪. 日本社区养老服务与设施发展历程探索及启示[J]. 住宅科技, 2024, 44(02):38-44.DOI:10.13626/j.cnki.hs.2024.02.006.
- [3] 甘满堂，姜晓晓，刘早秀. 互助养老理念的实践模式与推进机制[J]. 重庆工商大学学报（社会科学版），2014, 31(04):78-85.
- [4] 邹海燕. 我国城市养老服务模式比较研究——建立“自助-互助”机制[J]. 山东纺织经济, 2015, (09):15-17+28.
- [5] 孟月妮，郝伟弘，余剑. 农村新型养老模式探究[J]. 中国农业会计, 2021, 000(004):92-94.
- [6] 孙江远，潘雅馨，王韬哲，等. 老有所养，智能护航——基于互联网+背景下智慧养老新业态[J]. 同行, 2023(1):198-200.
- [7] 徐小燕. (2022). 新时代养老观及其实践路径研究（硕士学位论文，安徽医科大学）.
- [8] 张志雄，王思琦. 老年人医养结合养老服务意愿研究——基于计划行为理论[J]. 卫生经济研究, 2024, 41(4):21-24.
- [9] 任欢. (2025-01-10). 着力满足多样化养老需求[N]. 光明日报, p.004.
- [10] 杨明伟，杨吉栋. 社会工作介入社区居家养老服务可行性研究[J]. 淮南职业技术学院学报, 2021, 021(004):134-136.
- [11] 孙睿，彭馨瑶. 社会工作介入社区居家养老服务的研究综述[J]. 今日财富, 2021(20):223-225.
- [12] 田间，宋贺. "妇老乡亲"开启"助人自助"养老新模式[J]. 乡镇论坛, 2020(5):2.
- [13] 肖金花，况明全. 农村集体自助养老服务设计与振兴研究[J]. 农村经济与科技, 2022, 33(12):182-185.
- [14] 黄靖尧. 论农村养老的问题与对策[J]. 市场周刊, 2020(2):182-184.