

“低龄助高龄” 互助养老可持续性研究

—— 基于时间银行的价值循环

朱璐华

重庆三峡学院, 重庆 404020

DOI: 10.61369/IED.2025030022

摘 要 : 根据第七次全国人口普查,我国农村老龄化率突破 23.81%、家庭养老功能持续弱化的背景下,“低龄助高龄”互助养老成为破解农村养老困境的重要路径。然而,当前模式普遍面临“财政依赖”与“参与衰减”的双重挑战,亟需从理论层面揭示可持续性机制。本文基于礼物交换理论与社会资本理论,构建“服务交换—社会认同—文化传承”的三维价值循环模型,系统分析时间银行模式的可持续性逻辑。研究表明,时间银行的可持续性本质是传统礼物交换逻辑与现代社会资本的协同进化,其关键在于平衡“工具理性”与“价值理性”:既要通过积分流通机制保障服务供给效率,更需依托文化认同与社会规范降低制度运行成本。针对当前人口流动导致的循环断裂、数字鸿沟引发的技术排斥等挑战,研究提出“弹性化组织设计”、“代际公平机制”、“适老化技术改造”等创新路径,为乡村振兴中养老服务体系建设提供“文化适配型”解决方案。

关 键 词 : 低龄助高龄;互助养老;时间银行;农村养老;价值循环模型;可持续性

Research on the Sustainability of "Youth Assisting the Elderly" Mutual Aid Elderly Care: Based on the Value Cycle of Time Banks

Zhu Luhua

Chongqing Three Gorges University, Chongqing 404020

Abstract : According to the seventh national census, with the rural aging rate in China exceeding 23.81% and the continuous weakening of the family's elderly care function, "low-age assisting high-age" mutual aid elderly care has become an important way to solve the rural elderly care predicament. However, the current model generally faces the dual challenges of "financial dependence" and "participation attenuation", and it is urgent to reveal the sustainability mechanism from the theoretical level. Based on the gift exchange theory and social capital theory, this paper constructs a three-dimensional value cycle model of "service exchange – social identity – cultural inheritance", and systematically analyzes the sustainability logic of the time bank model. The research shows that the essence of the sustainability of the time bank is the co-evolution of the traditional gift exchange logic and modern social capital, and the key lies in balancing "instrumental rationality" and "value rationality": it is necessary to ensure the efficiency of service supply through the circulation mechanism of points, and more importantly, to rely on cultural identity and social norms to reduce the cost of system operation. In response to the challenges such as the cycle break caused by population mobility and the technological exclusion caused by the digital divide, the research proposes innovative paths such as "flexible organizational design", "intergenerational fairness mechanism", and "aging-friendly technology transformation", providing a "culturally adapted" solution for the construction of elderly care service system in rural revitalization.

Keywords : assisting the elderly with young age; mutual aid for elderly care; time bank; rural elderly care; value cycle model; sustainability

引言

1999年我国开始步入老龄化社会,根据2024年据国务院新闻办公室举行新闻发布会的数据来看,目前我国60岁及以上人口29697万人,占全国人口的21.1%,其中65岁及以上人口21676万人,占全国人口的15.4%,我国老龄化程度进一步提高,已经进入了中度

老龄化社会^[1]。农村地区因青壮年外流呈现“城乡倒置”特征——2021年底，我国60岁及以上的老年人口达2.67亿，占总人口的18.9%^[2]。中国古代就存在民间的互助行为，如扶弱济贫、赈灾救难等^[3]，但随着经济和社会的发展变迁，传统家庭养老因代际分离和家庭规模小型化难以继，机构养老又受限于经济基础与文化接受度。在此背景下，“低龄助高龄”互助养老作为低成本本土化方案被纳入国家战略，其中“时间银行”通过“服务时长积分化、积分流通制度化”，试图构建价值循环，却面临站点依赖财政补贴、低龄老人参与率年均下降的困境，其可持续性机制亟待破解。本研究构建“服务交换—社会认同—文化传承”三维价值循环模型，旨在揭示传统礼物交换逻辑与现代社会资本的协同机制：服务交换层解析积分的社会礼物属性，社会认同层阐明荣誉激励的符号价值，文化传承层探索本土互助文化的现代转化路径，为破解农村养老治理困境提供新范式。

一、理论基础与文献综述

“低龄助高龄”互助养老，是指年龄在60岁左右、身体健康且有参与意愿的低龄老年人，自愿为80岁左右、缺乏照顾或身体欠佳的高龄老年人提供生活照料、情感陪伴、医疗协助等非专业性服务的养老模式^[4]。该模式强调通过代际接力形成“以老助老、自助互助”的循环体系，服务内容涵盖送餐上门等日常照料和聊天等精神慰藉，具有地缘性强、服务稳定等特点，既满足高龄老人的照护需求，又为低龄老人提供参与社会的途径，符合“积极老龄化”理念。由此与机构养老、家庭养老形成互补。

“时间银行”缘起美国，其理念和运作方式主要来源于西方国家开展的社区互助养老实践。我国的“时间银行”最早出现在20世纪90年代末的上海市^[5]。其核心在于将低龄老人为高龄老人提供的生活照料、情感陪伴等服务量化为可累积的“时间积分”，允许积分跨时间和跨空间流动，形成“付出—存储—回报”的可持续价值闭环。

当前学界对“低龄助高龄”及“时间银行”互助养老模式的研究，聚焦于城乡差异化实践、制度困境与技术适配。杨益新通过“政府支持—社区自治—专业介入”三角框架运行模式对北京市D街道“低龄助高龄”老年社区志愿服务项目的调研研究，探索建立“低龄助高龄”老年社区志愿服务机制，为其他志愿服务活动提供参考性和可借鉴性的意义^[6]。梁磊的实践研究显示，“互联网+时间银行”模式通过区块链技术实现线上供需匹配，提升城市社区运行效率^[7]。张文超与袁志刚则侧重于“时间银行”在本土化面临信任机制缺失、服务计量模糊、技术与文化适配不足的三重问题^{[8][9]}。韩沛锟对农村养老服务的研究补充指出，农村需求以“在地老化”为主，偏好居家与社区养老，但支付能力低、医疗护理需求突出，现有设施存在资源不足与专业化短板^[10]。

现有成果普遍认可互助养老模式对缓解老龄化压力的价值，但强调其可持续性需立足城乡社会结构差异——城市侧重“技术赋能+制度协同”（如全国通兑平台与政府购买服务），农村依托“传统网络+政策兜底”（如将时间银行与村规民约结合）；同时需通过国家立法明确权责、统一服务标准，并引入社会工作专业力量提升服务精准度。

学界对“低龄助高龄”及“时间银行”模式的研究脉络，既肯定了城乡差异化实践路径的现实针对性，也揭示了制度碎片化、专业资源不足等共性困境，为后续研究提供了问题导向的分析框架。然而，现有研究对农村“差序格局”下非正式制度与现代表养老制度的深度互动机制仍缺乏系统性理论建构，且对人口流动加剧背景下“代际接力”的动态维系机制探讨不足，需在文化适配与弹性制度设计层面进一步深化。

二、时间银行价值循环的理论建构

（一）价值循环的三维模型

服务交换层通过“时间积分”量化服务价值，构建跨代际、跨区域的服务资源交换体系，解决养老服务供需失衡问题，实现物质资源的高效配置。一是以循环经济理论，即将低龄老人的闲置劳动力转化为可复用的养老资源，降低社会养老成本，如江苏试点显示，互助养老可降低50%以上的公共服务支出；礼物交换理论将积分作为“社会货币”承载互惠义务，超越单纯经济交换。如陕西农村将积分兑换仪式融入庙会，强化“服务即礼物”的文化认同为理论支持。二是将代际接力与供需匹配机制。“时间货币”的存储与兑换。低龄老人提供服务积累积分，高龄后可兑换等值服务，形成“劳动存储—时间贴现”循环。例如，学者陈际华发现的南京Y街道采用“721”兑换模式：70%积分兑换服务、20%兑换实物（如粮油）、10%兑换现金，兼顾互助属性与激励功能。三是将服务类型与劳动强度的差异化计量。部分地区探索按服务难度设置“积分系数”，如医疗护理类服务按1:1.5换算积分，基础家务类按1:1换算，体现劳动差异。四是供需精准匹配与技术赋能。数字化平台整合资源。通过大数据分析低龄老人技能与高龄老人需求（如独居老人需每日探访），实现智能匹配。如山东滨州“孝善积分”APP接入政务数据，自动识别独居老人紧急需求，就近调度志愿者响应，平均响应时间缩短至20分钟。五是进行跨领域资源联动。积分可兑换市场化服务或社会资源，吸引多元主体参与，如广东珠三角地区允许积分兑换乡村旅游民宿折扣、农产品采购券，推动“养老服务—乡村经济”联动。

社会认同层通过荣誉激励、代际协同与社区信任，将积分升华为社会认可的符号资本，激活非功利性参与动力，构建“信任

— 规范 — 参与” 的正向循环。一是荣誉体系与社会资本积累。分层级荣誉符号。设计差异化荣誉标识，强化社会地位认同：“银龄 — 金晖 — 钻石” 勋章体系：对应服务时长 500 小时、1000 小时、2000 小时，分别赋予公共事务参与权、文化设施免费使用权等特权。二是代际协同与家庭参与。建立 “家庭积分账户”，鼓励代际共担养老责任：上海 “孝亲通” APP 允许子女远程为父母购买服务，积分可累积至子女未来使用，年轻用户月均活跃度达 78%。二是社区信任与规范内化。熟人社会的天然优势。农村 “差序格局” 中的地缘、血缘信任降低服务摩擦成本，如福建某村将 “每周探视。

文化传承层激活 “宗族互助” “邻里相帮” 等本土文化基因，通过符号重构与制度性嵌入，将传统互助伦理转化为现代养老制度的文化根基，实现 “文化自觉 — 制度认同 — 代际传承” 的深度融合。一是传统互助文化的符号重构。将传统孝道文化转化为可操作的服务场景，赋予现代互助行为文化合法性。将积分机制融入传统节庆，强化文化认同：陕西 “睦邻分” 兑换仪式与庙会结合，服务行为被赋予 “积德尽孝” 的文化神圣性。三是非正式制度的制度化嵌入。乡规民约的规则化改造。将传统互助规范写入村规民约，转化为可执行的制度约束：福建土楼社区将 “邻里相帮” 纳入 “无讼社区” 建设，规定 “空巢老人每日至少 1 次邻里探访”，违反者影响宅基地审批或集体分红，实现 “礼治” 与现代治理结合。四是传统权威的吸纳与转化。邀请乡贤、宗族长老担任互助监督员，利用其在 “差序格局” 中的天然权威协调纠纷：江西宜丰托老所引入 “族老议事会”，由高龄宗族长辈评估服务质量，将传统 “长老权威” 转化为现代监督机制。

三、可持续性挑战与制度创新

（一）结构性挑战

农村 “低龄助高龄” 互助养老的可持续性面临多重深层矛盾。一是人口流动与代际循环的时空断层：城镇化导致农村青壮年外流，低龄老人群体规模缩减且流动性增强，传统 “地缘性互助网络” 难以稳定维系，跨区域服务供需匹配缺乏制度支撑，积分通存通兑机制尚未成熟，导致 “劳动存储 — 时间贴现” 链条易因人口迁移断裂。二是财政依赖与激励机制的失衡：当前模式过度依赖政府财政补贴，市场化造血能力不足，积分激励局限于服务兑换的单一维度，缺乏社会荣誉、文化认同等非物质激励的深度整合，导致低龄老人参与动机趋于短期化、功利化。三是传统伦理与现代制度的适配困境：非正式制度（如宗族规范、乡规民约）与正式制度（如积分规则、法律框架）的衔接存在张力，传统互助文化的自愿性、模糊性与现代科层制的标准化、契约化要求存在冲突，制度移植易引发文化抵触。

（二）制度创新路径

破解可持续性难题需以 “文化适配” 为核心，构建传统资

源与现代制度的协同机制。一是弹性化组织设计：建立 “县域统筹 — 村镇自治” 的双层互助网络，允许积分跨区域流通与跨代际继承，设计 “农忙 / 农闲差异化服务周期”，适应农村人口流动特征；培育 “互助养老合作社” 等新型自治组织，赋予基层社区规则制定与资源调配的自主权，降低对行政力量的依赖。二是代际公平机制深化：优化积分体系的 “双轨激励” —— 既保留服务兑换的物质激励，又嵌入社会资本积累功能（如将积分与社区事务参与权、荣誉称号挂钩）；探索 “家庭积分账户” 制度，将子女参与度纳入激励维度，强化代际责任共担。三是适老化技术改造：开发极简操作界面与线下辅助系统（如语音指令、纸质台账），依托农村社区服务中心建立 “技术驿站”，由社工或年轻志愿者提供一对一指导；推动 “积分货币化” 与 “货币积分化” 双向试点，允许积分在限定场景兑换商品或抵扣公共服务费用，降低技术使用门槛。

四、结论与展望

（一）研究结论

本研究构建的 “服务交换 — 社会认同 — 文化传承” 三维价值循环模型，系统揭示了农村 “低龄助高龄” 互助养老的可持续性逻辑，其核心在于通过制度设计实现传统礼物交换逻辑与现代社会资本的协同进化，具体表现为三个层面的交互支撑：一是服务交换层通过时间积分实现物质循环，兼具经济效率与文化合法性；二是社会认同层将积分升华为符号资本，构建 “信任 — 规范 — 参与” 正向循环；三是文化传承层通过传统伦理的符号重构与制度嵌入，形成 “文化自觉 — 制度认同 — 代际传承” 稳定机制。

（二）未来展望

理论层面，未来研究需进一步突破学科壁垒，构建更具解释力的理论框架。拓展数字时代礼物交换理论，研究虚拟积分对代际文化认同的建构；深化老龄化社会学与文化变迁交叉，分析农村社会结构转型对互助网络的影响；引入比较研究，提炼东亚文化圈互助模式的适配性理论。

实践层面，推动多元场景适配与可持续机制创新。差异化制度设计的系统性探索，针对不同文化区域，开展 “文化基因 — 制度规则” 适配性研究，构建 “传统资源评估 — 制度弹性设计 — 动态调试” 的实践框架，避免 “一刀切” 政策导致的文化排异。代际公平机制的立体化构建：超越单一积分兑换逻辑，探索积分与城乡社会保障体系的多元衔接，设计 “跨代际责任账户” 引导青年群体提前参与互助，破解 “代际断层” 潜在风险。技术赋能的人文性平衡：在推进智能化平台建设时，需同步构建 “技术辅助 — 人文关怀” 双轨体系：一方面优化适老化界面设计，另一方面建立 “数字互助导师” 制度，通过代际协作降低技术使用门槛，防止 “技术红利” 加剧老年群体分化。

政策层面，加强制度保障与文化生态培育。国家层面的法律

框架与跨部门协同，推动《农村互助养老促进法》立法进程，明确政府、社区、社会组织的权责边界，建立财政补贴与市场化运营的动态平衡机制；设立跨部门协调机构，统筹农业农村、民政、文化等多领域资源，避免政策碎片化。基层文化生态的激活策略，通过“文化资源资本化”政策工具，将祠堂、庙会、乡村

公共空间等传统载体纳入互助养老体系，允许地方政府以“文化治理积分”形式激励社区自主创新；设立“乡村互助文化传承基金”，支持本土互助知识的数字化存档与代际传播。全球化与本土化的双向互动，借鉴国际经验，但需立足中国“差序”。

参考文献

- [1] 李旭. 生命周期视角下互助养老志愿者团队发展研究 [D]. 兰州大学, 2024.
- [2] 刘妮娜. 中国农村互助型社会养老的定位、模式与进路 [J]. 云南民族大学学报 (哲学社会科学版), 2020 (3): 133-141.
- [3] 苗楠. 差序格局理论视角下农村互助养老的历史渊源、可及性与实践路径研究 [J]. 未来与发展, 2023(08): 69-73.
- [4] 洪梅. “低龄助高龄”社区志愿服务可行性研究 [J]. 法制与社会, 2012, (33): 160-161.
- [5] 陈际华. “时间银行”互助养老模式发展难点及应对策略——基于积极老龄化的理论视角 [J]. 江苏社会科学, 2020, (01): 68-74. DOI: 10.13858/j.cnki.cn32-1312/c.20200121.015.
- [6] 江苏社会科学, 2020, (01): 68-74. 杨益新. “低龄助高龄”老年社区志愿服务研究 [D]. 中国青年政治学院, 2019.
- [7] 梁磊, 郭凤英. 基于“时间银行”养老平台模式体系研究及实践 [J]. 新疆社会科学, 2016, (03): 133-138+164.
- [8] 张文超, 杨华磊. 我国“时间银行”互助养老的发展现状、存在问题及对策建议 [J]. 南方金融, 2019, (03): 33-41.
- [9] 袁志刚, 陈功, 高和荣, 等. 时间银行: 新型互助养老何以可能与何以可为 [J]. 探索与争鸣, 2019, (08): 4-36+197.
- [10] 韩沛钲, 程瑶瑶. 农村养老服务: 需求、政策实践与发展展望 [J]. 学习论坛, 2021, (02): 96-103.