

The Quality of Life on the Elder in China

Réflexion sur la qualité de vie de la vieillesse de Chine

對中國老年人生活品質的思考

Yan An

閻 安

Received 23 March 2006 ; accepted 13 July 2006

Abstract Perfecting old age safeguard system, improving the elder 's quality of life, Have the great significance regarding the Chinese society's development and the construction. Taking and improving the elder quality of life is the country, the government, the society and the family bounden responsibility.

Keywords: China, the Elder, Quality of Life, Harmony Society

Résumé La perfection du système de sauvegarde de vieillesse et l'amélioration de leur qualité de vie revêtissent une grande signification pour le développement et la construction de la société chinoise. C'est un devoir absolu pour l'Etat, le gouvernement, la société et la famille d'attacher de l'importance à la vieillesse et d'élever leur qualité de vie.

Mots-clés: Chine, vieillesse, qualité de vie, société harmonieuse

摘 要 完善老年保障體系，提高老年人生活品質，對於中國社會的發展與建設具有重大意義，重視和提高老年人生活品質是國家、政府、社會和家庭義不容辭的責任。

關鍵詞: 中國；老年人；生活品質；和諧社會

構建和諧社會是中國 21 世紀發展的重要目標，和諧社會的建立與重視、提高老年人生活品質有著必然的內在聯繫。中國 60 歲以上的老年人已達 1.45 億，超過總人口的 11%，而且每年以 3.3% 的速度增長，這個龐大的老年群體是社會成員的重要組成部分，重視、提高老年人生活品質是和諧社會建構的重要內容。人口老齡化是任何社會都無法回避的問題，如何使老年人安度晚年，讓老年人在構建和諧社會中發揮不可替代的社會參與作用，是構建和諧社會的重要工作之一。

社會發展必然促進人類壽命的延長，人口老齡化是社會進步和發展的必然結果。老年人為社會和家庭做出了自己的貢獻，理應受到家庭和社會的尊重和關愛。尊重老年人就是尊重我們的歷史；關愛老年人就是關愛人類的明天。社會的發展靠的是老一輩付出的辛勤汗水，沒有老一輩的艱苦創業，就沒有社會的發展和繁榮。因此重視

和提高老年人生活品質是國家、政府、社會和家庭義不容辭的責任。提高老年人生活品質就是要努力使所有的老年人在生活上得到保障、在精神上得到慰藉、在家庭和社會中得到尊重和關愛，建立一個“不分年齡，人人共用”的可持續發展社會。

1. 老年人生活品質的定義與評價指標

首先，生活品質在不同國家不同時期有不同的解釋。一般來說生活品質包括以下六個方面：物質生活、精神文化生活、生命品質(身心健康和社會功能)、自身素質、享有的權益和權利、生活環境(包括社會、家庭及自然環境)。這六個方面

是人類生活品質的直接表現。

物質生活和精神生活的充實程度有賴於良好的生活環境。美國著名人本心理學家馬斯洛(A.H.Maslow)從滿足需求的角度把人類需要分成生理需要、安全需要、歸屬和愛的需要、自尊需要、自我實現需要等 5 個層次。低層次需要得到滿足後轉向高一級需求,高層次的需求標誌人類的進步和文明。世界衛生組織總幹事布倫特蘭(Brundlant)在 2002 年馬德里第二屆世界老齡大會上指出:“就是在一些世界最發達的國家裏,由於不同生活環境、不同社會階層、不同地區人口、不同民族,預期壽命能相差到 40 歲之多”,“健康好壞的許多決定因素是在衛生體系之外的,如知識水準、清潔的環境、各種完善的服務、公平的社會、享有充分權力、良好的政府和人們對自己生活事務能行使自主權等”。¹ 保持身心健康,享有較高的物質和精神文化生活必須有良好的生活環境來保證。生活環境常常不一定是生活品質的直接表現,但它是提高生活品質的必要條件和支持體系,特別像社會政策、家庭倫理、代際關係、社區環境等對生活品質有著至關重要的作用。

其次,老年人生活品質是指老年人對自己的物質生活、精神文化生活、身心健康、享有的權利和權益以及家庭生活、社區環境、社會環境等方面的客觀狀況和主觀感受所作的總體評價。老年人群體有許多特殊需求:隨著年齡的增長在身心健康和社會功能方面都會老化和弱化,因此需要國家、社會、家庭的呵護;老年人對生活環境、公共衛生和保健事業、醫療護理服務、生活照顧服務等方面有更大的需求,因此社會安全、社會風氣、社會保障、社會福利事業的發展對老年人而言至關重要;老年人對文娛體育健身和休閒旅遊的需求也有特殊性;老年人的婚姻關係、代際關係、人際關係的需求都有群體自身的特點。

再次,對老年人生活品質的評價,包括主觀感受和客觀指標,兩者缺一不可。主觀感受是指老年人自己對生活的滿意度,它受客觀因素和主觀因素的多重影響;環境、社區、鄰里、家庭、收入等等都決定著生活品質,但這些客觀指標不能充分揭示老年人對生活的滿意度。在評價老年人生活品質時,首先要對老年人的生活做一個整體評價,然後在每個領域中再結合客觀指標進行

分別的主觀滿意度評價。主要內容有:

第一:老年人經濟生活品質指標。老年人經濟生活品質可以從收入和支出兩個方面來評價。收入,是指老年人的經濟收入水準及其來源;支出是指老年人的消費結構與消費水準。經濟收入的高低及其來源的穩定與否,直接決定著老年人的生活安全感。擁有較高而穩定的經濟收入對提高老年人的生活品質有著舉足輕重的作用。另外老年人的消費結構與消費水準直接體現出老年人生活品質的方方面面,而且比經濟收入更能綜合反映老年人的生活品質。生活品質與消費結構的關係非常密切,生活品質往往伴隨著消費結構由低級向高級合乎規律的變化而提高。

第二:老年人健康生活品質指標。身體健康狀況是關係老年人生活品質的一個重要方面,它直接影響老年人的日常生活、社會活動及心理狀態。人們習慣把長壽作為健康的標誌,實際上長壽不等於健康。在老年期和高齡期,由於個體衰老速度的差異,各種器官功能受損程度不同,個體健康狀況差別很大,同樣的壽命,品質會有很大差別。僅僅延長生命而不增加生活品質是沒有意義的,健康、快樂、長壽才是我們追求的目標。同時縮短老年人生命最後階段的痛苦期也是提高生活品質的目標之一。美國的一項調查發現,高齡老人對延長壽命並不十分關心,而更關心與自己的健康相關聯的生活品質。健康長壽的預測因數包括保持良好的預防疾病的行為,樂觀豁達的心態,持續穩定的經濟收入以及社會、家庭的關愛與支援等。² 美國學者 McGinnis 的研究結果還顯示,個人生活方式對死亡的影響占 40%,改變個人行為方式有利於提高老年人的生活品質。³ 在老年期,那些具有上進心、參加健身鍛煉、飲食平衡、良好心態的老年人具有較好的健康狀況和生活品質,而且老年人只要堅持這種良好行為,軀體功能是可以得到改善的。⁴

第三:老年人文化娛樂生活品質指標。老年人退休後喪失了以前承擔的社會角色,隨著與社會生活的逐步疏遠,收入降低,生活單調閉塞,

²曾毅、顧大男·老年人生活品質研究的國際動態· www · cpirc · org · cn. 中國人口資訊網

³National Institute on Aging (NIA) · (2002). FY2001 Congressional Justification.

⁴Rowe · J · W · & Kahn · R · L. (1998). Successful Aging.. New York: Pantheon, Books ·

¹聯合國第二次老齡問題世界大會網站 · www · un · org ·

必然引起老年人心理的強烈不適應。隨著年齡的增長，老年人的心理素質會逐漸弱化，表現出進取心差、風險承受能力弱、害怕孤寂、情感脆弱、容易灰心等心理症狀。這些心理狀況比病痛更加折磨人，如果得不到及時的排解和撫慰，便會導致老年性癡呆症等一系列心理及生理疾病。因此，老年人的精神文化生活應該得到足夠的重視，老年人的文化娛樂生活品質也就成為整個老年人生活品質體系中重要的組成部分。文化娛樂生活品質不僅反映在文化教育水準、文化娛樂方面，還體現在老年人文化娛樂活動參與率、文化娛樂設施擁有率及對文化娛樂現狀的滿意度上。所以，可以從文盲率、文化教育水準綜合值及文化娛樂活動參與率、文化娛樂設施擁有率以及文化娛樂滿意度等方面對生活品質進行測評。

第四：老年人居住環境生活品質指標。中國傳統的養老方式是家庭養老，老年人對住房和居住環境利用得更多，居住環境狀況對老年人生活品質的影響較青壯年更為強烈。居住環境包括住房條件、家居設施及周圍環境。住房條件，可以從人均住房面積、人均房間數等方面進行對比；家居設施，主要從各種基礎設施(包括自來水、煤氣或天然氣、廚房、廁所、洗澡設備、電話電視和其他電器等)的普及率方面考慮；周圍環境可以從周圍設施滿足情況等方面進行考慮；同時，還應該就老年人對住房情況的滿意度及對周圍環境的滿意度等主觀指標進行測評。

第五：老年人婚姻家庭生活品質指標。老年人的婚姻與家庭是老年人安度晚年的重要依託，涉及到老年人的經濟供養、生活照料、精神慰藉、人際關係和心理健康等諸多方面。婚姻與家庭的狀況如何，是衡量老年人生活品質的重要方面。老年夫妻親密無間的和諧婚姻關係，能使老年人的身心得到調適，增進生命活力，減少生活、精神上的各種困擾，為老年人晚年的物質生活和精神生活品質的提高奠定基礎。離婚、分居和喪偶的老年人缺乏配偶的體貼、幫助和慰藉，晚年生活品質受到很大的影響。所以，婚姻狀況影響著老年人的生活品質，應該從各種婚姻狀況構成尤其是喪偶率方面進行測評；當然，同時還要輔之婚姻狀況滿意度這一主觀指標。中國實行的獨生子女政策和空巢家庭的出現也不可避免地影響到老年人的晚年生活品質。因此，老年家庭空巢率、獨居率應該作為影響老年人生活品質的重要指標

加以考慮。

第六：老年人社會參與生活品質指標。社會參與是“老有所為”的實現形式，其主要的兩種方式是“再就業”和“參加社會公益活動”。老年人多數已經從工作崗位退下來，閒居在家中，適當的社會參與可以豐富老年人的晚年生活，開發老年人力資源，實現老年人的自我價值，增進老年人的成就感，提高老年人自強自立自助的能力和生活的滿意度，進而有效地改善老年人的生活品質。因此，老年人的社會參與率以及社會參與滿意度等也應在老年人生活品質評價體系中予以考慮。

第七：老年人接受照料生活品質指標。隨著年齡的增長和生理的老化，老年人在日常生活方面非常需要社會、家庭和社區的照顧和關懷。老年人照料包括四個方面：以老年人自助互助為原則，尊重、提倡和鼓勵老年人自立自助，充分發揮老年人自己的能力和作用；以家庭支助為基礎，家庭的養老資源是老年人能夠得到的最直接、最便利、最可靠的資源；以社區服務為依託，實踐證明，居家養老+社區服務是最好的養老方式，社區對於保障和提高老年人的生活品質具有不可替代的作用；以國家和政府的法律、法規、政策為保障，為實現健康的、積極的和成功的老齡化社會創造良好的制度環境。老年人的照料需求並不都是能夠得到完全滿足的，這就需要一個老年人的評定指標——接受照料滿意度。

第八：老年人合法權益保障生活品質指標。老年群體的特殊性決定其勞動能力、生活自理能力相對降低，需要得到贍養、照料與幫助。社會生活和經濟體制轉軌使傳統的養老觀念和養老方式受到衝擊，一些老年人的合法權益得不到保障，主要表現為老年人的家庭地位受到削弱，有的家庭把老人當成包袱和累贅。一些負有贍養義務的子女不願意贍養老年人，干涉老年人婚姻，擠佔老年人住房，甚至虐待、遺棄老年人，侵害老年人權益的現象時有發生。這些都嚴重影響了老年人的晚年生活品質，因此，老年人的合法權益得到保障的滿意度以及老年人的合法權益受侵犯情況成為評價老年人生活品質體系必不可少的內容。老年人感到生活品質最差的莫過於受歧視、受虐待、受侵權，最寬慰的是受到尊重，有平等機會和自由選擇的權利。老年人特別企盼對有關自己的事情擁有決定權、自主權。作為弱勢群體，老年

人對自身權力、自由選擇、平等機會的追求是其他群體常常感受不到的。⁵

2. 中國老年人生活品質的現狀分析

2005年零點公司在全國包括京滬穗在內的7個大中城市採取隨機抽樣的方式對2225名60歲以上老年人進行入戶訪問，對老年人生活品質指標體系研究顯示當前中國老年人有以下六個鮮明的特點。

第一，平靜滿足，樂觀期待未來。平靜滿足是老年人當前的主要情緒，有8成老年人表示自己目前平靜滿足或積極樂觀。77.8%的受訪者滿足於現狀，並且有6成的受訪者對個人未來經濟狀況變化持樂觀態度。在幸福感方面，78.4%的受訪者感覺幸福或比較幸福。

第二，個人經濟狀況和社會安全感影響老年人對現狀滿足。影響老年人總體生活滿意度升高的主要因素是個人經濟狀況和社會安全感評價。個人經濟狀況評價和社會安全感評價分別是影響微觀指數和宏觀指數的首要因素，但是受訪者對這兩個因素的評價則比較低。

第三，大城市養老資源較充足，老年人自我保障能力強；中小城市適於居住，其中成都最好。三個城市（北京、上海、廣州）的老年人對於生活的宏觀和微觀滿意度高一些。資料顯示，大城市擁有更充足的養老資源，表現為老年人對社會保障，家庭生活滿意度以及人際關係的滿意度高於中小城市；大城市老年人的自我保障能力強於中小城市，大城市的老年人對個人經濟狀況、健康狀況、物價變動承受能力的評價更高。成都、瀋陽、西安、武漢的老年人態度則更積極，在居住環境上中小城市也表現得更好一些。資料顯示成都是最適合老年人居住的城市，在居住環境、消費信心、生活便利性、社會安全感等方面的表現甚至超過北京、上海等城市。這說明在關注老年人生活品質的同時，也需要考慮由於城市規模、性質等不同而產生的差異性問題。

第四，老年人“重子女、輕自己”，在家庭中的權威性角色弱化。在老齡社會的發展過程

中，家庭代際重心已經發生轉移，現代盡孝已經逐漸向社會意義轉變。老年人和家人的交流頻率不高，並且大部分老年人（91.5%）都或多或少會給子女進行經濟支持，而且其中有四分之一（25.1%）的受訪者認為壓力較大。儘管如此，老年人對於子女孝順程度的評價卻比較高，略高於比較滿意。說明老年人“重子女，輕自己”，對子女的壓力比較理解，甘願為子女犧牲。在對家庭付出的同時，老年人考慮問題也是圍繞子女轉。表現在對待養老問題、再婚問題上多會為子女考慮。有超過六成的受訪者對於第三方贍養老人的方式表示理解，在再婚問題上三成表示反對，其中三分之一是擔心會給子女丟臉而反對再婚。老年人的家庭權威性角色弱化，主要表現在家庭話語權方面，能夠徵求老人意見並聽取意見的晚輩僅占4成左右。同時也有資料說明老年人的家庭權威角色正在向社會性的角色轉變，83.6%的老年人表示受周圍人尊重的程度較高，同時他們對於社會的尊老愛老風氣也比較肯定，分值超過3分（5分滿分）接近於比較滿意。

第五，自我養老信心不足，抑制型消費為主。目前中國60歲以上的老年人生活來源主要依靠退休工資，自我供養能力低，在經濟上一般處於社會的弱勢地位，通常依賴思想較為嚴重，缺乏自我養老意識，多數把希望寄託在社會或是家庭上。調查顯示，對於受訪者來說在生活上目前幫助最大的是家人（56.4%）。未來最應依靠的人也是家人（65.5%）。除了家人和自己以外，也有13.6%的人認為最應該依靠政府。經濟上的信心不足，除了表現為對家人和政府的依賴還決定了老年人的消費觀仍然是抑制型消費為主，表現在34%的受訪者基本上只買生活必需品。

第六，關注社會事務，但多為被動參與；生活內容單一，存在數位鴻溝。資料顯示，老年人除了對保障以及安全問題比較關注以外，對於下崗就業、環保、經濟發展水準等問題也都給予了一定程度的關注，說明這一線城市老年人對於社會熱點問題的敏感度和關注度都是比較高的。但是他們的生活內容比較單一、被排斥在社會生活之外的狀況比較嚴重，表現在85%的老年人每天最重要的事情是看電視，61.8%的老年人的生活中家務勞動成為主要內容。說明老年人的休閒生活過分依賴媒體，被動接受多，對文化娛樂活動和公益活動參與得較少；也說明他們還缺乏休閒

⁵王樹新，高杏華·評價老年人口生活品質的主要因素指標及原則·上海：老齡問題研究·2002年第9期。

的心理準備和休閒技巧的儲備，還不會享受閒暇。和年輕人相比老年人的數位鴻溝比較明顯，表現在老年人的家庭現代化設備的擁有率和使用率都比較低，除了電視以外，電腦、手機、數碼相機等的擁有率都不高，最高的手機擁有率是40%左右，但是會使用的比例不高。⁶

占人口10%的老年人群無疑是和諧社會的重要組成部分，從零點公司的調查可以發現老年人的生活存在許多不和諧因素，在肯定老年人的積極樂觀心態的同時，也需要注意給老年人創造更好的途徑融入社會生活，提升老年人人際關係的廣度和深度、提高老年人的社會地位，從而推動老齡群體以及社會以更積極的態度實現積極老齡化。

3. 提高中國老年人生活品質的對策

提高老年人的生活品質，根本在於加強經濟發展，壯大國家經濟實力。但在經濟發展和社會轉型過程中，老年人的生活品質又受到各方面因素的影響，有其自身的特殊性。因此，提高老年人的生活品質是一個漸進的過程，需要政府、社會、家庭和老年人自身的共同努力，從多方面採取綜合措施。

第一：進一步建立和完善符合中國國情的老年社會保障體系。為提高老年人生活品質奠定基礎。中國現行的城市保障制度已顯落後，改革勢在必行。改革的重點應放在擴大覆蓋面，多管道籌集養老保險基金；對已退休人員實行養老補償辦法，解決好養老保險基金、個人帳戶“空賬”問題；保證養老保險基金保值增值，強化政府宏觀調控職能，淡化國家行政干預作用。國家應實行“逐步轉向多層次養老保險”制度，在繼續鼓勵老年人自養、家庭贍養的基礎上，在條件成熟的地方，著手興辦老年福利設施，開展農村老年服務。

第二：加強對老年病的研究與防治工作。由於老年人自身生理特點，老年人身體及精神發病率很高，全面的衛生保健服務是改善老年人健康狀況的重要措施。政府有關部門要建立專門的老

年病研究與防治機構，大力開展老年人健康教育，改變一些不良的生活習慣和不合理的營養攝入，定期開展健康檢查，做好老年病的早期發現、早期診斷和早期治病，控制疾病發展，降低常見老年病的發病率和致殘率。農村要進一步發展和完善多種形式的合作醫療制度，擴大統籌範圍，加強醫療保險資金管理。建立健全二級醫療預防保健網，滿足老年人基本醫療需求，不斷加大衛生下鄉、衛生扶貧的力度。堅持全程健康教育和

管理。

第三：大力發展社區助老服務，滿足老年人的特殊需求。改革開放後中國城鄉老年人社區建設和服務有了一定的發展和提高，但距老年人的需求仍有相當大的差距。當前，各地應努力完成國家下達的發展社區服務的任務。2002年國家民政部、教育部、國家體改委等4個部委聯合發文，提出社區服務業的發展目標是本世紀初基本建成多種經濟成分並存、服務門類齊全、服務和管理水準較高的社區服務網路，85%以上的街道興辦一所社區服務中心，一所老年公寓(托老所)，一所殘疾人救托所和一所以上的托幼機構。開展老年服務最重要的是要創建以政府扶持、非政府機構承辦的社會化服務體系，既要避免完全由政府包辦，又要避免完全推向市場的傾向。同時，要建立一支以專業社會工作者為主、志願服務者為輔的隊伍，將老年服務作為一項重要社會工作開展起來。

第四：關心和重視老年人的精神文化生活。老年人的生活品質既表現在物質上，更表現在精神上、感情上。老年人對生活並沒有太多的要求，最大的願望就是能夠得到感情上的安慰，尤其是得到兒女們的體貼和關懷。所以，弘揚中華民族養老、敬老、助老的傳統美德在當前仍有現實意義。由於中國社會經濟的發展狀況和傳統觀念的影響，中國養老的模式還是以家庭和社區結合為主，社區應針對老年期的生理和心理特點，建立和完善老年人協會等老年社團組織，興辦老年大學、老年健身和文化設施、老年活動中心等老年活動場所，引導老年人參加各類積極健康的社會活動。為了營造一個良好的敬老、愛老、助老的環境，政府部門要制定敬老優待政策，切實保護老年人的合法權益。老年人所在的社區要定期走訪、慰問老年人，使他們感到社會在關心他們，消除他們的社會隔離感。

⁶零點調查公司·中脈科技集團·中脈老年生活品質指數報告—2005年度報告·www·sina·com·cn·新浪網
2005年10月19日

老年人是一個龐大的社會群體，他們是和諧社會的重要組成部分。如何讓老年人“老有所養、老有所醫、老有所教、老有所為、老有所學、老有所樂”，逐步完善包括養老保障、醫療保險、服務保障、權益保障等在內的老年保障體系，進一步提高老年人的生活品質，對於社會和諧穩定的發展與建設具有不可低估的積極意義。

of Technology, Guangzhou 510090, China

閻安（1966——），女，河南安陽人，廣東工業大學文法學院社會學教研所講師，碩士，中山大學社會工作系訪問學者。主要研究方向：老年社會工作、社會福利制度和社會保障。

作者簡介: Yan An, Law School, Guangdong University