

• 综 述 •

积极老龄化背景下时间银行互助养老研究现状

安雅梦, 邸腾森, 王妍妍, 刘璇, 韩欣彤, 宋子贺, 袁文康, 赵燕

Collaborative elder care in the form of time banking under the context of positive aging An Yameng, Di Tengsen, Wang Yanyan, Liu Xuan, Han Xintong, Song Zihé, Yuan Wenkang, Zhao Yan

摘要: 介绍时间银行的内涵及特点,该模式在国内外的发展现状,以及在我国发展中遇到的障碍。提出我国发展时间银行互助养老模式应在借鉴国外经验的基础上,从本国国情出发,制定相关的政策及制度,建立多元化的资金来源和信息管理平台,加强公众的认知和参与度,以及扩大社区志愿服务者的队伍和服务素质。

关键词: 积极老龄化; 时间银行; 互助养老; 综述文献

中图分类号: R473.2; R212.7 **文献标识码:** A **DOI:** 10.3870/j.issn.1001-4152.2021.11.094

随着世界经济与健康水平的不断提高,人口数量逐年攀升,老龄化速度不断加快。据有关专家预测,到2050年,我国老年人口总数将达4.8亿,届时约占世界老年人口的四分之一^[1]。老龄化进程加快带来的问题也不断发酵:老年福利保障压力增大,家庭养老功能削弱,养老护理人员资源短缺等,使养老压力不断攀升^[2]。2002年,世界卫生组织在第二次老龄化问题世界大会上正式提出“积极老龄化”理念^[3]。2017年2月,我国在《“十三五”国家老龄事业发展和养老体系建设规划》中提出“培育积极老龄观”^[4],这一概念也正逐渐被人们所熟知。在此背景下,时间银行互助养老模式的优势逐渐显现。本文旨在综述积极老龄化背景下时间银行互助养老模式的内涵、特点及国内外发展现状,分析其发展障碍并提出科学合理的应对措施,推动我国时间银行互助养老模式向好向前发展。

1 时间银行的内涵和特点

1.1 时间银行的内涵 时间银行概念最开始由Cahn^[5]于1980年提出,他认为这个概念有五个核心价值观,即人的价值性、重新定义工作、互惠原则、社交网络和互相尊重,并建议寻找像银行这样的服务机构,这个想法与文明社会所建议的概念相似——“今天服务,明天就可以享受服务”^[6]。随后时间银行被广泛接受,世界各国针对国情进行了不同程度的发展,也有许多不同的叫法,如“时间货币”“照顾货币”“时间储蓄”等^[7]。时间银行是一种非盈利性质的互助养老模式,其主要受众为低龄老年人以及其他年龄的志愿者和组织,通过为高龄老人或生活有困难的老年人提供其需要的服务形式,来积累自己的志愿时长,并能在自己需要时换取等时长的志愿服务,也可

进行实物兑换^[8],同时改善人们的身体状况和心理健康^[9]。通过引入“银行”的概念,将劳动和志愿服务量化,来实现时间的存储和提取,以及志愿服务的双向化,并能保证“收支平衡”^[10]。

1.2 时间银行的特点

1.2.1 社交性 时间银行养老模式与其他养老模式最大区别是实现了老年人之间的双向互助,尤其体现在低龄老年人为高龄老年人以及生活不能自理者提供的照护。在时间银行里,每一个服务者都是“被服务者”,在付出自己劳动与知识后可以获得等值的服务,不用担心存进的时间会贬值。这种模式通过老年人之间的互助来满足个体养老需求,在有效利用低龄老年人资源的同时还满足了老年人的照护、精神和社交等需求,实现自身价值,对积极老龄化的进程有促进意义。

1.2.2 非营利性 与机构养老不同,时间银行以社区为中介,社区工作人员和志愿者对服务内容与时长进行分配后,直接让志愿者与被服务者接触,来完成养老服务过程。在科技化的今天志愿者只需要通过网络等方式将服务的时长累计并将具体工作内容记录清楚,这种以时间换时间的形式使得服务过程不涉及收费问题,因此不需要第三方即以盈利为目的的机构介入其中,减少了养老服务的开支,并能合理利用社区低龄老年人力资源,实现积极老龄化。

1.2.3 平等性 时间银行系统的基本理念是共同制作,在这一中心理念内,政府、服务的提供者、接受者、受益家庭和社区的目标是建立平等和互惠的公共服务体系。时间银行系统内不存在级别的高低,所有用户在时间银行中的身份是相同的,每个人既是时间银行的使用者,也是参与者^[11]。用户自主参与志愿活动,为以后自己享受同等服务积累时数,时间成为唯一的“货币”,且不会被用来作比较。同时尽管服务内容不同,但服务的时间以及志愿服务的爱心是相等的,也从侧面反映了“劳动不分贵贱”的公平意识^[12]。因此能够使志愿者之间平等交流、等价交换,拉近人与人之间的距离,缩小因物质因素和社会关系造成的

作者单位:河北医科大学护理学院(河北 石家庄,050031)

安雅梦:女,本科,学生

通信作者:赵燕, hulizhaoyan@126.com

科研项目:河北省高等学校人文社会科学研究项目(SQ151144);河北医科大学大学生创新项目(USIP2020141)

收稿:2021-01-26;修回:2021-03-15

身份差距,有助于传播“人人平等”的思想。

2 时间银行互助养老模式

2.1 国外发展概况

为应对日渐攀升的养老压力,缓解护理人员短缺的困境,解决当下养老照护中存在的问题,各国相继开展了对互助养老模式的探索。

2.1.1 美国

2.1.1.1 发展概况 时间银行的概念及体系由美国提出并推广,解决了社区发展、卫生、教育和青年司法等许多问题,它旨在提供一种新的方式来考虑公民的角色,以增强其信心、技能和能力^[13]。目前主要用于解决养老方面的问题,注重以积极的视角看待老龄化,提高低龄健康老年人的资源利用,实现老年人之间的互相帮助,并为老年人提供了更多消费和赚取货币的机会,促进人与人之间的互动^[14]。目前有将近 500 所运营良好的地方时间银行,大多都采取 Cahn^[5]设计的时间银行系统,并通过互联网进行统一管理,方便记录服务与被服务时长。较具有代表性的是密苏里州的老年志愿者服务银行 (Older Volunteer Service Bank) 和长老计划 (Elder Plan)。

为保证服务过程的正常进行,志愿者正式服务会接受统一的至少 6 h 的培训,主要包括针对老年人的生理、心理、伦理以及急救等知识的培训^[15],同时还要接受每年定期培训,以保证服务过程高效优质,也能帮助老年人提高老年护理相关认知。此外,为保证服务双方的合法权益,推动时间银行的发展,美国相继出台了优惠政策及法案等。

2.1.1.2 运行模式 在美国,时间银行采用总行一分行的形式进行管理,总行负责统筹运营管理,各地设立的分行在坚持总行制定的基本战略前提下,根据各地实际情况制定自己的发展策略,同时保证总行与分行之间通过统一的管理平台实现有效对接^[15]。

主要服务对象为老年群体,多由低龄健康老年人为高龄老年人提供,随着不断发展,越来越多的年轻志愿者参与其中。时间银行提倡所有的志愿服务都是基于志愿者的爱心、责任和个人能力等,不存在服务内容的差异,所以无论接受或提供何种服务,只根据服务时长进行区分,以小时为单位计量,即 1 h=1 时间货币。在老年志愿者服务银行中规定每次服务的最长时间为 6 h,服务项目较为单一,仅可以为独居老人提供临时性的照料服务^[16],专业性不强。累计的时间除可供志愿者本人及其家人换取自己被服务的时间外,还可以选择获得一些费用减免和折扣等优惠^[7]。长老计划则更为灵活,为老年人提供多样且贴合实际需求的服务,增加了娱乐方面的活动,如健身俱乐部等,注重增强老年人的幸福感。在兑换规则方面,除了换取等长的志愿时间外,志愿者还可选择用积累的时间支付部分保险费和其他医疗保健项目。

2.1.2 日本

2.1.2.1 发展概况 日本的时间银行发展较为复杂,1973 年世界上第一所时间银行——志愿者劳动银行 (Volunteer Labor Bank, VLB) 由一名家庭主妇建立,是一个较大的全国性网络组织,主要对象为家庭妇女,起初是通过物物交换的形式来解决战后人们的生活需求,而后逐渐衍生出时间之间的交换^[17]。

1994 年,日本建立了另一个以时间银行为基础的也是最具代表性的义工俱乐部——Nippon 积极生活俱乐部 (Nippon Active Life Club, NALC),其核心理念是自助、互助、志愿和有价值的人生^[10],主要成员为已退休或即将退休的老年人。在不断发展的过程中,至今共设立了 134 个分支机构,成员已有两万六千余人,除了老年人外还包括许多年轻人。NALC 中设有专业的协调人员,并定期对他们进行培训,实现组织内部的协调。同时,俱乐部还成立了老年人福利研究中心,为政府制定相关政策提供依据。日本政府也会为时间银行提供政府补贴,保证机构的正常运行。

2.1.2.2 运行模式 和美国相似,NALC 也是通过积分的形式将志愿时间进行累计,但积分的多少会根据志愿者的服务项目以及服务对象进行区分,不仅仅把时间作为唯一的衡量标准,更具有灵活性和多样性。积分兑换没有时间和使用者的限制,志愿者可以选择即时兑换服务或者等到自己需要时再兑换;积分使用权除本人及其父母、配偶和未成年子女外,还可捐赠给他人。当积分持有者去世,剩余的积分会被收回;没有积分的用户可以通过 500 日元/h 的方式进行购买^[16]。俱乐部还会经常组织许多社会活动,如与老年人相关的讲座,为老年人提供咨询服务,帮助老年人解决问题,以更好地满足他们的各种需求,从而提升老年人的生活质量。

2.1.3 英国

2.1.3.1 发展概况 英国对于弱势群体的关注较早,有着悠久的志愿服务文化历史。1998 年成立了第一所时间银行,随后迅速发展,至 2006 年已有一百余所时间银行正在运行和发展。近年来时间银行的业务一直稳步增长,其动力来自重建社会网络和邻里支持^[18],有相当多的人通过交换时间的方式来获得自己需要的帮助,成功地让社会排斥和弱势群体参与到社区活动中,极大地增强了他们的信心和幸福感,同时为挑战不公平的社会制度和创造不同价值观盛行的空间开辟更多的可能性^[19]。尽管缺乏大规模、高质量的研究,英国的时间银行仍在持续增长^[20]。

英国政府在时间银行的发展过程中起到了很大的推动作用,制定了许多政策与法规等^[21]。为了提升公民参与时间银行互助养老的积极性,政府还出台了减税免税等政策法规,公众的认知度相对较高。时间银行由英国政府和基金会共同资助,且不需要向政

府交税,并通过论坛的形式,让志愿者和被服务者都可以参与其中进行讨论、分享心得经验等,更好地解决服务过程中遇到的问题^[22]。其志愿服务强调每个人的参与,更加注重志愿者在服务过程中的体验,还会针对不同的服务对象设立相应的志愿服务项目,以此来改善人们的生活。比较具有代表性的是斯通豪斯公平份额(Stonehouse Fair Shares)与莱西格林时间银行(Rushey Green Time Bank)。

2.1.3.2 运行模式 在政府的帮助和宣传下,时间银行提供了多种志愿者服务,参与者不单是老年人。如和基层难民组织合作,在多地开展工作,帮助难民融入与就业,此外还有针对帮助精神健康有问题的退伍军人等的特殊服务。时间积分还可以充当补充货币,在许多社区中也被当作公民信用评价指标^[23]。

2.1.4 瑞士

2.1.4.1 发展概况 瑞士的时间银行以基金会的形式由联邦社会保险部于2012年开发,并与各种社会组织合作,其主要目的是让老年人更好地自主生活,获得帮助以及精神慰藉。由于政策及兑换制度的不完善,目前未在全国范围内推广。

2.1.4.2 运行模式 主要服务对象是能自主在家生活的老年人,养老院、护理院为次要考虑,且每位参加时间银行的志愿者,最多仅能累积750 h。服务内容除一般的养老服务外,还包括一些休闲服务以及提供陪伴、帮助老年人购物等^[24]。志愿者在正式开始服务前需要经过基金会工作人员的面试,成功后签订合同,志愿者储存的时间会记录在个人账户内,通过银行卡实现时间的存取。当需要服务时可提出申请,时间银行核对信息后会安排相应的志愿者。对于已经存储了时间却由于其他原因没有使用的老年人,时间银行会将其折合成一定的金钱或物质返还给老年人或其继承人。

2.2 国内

2.2.1 发展现状 时间银行于20世纪90年代末引入我国,主要应用于养老护理服务,目前仍处于探索阶段。2008年起,我国时间银行经历了快速发展,影响范围逐渐由沿海城市扩展到内陆城市,但试点规模普遍较小,主要以社区为依托,以老年人为主要服务对象,不同地区之间存在着明显的差异。随着探索发展,一些时间银行的组织结构和管理等日渐完善,并通过网络、应用软件等平台进行推广^[25]。

民政部起草的《慈善事业促进法》为志愿服务者提供了法律保障,有利于壮大志愿者队伍。中国乡村振兴战略的实施为农村实行时间银行互助养老奠定了良好基础,以家庭养老为基础的互助养老为中国提供了低成本、高质量的养老模式,为中国应对老龄化提供了战略性选择^[26]。同时在农村地区加强硬件设施建设,注重时间银行互助养老观念的培育,传播基础照护知识,建立乡村互助体系,完善时间银行在广

大农村地区的发展。

2.2.2 运行模式 我国时间银行的运行模式以互助养老为主。最早的时间银行出现在1998年,上海市虹口区晋阳居委会以国外时间银行为基础进行了发展,建立以养老服务为中心的“爱心时间银行”互助养老模式,倡导低龄老年人为高龄老年人提供志愿服务,累计的时间用来换取日后自己需要的服务时长。南京市建立了一套完整的时间银行操作系统,包括政策支持、信息系统及资金保障机制等^[27]。时间银行招募个人志愿者和团体志愿者,以空巢独居老人及存有时长的60岁以上的老年人为重点服务对象,开展助餐、助浴、助洁、助急、助医5项服务,保障高龄老年人安度晚年生活。此外还设立时间银行专项基金,由福彩公益金保障,鼓励社会捐助。浙江金华的时间银行在第三方组织的参与下进行培育和创建,利用特有的专业人员优势在社区内建立时间银行,主张社区内的低龄健康老年人为孤寡高龄老年人提供其需要的帮助,并将帮扶的时间存储起来,等到日后需要时可以换取相等时长的服务^[10]。温州的时间银行除了可以换取志愿服务或兑换成生活用品外,还能兑换成相应的医疗服务和医疗支出。在我国农村,时间银行互助养老模式也在全国各地得到发展。山西省晋中市东阳镇车辋村的时间银行招募留守妇女、低龄老人做志愿者,由卫生部门负责统一管理培训,为村里老人提供养老志愿服务,并将其服务项目、时间、次数等存储,待以后服务者本人或者亲人需要时支取^[28]。山东省邹城市黄广村安排60岁以上农村空巢老人集中居住,低龄老人帮助高龄老人,身体好的照顾身体弱的,自愿结合,相互帮助^[26]。

3 时间银行互助养老模式发展障碍及对策

我国时间银行仍处在发展和探索阶段,面临着许多考验,例如政府的政策支持、时间银行的通存通兑性、其他成员的参与度等^[29]。

3.1 国家层面:引导政府责任回归,增强人才交流与培养 我国已有的时间银行多由社区开展,缺少政府及正规机构的支持,未在大范围建立完整的体系,不同地区的时间银行之间出现无法通存通兑等问题^[22]。此外,志愿者评估和激励机制还不完善^[30],合法权益也得不到有效保障,志愿者队伍的建设成为一大难题。建议国家有关部门结合人民群众的实际需要,制定志愿服务内容并细化服务标准,完善相应政策及法规,提供高效便捷的医疗服务和法律保障。发掘并培养相关人才,吸取国外优秀经验,从我国社区护理的现状出发,继续深化养老服务业相关领域的体制改革^[31],发展中国特色的社区互助养老服务。广泛招收人才及合作企业,积极整合各方社会力量,同时建立第三方平台的监督机制,确保时间银行系统内的“公平、公正、公开”。

3.2 管理层面:完善相关运营平台,建立以统筹层次

为形式的机构 社区缺乏完善的信息化管理制度,志愿者的技能、知识水平参差不齐,无法提供优质高效的志愿服务。可以借鉴美国的经验,设立全国总行,并设立各分行,与之实现有效对接,保证分行间形成联系紧密的管理体系;构建政府—社区—家庭多层次、多主体的时间银行互助养老体系,以实现共同发展^[32]。通过完善的互联网平台进行管理,建立个人信息电子档案,提供针对性的特色服务。

3.3 志愿者层面:加强志愿者服务的专业化培训,制定照护知识培训体系 时间银行主要服务于老年人,这就要求志愿者掌握一定的专业护理知识及技能,但由于缺乏统一的培训及管理,目前我国时间银行中能提供的服务仅限于日常照护方面。建议由政府出台政策,确定培训的基本纲领,鼓励各地根据老龄化程度及志愿者的实际情况,采用多种培训形式,保证培训的有效进行。根据不同护理服务的难度进行明确的等级划分^[33],与专业医疗机构合作,针对护理难度较强的工作定期组织培训,提高志愿者的专业服务水平。

3.4 公众层面:加强媒体宣传,结合传统观念扩大公众认知及参与程度 志愿者是时间银行的核心,没有志愿者的参与,互助志愿服务难以持续进行。通过线上媒体的形式如公益广告等进行宣传,结合我国传统互助思想进行解释,让志愿者下社区宣讲,吸引鼓励公众参与,提高参与积极性,为时间银行的本土化运作提供思想指导。充分整合周边高校资源,如可通过医科类高校与时间银行签订服务协议的方式,让高校学生、社区卫生服务中心医护人员等作为志愿者参与其中;将社区时间银行设为学生的实践基地,社区提供实践平台,医科类高校提供理论指导和人力资源^[34]。同时扩大志愿者队伍,广泛吸纳社会中符合条件的志愿者,而不仅局限于低龄老年人,从而提高志愿服务质量。

4 小结

以积极老龄化视角来看,大力发展时间银行,有助于营造互助、和谐、友爱的社会氛围,为老年人提供健康快乐的晚年生活。为了提供高质量的志愿服务,应在系统内构建照护知识培训体系,对低龄老年人进行统一的培训,同时也能增加他们对于自我照护的认知。建议鼓励有经验的高年资护士进入社区提供专业的居家护理服务,或培训资质较强的低龄老年人,而后由其在社区进行逐步扩展,形成一套完整可发展的照护培训体系。此外,由于受到年龄、身体状况等方面的影响,老年人接受知识的能力普遍低于年轻人,鼓励年轻人的参与也成为时间银行的一个发展方向。

参考文献:

[1] 张欣悦.我国人口老龄化的现状特点和发展趋势及其对策研究[J].中国管理信息化,2020,23(5):195-199.

[2] 蔡婷婷,曹梅娟.国内外时间银行下的互助养老模式研究现状[J].护理学杂志,2016,31(10):111-113.

[3] WHO. Active ageing: a policy framework[EB/OL]. (2002-04)[2020-11-12]. https://www.who.int/ageing/publications/active_ageing/en/.

[4] 中华人民共和国国务院.“十三五”国家老龄事业发展和养老体系建设规划[EB/OL]. (2017-02-28)[2020-11-23]. <http://www.mca.gov.cn/article/gk/ghjh/201804/20180400008485.shtml>.

[5] Cahn E S. No more throw away people: the co-production imperative[M]. 2nd ed. Washington, D. C.: Time Bank Org, 2004:50-168.

[6] Zhang J Q. Time bank: exploration on pattern of residence for the aged under shared economy [C/OL]. (2017-02)[2020-12-06]. <https://doi.org/10.2991/hss-17.2017.88>.

[7] 贺莎莎,孙建娥.时间银行——互助养老新模式[J].宜春学院学报,2018,40(2):26-29.

[8] 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(1):68-74.

[9] Lasker J, Collom E, Bealer T, et al. Time banking and health: the role of a community currency organization in enhancing well-being[J]. Health Promot Pract, 2011, 12(1):102-115.

[10] 致远.公平收支乃“时间银行”生命线[N].广西日报,2020-03-26(010).

[11] 李海舰,李文杰,李然.中国未来养老模式研究——基于时间银行的拓展路径[J].管理世界,2020,36(3):76-89.

[12] 王晓斐.关于国外时间银行的发展经验探究[J].知识经济,2019(19):35-36.

[13] Gregory L. Time and punishment: a comparison of UK and US time bank use in criminal justice systems[J]. J Comp Soc Welf, 2012, 28(3):195-208.

[14] Collom E. Engagement of the elderly in time banking: the potential for social capital generation in an aging society[J]. J Aging Soc Policy, 2008, 20(4):414-436.

[15] 任素娟,张奇.中美互助养老“时间银行”模式对比研究[J].医学与哲学,2020,41(1):50-53.

[16] 李明,曹海军.老龄化背景下国外时间银行的发展及其对我国互助养老的启示[J].国外社会科学,2019(1):12-19.

[17] Lietaer B. Complementary currencies in Japan today: history, originality and relevance[J]. Int J Community Curr Res, 2004, 8:1-23.

[18] Gregory L. Resilience or resistance? Time banking in the age of austerity[J]. Contemp Eur Stud, 2014, 22(2):171-183.

[19] Gill S F. Growing cohesive communities one favour at a time: social exclusion, active citizenship and time banks [J]. Int J Urban Reg Res, 2003, 27(3):699-706.

[20] Lee C, Burgess G, Kuhn I, et al. Community exchange and time currencies: a systematic and in-depth thematic review of impact on public health outcomes[J]. Public