

# 增能视角下农村空巢老人精神赡养困境及 解决对策

——以黔南州X村为例

龙世英

贵州大学公共管理学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2023年11月3日; 录用日期: 2023年12月12日; 发布日期: 2023年12月21日

## 摘要

随着社会转型的不断加速, 乡村人口大规模向城市流动, 导致农村留守和空巢现象日益凸显, 形成了大量的农村空巢老人群体。通过对贵州省黔南州X村的调研, 发现该村的空巢老人处于社会支持的弱势地位, 他们长期面临着缺乏生活照料、情感孤独和精神落寞等问题。因此, 为了解决农村空巢老人的精神赡养问题, 本文采用增能理论视角, 提出了从个人、家庭、人际、社区和环境等五个方面来加强社会支持体系的构建。

## 关键词

农村空巢老人, 精神赡养, 增能, X村

# Empowerment Perspective on the Dilemma of Spiritual Support for Rural Empty-Nest Elderly and Solutions

—A Case Study of X Village in Qiannan Prefecture

Shiying Long

School of Public Management, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: Nov. 3<sup>rd</sup>, 2023; accepted: Dec. 12<sup>th</sup>, 2023; published: Dec. 21<sup>st</sup>, 2023

## Abstract

With the accelerating transformation of society, there has been a significant migration of rural populations to urban areas, leading to the growing prominence of left-behind and empty-nest phenomena in the countryside, resulting in a substantial population of rural empty-nest elderly. Through research in X Village, Qiannan Prefecture, Guizhou Province, it was found that the empty-nest elderly in this village are in a disadvantaged position regarding social support. They face long-term issues such as a lack of daily care, emotional loneliness, and psychological solitude. Therefore, in order to address the mental support needs of rural empty-nest elderly, this paper, from the perspective of the theory of empowerment, proposes the construction of a social support system from five aspects: individual, family, interpersonal, community, and environmental.

## Keywords

Rural Empty-Nest Elderly, Mental Support, Empowerment, X Village

Copyright © 2023 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

据国家统计局公布的人口数据显示, 2022 年末其中 65 岁及以上人口 20,978 万人, 占全国人口的 14.9%。随着人口老龄化的不断加剧, 空巢独居老人的数量也在不断增加, 中国空巢老人的数量已经超过了 1 亿人, 其中 70% 生活在农村, 由于农村地区普遍存在着人口外流和家庭分散的情况, 农村地区的空巢老人问题相对于城市地区可能会更加突出, 他们面临的困难和挑战也更加严峻。随着我国人民生活水平不断提高、农村社会保障不断完善, 尽管农村空巢老人的食、住、行、医疗等基本生活需求已经得到保障, 但他们在精神上受到的关注和关怀相对不足, 包括心理疏导、陪伴、社交、文化娱乐等方面。据国家卫健委发布的信息, 在 2019 年 6 月公布的数据显示, 我国的老年人心理健康情况不容乐观, 尤其是在城市和农村地区, 其心理健康率仅为 30.3% 和 26.8%, 老年人心理问题高发。而在农村的年轻人会选择到外地打工, 导致家中的老人独自生活而成为空巢老人, 由于自理能力较差, 缺乏精神关爱, 空巢老人的内心感到空虚, 长期的孤独、无助、抑郁等问题可能导致空巢老人身体健康的恶化, 也可能对家庭和社会造成矛盾和压力。农村地区的老年人面临着越来越严峻的精神赡养问题, 其解决势在必行。X 村位于黔南州都匀市南面, 地处城郊结合共有 1095 户 2950 人, 是以苗族、布依族、水族、汉族为主的少数民族村寨。区域面积 10 平方公里, 耕地面积狭小(共计 667 亩), 由于城镇化进程的加快, 人均耕地较少, 使得大批剩余劳动力不得不外出务工。现今 60 岁以上的老年人占比约 60.7%, 其中空巢老人数量占比约 53%, 为了深入了解当地空巢老人精神赡养的社会支持现状, 采取了参与观察和深入访谈的方式, 选择了五位空巢老人和两名村干部作为研究对象。通过多方面、多维度的了解, 期望为构建农村空巢老人的精神赡养社会支持体系提供实践参考。

## 2. 相关概念界定

### 2.1. 农村空巢老人

农村空巢老人通常被定义为在农村地区生活, 与子女或其他家庭成员分离, 独自居住或与配偶一起

居住，子女或其他家庭成员很少或几乎不回家探望的老年人。他们可能因为家庭成员离开农村到城市或其他地区工作、学习或生活，或者因为家庭成员去世、离婚等原因而导致空巢状态。在中国的农村地区，随着城乡分割的加剧和农村劳动力向城市的转移，家庭结构和社会结构都发生了很大的变化，导致部分老年人被留在农村地区独居或与配偶一起生活，丧失了家庭支持和关爱。通常，农村空巢老人还存在以下特征：缺乏社会交往和支持网络、经济状况不佳、健康状况较差、文化教育水平较低、生活困难等。这些因素可能会导致农村空巢老人面临心理、生理、经济等方面的问题。

## 2.2. 精神慰藉

精神慰藉可以促进老年人晚年幸福感的提升，以及推进健康老龄化的实现。当前在国内关于老年人“精神赡养”的概念尚未达成统一的界定。有部分学者认为老年人精神赡养应该涵盖老年人的社会、心理和文化方面的需求。他们强调老年人的社交和情感需求，认为老年人需要家庭成员、朋友和社区的关注和支持，以及开展有意义的文化活动，如参加社交、文艺、体育等活动。另一些学者则强调老年人精神赡养的重要性在于满足老年人对自尊、尊严和人格的需求。他们认为，老年人需要得到尊重、理解和支持，需要有权利和自主权，能够保持对生活的积极态度和信心，并且能够维持他们的独立性和自主性[1]。综合学者们的定义，本文将“精神赡养”定义为一种通过情感、陪伴、关注等方式，满足被照顾者心理需求的行为和过程。精神赡养不仅包括物质上的照顾，更重要的是通过互动交流，关注和支持被照顾者的情感和心理状态，促进被照顾者的自我实现和幸福感。精神赡养是一种人文关怀，具有相对的主观性，需要考虑被照顾者的特点和需求，适时地提供有效的支持和关爱。

## 2.3. 增能理论

增能理论是一种重要的现代社会工作理论，它强调通过给予个体能力，来增强他们的影响力和自我实现能力，特别是要重视挖掘和激发服务对象的内在潜能。通过积极的互动，个人可以更好地掌握自己的生活空间，增强自信心，从而更有可能实现自身的潜能[2]。本文旨在深入探究如何从多个角度发掘农村空巢老人的内在潜能，以满足他们的心理需求，缓解由空巢带来的孤独感，并帮助他们重新融入社会。

## 3. X 村空巢老人精神赡养困境

### 3.1. 空巢老人缺乏自我精神支持的意识

一是在农村地区，空巢老人普遍存在着缺乏精神赡养观念和精神养老的积极意识的问题。这些老人将赡养义务仅仅局限于基本物质生活的保障，而忽视了其精神上的需求。此外，农村空巢老人因为“家丑不可外扬”的传统观念，即便子女未能尽到精神赡养义务，也选择忍气吞声，空巢老人在精神赡养资源方面往往处于被动接受的状态，他们不愿主动争取外部资源[3]。在访谈中发现，一些农村老人往往依靠子女生活，但子女忙于工作，无暇顾及老人的精神健康。因此，老人会面临孤独、无聊等问题，但又不愿意给子女添负担，只能自我承受。这种压力使老人缺乏寻求外部帮助的勇气和意愿。

### 3.2. 家庭的代际支持功能不足，导致精神赡养的供养主体缺失

因为缺乏能够承担精神赡养义务的主体，X 村的老年人无法获得满足其情感需求的支持。大部分外出务工人员只能在每年的春节期间回家探望老人，但有些人甚至需要等上两三年才能回家一次。老人们长期以往的孤独状态让他们无人可依，没有人可以倾诉心事。在一次访谈中，有几位老人明确表示自己经常感到无聊，心情低落。因为他们一个人在家，没有人陪他们说话，这种孤独感导致老人对子女思念不断增加，电话成为主要的联系方式，但并不能提供有效的情感交流。因此，随着现代化进程的推进，

老人在子辈中寻找精神慰藉的机会越来越少，代际间的情感支持功能呈现出弱化的趋势，表现为“去情感化”的特征。受家庭结构的变化和社会价值观的改变影响，子女对老人的照顾责任逐渐淡化。另一方面，老年人对子女的期待也逐渐转向物质支持，研究显示，现代化带来的一些社会变革使得代际间的情感联系逐渐减弱，老年人与子女的交流越来越少，缺乏情感上的交流和支持。这种趋势表明，传统的孝道观念正在发生异化，家庭关系和谐度逐渐下降，需要引起关注和重视[4]。

### 3.3. 社区及社会组织提供的精神赡养资源匮乏

农村社区在为老服务方面存在两个主要问题。首先，由于基础服务设施的相对落后，老年人的娱乐需求无法得到充分满足。以X村为例，该地区的健身场地、棋牌室、图书阅览室等活动场所数量不足，且设备老旧，距离老人居住区较远，难以方便地进行活动。此外，老年人精神文化活动也较少，村干部表示主要因为经费和场地等问题，导致活动无法顺利开展。其次，X村缺乏专业的老年服务社会组织，如日间照料中心和养老服务机构。受到主客观因素的制约，这些社会组织在为空巢老人提供精神赡养方面的作用十分有限。

### 3.4. 政府在空巢老人精神赡养领域支持力度不够充分

一是目前政府在老人赡养方面过于强调物质支持，却忽视了老人精神上的需求。政府将大量的精力和资金用于经济发展，而社区服务的基础设施建设却未能得到充分重视，此外，专项资金的支持也存在着匮乏的现象。在与当地的老人交流中，他们表示当地政府主要关注老人的身体健康和提供物质方面的帮助，如节日慰问、补贴发放、健康体检等，而心理健康的支持仅有个别的小型社交活动中心，对于精神需求的回应较少。二是政府在农村地区对支持精神赡养方面工作投入相对不足，无法提供针对性和长期性的精神赡养服务，针对空巢老人的精神赡养缺乏制度保障，相关政策法规缺失且缺乏有效的监督机制。

## 4. 增能视角下农村空巢老人精神赡养对策建议

### 4.1. 个人增能：提高空巢老人精神养老自我效能

个人层面的增能，指的是发掘个人内在的积极意识和创造力，以提升自身的能力和素质。在精神赡养方面，最为重要的特征是以老年人为中心，即要关注和满足老年人的精神需求[5]。然而，老年人常常会出现自我封闭和消极厌世情绪等问题，老年人的精神幸福面临多重障碍，需要改变观念[6]。为此，他们可以通过“精神自养”丰富精神生活，培养兴趣爱好，以改善这种情况。通过学习、阅读等方式来不断充实自己的生活。这样不仅可以提升老年人的自我价值感，还可以让他们更加积极地面对生活，从而获得更多的精神幸福感。首先，学习和参与艺术和手工艺活动可以让空巢老人放松心情，并提高他们的自我价值感和成就感。例如，画画、绘画、编织、木工、陶艺等等。其次，在农村地区，农业生产和社区志愿服务是老年人较为常见的活动形式。空巢老人可以参与到当地的农业生产中，如帮助种植、收割等，也可以参与到社区志愿服务中，如帮助社区进行文化活动、环境保护等。这样可以让老年人感受到自己的价值和意义。此外，空巢老人可以通过参与健康保健活动，如广场舞、太极拳、健身操等，来保持自己的身体健康和心理健康。

### 4.2. 家庭增能：加强家庭精神赡养代际支持功能

家庭层面的增能，通过建立家庭共同照顾机制、增强家庭成员之间的互动和交流等方式加强家庭对空巢老人的精神赡养和代际支持功能。第一，加强配偶在生活照顾方面给予精神上的安慰和支持的能力。



在农村，由于家庭结构的变化，他们的子女大多已经离开家庭，这些老人往往会感到孤独和无助，需要家庭成员的关心和照顾。在这种情况下，配偶的精神慰藉功能尤为重要。配偶可以时刻关注老人的生活情况，给老人提供温暖和慰藉，让他们感到被爱和被关心。此外，在日常生活中，两人通过讨论一些琐碎的事情，可以有效地缓解孤独的情绪。在访谈中发现，老年人最大的幸福源于配偶的陪伴和关爱。对于丧偶老人来说，独自一人生活可能会让其感到无所适从，可以通过组建新家庭来解决，搭伴养老可以让多人共同分担生活压力，共同照顾家务和日常事务。第二，承担老人精神赡养主体责任的子代在行孝时应该注重老人的内在需求，了解他们的喜好、兴趣和心理状态，通过交流和沟通加深互相了解。同时，子女应学会换位思考，尝试站在老人的角度去看待问题，体验他们的感受和处境。此外，子女还应该注意对父辈进行有必要的文化反哺，子女可以更好地表达对父辈的关爱和尊重，增强代际之间的良性支持关系[7]。还可以促进父辈的心智健康，提高其生活质量，使他们更好地适应社会变革和人生转型期。在此过程中，子女应尊重父辈的兴趣和需求，倾听他们的想法和建议，建立双向沟通的良好关系。

#### 4.3. 人际增能：扩展空巢老人精神赡养人际网络

通过人际关系层面的增能，可以帮助弱势群体建立互助网络，促进个人与他人之间的合作，增强共同意识，并为问题解决提供途径[8]。对于空巢老人而言，他们可以从亲友邻居处获得情感支持和精神慰藉。在走访过程中，我们发现该村许多老人都习惯聚集在院坝或公路旁，一边晒太阳，一边交流聊天。他们会分享自己的生活经验，交流自己的感受，谈论当地生活琐事，这让他们感到生活有趣，也缓解了他们的孤独感和无聊感。作为农村空巢老人的日常交流群体，亲友邻居可以为空巢老人提供精神慰藉和情感支持，成为他们获得帮助和解决困境的重要途径，老人们可以在公路旁或田间地头聚在一起，交流生活琐事和当地新鲜事，增强彼此之间的联系。此外，在照顾空巢老人时，除了社区组织和志愿者的帮助外，亲友邻居也可以提供实质性的援助。他们可以陪伴老人就医、处理日常事务、照料家务等，因此，应该加强邻里之间的联系，鼓励空巢老人互相扶持，共同度过孤独难关，这样的团结合作可以有效地缓解老人的孤独感。

#### 4.4. 社区增能：强化社区及社会组织养老服务水平

第一，着力提升社区的互助功能是解决农村空巢老人的精神赡养问题的重要手段。建设老年活动中心，为老年人提供文化、娱乐、教育、健康等方面的活动场所，以缓解空巢老人精神的“疏离感”和“无力感”。此外，建立兴趣小组也是一种有效的策略，可以根据老年人的兴趣和需求组建小组，例如书法、绘画、音乐、舞蹈等，以增加老年人的社交活动和娱乐方式。同时，加强社区服务设施的建设，提高社区医疗保健、文化娱乐等服务的质量和覆盖范围，建立老年人心理健康档案，为他们提供及时有效的心理辅导服务。第二，为满足农村空巢老人的多样性情感需求，社会组织和专业社会工作服务可以扮演重要的角色。通过组建志愿者协会，动员更多的社区居民积极参与到空巢老人的赡养工作中来，为老人提供精神上的关爱和支持。如可以定期组织当地学生和当地机构工作人员进行“下乡入户”和“结对子”志愿服务活动，建立起老年人和年轻人之间的联系，为空巢老人提供家庭教育、心理咨询、健康检查等方面的服务，也可以与老人进行交流，了解他们的需求和想法，让老人们感受到社会的关爱和温暖，帮助他们解决生活中的问题，增强他们的社交和精神寄托。同时，可以在农村地区建立老年机构和社会工作站，为空巢老人提供养老、康复、娱乐等方面的服务，同时也可以作为志愿服务的基地，吸引更多的志愿者加入到服务队伍中来。

#### 4.5. 环境增能：创设支持空巢老人精神赡养的社会环境

环境层面的增能，旨在优化老年人与周遭环境的互动，建立促进老年人自主生活的规章制度，并提

高老年人获取外部环境资源的能力。第一，政府应当采取各种措施，如推广“孝道”文化，构建“爱老”“尊老”“敬老”的社区环境，并完善相应的法律法规。为了解决大众对于精神赡养意识的匮乏问题，政府有必要积极推动正确赡养观念的普及，对“孝老”“敬老”优秀模范家庭进行表彰，发挥乡土社会的舆论监督作用等。以X村为例，可以借助当地传统节日和文化活动开展宣传和表彰活动。第二，当地政府应积极创建有助于空巢老人精神赡养的相关政策环境。一方面，为避免老人的“空巢”问题，当地政府应根据当地的经济和社会状况，制定出切实可行的优惠政策，从而鼓励更多的年轻人留在乡村地区发展，另一方面，政府应当进一步完善养老保障政策，结合当地实际社会经济状况，因地制宜开展有关老年人精神赡养的政策制定工作。除此之外，政府还需提供实质性的帮助，以确保制定的政策真正地惠及到老年人。

## 参考文献

- [1] 杨焱, 罗庆媛, 于敏章, 等. 积极老龄化视角下农村空巢老人精神赡养困境及对策研究[J]. 劳动保障世界, 2018(10Z): 24-25.
- [2] 康蔚林, 罗丹. 增能视角下农村空巢老人精神赡养的社会支持体系建构[J]. 太原城市职业技术学院学报, 2022(6): 49-51.
- [3] 莫医铭. 论我国老龄人口精神赡养的伦理困境及出路[J]. 理论界, 2021(1): 89-94.
- [4] 尹丽欣. 社会工作视角下农村空巢老人养老困境分析研究[J]. 区域治理, 2021(24): 276-277.
- [5] 甘淑芳. 社会工作介入农村空巢老人精神赡养研究[D]: [硕士学位论文]. 南昌: 江西财经大学, 2020.
- [6] 李月. 中国农村空巢老人心理健康状况及影响因素分析[J]. 中国公共卫生, 2021, 37(2): 333-336.
- [7] 李蓉. 中国农村空巢老人心理健康状况及相关因素的研究[J]. 新丝路, 2021(4): 1.
- [8] 任婷瑛, 杨和平. 贵州农村空巢老人养老困境及其对策研究[J]. 魅力中国, 2021(13): 592-593.