

乡村振兴视域下农村空巢老年人心理健康促进的服务需求

——以揭阳市溪南村落为例

孙佳艳 潘艾倩

广州新华学院 广东 广州 510520

摘要:随着城乡发展不平衡的加剧,农村空巢老人数量持续增加,其养老问题日益突出。在乡村振兴战略背景下,探讨农村空巢老年人的心理健康服务需求具有一定的社会意义和个体价值。基于此,本研究以揭阳市溪南村落65位农村空巢老年人为研究对象,通过分析调查问卷数据,重点探讨了其居家养老过程中心理健康方面所面临的核心问题与迫切需求。要满足农村社区空巢老年人心理服务需求,需要遵循以老年人为核心、以预防为主要目标、以家庭为支撑、以多元化服务为手段、以社区为基础和以制度建设为保障的原则,多措并举推进农村社区空巢老年人心理健康服务需求体系的构建与完善。

关键词:空巢老人;农村老年人;心理健康;情感需求

引言:

研究背景:2020年第七次人口普查表明,农村老龄化达23.81%,比城镇高7.99个百分点。据预测,2035农村人口老龄化为45.16%,比城镇高18.34个百分点^[1];速度上,我国农村60岁及以上老年人占总人口达10%、20%和30%三个老龄化节点的时间均较城镇早10年左右。这说明农村比城镇更先进入重度老龄社会。此外,农村人口老龄化中高龄化更重、健康状况更差的特点也非常突出^[1]。在此背景下,农村空巢老年人因子女外出务工等原因,缺乏家人陪伴与照料,加之农村社会保障体系尚不完善,其心理健康状况相较于城市老年人及非空巢老人更为严峻^[2]。因此,关注并改善农村空巢老年人的心理健康,已成为当前养老工作的重要内容。

研究意义:(1)理论意义:本研究通过实地调研,丰富了农村空巢老年人心理健康服务需求领域的实证研究。运用活动理论和社会工作的专业技术进行分析,深入剖析其心理问题的成因,并寻求有效方法来改善和解决农村独居老人面临的心理问题,为老人提供更为完善的心理健康支持。(2)现实意义:随着经济发展与社会转型,养老问题已超越基本经济与生活照料层面,老年人心理健康日益成为衡量社会福祉的重要指标。因此,系统探讨农村空巢老年人的心理服务需求,对提升其生活质量、促进社会和谐具有显著的现实紧迫性与社会价值。

研究方法:本次调查采用问卷调查为主、半结构化访谈为辅的方法进行,就年龄结构、经济状况、人际交往、社会支持等问题进行了问卷调查和实地走访。本次发放调查问卷65份,回收有效问卷65份,有效回收率为100%。采用spss24.0对问卷数据进行分析。

1 农村空巢老年人心理健康现存问题

1.1 农村空巢老人普遍,情感支持显著缺失

“七普”数据显示,家庭户平均人口数降至2.62人,且60岁及以上老年人的家庭从2010年的1.23亿户增加到2020年的1.74亿户,呈现出家庭小型化、多样化和空巢化的趋势。纯老家庭户(家庭成员均为65岁及以上老人)的数量也在不断增加,农村地区3人及以上的纯老家庭户数量持续上升,空巢化伴随老龄化日趋普遍^[3]。这些数据都充分说明了人口老龄化的同时,空巢化越来越普遍。

表1 是否独居与子女联系频率单因素方差分析

是否独居	均值	标准差
是	2.97	1.97
否	1.69	1.23
F	10.151	
p	0.002	

调查数据显示,在面对心理问题或困难时,64.6%的老人首选向子女求助,其次为朋友(16.9%),另有6.2%表示无人可诉。约46.2%的老人每日可与子女见面或联

系，而 10.8% 的老人几乎与子女无沟通，反映出子女情感支持对老年人精神健康的关键作用。进一步分析显示，独居老人与非独居老人在子女联系频率方面存在显著差异 ($F=10.151, p < 0.002$)。独居老人子女联系频率均值为 2.97 (约每周一次)，非独居老人则为 1.69 (接近每日)，表明农村独居老人获得子女情感支持的频率较低。

随着社会发展，农村外出务工子女多通过电话、互联网等虚拟媒介与老人联系，情感交流呈现数字化、浅表化特征。加之代际价值观与生活方式的差异，共同话题减少，进一步削弱了实质性的情感沟通与心理理解^[4]，使老年人在心理困扰时更难获得有效倾诉与支持。

1.2 心理健康服务缺位，孤独感与健康密切相关

通过皮尔逊相关性分析检验老年人自评健康状况与孤独感之间的关系，结果如表 2 所示：

表 2 老人自评健康与是否有孤独寂寞感觉的相关性分析

	老人自评健康	是否有孤独寂寞感觉
老人自评健康	1	-0.403**
是否有孤独寂寞感觉	-0.403**	1

注：**表示在 0.01 的水平上显著

由表 2 可知，老人是否有孤独寂寞感觉与自评健康之间具有显著的负相关 ($r=-0.403, p<0.05$)，即孤独寂寞感觉程度越高，老人自评健康程度越低。

由此可见，老年人的心理健康需求得不到满足时，可能会出现身体机能减退，认知能力下降等问题。因此，满足老年人健康需求成为提高其生活满意度的关键。

在此背景下，必须重视并回应农村空巢老年人的心理服务需求，以防个体健康问题演变为社会治理难题，影响家庭、社区乃至社会结构的稳定。

1.3 社会支持网络弱化，代际与邻里联结疏离

随着交通条件的不断改善，人们更容易迁移到其他地区寻找更好的发展机会。这种迁移不仅带来了经济发展和个人成长的可能性，同时也深刻地改变了原有社区的社会结构和人际关系^[5]。传统邻里间的紧密联系逐渐变得疏远，居民之间相互了解和信任的程度也随之减弱。特别是在一些农村地区，老年人减少了与邻居的交流时间，这使得他们原本就有限的社交网络变得更加薄弱。

社会分层与社会排斥机制进一步边缘化了经济收入低、劳动能力弱的群体。农村老年人受年龄与体力所限，

常被排除在村庄社会活动之外，导致他们的社交圈越来越狭窄^[6]。部分老年人可能因健康状况不佳或出于自尊心的考量，而减少参与社交活动，这使他们更易感受到孤独和心理上的不适。^[7]日常生活中，农村老人的人际交往多局限于熟悉的环境和人群，这减少了他们对外界的需求，对新技术的使用较为有限。例如，尽管智能手机已经普及，但大多数老年人仅用于基础通讯，如接听电话或通过微信进行语音交流。受限于文化水平，他们极少发送或接收文字信息，加深了与外部世界的隔阂。

2 满足空巢老人情感需求的建议

2.1 强化政策支持和家庭关怀

以家庭为单位，为农村空巢老人提供精神与物质双重支持。在家庭结构变迁的背景下，带来了家庭空间的隔离和家庭功能（如养老支持）的弱化，农村老年人社会资源获取不足，成年子女与老年父母分离的增多进一步削弱了家庭赡养老人的能力，最终导致其心理健康水平下降。研究显示，通过将自己的子女托付给父母照料以及提高老年人参加社会活动的频率，可有效地缓解老年人的孤独感^[8]。政府可以出台物质激励政策，鼓励空巢老年人的子女返乡或者提供家庭照料服务，以提升空巢老年人的生活质量。返乡后，家庭成员应通过给予情感关怀、日常陪伴和健康关注等，综合介入并满足农村空巢老年人的心理健康服务需求。例如，陪伴支持方面，家庭成员可以经常陪伴老年人，一起聊天、看电视等，共同度过愉快的时光。

2.2 建立健全心理健康服务体系

以制度为保障，构建健全的农村社区心理健康服务体系。当前，农村地区心理健康服务普遍缺失，各级政府多聚焦经济发展，忽视精神层面的小康建设，尤其是空巢老年人精神世界的满足。目前，我国广大农村地区普遍缺乏有效的心理健康服务体系。研究表明，社区为老年人提供心理咨询服务，其老年人的心理健康程度和生活满意度均优于常规社区。^{[9][10]}为了满足心理健康服务需求，需要建立健全针对农村空巢老年人的心理健康服务体系，政府应出台政策明确支持农村心理健康服务，鼓励和引导社会力量参与其中。同时，政府需加大资金投入和人才保障。并通过多元化渠道宣传农村社区心理健康服务的重要性和益处，增强公众，尤其是农村空巢老年人对服务的认知和理解，提高其心理健康素养，增强专业求助意识和自助能力。

2.3 以多元化服务丰富精神世界

农村社区应为老年人提供多元化生活服务,以丰富农村空巢老年人的精神世界,使其过上高质量的幸福生活。研究发现,长期缺乏陪伴是社区老年人心理健康状况较差的主要原因,社区向老年人提供多元化的生活服务能够显著降低老年人的孤独感,对老年人心理健康

状况有一定缓解^[11]。通过建立心理健康服务的数字平台,运用 chat GPT 等信息技术和智能手段,让农村空巢老年人在家门口也能轻松了解心理健康服务信息、进行在线辅导答疑,同时促进社会上的心理咨询师、社工和志愿者等借助数字平台为老年人提供心理服务。

结 论：

本研究通过对揭阳市溪南村落农村空巢老年人的调查,揭示了其在心理健康方面存在的突出问题与服务需求。子女情感支持的缺失、孤独感与健康的相关性、社会支持网络的弱化等因素共同影响了该群体的心理状态。建议从政策支持、体系建设与多元服务三个维度出发,构建以家庭为基础、社区为依托、制度为保障的农村空巢老年人心理健康服务机制,从而提升其生活质量,促进社会和谐稳定。

参考文献：

- [1]原新,范文清.以人口高质量发展应对老龄化城乡倒置的挑战[J].中国农业大学学报(社会科学版),2024(2):83-95.
- [2]夏柱智.互助养老:积极应对农村人口老龄化的中国经验[J].东北农业大学学报(社会科学版),2023,21(02):1-10.
- [3]胡湛,彭希哲.中国当代家庭户变动的趋势分析——基于人口普查数据的考察[J].社会学研究,2014(03):145-166+244.DOI:10.19934/j.cnki.shxyj.2014.03.008.
- [4]王梦菲,杨光.乡村振兴视角下农村养老产业问题与策略研究[J].国际公关,2024,(12):37-39.DOI:10.1645/j.cnki.cn11-5281/c.2024.12.062.

645/j.cnki.cn11-5281/c.2024.12.062.

[5]赵炯.制度文化增权视角下农村互助养老的历史变迁、制度困境及对策优化[D].西北大学,2019.DOI:10.27405/d.cnki.gxbdu.2019.000014.

[6]赵炯.制度文化增权视角下农村互助养老的历史变迁、制度困境及对策优化[D].西北大学,2019.DOI:10.27405/d.cnki.gxbdu.2019.000014.

[7]王宫傲.中国老年人社会参与影响因素分析[D].吉林大学,2022.DOI:10.27162/d.cnki.gjlin.2022.001269.

[8]阳义南,李思华.社区养老精神慰藉服务对老年人心理健康的影响——基于多指标多因素结构方程模型.四川轻化工大学学报(社会科学版),2021,36(03):1-15

[9]杨磊,申鲁军,胡媛艳.社区心理健康服务对老年人生活满意度的影响机制研究.中国卫生事业管理,2018,35(05):329-331.

[10]占归来,李晨虎,赵立宇,等.社区心理卫生服务对老年人抑郁、焦虑、幸福感的影响.上海交通大学学报(医学版),2015,35(06):839-842.

[11]阳义南,李思华.社区养老精神慰藉服务对老年人心理健康的影响——基于多指标多因素结构方程模型.四川轻化工大学学报(社会科学版),2021,36(03):1-15.

基金项目：

广州新华学院 2025 年度大学生创新创业训练计划项目,项目名称:乡村振兴视域下农村空巢老年人心理健康促进的服务需求研究——以揭阳市溪南村落为例(项目编号:202513902092),项目类型:创新训练项目,项目类别:一般项目,指导老师:罗冰,曲楠楠

基于自理理论的新型智慧居家养老模式的探索与应用——虚拟居家养老服务平台的构建(项目编码:2022ZDJS153)

作者简介：

孙佳艳(2005.3—),女,汉族,广东潮州,23级在读本科生,学士学位,护理学专业,研究方向:老年护理学。
潘艾倩(2004.5—),女,汉族,广东惠州,22级在读本科生,学士学位,护理学专业,研究方向:老年护理学。