

直面悄然逼近的空巢危机

本报记者 赵笑梅 金亮 王乐

空巢老人，指身边无子女的老人夫妻或独居老人。专家认为，随着我国社会老龄化的加剧，家庭空巢化成为社会发展的必然趋势。数据显示，目前我国空巢老人家庭约占老年家庭的25%，人数已达2340万。预计到2030年，我国的空巢老人家庭的比例可能达到90%，届时我国老年家庭将“空巢化”。怎样面对即将到来的空巢家庭高峰？怎样解决日益突出的空巢危机？本报记者就此问题进行了专题采访。

——编者

空巢老人生活长镜头

镜头一：人老了还是愿意呆在“老窝”

65岁的赵教授和70岁的老人在古楼西安已经居住了三十多年，自两个女儿相继出嫁后就一直过着两个人的日子。两个女儿都远嫁异地，只有每年春节二老才能和女儿们团聚几天。前年底，大女儿生了孩子，至今也没能抽出时间回来看望老人，两位老人只能在照片上看看外孙。

以前赵教授总是抱怨老伴不沾家，退休后竟然比上班还忙——常常丢下自己一个人去开“院务会议”，饭做好了也不见回来。自从添了外孙，二老的生活方式有了一些改变：爱看报杂志的赵教授把一半阅读时间给了孙子的照片，老伴也带出去遛弯聊天的兴趣放在端详外孙的照片上。今年春天，两位老人觉得只在照片上看外孙实在不过瘾，就到北京大女儿家住了一个月。尽管与亲人团聚的喜悦和外孙的可爱让二老整天乐得合不拢嘴，但两人还是觉得在女儿家生活很不习惯——赵教授没有时间看书报了，老伴也因为找不到聊天对象而只能在屋里。考虑再三，二老决定回到西安，过起了从前的日子。

赵教授告诉记者：“我们已经习惯两个人的生活了，虽然一家人聚在一起很热闹，但还是惦记着我们的‘老窝’。人老了还是愿意呆在自己的‘老窝’啊！”

镜头二：孩子不回来的日子不好过

生活在北京的王老是一位有着73年军龄的老红军，虽然已是86岁高龄，但思路清晰，口齿清楚。71岁的老伴是位退休医生，身体很健康。王老的日常起居有老伴和警卫员照顾，生活上可以说没有任何忧虑。老伴一让王老牵挂的是三个子女和他们的孩子。每天王老念叨最多的是：“孩子们什么时候回来？”“多买些好吃的等孩子们回来！”王老在家里坐不住，总想出去走走。可刚出门没10分钟，王老又急冲冲地回家了——他担心哪个儿女或孙子突然回来错过了见面机会。每到周末，王老从下午5点开始就坐在家门口等孩子们回来，一等就是几个小时。



人备感温暖。贾宁摄

喜欢翻看儿女们的照片，愿意坐在门口等儿孙回家，为迎接儿女回家提前几天就开始准备……儿女们为了自己的事业一个个“离巢”拼搏，而一天变老“守巢”的父母们，只能用各种不同的方式排解心中的孤寂和落寞。

镜头三：低龄老人照顾高龄老人苦不堪言

沈先生和妻子都是上海一家国有企业的退休职工，儿子出国求学，女儿已成家生子。沈先生和妻子的生活基本上是互相照顾，两人从不和子女提及自己生活上的烦恼，子女所能给予的帮助和关照自然很少。

镜头四：人老了更要懂得享受

54岁的左先生和妻子是武汉著名商业街——汉正街的知名人士。两人原来都是下岗工人，后来自谋出路在汉正街经营服装多年，攒下了不少钱。夫妇俩有两子一女，小儿子在武汉大学上学，大儿子和女儿一直跟着父母做生意。去年5月，左先生把公司完全交给儿子和女儿打理，自己做起了不干事的“董事长”。

心理学家：空巢老人最需要精神抚慰

上述的老人基本上都有充裕的物质生活，他们遇到的问题却各种各样：有的无法适应新的环境，改变不了旧习惯；有的把全部身心都放在隔辈的孩子身上，生活缺少更丰富的内容；有的还要照顾更为年迈的父母，没有时间享受自己的生活；而左先生一家则因为有更充裕的精神生活而过得更加快乐。看来，让精神生活丰富起来是空巢老人远离“空巢感”的关键所在。

中国科学院心理研究所李德明研究员带领的课题组于2003年对北京市科教系统空巢老人的心理健康状况做过一次调查。他们将空巢老人家庭划分为两种情况：绝对空巢和相对空巢。绝对空巢是指子女都在外国或外地以及无子女；相对空巢则是指子女与老人在同一城市居住，但吃住不在一起。绝对空巢的老人是社会更应关注的对象。

课题组对四百多位老年人在性格、情绪、适应能力、人际



赵笑梅摄

关系、认知功能、孤独感及社会支持七个方面自我评价的调查结果。结果显示，绝对空巢老人组的总体心理健康水平比非空巢老人组和相对空巢老人组要低。其中，绝对空巢老人组在适应能力和社会支持方面的得分显著低于非空巢老人组或相对空巢老人组，而绝对空巢老人组在孤独感方面的得分显著高于其他两组。绝对空巢老人在心理健康方面显示出来的上述问题，主要是长时间的“绝对空巢”所引发的。缺少子女的亲情和精神慰藉是引发空巢老人心理健康问题的主要原因。

社会学家：空巢现象是社会发展的必然

中国社会科学院社会学研究所的李银河教授认为，空巢家庭将是21世纪我国城市甚至许多农村地区老年人家庭的主要模式。

随着社会的发展，工作变动日益频繁，人口流动和迁移加速，促使大家庭结构向小家庭转变。物质生活水平的提高，使老少两代人越来越关注精神生活，都要求有独立的活动空间和越来越多的自由，传统的大家庭居住方式已经不适应人们的需求，而更倾向于小家庭生活方式。这种现象在城市极为普遍，尤其是我国实行计划生育政策已二十多年，二三十年后，随着独生子女逐渐进入中年，他们的父母进入老年，空巢家庭将越来越多。因此，关心空巢老人问题，具有关注每个家庭、整个老年群体以及我们民族未来生活方式、工作方式的重大意义。

据了解，在发达国家，空巢家庭出现较早，现在十分普遍，老年人与子女同住的只占10%~30%，除了日本，大多数老年人与子女分居。

李银河认为，国外家庭结构比较松散，大部分空巢老人都可以在敬老院、社会福利院等社会机构中得到很好的照料。但是中国人更看重彼此的亲情，子女的赡养是无可替代的。因此，子女们首先要充分地认识到空巢老人在生理上可能遭遇的危机，做到心中有数；其次要更加注重对父母的精神赡养，子女要了解空巢老人在情绪上容易产生的不良情绪，如果不能经常回家，要与父母通过电话进行感情和思想交流。

除了子女和亲属的照顾，邻里、社区和单位所构成的社会系统应给空巢老人提供更全面的社会关照。李银河强调，在社会关照方面，社区关照将成为关照空巢老人的重要方式。社区关照具有突出的针对性和及时性，不仅可以多组织老年人的各种活动，而且可以与社区周围承担老年服务任务的专业机构，如养老院、护理院、老年医院等联合起来，构成相对完整的社会关照体系。值得一提的是，现在很多社区已经意识到对空巢老人的关照问题，有的社区已经出现“一对一”定点呼叫模式，即一户家庭负责照顾一户空巢老人，老人有什么事情可以直接按动按钮呼叫负责家庭，大大提高了空巢老人的生活安全性。

据悉，天津市120急救指挥中心近日启动了一项名为“生命新干线”的急救服务。老人们只需购买并在身上悬挂类似汽车中控锁遥控器大小的自动呼叫器，遇到病发按下按钮就可与120急救中心联系。病人不用说话，中心在呼叫器响后15秒内将会自动弹开老人的档案，得到报警老人的姓名、住址、病史等方面的一系列信息，并通过终端设备与病人保持通话、监听病人的状态。同时，急救中心会通知距病人最近的救护车前往救治。这样的实质性服务越多，对空巢老人的健康就

越有利。

在空巢老人的数量和比例正以前所未有的速度增长的同时，李银河认为，尽快完善老龄社会的帮助系统和相应的立法体系也是至关重要的，政府和社会还应多重视这方面的工作。

空巢老人最需要的是什么？

空巢老人最需要的是什么？是经济赡养吗？一般来说，空巢家庭的经济条件较好。空巢老人最需要的还是情感关怀和精神满足。空巢老人普遍都有一种“空巢感”，空巢感也就是孤独感，这种孤独感又增添了思念、自怜和无助等复杂的情感体验。怎样化解这种空巢感呢？光靠社会关照还远不能满足空巢老人的精神需求，他们更看重家人的照顾和关心。因此，对空巢老人，子女有不容推卸的精神赡养义务。

空巢老人最需要的是什么？

《老年人权益保障法》第十一条明确规定：赡养人应当履行对老年人经济上供养、生活上照料和精神上慰藉的义务，照顾老年人的特殊需要。法律专家认为，在法理上，“赡养”的理念包含了经济赡养和精神赡养两个方面。然而，统计资料显示，目前全国有2340万名空巢老人需要照料，只有10.39%的子女能注意满足老人的精神需求。法律并不能规定子女一个月要探望老人几次，精神赡养义务难以在立法上强制执行，老人的精神赡养完全靠子女的自觉，当然也离不开社会创造的必要条件。

那么，我们应该以怎样的方式关注空巢老人的精神赡养问题呢？

首先，子女们应该树立对老人精神赡养的意识。专家认为，赡养老人履行精神赡养义务一般应具备三方面的条件：一是要有时间；二是要具备精神赡养的意识；三是要掌握精神赡养的良好方法；而最重要的是要将这些落到实处。虽然大部分空巢老人的子女都不具备第一条条件，但是我们可以通过其他方法让老人感到我们仍然如年轻时那样依赖他们、信任他们，让他们意识到自己在子女心中的重要性。时刻注意老人最需要的是什么，尽最大努力满足他们的精神需求。其实，老人们的需求并不多，只要我们留心，就一定能让老人高兴。

其次，子女不能把老人的精神赡养完全推给社会，鼓励老人多参加社区活动，参加老年大学，并不意味着就可以把老人完全推向社会。社会交流只是老人精神交流的一部分，他们更需要就这部分社会活动与家人分享，不能分享的快乐并不是真正的快乐。因此，我们要倾听老人在社会活动中的感受，及时与他们沟通，了解他们正在从事的活动。同时，最好尽量熟悉经常和老人在一起的其他老人，不仅可以深入老人的生活，而且更容易找到与老人交流的话题。

最后，空巢老人的精神赡养应该以家庭为主、社会为辅。完全依赖家庭或者完全依赖社会都不能使老人的心理得到平衡，家庭和社会应该积极配合起来，为老人创造最符合他们心理的精神空间。

每个人都有老的一天，关心空巢老人的今天，就是关心我们的明天。

王乐

关注空巢老人的精神赡养

王乐

王乐

王乐

王乐

本版主持人 王乐
本刊主编 耿彪
电话 62213355-2567
电子邮箱 kzk@cnpharm.com

寿星谱

103岁的汤氏老人
儿女孝顺 生活规律
王德培 摄 (详见十一版)

宛西制药协办
仲景牌六味地黄丸 豫药广审(文)2003120360号