

农村独居老人的困境及解决对策——以浙江省诸暨市x镇为例

黄柳茹

赣南师范大学社会工作专业研究生 江西赣州 341000

【摘要】在人口老龄化加速、经济快速发展与观念剧烈转变的当下，传统家庭结构正遭受冲击，家庭愈加趋向核心化，使得独居老人这个特殊的群体在老年群体中所占比例加大。虽然独居老人常因为生理机能的退化而面临着行动不便等一系列的问题，但不可忽视的是每位独居老人都有抗逆力，同时由于其所在的农村社区的特质性，也具有丰富的社区资源。从整合资源的角度出发，完善农村独居老人的社会支持系统，提升抗逆力，帮助他们顺利度过老年期，提高生活质量。

【关键词】独居老人；农村；老年社会工作

随着城市化进程的不断加快，大多数农村的年轻劳动力为了追求更好的生活纷纷到城市打工，农村人口现在以独居老人居多，但是由于农村独居老人养老模式的制度不完善，再加上老人养老供需不平衡以及养老互助模式的构建不充分等问题，不仅严重影响了农村独居老人的生活质量，也在一定程度上为社会增加了负担。

1 农村独居老人养老模式的困境

1.1 农村独居老人供养的压力增大

就目前来讲，虽然相关单位已经出台了一系列政策和措施缓解农村独居老人的养老矛盾，但是从成效上来看，并不明显。究其原因主要是农村老龄化人口逐年剧增，相反互助单位供不应求。这些独居老人的生活支出、文娱生活以及健康医疗等费用，几乎都要由政府承担，增加了社会的压力。同时，农村养老模式构建的时间较晚，一些偏远地区由于经济条件落后，连基本的医疗卫生服务都无法为老人提供保障，因此养老模式建设的压力巨大。

1.2 独居老人养老供需不平衡

就目前来讲，农村独居老人养老，大多以满足老人基本物质生活为主，在健康医疗方面也只能解决简单的感冒发烧等疾病，无法在更高的层次上满足老人需求，更不用说精神需要了。x镇总面积为165平方公里，全村能够提供的养老床铺不到200个，养老供需内容严重不对称。再加上当前很多农村独居老人已经不单单满足于物质生活上的供养，更需要精神方面也获得愉悦，

但是显然当前的养老模式还无法满足这一点。

1.3 独居老人养老政策不完善

完善的养老政策，是推动农村独居养老模式建设的前提，但是当前针对农村独居老人，政府的养老政策存在执行度不足的情况。虽然在法令或政策上已经提出养老模式构建的重要性，但是依然以口号为主，并没有从实际行动上建设数量充足的养老机构，或配备足够的志愿者服务人员。同时，为了提升政绩，政府所在建立的养老模式构建目标与实际不符，虽然提出要满足老人的精神文化需求，却没体现在实践中。

2 社会工作服务介入过程

2.1 个案基本信息

案主，女，66岁，丧偶，现独居，有一个儿子。案主小时候因家庭变故，母亲去世，后跟随叔叔从江西鹰潭迁往浙江绍兴，其他的兄弟姐妹均留在江西。案主在绍兴工作，后经人介绍结识了自己的丈夫，前些年丈夫去世。此后案主一直独居。自离开江西后，案主与自己的弟弟妹妹联系也很少，几乎没有见过面。和亲属的联系不多，偶尔会和同在绍兴的叔叔、侄子吃饭。案主的儿子因工作原因也较少来看望案主，儿媳与案主关系不融洽，案主的家庭支持缺失。案主的身体状况良好，无重大疾病，心态比较积极，但也会感到孤单。案主的兴趣爱好颇为广泛，平时在家喜欢养花、养鱼、看书，此外每天都会去公园中吹葫芦丝、跳舞，坚持锻炼身体，但案主回避与人交往，喜欢独来独往。案主每月有

2000元的退休金,足够自己一人的开销,经济状况较好。

2.2 个案评估

2.2.1 背景评估

案主的身体较健康,无重大疾病。丧偶,独居,有一个儿子。案主兴趣爱好广泛,每天坚持锻炼身体,社会活动丰富,每天都去公园中学习吹葫芦丝、跳舞。心态乐观积极,渴望与人交往但缺乏交往的勇气,害怕打扰别人,一直独来独往,因此社会支持薄弱。

案主自老伴去世后一直独居,与儿子儿媳联系不多,很少见面。屋内陈设较好,家具较为齐全,客厅内养了金鱼,阳台上养了很多花,案主自己有退休金,经济上并无很大困难。案主在本社区内朋友很少,与社区中其他居民联系不多,一直独来独往。年轻时的朋友前两年会约到家中见面聚会,但现在大多微信联系,很少见面。

案主表示,这么多年以来,自己已经习惯了独居的生活,并且认为自己是一个性格孤僻的人,不想打扰别人。案主认为每个人都有自己的生活,不愿意因为自己的到来而打扰他人的正常生活,于是回避与人交往。

2.2.2 需求评估

案主独居生活较为孤单,需要克服与人交往的心理障碍,走出去多与人交往,减轻孤单的感受。同时,为了保证案主的安全,在发生突发状况时能够获得及时的帮助,需要增强案主的邻里支持,构建邻里支持网络。

2.2.3 资源评估

案主的兴趣爱好广泛,喜欢参加社区活动,心态积极乐观,可以在案主参加活动的过程中,帮助案主逐步克服心理障碍。村子里居民十分热心,可以为案主寻找到几位志趣相投的朋友,结成社区支持网络。

2.2.4 障碍评估

案主独居多年,独来独往已经成为一种习惯,思想观念难以轻易发生改变,突然要求案主做出改变可能会引起案主的反对和不配合。案主心理障碍的克服需要较大的勇气,难以轻易与人交往。

3 个案分析

3.1 个案问题诊断

案主自老伴去世后一直独居,案主与老伴感情和睦,老伴的去世一直是案主心中难以抹平的伤痕,每每提到,案主都会不住地掉下眼泪。案主的儿子是公交车司机,平时工作很忙,休息时间很少,与案主大多是微信联系,除了过年过节平时基本不会见面。案主很爱自己的儿子,不愿意因为自己的生活琐事去打扰儿子工作,有困难时都努力自己解决。案主与儿媳和孙女的关系一般,感情不深,联系较少,平时基本上不会单独见面,家庭支持薄弱。案主年轻时在工厂里认识的几个好朋友目前还有

联系,但因为居住地距离较远,年纪大了,见面不方便,联系逐渐减少,朋辈支持较为薄弱。在村子里,案主较少与人交往,邻居之间虽然见面都会打招呼,但平时基本上不会有往来,社区支持薄弱。在公园的一起吹葫芦丝的小团体中,案主没有朋友,虽然在学习吹葫芦丝的过程中有不明白的地方,但案主因为害怕打扰别人,不敢主动向他人请教,都是自己在家中自学,社会支持薄弱,回避与人交往。

3.2 个案理论应用

心理社会治疗模式认为,对人的理解要从“人在情境中”着手。导致案主人际交往障碍的原因与其早年的经历有关,同时也与案主不良的自我功能和超我功能相关。在对案主问题的分析和把握上,要结合案主问题产生的背景和现状,既重视案主问题形成的原因,又要重视案主当前人格的强度。前期先了解案主问题的成因,运用心理社会治疗模式的技巧和专业方法帮助案主克服心理障碍,减轻焦虑,使案主能够逐步接受主动与人交往的观念。

认知行为治疗模式的焦点集中在让案主及其周围的人感到焦虑的特定行为,如果行为改变了,那么焦虑也就消除了。在介入后期对案主运用满灌疗法,使得案主快速脱敏,克服焦虑情绪,增强与人交往的信心,体会到与人交往的快乐,帮助案主建立起社区支持网络。

3.3 个案介入

第一次:案主家中。起初案主回避社会工作者的问题,总爱与社会工作者聊一些家常。接着社会工作者运用对焦的会谈技巧,帮助案主正视自己拒绝与人交往的问题。

第二次:案主家中。运用心理与社会治疗模式中支持与直接影响的治疗技巧,通过列举社会工作者一些自身的经历来鼓励案主,但案主听后沉默了一会,表示自己还是难以克服心理障碍,害怕他人会反感自己。接着社会工作者进一步鼓励案主,帮助案主认识到与人交往的好处,尝试鼓励案主做出改变,主动与人交往。

第三次:案主家中。运用认知行为模式中的放松练习的治疗技巧,引导案主从放松身体逐步到放松心情,减轻焦虑,告诉案主主动与他人交往时,也会体验到这种愉悦的感觉,帮助案主尝试接受主动与人交往的观念。这一次案主没有之前那么抗拒与人交往,但对于主动与人交往还缺乏信心。

第四次:个案活动室中。运用满灌疗法帮助案主克服与人交往的心理障碍,为案主找到村子里也爱吹葫芦丝的胡某与其结对,鼓励案主与胡某切磋交流吹葫芦丝的技巧。活动结束后及时对案主进行心理疏导,与案主交谈,了解案主的心理想法,鼓励其与人交往,帮助案

主建立邻里支持网络。给案主留作业，要求案主私下主动与胡某交往三次，并在下一次见面时检查案主的作业完成情况。

第五次：案主家中。检查案主作业的完成情况，询问案主在主动联系胡某时内心的感受，对案主进行进一步的心理疏导，缓解案主的焦虑情绪。同时，提醒案主与已经报名参加活动的石某进行交往，以巩固案主与人交往的信心。

第六次：案主家中。与案主交谈，询问活动中与石某交往的感受，案主表示在活动中，一开始自己不好意思主动与胡某说话，后看到大家都在很熟络的聊天，案主鼓起勇气和石某交流，发现石某很欢迎案主的到来，十分热情地与案主交往，并没有反感案主。案主觉得这次主动与人交往的体验很不错，以后会多多尝试主动与人交往。社会工作者肯定了案主的收获，进一步增强案主的信心，鼓励案主。

第七次：案主家中。与案主交谈，总结收获，巩固已取得的成果，告知案主准备结案，案主表示很感谢社会工作者的到来，对于社会工作者的离开有些不舍。社会工作者表示，以后如果案主有需要仍然可以来向社会工作者寻求帮助，随后处理好案主的离别情绪，并进一步鼓励案主。

3.4 个案服务效果评估

成效：案主初期回避与人交往，害怕自己会给别人带来不便，一直独来独往。经过社会工作者的七次介入，案主逐渐克服了与人交往的心理障碍，能够主动与村子里的居民交往，心情更加明朗起来，支持网络逐步构建起来。

不足：经过几次介入取得了较为明显的成效。但在介入过程中对于专业技巧的应用能力还需要再进行锻炼提升。案主与其儿媳关系淡薄，这个问题没有得到有效的改进。

3.5 个案结案

本次服务时间跨度近一个月，共计服务七次。主要是通过一对一面谈的形式。前期通过运用尊重、接纳、对焦的会谈技巧，使案主对于自己与人交往方面的障碍有所认识。接着用直接影响的技巧让案主认识到与人交往的益处，同时对案主进行放松练习，缓解案主社交紧张的情绪，鼓励案主迈出与人交往的第一步。在这个过程中案主还没有完全的放下心中的顾虑。中期运用满灌疗法，鼓励案主分别主动与村子里的胡某、石某交往，在这个过程中帮助案主逐步克服了与人交往的心理障碍，使案主体会到了与人交往的乐趣。最后运用观察法对案主进行评估，发现案主有了明显的改观，此时与案主进行会谈，总结收获，巩固已取得的成果，准备结案。

4 反思及解决对策

4.1 生活质量的改善需要为独居老人制定全方位计划

“凡事预则立，不预则废。”要实现既定的目标必须要有详细的计划。精准性评估所带来的对独居老人需要与问题的认识判断，是成功帮助独居老人的基础，但是要实现帮助独居老人的愿望则需要制定科学周密的工作计划，只有这样才能明确满足独居老人的需要，帮助他们解决所面临的问题。对于独居老人来说，随着身体机能的下降和心理情绪的脆弱，社会工作者在开展服务时，如有处理不慎和考虑不周，就有可能导致老人不信任工作者和不配合工作者后续工作开展。如果社会工作者在前期能够针对独居老人的问题作出周密计划和准备各种预案，可能会减少不必要的麻烦，提高服务水平和工作效率。同时，社会工作者在开展服务工作前制定全方位的工作计划，可以有效聚焦独居老人所面临的问题，围绕既有问题来选择所用方法和采取具体行动，可以使独居老人能够在花费较少时间的情况下实现较大变化。此外，由于独居老人生活质量改善的目标是一个多维度、多层次和全方位的过程，需要社会工作者谋划周全、考虑细致，需要有全方位的计划作指导。

4.2 促进农村独居养老供给侧改革

首先，促进农村独居养老的服务精准化，提升养老服务供给的针对性和有效性，针对一些极为贫困地区的老人来讲要进行一定的政策倾斜，先提升养老平均水平，再构建有效的养老模式。其次，丰富农村养老服务的内容，除了基本的物质满足之外，还应该在精神层面上为老人提供文娱活动支持，为其建设棋牌室、老人活动中心等。在医疗方面也应该增加投入比重，从物质、精神和医疗三方面满足农村独居老人的基本需求。

4.3 积极重视独居老人的个性化内在诉求

每个人都是一个独特的个体。独居老人作为社会中的弱势群体，有其自身的人格特点与社会环境。即便面临相似问题，不同的独居老人也会不同的个人感受和想法。同时，每个老人的内在能力及其所能运用的资源也不尽相同。所以社会工作者在服务过程中，不能循循过往的经验，公式化地对待独居老人，而应该具体情况具体分析，充分重视并致力于了解每个独居老人的具体情境和内在感受，灵活且变通地运用不同方法和技能去帮助不同的独居老人。此外，社会工作者服务的独居老人由于生活环境和生活状态的不同，人生所经历的故事和事件的不同，以及个人身体、心理、认知、行为的不同，使得独居老人在晚年生活中具有不同的个性化内在诉求。社会工作者只有积极关注独居老人的个性化需求，才能精准施策，精准服务，精准地解决问题。因此，社会工作者在服务 and 介入独居老人时，要认真根据独居老

人的情况特点做出准确的评估和不同的工作计划,以满足不同独居老人的内在需求。社会工作者重视独居老人的个性化需求也体现了社会工作以人为本的服务理念和个别化的服务原则。

5 结语

随着老龄化的加剧,最早一批实行计划生育的人口已经步入了老年期,独居老人逐渐增多,对于独居老人的养老照顾成为社会的热点问题,此时,社会工作者的介入就显得十分必要。通过专业方法的运用,帮助老人解决问题,走出困境。由于每一位独居老人所面临的困境各不相同,因此要充分考虑老年人的特殊性,选择适合老年人的介入方法。对于独居老人除了关注老人的身体状况,提供必要的照顾之外,更应该关注老人的心理状况,及时了解老人最近的情绪变化,帮助老人排解心中的孤独与苦闷,增添生活的乐趣。在为老人提供服务

时,不仅要使老人“获得”,更要使老人有“获得感”。

【参考文献】

- [1] 李文利. 社会工作视角下西部地区城市居家养老模式研究 [D]. 陕西师范大学, 2014.
- [2] 李晶. 全面建成小康社会背景下的老年人生活质量研究 [J]. 老龄科学研究, 2017.
- [3] 马丽娜. 社会家庭因素与老年人生命质量的相关性研究 [J]. 中国老年学杂志, 2009.
- [4] 芮洋. 社会工作方法 [M]. 机械工业出版社, 2014.
- [5] 隋玉杰 [译]. 老年社会工作 (第二版) [M]. 中国人民大学出版社, 2008.
- [6] 田园. 农村老年人生活质量及与负性生活事件、社会支持的相关性 [J]. 中国卫生心理杂志, 2013.
- [7] 王艳梅. 老年人生活质量影响因素的研究 [J]. 医学综述, 2008.
- [8] 徐红. 南通市老年人生活质量及其影响因素 [J]. 中国老年学杂志, 2012.