

# 农村留守老人精神生活提升的小组工作研究

陈青, 韦志均\*

广西科技大学人文艺术学院, 广西 柳州

收稿日期: 2025年1月2日; 录用日期: 2025年2月7日; 发布日期: 2025年2月18日

## 摘要

农村留守老人作为一个特殊群体, 除了需要满足基本的物质需求之外, 更需要丰富的精神生活。通过实地调查, 发现留守老人面临活动形式单调、参与度低和精神慰藉缺失等问题。为解决这些问题, 社会工作者运用小组工作方法开展活动, 旨在增强留守老人的社交能力、减少孤独感、提升心理健康水平, 从而提高其精神生活水平和晚年幸福感。文章还强调了对活动进行评估和反馈的重要性, 以优化活动方案, 提高活动效果和质量。研究结果可为其他地区留守老人精神生活建设提供实践指导。

## 关键词

农村留守老人, 精神生活, 小组工作

# Research on Group Work to Improve the Spiritual Life of Left Behind Elderly in Rural Areas

Qing Chen, Zhijun Wei\*

College of Humanities, Arts and Design, Guangxi University of Science and Technology, Liuzhou Guangxi

Received: Jan. 2<sup>nd</sup>, 2025; accepted: Feb. 7<sup>th</sup>, 2025; published: Feb. 18<sup>th</sup>, 2025

## Abstract

As a special group, the left-behind elderly in rural areas not only need to meet their basic material needs, but also need a rich spiritual life. Through field investigation, it was found that the left-behind elderly are faced with problems such as monotonous activities, low participation and lack of spiritual comfort. To address these issues, social workers use group work methods to

\*通讯作者。

文章引用: 陈青, 韦志均. 农村留守老人精神生活提升的小组工作研究[J]. 国学, 2025, 13(1): 43-49.

DOI: 10.12677/cnc.2025.131008

carry out activities aimed at enhancing the social skills of left-behind elderly people, reducing loneliness, and improving their mental health, thereby improving their spiritual life and happiness in their later years. The article also emphasizes the importance of evaluation and feedback on activities to optimize the activity program and improve its effectiveness and quality. The research results can provide practical guidance for the spiritual life construction of the left-behind elderly in other areas.

## Keywords

Rural Left-Behind Elderly, Spiritual Life, Group Work

Copyright © 2025 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. 问题提出

随着城市化进程加快,我国经济的快速发展,大量的农村剩余劳动力不断涌向城市。农村地区的青壮年劳动力为了寻求更好的工作机会,纷纷离开家乡流入城市,导致了农村家庭出现“空巢”现象以及农村社会出现“空心化”趋势。全国第七次人口普查数据显示,截至2020年,我国农村60岁及以上老年人口规模达1.21亿,其中65岁及以上老年人口为9035万。在这一社会背景下,农村留守老人作为一个特殊群体,除了需要满足基本的物质需求之外,更需要丰富的精神生活,以寻求生活的意义和价值,需要真正变成可以发挥余热的社会建设者[1]。因此,农村留守老人的心理健康和精神文化生活水平受到社会广泛关注。

2023年,中共中央办公厅与国务院办公厅实施《关于推进基本养老服务体系建设的意见》,提出“面向独居、空巢、留守、失能、重残、计划生育特殊家庭等老年人提供探访关爱服务”。2024年,国务院办公厅出台《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》,指出“打造智慧健康养老新业态,发展健康管理类、养老监护类、心理慰藉类智能产品,推广应用智能护理机器人、家庭服务机器人、智能防走失终端等智能设备”。党的二十届三中全会指出“加快补齐农村养老服务短板,改善对孤寡、残障失能等特殊困难老年人的服务,加快建立长期护理保险制度”。精神文化需求相关养老政策的有效实施,直接影响着农村留守老人的心理健康和精神健康。为此,研究农村留守老人精神文化生活现状,分析精神文化生活水平低下的成因,并采取相应措施提升其精神文化生活对于积极应对农村人口老龄化、提高农村留守老人心理健康和精神健康具有重大的社会价值。

## 2. 文献综述

随着我国农村地区人口老龄化程度的不断加深,农村留守老人的精神生活问题引起学界的广泛关注,并取得了丰富的研究成果。葛杰等人的研究指出,留守对老人的生理及心理健康均产生不利的影 响,改善留守老人生存质量势在必行[2]。肖琳指出,通过关系重建、空间重构和认知重塑等措施,帮助留守老人通过参与互助养老,实现自我价值,重建自我价值的认同感,摆脱边缘化的价值体验,以解决农村留守老人精神生活困境[3]。全广顺等人的研究则以代际关系为切入点,探究农村留守老人多重养老困境的破解路径[4]。许惠娇和贺聪志从政治经济学的视角,考察留守老人养老问题背后所体现的政治、经济、文化等方面的结构不平等[5]。梁文凤探讨了市场和社会力量在农村养老体系建设中的参与度和重要性,为积极应对农村人口老龄化问题,应协同多方力量,充分调动市场和其他社会力量参与农村养老体系建

设[6]。秦永超基于生态系统视角, 聚焦农村留守老人的福祉及其影响因素, 个人的行为不仅受到自身个体特征的影响, 还受到中观的家庭系统和宏观的社会系统的影响[7]。

综上所述, 当前学界对农村留守老人精神生活问题的相关研究已经取得了一定的成果, 学者们从不同学科、不同视角探讨了该问题, 为本研究提供了丰富的素材。通过梳理现有文献发现, 大多数研究基本上集中于宏观层面的政策建议, 缺少实务操作层面的探索。尽管已有研究为改善农村留守老人的晚年生活提供了诸多理论依据和实践指导, 但在具体操作层面, 尤其缺乏提升留守老人精神生活水平方面的实践指导。基于此, 本研究将聚焦于农村留守老人精神生活提升的小组工作研究, 旨在通过小组工作的形式, 为留守老人搭建一个互助交流的平台, 引导他们积极参与小组活动, 分享生活经验, 表达情感需求, 学习心理调适技巧, 从而增强其社会支持网络, 提升其精神生活质量, 为农村留守老人精神生活的改善提供切实可行的实践方案, 进一步丰富和完善农村留守老人精神生活问题的研究体系。

### 3. 农村留守老人精神生活现状

#### 3.1. 活动形式单调

在农村地区, 留守老人群体的闲暇时间相对充裕, 然而, 由于文化娱乐活动的不足, 他们的休闲生活方式呈现出明显的单一性。大多数留守老人的日常休闲活动主要以社交聊天为主, 缺乏多元化的文化娱乐选择参与。

尽管部分老人可能会选择参与一些基础的娱乐活动, 例如打牌、观看电视、使用智能手机等, 但这些活动形式较为有限, 未能充分满足老人多样化的需求。农村集体组织的老人活动, 如广场舞、电影放映、戏曲表演等, 几乎未被广泛开展, 进一步加剧了老人精神文化生活的单调性。

#### 3.2. 活动参与度低

由于历史原因和地域限制, 农村留守老人受教育的程度普遍比较低, 这导致他们在文化活动的参与上显得相对单一和局限。这些活动往往要求参与者具备一定的文化素养和知识储备, 如书法、摄影、围棋等, 难以满足不同年龄层次和文化水平的老人需求。然而, 由于受教育程度的限制, 农村留守老人往往难以理解和欣赏这些活动的内涵和价值, 因此他们的参与率非常低。除了唱歌跳舞会有少部分人参加外, 其他项目基本上没有人参加。值得注意的是, 农村地区的文化活动设施相对较少, 文化活动类型单一, 难以满足不同年龄层次和文化水平的居民需求, 这也导致了农村留守老人的文化活动参与率低下。

#### 3.3. 精神慰藉缺失

亲情、乡情是传统社会中人们情感生活的重要组成部分, 他们的依恋对象是日常生活中具体的人, 这种情感关系具有难以替代性和持久性, 基本上能够满足人们在日常生活中的情感需求[8]。而随着社会快速发展, 许多成年子女因为工作、生活压力等原因, 无法经常回家看望父母, 长期不在父母身边, 子女们可能也无法通过电话、短信或视频等方式与老人保持密切联系。社会联系是老年人获取外界信息、了解社会发展的重要途径, 更是他们保持身心健康、延缓衰老的关键因素。通过与其他人的交往, 老人能够感受到来自社会的关爱和支持, 从而增强生活的信心和勇气。然而, 长期缺乏子女的陪伴和关爱, 农村留守老人与社会的联系减少, 独自面对生活中的各种困难和问题, 无法及时与子女分享喜悦或倾诉忧愁, 其孤独感日益加剧, 对身心健康产生不可忽视的影响。再者, 受中国传统文化的影响, 父母以子女后代为感情寄托, 想见而不得见, 致使老人无法得到子女的精神慰藉, 这进一步加剧了老人的孤独感和文化生活的单调性。

## 4. 文化生活水平低下的成因

农村留守老人精神文化生活水平低下的原因是多方面的, 既包括生理层面的, 也包括心理层面的, 以及社会层面的因素。

### 4.1. 生理层面

随着年龄的增长, 农村留守老人的身体机能逐渐下降, 容易出现各种慢性疾病。由于农村医疗条件的限制, 他们往往不能及时得到治疗, 长期忍受疾病的痛苦, 导致精神状况恶化。另外, 农村留守老人往往要承担繁重的农活和家务劳动, 有些甚至还要照顾孙辈。这种高强度的劳动给他们的身体带来了极大的负担, 进一步影响了他们的文化生活。

### 4.2. 心理层面

农村留守老人对于情感支持的需求随着年龄的增长逐渐增强, 然而他们面临着日常照护和情感支持的不足, 这导致他们长期缺乏必要的情感关怀, 其精神状态和心理健康面临挑战。由于子女长期外出, 农村留守老人往往缺乏与亲人的沟通和交流, 感到孤独和无助。这种孤独感会导致他们产生焦虑、抑郁等心理问题, 影响精神文化生活的质量。这类群体往往缺乏社会交往和集体活动, 难以获得精神慰藉。同时, 由于文化设施的匮乏, 他们获取知识的途径有限, 导致精神文化生活单调乏味。心理上容易空虚、产生孤寂感, 和挫败感, 觉得自己老了没有社会价值, 农村生活也是一眼望到头, 之后孩子们回来看看自己的时候才是开心的时候。

### 4.3. 社会层面

农村的养老体系相比城市是非常不完善的, 缺乏专业的养老服务机构和人员。这使得农村留守老人在面临生活、健康等问题时, 难以得到及时有效地帮助和支持。生活圈子狭窄, 面对的社会支持严重不足。由于农村留守老人往往生活在偏远地区, 交通不便, 信息闭塞, 他们难以获得社会的关注和帮助。同时, 由于社会资源的有限性, 农村留守老人的精神文化生活往往被忽视。农村地区的文化设施普遍不足, 如图书馆、文化活动中心等。这使得农村留守老人难以参与各种文化活动, 享受文化生活的乐趣。

## 5. “人在情境中” 视角下的留守困境

“人在情境中” 是一个理论范式, 是社会工作专业的核心观点[9]。“人在情境中”, 即社会工作者在看待和处理服务对象的问题时, 既要关注服务对象本身, 也要关注其所处的具体情景或环境[10]。社会工作者与服务对象的互动及问题解决过程是嵌入于特定情境或环境之中的。这一理论强调分析服务对象时要将其放到所处的环境中去, 这里所指向的环境除服务对象的社会网络支持(家庭、学校、同辈朋友、社区等)外, 还包括更为广泛的外延环境因素, 如文化因素、制度因素、历史因素等[11]。“人在情境中” 认为, 人不是完全独立自存的个体, 人与环境是一个互动体系[12]。社会工作强调, 应将服务对象的心理状况与他们所处的社会环境(包括家庭、学校、工作场所等)综合考虑, 重点研究服务对象所处的各种环境因素与社会环境之间的相互作用。个人与环境的相互适应的平衡点是决定一个人行为状态的关键, 同时环境具有整体性、角色期待等概念。这一理论的起源可以被追溯到 20 世纪的初期, Mary Richmond 的《社会诊断》一书中, 首次明确提出了“在情境中理解行为” 的理念, 强调有效的服务应该在个体的现实生活环境中去提供帮助, 我们应该关注个体所处的环境和环境中的各种资源, 通过这些资源来促进个体的改变和提升。相较传统的社会工作理论往往关注个体自身的问题和缺陷, 而 Richmond 的理论则强调环境因素在个体行为和改变中的重要性, 它为社会工作提供了一个全新的视角和方法来理解和解决社

会问题。

“人在情境中”理论为社会工作者提供了一种全面的视角,指导社会工作者从更宽广的视角来理解和解决社会问题,也使得社会工作的实践更加具有针对性和有效性。农村留守老人当前面临的精神生活方面的问题,需要从外部环境和内部环境去综合考量。从外部环境上看,社会飞速发展吸引了大量农村地区的年轻人涌入城市,农村地区的文化设施极度匮乏,医疗条件差覆盖不足;同时,农村地区通常地理位置偏僻,交通不畅,使得老人难以外出参与社交和文化活动。从内部环境上看,随着年龄增长,老人的身体机能逐渐衰退,容易产生孤独、寂寞等情感问题,对生活中的不便和经济压力感到焦虑和担忧。加之农村老人普遍文化水平不高,学习能力有限,对于新兴事物的接受和适应能力相对较弱,这进一步加深了他们与年轻一代之间的隔阂。

## 6. 互助小组介入提升留守老人文化生活水平的实务及分析

### 6.1. 小组工作的筹备阶段

我国农村留守老人精神文化生活普遍比较匮乏,这一问题已然成为一个重要的社会议题,为了改善这部分老年人的精神文化生活,社会工作者深入农村地区,运用小组工作方法,以互助模式的小组形式介入农村留守老人文化生活。

本研究结合“人在情境中”理论,注重个体与环境的互动关系,充分考虑留守老人所处的具体情境。前期社会工作者通过在C村进行实地调查、收集资料,深入分析农村当地留守老人所处的具体情境,包括个人日常活动爱好、其家庭状况、社会支持网络、文化背景、C村周边资源等,从而更精准地识别其需求和问题。在此基础上,设计和实施针对性的小组工作,以村委公告栏、村民微信沟通群及村干部推荐等方式招募10名年满60周岁的本村留守居民,设置七节活动,以“乡村文化互助社”为名的互助小组在村委群众活动中心开展服务,其口号是“文化养老,互助同行”。

“乡村文化互助社”小组的总目标为丰富农村留守老人的文娱活动,增强其社交能力,减少孤独感,从而提升农村留守老人群体的文化生活水平,增强他们的晚年幸福感。引导老年朋友们勇于表达自身真实情感,与家人和外界建立良好的联系;通过活动组织改变先前一眼到头的养老观念;增强组内互助,扩大支持网络。

### 6.2. 小组工作的介入过程

#### 6.2.1. 小组活动初期

互助模式的小组可以为留守老人创造一个支持性的环境,促进他们之间的互动交流,增强他们的社会支持网络。小组活动初期包括第一节活动“你我手牵手”和第二节小组活动“与大家同行”。在活动初期时,社工带领组员进行破冰游戏,调动大家积极性,克服社恐心理,迈出社交第一步。通过热身游戏增加活动的趣味性,学习有效的沟通方式,建立支持网络。大致了解小组活动的目的、内容相关信息,完成小组契约。社工在活动中需时刻关注组员的情绪变化、互动参与情况,并耐心指导,引导组员之间有效互动,建立信任关系。

#### 6.2.2. 小组活动中期

基于前期多层面考量留守老人所处的情境,活动中期通过多种活动来应对多重情境的挑战。小组活动中期是组内氛围逐渐活跃、组员间沟通表达更为紧密的时期,包括第三节小组活动“心理大作战”、第四节小组活动“健康小课堂”和第五节小组活动“一技之长”。在活动初期组员间建立基本信任的基础上,小组中期活动的主要目的是加强组员间互动,鼓励组员表达自己的情感诉求,增进组员之间的相互理解;强化心理建设,理性看待晚年生活;挖掘潜能,用优势视角看待自己和他们,乐观面对生活,以

满足留守老人不同层次的精神需求。在组员诉说自身需求和展示个人才艺时, 社工有序引导, 组员们也相互鼓励, 推进活动进一步开展。

### 6.2.3. 小组活动末期

在小组活动的最终阶段, 也是活动总结、分享巩固成果的阶段。包括第六节活动“我来当老师”和第七节活动“活在当下”。在这个阶段, 组员间的交流已是非常亲密融洽, 社工的角色是协助成员回顾并巩固已获得的成效, 注重小组成员之间的互助与支持, 通过鼓励成员分享个人专长甚至指导其他成员, 来增强他们的自我效能感, 激发他们对生活的热情。最终, 社工妥善处理小组成员的离别情绪, 确保小组活动的圆满结束。

## 6.3. 小组活动评估

### 6.3.1. 过程评估

过程评估是对小组活动从开始到结束的全面评估, 旨在监测和分析小组发展的各个阶段。在小组的初始阶段, 由于教育背景的限制, 小组成员虽然相互认识, 但并不完全了解对方的姓名。受传统观念的影响, 他们在活动中表现出犹豫, 观察周围环境和他人反应, 不敢积极参与。通过破冰活动, 小组成员之间的互动显著改善, 小组氛围变得更加活跃, 成员间的相互了解也有所加深。社会工作者的鼓励和引导帮助成员勇于表达自己对小组的期望和个人想法。

进入小组中期, 成员间的互动变得更加频繁, 团队合作精神和凝聚力得到加强。社会工作者通过心理游戏、健康教育和才艺展示等活动, 进一步促进了成员间的交流与互动。这些活动鼓励成员展示自己的才艺和分享个人需求, 从而深入了解成员的真实需求, 并从优势视角看待自己和他人, 为后续活动的顺利进行打下了坚实的基础。

在小组的末期, 即小组活动的最后阶段, 重点在于培养成员间的互助学习能力, 发掘成员的潜力。社会工作者引导成员回顾已取得成就, 并巩固他们已经实现的改变。在小组内部, 成员间的互动保持良好, 通过分享个人遗憾和观看正能量短片, 建立成员的自信心和对老年生活的积极态度。通过互赠祝福或纪念品的方式, 鼓励成员在活动结束后继续发展小组间的友谊, 提升社交能力, 实现自助和乐观的老年生活目标。一个重要指标。这可以通过媒体报道、社会反响等方面进行评估。

### 6.3.2. 结果评估

在小组活动圆满结束之际, 收集对小组内容、目标、活动方式以及社工表现的综合评估。本次评估主要关注小组目标的实现情况以及成员的满意度调查。

本研究发现, 9名成员均表示其精神层面的需求得到了满足, 有效缓解了孤独感。此外, 所有成员均展现出勇于表达真实情感的勇气, 并与他人建立了积极的联系, 改变了以前消极的养老观念。值得一提的是, 小组成员之间建立了一个文化生活互助的微信群, 成功发掘了一名组长志愿者, 这为活动的持续正向影响提供了保障。

综上所述, 小组活动的目标已全面达成。具体而言, 90%的成员在精神生活需求上得到了满足, 有效减轻了孤独感; 100%的成员表现出勇于表达真实情感, 并与他人建立了良好的联系, 消极的养老观念得到改善; 通过创建微信群并发掘志愿者, 小组成员在团结合作精神方面得到了培养, 这有助于吸引更多成员加入, 进一步提升其文化生活水平。

## 7. 总结

在这个快速变化的时代, 农村留守老人的精神文化需求日益凸显, 这些老人不仅渴望交流和参与社会活动, 更期望得到社会的关注和尊重。互助模式的小组工作, 以其灵活性、多样性和互动性的特点,

为留守老人提供了一个重要的社交平台和精神慰藉。这种模式不仅能够满足留守老人的社交需求,还能帮助他们构建社会支持网络,增强社区归属感,从而提升他们的晚年文化生活质量。社会工作在此过程中扮演着至关重要的角色,社会工作者应充分利用其专业优势,运用科学的方法帮助困难群体解决问题,促进共同发展。

## 参考文献

- [1] 贺雪峰. 互助养老: 中国农村养老的出路[J]. 南京农业大学学报(社会科学版), 2020, 20(5): 6-13.
- [2] 葛杰, 贾月辉, 韩云峰, 等. 达斡尔农村留守老人生活质量及留守与生活质量的关系[J]. 中国老年学杂志, 2021, 41(17): 201-204.
- [3] 肖琳. 互助养老模式下农村留守老人的价值重建[J]. 南京农业大学学报(社会科学版), 2023, 23(4): 135-143.
- [4] 仝广顺, 李磊, 康世宇. 代际关系视角下农村留守养老问题思考[J]. 财会月刊, 2021(14): 157-161.
- [5] 许惠娇, 贺聪志. “孝而难养”: 重思农村留守老人的养老困境[J]. 中国农业大学学报(社会科学版), 2020, 37(4): 103-113.
- [6] 梁文凤. 人口老龄化背景下农村养老的现实困境与路径选择[J]. 经济纵横, 2022(10): 88-94.
- [7] 秦永超. 生态系统视角下农村留守老人福祉的影响因素[J]. 社会科学家, 2019(5): 53-61.
- [8] 徐凯赞. 基于民间性的确定性: 城市社区居民精神生活困境及幸福路径建构[J]. 深圳大学学报(人文社会科学版), 2024, 41(5): 107-115.
- [9] 宁玉梅. 人在情境中: 生态系统理论和增权理论的比较[J]. 学理论, 2013(25): 138-139+218.
- [10] 王思斌. “社会工作在环境中”及其理解[J]. 中国社会工作, 2023(22): 6.
- [11] 赖锦辉. “人在情境中”视角下智力障碍者社会工作个案服务探索[J]. 社会与公益, 2021, 12(4): 64-66.
- [12] 童敏. 生活实践中的问题解决: “人在情境中”的双主体分析框架[J]. 中国社会工作, 2023(34): 8.