

“空巢”现象影响下中年人心理现状分析

王溪玥¹, 杨国玉²

(1.河北师范大学 教育学院, 河北 石家庄 050024; 2.河北工程大学 社会科学部, 河北 邯郸 056038)

[摘要]利用家庭亲密度与适应性量表和 Ryff 心理幸福感量表对以河北地区为主的中年人采取随机抽样方式进行调查。空巢中年人在家庭亲密度、适应性和总体幸福感的各项得分均优于非空巢中年人。在空巢中年人里,居住地在家庭亲密度、适应性及心理幸福感方面的主效应显著,城镇作为一个特殊的水平分离出来;空巢中年人的年龄与亲密度及幸福感呈现显著负相关。从总体上看,空巢状态下中年人的家庭关系十分和谐,心理状态良好;但仍然可以发现,空巢中年人身上存在的心理问题隐患。

[关键词]中年人;“空巢”现象;家庭亲密度;家庭适应性;心理幸福感

doi:10.3969/j.issn.1673-9477.2013.02.008

[中图分类号] B84 [文献标识码] A [文章编号] 1673-9477(2013)02-0024-04

20 世纪 80 年代以来,经济快速发展,工业化、城镇化进程加快,我国开始逐步进入老龄化社会,随之出现了“空巢”这一现象。“空巢家庭”的概念由 1982 年第一次人口普查时提出,指子女长大成人后从父母家庭中相继分离出去,只留下老年父母独自生活的家庭,“空巢”一词形象地描述出了那些子女不在身边的老人的生活现状(张锦文,2011)。然而,时至今日,我国独生子女政策开始实行已有 30 年,一批一批独生子女成年后外出求学、就业、成家。空巢现象开始出现在中年父母家庭,这类空巢家庭父母的心理现状值得引起社会关注,许多独生子女父母在不到 50 岁就进入空巢状态,并将在空巢家庭中生活 30 年甚至更长时间。

由于老年人空巢现象出现得较早,也较为普遍,有关这一领域的文献较多,在留守和空巢老年人心理问题的研究讨论中,研究者们认为空巢老人最突出的心理问题是“孤独感”。老年人由于孤独引发对家庭现状的不满,从而出现焦虑、抑郁等负性情绪,严重影响了老年人的身心健康。加之心理疾病与生理疾病相互影响,使老年人有可能出现以内分泌、中枢神经和免疫系统功能紊乱为症状的空巢综合征(聂淼,汪全海,姚应水,2011)。

在近几年出现的以第一代独生子女留守父母为对象的研究中,一些研究者认为留守父母在骤然而至的空巢期会经历紧张、失落的心理体验,而王祎(2011)在留学独生子女父母的研究中指出留守父母在子女出国期间能够基本完成对心理、经济、关系这三个维度的适应,并对家庭生活状态感到满意。在国外学者的研究中仅有寥寥几篇关于空巢中年人心理状态的研究,并主要针对女性和没有子女的中年人。Mitchell 和 Lovegreen(2009)的研究结果显示,在加拿大空巢中年人中仅有少数报告曾经经历过心理上的不适。Pudrovska(2009)在有关中年父

母心理健康的研究中提到,空巢中年父母的心理健康水平高于其他中年父母。

本文的研究目的在于全面系统地对空巢中年人心理现状进行描述,并对其出现的心理变化的产生原因及发展推力进行分析,最后在此基础上提出有助于中年人调整心理状态、提高家庭生活质量的建议。

一、研究对象与方法

(一)研究对象

研究以河北地区为主的中年人为研究对象,共发放问卷 130 份,回收问卷 108 份,回收率为 83.08%;其中兼顾了性别与居住地的相对平衡。共获得有效问卷 92 份,回收的有效率为 85.19%。在有效问卷中:男 45 人,女 47 人;按居住地分,农村 41 人,城镇 33 人,城市 18 人;空巢被试 67 人,非空巢被试 25 人(见表 1)。

表 1 研究对象的分布描述

分类依据		人数
性别	男	45
	女	47
居住地	农村	41
	城镇	33
	城市	18
是否空巢	空巢	67
	非空巢	25

(二)研究工具

1. 家庭亲密度与适应性量表中文版 (FACES —CV)

量表由 Olson 等人编制,并于 1991 年由费立鹏等人进行了量表的翻译与回译。该量表为自评量表,包括了两个分量表,共有 30 个题目。该量表主要评价力量方面的家庭功能:亲密度(Cohesion),即家

[投稿日期]2012-12-20

[作者简介]王溪玥(1990-),女,河北石家庄人,研究方向:研究生教育、社会认知。

庭成员之间的情感联系；适应性（Adaptability），家庭体系随家庭处境和家庭不同发展阶段出现的问题而相应改变的能力。问卷采用五级记分的方法，被试的回答代表该题所描述的状况在其家庭中所出现的程度的实际感受。该量表的内部一致性为 0.85，有着良好的信度与效度（汪向东，王希林，马弘，1999）。

2. Ryff 心理幸福感量表中文版

该量表（Psychological Well-being Scale）是由 Carol Ryff 设计，河北师范大学王欣教授及其研究生与在美国学习中文的学生共同完成了该量表的翻译和逆翻译过程。量表共包括六个维度：自主性，掌控环境，个人成长，与他人的积极关系，生活目标感和自我接纳。共 84 个项目，采用了六级评定的方法，即 1 很不同意，2 不同意，3 有点不同意，4 有点同意，5 同意，6 非常同意。本量表在国内外已被广泛应用，其信效度检验结果很好（崔春华，李春晖，王欣，杨海荣，2005；Ryff, C.D., 1995）。

3. 研究过程

研究采取随机抽样调查方式。首先选取 30 名具有心理学专业知识的人担任主试，对其进行培训要求主试采用统一指导语。在此之后主试利用放假回家的时间在居住地随机选取若干名年龄在 35 岁至 60 岁之间的被试完成问卷。由于主试居住地分布不均，因此本次研究随机选取的被试主要分布于河北省各级地区，少数分布于甘肃、陕西、湖北、重庆等省市。本研究问卷要求被试匿名作答。

表 2 是否空巢的各量表方差分析 ($\bar{x} \pm s$)

是否空巢	亲密度	F	适应性	F	幸福感	F
空巢	67.67 \pm 7.792	159	49.84 \pm 6.400	7.998	345.57 \pm 39.038	444
非空巢	66.92 \pm 8.727		45.20 \pm 8.416		339.72 \pm 32.583	

2. 空巢中年人家庭亲密度、适应性及幸福感在性别、居住地、年龄上的差异

以居住地、性别为因素，分别对数据进行方差分析，在家庭亲密度 ($F(2,67)=10.605, p<.001$) 总体幸福感 ($F(2,67)=6.606, p<.05$) 以及适应性 ($F(2,67)=10.625, p<.001$) 三个维度上，居住地主效应显著。不同居住地的空巢中年人在亲密度、适应性和总体幸福感方面有显著差异。在总体幸福感的六个维度中，不同居住地在掌控环境、个人成长和与别人的积极关系三个维度上均有显著差异。

以居住地、性别为因子，年龄为协变量进行主体间效应检验发现，居住地与性别、年龄等无显著交互作用。居住地在亲密度 ($F(2,67)=10.672, p<.001$) 适应性 ($F(2,67)=10.675, p<.001$) 总体幸福感 ($F(2,67)=6.804, p<.05$) 三个维度上差异显著。年龄在亲密度上主效应显著 $F(1,67)=4.680, p<.05$ 。

4. 数据处理

问卷回收后，将所获得的以上两个量表的数据用 PASW Statistics (SPSS 18.0) 软件进行统计分析。

二、研究结果

（一）中年人在家庭亲密度与适应性及心理幸福感中的总体特征

经与常模比较，中年人心理在家庭亲密度与总体幸福感两个方面与常模无显著差异。但是，在家庭适应性的维度上，中年人（无论是否空巢）与总体差异达到显著性水平， $t=3.073, p<.05$ 。

（二）空巢中年人家庭亲密度、适应性以及心理幸福感的特征

1. 空巢与非空巢中年人的家庭亲密度、适应性及心理幸福感的差异分析

经统计，空巢现象下，无论是家庭关系中的亲密度、适应性，还是总体幸福感，得分均高于非空巢中年人群。其中，出现空巢现象家庭中的中年人在家庭适应性维度上显著高于非空巢 $F(1,92)=7.998, p<.05$ ；家庭亲密度以及总体幸福感两方面平均值虽高于非空巢中年人，却并未达到显著性水平。进一步分析，在总体幸福感的六个维度中，空巢被试在自主性与生活目标两个维度上显著高于非空巢被试：自主性 $F(1,92)=5.173, p<.05$ 自主性差异显著；生活目标 $F(1,92)=4.280, p<.05$ 生活目标差异显著。详细数据见表 2。

3. 空巢中年人年龄与家庭亲密度、适应性和幸福感的相关分析

数据显示，在空巢中年人中，年龄与家庭亲密度、适应性和总体幸福感均成负相关，其中，亲密度与总体幸福感显著相关（详见表 3），表明中年人以上心理状态随年龄增长而下降，直至达到老年人水平。

表 3 年龄与各指标的相关关系

	人数	相关系数	显著性
年龄 & 亲密度	67	-.450	.000
年龄 & 适应性	67	-.204	.097
年龄 & 幸福感	67	-.344	.004

（三）是否空巢与家庭亲密度、家庭适应性及心理幸福感的影响

经相关分析，家庭亲密度、适应性与心理幸福

感总分呈不同水平显著正相关 ($p < .01$) ; 是否空巢与家庭适应性呈显著负相关, 空巢中年人家庭适应性强。详细数据见表4。

表4 是否空巢与亲密度、适应性、幸福感的相关分析结果

项目	是否空巢	适应性	亲密度	幸福感
是否空巢	-	-.318**	-.078	-.098
适应性		-	.647**	.377**
亲密度			-	.568**
幸福感				-

** . 在 .01 水平 (双侧) 上显著相关

以是否空巢为自变量, 家庭适应性为因变量进行线性回归进入分析, 结果表明是否空巢能够显著预测中年人家庭适应性水平, 解释度为10.1%, $\beta = 4.95$, $p < .05$ 。

三、分析与讨论

(一) 空巢现象对中年人家庭亲密度、适应性及心理幸福感的影响

经统计, 空巢中年人的家庭亲密度、家庭适应性和心理幸福感均高于非空巢中年人, 是否空巢能够很大程度上预测中年人的家庭适应性。首先, 在现代社会中, 夫妻关系渐渐取代代际关系 (即父子关系) 成为家庭关系中的主轴, 较大程度上影响着家庭关系的发展。威廉古德曾指出 “ 家庭生活的中心转移到夫妻关系上是世界性的趋势 ” (王伟, 2011)。子女离家期间, 父母的生活重心回归到夫妻关系上来, 相比子女离家前, 夫妻之间情感上的相互依赖更加强烈, 家庭亲密度上升 (Spanier.G.B., 1975)。第二, 子女的长大成人、独立生活卸下了中年父母身上的一个重担, 不必再过多地担忧和操心子女的生活起居和学业, 减轻了中年人在家庭方面承担的巨大压力。第三, 加之中年人生活状态与老年人相比社会性更为突出, 这使空巢父母的生活有了更高的自由度, 使其有更多的闲暇时间进行娱乐活动和社会交往, 尤其以女性家长更为明显。这三个因素使空巢中年父母在孩子离家后能够较快地调整自己的生活重心和生活方式, 将家庭生活的中心转移到夫妻关系上, 增加夫妻间的相互关心和依赖, 增加两人共同完成活动的频率, 充实自己的闲暇时间, 从而解决子女离家之后出现的适应性问题。夫妻亲密度的升高, 压力的减轻, 生活自由度增加, 使空巢中年人的适应性和心理幸福感不仅没有降低, 反而出现升高的趋势。

(二) 居住地差异对家庭亲密度和心理幸福感的影响

分析表明, 家庭亲密度和心理幸福感主要受居住地的影响, 而不受性别、年龄因素的影响; 城镇空巢中年居民亲密度显著高于城市与农村居民; 城镇与城市空巢中年居民心理幸福感显著高于农村居民, 并且城镇空巢中年居民心理幸福感量表得分均值高于城市居民, 但差异不显著。

性别不是影响空巢中年人心理状态的主要因素, 是因为中国男性与女性的社会地位很大程度上从传统的 “ 男尊女卑 ” “ 男主外, 女主内 ” 思想转变为 “ 男女平等 ” “ 妇女能顶半边天 ” 的现代观念。大部分女性都已参与到社会工作和生活之中, 而不仅仅作为家庭主妇承担家庭生活的重任, 另一方面, 现代社会许多男性不单单在外打拼事业, 也主动承担起家庭生活的一部分家务, 使男女性社会地位更趋于平等, 因此中年人的心理状态在性别上并无明显差异。

在主效应居住地中, 居住于城镇的 “ 空巢 ” 中年人家庭亲密度及心理幸福感水平均高于居住在城市和农村的中年人。分析认为, 相对于城镇而言, 城市和农村中年人的生存压力更大。在当今中国的社会经济条件下, 城镇化进程速度显著加快, 范围大幅扩大, 并且国家的相关政策对于城镇的发展极其有利。与城市相比, 城镇第三产业的逐渐发展, 使城镇具备了城市的商业性和便利性, 但是城镇规模小于城市, 消费水平低于城市, 人际关系较城市更为简单、朴素, 竞争压力较小。而城市中, 中年人作为社会工作的中坚力量, 工作较为繁忙, 虽然空巢中年人家庭亲密度已经显著高于社会常模, 即空巢中年人在子女离家后将生活重心转移到家庭生活的夫妻关系上, 但是与城镇居民相比城市中的中年人与家庭成员相处时间依然较少。与农村相比, 城镇居民基本物质生活水平和文化水平较高, 不需要为解决温饱问题付出很大的体力、物力, 维持基本生活的压力与农村相比较小。基于以上原因, 城镇空巢中年居民的家庭亲密度和幸福感高于城市与农村。

(三) 空巢中年人的年龄与家庭亲密度、适应性及心理幸福感的负相关

空巢现象已较早并较普遍地存在于老年人群中, 对其出现的心理问题及相关解决措施已经被广泛讨论, 各项研究显示老年人在空巢影响下出现了适应不良等症状, 而空巢中年人的家庭适应性显著高于非空巢人群。这两者之间的落差说明产生问题的关键就集中在空巢父母由中年迈向老年的这一阶

段。在中年人步入老年的过程里，事业发展几乎已经停滞，面临退休或离岗，已经存在十几年甚至几十年的生活方式发生巨大变动，这时往往会把重心转向家庭和个人兴趣。然而，就在这艰难的转折时期，中年人回到家庭里，却发现家里的“空巢”亦无法弥补在其他社会角色中的转型而带来的空寂，甚至，有时也会是雪上加霜的效果。

数据统计显示出年龄与家庭亲密度、适应性及心理幸福感呈负相关，其中，家庭亲密度与心理幸福感负相关的差异显著。即在空巢状态下，随着中年人年龄的增长，以上三种指标呈现不同程度下降，直到进入老年期。按照此趋势发展下去，我们可以预测，当空巢状态持续到老年阶段，空巢父母心理幸福感水平过低，有很大可能会引发孤独、焦虑、抑郁等心理问题，这也从问题来源的角度解释了空巢老年人出现的心理问题，但目前并没有充足的依据证明中年心理与空巢老年人出现的种种问题有直接关联。

四、结论与反思

处于空巢现象影响下的中年人，无论是家庭关系中的亲密度、适应性，还是总体幸福感，均优于非空巢中年人群体。其中，出现空巢现象家庭中的中年人在家庭适应性维度上显著高于非空巢的现象，有力反驳了当今社会对于空巢家庭中年人适应性的质疑。

在已经处于空巢状态的中年人群里，居住地与年龄两个因素主要影响家庭亲密度和总体幸福感：在居住地因素中，城镇作为异于农村与城市的独立水平表现出极为显著地差异，反映了在我国国情和政策影响下，城镇化进程对城镇居民心理状态具有

很大影响，在一定程度上提高了心理幸福感；在年龄因素中，年龄与家庭亲密度与适应性及总体幸福感呈负相关，随着中年人年龄的增长，以上三种指标呈现不同程度下降，直到进入老年期，年龄的相关分析可以从一定程度上预测空巢老年人产生心理问题的原因。

根据研究结论，虽然从总体上看，中年人的家庭关系十分和谐，心理幸福感水平较高，心理状态良好。但是，仍然存在一些问题和隐患。研究得出，空巢中年人年龄与家庭亲密度、适应性及心理幸福感呈负相关，即中年人良好的心理状态会随年龄的增长而逐渐消失。当中年人长时间地处于空巢状态，最终进入老年期，老年空巢的一系列问题也就迎面而来。当社会把所有的目光聚焦在老年空巢问题上的同时，另一批潜在问题已悄然走来，从那些已发生的问题背后，给社会又一波强烈的冲击。所以，解决空巢老年人的心理问题可以从中年心理入手，关注空巢中年那些“浮华”背后的“隐患”，这对于如今老龄化加剧的社会，同样有着重要的实际意义。

参考文献：

- [1]崔春华,李春晖,王欣.等. Ryff 心理幸福感量表在河北师范大学生中的试用[J]. 中国心理卫生杂志, 2005,19(2):128-130.
- [2]聂森,汪全海,姚应水.我国留守和空巢老人心理问题研究进展[J]. 中国老年学杂志, 2011,6(31):2364-2366.
- [3]Mitchell,B.A.,&Lovegreen, L.D. The empty nest syndrome in midlife families: A multimethod exploration of parental gender differences and cultural dynamics[J].Journal of Family Issues, 2009,30(12):1651-1670.

[责任编辑 陶爱新]

Psychological analysis of midlife in empty nest

WANG Xi-yue¹, YANG Guo-yu²,

(1.School of Education, Hebei Normal University, Shijiazhuang 050024, China , 2. Department of Social Science, Hebei University of Engineering, Handan 056038, China)

Abstract : The study focuses on describing and analyzing the mental condition of middle-aged parents who have been left in the ‘Empty Nest’ by their children. FACES —CV and Psychological Well-being Scale are used to test midlife parents in Hebei and other provinces. Midlife parents in empty nest have higher score in the scale of cohesion, adaptability and well-being than the other group of parents. In the group of parents in empty nest, there are significant differences between residences on the three scales. The age of midlife parents in empty nest is in significant correlations with cohesion, adaptability and well-being.

Key words : midlife; empty nest; family cohesion; family adaptability; well-being