

「心」愛著你

第七課：「生」活：空巢現象

1. 空巢

- 家庭也像人的一生，有其生命分期，包括二人世界期、年幼子女期、子女學齡期、子女青春期、成年子女期，以及父母老年期。
- 大自然規律，雛鳥長成為羽翼豐盛的成鳥後，飛離原先巢穴，獨自覓食，尋找配偶，延續下一代。
- 「空巢」二字，借喻大自然界現象，比喻家庭到達父母老年期，成年子女因著種種原因，例如：結婚、工作、移民，剩下老年父母在家。
- 「空巢」，似乎含有孤單、被遺棄的隱意。

2. 孤獨的空巢？

- 成年子女搬出後的家庭，留在家的長者是否一定感覺孤獨空虛？
- 空巢可以說是家庭生命分期回歸二人世界期。兩個人的家，當然較以往清靜。但家庭人口減少是一種外圍狀態，孤獨卻是內心情況，包含寂寞、淒涼、心情落寞的情緒。留意，獨自的狀態不一定代表孤獨的感受。
- 培養心靈豐富，是面對家庭老年期的良方