

这份报告 关注宁波大龄未婚青年现状

他们在工作环境中经常接触异性的机会不到13%
超过六成的人基本不参加组织活动
他们的父母多数把关爱藏在心里,经常催婚的只占两成多

对于不少大龄未婚青年来说,春节长假,比起被起哄给侄子、外甥等晚辈发红包,更难受的或许是遭遇三姑六婆的轮番催婚了。据不完全统计,宁波市大龄未婚青年达几万人,仅在市妇联三江缘公益红娘平台就登记了2万多人。

日前,一份来自市妇联的《宁波市大龄未婚青年婚恋障碍及干预措施研究报告》(以下简称《报告》)出炉。宁波市大龄未婚青年婚恋障碍干预项目组在全市范围内开展了大龄未婚青年现状的调查研究,了解他们的心理健康状况、婚恋需求、择偶心态。

记者 滕华 通讯员 翟文杰 胡青蓝

调查锁定28-40岁未婚青年 超六成学历为本科及以上

调查首先对大龄未婚青年进行了概念界定,将范围划分为年龄在28岁以上、无婚姻状态有恋爱关系或单身、自愿和非自愿未婚者。项目组对600名28-40周岁宁波单身常住人口进行了问卷调查,回收有效问卷586份。

报告显示,调查对象中女性占了63.1%。职业方面,55.98%在企业单位工作,13.48%在机关事业单位任职,还有30.53%为个体及其他。学历程度上,超过一半调查对象为本科毕业生,占53.1%,硕士和博士共有10.5%。

相关研究表明,在北京、上海等现代化大都市中,大龄未婚青年占比将近三分之一,近八成25-40岁的单身男女觉得“不快乐”,感到“焦虑”,部分年轻人甚至出现了“恐婚”情绪。甬城的情况如何?宁波市大龄未婚青年婚恋障碍干预项目组采用问卷调查法,自编了《大龄未婚青年心理状况》调查问卷,提出54项题目,测查大龄未婚青年的人际环境、个人态度、心理健康状况等。

近半人有不同程度抑郁症状 能在工作环境中经常接触异性的不到13%

报告显示,在被调查的586名大龄未婚青年中,58%的人认为自己心理健康状况良好,有42%的人认为自己心理健康状态欠佳。在抑郁症状分析方面,有48.3%的人认为自己有不同程度抑郁症状,其中表现出焦虑症状的有37.3%。

文化程度越高的女性,其心理健康问题也越突出,硕士和博士学历的大龄未婚青年更容易出现抑郁、焦虑情绪。

在人际关系处理方面,47.5%的调查对象存在人际关系敏感症状。具体表现在:不能正确处理个人与社会的相互关系,在人群中感到不自在,与人相处时有着较强的戒备、怀疑和嫉妒心理,在人际关系上存在着种种困惑,自卑、自我压抑、不善表达、情绪容易受周围人影响且波动大等。

另外,不少大龄未婚青年存在不同程度的社交退缩特点。在问及“日常生活中有多少关系不错的朋友”时,回答“一个也没有”的占10.18%,1-2个的占41.2%,3-5个的占33.33%。

记者注意到,报告中有两个数据非常“刺眼”:其一是,有61.83%的大龄未婚青年基本不参加组织活动;其二是,因为工作性质和个性的原因,他们在工作环境中经常接触异性的机会仅占12.72%。

两成父母会经常开口催婚 更多父母把关爱藏在心底

租个女友回家过年、如何在朋友圈营造“二人”世界……这些网络热搜更像是段子手打造的笑话,但其中心酸,恐怕只有大龄未婚青年才会懂得。

事实上,调查报告也印证了他们的“心累”。数据显示,当遇到压力或困惑时,有84.73%的大龄未婚青年认为身边没有可以得到支持和帮助的朋友。父母虽然很关心自己的婚恋问题,但经常开口问及的只有20.67%,更多的父母是把这份关爱藏在了心底,担心刺激到大龄未婚青年敏感的内心。

当被问及“与邻居的关系”时,70%的大龄未婚青年表示与邻居关系冷漠。当被问及“与同事的关系”时,有74.56%的大龄未婚青年表示与同事关系一般,除了工作没有过多来往。

遇到烦恼时的倾诉方式,主动倾诉的仅占17.81%。绝大多数大龄未婚青年,不轻易向别人倾诉,很少请求别人帮助。从心理学角度来看,这说明他们处于情感闭塞状态,缺乏有效的心理宣泄渠道,不懂得主动求助。

有的青年患上失恋创伤后遗症

“虽说现在晚婚已是普遍现象,但到了28岁到40岁这个年龄,还没有走进婚姻殿堂的,几乎每一个人都有自己的故事。”宁波市大龄未婚青年婚恋障碍干预项目负责人徐燕萍做了多年的婚恋辅导,了解到不少大龄未婚男女和他们背后家庭的故事。

徐燕萍告诉记者,在项目调查过程中,他们发现,有一类大龄未婚青年,他们有合理的婚恋观、良好的交际圈,没有明显的个性缺陷,却因为之前失败的感情经历,对建立新的婚恋关系望而却步,“简单地说,这是患上了失恋创伤后遗症。”

因为上一次恋爱的打击,他们在情感上会产生极大的悲伤和痛苦,随之而来的便是愤怒和绝望,很可能产生鲁莽的异常行为。此外,伴随着强烈的自卑感、报复心,有的人还易将消极的情绪迁怒于别的人或事。

徐燕萍说,针对这部分人群,他们项目组特别制定了一对一定期面询的心理干预计划,为有情感创伤的大龄未婚青年提供帮助,帮助大龄青年解开心结、走出阴影,重新树立起对婚恋的信心和决心。

有的父母急于参与子女感情生活

“在项目开展过程中,经常看到‘无所谓’的当事人和‘焦躁’的父母。”徐燕萍说,在三江缘公益红娘平台登记的2万多人中,有超过一半是父母代子女登记的。

面对子女大龄未婚,很多父母急得像热锅上的蚂蚁,焦躁不安。有的急于求成,试图通过不断施压,来迫使子女早点成婚。而事实证实,这种方法无异于拔苗助长,很多大龄青年在家庭的逼婚下,变得更加“焦虑、恐惧”,甚至与父母对立或隔离,影响了和谐的家庭关系。

“大龄青年婚恋情感项目面对的群体虽然是大龄青年,但其背后是一个家庭。”徐燕萍说,项目组将大龄青年的父母也纳入服务对象,对其进行直接或间接的教育宣传,引导其调整好自己的心态,不可将自己的焦虑施压于子女身上,也不可一味责备。在子女碰到婚恋方面的问题时,教会父母们如何及时为子女提供情感支持,帮助他们共同面对问题,做好子女的情感参谋。

开设心理辅导、知音热线 呼吁多方助力

记者了解到,去年8月,市妇联启动了大龄青年婚恋障碍心理调适项目,在广泛调研的基础上,集结专业的心理咨询师团队,依托三江缘公益红娘平台,对需要帮助的大龄青年开展了一系列有针对性的心理辅导服务,帮助大龄青年以更加积极健康的心态和有效的行为面对婚恋。至12月项目终结时,5个月时间内直接受益的达到1819人次,间接获益的达1万人次以上。

一个大龄未婚青年牵涉到一个家庭,由家庭又衍生到社会,大龄青年问题已成为近年来社会关注的热点问题。徐燕萍告诉记者:“通过心理干预项目开展改善大龄未婚青年现状是有效的尝试,我们也希望保持干预项目的持续性,协同社会各方力量,助推大龄青年婚恋问题的解决。”

据悉,市妇联的两部知音心理咨询热线(13957407000、13957408000)每晚7点到9点都会开通,有专业的心理咨询师“坐堂”,在电话那端倾听大龄单身青年的心声。如果用宁波本地移动手机拨打,话费还能全免。