

空巢老人：孤独几多苦？

文\穆光宗

2015年11月24日,湖北省黄石市下陆区一位未婚独居老人被发现在家中去世已有六年之久,只剩骸骨。也就是说,在这么长的时间内老人的生死状况居然无人过问、无人清楚。这是人口快速老龄化时代的一个缩影和预警,老年人不仅空巢化,而且被边缘化、被遗忘甚至被抛弃。空巢老人增多是不以我们的意志为转移的,家庭规模的小型化、成年子女的流动、代际居住的分

离和老年父母的长寿等诸多因素都加剧了空巢甚至独居的比例和风险。

孤独终老和老难善终已经成为老龄化中国的突出特点。这个案例反映出很多问题,对独居老人来说,纵是锦衣玉食也难敌“老来怕空”,而“孤独死”反映了中国社会远没有准备好应对老年空巢风险的巨大挑战。一方面在崇尚私密的城市社会,以邻为壑,老死不相往来;另一方面在人口居住分散的乡土中国,年轻人纷纷外出,离土又离乡,空巢老人悄然增加而社区为老服务远未跟进。

笔者提出的“有备而老”绝不仅仅是养老金的准备,重点在加快接地气的养老服务体系的建设和对最困难也最容易被遗忘的空巢老人和独居老人的覆盖。在人口高龄化浪潮到来之后,“孤独死”事件将不断发生,成为老年生活的新常态。毋庸讳言,笼罩在“孤独死”阴影下的空巢老人普遍缺乏来自社会的对生命的终极关怀,这是一个日趋严峻的人道主义问题。试问,如果赋予单位、社区或者邻里以关爱问候空巢老人的伦理责任和法定义务,何至于到六年之后老年人的“生死”才水落石出?!这是“老吾老,以及人之老”文化式微的悲哀。

独居老人是潜在养老风险最大的一个群体。没有配偶疼爱、缺乏儿女敬爱、缺位社会善爱的独居老人普遍面临“空巢苦”问题:一是病苦,病时无人问、无人助;二是心苦,独居的孤独归根结蒂是社交性孤独和心理性孤独。“出门一把锁,进门一盏灯。”形影相吊,孤苦难遣。

空巢老人和独居老人的居家照料和精神健康问题需要引起政府和社会的重视。居家养老是我国主导的养老模式,但空巢独居的居家养老由于缺乏内在的养老支持注定充满风险,所以助力社区为老服务和发展老年护理型养老机构势在必然。政府要千方百计提高老年人的养老福利水平,养老服务完全交给市场是危险的,市场在商言商,对有购买能力的老年人会有“偏爱”和“选择”,对无购买能力的老年人会“漠视”和“拒绝”,从而使得社会公正远离了我们的生活。所以,老年服务的福利化高于老年服务的产业化,不管是什么类型养老服务产业的发展,终究是为了保障老年人的共享权利,提高老年人的福利水平。

老年共享应该成为老龄化中国的基本国策。一是老年共融,促使老年人和社会一起进步、共同发展。通过正社会化,使得老年人能够获得正能量,消除“空巢苦”。二是老年共建,社会要消除针对老年人的年龄歧视和能力歧视,让老年人最大限度地参与社会的建设,成为和谐社会、丰裕社会和公平社会的共建者,焕发“为霞尚满天”的自信自强精神,贡献老年人口红利。三是老年共享,共享发展成果和社会福祉是发展的终极关怀,全方位提升老年人的生活水平和生活质量是实现成功老龄化的重中之重,老年人的共享权利和水平最终反映了一个社会的文明程度。

(作者为北京大学人口所教授)

创新为老服务大赛

2015 创新为老服务半决赛 11 月 17、18 日在上海科技馆和上海世博馆举行。在这两天时间里,脱颖而出的 36 强,经历的远不只是一场简单的比赛。最终,3314 名现场观众、6 名中外专家评审、一支老年观察团和 36 强团队,共同筛选出了 18 强,他们将在 12 月 17 日进入决赛环节。

11 月 17 日,半决赛在 2016 国际养老产业(上海)峰会暨博览会的世博展览馆正式开始。此次博览会为本土及海外老龄产业的机构搭建了一个大于 7000 平方米的展示空间,并成功吸引了约 5000 次人数参观。36 强团队从各处汇集上海,加班加点布置自己的展位,热情地向来参展的观众展示自己的项目,赢取大众投票。大众投票环节在整个比赛环节中所占比重为 15%,不容小觑。

11 月 18 日下午,创新为老服务

半决赛转战全球创业周的科技馆。全球创业周自 2007 年开始于英、美、中三国,如今已发展成为 158 个国家共同参与的创业盛会。美国领事馆商务代表 Rhonda Sinkfield 女士作为演讲嘉宾为大赛送上祝福,也肯定了大赛合作方之一 Aging2.0 作为全球老龄行业创新平台所付出的努力。VIA 也以视频的形式为半决赛选手送上祝福,并且提供赴硅谷斯坦福学习的名额和奖学金。

36 强团队根据项目类别分成 6 桌,以小组讨论的形式向组员、评审和观众演示项目。在这个环节中导师和组员的分数比重各占 40%与 20%,老年观察团则根据之前的项目体验打分,所在比重为 25%。现场讨论氛围非常热烈,一方面,当日的评审都是团队们平日热于请教的对象,如西浦老龄社会研究院创研所长 Flo-

rian Kohlbacher、持有阿兹海默症药物专利一项的胡晓燕博士、西交利物浦大学工业设计学的导师 Ruggero Canova、新东苑国际投资集团有限公司养老事业部副总经理度欣泳、上海市慈善教育培训中心徐本亮主任、上海中侨护理与健康学院创始人兼院长张捷以及上海市民政研究中心的殷志刚主任;另一方面,我们在全球创业周专场活动的注册人数高达 300 人,可见养老是大众都热切关注的一个话题。

我们惊喜于此半决赛收获的热烈反馈影响力之余,更感谢大赛组委会背后默默支持付出的导师和合作单位,为参赛团队提供的无偿服务与机会。我们也感谢大赛参赛团队的信任与充分配合,愿各方能再接再厉为老创新。

蒋诗丽



枫林小筑

她们是社区的抗癌宣传队

这是一支特殊的文艺队伍,队员大多是退休女性,都是癌症患者。她们穿上彩色的服装,以优雅姿态,走在 T 形舞台上,她们的故事感动了无数人,为祖国赢得荣誉。她们就是名闻遐迩的展望生命艺术团老年时装表演队。

阿慧人长得很端正,说起话来声音甜美,人充满活力。2006 年 6 月,她偶然发现乳房上有一个硬块,经检查竟是乳房癌,随即作了切除手术。回到家里,对着镜子看着自己胸部瘪瘪的,她便失声痛哭,有时候长时间发呆,像个木头人似的。她对女儿说:“妈妈活不长了,你快结婚吧!”后来,阿慧加入了时装表演队,从此完全变了一个人。在队里,她与志趣爱好相同的姐妹们有说有笑,共同切磋交流技艺,整日嘻嘻哈哈,忧愁与痛苦一扫而光。由于心态好,并配以积极的治疗,身体康复得很快。她说:而今我心里充满了阳光。

阿珍因肺癌在 2008 年作了切除手术,手术后身体虚弱,连走路都很困难。有时一想到自己得了癌症,恐惧感一阵阵袭上心头。她的脾气也变得十分暴躁,家里人都让着她。参加时装表演队后,轻松愉快的生活,消除了她的恐惧感,坚定了 she 战胜病魔的意志。由于锻炼与治疗相结合,体力恢复得较快,不久便能操持家务。

时装表演队的 20 名女队员,由于坚持练气功、服中药、时装表演“三合一”,姐妹们的身体越来越好。有 16 人活过了 10 年,1 人活过了 20 年,3 人活过了 5 年,她们创造了生命奇迹。

这支时装表演队还经常到社区、医院、学校、监狱等地进行公益演出,19 年来共演出 500 多场。她们在美国、新加坡、韩国、日本和我国台湾、香港的成功演出,赢得广泛赞誉。一次,时装表演队在韩国首尔参加国际防治乳腺癌会议,为与会专家、科学家和全体代表作表演,大获成功。一家韩国媒体赞扬道:癌症病人往往是病态的、软弱的、不堪一击的,而她们是那么阳光,那么美丽,那么坚强。中国女性癌症患者精神面貌如此之好,真了不起!它展现了中国老年妇女的卓越风采!

在社区,时装表演队又是一支抗癌宣传队。队员阿玲走出乳腺癌阴影身体康复后,成为社区的“抗癌勇士”。她的抗癌故事登上了《健康报》,引得一些朋友、居民上门来取经。有位患肺癌居民,原来自意志消沉,病情日趋恶化,听了阿玲讲的抗癌斗争故事后,坚定了意志,采取有效的应对措施,而今病情有了明显好转。她说:病情不可怕,关键人的精神状态要振作,这是至关重要的。

李敏

生活小贴士 老年人养花的注意事项

养花是老年人进行情绪自我调节的活动,既能美化环境,又能愉悦心灵。但养花时应注意选择盆栽花卉。对于初养盆栽花卉的老年人,可选择耐阴或半耐阴的室内观赏植物,如兰花、吊兰、君子兰、绿萝、常春藤、万年青、龟背竹、南天竹、虎耳草、文竹等。阳台花卉可选石榴、月季、菊花、四季桂、仙人掌类等。这些花卉较耐光照。

另外,中老年人要根据自己的身体状况,比如有些人随着年龄的增长,脾气会变得粗暴,情绪也不太稳定。血压偏高的老年人或过敏体质者,最好不要选玉丁香,因它散发出的气味会引人气喘、心烦。香味浓烈的夜来香、丁香在晚上释放的代谢废气,会使高血压和心脏病老人感到抑郁胸闷。

要种好花卉必须掌握一些室内花卉养护基本常识。可参加老年大学花卉班学习,也可订阅相关报刊资料和书籍。

隽秀

银色专列

四平街道组织住养老人举行巧手坊活动

近日,杨浦区四平街道老年人日间服务中心举行主题为“纸质玫瑰花”的巧手坊活动,由乐爱社工师事务所的欧阳老师主持。欧阳老师将纸藤、剪刀、胶水和花瓣模板分发给在场的住养老人,现场演示了制作玫瑰花的过程。在她的热情指导下,老人们克服困难,通过不断摸索制作经验,圆满完成了手工任务,一朵朵鲜艳美丽的纸质玫瑰花在老人们的手中竞相绽放,幸福快乐的笑容洋溢在他们的脸上。魏鸣放