关注“新民银发社区”，就是关心自己，关心父母，关心父母的父母

金色池塘

成为老人的艺术算不了什么，真正的艺术在于战胜衰老。 ——歌德

本报副刊部主编 | 第 116 期 | 2016 年 7 月 10 日 星期日 主编:龚建星 责编:龚建星 视觉设计:戚黎明 编辑邮箱:gjx@xmwb.com.cn

养老微调查

日前，上海科技助老服务中心的一项调查显示，接受调查的老年男性中，50%最想收到的礼物是和孩子一起吃顿饭，对目前孩子陪伴老人状况表示满意的仅 36.1%。71.42%的老父亲在具体生活细节上与子女沟通出现问题，42.7%希望子女常回家看看，与自己聊聊天。

而值得注意的是，接受调查的年轻人中有 64%表示准备送礼物给父亲，其中 52%不知道父亲最想收到什么礼物。54.55%的年轻人表示想陪陪父亲，但苦于各种原因，63.64%的人每周陪伴父亲的时间为零。33.4%的人与父亲沟通不畅。

今天我们怎么陪爸妈

——来自专业助老服务机构的调查报告

文/建华

此项调查结果引起新闻媒体的高度关注，各大网络及主流媒体纷纷报道，跟帖评论者表示，赶紧做完工作，回家陪陪老人。

为此，我们特别采访了一些老年人和年轻人，来个观点碰撞，听听老人的心声，看看今天我们年轻人究竟该如何陪伴爸妈。

爸妈：多回家陪陪我们

在这次随机抽样调查中，针对老年男性的调查问题中有一项为“最想让孩子为您做一件什么事”，高达 52.4%的被调查者表示希望孩子多回家陪陪自己或者陪伴聊天、出游等等，强烈地表达了希望孩子陪伴和沟通的需要。

在调查中，我们发现由于沟通不畅等原因导致父子之间关系不融洽的老人更需要被关心和呵护。一位匿名老年男性对子女陪伴现状表示不满，他觉得自己的友善忠告常常被子女理解为唠叨，而尽管子女会在父亲节送礼物给他但并不是他心仪的，他特别渴望孩子和自己能够互吐心声。其他对子女陪伴现状不满的老人同样希望子女能够多关心自己，最好能够陪伴自己吃饭、聊天等等。

年逾古稀的陈妈妈更像上海这种特大型城市高收入家庭的老人代表。她从教师岗位退休，精心培育的独子早已成为金融领域精英，正当壮年的他常年穿梭在纽约、伦敦、东京等城市。陈妈妈家庭环境优渥，儿子为了报答辛苦了一辈子的妈妈，特别为她高薪聘请了 2 个小保姆，照顾老人的饮食起居。但物质的满足，并不能代替精神上的抚慰。尽管与儿子同住一个小区，妈妈却也难得与儿子见上一面，沟通更无从谈起。陈妈妈说，最想和儿子好好坐下来，聊聊天。

上海科技助老志愿者总队的茅建平常年与老年人打交道，他说，随着生活水平的改善，现在“空巢老人”有泛化的倾向。由于自己女儿尚未出嫁，茅建平和他的女儿还有朝夕相处的机会，但他说，身边很多老人在成年子女搬出去另住后，子女随着工作压力的日益繁重，很多人一个月仅能回家看望老人 1–2 次，对老人的关心缺失，以致许多老人不得不寄情于花草、宠物，非常孤独寂寞。一些社会盈利机构乘虚而入，以陪伴为名向老人推销金融产品、保健产品，老人上当受骗的事件经常见诸报端，值得身为子女者的关注。

孩子：很想陪你聊聊天

60%的受访年轻人最想为父亲做的一件事是陪他聊聊天，20%想为父亲做顿饭，可见传统孝亲文化根深蒂固。但由于中国东西部发展差异，一部分年轻人离开了故乡来到上海谋生，而上海本地年轻人同样面临着快节奏的社会压力和高强度的工作压力，复杂的工作关系、焦虑的育儿环境，导致双方交流时间少（每周陪父亲时间在 10 小时以上的仅占 20%），两代人之间的沟通出现问题，反映在消费、理财、育儿等方面出现较大分歧。

王小姐自上海某大学毕业后就成了“沪漂”一族。她从事的是广告行业，从小就争强好胜的她，为了争取更多的 case，24 小时待机，只要客户有需求，她都加班加点予以满足，常常自嘲为“加班狗”。这几年来，不规律的工作、丰富的社交，打破了她大学以来一周和父母通话一次的惯例，忙的时候一个月才和父母通话一次。在父亲节这个特殊的日子，她特别给父亲发去了微信：爸爸，对不起！这么多年我都是在外漂，没能陪在您身边照顾您，是女儿不孝。在这特别的日子里，我最想对您说：爸爸别再操劳了，注意身体，我爱您，父亲！

李先生从小在上海南市区长大，他和王小姐有着不同的生活经历，却面临同样的尴尬。40 岁出头的他，在单位是一个小中层，天天围着领导的指示转不说，暗流涌动的办公室政治，更让他天天如履薄冰。女儿小的时候，他和爱人都是下了班去父母家蹭饭，顺便把孩子接回家。随着孩子初中后去学校寄宿，老母亲前几年病逝，他回父母家的次数越来越少。说起这个，他也有着一肚子苦经：爱人从事销售工作，经常要出差，自己每周都要开近一个小时的车送女儿去一个老师家里学书法。女儿跟随这个老师学书法坚持了有两三年了，放弃挺可惜的。好不容易休息一天在家，整理下家里的杂物，给女儿烧点好吃的，时间过得很快。有时候鳏居的老父亲打电话来，他也会带着女儿一起去吃个饭。屈指算来，一个月也就去看望老父亲 1–2 次，两个男人坐在一起，说话也是寥寥。

30 多岁的周女士说起育儿经来滔滔不绝，面对看望父母的问题却难得的沉默了许久。她的丈夫是家里的顶梁柱，忙于进出口生意，经常早出晚归，家务、孩子就占据了她工作以外的全部时间。平时，她下班后到家就是给孩子做饭、辅导孩子做一些习题，做做家务。周末就更忙了，她给上中班的女儿报了奥数、牛津英语、中国舞、创意画等课程，时间安排得满满当当，周末的午饭都是在路上解决的。她无奈地说，她知道不爱社交的妈妈退休后很孤独，想多回家陪陪妈妈，可是这孩子上学竞争压力也是明摆着的。等孩子放暑假，她说她会抽个时间陪爸妈出去旅游一次。

专家：多形式陪伴满足个性化需求

上海科技助老服务中心主任吴含章表示，年轻一代，特别是中青年无论在家庭还是职场都已成中流砥柱，在陪伴父母方面所花的时间甚少。与之相对的是，日新月异的社会发展，让老人、特别是老年男性无所适从，更容易感到孤独和寂寞。他呼吁更多的年轻人，包括志愿者和社会各界都来关注老人，特别是老人精神层面的需求，抽空多陪伴，给予关心和呵护。

作为常年服务老年人群体的社会公益组织，上海科技助老服务中心将运用多年来精心搭建的老小孩网站平台和上海市科技助老志愿者总队，协同社会力量，在线上、线下满足老人社交、学习、娱乐等精神层面需求，为申城老人构筑一个温暖的家园。

他说：“7 月中下旬，上海科技助老服务中心，将联合政府相关部门、新闻单位、知名企业在辰山植物园举办一场主题为陪伴的公益游园活动，年轻人可以陪伴自己的父母一同前来，在健身行、COSPLAY 等活动中给予父母陪伴关怀。”同时，第三届创新为老服务大赛也即将拉开帷幕，该大赛鼓励更多的企业开展创新为老项目，并对有商业前景的项目予以孵化，推动企业服务和满足老年人的精神需求、生活需求。

上海市老龄科学研究中心、上海市民政科学研究中心主任，上海市老年学学会理事、中国老龄产业协会专家咨询委员会理事殷智刚对老年人的陪伴问题有着更深入的理解。他认为，一切的陪伴活动都要基于老人的需求开展。每个老人都有着自己独特的家庭背景、教育背景、职业背景，随着年龄阶段的不同，他们对陪伴的方式、陪伴的时间需求迥异。子女陪伴或者志愿者陪伴要关注到老人的需求差异和需求变化，进一步贴近老人的个性化需求，通过各种陪伴形式来关爱、呵护老人。

创新为老服务大赛鼓励企业界参与到陪伴老人的活动中来，殷志刚希望大赛不仅能深度挖掘老人的养老需求，探索新的陪伴途径，同时能运用商业手段对产业发展起到良好的推进作用。