

在社区构建社会化养老的「家」

老年观察

前不久,笔者调研了本市一家小型的嵌入式养老服务设施(对外称养老会所),其设在市郊结合部一个规模 6000 多户的小区内,以为小区老年人服务为主。该设施建筑面积 1000 多平方米,机构虽不大,却很有特点。

一是理念新颖、服务专业。设施为老年人提供托付、照护,延续长者的家庭生活,在专业团队的服务保障下,让老年人在亲情的围绕中,尽享与居家大不同的生活。机构努力做好老年人社区养老的“管家”,针对不同状况,提出养老建议,提供服务项目,让老年人“一门”解除养老之忧。

二是环境舒适、功能多样。机构请专业设计单位设计,设计精细、考虑周全。机构虽不大,却功能齐全,设置了长住、日托、上门三大为老服务功能。不同对象、分类服务。

三是架构精练、工作高效。机构主任下面直接分成护理、保洁、厨师及日托管理与接待管理 5 大块,不设副主任及组长,总共十余人,人员精练、层级简化,有利于直接领导管理。机构内包括主任,没有办公休息场所,岗位服务范围就是你活动的范围,可随时了解服务情况,立刻帮助解决。社区老人进门,每位工作人员都会主动招呼,热情接待,帮助解决问题,让老人有宾至如归的感觉。

文\任焱越

发展养老服务关键是社区,几乎所有的养老服务政策最后都应在社区体现。社区养老服务这一环如果脱节,整个养老服务发展就会成为无本之木。笔者感到,当前在重新构建社区养老服务的大背景下,此类社区养老设施的出现有一定的启示意义。

一是老年人有养老需求,应在社区可找到一个从咨询到得到建议到最后落实的“一揽子”解决问题的机构。从这个路径出发,可在每个社区建一个养老可以托付的机构。其主要任务应包括:建立所辖区域各类老年人档案;负责为有养老需求的老年人制订针对性的养老方案;授权协调、联络社区卫生服务中心、机构养老、居家养老甚至老年护理院的功能,帮助老年人落实适合的养老服务。

“一门式”服务形式,成为辖区老年人养老服务可以依靠的“家”,让他们养老无忧。

二是在社区现有养老服务基础上,应重构专业、规范,具有机构、居家、上门一体化服务功能的养老设施。按照这个思路,这个养老服务功能至少应具备下列特征:资源共享——三大服务设施可集中,也可分开,但服务资源须统一调配,打破封闭,互动共享;质量为上——尽快结束养老服务管理粗放、服务粗糙、效率低下的发展初级阶段,大力推进专业化服务、规范化管理,把养老服务跃上一个质量为上的新阶段;社会共融——逐步实现“去行政化”目标,积极引进社会人才、项目或社会组织等,形成开放、专业、高效的养老服务机制。

通过社区养老服务网络的完善,增强老年人晚年生活的幸福感。

三是投入资金、做好规划,应在“十三五”之内,完成社区养老服务设施的升级换代。十多年的养老服务发展过程中,限于当时的条件,出现了一批房屋陈旧、设施简陋的养老服务“烟杂店”,它们在城市养老服务发展过程中虽发挥了积极的作用,但随着社会发展,养老服务需求的提高,已很难符合时代要求。根据这个发展计划,应狠下决心,花大力气,统一规划,分步实施,尽快将这些“烟杂店”变身为设计精细、环境优雅、建筑规范、方便老人的养老“便利店”。

通过社区养老设施与管理服务的升级换代,使上海养老服务与现代国际大都市相匹配。

心理频道

从行为背后找原因

麻女士今年 58 岁,与丈夫育有一子。儿子是某知名大学软件工程系的毕业生,现在一家外资公司工作。

最近,麻女士发觉儿子上网时间过多,每天都有五小时以上,上网通常就是玩游戏,或者看一些不很健康的网页。麻女士好几次要给儿子介绍女朋友,也被儿子一口回绝。儿子周末也总是待在家里不出门,不像从前,偶尔还会和朋友出去打打牌。

麻女士担心这样下去,儿子的工作、生活和人际交往都会受到严重的影响。

【心理咨询师建议】

麻女士的担心可能并非空穴来风,不过她需要理解的一点是,最近儿子身上发生的这些变化,可能源自他生活和工作中的一些变化,儿子可能用这些在麻女士看来不健康的方式去应对变化给自己带来的心理影响。所以对于父母来说,重要的是,透过孩子的不恰当行为协助孩子寻找深层次原因,而不是仅仅把注意力放在行为本身。只有深层次的原因被找到并解决,不恰当的行为才会消失。

从麻女士儿子的表现来看,他和父母之间的沟通平时可能是比较匮乏的。而沟通匮乏又会造成父母无法足够理解孩子,只能浮于表面关注孩子的行为。在这一点上,麻女士可能需要思考一下,自己和孩子的沟通不畅问题出在哪里?是父母从前不够理解孩子,对孩子过多教条式的指责和建议,导致孩子对父母封闭内心世界?还是父母本身不擅长和孩子沟通,孩子对父母比较冷漠?

在基于良好沟通的基础上,麻女士才能够真正站在儿子的立场上,理解和体会孩子的心理过程,找到问题背后的原因,孩子才会更加愿意把内心的困惑告诉麻女士,父母和孩子之间的情感纽带才会越来越牢固。

当然,如果麻女士感觉落实起来比较困难的话,不妨先观察一段时间,看儿子是否自己能够调整过来。不行的话,可以建议儿子寻求专业的心理咨询,来达到更有效的调整。

黄浦区心理咨询师协会秘书长 浦骏

信息窗

NAO 机器人可陪老人聊天

在德国、荷兰养老院已经尝试用的 NAO 仿人机器人日前在上海新国际博览中心举办的第十届中国国际养老、辅具及康复医疗博览会上亮相。

身高 58 厘米,体重 5.4 公斤,这个具有 25 个自由度智能双足机器人,全身配备 100 多个传感器,可以模仿人类做各种动作,跳各种舞蹈,它的双手可以抓取 300 克的重物,配备的双目视觉系统可以做人脸追踪和物体识别。时下很多老人都感到寂寞,特别是空巢老人,因为子女很忙,常常没人说话。未来,这个仿人机器人家庭化以后,机器人可以陪老人说话,它可以识别你的家人,叫他们的名字,还可以陪你下棋,打太极拳。

林庸 辑

生活小贴士

老人运动的“加减停”

老年人机体不如年轻人,故应在运动量上注意“酸加、痛减、麻停”。

酸加 刚参加锻炼时,会肌肉酸胀,这是肌肉中代谢物乳酸积累过多,刺激神经末梢引起的正常生理反应。只要循序渐进,酸楚感就会逐渐减轻或消失,此时运动量可逐渐加大。

痛减 有些老年人自身患有腿腿痛、颈椎病、肩周炎等疾病,在运动后常出现局部疼痛并有逐渐加重感,这说明身体某一部分肌肉或肌腱有隐性炎症反应,此时运动量应减少、减轻,以免炎症扩大。

麻停 锻炼中,要是感到某一部分机体麻木不适,这是局部神经受压的征兆,也是锻炼方法不当的反应。此时应立即停止运动,查找原因,并改换锻炼方式或项目。

隋寅 辑



漂亮盘扣自己做 龚家坤 摄

他为我国老龄事业作出了贡献

——追忆上海市荣誉市民江草安彦先生

上海人民的老朋友、上海市荣誉市民、日本社会福祉法人旭川庄名誉理事长江草安彦先生因病于 3 月 13 日逝世。笔者留日期间,曾担任江草先生的特聘翻译长达九年余,与先生结下了忘年之交,也见证了先生为中国尤其是上海老龄事业的发展所做的重要贡献。

1926 年,江草安彦先生生于日本冈山县。从冈山医科大学医学院毕业后供职于同校附属医院,后辞去在国立大学医院的高薪坦途,加入到旭川庄的艰苦创业中。旭川庄成立于 1956 年,如今已发展成为拥有数百个福利、卫生设施和 2000 多名员工的大型民办医疗福利机构集团,主营事业包括老年人福利、残疾人医疗福利、儿童福利、医疗卫生及医疗福利人才的教育科研培训等八大领域。

自从江草安彦先生于 1985 年起担任旭川庄理事长以来,老年人福利一直是旭川庄的核心事业。不仅如此,在

理论创新及专业人才培养上,也多有创举。江草安彦先生早在 40 年前就提出了融医疗福利于一体(类似于医养结合)的理念,并在日本率先开办培养老年人非医疗护理专业人才即介护福祉士的专业及专门学校,且至今依然处于日本该领域最顶尖的位置。江草安彦先生也因此连选连任日本介护福祉士协会理事长、名誉理事长等日本老年人福利领域社会组织的负责人。

江草安彦先生大力提倡并躬身推动中日医疗福利事业的友好交流,而在诸多交流项目中,又以老龄事业为优先。他一生中大约到访中国各地 150 余次,其中绝大部分是到上海和民政及卫生界的各级人员商谈有关老龄事业的合作与交流。三十年来,江草安彦先生几乎访遍了上海的市级公办养老机构,与各界人士结下了深厚友谊。笔者也受他的委托,为国内各界译介了不少有关老年人福利的著作和资料。此间,江草安彦先生还先后安排上

海民政系统及卫生系统相关人员赴日培训近千人次。每当有上海团组到访,不论级别高低,江草安彦先生总会于百忙中拨冗出面予以接待,甚至多次亲临授课,而坚持每每与团组共赴欢迎、送别晚宴更令人记忆犹新。江草安彦先生总是对大家说:“阿拉都是上海宁!”“我就是上海的老年人,上海老人的幸福就是我的幸福。”语调亲切平易,令人动容。

为了表彰先生多年来为我国福利事业尤其是老龄事业做出的贡献,先生先后获得上海市白玉兰奖、上海市荣誉市民及人民友谊贡献奖等奖项。抚今追昔,斯人已去,过化存神,中国人民和上海市民不会忘记江草安彦先生为我国尤其是上海老龄事业做出的贡献,包括笔者在内的有志于继续推进我国老龄事业者,将继续继承江草安彦先生遗志,不断前行。

(作者为留日法学博士 上海海事大学法学院副教授)