

有时候只能晒着太阳发呆

空巢老人更渴望精神赡养

本报记者 熊正君 胡修文

重阳节临近,社会的关注目光又聚焦在老年人的身上。老人特别是空巢老人渐渐觉得,在解决温饱等基本的物质需求之后,与儿女们的亲情却越来越疏远,他们迫切需要亲人的关心。

14日,记者采访多位空巢老人后发现,虽然不少空巢老人通过一些娱乐活动充实自己的晚年生活,但他们最需要的还是子女能常回家看看。精神赡养逐渐成为老人们的新需求。



校场社区的老年舞蹈队正在表演女兵舞。记者 熊正君 摄



无奈

与人聊天是摆脱孤独的法宝

14日,家住云海小区的徐大妈像往常一样,6点起床后,去小区附近的花园散步锻炼身体,然后等着她的“聊友”们与她会合。聊天的话题多是从昨天的电视中得来的,有国家大事,也有电视剧集,还有天南海北,家长里短的闲事。

“十几年来大都这样。”徐大妈说,乐呵呵地聊上一个小时后,她就到

附近早餐点买点早餐,然后回家。与往常不同,14日,徐大妈听说市福利院里有场专为福利院老人准备的节目,徐大妈赶忙拿着一个棉坐垫儿去赶场看演出了。

徐大妈说,她今年75岁,老伴已去世14年了。这些年她独自一人生活,儿女虽在泰城工作,但平时工作很忙,只在周末时回家看看,一块去饭店吃

顿饭。孙儿孙女也已经上了中学,不再需要她照顾,所以她基本上就是每天自己生活。

“每天走出家门,与人聊天是我摆脱孤独的法宝。”徐大妈说,有时孩子让她去家里住段时间,但是孩子上班走后,自己一人关在家里更闷,还见不到平时的“聊友”。和孩子们住一块每天都小心翼翼的,怎么弄也觉得不舒坦,

还是觉得自己家里最舒服。”徐大妈说道。

采访中记者发现,像徐大妈一样,不少空巢老人如果没有实在解决不了的困难,都不会“麻烦”儿女。渐渐地,老人们就会越发感觉亲情的疏远。正是因为亲情的疏远,总让一些老人心里空荡荡的,尤其是那些过着独居生活的老人,他们迫切需要亲人的关心。



矛盾

想孩子,又怕给他们添麻烦

“跳完舞,心里真痛快,感觉自己又年轻了好几岁。看我们跳的这支女兵舞多帅气,飒爽英姿的。”14日,正在泰安市福利院进行慰问演出的空巢老人张大妈说,她在社区舞蹈队里自编舞蹈近十多年,跳舞已经成为她晚年生活的快乐源泉。

“只要还能编舞,还能跳舞,我就觉得自己永远不老。”张大妈说,她并不与她的儿女一起住,儿女虽都在泰城工作,但只在周末时回家吃顿饭。从2000年退休后,她就加入了社区的老年舞蹈队,感觉生活里又多了些可以寄托的东西。

与张大妈一样,不少老年舞蹈队的老人表示,以前没加入舞蹈队前,老是觉得时间过得很慢,靠回忆以前的日子生活,心里老想着儿女,想关心他们却怕给他们添麻烦,精神状态很不好,有时感觉很沮丧,晚上也经常睡不着觉。“有一次我和社区

的人聊天时,有人劝我加入社区的舞蹈队,我加入后天天忙着排练、表演,再也没有空虚的感觉了,现在也没空想孩子了,反正他们都有自己的日子要过。”刘大妈对记者说道。



建议

尽量增加和老人相处的机会

14日,记者在泰山学院见到了今年暑期曾调研空巢老年人情感世界的大学生调研团队队员张帅和仇恒伟。张帅告诉记者,在和老人谈心的时候,他发现许多老人最常提起的就是自己的子女。“曾有一位老人在半小时的时间里不断地提到自己的子女,言谈中希望子女能够多陪陪他。”仇恒伟说。

据张帅介绍,调研报告显示,受访中有37%的老人表示晚年最缺少的是能和自己谈心的人。张帅介绍说,他在和一些空巢老人接触时发现,老人的幸福感和收入及积累没有正比关系。“老年人除了需要物质上的辅助之外更需要情感上的慰藉。”张帅说。仇恒伟告诉记者,他接触的这些老人有不少都是用做饭

打发时间。除了买菜、做饭,许多老人都无事可做,有时候只能晒着太阳发呆。

记者随后采访了泰山学院心理健康教育中心主任陈淑萍,陈淑萍告诉记者,做儿女的应该对年老的父母进行情感干预。“我接触的一些老同志或多或少的存在一些心理问题。”陈淑萍说,关键是一些老人退休后感

觉自己被主流社会抛弃了,感觉不到自己的价值感。陈淑萍说:“情感的失落导致许多老人感到空虚、落寞和无助,接受不了自己在家庭当中的角色转变。”陈淑萍向记者介绍,做子女的在保证父母物质需求的前提下还要关注老人的情感世界。“尽量增加和老人相处的机会,子女的陪伴是最好的报答。”陈淑萍说。



回应

“父母最需要的是我们的陪伴”

记者随后采访了几位在泰安工作的年轻人,他们的父母大都生活在老家,他们一年和父母也见不上几次面。一家公司的职员杨女士告诉记者,她能做的就是给父母钱,尽可能多的给父母打电话。“可我能感觉到,放假回家

的时候他们才是最开心的。”杨女士说。

和杨女士一样,老家在菏泽的韩女士也有同样的感觉。“父母不缺钱,他们需要的是我们的陪伴,可是,工作太忙总是没时间。”韩女士说。采访中记者发现,面对老年人精神

赡养的问题,许多子女表示会尽最大努力做好。但决心大,实施起来却困难重重。

与年轻人的想法一样,不少在泰安工作的外地中年人顾及的事情也就更多了。在泰安一政府部门工作的侯先生说,每逢

过年过节,他都想着带着妻子、女儿会临沂老家看看年迈的父母。可是人到中年,顾及的事情又多了。孩子假期要上辅导班、他与爱人单位里又时常安排加班,高节奏的生活让他除了隔三差五的给老人打几个电话,别的啥也做不了。

老吾老以及人之老

泰山区:

上门送医送健康 百岁老人添福音

本报泰安10月14日讯(记者 杨璐 通讯员 张振) 带上体检器材,找来医院最好的专家,为百岁老人上门送健康……在老人节来临之际,泰山区卫生局、泰山区老龄办联合组织“百岁老人健康查体活动”,为百岁老人送上一份健康祝福。

10月13日上午,泰山区卫生局组织泰安市中医二院医疗专家,对泰山区4位百岁老人进行了上门健康查体服务,老人中年龄最高的已是103岁。老人们虽然听力和视力下降,但身体还很健壮。考虑到老人们不方

便来医院查体,泰安市中医二院的医生们带上血压计、心电图机等仪器,让老人们享受和在医院一样设备齐全的健康体检。医生详细地为老人们量了血压、检查了眼底、心肺听诊等,还为老人建立了完善的健康档案,以便随时追踪老人的健康状况。

除了健康体检,泰安市中医二院的专家们还为老人们做了健康咨询,让老人有针对性的在日常生活中进行健康保健。泰山区卫生局工作人员介绍,今后他们还将组织专家进社区为老人送健康。

岱岳区:

10余名白内障老人 将接受免费手术



老人正在接收免费检查。记者 孔红星 摄

本报泰安10月14日讯(记者 孔红星 通讯员 王自磊) 14日,岱岳区残联与泰安市第一人民医院联合为岱岳区山口敬老院老人进行了体检。据了解,医院近期将对岱岳区各乡镇敬老院检查出的患有白内障的老人进行免费手术。

14日上午,记者跟随岱岳区残联工作人员和泰安市第一人民医院医生来到岱岳区山口敬

老院,对老人进行血压测量和视力测试。70岁的赵和柱老人在检查双眼时说,他的左眼看物件时总感觉前面像一团雾,模糊不清。经检查,他的左眼患有白内障,需及时进行手术。经多方协调,赵和柱老人很快就能接受免费的白内障治疗手术。

据了解,岱岳区残联还将联合辖区医院将对10余名患有白内障的老人,安排免费手术。



企业重阳节前送温暖

14日,在泰山区泰前街道办事处三合村委院内,80岁的村民陈广泰高兴地 from 泰安军豪置业有限公司董事长李健手中接过慰问品。 本报记者 陈琳 摄