



文/片/视频
记者 王鑫 济南报道

“如何走出困境?多走两步!”“人为什么要吃宵夜?因为怕做饿梦!”6月3日上午,济南大明湖街道综合养老服务中心,两位88岁的老人——杨秀英和徐照清,正对着镜头一本正经地说着“清醒发言”。说完,两人忍不住笑场,站在镜头后面的张金瑞也跟着笑了。这是她调到这个中心后,接手拍摄短视频的第30天。

“准00后”张金瑞,出生于1999年。大学选择的是养老专业,毕业后,她进入魏家庄街道综合养老服务中心从事行政岗,一干将近三年。在那里,她第一次尝试用手机给老人拍搞笑段子。起初只是觉得好玩,没想到,这一拍就停不下来了。一个月前,她被调到大明湖街道综合养老服务中心。这里住着26位老人,短视频账号从2025年就开始运营,她顺手接过了这个活儿。

刚入行的时候,张金瑞其实有点压力。大学里学的都是理论知识,真正面对一个个性格迥异的老人,则是另一回事。“老年人就像小孩,动不动就发点小脾气。”但相处久了,她发现一个很多人忽略的事实:他们只是老了,可不糊涂。“过了一辈子了,他们的人生阅历、生活经验比我们丰富得多。”她说,现在中心里将近一半的老人能参与拍摄,拍得好的还有小奖励。老人们不仅配合,还会自由发挥,加动作、加表情。有时候,老人会主动问她:“啥时候再拍?”甚至能跟着一起讨论剧本。

张金瑞的创作靠日常聊天捕捉灵感。“平时跟老人聊天的时候,有时候就会出来那种意想不到的回答,有清醒发言,还有答非所问。”她说,那种瞬间,灵感一下就来了。网络热梗也是素材来源之一,但真正打动人的,永远是老人自身的那种通透感。

拍短视频带来的快乐是双向的。对老人来说,这是一种新娱乐,丰富了精神生活,“让他们开心快乐,有收获感、成就感”。对家属来说,更是一份安心,有些家属来得不及时,通过短视频就能了解老人状况,还有的看到父母成了网红,也为他们感到高兴。对张金瑞来说,她跟老人在一起时间长了,也经常被老人逗得很开心,每天很充实。

如今,她每周能产出三四个视频,对于接下来的视频,她想融入更多介绍类内容,延续搞笑风格,保留那种说教中带着清醒的“反向治愈”。为了让老人更好地记住台词,她把视频从一分多钟精简到二三十秒。在拍摄的过程中,她越发体会到,老年人需要的是关怀关爱,要对他们上心。拍视频带给老人们的改变,远比内容本身更重要——让他们活动身体、动动脑筋,在笑声里找回精气神。这份欢乐,才是她坚持做下去的理由。



拍摄过程中欢笑不断,这份双向的快乐,是镜头里最好的收获。

养老院里的“年轻态”



张金瑞跟老人一起商量台词,听听他们的修改意见。



如今,养老院小剧场已成“固定栏目”,每周至少能出3期。



张金瑞用超轻黏土自制小话筒,给视频添点趣味。

日常,张金瑞带着老人做操,活动活动筋骨。

微纪录



扫码看视频



看着网友喊自己“老网红”,老人们十分开心。



拍摄完成后给老人发一份小奖品——“对待老年人,要像对待孩子一样用心。”

