

杭州老年人心理健康调查报告出炉——

拿什么抚慰你的孤寂

记者 江晨 实习生 厉亚敏
通讯员 崔欣 王艳敏

出门一把锁,进门一盏灯——这是越来越多城市老年人的真实写照。不久前,浙江省联合应用心理科学研究院受杭州市下城区武林街道环西社区委托,随机抽取100名老年人,进行入户心理健康调查。调查结果显示,最能让老人感觉开心的事情是与(孙)子女相聚;与之对应的是,八成子女每周仅回家一次,每月回家一次的子女占14%。

杭州老人更感孤独

此次针对老年人的问卷调查,核心问题是——老年人心里最需要啥?他们的幸福感及其构成因素。问卷调查依托于下城区心悦心理咨询服务中心公益组织。此前,公益队员们已经连续4年,通过义工服务,在社区开展了不下200次“聊天课堂”。

“我们在走访中发现,杭州老年人大部分能实现‘老有所养’,但随着认知功能的衰退,孤独自闭、焦虑抑郁、情绪调节控制力弱化等心理问题开始‘侵袭’他们。”国家二级心理咨询师罗睿绮说。

在本次调查中,老年人主观幸福感总分为16.34,稍高于全国平均水平(15.8)。但其中衡量孤独与不满方面,对自己年龄的态度方面,杭州老人的得分稍低于全国平均水平,会产生“人老不中用”的悲观想法。

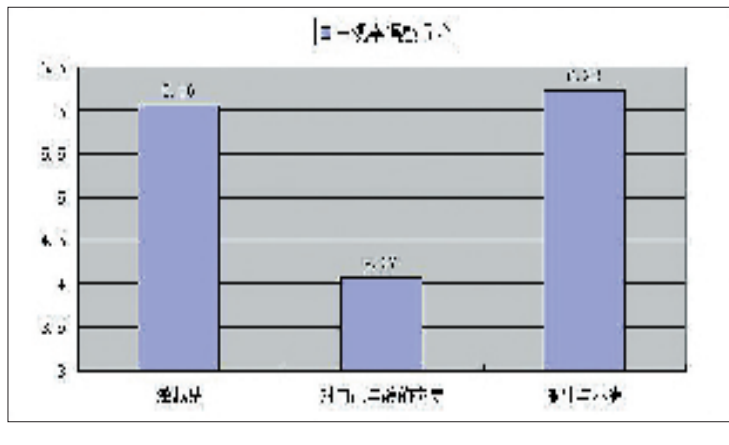
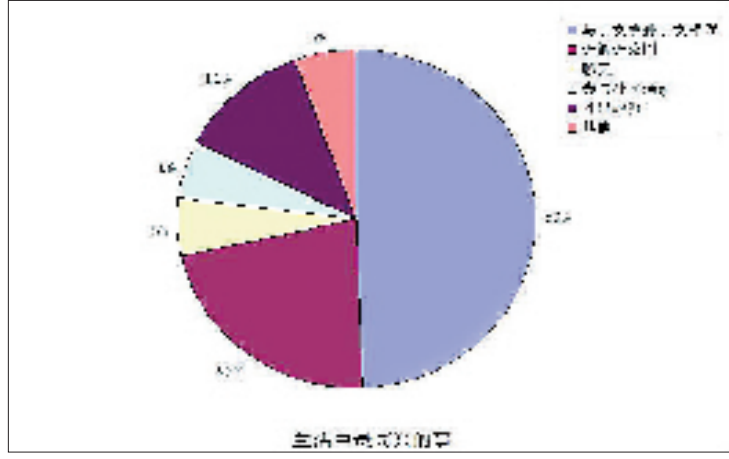
调查发现,半数以上老人认为与(孙)子女相聚是生活中最高兴的事,子女能时常回家探望是老人最大期望。69岁的程福芝老人有两儿一女,都不和她同住,“儿子住得离我家近,一周都会来两三次。女儿上班比较忙,但也常来。只要他们来看我,我就很高兴了。”

测一测自己的孝顺程度

杭州发布孝道文化研究报告

本报讯(记者 戴春云)近日,杭州市文明办等单位联合发布了首个杭州市孝道文化研究报告。报告显示,接受问卷调查的受访对象中,有80.36%的人属于孝顺类型,但部分年轻人,还缺乏主动自觉体贴父母的行动。

怎么样评价一个人孝顺不孝顺?记者在这份《杭州市民“孝道”类型自测量表》上看到,共有60项指标,每条指标按照符合程度的高低,会有相应得分,对应“孝顺型”、“现实性”、“被动型”、



“在家里,老年人出现装病、挑毛病、吵架拌嘴等‘折腾’现象,其实是在向亲人们传递一个信息——我需要你们关注!”罗睿绮说,遇到老人有类似表现时,晚辈们需要用老人喜欢的方式,认可和赞美老人的观点,“但最根本的,还是多陪陪他们。”

物质不如精神陪伴

参与入户调查的志愿者柯雪燕告诉记者,她不止一次听到老人嘟囔:“有时孩子们是来看我了,但不到两个小时就走了。我最怕他们要离开我的那一刻,看到时间差不多了,我就想多说几句话留住他们。”还有老人说,“孩

子们来了,给了钱,买了东西,一放就走了。我们老了能用多少钱,能吃多少东西?盼的就是孩子们能多花点时间陪伴。”

罗睿绮讲述了一个身边的案例,环西社区的一对老夫妇都已年逾八旬,他们育有一儿两女,大女儿家里条件一般,但是对父母态度特别好。二女儿家里条件很好,总给父母从香港买上千元的鞋子,但是对二老态度却不很恭顺。夫妇俩都觉得大女儿更孝顺一些。罗老师听了老两口的想法,主动给二女儿做思想工作,二女儿慢慢改变态度,一家人的关系比以前更亲密了。

老人之间同样需要情感交流。退休的王阿姨7年前患上了

直肠癌,虽然经过治疗已康复,但却长期在家休养,老伴虽事无巨细地照顾她,但总爱到棋盘山下去跳舞。这成了王阿姨的心病,她一直闷闷不乐,连带精神也更差了。夫妻俩找到罗老师寻求帮助。原来,王阿姨最担心的是老伴有“外遇”,心理健康咨询服务队的工作人员鼓励老先生开口对王阿姨说“我爱你”,王阿姨听到“告白”竟泪流满面,家中笼罩的阴霾也渐渐散去。

老人融入社会不易

调查报告指出,除了“与子女相聚是最令人高兴的事情”,23%的老年人还认为,逛街逛公园也是值得高兴的事。老年人退休后,生活圈子变小,公园恰恰是一个很好的交友场所。

79岁的冯学回忆,他和几个爱好摄影的老伙计便是在太子湾公园散步的时候遇到的,他们会不时地切磋摄影技术、聊些家常,“每天早上和新老朋友们聊天,生活都变充实了。”

“老年人除了在精力上不如年轻人,其他很多方面都不逊于年轻人,甚至有更多的经验智慧。”罗睿绮说,目前我国的社会系统并不完善,不能很好地激发老年人发挥余热。“在英国,很多老人退休后开始‘二次创业’;在瑞士,老年人热衷为外国游客充当导游;在我国香港,街头也常能看到老年人指挥交通、为游客领路等,但在内地,很多服务行业都不接受老年人,这并不合理。”

目前,罗睿绮正带着志愿者们,为武林街道七个社区的老年人推出一系列由老年人来主导的活动,如由老年人自己组织并主持的读书沙龙,“夕阳好声音”、“才艺大比拼”、“帮扶互助”、“重走青春路”等一系列活动,进一步提高老年人的幸福指数。

市县速递

海曙 老旧住宅做“体检”

本报宁波10月13日电(记者 应磊 区委报道组 张黎升)一幢房子寿命几何?哪些房子可以放心居住,哪些房子有隐患、不适宜居住?日前,宁波市海曙区对全区4239幢房屋建立了安全档案,房屋动态管理有了依据。

海曙区现存的4239幢住宅楼中,约2900幢为1998年前建成。为及时掌握这些房屋安全情况,确保老旧房正常使用,海曙区尝试房屋的信息化建档。辖区内房屋以1998年为界,在此之前的房屋由区房管部门为主体建立信息档案,在此之后的房屋则以街道、社区、物业等为主体录入房屋信息。

在“房屋健康档案”中,每幢房子的建造年代、结构类型、使用状况、使用寿命、安全现状、图纸资料、房屋历史、防火防灾等级等,包括每次装修时,在结构上做了哪些改变都要详细“记录在案”。

要延长房屋使用寿命,首先要掌握房屋的“健康”状况。在建立“健康档案”基础上,海曙区委托第三方专业机构——省岩土基础公司,对1998年以前建造的既有住宅

实施长期动态化监测管理,并进行相关数据采集、记录。

就在几天前,监测机构工作人员王维龙先来到郭衙巷,向住户咨询房屋使用信息,详细记录后,又拿出经纬仪、裂缝测宽仪等专业测量仪器进行监测。经过2天的实地走访监测,王维龙随身带的登记表密密麻麻写了140多页,详细记录房屋的构造、配置、地基基础等各项信息,涉及4个社区,共141幢老旧房屋。

看着忙上忙下的监测人员,住户赵翠乐的心踏实不少:“住了20多年的房子,能有专业的人来做检查,我们就放心了,万一房子有问题,我们也能知道这修房的钱该往哪儿花。”

负责开展监测工作的海曙区房管处相关负责人告诉记者,对监测中情况相对较好的房屋,将根据房屋分级情况安排人员进行巡查;对发现存在较大隐患的房屋,将进一步利用技术设备进行观测,并参考专家建议,在综合各相关部门意见的基础上进行处置。预计到今年年底,海曙区可完成辖区内老住宅房屋首轮巡查。

绍兴 古城披上花衣裳

本报讯(记者 金教生 通讯员 周飞)城市两旁,各色花儿恣意绽放,不少店铺墙上披挂着绿色植物。记者漫步绍兴街头,在秋阳中闻到缕缕花香,真切感受到“花卉绍兴”的美景。

绍兴市今年推出了“花卉绍兴”新政,采取各项措施发展花卉产业,推进美丽绍兴建设,其中一项内容是给古城披上“花衣裳”。市区最繁华的解放路和仓桥直街、府山公园和城

市广场等地率先打造“立体绿化”。

解放路长达6公里,按设计要求,这里“春有花、夏有绿、秋有色、冬有景”。在人行道栏杆上挂上花箱,形成花廊,在街面的窗口、阳台摆放鲜花,在视野开阔的墙面披挂绿花,还在路旁夜灯杆上挂上绿色植物。通过点面线结合布置,形成一条起伏有韵的景观轴线。“立体绿化”四季更换,注重花卉的多样性、丰富性和色彩搭配。

西湖 打造云计算小镇

本报杭州10月13日讯(记者 马悦 区委报道组 高静玮)智能化的代步工具“风火轮”、可远程航拍的“无人机”……10月16日至17日,国内云计算领域一年一度最大规模的开发者盛会——2014阿里云开发者大会将在西湖区转塘科技经济园区“云栖小镇”举行。今年的阿里云开发者大会主题为“云栖小镇·云计算生态”,将聚焦云计算、大数据、架构与应用、云安全、智慧民生、开发者服务、创投等多个主题,展示创新丰富的云生态,并为开发者、草根创业者打造交流、展示的舞台。

据了解,作为阿里巴巴上市后的首个大型活动,此次大会安排了近20场论坛,涉及金融、政务、电

商、移动互联网等多个基于云计算的创新项目展示和产品发布。此外,大会还设置由数百个展位组成的“创业之旅”、“创新之旅”、“梦想之旅”、“民生之旅”四个主题展区,为开发者带来更详尽的云计算实践内容分享。

眼下,西湖区区委区政府高度重视信息经济和智慧经济的发展,以发展西湖特色的信息经济、智慧经济为着力点和突破口,加快推进养老、教育、卫生和行政审批、城市管理、平安创建、社会稳定等社会民生领域智慧应用,着力提升经济增长质效、生态环境质量、群众生活品质和社会治理水平,努力实现产城融合和产城应用,全力打造杭州智慧产业新兴区。

温岭 获授全国象棋之乡

本报温岭10月13日电(温岭日报记者 江盈盈)今天上午,第四届“温岭石夫人杯”全国象棋国手赛开幕。开幕式上,中国象棋协会授予温岭市“全国象棋之乡”荣誉称号。

温岭是象棋特级大师赵鑫鑫的家乡,2011年至2013年间,该市已连续成功举办三届全国象棋国手

赛,受到了国内各大媒体和海内外象棋爱好者的高度关注。接下去,2016年、2018年温岭还将继续举办两届。

自1996年3月起,江苏吴县、江苏镇江市、广东惠东县、山东高密市等8地先后被国家体委、国家体育总局、中国象棋协会命名为全国象棋之乡。

常山为龙游“爱心农民”募集捐款

爱心大接力,生命不掉队

本报衢州10月13日电(见习记者 何双伶 通讯员 胡江平 蓝正伟)“老方一直觉得,帮助常山小吴是他应该做的事情。没想到这次他出车祸,常山好人们一下子募集了10多万元的捐款!”在龙游县湖镇中心卫生院住院部三楼的病房里,龙立丹动情地告诉记者。

龙立丹是侗族人,老家在贵州黔东南苗族侗族自治州锦屏县,丈夫方旭红则是龙游县湖镇镇新光村人,今年63岁。方旭红年轻时曾是赤脚医生,后来开过电器修理店。上了年纪,他重操旧业,常去山里采药,为村民看病。无论是熟人还是陌生人,有小病小痛,老方总是“免费坐诊”。“古道热肠”是邻居们对他的一致评价。

一个偶然的机会,常山文峰社区的小吴成了方旭红的病人。

今年16岁的小吴患肾病已有10年,今年4月病情突然恶化。听说这个消息,常山天马街道文峰

社区主任郑怡与《今日常山》的记者方均良一行人来到了小吴家里探望。这时,方均良忽然想到了自己认识的药农方旭红,建议小吴试一试。弄清小吴的病情后,老方不顾年老体弱,细心为小吴诊治,还专门上山采挖草药。不到两周,小吴的病情明显好转,重新回学校上学了。

今年夏天,方旭红家祸不单行。6月与7月,龙立丹与方旭红先后遭遇车祸,老方更是伤势严重,生命垂危。19岁的儿子方成雷高分考上浙江大学工科试验班,却入学困难。8月22日,方均良得知这个消息,立刻找到郑怡,合计帮助方旭红一家。他俩联系了龙游县工商联主席吴安春、龙游县信用联社的爱心员工、“最美龙游人”汪岳云,共同发布了一篇爱心帮扶倡议书。倡议书一下子就在微信里传开了,龙游、常山的市民纷纷积极响应。

常山县农村信用合作联社负责

人余荣华与好友李晓明一起,第一时间捐了1万元。浙江佳能钙业有限公司总经理应站明,得知方旭红在浙医二院的抢救陷入困境后,立刻联系杭州龙游同乡会的柯国宏、方建平、童建新等人,并经浙医一院的龙游人方兵亮帮助,让方旭红顺利转院。随后,他又给方成雷的账号打去了5000元钱。而方均良也通过大学校友周玲娇联系了浙大校友会慷慨解囊,捐出10万元。

在方旭红帮助过的小吴的文峰社区,郑怡专门打印了十几份倡议书,一贴在楼道的宣传栏内,告诉居民们曾经帮助过社区小吴的老方家有难,需要大家伸出援助之手。

爱心倡议书更牵动了天南海北的常山好人。9月19日,在北京工作的常山“媳妇”小莉联系浙江狮子会奉献服务队,将7800元捐款送到了龙立丹手中。小莉还表示,愿意

在方成雷大学本科期间提供资金援助,每学年资助7800元。

短短一个多月时间,方旭红一家就收到了20余万元爱心捐款,其中通过常山好人联系募集的善款约12万元左右。目前,方成雷已经顺利入学。

9月15日,方旭红在浙医一院成功接受了左腿粉碎性骨折康复手术。10月3日,他为节省费用,回到龙游湖镇中心卫生院继续接受治疗。目前,他的身体已有好转,病情稳定。但两个多月住院治疗的医疗费用已近60万元。龙立丹告诉记者,家里的18万元积蓄已经全部花完,除去20余万元的善款,家里还欠了20余万元的债。

龙立丹一直在家务农,老方是家里的经济支柱。如今老方住院,儿子还在念书,这个清贫但温暖的大家庭显得有些度日维艰。爱心接力,需要更多的人伸手接棒。



衢州职业技术学院一楼创业园内,大学生们免费使用学校的场地开办电子商务、婚纱摄影等公司。 记者 邵云海