

B 老年周刊

十堰晚报
SHIYAN EVENING NEWS

市老协办 十堰晚报 联办



2019年4月27日 星期六
第26期 共4版

不仅是子女,全社会都要重视老年人的孤独问题

走出封闭,“老漂族”享受阳光生活

舍弃熟悉的故乡,重新融入陌生的城市,“老漂族”面临着很多问题。近年来,为帮助“老漂族”融入城市,社会各界不断努力。事实上,最主要的因素还是在“老漂族”本身,只要走出自我封闭,敞开心扉,在异乡的生活依旧会是阳光灿烂。

■记者 罗毅



走进老年大学重拾欢乐

“我原来还担心父亲来十堰了,生活会不习惯。哪知道父亲在这里上老年大学,不仅学到了东西,还能发挥余热,比在老家还开心。”在东风公司工作的黄先生说起父亲这两年的变化,心里乐滋滋的。

两年前,黄先生把父亲从黄石接到十堰,帮忙带3岁多的小孩。黄先生的父亲退休前是一所中学的语文老师,退休后无事可做,经常在街头和别人下棋玩。来到十堰后,黄先生担心孩子上幼儿园后,父亲一个人不习惯,就介绍父亲到同事家里多走动。正巧,同事的父亲退休后没事做,爱好研究诗词,还到公园社区的老年大学学习诗词课程。黄先生

就让父亲去老年大学听了一次诗词课,父亲顿时就被吸引住了。现在,父亲每天送孩子到幼儿园后,要么和一帮老年人研究诗词,要么在家创作。老年大学的诗词课,父亲更是一节课都不落下。凭借几十年的语文功底,黄先生父亲做的诗词很受大家赞赏。父亲高兴地说,没想到来十堰不仅学到了知识,交到了新朋友,更是发挥了自己的特长,感觉很有成就。

同样,来自河北的熊老太也对十堰的生活很满意。她也是一名“老漂族”,之前在郑州帮儿子带孩子,一年前来十堰帮女儿带小孩。“刚来十堰的时候,心里很不愿意,

因为在郑州带孩子太闷了。”熊老太说,儿子所住的小区她不熟悉,每天就是一个人呆在家里,连个说话的人都找不到。到了十堰后,女儿担心母亲不习惯,想起母亲会针线活,就打算给母亲买点毛线,让母亲空余时间有点事做。后来,小区里的一位阿姨告诉她,东风公司老年大学开办了手工课,老年人都可以去学习。熊老太就这样进了老年大学,跟着一群老年人学习手工课程。“家里放着很多我编织的作品,小孩子们都很喜欢。”熊老太说,在十堰的生活比在郑州丰富多了,每个星期还可以和同学们探讨编织的技巧,充满了乐趣。

走出家门感受美好生活

“为了让母亲有点事做,我和老公花了很多精力,终于给母亲在十堰找了份差事。”在市内一单位上班的王女士说,所谓的差事,其实就是让母亲在河道边统计一下跳舞的人数。

去年,王女士把母亲从荆州接到十堰,帮忙照顾小孩。母亲过来一个多月后,王女士发现她有点闷闷不乐。交谈得知,母亲一个人在家没事做,也没有认识的朋友,整天闷在家里,因此心情不好。王女士和老公商量,决定鼓励母亲走出家门找点事做。可母亲说,自己对十堰不熟悉,不知道去哪里玩。为此,王女士晚上就带着母亲出门逛逛,让母亲熟悉周围的环境。有一

次,两人走到五堰河道附近时,看到有很多老年人在跳舞,母亲就停下脚步,看他们跳舞。之后,隔几天王女士就带着母亲去河道转转,一位跳舞的大妈看到王女士的母亲很专注的神情,就邀请她一起跳舞。就这样,王女士的母亲慢慢融入了这个圈子。“这些跳舞的人中,有一些和我母亲一起,都是从外地过来的,平时没什么事做,就相约一起跳舞。”王女士说,母亲把孩子送到学校忙完家务后,就去跳舞,同时统计一下跳舞的人数。现在,生活充实了,母亲的心情也好了。

“其实十堰适合老年人活动的地方有很多,只要老年人肯走出家门,就能找到乐趣。”王女士说,

无论是在各个广场还是在小区里,经常能看到老年人在一起玩乐的场景。

66岁的胡大爷也是一名“老漂族”,他也在十堰找到了自己的乐趣:尽管他不会唱歌不会跳舞,但他会欣赏别人跳舞。他经常到六堰人民广场逛逛,到每个跳舞的人群里看看。“哪些人舞跳得好,哪些人会拉二胡,我都知道呢。”胡大爷说,他感觉十堰的娱乐生活特别丰富,“每天时间安排得很满,接送孩子,买菜做饭,空余时间就来广场转转,生活很惬意。”胡大爷说,他刚来十堰时,也是觉得没人说话,很孤独。后来走出家门后,发现哪里都是风景,都能找到乐趣。

全社会都要关心“老漂族”

老年人选择“漂”,有明显的好处。老年人到子女所在城市,和子女共同生活,有效整合了家庭资源,可以共同应对养老和育幼的双重挑战。但是,当这些老年人离开熟悉的故乡,来到陌生的环境,种种问题也接踵而来。在很多城市,“老漂族”的生活都面临着相同的问题:远离故乡,他们在陌生的城市里最害怕的是孤独,是内心不安和在他乡的陌生感觉。因此,培养“老漂族”的归属感显得格外重要。

对于城市管理者来说,“老漂族”的出现不仅是一种社会现象,更是一种管理考验。如何让他们从精神上扎根城市,必须要有所作为,要为他们解决后顾之忧。近年来,我市各部门在帮“老漂族”融入社会方面做了很多努力。在一些社区,成立了心理辅导志愿服务队,他们可以帮“老漂族”开解心理问题,引导他们走进社区,参加各类公益活动。“我们社区经常组织志愿者开展活动,对‘老漂族’、孤寡老人进行心理疏导,为他们提供语言交流、环境熟悉等方面的帮助。”车城街办公园社区一位工作人员说。记者还了解到,在十堰的很多社区,每个星期会开展读书会,让“老漂族”找到“家”的感觉。有些社区每月都会组织工作人员或者志愿者走进“老漂族”家里,邀请老人们走出家门,参加社区活动,互交朋友。

当然,“老漂族”要融入新的生活,最主要的因素还是在于自身。子女的交心、社会的关心都是辅导的作用,老年人要自己学会调整,主动走出家门融入新环境,在社区邻里中寻找志趣相投的伙伴,发挥自己的兴趣爱好,或参加社区活动或在家自娱自乐。只有这样,“老漂族”才能在新天地里扎下根,把他乡变故乡。