

## 城市社区精神养老的困境及对策研究

——以广州市为例

朱子青 / 南方医科大学公共卫生学院

**摘要:** 随着我国人口老龄化程度不断加深,城市养老保障问题日益凸显,其中精神养老是城市养老中不可或缺的组成部分,直接影响老年群体的生活质量。对广东省广州市部分社区中老年人的精神慰藉需求情况及其对所在社区精神养老服务的满意程度调查发现,城市精神养老的落实存在家庭支持力度薄弱、缺乏专业团队和政府财政投入不足等诸多问题。为此,需要从加强精神养老的文化宣传,建立健全保障精神养老的法律法规和经济政策,加强和完善城市社区精神养老服务体系,探索“互联网+社区养老”的新型养老服务模式等方面努力。

**关键词:** 精神养老; 城市社区; 人口老龄化; 广州市

广东省广州市老龄人口比例不断上升,据广州市老龄委、民政局、统计局联合发布的《2018年广州老龄事业发展报告和老年人口数据手册》显示,截至2018年底,广州市户籍老年人口数为169.27万人,占户籍人口的18.25%。2018年,广州市共有空巢老人6.26万人,孤寡老人1.49万人,独居老人3.26万人,其中,荔湾区、越秀区、海珠区三个老城区的人口老龄化率均超过20%,进入中度老龄化阶段。面对巨大的老龄人口以及高速的老龄化趋势,精神养老的重要性日益凸显。

### 一、城市老年人精神需求的基本内容

根据美国心理学家马斯洛的需求层次理论,人的需要都是由低级到高级发展的,当人最基本的生理需求得到满足后,就会追求安全、归属和爱、尊重、自我实现等更高层次的需求。退休后,由于闲暇时间增加、代际关系疏远、生理功能衰退,老年人的精神需求出现了新的特点,基本内容有:

#### (一) 情感沟通需求

爱与陪伴是老年人最为强烈的精神需求,有利于排解老年人的空虚孤独感。这种需求主要来自与子女日常的沟通交流、配偶的陪伴依从和亲属的慰问关怀等。大量研究表明,家庭的亲密度,即家庭成员之间的相互支持及沟通与老年人的幸福感有很大关系。然而,广州市多数家庭中,子女忙于打拼,对老年人疏于关心照料,使得伴侣成为老年人最重要的精神支持。陪伴多年,伴侣对老年人的性格特征比较了解,能够及时发现老年人精神状态方面存在的问题,从而采取有效的沟通技巧,缓解老年人因不适应退休后社会角色、生活

方式和生活环境等方面变化而产生的烦恼、怨恨、孤独等不良情绪,避免对老年人的身心健康造成不良影响。

#### (二) 文化娱乐需求

退休后,老年人的时间相对充裕,文化娱乐活动是其陶冶情操、提升晚年生活质量的重要方式。研究表明,有兴趣爱好的老年人在抑郁、焦虑、偏执和精神病性方面的评分明显低于无兴趣爱好的老年人<sup>[1]</sup>。老年人可以通过参加社区的跳舞、下棋、读报等集体活动,与兴趣相投的人交流感情、分享欢乐,从而消除负面情绪,缓解心理压力。所以,社区的基础设施建设和精神文化氛围,能够有效满足老年人的精神文化需求,提高生活质量。

#### (三) 社会交往需求

老年人退休后大多赋闲在家,离开了原来熟悉的群体,对外接触机会减少,导致原有的社会人际关系逐渐淡漠,人际关系维系困难,他们渴望有同年龄的朋友,通过与他人沟通排解心中的苦闷,从而适应退休后情感、角色、习惯的种种变化。俗话说:“远亲不如近邻。”研究显示,居民心理健康水平与社会组织类型数量、社区居民频繁交往呈显著正相关<sup>[2]</sup>,彼此熟悉、志趣相投的邻居在日常生活中不仅承担着朋友的角色,排忧解难、互诉心事,还能弥补子女在精神赡养上的缺位,在遇到突发事件时,能够提供及时、有效的帮助。因此,鼓励老年人参与社区集体活动、增强邻里交往有助于发挥社区精神养老职能。

#### (四) 自我实现需求

自我实现需求是老年人精神需求的最高层次,即老年

作者简介:朱子青(2000—),女,广东广州人,研究方向:社会心理、精神卫生。

人希望通过长期工作积累的经验、丰富的社会阅历,在退休后续为社会发挥余热,如参与邻里互帮、治安维护、社区教育等活动,从而实现自我价值,获得精神上的满足。在这一过程中,老年人获得了继续教育和知识更新的机会,从而与时俱进,不断提升继续社会化的能力,不被社会所淘汰。否则,由于没有生活目标,老年人在生理机能退化的同时容易发生智力和思维能力的衰退,增加阿尔茨海默病等慢性神经退行性疾病的风险。

## 二、城市社区精神养老面临的主要困境

### (一) 个人层面:老年人的精神自养能力薄弱

精神自养在城市精神养老中具有重要作用,但调查研究表明,不少老年人缺乏一定的精神自养能力,当遭遇疾病困扰、缺乏子女和社会关注时,他们常常不能以乐观心态面对,而是自我封闭、默默承受,不愿向外界求助,承受巨大的精神压力。研究显示,广州市社区60岁以上的老年人居家不外出发生率较高,为14.5%,其主要原因包括行动不便、参加社区活动频率低、无兴趣爱好等<sup>[3]</sup>,这十分不利于改善其心理状况,易导致抑郁等心理疾病发生。

此外,老年人的文化程度相对较低,而且不善于使用手机、电脑,因此对日常生活以外的事物接触较少,这进一步加剧了他们的心理自闭问题。再者,广州市的“随迁老人”现象较为普遍,这些老年人随子女迁居至陌生的环境,客观上远离了原本熟悉的人际关系网络,容易在精神上过度依赖子女,从而缺乏主动改善自己精神生活的意识和能力,导致出现社会孤立和心理健康问题,需要社区加以关注。

### (二) 家庭层面:家庭精神养老的支持力度不够

首先,大多数老年人退休后不再从事社会工作,生活圈子也随之从社会转向家庭内部。随着年龄的增长和物质需求的基本满足,老年人在精神方面的需求增加,而城市子女往往只关注父母的物质需求而忽视了这一点。在广州市这样的一线城市,生活节奏快,家庭结构逐步向小型化、核心化转变,传统家庭养老和护理功能日渐式微,这些因素都促使老年人的精神照护压力不断增加,给社区居家养老模式的实施带来了困境。

其次,代际关系的疏远也阻碍了精神养老的推行。青年人的思想越来越独立、自由,与上一代人在思想观念、生活方式等方面的摩擦增多,代沟的产生不可避免,所以家庭对城市社区精神养老的支持力度不足,导致精神养老面临着支持来源减少的困境。

### (三) 社会层面:社区精神养老服务的设施和人员短缺

《北京蓝皮书:中国社区发展报告(2018~2019)(社区养老专题)》(以下简称《北京蓝皮书》)认为,目前我国社区养老服务面临一系列问题,其首要问题是服务项目单一。当前,全国各地开展的社区居家养老服务普遍存在服务内容少、服务时间短、服务水平低等问题,服务内容方面关注的更多是日常照料、康复护理等物质上的养老服务,而心理疏导等精神层面的服务尚存在很大缺口,难以满足广大老年人的多元化需求。

另外,社区精神养老还存在服务设施不完善的问题。根据调查结果,广州市多数老年人对社区精神养老服务的硬件设施建设不满意,如用于老年人日常锻炼的公共健身设施、用于开展文化娱乐活动的专用活动室、用于排解老年人精神压力的心理咨询室等场地和设施供给不足,难以与城市老年人日益增长的精神需求相适应。

再者,养老服务专业人才缺乏也是一个突出问题。《北京蓝皮书》披露,目前我国居家养老服务护理人员有90%来自农村地区,有60%左右仅有小学和初中文化水平,有90%以上没有经过专业培训直接上岗。这就导致社区服务人员的文化素质偏低、专业性不强,仅能为老年人提供身体方面的医治及生活方面的照料,而对老年人的情感、娱乐等需求供给不足<sup>[4]</sup>。

### (四) 政府层面:精神养老的政策制度保障不完善

精神赡养相关政策推行后,由于配套措施缺乏或未落实到位,导致其可行性大大降低。2013年7月1日正式施行修订后的《中华人民共和国老年人权益保障法》,第18条规定:家庭成员应当关心老年人的精神需求,不得忽视、冷落老年人;与老年人分开居住的家庭成员,应当经常看望或者问候老年人。这体现出法律对精神养老这一社会问题的关注,但这仅仅具有倡导性作用,缺乏细化的操作规定,如对于探望的时间、方式和次数没有明确规定,所以,精神赡养的实施和监督还面临较大难题。此外,法律规定了赡养人有经常探望老年人的义务,但对不履行精神赡养的法律责任并未作出规定,导致法律责任的缺位,不利于保障老年人的精神赡养权益。

另外,精神赡养面临着司法裁决执行困难的问题。不同层级、不同地区的法官在适用该条款时,由于缺乏统一尺度和标准,老年人精神养老案件中同案不同判的现象较为突出,具体实践中仍以劝解为主。

# 养老与服务

Pension And Service

再者，老年人在精神赡养权益维护中常处于劣势地位。老年人属于社会中的弱势群体，法律意识和维权意识淡薄，不具备通过网络渠道寻求帮助的能力，并且精神赡养纠纷发生于家庭成员内部，受“家丑不可外扬”等传统观念的影响，许多老年人会选择沉默，导致其在维护精神赡养权益时难以占据主导地位，这是法律有效实施的另一大障碍。

## 三、解决城市社区精神养老问题的措施

### （一）加强精神养老的文化宣传

中国传统文化历来重视“孝道”，“父母在，不远游，游必有方”“百善孝为先”中强调了孝敬老人的重要性。然而，由于多元文化在广州融合和交流，新的文化观念对传统文化造成了巨大冲击，导致家庭中子女弱化了对长辈的养老观念，疏于或怠于直接给予父母情感呵护。因此，社会需要将“孝道”纳入公民教育中，增强子女的责任意识，进一步宣传精神赡养对老年人的重要性。

社区作为城市社区精神养老体系的重要主体，应积极倡导孝文化，加强社区文化建设。例如：利用社区宣传栏、宣传画册等媒介定期宣传尊老、敬老的先进人物事迹，加强居民的孝道教育，为精神养老营造良好氛围。同时，通过增加社区健康咨询和心理疏导服务，以及组织歌舞健身、手工绘画、趣味比赛等老年集体活动，积极动员老年人根据自身需求和能力参与其中，从而培养老年人的精神自养意识，并提高其独立、主动享受精神生活的能力，引导其知足常乐、“老有所为”。

### （二）建立健全保障精神养老的法律法规和经济政策

针对目前精神养老相关法律法规操作性不强等问题，政府应尽快制定相关的配套政策。各级地方政府应以最新修订的《中华人民共和国老年人权益保障法》为基础，根据城市社区老年人的实际精神需求和养老现状，制定符合实情的规定、政策，同时加大监督力度。此外，各级地方政府应关注空巢老人和失能失智等低收入老年人群体的养老需求，合理调配资源，将其精神赡养权益纳入法律援助范围。

由于《中华人民共和国老年人权益保障法》在义务履行主体、尺度标准等方面的规定不明确，司法裁判中“同案不同判”现象时有发生，因此有必要精神赡养的义务履行主体、标准和方式<sup>[6]</sup>。对于违反精神赡养义务应承担的法律责任，以及具体的侵害行为应设定相应的责任承担方式同样也应该明确和细化。例如，对于有具体侵害行为但情节较轻的，可通知赡养人工作单位或所在居委会，对其进行批评教育和

训诫；对情节较为严重但尚未构成犯罪者，可以采取罚款、行政拘留等方式进行处罚；对不履行精神赡养义务同时构成犯罪行为者，按照相关规定追究其刑事责任。

此外，社区也应纳入精神养老的义务履行主体范围，政府通过加大资金投入和补贴提供支持，为社区居民委员会等居民自治组织以及社区工作站、义工服务站等公益性服务组织搭建长效服务平台，义务服务社区居民。财政部门应作出规划，将精神养老经费纳入地方财政预算，加大对基础设施建设、养老服务专业人才队伍培养、网络服务平台建设等的财政投入，形成稳定的经费供给。

### （三）加强和完善城市社区精神养老的服务体系

#### 1. 加强城市社区与专业机构的对接

为改变精神养老服务随意性、非持续性的不良现状，城市社区应通过引入养老服务组织和相关配套机构，为老年人提供专业化、契合实际精神需求的服务项目。例如，通过与相关医疗机构的合作，建立社区内老龄居民的精神状况跟踪系统，形成个人电子档案，提供个性化、针对性的心理健康服务。除一对一的心理咨询服务外，还应定期开展各种主题的团体辅导活动项目，缓解退休老年人的空虚感和孤独感，改善人际交往。

通过社会服务和再就业，老年人可以满足自我实现需求，使晚年生活更加充实有意义。日本许多城市都创设了“银发人才中心”，为65~70岁有再就业意向的低龄老年人提供求职帮助<sup>[6]</sup>。在我国这样的再就业平台可以与社区合作，为身体状况尚好、有专业技能的老年人提供培训和就业的机会，让老年人感受到自己独特的价值，继续为社会发挥余热。

#### 2. 建设专业化精神养老服务队伍

专业化精神养老服务队伍应由老年病学、老年心理学、老年社会学等多学科人才组成，可借鉴美国心理咨询师培训体系，增加实践、临床和自我体验环节，使心理咨询师自身理论知识贴合社区的实际情况，真正发挥作用<sup>[7]</sup>。政府可在本地积分入户、子女入学、公租房申请等方面对精神养老服务人员给予政策倾斜，提供岗位补贴等社会保障，吸引越来越多的人加入精神养老服务队伍。同时，社区内参与康复护理的医护人员也应接受心理学培训，掌握与老年人的沟通技巧，保障老年人的身体和心理健康。

政府可利用现有教育资源，初步建立学历教育和职业培训相结合的人才培训模式。具备条件的高校可制订专业的创新性培养计划，对学生进行专业化培训。另外，要开展社区精神养老服务专业人才的资格认证工作，由国家制定专业标准，通过社会化的资格考试设置从业门槛，从业人员需经

过专业资格考试才能进入该领域工作，有助于提高其专业水准。

社会各界爱心人士也是社区精神养老服务队伍的重要组成部分，可借助网络平台和街道社区，鼓励爱心人士加入志愿者队伍，同时规范志愿者的服务标准，完善奖励机制，可借鉴“爱心储存银行”等模式。在社区内组建老年人志愿者队伍，一方面可以帮助老年人实现自我价值，另一方面有利于“上传下达”，将社区服务的各项资讯及时传达给社区老年群体，这可以深入社区老年群体的日常生活，了解实际文化活动需求，及时反馈给社区，为后期组织社区文化活动提供参考。

以家庭为核心、社区为依托的社区居家养老，有利于在社会养老资源有限和家庭养老功能弱化的背景下，承接广州市大多数老年人的精神养老需求。因此，通过加深社区工作的介入程度，不断提高社区精神养老服务的专业化水平，可以更好地满足城市老年人的精神养老需求。

### 3. 探索“互联网+社区养老”的新型养老服务模式

将社区养老与智慧养老相结合，形成“互联网+社区养老”的新型养老服务模式，有助于打破精神养老的困局。为此，可以利用互联网、云计算等先进的信息技术，从实时定位、远程监控、资源整合等多角度、全方位打造针对养老的服务信息平台，鼓励老年人在平台上发布自身的服务需求，从而实现社区养老服务的精准对接，便于有需求的老年人及其子女详细了解服务的类型、质量、价格、时间等，并通过便捷的服务预约途径，让老年人足不出户也能获得优质的上门服务，同时解决目前精神护理人员不足或收费过高的问题，缓解家庭和社会的负担<sup>[8]</sup>。

如今，随着广州市社区养老与互联网接轨，社区养老智慧医疗项目的探索也加快了进程。为解决广州市老城区中

度老龄化的问题，广州市大力发展智慧健康养老项目。2019年12月30日，广州市越秀区入选国家“智慧健康养老示范基地”，为广东省提供了智慧健康养老示范样本，通过打造社区智慧健康养老综合服务管理平台，利用远程医疗技术，实现老年人健康实时监测，同时建立电子健康档案和老年人健康数据库，及时为老年人提供更优质的医养结合服务。

对老年人的心理健康进行大数据监测、分析等，可做好预防工作，避免重大心理疾患发生，其中，需要重点关注高龄、空巢、患病等老年人的心理健康状况，提高抑郁、阿尔茨海默病等疾病的早期识别率，健全预防和治疗体系。根据2017年广州市民政局印发的《广州市加强独居、空巢、失能等老年人关爱服务体系十条措施》要求：开展全市独居、空巢、失能等特殊群体老年人摸底工作，全面摸清底数，建立动态管理数据库和“关爱地图”；加快建设广州市为老服务综合信息管理平台，整合各类为老服务资源，实现居家、社区与机构养老服务的有效衔接，为特殊群体老年人提供精准、高效服务。根据社区内特殊群体老年人的分布情况，社区机构可加强巡访和服务工作，以及时、精准地响应服务需求。

## 四、结语

在城市精神养老问题日益凸显的背景下，如何在保障城市老年人物质养老的基础上，努力让城市老年人得到情感上的慰藉是各级地方政府面临的紧迫问题。面对家庭、社区、政府方面实施中的困境，精神养老体系的构建应该与老年人的实际情况和社会供给能力相结合，这样才能有效促进精神养老的发展，保障老年人群体的权益，使老年人“老有所为”“老有所用”。只有当老年人的个体尊严感、归属感及自我价值均得到最大化提升时，他们的生活质量才能得到提高。

## 参考文献

- [1] 李建丁, 叶依群. 社区老年人心理健康状况及其相关因素分析[J]. 中国实用护理杂志, 2011(29): 61-62.
- [2] 邱婴芝, 陈宏胜, 李志刚, 等. 基于邻里效应视角的城市居民心理健康影响因素研究: 以广州市为例[J]. 地理科学进展, 2019(2): 283-295.
- [3] 陈佩敏, 王域, 余京蓉, 等. 广州市社区老年人居家不出现状及其影响因素研究[J]. 华南预防医学, 2019(3): 216-220, 232.
- [4] Molarius A, Berglund K, Eriksson C, et al. Mental health symptoms in relation to socio-economic conditions and lifestyle factors: a population-based study in Sweden[J]. BMC Public Health, 2009(1): 302.
- [5] 姚明, 陈广明. “常回家看看”的困境与破局: 老年人精神赡养权益保障的实证分析[J]. 华侨大学学报(哲学社会科学版), 2018(4): 107-116.
- [6] 李文洋. 精神养老国际经验与借鉴[J]. 中国老年学杂志, 2017(20): 5176-5178.
- [7] 王思爽, 陈予宁, 汪琴, 等. 城市老年人心理慰藉供给路径研究: 以苏州为例[J]. 管理观察, 2018(2): 42-45.
- [8] 丁志宏, 曲嘉瑶. 中国社区居家养老服务均等化研究: 基于有照料需求老年人的分析[J]. 人口学刊, 2019(2): 87-99.