

把父母从手机里“抢”回来

(上接1版)

面对这个问题,浙江理工大学理学院心理学系副教授甘甜认为,手机在老年人家庭生活中的“越位”,一定程度上折射出子女对长辈关爱的“缺位”。上了年纪的人往往会把情绪目标看作最基本的追求,如何满足他们这份需求?

“我们曾向8000多位中老年人展开调查,结果显示,惯于使用智能手机的长辈,更容易获得子女在经济、精神等方面的支持。”甘甜建议,可以理性看待智能手机,将其视作高效沟通工具。

甘甜以自己的经历为例:由于工作因素,多年和父母分居两地,“我每隔三四天就会给二老打视频电话,哪怕只是无事闲聊,唠唠日常琐碎,父母也会安心许多。”

另一方面,因为缺少视觉、嗅觉、触觉等信息交互,线上沟通效果还是十分有限,隔着屏幕“浅尝辄止”的问候,始终无法消解父母深层次的孤独与无助。“再多安慰的话,都比不上一个面对面的拥抱。”甘甜表示,这句年轻人中流行的话,恰恰是维系代际关系的“良方”。下班后,不妨给父母拨个电话;双休日、各类长假,多回家看看,和爸妈一起吃个饭,把父母从手机里“抢”回来,让这份亲情回归现实。

在浙江理工大学心理系主任、教授马凤玲看来,“大数据比我更懂妈妈”某种程度是给社会的一次警钟:子女是否感受到父母的孤独无助?是否给父母足够的陪伴和安全感?诚然,智能手机能解决

许多问题,但很多时候父母更期待与孩子的直接沟通,而不是把情绪和需求倾注在电子设备中。

谈及代际沟通,马凤玲表示:人与人之间存在“沟而不通”的问题实属寻常,不同的生活时代、成长经历造就了独一无二的个体,也注定了每个人的与众不同。

“年岁渐逝,父母的身体和心态都会发生变化,会觉得自己正在退出社会舞台。他们将生活经验分享给我们,希望自己的孩子可以少走很多弯路,也期待在新一代的身上获得认同感。父母与孩子之间的沟通是一种情感联结,很多时候不必在意是非对错,子女只需要做一个倾听者,给彼此一个空间,接受父母的爱意,鼓励他们表达自己的情感即可。”马凤玲如是说。

连续报道

超六成居民期待“老青共进餐”



康乃馨助老公益志愿者在杭州市上城区紫阳街道唯康幸福食堂,为就餐老人送上一份免费菜、一份《银发新消费指南》,并开展调查。

本报讯(记者 张伟群)老年食堂让居民共享,大家怎么看?康乃馨助老公益“老青同享美好‘食’光”活动推出后,在线上 and 多个社区、老年食堂发起小调查,截至3月25日,有436人参与调查,其中60岁以上的有283人,20-59岁的153人。

普通居民能否到老年食堂用餐?62%的人对此明确表示赞同,认为社区食堂作为公共设施,其服务对象应该多元化。

两个年龄段的受访者,都对对方表示出了善意。60岁以上受访者,超过一半表示愿意与年轻人一起就餐。从调查结果来看,54%的人认为年轻人的到来能为食堂注入活力,提升整体氛围;近60%认为有助于增强食堂经济运营能力,实现可持续发展;55%认为能够推动食堂服务模式转型升级,更好地服务于全体居民。

年轻人与老年人同堂用餐出现矛盾怎么办?在杭州市西湖区外东山弄社区食堂门口,27岁居民邱烁认为这很好解决,总结起来就是8个字:“老小皆宜,敬老爱老。”在调查中,人们也提出了多种解决方案。其中,“明确并保障老年人优先权益”成为最受支持的选项,占到近70%;其次,38%的受访者建议采取“不同年龄居民分区分时就餐”的方式;超过半数人强调食堂内部应提倡尊老敬老风尚。丽水网友汤小好认真做了问卷后留言说,年轻人也很想摆脱外卖,在家附近吃到干净的食堂。那么,年轻人是否也能在社区食堂享受优惠?一位网友留言:“老年食堂即使转型,其惠老的定位不能改,延伸服务对象,是为了更好地提升食堂水平。”调查结果也符合这位网友的观点,超过半数受访者表示,社区食堂可以给全体居

民优惠,但对年轻人的优惠力度不应超过老年人。

要成为社区食堂,老年食堂应作出什么调整?受访者提出了很多实用的建议,包括早、中、晚餐全天候供应,提供更多符合年轻人和儿童口味的餐品,营造全年龄段、充满家庭氛围的就餐环境,以及加强宣传力度、提升服务质量等。

“以老为主,方便居民,经济实惠,安全卫生。”网友的这个总结,也许就是对社区食堂的基本期盼。多位受访者表示,平衡各年龄段需求,优化服务品质,将是未来老年食堂转型升级的重要方向。社区老年食堂应该在发挥原有功能的基础上,接纳更多年龄层次的居民,成为更具包容性和共享性的社区公共空间。如果您对老年食堂转型升级有话要说,请来电告诉我们:0571-85310151,联系人缪悦。

台州市 轨道交通发展快

本报讯(通讯员 黄薇依)今年是台州撤地设市30周年,3月19日,台州市退休干部化身“体验官”,乘坐市域铁路S1线,感受轻轨时代下台州城市发展变迁。

在市域铁路S1线台州火车站站点,老同志们详细了解市域铁路线路规划、运行速度、运营状况等,并参观车站控制室。

在S1线安全文化阵地,老同志们参观市域铁路基层党建阵地、城南车辆段派班室、功能列车等,了解轻轨运行以及调控的基本原理、轻轨运行安全保障相关情况。

西湖区 守护银发视力

本报讯(通讯员 赵佩)3月22日,“行走的蔡司镜头”老视健康科普行首站位于杭州市西湖区的泰康之家·大清谷社区举行,向中老年人开展公益眼部筛查。

浙江大学医学院附属第二医院眼科中心俞一波主任医师表示,因电子产品使用频繁,白内障和老花眼呈年轻化趋势,希望借此科普眼科知识、讲解科学治疗方式。

活动当天,“汽车眼科医院”开进泰康之家·大清谷社区。“汽车眼科医院”自1996年成立以来,携手“韩红爱心慈善基金会”等公益组织为全国多省偏远地区眼病患者免费实施复明手术。

公 示

根据新闻出版总署《关于开展新闻记者证核发情况自查工作并重申有关规定的紧急通知》(《2009》299号)、《新闻记者证管理办法》要求,我报社对申领记者证人员资格进行严格审核,现将我单位拟领取新闻记者证人员名单进行公示,2024年3月26日—4月4日。

举报电话:(0571)85310998。
拟领取新闻记者证名单:
孙磊 乐美真 徐雨阳
赵培希 张文利

浙江老年报社
2024年3月26日