

# 关于大学社区老年人互助养老的思考

● 李 兰



**[摘要]** 大学社区老年人互助养老可以丰富老年人的精神生活、提高老年人的生活质量、促进老年人的身心健康、增强大学社区的凝聚力和推动社会进步。因此,应该积极倡导和支持老年人的互助生活,为老年人创造一个温馨、和谐、友爱的生活环境。俗话说“远水难救近火,远亲不如近邻”,积极倡导和推行社区居家养老,为居住在家里的老年人提供符合其切实需求的社会化服务,组织本社区的老年人开展相互帮扶与慰藉。年龄小的照顾年龄大的,身体好的照顾身体较差的,采取抱团式养老,让老人空巢而不孤独,享受家门口的晚年生活。这是解决养老问题的有效途径,也是为子女减压的好办法。

**[关键词]** 大学社区;互助养老;老年人

对于很多丧偶、子女不在身边的单身老人来说,他们一般不愿意住进养老院。陌生的生活环境和饭菜口味,僵化固定的起居时间都让他们很难适应。因此,有些早已习惯了家居生活的老人,宁可独守空房,也不愿搬进养老院。但是,独居的老人毕竟存在着各种需求和安全隐患。日常的买菜、做饭、水、电、煤气的使用,或者出现一些突发性的病症,这些都是令人担心而且棘手的问题。人们常说“远亲不如近邻,近邻不如对门”。邻里互助是社区较容易为老年人直接提供有效服务的方式。利用邻里互助蕴藏着的参与建设社区的积极性和创造精神,能够提高为老年人服务质量,改变“养儿防老”观念。

## Q 对大学社区老年人邻里互助的初步认识

邻里互助是一种美好的社区关系。它指的是邻居之间的相互帮助、支持和关心的行为。邻里互助可以体现在很多方面,如互相照顾孩子、帮忙代收快递、分享生活用品等。这种互助关系不仅可以增强邻里之间的感情,还可以为大家的生活带来很多便利。当遇到困难时,有邻居的帮助和支持也会让人感到温暖和安心。老人们彼此照应,互相帮助,不仅能让他们的生活更加便利,还能增添许多快乐和温暖。

早在1881年,德国社会学家滕尼斯就率先提出“社区”这一概念。认为社区就是“具有共同价值取向的同质人口组成的,关系密切,出入相友,守望相助,疾病相扶,富有人情味的社会共同体”。可见,邻里之间相互交流、相互协力、自发服务,可以净化社会风气,倡导“人人为我,

我为人人”等内容的区域服务。

首先,大学社区作为一个学术和文化的聚集地,往往吸引了大量的教职工、学生以及他们的家庭成员。随着时间的推移,这些家庭中的子女可能会因为升学、就业等原因离开大学社区,而老年人则可能因为退休、养老等原因选择留在社区中。这些老年人在长期的生活中,逐渐形成了自己的邻里关系网络。其次,老年人对于社区归属感和邻里关系的需求较强。他们渴望与他人建立稳定、亲密的关系,共同分享生活、交流经验、互相扶持。因此,在大学社区中,老年人之间会通过各种方式建立联系,如参加社区活动、组织活动团队、参加老年大学、结伴旅游等。再次,大学社区往往具备良好的公共设施和服务体系,为老年人提供了便利的生活条件。这些设施和服务包括健身设施、文化活动中心、医疗服务等,为老年人提供了丰富多彩的生活选择。老年人可以通过这些设施和服务,增加彼此之间的交流和互动,进一步加深邻里关系。最后,在大学社区的一些家庭中,尊老爱幼、家庭和睦等传统价值观念得到传承和弘扬,这些价值观念在老年人邻里关系中得到了体现。同时,社会习俗和节日活动等也为老年人提供了增进邻里关系的机会和平台。

## Q 社区老年人互助养老的重要作用

社区互助养老的产生是以满足社区老年人生活需求,解决社会养老难题、减轻主管部门压力为工作目标的。大学社区的老年人互助服务是采用主管部门、学校、社区三方力量进行整合的方式开展工作。社区养老工作涉及面广、难

点较多，只有通过广泛分布于社区中的社区民间组织力量，才能使社区养老服务网络体系得到完善和加强。

社区互助养老是分担主管部门、学校、子女三方压力的“接力员”。随着社会经济发展和人口老龄化，家庭规模缩小，“空巢”老人数量增多，使得家庭成员对老年人照料等养老功能日益弱化。在这种形势下，倡导并开展老年人互助服务，以自愿为原则，从低龄老年人群中发现应对老龄化的积极因素，为居住在家的独居、空巢、体弱、高龄老年人提供符合其切实需求的社会化服务，是解决养老问题的有效途径之一，也是为子女解决后顾之忧的好办法。

### ❶ 社区老年人互助养老的需求现状

我国第五次人口普查结果显示：我国60岁以上的老年人口已达1.32亿，占总人口的10%，已经开始进入老龄化阶段。一方面是人口老龄化，另一方面却是家庭小型化。“4-2-1”的家庭结构已成为我国家庭的主导模式。几对夫妇奉养一对老年人的现象已转变为为一对夫妇照顾四位老年人。因而，养老已成为普遍的社会问题。社会养老与家庭养老相协调的养老模式将成为必然趋势。当前，社区养老社会水平低，自我意识和社会意识低。武汉大学曾做过一项问卷调查，要求设立护理老人饮食起居、送医上门、传呼医疗服务等项目的居民占60%以上。这表明，在我国当前生产力水平还有待提高，社会保障还有待完善、人们物质和文化需要不断增长的条件下，有必要把邻里互助特别是为老服务作为基层社区建设和“五好文明家庭”建设重要内容的有机组成部分以及必要的补充形式。

### ❷ 多种举措建立良好社区邻里关系

(1)保持友好和尊重的态度。与邻居交往时，保持微笑、问候和打招呼的习惯，尊重对方的隐私和习惯。通过友好和尊重的态度，可以建立起初步的信任和亲近感。

(2)积极参加社区活动。参加社区组织的各种活动，如健身活动、文化讲座、志愿服务等，可以结识更多的邻居，增进彼此的了解和友谊。通过共同参与活动可以加强互动和交流，促进邻里关系的建立。

(3)主动关心和帮助邻居。在日常生活中，主动关心邻居的生活状况，提供力所能及的帮助。如帮忙拿快递、分享生活经验等。这些看似微不足道的小事，却能够拉近彼此的距离，增进邻里之间的感情。

(4)分享资源和技能。与邻居分享自己的特长和资源，如分享拿手菜、特色景点、文艺活动等，可以增进互动和交流。通过分享不仅可以提高生活质量，还可以促进邻里之间的互助和合作。

(5)建立沟通渠道。建立有效地沟通渠道，如邻里微信

群、电话联系等，方便邻居之间随时交流和解决问题。通过沟通可以及时了解邻居的需求和困难，提供及时的帮助和支持。

(6)尊重文化差异。在面对不同文化、习俗背景的邻居时，要尊重彼此的文化差异，包容不同的生活习惯和方式。通过相互理解和尊重，可以建立起更加和谐融洽的邻里关系。

### ❸ 多种形式宣传及推动老年人互助养老

宣传推广需要持续不断地进行，同时要根据目标受众的特点选择合适的渠道和方式，这样才能有效地让更多人了解和参与老年人互助服务。

(1)宣传推广。通过各种渠道，如社区公告、社交媒体、报纸杂志等，宣传老年人互助养老的意义和好处，提高公众的认知度。①联系当地的报纸、电视广播等媒体，报道老年人互助养老的相关新闻或专题，扩大宣传范围。②可以制作海报、宣传册、传单等，清晰地传达老年人互助养老的目标、方式和好处。这些宣传材料可以在社区中心、医院、养老院等地方发放。③可以在社交媒体平台上创建专门的页面或群组，分享有关老年人互助的信息、故事和照片，吸引更多人关注并参与讨论。

(2)举办活动。组织一些与老年人互助养老相关的活动，如讲座、培训、志愿服务活动等，让人们更直观地了解这项服务。通过组织讲座、邀请专业人士或有经验的志愿者来介绍老年人互助养老，分享成功案例和经验。这样可以让人们更深入地了解服务的内容和意义。也可以组织一些短期的体验活动，让潜在的参与者亲身体验互助服务的过程，提升他们的参与兴趣。

(3)建立合作。①与社区组织、居委会、志愿者团队、养老机构等建立合作关系，共同推广老年人互助养老。如社区聚会、义工活动等，提高服务的知名度。②组织老年人参加社区的各种服务活动，如志愿者活动，互助小组等。这些活动可以让老年人发挥自身优势，为他人提供帮助，同时也可以让他们感受到服务他人的快乐和成就感。

(4)案例分享。分享一些成功的老年人互助养老案例，让人们看到实际的效果和收益，从而激发他们的参与热情。收集参与老年人互助服务的志愿者和受助老人的故事，通过文字、图片或视频的形式分享出来，让人们感受到服务的实际影响。

(5)培养志愿者。鼓励和培养更多的志愿者参与到老年人互助服务中来，通过他们的示范作用，带动更多人参与。宣传中强调对志愿者的需求，吸引更多有爱心和时间的人加入互助服务中来。

(6)建立互助平台。建立老年人互助平台，如老年人志

愿者协会、老年互助社等。这些平台可以为老年人提供互相服务的机会，让他们互相帮助、互相学习、互相交流，从而增进彼此之间的了解和友谊。

(7)提供便利。了解老年人的实际需求，根据需求提供有针对性的互助服务，提高服务的吸引力。

(8)政策支持。争取主管部门和相关部门的政策支持，为老年人互助养老提供更好的发展环境。

## ❑ 细致规划,有效组织和管理老年人互助养老

组织和管理老年人互助养老需要综合考虑老年人的需求、兴趣和能力，建立有效的组织机构和服务计划，形成有效的沟通机制和监督管理制度，确保服务的质量和效果。

(1)明确目标和定位。首先要明确老年人互助养老的目标和定位，即老年人互助服务是为了提供生活帮助、心理支持还是社交机会。这有助于确定服务的内容和形式。

(2)建立组织结构。建立一个清晰的组织结构，包括管理层和执行层等。可以确保服务的有序进行和问题的及时解决。

(3)招募志愿者。通过社区宣传、社交媒体等方式招募志愿者，鼓励老年人积极参与互助养老。同时，要对志愿者进行培训和指导，确保他们能够提供有效的帮助。

(4)制定服务计划。根据老年人的需求和兴趣，制定详细的服务计划。这可以包括日常生活照料、健康管理、心理支持、文化娱乐等多个方面。

(5)建立沟通机制。建立有效的沟通机制，确保老年人、志愿者和管理人员之间能够顺畅沟通。这有助于及时了解老年人的需求，调整服务计划，解决问题。

(6)监督和管理。对互助服务进行定期的监督和管理，能够确保服务的质量和效果。可以通过定期评估、反馈收集意见等方式进行改进和优化。

(7)寻求专业支持。在组织和管理过程中，可以寻求专业人士的支持和指导，如社会工作者、心理咨询师等。他们可以提供专业的建议和帮助，提高服务质量和效果。

(8)建立档案和记录。对老年人的基本信息、需求和服務情况进行记录，建立个人档案。这有助于了解老年人的需求和变化，提供个性化的服务。

## 📖 参考文献

[1]刘悦.农村互助养老服务供给困境及优化策略[J].合作经济与科技,2024(13):165-168.

[2]赖金辉.社区互助养老问题与对策研究[D].北京:北京建筑大学,2022.

[3]侯冰.城市老年人社区居家养老服务需求层次及其满足策略研究[D].上海:华东师范大学,2018.

[4]林小兰.北京市社区居家养老动态需求调查研究[J].哈尔滨职业技术学院学报,2024(03):79-81.

[5]宋双.烟台市社区居家养老网格化管理研究[J].合作经济与科技,2024(14):168-170.

[6]姜磊.农村互助养老服务供给探讨[J].合作经济与科技,2024(14):176-178.

## 作者简介:

李兰(1973-),女,汉族,湖北荆门人,硕士,武汉大学离退休工作处,研究方向:老龄问题。