

老龄化背景下城镇老年群体娱乐系统研究

江小浦, 肖毓

(南昌大学, 南昌 330031)

摘要: **目的** 研究城镇老年人娱乐活动问题。**方法** 通过问卷调查、现场询问、实地考察等方式对我国在老龄化社会背景下城镇老年群体娱乐活动进行深入调研。**结论** 总结了老年群体娱乐行为的类别、方式、心理和习惯, 分析了系统化建设城镇街区中的老年群体娱乐系统的必要性并提出了相关构想。

关键词: 老龄化; 群体; 娱乐; 系统化

中图分类号: TB472 **文献标识码:** A **文章编号:** 1001-3563(2017)02-0213-04

Entertainment System of Urban Elderly Populations under the Aging Society

JIANG Xiao-pu, XIAO Yu

(Nanchang University, Nanchang 330031, China)

ABSTRACT: It aims to solves the problem of the old people's recreational activities in cities and towns. Through questionnaire investigation and field investigation, it conducts an in-depth investigation on the entertainment activities of urban elderly groups in the aging social background, summarizes the categories, psychology and habit, analyzes the necessity of systematic construction of the entertainment system of the aged group in the urban block and puts forward the related conception.

KEY WORDS: aging; population; entertainment; systematic

随着我国综合国力的增强和医学科技的发展, 国民人均寿命延长, 人口总量增加。几年来, 我国人口结构老龄化问题已日益凸显, 如何让老年人老有所乐值得关注。

1 一城镇老年人娱乐活动现状

1.1 个体娱乐活动

个体娱乐活动包括书法、绘画、茶艺、器乐、空竹、垂钓、游泳等。据调查, 此类活动格调高雅、富于情趣, 对脑力及体力的要求较高, 在气候条件允许的情况下室内室外皆宜开展。但此类活动受到性别、教育程度和个体偏好的影响, 真正能熟练掌握并乐在其中的人并不多^[1], 以致群体参与度较低, 互动交流较少, 有“曲高和寡”之嫌。

1.2 小型群体娱乐活动

小型群体娱乐活动, 一般指人数在 12 人以下的群体活动。在居家老年人中, 主动安排相对较为健康的生活方式, 如乒乓球、羽毛球、踢毽子、抖空竹、围棋、象棋、麻将和 3~6 人的牌类游戏等^[2]。此类活动娱乐性强, 益脑健身, 对活动场地要求不高, 在气候条件允许的情况下室内室外皆易于开展。参与的人员相对比较集中, 流动性不大, 所以气氛一般较融洽。

1.3 大型群体娱乐活动

大型群体娱乐活动一般指参与人数在 12 人以上的群体活动, 如广场舞、团体健身操、门球、合唱等。此类活动群体性强、气氛热烈, 有规模效应, 或是讲究团队的分工协作, 或是讲究团队的统一协调, 容易激发强烈的集体荣誉感, 对增强老年人的社会融合

收稿日期: 2016-10-03

基金项目: 江西省高校人文社会科学研究项目 (JC1416)

作者简介: 江小浦 (1974—), 男, 江西人, 南昌大学副教授, 主要研究方向为工业设计方法与设计应用。

感、改变被社会边缘化的心理感受和排遣老年人的寂寞与孤独感非常有益。开展此类活动大多需要室外的开阔场地,对气候条件和环境条件要求较高。

1.4 自由组合式群体娱乐活动

自由组合式群体娱乐活动可以是一个人自娱自乐,也可组合成小群体共同参与,还可发展成大型群体娱乐活动,比如抖空竹、踢毽子、戏曲、话剧、太极拳等。此类活动可随机组合,自发性强,人数无限制,对室内室外没有严格的要求,可因地制宜灵活开展。其主要优势在于活动限制少,参与人员流动性比较大,有利于老年人之间的社交往来,通过活动结识更多志趣相投的朋友。

2 二城镇老年群体娱乐活动存在的问题

城镇老年群体娱乐活动是实现老年人“老有所乐”、“老有所学”、“老有所交”的基本条件,但当下城镇老年群体娱乐活动存在一些问题,导致部分老年群体娱乐活动无法更好地开展。

2.1 缺乏合理的组织引导

目前在群体娱乐活动上缺乏有力的组织者和引领者是困扰城镇老年人的主要因素,很多老年人想参与群体娱乐却不得其门而入。据调查,老年人参与群体活动主动性不强、信息渠道不甚通畅、各个社区老年人分部不均匀、不同老年人群体生活作息习惯差异较大等客观情况都造成老年人群体活动难以有效开展。

2.2 缺乏理想的场地条件

城镇老年娱乐活动场所一般存在于社区内。室内多是借用社区的公共场所如办公室、会议厅等,缺少专门的老年人活动场所,或者是空有其名而无其实,无法为老年人提供优质的娱乐环境。室外则是三五个老人聚集在室外树荫下、社区草地、休闲广场下棋唱戏等^[3],受气候因素制约又较大。老年人在社区室内及室外的娱乐空间应该在前期规划中就充分考虑并制定明确的标准。

2.3 缺乏相应的配套设施

目前社区老年人娱乐活动场所设施简陋,室内一般仅有简单的桌椅,室外场地缺乏安全电源、灯光照明和音响设备等,老年群体活动因此受限。因此,应该在社区的室内外场所为老年群体配备好娱乐活动的设施设备,充分营造老年群体活动的良好氛围,这样才会吸引老年人积极参与群体活动。

2.4 缺乏持续的创新发展

目前社区养老服务的形式和内容较为单一,对于

老年人个性化娱乐设施明显不足^[4]。老年群体娱乐活动分为3大类:文艺类、益智类、运动类。文艺类主要包含戏曲、唱歌、跳舞、乐器等,益智类主要包含棋牌、书法等,运动类主要包含太极拳、踢毽子、小球类等。此类型的娱乐活动较为传统,缺乏持续的创新发展。

2.5 缺乏社会的关爱与关注

老年群体是当代社会的重要组成部分,也是构建和谐社会的重要力量,所以养老是不容小觑的重要社会问题,其核心是“老有所乐”。城镇老年群体娱乐活动却得不到社会关注,处于一种自娱自乐的状态。全社会应该对老年群体娱乐活动重视起来,学会欣赏并参与老年人的群体娱乐,这样才能形成良好的活动氛围。

3 三构建城镇老年群体娱乐系统的意义

老龄化趋势在我国越来越严重,养老也就成为当代社会不容忽视的一个重要问题。老年人群体娱乐体系是老年人晚年生活的重要组成部分,老年群体又是一个特殊的弱势群体,研究和制定城镇老年人群体娱乐体系,是促进健康老龄化的根本所在^[5]。多数老年人退休后会感到生活无趣乏味,甚至脱离社会生活。构建城镇老年人群体娱乐体系能够丰富老年人的精神生活,使他们乐观地享受生活。

3.1 提升群体文化

构建完善的城镇老年人群体娱乐体系,有利于提高整体文化水平,带动老年群体在娱乐中学习。既能丰富老年人的知识体系,还有益于老年人身心健康,减轻家人的压力。由于各人籍贯不同,风土人情不同,且各人特长也有所不同,在一起相互交流,切磋技艺,可以了解多种类型的文化,提高老年整体的文化认知水平。老年群体文化水平提升后,通过多种方式传递给其他的社会群众,或影响其子女和亲戚朋友。同时,老年人“乐学”的状态也会感染到周围其他年轻人,让这种氛围在群众中传递,有利于社会的发展和全民的进步。

3.2 增强群众凝聚力

老年群体以集体为单位开展娱乐活动,是提升集体荣誉感的重要平台。在一起娱乐交流,群体成员间相互了解后就会培养出团队情感,这种情感属于情感凝聚力。当以集体为单位开展活动时,这种情感凝聚力会转化为集体凝聚力,激发集体荣誉感。

3.3 有益于老年人的身心健康

老年群体娱乐体系有益于消除老年人退休后孤

独、寂寞、无趣的悲观心理。文艺类娱乐活动可以陶冶情操，让老年人实现自我价值，发挥余热，老有所为。体育类的活动有益于老年人的健康，各种老年慢性疾病都是需要通过锻炼身体来慢慢改善的。随着年龄的增长，思考、记忆、学习等能力减退，益智类的活动有益于开发老年人的思维，益智健脑，让老年人提升自我，也能有效地预防老年痴呆等老年性疾病。构建城镇老年群体娱乐体系对老年人的身心发展是必不可少的，也能达到舒缓压力、缓解孤寂、改善生活品质的目的^[6]。

3.4 有益于构建和谐社会

和谐社会是全国人民追求的一种社会状态，和谐社会离不开科学的发展观，构建老年群体娱乐体系有利于老年人告别僵化的思想模式。由于老年人退休后，看不到自己的社会价值，容易低估自我，产生自暴自弃的心理，构建老年群体娱乐体系能够激发老年人的社会存在感，让老年人跟上时代的步伐，全民幸福感蒸蒸日上，这才是和谐社会的理想状态。

4 四城镇老年群体娱乐体系的基本构想

针对上述老年群体娱乐活动存在的问题与不足，笔者提出了构建城镇老年群体娱乐体系的几点建议。

4.1 建立老年人活动中心

老年活动中心为老年人提供文体、休闲、交往、兴趣爱好及其培训^[7]，针对老年人的心理和生理需求，我们认为公共服务设施之间的距离不应超出老年人的步行能力范围^[8]。由于不同社区中的老年人数量分部多少不均，所以将相邻2~3个社区为单位建立老年人活动中心。活动中心的地址宜选择在距离各个社区路程相等的地点或者是各个社区间位置最居中的社区，这样可以更方便老年人闲暇时间步行来到活动中心。

老年人活动中心需涉及室内和室外两种类型的场地。室外活动中心增加绿地面积，开辟和扩大户外活动空间及公共绿地^[9]。城市老年人活动中心的室外空间组成元素为硬质铺地、绿化区域、休息设施、健身设施以及景观设施。考虑到老年人的腿脚不便，反应迟缓，对室外铺地的平整度要求较高，需采用防滑、平整的材料进行铺地。老年人经常出现的室外场所对绿化的要求比较高，绿化区有益于老年人的身体健康，但对于老年人来说，绿化区域要选择相对于柔软、安全的绿植，以免老年人发生意外时再造成二次伤害。在休息区域可以设置一些桌椅供老年人聊天、下象棋、打牌等。随着年龄的增长，老年人会更爱和孩子相处，还可设置一些儿童游乐场地，既可以让老人和儿童愉快地相处，也能方便带孩子的老年人。休息

区域和健身区域还需安装暂时的避雨区，以免天气骤变。除了广场、凉亭和树植等，还可设置室外直饮水机、安全电源和户外音响设备等。

要保证良好的室内环境和老年人的身心健康，室内活动中心需要选择阳光充足、空气流通的场所。活动空间的层高应较高，棋牌室、阅览室则选用正常层高。室内的装修色调和灯光亮度都需要符合老年人的生理需求，室内空间应该简洁，标识性强，避免太多的弯道，加深老年人记忆，方便寻找。还要增加安全通道，做好相应的安全性急救措施。老年人活动中心还需提供空调、电扇和雨具等必需品，配套营养餐厅和茶水室，为老年人提供全方位服务，让老年人在各种气候条件下都有适合的娱乐活动。

活动中心采用社区会员制，给社区内老年人办理老年社区卡，并可多次充值，管理方适当收费以维持老年活动中心的场地与员工费用。

4.2 推选老年群体娱乐活动组织者

由于老年人中缺少领导者和组织者，导致老年群体娱乐活动得不到完善的组织，久而久之老年人也逐渐会对娱乐活动失去兴趣。因此，可以从老年人团体中推举几位有责任心、领导能力和组织能力强的老年人来担任活动组织领导者，这也为退休的老年人提供了一个充分展示自己能力与才干的平台。

组织领导者应该为一个小型团体（5~6人），分工明确，平常主要负责活动中心的一些日常娱乐，开展规模稍大的活动时还需负责整体的活动安排和活动流程。有力的组织与领导可促使老年群体娱乐活动的开展更为活跃顺利，也更具有组织性与纪律性。

4.3 建立老年人服务小组

老年人服务小组主要有医疗、创新和协同任务，小组服务者可以是专业人士也可以是志愿者，一般以青年人为主，服务人员必须具备良好的耐心与灵活的应变能力。

医疗任务主要针对老年人在活动中心遇到突发状况的急救行动，医疗小组在必要时应陪同老年人活动，提供各种类型的药物和专业的医疗知识，协助食堂为老年人搭配营养的午餐和食物，还需定期为老年人提供小型的医学诊疗服务，了解老年人近期身体状况，并给予相关的专业建议与治疗方法。

创新任务是指定期给老年人普及最新的社会和科技的知识，让老年人思想跟上时代的步伐，体验国家进步带来的时代魅力。由于老年人群体娱乐活动只有一些较为传统的项目，缺乏创新，老年人娱乐久了难免会失去兴趣，为了提高老年人对娱乐活动的兴趣，创新小组还需定期推出一些创新的老年人活动项目，教授给老年人，让老年人群体娱乐活动持续的创

新发展。

协同任务是协助老年领导者和组织者处理一些老年人活动中心在细节上的相关事项,积极配合完成任务。同时,还需要负责老年人活动中心的宣传工作,让老年人了解活动中心并且吸引更多的老年人来到活动中心,为社会养老增添一份力量。

4.4 组织老年人集体活动

老年人活动中心应不定期组织老年人群体出席一些活动,给老年人一个展示自己的平台。通过活动,也能够让更多的年轻人了解到老年人的生活,吸引更多的老年人加入活动中心,提升全民幸福指数,有利于构建和谐和谐社会。

不同的老年活动中心之间也可进行娱乐活动比赛,增加老年人对日常活动的乐趣。通过比赛,可以让老年人更加团结,增加群体凝聚力,也可以让不同活动中心的老年人相互交流,增加彼此间的友谊。

活动中心也可以不定期组织一些短途郊游或者长途旅行,选择一些较适合老年人游玩的地点,让老年人了解不同的文化与不同的地域特征,增长见闻。相同年龄层的人在一起游玩也可增进老年人之间的感情。

5 结语

通过调查老年人日常兴趣爱好和群体娱乐活动的现状,分析当下城镇老年群体娱乐活动的问题与弊端,研究老年群体娱乐基本特性,城镇老年群体娱乐活动的系统化建设是很有必要的。老年人要真正实现“老有所乐”、“老有所学”、“老有所用”、“老有所依”,有赖于全社会共同关心与支持,不断将城镇老年群体活动系统发展完善。

参考文献:

[1] 吕如敏. 城市社区老年人社会参与活动研究[J]. 湖北广播电视大学学报, 2014(1): 74—75.
LYU Ru-min. A Study on the Social Involvement of Old People in Urban Communities[J]. Journal of Hubei Ra-

dio & TV University, 2014(1): 74—75.
[2] 舒余安, 熊兴福, 黄婉春. 基于老年人居家养老的产品设计研究[J]. 包装工程, 2013(6): 37—40.
SHU Yu-an, XIONG Xing-fu, HUANG Wan-chun. Based on the Old-age Home Product Design Research[J]. Packaging Engineering, 2013(6): 37—40.
[3] 赵聪锐. 城市社区养老模式探讨——城市社区老年照顾有关问题分析[J]. 山西高等学校社会科学学报, 2011(2): 44—46.
ZHAO Cong-rui. Discussion on the Mode of Providing for the Aged in Urban Community: Problems of Care for the Elderly in Urban Communities Analysis[J]. Journal of Shanxi College of Social Sciences, 2011(2): 44—46.
[4] 陈辉. 城市社区养老模式探析[J]. 江苏大学学报(社会科学版), 2014(2): 14—18.
CHEN Hui. Analysis on the Pattern of Providing for the Aged in Urban Community [J]. Journal of Jiangsu University (Social Science Edition), 2014(2):14—18.
[5] 徐圣霞. 湖北省老年群体健身服务体系构建的研究[J]. 襄樊学院学报, 2008(8): 67—69.
XU Sheng-xia. A Study on the Construction of Fitness Service System for Elderly Groups in Hubei Province [J]. Journal of Xiangfan University, 2008(8): 67—69.
[6] 徐平. 空巢老人药品包装设计研究[J]. 包装工程, 2011, 22(2): 58—60.
XU Ping. Design of Drug Packaging for Empty Nest Elderly[J]. Packaging Engineering, 2011, 22(2): 58—60.
[7] 江毅. 居住区老龄公共服务设施体系构建[J]. 西华大学学报(自然科学版), 2006(5): 90—92.
JIANG Yi. The Construction of Public Service Facilities System for Aged Residential Area[J]. Journal of Xihua University (Natural Science Edition), 2006(5): 90—92.
[8] 孙苏娴. 应对人口老龄化的城市公共服务设施建设体系研究[J]. 中华民居(下旬刊), 2013(12): 213—215.
SUN Su-xian. Study on the Construction System of Urban Public Service Facilities in Response to Population Aging[J]. Chinese House(Lastissue), 2013(12): 213—215.
[9] 王玮华. 城市住区老年设施研究[J]. 城市规划, 2002(3): 49—52.
WANG Wei-hua. Study on Old-age Facilities in Urban Residential Areas[J]. City Planning, 2002(3): 49—52.