

# 当你老了,还能像现在这样开心吗?

## 记者梳理老人常见情感心理问题,帮助老人度过“老年危机”(上)

□ 朱世玲 记者 李皖婷

由于各种原因,许多老年人的情感生活不尽如人意。一些老年人为了避免家庭冲突,隐忍自己的感情;有的老年人被迫成为空巢老人,虽子孙满堂,但晚景凄凉;还有的老年人因此产生心理障碍,却没有及时医治,最终酿成悲剧。专家表示,老年人的物质需求其实并不高,让老年人度过幸福的晚年,不仅要让他们吃好、穿好,还应该让他们心情愉快,用心维护他们的情感世界。

### 【空巢孤独】

**故事:**  
“空巢老人”无人管身心俱损

回想起半年前的经历,76岁的独居老人谢大爷还心有余悸。那天早上,他摔倒在家中,右手大拇指虎口处被划开一道15厘米的裂口。围观的邻居不少,却没有一个人敢搬动老人。

最后,还是社区的工作人员和志愿者赶到将老人送去了医院,并全程陪同老人进行检查,还为老人垫付部分检查费用。

据媒体报道,重庆市一位赵大爷独自居住,爱喝酒的他常常酒后拨打110,有时是说没带钥匙,有时是说摔倒了,其实他是不堪寂寞,就想民警来了好有人说话。据派出所民警介绍,据统计,赵大爷一年来竟然拨打了1483次110。

**建议:**  
有空的话,常回家看看

一份本土调查显示,60岁以上空巢老人的伤害发生率达到13.4%,高于非空巢老人;空巢老人遭受最多的是跌落伤,占伤害总人数的55.7%。除了身体上的伤害,空巢老人患上抑郁症的概率也大大提高。

安徽省精神卫生中心老年心理科医生孔晓明分析说,空巢是诱发老年人心理障碍的主要原因之一,年纪大了,受传统观念影响,老年人总是希望儿孙绕膝,享受天伦之乐,但由于诸多原因,子女不能或不愿意与老人同住,老年人心愿落空,就会出现失落、寂寞、悲观等负面情绪。

孔晓明建议,家人要为老年人提供舒心的生活环境,加强对老年人的精神赡养,消除他们的寂寞空虚,让老年人觉得每天都活得有意义,有价值。

### 【银发婚姻】

**故事:**来段“黄昏恋”,说起来容易做起来难

71岁的吴国大爷,老伴去世已经快十年了,儿女各自成家,忙于自己的工作和家庭。“老伴刚去世那会儿,我心里很难受,根本没心思再婚,就想一个人过下去算了。后来四五年过去了,孩子们也说我,我也动了再找的念头。”吴大爷说,有不少热心人给他张罗,也见过不少老太太,但都没有成功。吴大爷说,现在自己也不想再找了,“都这么大岁数了,还找啥呀?平时看看报纸,听听广播,和老伙计们乐呵乐呵,周末和儿孙们聚聚,也挺知足的。”吴大爷说。

相比吴大爷,年过花甲的陈大爷则经历了“大起大落”。丧偶多年的他去年在老年大学结识许阿姨后,因为曾经工作经历相同有了很多共同语言,不久后便登记结婚。但是这种幸福没有持续多久。因为陈大爷的退休金比许阿姨高,又有住房,他的子女担心父亲结婚后,财产要与女方平分。在一次家庭聚会上,陈大爷的子女明确表示不支持这桩婚姻,并在今后的赡养问题上进行要挟。无奈之下,婚龄只有几个月的两位老人选择妥协,回到单身生活。

**建议:**  
摆脱男找“保姆”女找“靠山”

一项资料显示,20世纪80年代,再婚老人的离婚率高达85%,虽然目前再婚老人的离婚率已降到50%,但状况仍不容乐观。

“不论是哪个年龄段的中老年人,在择偶观念上一定要摆脱男找‘保姆’,女找‘靠山’的观念,否则很难得到幸福。”

国家二级心理咨询师侯松梅表示,老人再婚都有自己的考虑和目的性,这是人之常情,但目的性不要过于极端,一旦达不到,双方就会有矛盾和纠纷。“原本老人就是想找个伴安度晚年,结果因为这些因素,对当事人身体和心灵造成二次伤害,就不可取了。”

(注:应当事人要求,文中老人均为化名)



## 图雅诺S 德国标准 商务典范



图雅诺S 13.98万元起

图雅诺E 11.98万元起

全系购车即送6000元加油基金

图雅诺S再送10万公里免费保养