

“文化养老”视域下社区体育文化养老路径探析

黎文普¹, 龚正伟²

(1.长沙学院 体育部, 湖南 长沙 410003; 2.上海体育学院, 上海 200438)

摘 要: 社区体育文化养老可以使老人掌握因平常忙碌, 而无法接触的体育知识和体育技能, 丰富老年文化娱乐生活; 也可以使老年人的精神世界“吐故纳新”, 享受在体育文化生活中人际交往所带来的情感滋润。研究认为现阶段社区体育文化养老方式的实现路径包括: 一是政府和社会各种组织应在社区老年体育文化建设政策扶持以及资金上加大投入力度; 二是社区自身要以社区各种文化体育服务资源为载体, 加大社区体育文化养老支持网络的完善。在社区体育文化服务主体层面, 要使老年人自身养老观念得到转变, 逐步实现“老有所乐”的目标。另外, 为老年人提供体育文化养老服务的工作人员要提高自身素质充分发挥其引导和推动作用, 促进社区体育文化养老落到实处。

关 键 词: 体育社会学; 体育文化养老; 社区体育; 中国

中图分类号: G80-05 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2014)04-0046-04

An analysis of ways for retirement living supported by community sports culture from the perspective of “retirement living supported by culture”

LI Wen-pu¹, GONG Zheng-wei²

(1.Department of Physical Education, Changsha University, Changsha 410003, China;

2.Shanghai University of Sport, Shanghai 200438, China)

Abstract: Retirement living supported by community sports culture enables the elderly to master some sports knowledge and skills which are unreachable for them due to their routine busyness, thus enriching their cultural entertainment life; it also enables the elderly to exhale carbon dioxide out of and breath some fresh air into their spiritual world, and to enjoy emotional nourishment brought by interpersonal communication in their sports cultural life. In the authors' opinion, ways to realize the manner of retirement living supported by community sports culture include the followings: 1)the government and various social organizations should increase their inputs in terms of policy support and funds for community elderly sports cultural construction; 2)communities themselves should boost the perfection of networks supporting retirement living supported by community sports culture by basing the carrier on various community cultural sports service resources. In terms of community sports cultural service subject, we should change the elderly's retirement living conception, and gradually realize the goal for them to have a happy retirement life. Moreover, workers who provide the elderly with the service of retirement living supported by sports culture should enhance their own quality, exert their guiding and promoting role, and boost the actual implementation of retirement living supported by community sports culture.

Key words: sports sociology; retirement living supported by sports culture; sports community; China

“文化养老”是以满足老年人精神需求为基础、以交流思想、沟通情感、拥有健康与心态为基本内容, 以享受快乐、崇尚独立、张扬个性、愉悦精神为特征的养老方式。即“老有所学、老有所乐、老有所为”^[1]。

收稿日期: 2013-12-08

基金项目: 湖南省教育科学规划课题“学校体育健康教育改革促进湖南省‘健康老龄化’实现的研究”(XJK013CTW007); 湖南省哲学社会科学基金项目“湖南省‘健康老龄化’的体育干预策略研究”(13YBB019)。

作者简介: 黎文普(1976-), 男, 副教授, 硕士, 研究方向: 学校体育与社会体育学。E-mail: 346704105@qq.com

传统的家庭养老和社会养老都存在不同程度的不足和弊端,实践证明社区养老可以弥补两者的不足。在人口老龄化日益加重的背景下,加强社区老年人的文化设施建设,促进老年人的精神心理健康,实现社区文化养老具有十分重要的意义^[1]。目前在社区进行的各种老年文化建设中,大都开展的是以健心、健身、健脑为主的体育文化活动,因此,把体育文化的建设与社区养老结合在一起将成为一种新潮流和趋势。具体来讲,“社区体育文化养老”就是指在政府或社会服务机构的引导下,在社区范围内,以老年人生理和心理都能接受的文化体育活动为载体,以满足社区老年人精神需求和身体健康为目的,使老年人在体育文化活动中思想得到交流、情感得到沟通,享受体育文化活动带来的快乐为特征,让体育文化活动贯穿在老年人的整个老年生活之中,实现老有所乐、老有所为。

1 中国老龄化现状及养老方式

中国已于1999年开始进入老龄社会,是较早进入老龄社会的发展中国家之一。中国老龄化进程的一个特点就是老龄化发展迅速,并日益呈现高龄化、空巢化趋势,需要照料的失能、半失能老人数量剧增。数据显示,从老年人口的总量看,中国65岁以上的老年人从1953年的0.25亿人上升到了2010年的1.19亿人,60年间增加了9400万人,养老问题将成为我国社会事业中的又一重大难题。

我国的养老方式主要有“养儿防老”、机构养老、居家养老、社区养老,如今又提出以房养老等。为了满足老年人身体及精神健康的需求,“文化养老”进入人们的视线,并在实践中取得良好的效果。

百善孝为先,家庭养老的核心文化精神是孝道,其基于血亲之爱联结起来的抚养与赡养关系。直到目前,我国法律还明确规定了这种责任和义务。随着工业社会的到来,文化与养老的连接不能仅靠传统的孝道,由于生活、生产方式的不同,以及生活、工作空间的变化,孝道养老所带来的养老安全受到很大挑战。人口老龄化时代的到来,伴随改革开放和工业社会出现的“空巢”老人、“老漂一族”现象已成为严重的社会问题,因此,我们更需要在文化的层面上对老年人的生活与养老出路问题进行思考。不得不承认,对老年人的孝敬与赡养不完全是一回事。“大孝尊亲,其次弗辱,其下能养。”关爱和支持老年人的行为存在着层次之分,换言之,“孝”与“养”有可能分离。“孝”有诸多表达方式。“今之孝者,是谓能养。至于犬马,皆能有养,不敬,以别乎?”所以,如果不从精神上尊敬和慰藉父母,那就不能算是真正的孝与养。由此可

见,“有孝之养”是人类的道德进步与人文关怀文化精神的重要体现,才是“人”之所以为“人”的文明内涵展现^[2]。因此,只有真正做到“孝养”,才能使老年人的生活质量与精神健康得到同步保障,使老年人的心理和生理两方面的健康价值得到提升。应该说“孝养”观念兼顾了精神慰藉和物质供养这两个重要方面。然而如前所述,改革开放和工业社会的到来使现在的人们对老年人“养”多于“孝”,在城市社区中,甚至有不少“啃老族”出现。从我国养老历史发现,家庭养老更多是表现在物质层面;社会养老更多是在少数经济发达地区为少数老年人提供一些活动场所,组织各种老年协会,兴建老年大学。新型社会老人的“孝养”与老年生活已经不能完全依赖于家庭或者社会。

“家庭养老”与“社会养老”均不能完全解决当下我国人口老龄化问题日益严峻的形势,实践证明,社区文化养老是目前能够体现“孝养”观念的最好养老方式,能够为“家庭养老”和“社会养老”找到平衡点。鉴于体育文化的优势和作用,“体育”外延不断扩大以及社区老年人的文化建设,也大都以老年人的身心健康为目标而进行的体育文化活动为主,所以,“社区体育文化养老”必然成为社区养老方式不二的选择。

2 社区体育文化养老的作用及实现路径

2.1 社区体育文化养老的作用

1)社区体育文化养老可以使老人熟悉和掌握因工作忙碌而未接触的体育知识和体育技能。大部分老年人都是因为平时工作或家务繁忙而没有时间和精力参加体育活动。随着年龄的增长,人们普遍都会关注自己和家人的健康问题,参与符合自身特点的体育活动意愿会日趋强烈,我国体育人口结构呈“马鞍形”可充分说明这一点。但他们往往面临的问题就是体育知识和技能的缺乏,常常出现因体育知识和技能的缺失而导致运动伤害、锻炼效果不理想、单调乏味等种种问题。再加上无人组织和指导,使他们体会不到体育运动带给他们的种种好处,进而使他们只有坐在电视机前、麻将桌前消磨时光。另外,人们对老年人有认识上的误区,认为人到老年时思想与认知会停顿下来,而事实上,人的老年期依然是人的发展期与成长期,老年人并不希望变老而希望成长。老年人通过社区体育养老,潜移默化中使他们在社会的互动中依然能找到生命与生活新的意义。所以当人们失去某些角色或失去某些活动之时,就必须寻求新的角色和活动加以替代,唯有如此,才能保持积极的心态和活力。老年人不是不能有活动,只是速度和节奏放慢而已。而老年人参加活动一是需要有内部的驱力,另外还要有外

部的推力。社区体育文化养老就是一种能够使老年人参与社会活动的外部推力和载体,是一种维持他们社会生活参与度的积极养老方式^[4]。通过学习和沟通交流,能使家庭成员之间、邻里亲朋之间形成良好互动,实现角色转换与扮演,保持心情愉悦,从而顺利度过人生的最后阶段,收获“最美夕阳红”。

2)社区体育文化养老可以使老人的精神世界“吐故纳新”,在人际交往中使情感得到滋润。通过加入社区老年人舞蹈队、社区太极拳协会等各种形式的社区老年人体育俱乐部或协会,培育良好的老年人体育文化娱乐环境,能使老年人在各种体育俱乐部宽心舒适的氛围中,生活内容更加丰富,做到重新融入社会,从而有着强烈的归属感,真正实现老有所乐。“乐文化”的提出也符合老年人的需求,是一个社会层面精神养老的宏大话题。社区体育文化养老作为工业社会一种非常人性化的养老方式,可以使每一个老年人获得社区内情感上的支持。在社区,老年人不但能够享受到社区提供的体育文化养老服务,又不会因为脱离温馨的家庭环境与熟悉的社区环境使他们感到陌生,更加的人性化。并且由于传统生活习惯的差异使各地区体育文化养老内容需求的不同,而社区更了解当地老年人的需求,从而使社区老年体育文化养老服务供给更加体现“以人为本”,使社区体育文化养老更贴近老年人^[5]。“落叶归根”显示出了老人对家庭和世代居住地的眷念之情,主要原因在于人到老年除了需要物质救助之外,更重要的是需要精神的慰藉,渴望天伦之乐与乡里之情。而社会化的老年机构使老年人常常逐渐失去了适应社会的能力,变得更加孤独。相比之下,社区体育文化养老让老年人在自己熟悉的社区里终老更人性化。

2.2 实现社区体育文化养老的路径

1)政府和社会组织。

(1)政府应加大社区体育文化养老公共服务的供给力度。在过去,政府在对居民提供体育文化服务时常常未考虑不同年龄结构的体育文化需求,“自上而下”式的体育文化服务供给方式往往忽视了老年人的体育文化需求,有些社区设立的老年人活动中心常常被麻将室代替,部分老年人活动中心只挂牌子没有内容或者内容单一,无法满足老年人的体育文化需求^[6]。政府除了要直接增加社区老年体育文化硬件与资金投入,在社区体育文化养老服务发展过程中,软件(即专业人才的服务)投入显得更加重要。另外,政府在发展社区体育文化养老的过程中还应该发挥宏观调控职能,通过相关政策指引社区体育文化养老的发展方向,政府有关部门要积极探索社区体育养老服务业的体

制、机制创新,适应社会主义市场经济发展要求,探索运用公建民营、民办公助、政府补贴、购买服务等多元化资金投入和经营运作方式兴办养老服务业。动员社会力量,逐步建立和完善社区体育文化服务体系,切实解决老人的问题^[7]。从而使社区体育文化养老服务事业得到稳步推进。社区体育文化养老服务不是单纯的建立老年人活动之家或活动中心就能一劳永逸,应该建立社区老年人体育文化养老服务体系,使社区体育文化养老从政策到供给,甚至法律等各个方面都得到保障。

(2)走市场化道路,让社会组织参与社区体育文化养老服务之中。走市场化道路可以使社区体育文化养老服务充满生机和活力,可以为老年人提供不同类型的体育文化养老服务,满足老年人的不同需求。走市场化道路并不是说政府扔下负担、放任自流,而是要利用相关政策来引导,并且加强监管,加以规范。社区体育文化养老最主要的特点及优势就是老年人不脱离家庭,仍和家人保持联系,甚至有家庭成员的陪伴。而社区体育文化养老首先要有场所、服务人员及资金的支持,当前困扰社区体育文化养老的也就在于此,是制约社区体育文化养老的瓶颈。政府能力的有限性使社区体育文化养老不能仅靠政府的投入,引入市场机制显得十分必要^[8]。社区养老文化服务站分为公益、盈利及公益与盈利兼顾3种类型。社区体育文化养老首先可以纳入到社区文化养老的内容之中,其次,同样要把社区体育文化养老采用公益、盈利及公益与盈利3种模式来运行^[9]。总的来说,无论哪种社区体育文化养老服务站都应从本地区经济条件、文化传统以及老年人的实际需要出发,运用市场机制,调动各方面积极性使社区体育文化养老事业发展起来。

2)社区。

(1)社区构建体育文化养老服务体系。要使社区内的老年人真正获得就近、便利、丰富而优质的老年人体育文化服务,社区应该肩负更多责任,当然作为最基层的政府机构,这也是社区的职责和义务。体育文化养老服务是社区文化养老服务事业的重要内容。在社区中建立体育文化养老服务站,可以就近为社区老年居民提供日常的体质测试、健康咨询评价、体育组织与指导、运动处方、体育娱乐等服务,可以与医疗卫生服务结合在一起,让社区体育文化养老内容更符合老年群体的需要。另外,作为基层的政府机构,还要发挥“代言”功能。社区最了解本区域老年人的需要,也应该成为本社区居民“代言人”,积极向上一级政府机构反映社区居民的诉求,提出合理化建议,努力推进构建社区体育文化养老服务体系。

(2)发挥社团组织作用,开展各类体育文化活动。

由于老年群体普遍存在体育知识和体育技能缺乏,所以可以采取“以学为主,学乐结合”的形式,根据老年人的原有体育兴趣特长爱好,以养心为目标,始终围绕着老年人的精神慰藉、快乐与健康需求来设计各种体育文化娱乐活动的形式及体育文化养老服务内容^[10]。发挥社区协会与社团组织的作用,积极引导社区老年居民开展如健身走、太极拳、广场舞等有益身心的体育文化活动,让社区老年人在各种体育活动中陶冶情操、增强体质、促进健康、充实生活、增进社区居民之间的感情。还可通过搭建“社区文化体育大舞台”展示老年人的特长,使他们的社区归属感更为强烈。逐渐培育社区老年人体育文化娱乐的兴趣,寓乐于养,提升社区养老质量。在这个提升过程中,老年体育文化养老产业必然兴起和发展,老年体育文化养老产品必然越来越丰富。在参与体育文化娱乐和体育知识与技能的学习中养老,社区老年人必然会更加健康和快乐。老年人应该放弃原有上了年纪的观念,积极参加适合自己的社区体育协会与社团。

3)社区体育文化养老服务者。社区体育文化养老服务者对“社区体育文化养老”事业起到重要的引导、组织及推动作用。“社区体育文化养老”要具有较强事业心及责任感,乐于学习和奉献、工作认真仔细、脚踏实地的社区体育文化养老工作队伍。能够不断提升自身的综合素质,以“社区体育文化养老”为中心不断加强业务培训,通过学习相关社区体育文化养老专业知识,掌握各种适合老年人的体育专业技能,提高组织与协调、体育知识和技能教学与沟通等基本能力,通过与老年人的交流,增强之间的情感,帮助老年人培养“体育文化养老”的认识与兴趣,陶冶情操,实现社区体育文化养老服务的“零距离”,让老年人在轻松愉悦与舒服的环境和氛围中使身体保持健康、精神生活得到充实和升华,使老年人确实感受到社区体育文化养老的好处,进而把社区体育文化养老服务站点当作自己的家。另外,社区体育文化老年服务人员还要牢固树立“体育文化养老”的新理念,不要把体育文化养老当作纯粹的体育知识和技能的传授,要深刻理解它的内涵和外延,树立服务观念,从细节做起,深化体育文化养老服务内涵。组织老年人开展适合他们自身特点的各类体育文化兴趣小组等活动,增强文化体育活动的健身娱乐型、知识性与趣味性,不断拓宽“社区体育文化养老”的渠道与载体。积极组

织志愿者服务,志愿者是“社区体育文化养老”的重要补充力量,其可以在人们之间形成良好的养老氛围及社会和谐的气氛,并且代代相传。

任何人不论你愿意或不愿意都要步入老年,所以,养老问题是任何社会的重大问题,其关系到我们每一个人的福祉。以体育文化为载体,加强社区体育文化养老服务,符合时代的发展以及人的内在要求,是适应我国人口老龄化发展的客观要求,是建立和完善的社会养老保障体系的重要因素,更是提高社区老年人生活质量以及加强社会主义精神文明建设的现实需求。社区体育文化养老方式是家庭养老的延伸,也是社会养老的一种变通,使老年人离开家庭而又不完全离开,进入社会而又不会感觉陌生。可以充分发挥两种养老方式的长处。节约了国家的资源,又方便了老人和家属,同时还满足了社区老年人“老有所养、老有所乐”的需求。因此,社区体育文化养老服务将成为我国养老服务的重要方式。

参考文献:

- [1] 黄佳豪. 文化养老:养老保障体系建设的新视角[J]. 中共贵州省委党校学报, 2011(2): 114-116.
- [2] 苏永刚. 中国人口老龄化问题与健康养老模式分析[J]. 山东社会科学, 2013(4): 42-46.
- [3] 陈同先, 钟小燕. 中国传统文化对世界体育文化的补偿价值探析[J]. 体育与科学, 2011, 32(4): 89-93.
- [4] 杨文轩. 体育文化在人的文化转型中的作用[J]. 体育文化导刊, 2006(6): 22-24.
- [5] 陈伟. 社区居家养老模式中日间照顾中心服务体系的构建[J]. 河海大学学报: 哲学社会科学版, 2010(3): 45-51.
- [6] 唐晓英, 东波. 社区文化养老方式的实施路径探析[J]. 西北农林科技大学学报: 社会科学版, 2011, 11(3): 63-65.
- [7] 加快发展养老服务业让老年人过上美好幸福的晚年生活[N/OL]. http://news.xinhuanet.com/2013-10/3/1c_117694517.htm, 2013-10-13.
- [8] 胡晓明. 国家形象[M]. 北京: 人民出版社, 2011: 124.
- [9] 崔张丽. 关于我国社区养老的问题与对策研究[J]. 管理世界, 2009(7): 178-181.
- [10] 唐晓英. 传统文化视阈下我国社区文化养老方式探究[J]. 西北工业大学学报, 2011, 31(2): 43-46.