



关爱老人,精神赡养同样重要

□本报记者 李科学

因为父亲的“偏执”,清明假期,市民王磊和父亲又大吵了一架。“我真是忍不住了,他年纪越大越固执,现在到了偏执的地步。”4月5日上午,王磊叹着气说。

《论语》中说,“六十耳顺”,60岁的老人通常对俗事已经看开,遇事镇定自若,波澜不惊,但也有一些老年人退休后,在儿女眼里性格变得越来越偏执,不听劝言。4月6日上午,平顶山学院医学院副教授、国家二级心理咨询师刘志平说,儿女要关注老人背后的需求,再根据实际情况进行引导。



A 同事去世成心病 囤积保健品

王磊的父亲今年72岁,和老伴儿住在市区矿工路东段。自从几年前退休后,不时听到亲友去世的消息,让老王心里很是添堵;个别老同事刚退休,就患病去世,更让他觉得世事无常,越来越害怕死亡;身体有一点不舒服就怀疑自己得了不治之症。慢慢地,他开始频频往家里带保健品的宣传广告,一些

推销保健品的杂志也开始定时寄往家中,家里的电视更是长期锁定在购物频道,茶叶、奶粉、胶囊、口服液等,只要沾上“延年益寿”“改善睡眠”等字样,老王必定要买回来试试。

“我们和父母不住在一起,但离得不远,就是想着平时能经常去看看,照顾他们。除了周末必去,平常下班也

会去两三次。”王磊说,可每次到父母家中,都会看到新的快递。客厅半边几乎被保健品占满,像麦绿素片、白藜芦醇胶囊、深海鱼油……有的快递箱连拆都没有拆开。父母都不缺钱,但退休金几乎全花在了买保健品上,保健品大把大把地吃,餐饮却非常俭省,说是老了肠胃不好消化,一碗薄粥一

碟青菜了事。有时,王磊想劝劝父亲,但还没说几句,父亲就敏感起来,大发雷霆。

父亲对生活中的小事也特别在意,王磊为此十分头痛。父亲年轻时虽然也很固执,但并不像现在这样偏执得有点过分。“每次一说他做得不对,他就特别生气,真不知道该怎么办才好。”

B 和保洁阿姨“争抢”儿女很无奈

今年76岁的刘建退休前在单位是个领导,退休后一下子闲了下来,闷得发慌。不知道从什么时候开始,他有了一些让儿女们颇为无奈的怪癖:开始在小区里转悠着翻垃圾桶捡废品;商家搞赠送活动,他为了一些不值钱的气球等小礼品要排上半天队,让家里人十分烦恼:站这么久,身体也吃不消啊。

“我们劝过他好多次,退休了出去转转玩玩多好,非得捡废品干什么呢?”刘建的女儿刘丽说,其实小区里有保洁阿姨,收入不高,平时也会特意把垃圾桶里的废纸箱、塑料瓶等捡出来,卖了补贴家用,自己的废品有时也会直接留给保洁阿姨。没想到父亲一大把年纪,还和保洁阿姨“争抢”。后来,邻居们都知道了这个爱翻垃圾桶的老爷子。

“十来年前我生大宝,有一些推销奶粉或者婴幼儿用品的商家发小广告,装无纺布手提袋里。我不需要,随手把袋子扔到病房的垃圾筐里。没想到我爸来看我,看见垃圾筐里的袋子顿时两眼放光,快步走上去就要捡出来。”刘丽说,“后来我生气了,他才没再捡,但还是恋恋不舍地看了好几眼。”

“他退休工资不低,家里也不缺钱。”刘丽说,但让她头痛的是,多次劝说,老人家依然我行我素。自从疫情发生后,家里人屡次从卫生、安全的角度劝说,父亲终于收敛了一些。但只要形势稍有好转,他还是不时去翻小区里的垃圾桶,“我们也实在是拿他没办法。”

C 老人背后有需求 要精神赡养

“生活中确实有一部分老年人会出现偏执行为。”刘志平说,一些老人年轻时性格就较固执,有说一不二的家长作风,也有些老人生活不顺、历经坎坷,老了会有不平之感,容易性格偏执。不过,有些很理智、大度的老人到了七八十岁忽然性情大变,偏执,行为古怪、偏听偏信等,有“让人不认识”之感,是由于生物学上的衰老导致的,也叫心理衰老,实质上是脑细胞的退化。如果有这样的变化,家人需带老人做个检查,如发现大脑处于萎缩状态,要及时进行干预。

与对老人的物质养老相比,精神赡养问题要复杂得多。刘志平说,老人退

休后环境变化,生活圈子缩小,接受新事物的刺激也在减少,如果能多读书、看报了解外部世界,会较易于接纳新生事物,但如果不继续学习,囿于自己的小圈子里,遇事不变通思考,就会越来越局限,也会越来越极端,在别人眼中成为“固执”“一根筋”的人。“他觉得捡废品能卖钱,实际上可能并不需要这个钱,但认为这是一种节俭,是思维观念的固化。”捡废品和买保健品从本质上来讲,都是老人的一种行为习惯,面对这种固化思维,子女的批评或劝阻实际上是没有用的。

刘志平说,也有部分老人的偏执是由于自满、虚荣心所致。有的老人退休

后失去了原有的社会地位,要用其他方法来维护自己的尊严,就在一些小事上坚持自己的观点和做法。有的老年人思维刻板又极为敏感,别人声音稍大一点,就认为是不尊重他,结果与周围环境越来越格格不入。作为子女,对偏执的老人不能硬碰硬,要多哄,只要不是原则性的问题,不必太过较真。比如收集废瓶子,可能老人觉得有事做,有种成就感。另外,子女需要给老人创造一定的空间,适当给老人一些新鲜事物的刺激,如教老人使用手机了解外部世界,给老人一些适合的大玩具,多动手动脑,都是有积极作用的。

“老年人之所以会变得很固执,多

是由于心理上的寂寞。”刘志平说,有的老人会刻意用一些非常规方式如捡废品等引起子女的关注,和孩子用哭闹的方式引起关注类似。而对于子女来说,不要一味地站在老人的对立面指责、批评,而要站在老人的角度看待问题,多听听老年人的内心需求,分析这种行为背后的原因,找到老人的需求点才能解决问题。子女也要注意说话的艺术,不要正面冲突,站在老人的立场考虑之后进行有效引导,更利于让老人慢慢接受。同时,老年人内心寂寞的排解不仅仅需要儿女尽孝,也需要老人自己努力改变和社会大环境的关怀。

(应被采访者要求,文中部分人物为化名)