

幸福晚年的筹码押在哪儿

《养个“中不溜”的孩子最幸福?》引发的养老话题

编者按

前段时间,本报《调查·观察》周刊以《养个“中不溜”的孩子最幸福?》为题,直击养老痛点,引发广泛热议。

“中不溜”的孩子,工作不好也不坏,收入不高也不低,时间不多也不少,正好陪在父母身边,随叫随到。

然而现实往往复杂得多,具体到每一个面临养老问题的家庭,更是千差万别。

最接近“中不溜”群体的“小镇青年”,似乎在生活与赡养父母上互惠互助,达到了某种平衡;被迫成为“中不溜”的子女,为了父母放弃了在一线城市奋斗的梦想,有着自己的委屈和不甘;生活在一二线城市的子女,可能需要承担金钱和时间的多重负担,进退两难……

在外地的优秀子女,父母一定指望不上吗?留在身边的“中不溜”的子女就一定孝顺吗?已经进入深度老龄社会的邻国日本,是怎样解决养老问题的?本期议事厅邀请面临养老问题的子女、父母、中日养老机构负责人,共同探讨这个问题。

策划·撰稿



刘婧宇 邱冰清 陆华东



扫描二维码,看《养个“中不溜”的孩子最幸福?》原文。



漫画:曹一

民生

养个“中不溜”的孩子最幸福?

深度老龄化加速到来,养老机构养老无优势

▲10月28日本报刊发报道《养个“中不溜”的孩子最幸福?》,引发网友热议。

「养儿防老」观念正在淡化

有一句话,“时间不一定能造就一位伟人,一定会造就一位老人!”苍老是每个人不得不面对的人生问题。

养个“中不溜”的孩子最幸福,根源在于“养儿防老”的传统观念。

“养儿防老、积谷防饥”,在没有健全的社会保障体系作支撑时,老祖宗十分明智地选择多养几个孩子来兜底。直到几十年前,“养儿防老”一直是主流观点。

现代社会,将“幸福”的筹码押在让孩子“中不溜”上,透露出的不只是辛酸、无奈,多少还夹杂着一丝自私的味道。

经历几十年的高速发展,2018年中国老龄科学研究中心与社会学文献出版社共同发布的《老龄蓝皮书》称,中国老年人“养儿防老”观念正在深刻转变。

从父母的角色,有人不再把培养孩子称作“教育投资”,也不再充满高回报的期待,更不会用“孝道”给子女戴上“紧箍”。

从子女的角度,多数人能感念父母的养育之恩,助父母安度晚年;部分人因现实原因,只能保全小家,难得两全;更有极少数人,将年迈父母视为累赘,老人生活没有保障,郁郁寡欢。

父母与子女之间代际关系的变化,导致我国的养老方式最终转向以社会统筹为主,“养儿防老”的观念也将逐渐淡化。

在老年生活中,儿孙绕膝享受天伦之乐的理想固然丰满,但是当面对“骨感”的现实,老年人与其将养老期待寄托在子女身上,还不如将幸福的筹码握在自己手中,靠自己硬朗的身体,靠自己内心的充盈,靠提早做好养老规划,最终才会有相对幸福的晚年。

健康是保证老年人较高生活质量的基础,老年人不仅要长寿,而且要健康,不仅要生存,而且要活得有尊严。

《老龄蓝皮书》的数据显示,我国全民对老年生活准备不足。

只有约三成老年人健康状况较好,近一半老年人从不锻炼。据世卫组织估计,中国近80%的老年人的死亡原因,是饮食风险、高血压、吸烟、空腹血糖升高、空气污染和缺乏锻炼。中国60岁以上老年人的死亡中,超过50%可归因于饮食风险和高血压。

据世卫组织数据:身体缺乏活动是全球第四大死亡风险因素,造成了6%的死亡,全球每年约有320万人因缺乏身体活动而死亡。

加强老年人自我保健知识的学习,提高老年人生活质量,延长老年人健康预期寿命,是值得我们每个人和社会共同努力的目标。

据媒体报道,针对以上目标,我国正努力探索一条普惠式养老之路,通过更好发挥政府和市场的力量,让亿万老年人能享受“买得起、买得到、买得好、买得安”的养老服务。

认识老龄化的基本国情,人人“知老”“尊老”,就能创造一个老年友好型社会,使我们每个人都能从容应对亲人以及自己的衰老。

“莫道桑榆晚,为霞尚满天”,我们每个人都应为日益严峻的老龄化做准备,因为父母做全周期的物质筹码准备,也为自己做“想得清、放得下、看得开”的心理筹码准备,才能真正做到孔子说的“发愤忘食,乐以忘忧,不知老之将至云尔”,从从容容体面地老去。

为了照顾父母选择辞职

李丽 服务业职员

之前为了照顾父母,我找到公司领导,希望能允许我每年请两个年假。明知这个要求有些过分,但我还是厚着脸皮说了。当领导回答不可能,我忍不住哭了——我只能辞职了,然而再找这样一份稳定的工作并不容易。

我们姐妹五人,前几年并没有太大的养老压力。随着年龄增长,爸爸变得特别“黏人”,要求我们每个月轮流和他们住,这样才踏实,而妈妈又不让请保姆。

我们五个女儿一直以来对爸妈照顾得非常仔细,烧饭、打洗脚水,基本什么都做。

老人年纪大了,对死亡的恐惧逐渐变强,对儿女的依赖也与日俱增。老小孩、老小孩,人老了,有时真的像小孩。爸爸对陪伴的要求甚至到了寸步不离的地步。他要求我们晚上也不能离开,担心有突发情况找不到人。

现在小区里一旦有人去世,他就会念叨自己身体不舒服,“闹”着要去医院。之前大姐在照顾父母时,中间回家几次,爸爸就不太高兴。

我们希望父母理解,公司不是自己家的,长时间请假很难。但是老人家特别固执,说多了,他们就沉默,干脆把自己关到房间里。我们建议找保姆,他们又觉得保姆不用心。

虽然相比独生子女家庭,我们姐妹五人养老的负担会轻一点,可五个人就会有五种意见,有时很难统一。因为会开车,我照顾爸妈多一些,时间久了,其他姐妹会觉得我不是惦记着爸妈的房子。这也是后来大家选择轮流照顾的一大原因。

养老不简单,家家有本难念的经。我们最终也只能无奈地选择顺从。为了一年能照顾父母两个月,我只能选择辞职。父母养我们小,我们肯定要养他们老,再大的困难也得克服。

可不可以考虑给独生子女放养老假,独生子女面临的养老压力太严峻了。

——网友“爱突租”

老人不能空巢,儿童不能留守。中年人多想停下脚步歇歇。矛盾中的矛盾,压力大。

——网友“沉香”

不必要求儿女啥都为你做

赵海 退休老人

我80岁了,有两个女儿,一个在身边,一个在北京,都过得挺好。小女儿大学毕业后认识了女婿,两人结婚后一起到北京工作,生活得很不错。

我和老伴退休后,经常到北京小住,顺便帮忙带一带上小学的孙女。尤其是冬天,因为南方没有暖气,我和老伴几乎是在女儿家度过冬天。

后来小女儿随着女婿驻外工作,先后去了美国和欧洲。每到一个新的国家,女儿都不时地接我们到国外过上一段时间,尝尝外国菜,游览异域风光,享受老年生活。待上一段时间再回国。

孩子出色,做父母的不单是自豪。不用为子女的未来生活操心,自己的生活也有了更多的选择,即便我们并不缺钱。

几年前老伴患上了老年痴呆,不再适合长途飞行。但我们老两口的生活依然无忧无虑,只是偶尔有些孤单,好在女儿在身边。前段时间,老伴一不小心腿骨折了,我身体也出了点问题,需要动个小手术。我提出了去北京手术的要求。小女儿觉得没必要折腾到北京,但我坚持要去。

因为老伴骨折,我出院回老家后也需有人照顾,大女儿考虑搬过来照顾我们一段时间。出院前,听见小女儿在病房外给大女儿打电话,“姐,我觉得你没必要搬过去,请个保姆照顾,平时你回家看看。也不能为了老爸爸妈不顾自己家。”

虽能理解,听到的那一刻,还是有点难受。后来我也想开了,总的来说,我和老伴衣食无忧,身体还算康健,孩子们对我们也不错。不必要求儿女啥都为你做到,没有十全十美的子女,更没有十全十美的人生。

都盼孩子有出息,出类拔萃,在一线城市工作。做父母的,早就有了思想准备,身体好时老两口相依为命,相互照顾,身体不方便了,带着退休金进养老院,不给子女添麻烦。生儿育女只是完成社会使命,延续家族,而不指望儿女为自己包办一切。

——网友“心比天大”

别总想把儿女“拴”在身边

郭小迅 康寿老年公寓院长

在外地的优秀子女,只要经常关心,父母也会很幸福,“中不溜”的子女虽然在父母身边,也不见得就孝顺。我们养老院有对老夫妻,有两个孩子,但在国内的孩子一年中几乎不来,而在美国的孩子,一年至少来看父母三四次。

最近,我遇到一个年轻人,母亲老年痴呆非常严重。平时上班,他只能把母亲锁在家里,遇到出差,就把母亲送到姨妈家。他想把母亲送到养老院,但她的退休工资每月才两千多,自己收入也不高,找不到好的养老院。所以说,即便子女在身边,受限于经济条件,养老也没那么简单。

陪伴的方式有很多,不见得非得把儿女“拴”在身边,关键是子女要时刻关心父母,让他们觉得没有被遗忘。即便远在国外,也可以经常打个电话、视频聊天,给老人买两件新衣服,带点小礼物等等。幸福没那么难。

我常对儿子说,如果我将来老年痴呆了,我接受你把我送到养老院,不过还希望你经常来看我,因为我相信,潜意识里我还在牵挂着你,记得你是我的家人。

不管以何种形式养老,重要的是尊重老人的自我选择,有的老人喜欢住在家里,有的老人

可能希望到养老院和不同老人交流,有的老人希望到农村去养老、种菜,还有的老人希望到外地旅游养老等等。

当养老机构养老渐成趋势,送父母到养老机构可以适度减轻子女照护负担。

但将父母送入养老机构后,不能甩手掌柜。不少年轻人以为将父母送至养老院,就万事大吉。因为长期的不关心,一些子女甚至对父母的喜好都不太清楚。而一个被送到幼儿园的孩子所受到的待遇截然相反:每天接送,经常向老师打听孩子情况……

此外,“抱团”养老也是很好的模式。好朋友、好姐妹、一个社团的人,只要志趣相投,都可以抱团养老,大家一起玩,可以缓解心灵空虚,相互扶持,各自的子女轮流来,相互带点需要的东西,“共享”子女陪伴的感觉。

养娃为了自己老了之后有人照顾,我觉得这是种自私的想法,凭什么为了自己的私心要束縛下一代呢?人生在世短短几十年,希望通过下一代人的努力培养出优秀的下一代,让优秀的下一代能够去创造更加美好的社会,推动人类社会的进步。

——网友“雪”

幸福是“一碗热汤”的距离

张蕾 公务员

有了二宝以后,“爸妈在身边真好”的感觉更明显了。

尤其是刚开始坐月子时,家里忙忙碌碌的,很容易就会不小心忽略了大宝。接送孩子上学、照顾孩子吃饭、带孩子出去玩……如果没有爸妈,我想坐月子不会过得如此顺利。

我就是“中不溜”的孩子:大学毕业后回家乡,做一份普通的工作。不是没羡慕过在一二线城市的同学,但是想到自己能经常去看看爸妈,在家里“蹭”口饭,爸妈帮忙带娃,他们有身体不适或任何困难,我们能很快赶到,这种踏实而具体的生活,让我觉得“大城市”是梦想,“小城市”是幸福。

前段时间妈妈腰疼,虽然不是急病,可慢性病更折磨人。有几天,我完成工作后跟领导请个假,抽出半小时陪她去治疗。如果不是因为和父母的距离足够近,我想他们甚至不会告诉你这些事情,子女也无法关注到父母身体状况的点滴细节。

因为在“小城市”生活,我离父母只有两三公里,开车只需几分钟,差不多能算得上是“一碗热汤的距离”。一个星期起码回家两三次,基本天天打电话,缺什么东西,油门一踩就给送过去了。

而当我们比较忙,大宝辅导班结束后没空接孩子,爸妈就替我们接孩子。等我们忙完了,孩子在爸妈家晚饭也吃好了,澡也洗过了。我觉得和父母之间有种完美的平衡。

婆婆也一直在帮忙带孩子,我还曾和爱人开玩笑说,如果公公来了,我们可真算是进入“全面啃老时代”,有四位老人在,什么都不操心。当然,老人的未来我们也承包了。我想,对于类似这样的家庭而言,父母是我们的港湾,我们是父母的依靠。

单凭父母养我们长大这点,孩子不身在哪儿,从事什么工作,都应赡养父母,无论什么代价,都没父母重要。

——网友“无名氏”

我就是这个“中不溜”,时而“啃啃老”,去蹭个饭,让带个娃,一旦老人困难将至,就到我发挥的时候了。

——网友“大力叶”

买房掏空了两代人的积蓄

江磊 央企员工

虽然父母尚未退休,还未直面养老困境,但我也已经开始考虑未来。压力主要来自两方面,金钱和陪伴。

“90后”结婚后,一般的家庭结构都是“421”或“422”,如果双方父母养老金很低,甚至没有养老金,势必存在金钱压力。随着老人年龄增长,身体机能下降,生病的概率随之提高,尤其患上重大疾病后,保姆费用、医疗费用等也会加重经济负担。

陪伴上的压力则视情况而定。一般来说,我们父母这一代“50、60后”,也有自己的生活空间,并不愿意和儿女长期生活在一起,除非是来帮忙带孩子。但是当孙辈长大,不需要接送、做饭时,多数父母会选择回老家,过自己的生活。

这时候,如果父母都身体健康,子女的压力会小很多;如果一方过世,陪伴的压力会骤增,尤其是如果老人坚持自己生活,子女在外地分身乏术,没时间、请不到假等,如果将老人接在身边一起生活,则可能在未来产生一定经济压力。

触手可及的距离,在一二线城市实现起来

在老人开口前将事情做好

内藤贤治 礼爱健康养老有限公司负责人

日本65岁以上人口约占总人口的28.1%,少子老龄化现象凸显。与此同时,日本劳动力人口比例下降,预计到2065年,65岁以上的人口与劳动力人口的比例将会达到1:1.3。劳动力人口的减少导致的财源不足也将成为严重的社会问题。

“介护”是介于“照顾”和“护理”之间的一种服务。20世纪60年代,日本开始构建老年福祉政策。随着需介护老年人数增加,介护时间延长,早期推出的老年人福祉政策已难以应对。

调查显示,自1980年以来,日本老人和子女、孙辈的相处亲密程度发生变化:从“希望和子女一直在一起”,到“偶尔见面就好”“偶尔能说话就好”。

造成这些变化的主要原因,是日本三代同堂的减少、夫妻独立生活和单身人士的增加,以及老人自身家族意识的变化。

1997年,日本制定了专门的养老介护法律,2000年开始实施。为了让老人在自己习惯居住的地方,过自己想过的生活,直到人生终点,日本还建立了居住、医疗、介护、生活支援、介护预防为一体的“全方位照护系统”。

不同状况的老人,所需的介护各不相同,因此介护服务的内容也在不断延展,专业性要求越来越高:不仅要吃饱穿暖,更要重视老人精神生活,从细节处温暖老人。日式介护是“心的服务”,通过专业团队,对老人的身心提供无微不至的关怀与服务,维持并提高老人生活质量。

目前中国与日本都面临老龄化挑战,带着日式介护的理念,礼爱在中国的上海、成都、南通开设了样板机构,在关注当地老人独特生活习惯与养老需求基础上,力图“在对方开口前就将事情做好”。

时常带老人外出买东西、晒晒太阳,举办丰富多彩的活动,谁不喜融入社会的感觉呢?让老人忘掉轮椅、忘掉拐杖,开心起来。

每个人都会老去,所以养老问题真的很大,需要政府集结社会、家庭的力量去解决。

——网友“王红霞”

家门口就有居家养老机构十分重要,老年人既不用离开熟悉的环境,又有人照顾。

——网友“苏紫沫离易倾城”(部分采访对象为化名)