



老年活动 策划与组织

主 编 唐东霞



南京大学出版社



老年活动

策划与组织

主 编	唐东霞	王 允
副 主 编	季媛媛	吴友凤
参编人员	史明宇	王晓梅

南京大学出版社

前言

中国已步入老龄化社会,是世界上老年人口最多的国家。为了确保老年群体的生活质量,我国要响应有尊严的老龄化、丰富多彩的老龄化、健康老龄化、积极老龄化等先进的国际老龄化理念,积极为老年人策划丰富多彩的老年生活,为老年人营造阳光开放的活动环境,开发并培养老年活动策划市场,逐步增加老年人对各类老年活动的体验性、参与性。同时,目前国内的养老院、老年公寓、社区等都越来越重视营造高质量的宜居文化环境,提供全方位的为老服务,满足老年人的多种精神追求,实现老年人的尊严、参与、自我实现等不同层面的需要,因此也迫切需要培养一大批面向老年群体,开展老年活动策划与组织管理的专业人才。这种发展趋势对专门培养未来涉老服务与管理人才的相关院校的专业建设、课程建设、教材建设等人才培养路径提出了优化的要求;也对现有的民政干部、老龄干部、街道(社区)服务中心、公益团体以及各类涉老机构提出了与时俱进的挑战。

作为涉老领域的活动策划、组织和管理,目前在国内尚处在非常低级、单一的水平,没有现成的系统理论,更无理论和实践结合得较好的教材、参考书、指导书。国内所有开设老年服务与管理专业和社会工作(老年方向)的高职院校都亟需一本能体现高职技能水平和理论深度的《老年活动策划与组织》的教材,民政老龄工作系统和各基层、团体都亟需一本前沿性、实用性和操作性兼而有之的《老年活动策划与组织》的指导手册。在这样的需求下,编者组织了开设涉老专业的高职院校的几位颇有为老服务经历的教师共同参与编写了这本书。

本书立足于服务老年人和老年群体,结合老年人生理、心理特点,介绍适合老年人参加的各种活动类型的策划原则、方法、流程,教会活动组织者成功策划和组织各类老年主题活动。既包括融合了社会工作专业性特质的老年活动,又包括了喜闻乐见的群众性老年活动。本书立足于实践性,每章节附有大量的国内外相关活动实践的策划案,力图通过本书的讲解和示例能训练出能撰写各类活动策划方案,能科学合理地独立策划、组织老年活动的专门人才。

本书分理论方法篇和实践操作篇,共五章。第一章由江苏经贸职业技术学院史明宇负责编写,第二章第八节由江苏经贸职业技术学院王晓梅负责编写,第二章第一节至第七节由江苏经贸职业技术学院唐东霞负责编写,第二章第九节、第十节由大连职业技术学院王允负责编写,第四章由应天职业技术学院季媛媛负责编写,第五章由应天职业技术学院季媛媛和江苏经贸职业技术学院唐东霞共同编写,南京银杏树养老连锁机构总院长、创始人吴友凤负责提供企业活动策划实践案例。主编唐东霞、王允,副主编季媛媛、吴友凤。

编 者

2014年9月

目 录

第一篇 理论方法篇

第一章 中国人口老龄化概述.....	3
第一节 我国人口老龄化的趋势.....	3
第二节 人口老龄化所带来的挑战、措施和机遇	5
第二章 老年活动概述.....	9
第一节 活动的概念、类型、特点、作用	9
第二节 我国老年活动的现状和必要性分析	16
第三节 老年活动的发展前景和愿景	20
第三章 老年活动策划与组织的基本模式	24
第一节 活动策划的定义、类型功能和原则.....	24
第二节 活动调研阶段	28
第三节 撰写活动策划方案	44
第四节 主题和地点策划	63
第五节 活动时间和进度管理	76
第六节 组织结构和人员管理	85
第七节 活动宣传策划.....	102
第八节 活动财务管理.....	108
第九节 活动危机管理.....	125
第十节 活动的评估阶段.....	133

第二篇 实务操作篇

第四章 专业性老年活动的实务操作	147
第一节 专业性老年活动策划与组织的原则.....	147
第二节 专业性老年活动的类型和技巧.....	154
第三节 专业性老年活动计划书的示例.....	164
第五章 群众性老年活动的实务操作	187
第一节 群众性老年活动策划与组织的原则.....	187
第二节 群众性老年活动策划与组织的类型和示例.....	190
第三节 群众性老年娱乐活动的类型和示例.....	198

第一篇 理论方法篇

第一节 我国人口老龄化的趋势

2010年第六次全国人口普查结果显示,我国大陆地区60岁及以上人口为177 648 705人,占13.26%,其中65岁及以上人口为118 831 709人,占8.87%。同2000年第五次全国人口普查相比,我国大陆地区0至14岁人口的比重下降6.29个百分点,60岁及以上人口的比重上升2.93个百分点,65岁及以上人口的比重上升1.91个百分点。从以上数据可以看出,我国已经真正成为人口老龄化国家,并且是世界上老年人口最多的国家。目前,我国的人口老龄化呈现出以下几个趋势:

一、老龄化人口绝对数量将越来越庞大

随着生育率的快速下降和平均预期寿命的不断增加,我国老年人口数量规模增长迅猛。不论是以60岁以上还是以65岁以上的人口老龄化为标尺,我国老年人口的绝对数量都是世界上最多的。2000年我国60岁以上老年人口已经达到了1.3亿,65岁及以上老年人口达到8 837万,占世界老年人口的五分之一和亚洲老年人口的二分之一。截至2010年底,全国65岁以上人口11 883万人,占全国总人口的8.87%,比2000年上升了1.91个百分点。预计到2040年人口达到最高峰值时,我国65岁以上老年人口约为3.3亿,接近于1980年全世界老年人口之和。据联合国预测,我国在21世纪上半叶将一直是世界上老年人口最多的国家。因此,正确处理和解决我国人口老龄化的问题,对我国来说至关重要,对整个亚洲和世界来说同样具有举足轻重的现实意义。

二、人口老龄化的速度将越来越快

尽管我国人口老龄化起步和世界平均水平和发达国家比相对较晚,但是

近 20 年来其推进的速度是其他国家所不能比拟的。据我国人口统计资料显示,1953 年我国 65 岁及以上的老年人口比重仅占总人口的 4.41%,是典型的年轻型人口增长模式。到了改革开放之初的 1982 年,我国 65 岁及以上的老年人口比重上升到 4.91%,近 30 年内仅增加了 0.5 个百分点。进入 1990 年,我国人口增长模式已进入了成年型,65 岁及以上的老年人口比重上升到 5.57%,同一时期的少儿人口比重却大幅度减少。进入新世纪以来,人口老龄化的速度在不断加快,其中 65 岁及以上老年人口的比重增加到 8% 以上。通过历年我国老年人口占我国总人口的比重数据来看,我国人口增长模式由成年型进入老年型,前后仅用了 20 年左右。而同样完成这一过程,英国用了 45 年,美国用了 60 年,瑞士用了 85 年,法国则用了 115 年。

三、人口老龄化区域发展越来越不均衡

由于我国各区域存在着人口、社会、经济、文化等方面的明显差异,地区之间、城乡之间人口老龄化的推进速度存在不同程度的差异。按照省份划分,东部社会经济比较发达的地区较早地进入了老年型社会,上海早在 20 世纪 80 年代初就步入了老龄化社会,是我国最早的老年型人口城市。据 2010 年第六次人口普查资料显示,我国浙江省 65 岁及以上的老年人口约为 756 万人,占总人口比例为 13.89%,是我国人口老龄化程度最高的地方;而西藏自治区 65 岁及以上人口仅占总人口的 5.09%,浙江 65 岁及以上人口与西藏相比高出近 9 个百分点,这显示出我国人口老龄化程度地区差异很大。就城乡差异来说,人口老龄化程度农村要高于城市。虽然我国的城市化进程不断加快,但大多数老年人口仍然生活在农村地区。当前我国农村地区缺乏完善的社会保障机制,人口老龄化给农村所带来的问题将更为严峻。人口老龄化的这种不均衡与城乡的社会保障差异、农村家庭保障功能减弱、劳动力跨区流动等因素结合在一起,使得我国人口老龄化面临的挑战更为严峻。

四、经济发展速度将会越来越滞后于人口老龄化速度

经济发展速度滞后于人口老龄化速度,这是我国的人口老龄化发展区别于发达国家的一个重要特点。发达国家的人口老龄化是伴随着工业化、城市化的发展,在经济比较发达的情况下出现的,对于老龄化的承受能力较强。同时老化的速度慢,允许其有一段较长时间的准备和适应。而我国恰恰相反,人口老龄化是在经济发展水平相对落后、综合国力比较弱的情况下突然到来的,这给社会发展带来了很大压力。世界上发达国家 65 岁及以上老年人口比重



达到 7% 时,它们的人均国民生产总值一般在 10 000 美元以上,而我国在进入人口老年型国家时仅有 1 000 美元左右,即发达国家一般是“先富后老”,而我国则是“未富先老”。

五、人口高龄化趋势将越来越明显

伴随着人口老龄化进程的推进,老年人口的自身老化程度也在加深。按照人口学对老年人口的划分及认定,60 至 69 岁为低龄老年人口,70 至 79 岁为中老年老年人口,80 岁以上为高龄老年人口。2000 年,我国人口中 80 岁及以上人口共有 1 200 万人,2010 年达到 1 800 万人。根据预测,我国 80 岁以上高龄老年人每年将以 5.4% 左右的速度继续增长,高龄老年人占我国全部老年人的比重由 2000 年的 9.2% 上升至 2010 年的 10.9%,到 2050 年我国 80 岁以上高龄老年人口规模有可能超过一个亿,约占 60 岁以上老年人口的 22% 左右。老年人口高龄化是伴随人口老龄化进程的另一个重要趋势,老年人口中的高龄老年人所占的比重将会逐步提高。

第二节 人口老龄化所带来的挑战、措施和机遇

一、人口老龄化所带来的挑战

人口老龄化正在成为一个全球性问题。自 20 世纪以来,世界人口中老年人口所占比例不断增长,全球 60 岁及以上人口占总人口比率从 1950 年的 8% 增长到 2000 年的 10%,预测到 2050 年将达到 21%。1998 年,较发达国家内已经发生了年轻和老年人口相对比例的历史性扭转。预计到 2050 年,世界范围内老年人口数将超过年轻人口数目。很多研究机构和专家疾呼,持续不断的人口老龄化是人类前所未有的现象和挑战。从整体社会经济角度看,老龄化与劳动力市场、资本市场、政府养老金、服务以及传统的支助系统等相互作用。高比例的老龄人口因为缩小的消费和储蓄会间接影响经济的发展;老龄化趋势会使进入劳动年龄的人口比重下降,导致劳动力供给的缩减以及劳动生产率的下降;老年人口数量的增加,对养老金、退休金、医疗保障的需求扩大,引起老年退休金、养老金、医疗卫生、老年福利设施和老年服务等国家支出上升,意味着政府消费基金的增加。从家庭角度,老龄人口的增加对代际沟通、老年人的赡养方式产生新的挑战;从个体福祉角度,如何让 60 岁以后仍享有健康、

快乐,富有意义和价值的人生,如何让老年个体享有平等参与社会经济权利,并继续对社会经济的发展做出贡献都是老龄化社会面临的机遇和挑战。

西方发达国家是在工业化完成后才进入老龄化,漫长的过渡时期使社会积累了足够的财富来应对老龄化问题。作为发展中国家,我国则是在人均收入较低、社会保障体系尚未完善、养老保险基金较少的情况下就进入到了老龄化社会,社会还没有积累足够的财富来应对快速到来的老龄化带来的社会和经济压力;另外,计划生育政策带来的子女数目锐减、家庭小型化趋势打破了中国传统的老人依靠子女赡养的养老模式。2004年4月,美国战略与国际问题研究中心(center for strategic and International Studies, CSIS)公布过一份名为《银发中国:中国养老政策的人口和经济分析》(the Graying of the Middle Kingdom)的报告,分析了中国未来的人口转型、经济和社会发展的潜在问题,提出“未来数十年内将有数千万的中国人步入老年,由于养老金不足和缺乏足够的家庭支持,中国人口的老龄化将会引入一个经济增速放缓、社会压力上升的新时代”。

例如在中国上海这样的大城市,老龄化问题所带来的挑战更是迫在眉睫。上海是全国最早进入人口老龄化的城市。2008年,上海市户籍人口60岁及以上的老龄人口为300.57万人,占户籍人口21.61%;2009年,上述两项数字分别为315.7万和22.5%。预计到2020年全市户籍人口中60岁及以上老年人口的比例将超过34%。目前,上海市独生子女数量占全市户籍人口总数的22.3%(全国相应比率为6.85%),全市独生子女父母610万左右,占户籍人口总数的44.59%。此外,随着生活方式变化和经济条件改善,目前上海成年子女与父母分居的比例不断增加,空巢老龄家庭不断增多,据统计上海纯老年家庭户的老年人有80多万,其中独居老人20多万。

二、人口老龄化所带来的机遇

联合国的老龄化议题指出,老龄化带来的最终结果还不知道,但是机遇和挑战并存。当社会经济结构开始调整自己以适应和应对老龄化现象时,就产生了挑战。而机遇就在于社会各团体从所有老年人以及他们的贡献中得到的巨大资源。联合国《2000年世界老龄形势前沿》报告中指出,“当务之急是社会各阶层必须抓住机遇,从观念上对老龄化公民的能力极限和所能创造的非凡价值的潜力进行重新认识,使该人群为社会福利做出最大的贡献。”2002年,联合国第二届老龄大会提出了“独立、参与、照料、自我实现、尊严”的老年工作原则,提出了“老年人的潜力是未来发展的强有力的基础”。中国《老年人

权益保护法》也提出了“老有所养、老有所医、老有所教、老有所学、老有所为、老有所乐”的老年人权利保障目标。

全球性的老龄化挑战呼唤创新性和革命性的思维,新思维将为制定和实施政策提供更为坚固的基础。在老龄世界,新思维要求我们把老龄化看作是终身的、全社会的现象,而不仅仅是专属老年人的现象。因此,针对老年人群的研究不仅可以帮助我们完整了解包括成年晚期在内的个体毕生历程的发展和变化,而且能为相关政策的制定提供依据和建议,尽可能地满足社会逐渐增大的老年群体的生活和发展需求,为社会的发展与和谐做出贡献。

三、应对人口老龄化的策略和措施

作为全球化课题,“如何应对老龄化?”被广泛讨论。世界卫生组织先后提出了健康老龄化和积极老龄化的观点。

(一) 健康老龄化

“健康老龄化”是1990年第40届世界卫生组织哥本哈根会议提出的解决人口老龄化问题的观点。该观点主旨是“在人口老龄化社会中,如果绝大多数老年人处于生理、心理和社会适应的健康状态,那么社会发展就不会受到过度的人口老龄化的影响”。在这里,健康是个整合概念,具体内涵包括:(1)老年人个体健康。这是指老年人拥有健康的体魄、健康的心理状态以及能够随着社会的发展而自我调节的良好社会适应能力。(2)老年群体的整体健康。这是指老年群体具有普遍的健康意识、整体健康预期寿命延长,与社会融合程度良好,具有整体协调性。(3)老年人家庭健康。这是指老年家庭关系和睦,家庭代际关系和谐,老年婚姻自由,夫妻感情融洽,能够得到来自家人的心理支持和生活照料,老年人的生活满意度和幸福感比较高。(4)老年人经济健康。这是指老年人拥有稳定的生活来源,包括养老金或者其他收入,能够满足基本的生活需要,老年社会保障和社会辅助系统完备,老年人无须为养老而担忧和烦恼。(5)社会环境健康。这是指整个社会在发展中已形成健康的生活方式和健康的社会经济机制,不仅拥有充分的社会财富和资源,更建立了利益兼容的社会分配方式,使社会中的各个年龄群体保持和谐,从而使健康成为可能。

(二) 积极老龄化

世界卫生组织1996年的《健康与老龄化宣言》中,提出了积极老龄化的观点。积极老龄化观点主要强调老龄人口要积极参与到社会中去,要努力创造条件让老年人回归社会,让老人有充分的机会参与所在社会的经济、社会、文

化和政治生活,充分发挥其技能、经验和智慧。这不仅是人道主义地对老年人的尊重,更是社会发展的内在需要。2002 年联合国第二届世界老龄大会将“积极老龄化”作为应对 21 世纪人口老龄化的政策框架,强调要以尊重老年人的人权为前提,以“独立、尊严、照料和自我实现”为原则,承认人们在年龄增长的过程中,在生活的各个方面都享有机会平等的权利,建立“一个不分年龄,人人共享的社会”,强调“老年人是过去、现在和未来的中介,老年人的技能、经验和资源是一个成熟的、充分融合的、高尚的社会发展的宝贵财富”。

第一节 活动的概念、类型、特点、作用

一、与活动相关的概念

(一) 活动的概念

《心理学大辞典》(林崇德,2004)中对活动(activity)的定义如下:①有机体的部分或者整个身体的运动。②个体具有明确目的并完成一定社会职能的完整动机系统。具有目的性、对象性和社会性等特征。它总是要实现一定的目的,并受这种完整的目的和动机系统制约。游戏、学习和劳动是活动的三种基本形式。《普通心理学》(叶奕乾,何存道,梁宁建,2004)一书中认为,活动是由有共同的目的联合起来并完成一定的社会职能的动作系统。与活动相近的概念有运动和动作。运动是人体的运动机能,动作是具有一定的动机和目的,并指向一定对象的运动。和动作受单一目的制约相比,活动则受到相对完整的目的和动机系统制约。

活动概念具有悠久历史。黑格尔哲学中,强调活动对于人类的重要性。他认为类似人类形式的活动最初是从动物满足生理需要的活动转化过来的,而人开始间接地通过生产产品来满足需要,其目的不是为了自己而是为了别人,“我行动着不是本能地为了我,我行动着是为了一个观点,一个非生物学的观点”。1922年,鲁宾斯坦提出了“将人类活动作为心理分析的基本单元”的思想,将属于哲学范畴的“活动”概念引用到心理学中。后经维果斯基、列昂节夫等人的研究而逐步丰富,形成了活动理论(activity theory)。活动理论是以“活动”为逻辑起点和中心范畴来研究和解释人的心理发生发展问题的心理学理论。

第一代活动理论创始人维果斯基提出了中介思想,之后的活动理论都是以此为基础的。维果斯基的理论在人类和个体心理机能发生和发展层面上,

将人类的活动看作意识的创造者。根据维果斯基的主张,应该把人的行为和思想看作有目的、有文化意义的活动,而不是适应性的生物反应。维果斯基建议在心理过程的分类中必须包括活动的外在形式以及感知、注意和记忆等过程的文化形式。维果斯基的学生列昂节夫虽然后来被认为在很多理论概念上都简化甚至扭曲了维果斯基的思想主旨,但他开展了大量心理学实验,扩展了活动理论的框架,并在1975年的《活动·意识·个性》中系统阐述了活动理论。列昂节夫认为人类心理是在活动中形成和发展起来的。他提出了活动的层次结构,即活动的三个水平模式:活动、行为和操作。第一,目的性层次:活动(activity),是客体导向的,要实现一定的目标,驱动活动的动力是主体的动机(motive)。第二,功能性层次:行为(action),是活动的基本组成部分,要实现活动并最后满足动机,行为往往是目标(goal)为导向的。第三,常规性层次:操作(operation),是指一定条件(condition)下的操作,行为是靠一系列的操作完成的,这些操作是无意识的、自动化的,且依赖于一定的条件。所有的操作最初都是活动,需要有意识地努力,随着实践和内化的进行,越来越自动化。活动分解成行为,并最终分解成操作。

另一个强调活动作用的理论是皮亚杰的发生认识论。在发生认识论中,活动是指主体在与客体发生作用、认识和把握客体时,主体内部和外部的动作,也即主体所做出的物理的、生理的和心理的活动。认识在这些活动的基础上形成、发展。和维果斯基一样,皮亚杰也强调活动的中介和建构意义。在他看来,知识既不是客观的东西,也不是主观的东西,而是个体在与环境交互作用的过程中逐渐建构的结果。主客体在儿童最早时期并没有分化,要在主客体的分化和联系中区分主体和客体,就必须寻找这样一种东西作为认识结构的起源:它既能作为主客体相联系的中介,从而包含着主体和客体;又可以是主客体分化的原因,从而使认识成为可能。这种东西只能是人的活动。活动作为身体本身和外界事物之间的接触点,是主体与客体之间最初的中介物,在某种意义上,活动本身就等同于主客体之间的相互作用。因此,活动意味着:在适应外物中,主体组织着自身;在组织自身中,主体构造着外物。

上述两个理论流派阐明了活动在人类心理意识的发生、发展过程中的重要性,指出了个体在活动和环境相互作用过程中组织着自身,构造着外物。活动(activity)即为了达到某种目的而采取的集体行动。活动的范围很广,如一次班级聚会、一次野外旅游、一次展览会、一次比赛等等。

（二）日常活动的概念

列昂节夫提出,学龄前儿童主导活动是游戏,学龄期主导活动是学习,成人期主导活动是劳动。除了相对抽象化的主导活动,在社会经济和成人发展研究中,还有一个重要的活动概念:日常活动。尤其近年来,随着成人发展过程和心理学研究越来越强调情境作用和生态效度,以日常生活为背景的能力和影响因素的研究愈加受到重视。对成年晚期个体来说,保持日常问题解决能力,摆脱对独立性丧失的恐惧更是生存的核心内容。因此,以日常生活为情境的实践智力和日常问题解决能力的研究日益重要。日常活动,看似是每个人每天都在进行的,但是研究起来却非常复杂。因为人的发展多样性和环境特异性等多种因素的影响,可以选择的活动类型丰富多彩,不胜枚举。目前研究领域内对于日常活动并没有内涵明确和边界清晰的操作定义。关于活动的分类、界定以及抽样等研究方法上的差异导致了活动研究领域结果纷呈的状态。在不同研究中,研究者划分的活动类别往往不同。

对日常活动的关注最初来源于老年人临床鉴别和诊断性研究。在临床领域,用日常活动量表和工具性日常生活量表来决定一个人是否能生活自理,是否需要有人护理。后来研究者越来越关注正常和成功老龄化人群的活动领域,研究老年个体在时间和空间限制下,将时间和精力投入到什么活动领域及活动的效用。日常活动的概念可以为研究者提供老年人生活的整体图景。除此以外,对老年人日常活动的了解还有两个重要作用:一方面,通过活动,可以了解老年人的目标和动机。活动往往和目标相关,通过日常活动,可以了解老年人将时间和精力投入到哪些活动中,从而了解他们正在追求或维持的生活目标;另一方面,活动也总是受到社会期望、社会规范等的影响,具有社会属性和维度。外部环境中的限制和机会会影响一个人如何选择活动去建构他们的日常生活,因此,活动也反映了情境因素提供的机会和限制。可以这么说,日常活动就是在一定的生理和社会条件下,特定时间和特定地点内的个体行为模式。日常活动不仅可以为研究者提供个体日常生活的内容和结构,让我们了解个体内部和外部的机遇和限制,同时,在方法论上,日常活动研究也展示了自然状态下的活动方式。

（三）老年活动的概念

我们认为,所谓老年活动,是指针对老年人的心理、生理特点,在老年工作者的协助、辅导下,通过一定范围的团体、社区、组织等开展的语言交流、肢体活动、兴趣活动、文娱活动、公益活动、大型组织活动等各类活动,以满足老年