

學 林 出 版 社



老年心理 探索文集

LAONIANXINLITANSUOWENJI

朱庆淮 著 ZHUQINGHUAIZHU

老年心理探索文集

朱庆淮 著

学林出版社

(沪)新登字 133 号

特约编辑: 晏 理

封面设计: 钱丽明

老年心理探索文集

朱庆淮 著

学林出版社出版

上海文庙路 120 号

新华书店上海发行所发行

江苏丹阳市新华印刷厂印刷

江苏省句容县排印厂排版

开本 787×1092 1/32 印张 3.25 字数 65,000

1992 年 6 月第 1 版 1992 年 6 月第 1 次印刷 印数 1—2,000 册

ISBN 7-80510-715-7/B·29

定价 2.20 元

序 一

当今，单纯的生物医学模式正向生物—心理—社会医学模式转化。心(心理)身(躯体)统一观已举世公认。

朱庆淮同志老当益壮，笔耕不止，有系统著述问世，难能可贵。这符合新的医学模式的要求、有助于老年人健康长寿。

张雨林

1990年4月5日

※ 张雨林系中国老年学衰老生物学分会常务理事，中国老年学学会会刊《老年学杂志》编委会副主编，《国外医学·护理学分册》编委会编委，中国老年学会抗衰老科学技术学会副理事长，吉林省康复学会副秘书长，吉林省干部疗养院副主任医师。

序 二

在这里，我愿意向老年人和热心于老年工作的同志们推荐《老年心理探索文集》一书。本书作者朱庆淮同志是老年工作的拓荒者，他勤奋好学、勇于探索、以极大的热情和满腔的爱心撰写了这本老龄问题专著。

当今，老龄问题是我国社会生活的一个热点。将近一亿老年人的生活、心理、医疗保健等一系列社会问题急待研究和解决。本书从一个侧面就老年人的心理特征、情绪变化、兴趣爱好、家庭模式、情感沟通、健身之道及老干部的历史奉献等问题，进行了深入浅出的论述。本书许多论点有独到之处，可供广大老年人和老龄工作者借鉴。

刘汴生

1990年5月10日

※ 刘汴生系中华医学会老年医学会常务委员、全国微量元素与健康研究会常委、《国外医学》老年医学分册编委、湖北省梨园医院院长，主任医师。

序 三

当代,人口老化(老龄化)已是国际性和我国的现实社会问题之一。我国现有老年人九千多万,其中离退休职工 2120 万。预计到 2030 年离退休职工将达一亿以上。离退休职工有长期的工作经验,他们的奉献,对于促进社会政治经济的发展,具有重大意义。然而,很多人进入 60 岁以后身体机能衰退较快,甚至出现体质急剧下降的状况。除环境、营养与疾病等因素外,大量研究实例证明:生理失调和心理失衡,是加剧衰老的重要因素。

朱庆淮同志,长于观察研究。他从老年人的生理变化、心理特征和兴趣着眼,探讨老龄带来的一系列问题,研究老年人心态平衡及调控艺术,这无疑是一条富有创见的思路。

愿朱庆淮同志以十年辛勤耕耘之结晶,为老年学的研究和老龄问题的探讨,为创建老年人美满幸福的生活方式,为老年人的愉快长寿,发挥应有作用,继续不懈努力。

孔祥瑞

1990 年 4 月 1 日

※ 孔祥瑞系中国微量元素与健康研究会理事长、全国衰老研究会理事、中国矿岩学会地球化学委员会委员、上海第二医科大学微量元素研究室主任,副研究员。

序 四

朱庆淮同志是我们金陵老年教育学会会员。最近，我读了他的几篇文章后，不仅被文章内容吸引住了，而且他为人民服务 and 为老龄事业奉献的精神面貌，也呈现在我面前。朱庆淮同志在从事老干部工作中，热心于老龄科学和老年教育的研究，他勤于业，苦于学，敏于思。他的文章有个明显的特点，就是来自实践。因是来自实践，就觉得亲切、扎实、有理。他把点点滴滴的工作经验，积累起来，思考提炼，上升为理论，再以此去指导行动，这是很可贵的精神。

老龄工作在我国还是一个新的领域，有的人觉得乏味，有的人感到畏难。如果有朱庆淮同志这种不懈精神，我想，对老龄工作就觉得很有意义了，克服困难的信心也大了。希望有更多从事老龄工作的同志，参加到我们的行列中来，开展老年理论研究工作。

罗炳权

1990年3月

※ 罗炳权系中国老年大学协会理事、《老年教育》社务委员会委员、金陵老年教育学会会长、金陵老年大学常务副校长。

序 五

人生是短暂的,又是漫长的,从襁褓到坟墓,有着一条条荒凉的路,坎坷的路,曲折的路,光明的路……。怎样选择一条坦直、明亮的路,怎样用自己的生命之光照亮后人的路,用自己的脚步为别人辗出新路,是人生的重大课题……。在人生历程中,朱庆淮同志为老年事业砥砺进取,顽强拚搏,无疑为老年事业的建设和发展,起到了推波助澜的作用。

张韬玉

1992年1月9日

※张韬玉系中华老年医学专业委员会委员、北方老年医学研究会协作委员会副秘书长、黑龙江省老年医学研究所所长,副主任医师。

老當益壯
老令既為

江渭清
書

江渭清，原中共江蘇省書記，現為中共中央顧問委員會委員。

春驚到死休。力盡人亡。
期頭兒不休。一息尚存。仍努
力。醫作青。年。好。把。晴。

在蘇北五十年。新學。以。祝。
慶。清。明。日。新。學。以。祝。同。心。祝。
書。出。版。日。新。學。以。祝。同。心。祝。

汪冰石，原江苏省副省长、南京市委书记。现为中共江苏省委顾问委员会委员。

马性奔驰

奋蹄耕耘

继续奉献

与人同乐

何冰皓

何冰皓，原江苏省人大常委会副主任，现为江苏省老龄问题委员会主任，金陵老年大学校长。

目 录

序一·····	张雨林
序二·····	刘汴生
序三·····	孔祥瑞
序四·····	罗炳权
序五·····	张韬玉
老龄化趋势思考·····	1
老干部的心理特征与社会适应措施·····	8
老年人的社会角色改变·····	14
老年人的心理兴奋点与敏感点·····	20
老年人的兴趣倾向与组合·····	26
老年人的文艺心理·····	33
老年人生与二度青春·····	39
老干部的历史奉献及其离退休后的自身价值·····	46
老干部工作的“二三四五”基本结构层次·····	53
老年人的理想家庭结构模式·····	58
老年人的特殊需求与大学教育·····	63
老年夫妻与家庭沟通·····	67
健康长寿与衰老死亡·····	79
参加国际老年学学术研讨会的启示·····	85
我的探索之路(代后记)·····	89

老龄化趋势思考

在涉及到老年人的问题中，有一个“百分之十”的概念。国际上一般认为，60岁以上者，为老年人；老年人超过总人口10%或者65岁以上老年人超过7%的地区或国家，即进入老年型国家或地区；老年人口在总人口中的比重日益增长的趋势，称为人口老龄化；人口老龄化以及由此带来的老年人的特殊需要问题和一系列经济、社会问题，称为老龄问题。

1987年4月，在上海举行的全国老龄工作经验交流会透露：江苏省60岁以上老年人口已达到641万人，占江苏总人口的10.16%，名列全国之首，率先成为老年型地区。南京等七市也步入了老年型城市的行列。

在人口问题上，由于我国解放后的人口再生产类型从解放前的高出生、高死亡、低增长转变成了高出生、低死亡、高增长，加之，五十年代理论宣传上的片面性和政策上的失误，我国老年人口大幅度增加。据统计：全国老年人口，现已达一亿。到本世纪末，将达到11%。到2040年，全国老年人口将达20.9%，平均不到五人中就有一个老年人。

这种老人日趋增加的形势给我们哪些启示呢？联想到了三个方面的论点，愿与读者共同探讨。

一、关于预见决策的后效性

根据客观规律正确判断事物未来的发展和变化，并据此做出决策，可称为预见决策。人们通常讲的“有先见之明”，即有预见性的涵义。预见决策不能立见成效，它只能在决策之后相当长的时间内才能见效果，这就是它的后效性。

预见决策的后效性，有正效和负效之分。如果人们运用辩证唯物主义认识论和反映论的观点，去判断事物的发展，去预测事物的未来，就能准确地描绘出客观世界的发展蓝图，就会给社会带来正效果；反之，不仅不能反映客观世界的真实面貌和内容，而且必然导致错误判断，给社会带来损害，造成负效果。比如，人口政策的后效反映就需要很长时间才能显现，这是因为人口再生产具有物理惯性的特点。它表现为：要降低人口出生率，即使从某一年起，开始刹住“生育列车”，但人口仍会继续增长，若干年后才能停下来；反之，要提高人口出生率，即使从某一年起，开始采取多生措施，但人口仍会继续下降，若干年后才能增加。这种现象，反映了预见决策的后效特点。五十年代，由于人口理论的片面宣传和人口政策的严重失误，导致以后的人口失控，便是负效果的反映。相反，如果我们在那场人口大论战中，采纳了马寅初先生《新人口论》中“提高人口质量，控制人口数量”的建议，我国当今的经济形势、人民生活和教育事业等，定比现在好得多。

预见决策的后效性，不仅应体现到国家大事、重大决策和宏观设想中，而且也应体现到企事业单位、中小决策和短期规划里，并力求得到正效反映。当一个预见决策做出后，随着时

间的推移,还可能出现正效、负效同时反映。

预见决策具有后效性的特点提醒人们:客观规律是无情的,谁违背了它,就必然导致负效果反应;谁尊重了它,用发展的观点去思考和明晰,就必然能够导致正效果反应。

二、老年理论的迫切性

理论,是系统化了的理性认识。任何工作,如果只停留在感性认识阶段,就只能解决现象问题,只有上升到了理性认识,才解决本质问题。

老年理论,是指对老年问题和老年工作的综合系统研究而获得的理性认识。准确地讲即老年学。

老年学,是有关老年问题的新兴边缘科学。有的学者称其为“朝阳科学”。它包括老年生物学、老年医学、老年心理学、老年社会学以及老年心理生理学、老年心理生物学、老年卫生学、老年社会心理学、老年变态心理学和老年精神病学等。目前,这些有关老年的理论研究得很少,但却非常急需,我认为其原因有五个方面:

一是人口老龄化的需要。据统计,我国人均寿命已由解放前的 35 岁提高到 1981 年的 67.88 岁。江苏省的人均寿命已达到 72.84 岁,高于发达国家水平。这是人口趋向衰老的因素之一。加之,我国正采取措施从人口的高出生、低死亡、高增长向低出生、低死亡、低增长过渡,这种“三低”趋势久而久之就必然形成人口老龄化。人口老龄化会带来许多社会问题,如老年人在保健、营养、住房、环境、退休金、疾病、医疗、教育、家庭关系、社会救济、社会福利等方面某些特殊需要;

对社会的生产、消费、储蓄、物质分配、投资、服务设施、城乡规划等方面造成的影响；与经济发展的关系；老年人在社会生活中的地位、作用问题；以及有关方针政策等社会经济问题。这些问题急需老年理论予以解答，并探索解决的方法。

二是老龄社会组织的需要。按照马克思主义的观点，社会是人们相互交往的产物。“社会组织”，是较家庭更为复杂的社会群体，是人们为了合理、有效地达到自己的目标，有计划、有组织、有领导地建立起来的一种社会机构。如党、群组织，工厂、商店、机关、学校、医院以及老龄问题委员会、老干部管理机构等，都是社会组织。

随着人口结构的变化，各种社会组织中的老年人口不断增加，必然形成有其特殊需要的单独群体。这个老人群体，较其他年龄群体，有其得天独厚之处。他们或是革命前辈，或是工作单位中的元老。他们与革命、建设事业的发展有着不可分割的关系。他们对新一代领导班子和青年一代职工，负有言传身教的责任和义务。他们虽然离退休了，但在单位中还有一定威望，在职工群众中还有号召力和凝聚力。因此，从某种意义上说，单位需要他们，职工和新的领导班子需要他们。同时，老年群体也需要社会组织尊重关心他们，需要设置老龄机构为他们服务。这项探索任务，当然应由老年理论去承担。

三是建立和睦家庭组合的需要。家庭是建立在婚姻和血缘关系基础上的小型群体，是社会的基本单位。

在家庭里，无论长辈，还是小辈，都希望处在亲密和睦、真诚相待、心息相通的关系和环境之中。但这种关系和环境在大家庭中是不多见的，而小家庭却较易做到。这就产生了一

系列问题：为什么大家庭比小家庭关系难处？老年人在家庭关系中的地位和作用如何？和睦家庭应具备哪些条件？家庭不和睦的因素有哪些？长辈和小辈在家庭中的心理特征和倾向有什么区别？哪种家庭结构是老少两代皆大欢喜的模式？这些问题的解决，无疑会有助于和睦家庭的建立。而要解决这些问题，则有赖于老年理论和社会学理论的研究和发展。

四是老年生理、心理的需要。日本井上腾也、长崎纪一编著的《老年心理学》一书中，曾提到了有人把老年期看做是“丧失的时期”的观点，即老年期是“身心健康的丧失，经济独立的丧失，与家庭、社会关系的丧失，生存目的丧失，以及智能、生动感情和动人容貌的丧失。”我觉得这种“丧失论”，虽然不尽符合中国的情况，但中国老人也确实丧失了一些东西。而且，这种观点也道出了老年生理、心理的重大变化。

老年人由于生理、心理上的重大变化和某些东西的丧失，就很自然地强化了他们防御“再丧失”的能力。如跑步、做操、打球、下棋、钓鱼、跳舞、演出、习字、绘画等，都是这种防御措施的体现。但是，要真正获得陶冶身心、延年益寿的目的，就需要抗衰老理论的指导。随着“完全丧失”越来越近，老年人要求指导的愿望也越来越急切了。

五是深化老年工作的需要。就全国而言，随着老龄问题的日益突出，老年工作的砝码也在不断加重，这是不言而喻的。现在主要是如何深化的问题。即在指导思想、组织措施、管理制度、工作方法、活动项目上，都需要继续深化。这种老年工作有待深化的实际需要，也在呼唤着老年理论的兴起。