



全国高等院校老年服务与管理专业系列规划教材



Laonian Shehui Gongzuo  
Lilun yu Shiwu

# 老年社会工作理论与实务

◎赵学慧 主编



北京大学出版社  
PEKING UNIVERSITY PRESS



全国高等院校老年服务与管理专业系列规划教材

# 老年社会工作理论与实务

主 编 赵学慧  
副主编 李红武



北京大学出版社  
PEKING UNIVERSITY PRESS

## 内 容 简 介

本书全面系统地介绍了老年人的群体特征、问题及需要,老年社会工作的基本知识、理论方法、技术及其在实务领域的运用。本书分为四个模块:第一模块介绍了老年人的群体特征、需要、问题及权益保障等方面的知识;第二模块介绍社会工作基础知识及老年社会工作理论,在介绍社会工作专业基础知识的基础上,介绍了老年社会工作的相关理论和应用;第三模块介绍了老年社会工作的方法和技巧,重点介绍了个案工作、小组工作及社区工作在老年人服务中的运用;第四模块介绍了老年社会工作实务,重点介绍了如何在社区和机构中开展专业化的社会工作服务,以及如何运用专业化的方法为有特殊需要的老年人提供服务。

本书力求把理论与实务有机地结合起来,既注重理论知识的学习又注重实务能力的提升,本书设计了大量的情境和案例,使读者能够在老年服务的情境中获得知识和能力的提升。

本书适合高职高专老年服务与管理专业及社会工作专业教学使用,同时也适合老年社会工作的相关培训使用及实务工作者阅读。

### 图书在版编目(CIP)数据

老年社会工作理论与实务/赵学慧主编. —北京:北京大学出版社, 2013. 9

(全国高等院校老年服务与管理专业系列规划教材)

ISBN 978-7-301-23196-8

I. ①老… II. ①赵… III. ①老年人—社会工作—高等学校—教材 IV. ①C913.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 215132 号

书 名: 老年社会工作理论与实务

著作责任者: 赵学慧 主编

责任编辑: 吴坤娟

标准书号: ISBN 978-7-301-23196-8/C·0939

出版发行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路 205 号 100871

网 址: <http://www.pup.cn> 新浪官方微博: @北京大学出版社

电子信箱: [zyjy@pup.cn](mailto:zyjy@pup.cn)

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62756923 出版部 62754962

印 刷 者: 北京飞达印刷有限责任公司

经 销 者: 新华书店

787 毫米×1092 毫米 16 开本 15 印张 356 千字

2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 30.00 元

---

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究

举报电话: 010-62752024 电子信箱: [fd@pup.pku.edu.cn](mailto:fd@pup.pku.edu.cn)

# 全国高等院校老年服务与管理专业系列规划教材

## 编 委 会



### 主任委员：

邹文开 北京社会管理职业学院院长、教授

### 副主任委员：

孟令君 北京社会管理职业学院社会福利系主任、教授

### 编委会成员（按拼音排序）：

- 曹淑娟 北京市第一社会福利院院长、教授  
陈 刚 蚌埠医学院护理学系党总支书记、教授  
陈卓颐 长沙民政职业技术学院医学院院长、教授  
李朝鹏 邢台医学高等专科学校副校长、教授  
李 欣 东北师范大学人文学院福祉学院院长、教授  
刘利君 北京社会管理职业学院老年服务与管理专业主任、讲师  
石晓燕 江苏经贸职业技术学院老年产业管理学院院长、教授  
田小兵 钟山职业技术学院副院长、教授  
王建民 北京劳动保障职业学院工商管理系主任、教授  
王晓旭 河南省民政学校校长、教授  
袁光亮 北京青年政治学院社会工作系主任、副教授  
张岩松 大连职业技术学院社会事业学院院长、教授  
周良才 重庆城市管理职业学院社会工作学院院长、教授  
朱图陵 深圳市残疾人辅助器具资源中心研究员

# 全国高等院校老年服务与管理专业系列规划教材

## 总 序

民政部副部长、全国老龄办副主任 窦玉沛

人口老龄化是现代社会发展的必然趋势，也是当今世界各国共同关注的话题。作为人口大国，人口老龄化将成为未来一个时期我国基本的国情，随着人口老龄化加剧而带来的养老问题正日趋突出。

中国自古以来就有“尊老重老”的文化传统。新中国成立以来，更加重视老年人福利体系建设。早在1949年内政部设立时，社会福利事业包括老年福利事业管理就是内政部的重要职能之一。1978年民政部设立时，依然将社会福利事业纳入工作范畴内。改革开放以来，我国的老年福利事业有了长足的发展，面向所有老年人，以居家为基础、社区为依托、机构为支撑的老年人福利体系逐步建立，较好地保障了特殊困难老人的养老问题。

进入21世纪后，我国人口比例上的变化给新时期的老年福利工作提出了挑战。按照国际的通常理解，当一国60岁以上的人口占总人口的10%或者65岁以上的人口占总人口的7%时，这个国家就进入老龄化。1999年，我国60岁以上老年人口占总人口的10%，已经进入老龄化阶段。我国人口老龄化呈现出速度快、基数大、未富先老等特点。2011年年底我国总人口达13.47亿人，其中60岁及以上人口约为1.85亿人，占全国总人口数的13.7%，65岁及以上人口约为1.23亿人，占全国总人口的9.1%。“十二五”时期，随着第一个老年人口增长高峰的到来，我国人口老龄化进程将进一步加快。从2011年到2015年，全国60岁以上老年人将由1.85亿增加到2.21亿，平均每年增加老年人860万；老年人口比重将由13.7%增加到16%，平均每年递增0.54个百分点。

同一历史时期，我国处于经济体制深刻变革、社会结构深刻变动、利益格局深刻调整、思想观念深刻变化的阶段，老龄化进程与家庭小型化、空巢化相伴随，与经济社会转型期的矛盾相交织，社会养老保障和养老服务的需求将急剧增加，这给应对人口老龄化增加了新难度。人口老龄化问题涉及政治、经济、文化和社会生活各个方面，是关系国计民生和国家长治久安的重大社会问题，已经并将进一步成为我国改革发展中不容忽视的全局性、战略性问题。为应对这种新的变化趋势，我国提出推进养老服务社会化的政策。

社会化养老服务一方面带来全社会共同参与与养老服务的良好局面，另一方面也面临着人才队伍严重短缺的困境。目前，我国养老服务人才队伍的问题突出表现在人才严重短



缺、队伍不稳定、文化程度偏低、服务技能和专业知能差、年龄老化等方面。这些困难严重制约我国养老服务水平的提高，严重影响老年人多样化的养老服务需求的实现。

“十二五”期间是我国老龄事业发展的重要机遇期，老龄事业任重道远。特别是党的十八大报告明确提出，要积极应对人口老龄化，大力发展老龄服务事业和产业。“养老服务体系”建设决定着老年人晚年生活质量的高低。养老服务体系离不开人才队伍建设。养老服务专业人才特别是养老护理员、老龄产业管理人员的培养尤为重要。

养老护理是一项专业性强的技术工作，它既需要从业者具有专业护理、心理沟通、精神慰藉等方面的专业知识，更需要从业者具备尊老、爱老、敬老和甘于奉献的职业美德。没有良好的文化素养、没有经过专业的技能培养不能胜任这一岗位。老龄产业管理者的管理理念、管理方法、管理水平在很大程度上决定了养老服务机构的发展方向和服务水平。这就要求我们培养一大批理论与实务能力兼备的管理人才，带动养老服务管理的科学化、高效化、信息化和制度化。

“行业发展、教育先行”，人才队伍建设离不开教育，大力推进老年服务与管理相关专业的发能是未来一个历史时期民政部和教育部的工作之一。在这样的社会背景下，组织全国多所大专院校联合开发“全国高等院校老年服务与管理专业系列规划教材”，旨在以教材推进课程建设和专业建设，进而提高老年服务与管理人才培养质量。

在内容选取上，系列教材立足老年服务与管理岗位需求，内容涵盖老年服务与管理岗位人才需要掌握的多项技能，包括老年健康照护、老年社会工作、老年服务伦理与礼仪、老年康复保健、老年人权益保障、老年活动策划与组织、老年营养与膳食保健等多个方面。

在编写体例上，反映了高职教育“高素质技能型人才”培养的要求，每本教材根据内容的不同采取不同的编写体例，其主旨在于突出教材的实用性和与岗位的贴合性，以任务导向、兴趣导向、技能导向等多种方式进行编写，既提高了学生学习教材的兴趣，又实现了理论与实践的结合。

“十年树木，百年树人”，人才队伍建设非一朝一夕可实现。在此，我要感谢参与编写系列教材的所有编写人员和出版社，是你们的全心投入和努力，让我们看到这样一系列优秀教材的出版。我要感谢各院校以及扎根于一线老年服务与管理人才教育的广大教师，是你们的默默奉献，为养老服务行业输送了大量的的高素质人才。当然，我还要感谢有志于投身养老服务事业的青年学子们，是你们让我们对养老服务事业发展充满信心。

我相信，在教育机构和行业机构的共同努力下，在校企共育的合作机制下，我国的养老服务人才必定不断涌现，推动养老服务行业走上规范、健康、持续发展的道路。

董玉洁

二〇一三年一月

# 前 言

老年社会工作一直是社会工作服务的重要领域,特别是老龄化社会的到来,老年人面对问题的增多,老年人需要的日益多元化,给老年服务领域带来挑战,专业化的服务需求也日益迫切。本书立足老年人服务领域,以社会工作专业价值观和理念为基础,以有效地在老年服务领域推动社会工作专业化服务为目标,探讨老年社会工作的理论和实务。本书结合老年服务与管理专业及社会工作专业学生学习的特点,既突出了社会工作专业的基础性知识的介绍,又强调了社会工作专业在老年人领域的实务能力的培养,兼顾了老年服务与管理专业学生对社会工作专业知识的学习,以及对老年人领域的深入了解。

很多学者和实务工作者一直致力于老年社会工作领域理论和实务的探索和研究,与以往教材相比,本教材的特点主要体现在:(1)本书立足于高职高专社会工作专业教育,结合高职高专的教育理念和社会工作实务性强的专业特点,以能力教育为本,注重学生的知识学习与能力培养的结合;(2)在编写体例结构上突出以老年人为核心和出发点,专业知识逐步递进,由社会工作专业基础知识逐步扩展到老年人服务领域的专业知识的实务运用,利于初学者由浅入深地学习;(3)本教材中设计了情境和案例,将知识学习和能力培养置于实际的老年人服务情境中,有助于学生在情境中学习,使理论与实务有机结合,知识学习与能力培养并重。

本教材大纲经过反复讨论和完善,并组织长期从事老年社会工作教学的老师及从事服务的实务工作者组成编写团队,希望能够把我国本土的老年社会工作经验进行总结研究,并能运用到教材和教学中,使我国本土经验和知识得到推广和传承。在编写的过程中,编写团队认真调研、参与老年人服务组织实践,争取获得第一手资料,并多次交流讨论,力求全书风格和文字的统一。教材编写分工如下:第一章李红武;第二章李红武、何振锋;第三章李红武、赵学慧;第四章陶书毅、赵学慧;第五章陶书毅;第六章李林子;第七章赵明思;第八章、第九章高连云;第十章尚振坤;第十一章赵学慧。

我国内地专业社会工作服务还处于发展阶段,老年社会工作也需要不断探索和发展,加之本书作者知识、经验、水平所限,本书难免存在的一些不足与缺憾,恳请读者批评指正。

赵学慧

2013年6月

# 目 录

模块一 认识老年人 .....	(1)
项目一 认知老年人的群体特征 .....	(1)
任务一 认知老年人生理特征 .....	(2)
任务二 认知老年人的心理特征 .....	(7)
任务三 认知老年人的社会特征 .....	(12)
项目二 了解老年人的需求、问题及权益保障 .....	(18)
任务一 了解老年人的需求及面对的问题 .....	(19)
任务二 保障老年人权益 .....	(30)
项目三 了解人口老龄化及用社会工作视角看待老年人 .....	(41)
任务一 了解人口老龄化 .....	(42)
任务二 用社会工作视角看待老年人 .....	(49)
模块二 认识老年社会工作 .....	(55)
项目四 认知老年社会工作 .....	(55)
任务一 认知社会工作 .....	(55)
任务二 认知老年社会工作 .....	(58)
任务三 认知老年社会工作的职能和角色 .....	(65)
任务四 提升老年社会工作者的知识和能力 .....	(68)
任务五 了解老年社会工作的外部环境 .....	(71)
项目五 掌握老年社会工作理论及应用 .....	(75)
任务一 掌握社会工作理论及应用 .....	(75)
任务二 掌握老年社会生活理论及应用 .....	(83)
模块三 掌握老年社会工作方法和技巧 .....	(90)
项目六 掌握个案工作方法 .....	(90)
任务一 认知老年人个案工作 .....	(91)
任务二 熟悉老年人个案工作的基本程序 .....	(98)
任务三 掌握老年人个案工作会谈的技巧 .....	(108)
教学情境 老年人个案工作案例分析 .....	(117)
项目七 掌握小组工作方法 .....	(124)
任务一 认知老年人小组工作 .....	(124)
任务二 熟悉老年人小组工作的基本程序及注意要素 .....	(131)
教学情境 老年人小组工作案例分析 .....	(145)





项目八 掌握社区工作方法 .....	(158)
任务一 认知老年人社区工作方法 .....	(158)
任务二 熟悉老年人社区工作的模式 .....	(164)
任务三 掌握老年人社区工作的方法和技巧 .....	(170)
教学情境 老年人社区工作案例分析 .....	(175)
<b>模块四 老年社会工作实务 .....</b>	<b>(179)</b>
项目九 社区老年社会工作 .....	(179)
任务 掌握社区老年社会工作内容和方法 .....	(179)
教学情境 社区老年社会工作案例分析 .....	(187)
项目十 机构老年人社会工作 .....	(191)
任务 掌握机构老年人社会工作内容和方法 .....	(191)
教学情境 机构老年人社会工作案例分析 .....	(197)
项目十一 服务有特殊需要的老年人 .....	(209)
任务一 服务有认知与情绪问题的老年人 .....	(209)
任务二 服务受虐待和疏于照顾的老年人 .....	(215)
任务三 处理死亡问题与临终关怀 .....	(221)
参考文献 .....	(227)

# 模块一 认识老年人

## 项目一 认知老年人的群体特征



### 项目概览

随着我国老龄化程度的日益加深,老年问题已经成为全社会关注的焦点之一。老年社会工作也成为应对老年问题的重要专业方法之一,在提升老年人生活质量方面发挥着重要作用。开展老年社会工作,首先应该了解老年人的群体特征。本项目主要从老年人生理、心理及行为三个方面来介绍老年人的群体特征,从而为开展老年社会工作,更好地为老年人服务奠定基础。



### 学习目标

知识目标:

1. 了解老年人的生理特征及常见的生理性疾病;
2. 了解老年人的心理特征及常见的心理症状;
3. 了解老年人的社会特征及常见的社会不适应特征;
4. 了解老年人生理、心理及社会特征之间的关系。

技能目标:

1. 能够对老年人的身心状况进行初步评估;
2. 能够根据对老年人身心状况的评估,开展相应的服务。

何谓老年?对此,学者可谓见仁见智,标准多元,但在众多标准中,日历年龄<sup>①</sup>无疑是最具操作性的关键标准之一。按照这样的标准,1956年联合国在研究西方发达国家人口老龄化问题基础上出版的《人口老龄化及其社会经济后果》中提出,65周岁为个体进入老年的标志。1982年,在维也纳召开的“老龄问题世界大会”上,考虑到广大发展中国家的具体情况,老年人的年龄标准被修订为60周岁及以上。

<sup>①</sup> 年龄有着不同的内涵,一般而言,一个人的年龄可以分为日历年龄、生理年龄、心理年龄和社会年龄。日历年龄是指个体从出生到现在按年月计算的时间而确定的年龄,它随着时间的推移而增加;生理年龄是指一定时期人的身体器官达到某种功能持续到某一年龄,是以正常个体生理学和解剖学上的发育状况为标准确定的年龄;心理年龄是从心理学的角度,反映个人心、智、行为的成熟度及变化,是根据个体心理活动的程度与功能确定的个体年龄;社会年龄是根据一个人在与其他人的社会交往中的角色作用来确定的个体年龄,反映的是个体社会行为的成熟度。——参见全利民编著,《老年社会工作[M]》,上海:华东理工大学出版社,2006:3—4。当然,这四种年龄的发展并不一定完全同步。



目前,世界卫生组织把60岁作为老年阶段的起始年龄,一般而言,年满60周岁的人被称为老年人。老年人是指生物上的人体结构和生理结构上的衰老,受生物学规律和周围环境的制约,具有不可逆转性。<sup>①</sup>老年不是一个简单的年龄数字,而是一个动态的发展阶段,即从60周岁进入老年开始,一直到个体生命的结束,这一阶段称为老年期。有学者出于研究的方便,将老年期作了进一步的划分,分为60~69周岁、70~79周岁、80周岁及以上三个组别,即低龄老人、中龄老人和高龄老人。也有学者将老年人口分为两个部分:65~74周岁的低龄老人和75周岁及以上的高龄老人。<sup>②</sup>

老年期作为个体生命的最后一个阶段,尽管个体存在各种差异,但从总体来看,处于这一阶段的老年人无论在生理上,还是心理上,以及社会交往上都会呈现出相似的不同于其他生命阶段的特征,对这一阶段老年人群体特征的了解是老年社会工作者为他们提供服务的前提和基础。

## 任务一 认知老年人生理特征

### 情境

我看见他戴着黑布小帽,穿着黑布大马褂,深青布棉袍,蹒跚地走到铁道边,慢慢探身下去,尚不大难。可是他穿过铁道,要爬上那边月台,就不容易了。他用两手攀着上面,两脚再向上缩;他肥胖的身子向左微倾,显出努力的样子。这时我看见他的背影,我的泪很快地流下来了。我赶紧拭干了泪。怕他看见,也怕别人看见。我再向外看时,他已抱了朱红的橘子往回走了。过铁道时,他先将橘子散放在地上,自己慢慢爬下,再抱起橘子走。到这边时,我赶紧去搀他。他和我走到车上,将橘子一股脑儿放在我的皮大衣上。于是扑扑衣上的泥土,心里很轻松似的……但最近两年的不见,他终于忘却我的不好,只是惦记着我,惦记着我的儿子。我北来后,他写了一信给我,信中说:“我身体平安,唯膀子疼痛厉害,举箸提笔,诸多不便,大约大去之期不远矣。”

——节选自朱自清:《背影》

学生分析:

- (1) 父亲的哪些行为触动了作者朱自清的内心?
- (2) 父亲行动的迟缓及信中所言体现出老年人哪些典型的特征?

### 知识导学

个体进入老年之后最明显的特征就是“老”,而人的老化首先体现在生理上,这种生理上的老化不仅体现在老年人的外观形态上,还反映在人体内部的细胞、组织和器官以及身体各

<sup>①</sup> 卞国风,陈宇鹏. 老年社会工作方法与实务[M]. 北京:北京师范大学出版集团,北京师范大学出版社,2011: 1.

<sup>②</sup> 佟新. 人口社会学(第二版)[M]. 北京:北京大学出版社,2003: 199.



功能系统的变化上。

## 一、老年人的身体形态特征

随着年龄的增长,老年人在身体形态方面表现出不同于其他生命阶段的显著特征,具体表现在如下几个方面。<sup>①</sup>

(1) 头发。老年人头发变白是一种明显特征,大部分人在进入老年之后,头发会变白,很多老年人还会出现脱发甚至秃顶等情况,这也正是社会上将老年人称为“银发一族”的缘故。

(2) 皮肤。皮肤皱褶加深,表皮粗糙,缺乏弹性,出现老年疣、老年斑等。

(3) 身高。进入老年之后,老年人会出现弯腰驼背等体征,因此身高会逐渐变短。据日本统计资料,从30岁到90岁之间,男性身高平均降低2.25%,女性平均降低为2.5%。

(4) 体重。老年人体重的变化因人而异,有些人随年龄增大而逐渐减轻,变得消瘦,这是因为老年人的细胞内的液体含量比年轻人大约减少30%~40%;但也有老年人体重逐渐增加,这是因为脂肪代谢功能减退导致脂肪沉积增加,尤其是在更年期内分泌功能发生退化以后更为显著。

(5) 其他。肌肉松弛、牙齿松动脱落、语言缓慢、耳聋眼花、手指哆嗦、行动迟缓、运动障碍等也是我们常见的老年人的外貌特征。

需要指出的是,上述这些变化的个体差异很大,它与一个人的健康状况、生活习惯、营养条件、精神状态和意外事件等因素都有密切关系。例如,所谓“一夜白头”,就是指人在遭受重大精神创伤后,可能在短期内头发急剧变白,皮肤皱纹增多,顿时显出老态。当然,毛发的变白和脱落程度往往也和家族遗传有关。

此外,长期患有慢性病的人也可能发生未老先衰的现象,这些和年龄不相应的老化现象是一种病理现象,不是自然的生理现象。

## 二、老年人的生理功能特征

随着个体进入老年,人体的诸多系统也呈现出老年人特有的功能性特征,具体而言,老年人在心血管系统、呼吸系统、消化系统、运动系统、内分泌系统、神经系统及感觉系统等方面都出现功能性退化,这些功能性的退化也导致一些特有的老年病的出现。<sup>②</sup>

### (一) 心血管系统

心血管系统是由心脏和血管构成的循环系统,血液的流动一方面为人体提供所需要的氧气和营养物质,另一方面也将人体的代谢物运送至肾、肺和皮肤等器官排出体外,以保持体内环境的相对稳定及功能的正常发挥。

随着年龄的增长,心血管系统出现了老化现象,其表现之一是心脏机能下降。进入老年阶段后,心脏的心肌逐渐萎缩,心室变得肥厚而缺乏弹性,从而使心脏收缩功能减弱,心跳频率减慢,导致每次输出的血量减弱,心脏负荷增加,储备能力和适应能力下降,这些退行性变

① 黄耀明. 老年社会工作理论与实践[M]. 长春: 吉林大学出版社, 2008: 51—52.

② 全利民. 老年社会工作[M]. 上海: 华东理工大学出版社, 2006: 61—65.



化,又会进一步造成由于供血不足而影响其他器官功能的正常发挥。心血管系统老化的表现之二是动脉硬化。随着年龄的增长,动脉弹性降低,血管变得粗糙窄小,导致血流阻力增加,血压上升,进而对肌体的主要器官——心、脑、肾等造成供血不足,造成这些器官的功能性障碍。如果冠状动脉硬化,供给心肌血液不足时,就会引发冠心病,其主要的表现是心绞痛、心律失常或心肌梗死等。因此,在老年人群中,心血管系统最常见的疾病就是冠心病、脑血管病及高血压病。

## (二) 呼吸系统

呼吸系统是人体中专门负责与外界环境之间进行气体交换的系统,包括上呼吸道、下呼吸道、肺脏、胸廓和呼吸肌。呼吸系统是人体最早出现衰退的系统。

进入老年之后,一方面,人的肺泡总数逐渐减少,肺脏的柔软性和弹性减弱,膨胀和收缩能力减弱;另一方面,老年人出现骨质疏松,脊柱后凸,肋骨前凸,胸腔形成桶状变形,加上呼吸肌力量的衰弱,限制了肺脏的呼吸运动,造成肺部通气不畅,肺活量下降。老年人呼吸系统的老化容易造成肺气肿和呼吸道并发症,如老年支气管炎等疾病。

## (三) 消化系统

消化系统由消化道及消化腺组成。消化道包括口腔、食管、胃、小肠、大肠等器官,消化腺包括唾液腺、胃腺、胰腺、肠腺和肝脏等。消化系统的老化主要指消化道和消化腺器官的老化。

进入老年之后,人体牙龈萎缩,牙齿组织老化,容易造成牙齿松动脱落,从而引起食物在口腔内咀嚼不充分,影响食物消化。同时舌肌因老化而萎缩,运动功能减弱,食物在口腔内无法获得充分的搅拌。口腔内唾液分泌量的减少也会导致牙齿咀嚼食物能力的下降。食管的退化导致食物在食管内的蠕动幅度降低,而胃部消化酶分泌的减少,容易造成消化不良。大小肠的萎缩也造成了肠道对食物消化吸收功能的退行性变化,造成老年人便秘。

消化系统的老化导致老年人容易罹患胃炎、便秘及大小便失禁等疾病。

## (四) 运动系统

肌肉、骨骼与关节等组成了人体运动的结构基础。随着年龄的增长,肌肉弹性降低,肌肉变得松弛无力,容易疲劳;而骨骼方面同样存在弹性与韧性降低的现象,这容易造成老年人骨质疏松、骨折的危险;关节方面,由于关节结构中的软骨硬度和脆性的增加,关节软骨面的不平滑性,容易发生钙化,骨质增生。

因此,运动系统的老化,容易造成老年人疲劳以及骨质增生、关节炎等疾病。

## (五) 内分泌系统

内分泌系统包括脑垂体、甲状腺、肾上腺、性腺、胰岛等器官。内分泌系统的各器官的重量随着年龄的增长而逐渐降低。内分泌腺体发生组织结构的变化,可引起不同程度的内分泌系统的紊乱,比较典型的如胰岛素分泌减少,容易造成老年糖尿病,性腺的萎缩则会导致老年人出现更年期综合征。

## (六) 神经系统

神经系统包括中枢神经系统和周围神经系统。中枢神经系统由大脑和脊髓组成,中枢神经系统之外的其他神经组织集合体称为周围神经系统。



进入老年之后,人的大脑逐渐萎缩,脑重量减轻,脑细胞数相应减少 20%~50%。老年人的神经传导功能衰退,对刺激的反应时间延长,大多数感觉减退、迟钝甚至消失。由于神经中枢机能的衰退,老年人变得容易疲劳、睡眠欠佳。此外,由于脑功能失调而出现的智力衰退还容易引发老年痴呆症。

### (七) 感觉系统

感觉系统的老化主要包括视觉、听觉、味觉、嗅觉、皮肤感觉等感官功能的退行性变化。

视觉上的退化主要表现为老年人均会出现不同程度的视力障碍,比如远视,此外,还易出现视野狭窄、对光亮度的辨别力下降以及老年性白内障等。听觉上发生的衰退表现为老年人对声音的感受性和敏感性持续下降,出现生理性听力减弱甚至耳聋。味觉上的退化则是因为舌面上味蕾数量的减少,使得老年人味觉迟钝,常常感到饮食无味。嗅觉上的退化表现为老年人鼻内感觉细胞逐渐减少,导致嗅觉变得不灵敏,而且对从鼻孔吸入的冷空气的加热能力减弱,因此,老年人容易对冷空气过敏或患伤风感冒。皮肤感觉的减弱表现为老年人的触觉和对温度的感觉减弱,容易造成烫伤或冻伤,另外,痛觉也会变得相对迟钝,难以及时躲避伤害性刺激的危害。

## 三、老年生理性疾病的种类与特征

### (一) 老年生理性疾病的种类

生理衰老是人类生命过程中不可避免的自然现象,在这一过程中,随着人的整个肌体在形态、结构与功能等方面的退行性变化,身体的某些部位或器官很容易发生功能性的障碍,这些障碍如果得不到及时的排除或减缓,各种疾病就会随之而来。通常,我们把老年期容易出现的疾病统称为老年病,具体而言,老年病可以分为以下三类。

第一,老年人特有的疾病,即只有老年人才生这样的病,如老年痴呆症、动脉硬化、老年性耳聋等。

第二,老年人常见的疾病,这类疾病也有可能在中年期就发生,但在老年期表现得更为明显,如冠心病、高血压、糖尿病、慢性支气管炎等。

第三,老年人和青壮年都可能发生的疾病,但老年人的发病率和临床表现与青壮年有所区别。例如肺炎,儿童、青年、老年人都可能患上,但老年人的肺炎往往具有症状不典型、病情较严重等特点。

### (二) 老年期患病的总体特征

老年期患病具有如下几个方面的特征。

#### 1. 患病多样性

由于老年人肌体各器官的退化,身体抵抗能力较差,很容易在老化的基础上发生疾病,而且是多种疾病同时存在。据统计,老年人平均同时患有 4~6 种疾病,有些人甚至超过 5 种以上。

#### 2. 症状和特征的不典型性

由于老年人肌体形态的改变和功能的衰退,反应性减弱,对于疼痛和疾病的反应会变得不敏感,因此,病症往往容易被忽略,因此,容易延误治疗。



### 3. 发病急且快

老年人各器官功能衰退,应激能力及储备能力均减弱;因此,发病后病情可能迅速恶化,甚至导致死亡。

### 4. 容易引发并发症

由于老年人的免疫功能低,抵抗力差,对外界微生物及其他刺激物的防御能力也弱,所以患病时容易发生并发症。

### 5. 对治疗反应差

随着年龄的增长,老年人集体内环境的变化使药物在肌体内吸收、分布、代谢、排泄及药物反应等方面都发生了变化。对于同样的药物,老年人比青壮年耐受性更差,而且容易出现副作用,造成治疗效果差。另外,由于老年人用药较多,药物之间的相互作用也会影响疾病的治疗效果。

### 6. 病程长,恢复慢,易复发

由于老年人疾病症状和体征的不典型性,会造成病程较长,同时老年人脏器功能减弱,在恢复方面也比较缓慢,很难恢复到患病前的健康状况。各种疾病稍不注意,就容易复发。

## 思考与讨论

1. 你如何理解老年性疾病症状与特征的不典型性?
2. 随着年龄的增长,是否每个个体在生理特征上都会出现退行性的变化?这种变化有差异吗?有怎样的差异?

## 实训项目

辨识老年人生理功能退化的表现

[实训目标]

1. 培养学生对老年人生理性疾病的辨识能力;
2. 培养学生在具体的工作情境中分析问题、处理问题的能力。

[实训内容与方法]

1. 阅读下面案例,并分析如下问题:案例中主人公李奶奶的诉说,哪些是由于身体的退行性变化而造成的问题?
2. 学生以小组为单位,先在组内进行辨识讨论,然后由组长发言,其他成员进行补充。

## 案例

### 李奶奶的烦恼

近日,某社工事务所的社工在例行的社区老人探访中,倾听了一位李姓奶奶的诉说。

最近一段时间以来,李奶奶发现自己记性越来越差,总是丢三落四,出门经常忘记带钥匙,好几次都是让社区门卫给自己儿子打电话,帮忙回来开门的,为此,儿子特别生气,告诉她没事不要出去乱跑。现在为了避免儿子生气,她很少出门,就在家里给儿子准备晚餐,可是,最近儿子总是对自己的饭菜不满意,总说她烧的菜太咸了,可是自己尝过之后,总感觉不



够味,觉得儿子是以饭菜为借口,嫌弃自己了。晚上看电视的时候,儿子也总嫌弃自己开的音量太大,可是声音调小了,自己又听不清楚。想看书,自己眼神不好;想与儿子聊会几天,儿子总说工作太忙,回家还要工作。有时候为了避免打扰儿子,只好呆呆地坐着,有好几次在厨房烧水,结果却忘记关火,差点酿成大祸。现在自己感觉真是老了,不中用了,不用说照顾儿子,连自己都难以自理了。

### [实训评估]

1. 评估标准:准确把握老年人生理的退行性变化的典型特征。
2. 评估方式:以小组为单位,通过小组汇报来评定成绩。

## 任务二 认知老年人的心理特征

### 情境

刘大爷今年72岁,退休前曾是某国企职工,工作态度认真,性格开朗,对人热情,在单位广受好评。59岁那年,刘大爷因患糖尿病且病情严重导致双目失明。失明后,刘大爷常年以收音机为伴,只有在万不得已的情况下,才戴上墨镜由老伴陪同出门。

失明后,刘大爷的情绪非常低落,原先开朗的性格了无踪影。随之而来的是自暴自弃,认为自己原先是一个可以照顾家庭 and 他人的人,现在却变成了需要别人照顾的人,每天的饮食起居都需要麻烦别人,即便是在自己熟悉的环境中,他都无法自由活动,连最简单的电话都无法接听。妻子和孩子曾劝刘大爷常出门走走,但遭到他的拒绝。他把自己完全封闭起来,整日沉浸在失明的痛苦中,甚至还产生过轻生的念头。刘大爷因生理性疾病而导致情绪低落,进而影响其社会交往。随着个体进入老年,不可避免地会出现肌体的退行性变化,肌体的退行性变化也会对老年人的心理产生影响。

### 学生分析:

刘大爷身体的变化对其产生了怎样的心理影响?你知道老年群体在心理方面呈现出哪些不同于其他生命阶段的典型特征吗?

### 知识导学

在人类个体的生命历程中,生理与心理的发展变化是相辅相成、密不可分的:个体生理的变化会对个体心理产生一定的影响,反之亦然。个体进入老年之后,除了在生理方面会出现这一阶段的典型特征之外,在心理方面也会呈现出不同于其他生命阶段的独有的特征。关注老年人的心理特点,并对其予以关心与帮助,有利于促进老年人心理健康水平的提高。

## 一、老年人认知活动的特征

人的认知是心理活动产生发展的前提和基础。进入老年之后,人的认知能力呈现出一





系列的变化,这引起了学界的关注。20世纪50年代以来,一些关注老年心理学的学者对于老年智力与记忆的变化给予了较多的关注,并总结出个体进入老年之后在智力与记忆方面呈现出不同于其他生命阶段的特征。<sup>①</sup>

### (一) 老年人智力的特征

智力是一种稳定的心理特征,人的智力分为两种形式,即晶态智力与液态智力。晶态智力主要是通过后天习得的,与知识、文化和日常生活经验的积累相关,包括调适能力、动机、常识、语言理解能力和社会认知能力等;液态智力主要和神经的生理结构与功能相关,而与知识、文化背景关系较小,包括记忆力、推理能力、计算能力和联想能力等。

个体进入老年之后是否像普通人认为的智力会发生全面的退行性变化呢?相关的研究表明,进入老年之后,发生退化的主要是液态智力,而与晶态智力相关的分析能力、判断能力和思维能力等却随着年龄的增长有所提高。也有学者发现,老年人的智力有一种“临终衰落”现象,即老年人的智力在死亡前的若干时间(一般2~3年),显示出明显下降,如语言能力突然丧失,认知功能加速减退,这种现象称之为“临终衰落”。<sup>②</sup>当然,人的智力是一个非常复杂的问题,文化、职业、身体健康、个人经历乃至性别等诸多因素都会影响老年人智力水平的提高与发挥。

### (二) 老年人记忆的特征

记忆是人类心理功能的重要组成部分,是人们对于感知过、思考过、体验过或操作过的事物的印象,经过加工保存在大脑中,以后又在一定的条件下以再认、再现的方式表现出来的或者回忆起来的心理过程。成人的记忆活动随着年龄的增长而发生变化,可以从与之相关的三个内容变化上来了解老年人记忆的变化特征<sup>③</sup>。

#### 1. 从记忆的过程来看

人的记忆分为初级记忆与次级记忆。初级记忆是人们对于刚刚看过或听过的,当时还在脑子里留有印象的事物的记忆。初级记忆随着年老而减退,但较为缓慢,与年轻人的差异并不显著。次级记忆是已经看过或听过了一段时间的事物,经过复述或其他方式加工编码,由短时储存转入长时储存,进入记忆仓库,需要时加以提取,这类记忆保持时间较长。老年人对信息加工效率较低,速度较慢。因此,次级记忆随年老而衰退的程度明显多于初级记忆。大量实证研究表明,老年人对年轻时发生的事往往记忆犹新,而对于新近发生的一些事情的记忆能力却较差,甚至会出现事实混乱、情节支离破碎、张冠李戴的现象。

因此,进入老年之后,初级记忆状况明显好于次级记忆状况。

#### 2. 从记忆的内容来看

从记忆的内容来看,人的记忆分为意义记忆与机械记忆。由于老年人对有逻辑关系和有意义的内容,尤其是一些重要的事情或与自己专业、先前的经验和知识相关的内容,记忆保持较好,这说明目前的信息储存与过去已学过的内容能很好地保持联系,意义记忆保持较好;相反,老年人对于需要死记硬背、无关联的内容很难记住,机械记忆减退较多,出现较早。

由此可见,老年人的意义记忆的减退明显晚于机械记忆。

① 全利民. 老年社会工作[M]. 上海:华东理工大学出版社,2006:81.

② 钱信忠,邱保国,吕维善. 中国老年学[M]. 郑州:河南科学技术出版社,1989:335.

③ 卞国风,陈宇鹏. 老年社会工作方法与实务[M]. 北京:北京师范大学出版集团,北京师范大学出版社,2011:12.