

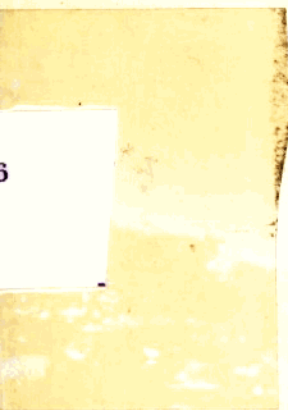
秦皇島市老年學學會論文集

不老松

李一



長壽山



秦皇岛市老年学学会论文集

不老松

编审主任：赵 军

主 编：~~夏小雨~~

责任编辑：关振山

编 辑：~~张 东~~

张建东

曹焕青

序 言

由秦皇岛老年学学会发起并组织,我市首部老年学学术研究论文集问世了!这部论文集,荟萃了老年学专家、学者和老龄专业工作者从不同侧面探索老年学理论与实践创新的研究成果,凝聚了他们对老龄事业的强烈关心和给予老年人真挚的人文关怀,体现了与我市经济社会发展相适应的我市老年学研究的一个可喜的起点。

老年学是21世纪最为重要的社会科学学科之一。我国经济社会现状和未来的发展趋势表明,必须对于应对人口老龄化挑战的长期性、战略性和早准备的必要性有充分的认识。结合秦皇岛的具体情况,深入开展老年学研究的理论创新与实践,是市经济社会发展的一个不可回避的重大课题,是树立以人为本的科学发展观的重要内涵之一,是建设人文城市、构建和谐社会的时代主题。由于我国人口老龄化的程度还不高,目前庞大的老年人群主要是低龄老年人,因而老年学往往被忽视,但是人人都会老,中国的老龄化浪潮马上就会涌来。这些理论的先行者在向全社会呼吁:我们准备好了吗?在这个意义上,我们有充分的理由为这些作者而自豪和感动,他们创造性的劳动、高度的社会责任感,他们所作的一切都在表明:他们在奉献着,在准备着。我们的社会需要更多的这些人。

我们推介这些文章和作者,还由于他们的研究和努力关系到我们社会中的每一个人。老年学不仅是具有应用价值的社会科学,也是具有全民普及推广意义的生活科学。人人都会老,健康是个宝。老年学研究是实践健康老龄化的理论基础,老年人健康地生活是每一个老年人及其爱他们的人的最大的愿望和幸福。因此我们说,阅读这些文章,在精辟的论述里边,我们感受到的是情感,是祝福,是人文关怀的爱的愿望。

赵 军

2005年12月10日

目 录

老 年 学

对 21 世纪我国老年学发展的展望	邬沧萍 杜 鹏(1)
略谈长寿时代的老年人老龄化与老年学	刘宗棠(10)
学习老年学为老龄事业做贡献	夏小雨(17)
要树立正确的老年价值观	邬沧萍(20)
漫谈老年价值观问题	云 杉(22)

老年生活/生命质量

退休后如何调整情绪 提高生活质量	曹焕青(25)
小康社会老年人家庭生活质量标准研究	张文英(29)
如何解决企业退休老人家庭问题的初探	王允义(34)
进入老年期的心态变化与自我调整	赵连森(37)
更新观念 升华人生	高文源(42)
关于失偶老人再婚问题	王秀文(48)
如何搞好家庭养老与社会养老	王盈仓(50)
漫谈老年人未婚同居和再婚问题	栗明云(53)
谈谈中国当今社会的养老问题	周秋萍(58)
说说我离休后的生活经历	王 安(52)

中华孝文化与代际和谐

关于弘扬培育孝文化问题	李继先(65)
试论孝文化的两重性	子 真(71)
浅谈家庭养老作用	申仕宏(76)
老吾老以及人之老	宋文戈(81)
试论孝文化与廉正之关系	周英荣 崔希云(85)
关注老年文化促活老年精神需求	蔡文眉(88)

国际家庭年——家庭 健康 和谐

营造健康、温馨的家	张国寅(91)
浅谈家庭道德建设	李荣堂(101)
人口、老龄化与经济社会协调发展研究	祁桂莲(105)
怎样提高社区为老年人服务的能力	戴肖华(113)
搞好代际关系,建立和睦家庭	曹 烽(116)
老龄产业与法律保障	张建东(120)
老年人应学会用法律来保护自己	崔益民(122)
浅谈老龄产业“银发市场的开发”	申仕宏(124)
前景无限广阔的老龄产业研究与开发	夏小雨(127)
试论老年旅游产业的研究与开发	溪 洋(129)
终身教育背景下老年教育的发展	陆 宏(131)

对 21 世纪我国老年学发展的展望

中国人民大学 郭沧萍 杜 鹏

20 世纪的一个突出特点是科学技术与社会生产力的空前发展,其结果之一是所有发达国家和部分发展中国家出现了人口老龄化。另一个特点是社会主义制度在地球上的崛起,尽管原苏联和东欧国家发生剧变,但占世界人口五分之一的社会主义中国依然充满生机地屹立在世界的东方,在全球人口普遍老龄化的 21 世纪中,在我国大力推进有中国特色社会主义建设的过程中,在解决老龄问题方面的社会主义优越性也将接受时代的考验。20 世纪随着人口老龄化出现而产生的一门新兴学科——老年学,在 21 世纪的中国大地上将能发挥什么样的作用,值得我们作前瞻性的探讨。

一、老年学肩负的历史任务

老年学作为一门新兴的学科,它产生于社会实践的需要。从科学上满足这些需要就是老年学的历史任务。这些任务主要有:

(一)健康和长寿是人类 20 世纪最伟大的成就之一,老年学要探索老年人健康长寿的途径,使日益增多的老年人口中的大多数都能身心健康、不受歧视,能过上有尊严和有保障的充实的晚年,生活质量随社会发展而不断提高。

(二)要解决人类进入老龄化社会后,社会如何在养老负担不断增加的情况下继续保持活力,使人口再生产和物质再生产正常进行,社会资源公平分配,老年人不致因年龄的增长而成为相对贫困的群体,从而使人类社会得到全面发展,实现可持续发展。

(三)老年学要解决人口老龄化和劳动年龄人口老龄化不妨碍科学技术的持续发展和经济管理的更新,不妨碍扩大再生产和提高劳动生产率,整个经济能良性运行,保持社会的储蓄,积累和投资持续、快

速、健康地增长。

(四)老年学研究的任务是寻求在人口老龄化的条件下,实现最优的社会继承和世代交替。这就需要缓解由于老龄化可能出现的代际间在经济、政治、社会和家庭方面的矛盾,同时使历史上优秀的文化得到继承和弘扬。为此,也需要发挥老年人的潜力,为社会发展作出贡献。

时代赋予老年学的任务是艰巨的,现在大多数人的认识还不深刻,到21世纪全球人口都出现老龄化时,这些任务将越来越明朗化。

二、21世纪我国对老年学的需要将更为迫切

我国正处在社会主义初级阶段,目前我国的人口老龄化进程也处于初始阶段,现在的老年人口大多数是低龄老年人,这些特点使得社会上许多人还感觉不到老龄化的压力。但是,在进入21世纪以后,人口老龄化的压力必将越来越大,这是我国社会发展的必然。

今年3月,中共中央、国务院联合发出了《关于加强人口与计划生育工作稳定低生育水平的决定》,指出我国的生育率现在已经降低到更替水平,未来几十年,在实现稳定低生育水平的前提下,我国人口将由低增长逐步过渡到零增长,人口总量在达到峰值(约16亿)后开始缓慢下降,这一发展方向是我国人口发展的必然选择。这一决定澄清了许多人的一个认识误区,即认为21世纪我国势必提高生育水平以缓解家庭养老的负担。21世纪我国人口发展的必然趋势是:低生育、高寿命、人负增长、老年人口迅速增加、人口高龄化加剧。根据预测,到21世纪中期,我国80岁以上的高龄老年人数将是现在的7倍,不少于8000万人,占60岁以上老年人口的五分之一,这是我们必须认真对待的。

21世纪科学技术将更快地向前发展,对人类社会和人的自身发展将发生重大影响。医学科学的发展将使我国的高龄老年人数可能比现在预测的更多。另一方面,21世纪的知识经济、信息经济、经济全球化和我国即将加入WTO等都将对我国的产业结构和社会生活带来深刻的影响,其中对农业部门和农民生产、生活的影响尤其突出,城市居民收入分配的差距也将进一步扩大。作为脆弱群体的老年人,特别是高龄老年人,在社会迅速发展的过程中常常会受到不利影响,收入分配的

偏差必然影响到代际关系的协调,并妨碍社会经济的良性运行和世代交替、社会继承、可持续发展与社会全面进步的实现。这些问题如果处理不好,将会影响政治稳定和社会的安定团结。

因此,21世纪迫切需要加强老年学的基础研究,在宏观上对解决上述问题给以理论指导,同时开展应用研究提供战略对策,给决策者以智力支持,并使全社会都能用全人类的文明成果回应21世纪人口老龄化和高龄化的挑战。

21世纪对老年学的需要表现在许多方面,现在看来最为迫切的是以下四个方面:

(一)从衰老生物学、老年医学、心理学、社会老年学等角度对老年人的常见病和多发病的预防、治疗和康复开展综合研究,特别是对那些高龄老年人出现频率极高的帕金森症和老年痴呆等。

为实现老年人群的健康老龄化,老年学要研究提高大多数老年人的生活质量和相应的配套政策。这些政策从纵向看,包括从出生到老年各个阶段的预防保健,避免病理性衰老的出现。从横向看,包括进入老年期后的养老保险、医疗保险、科学养生、健康教育、心理咨询和健康生活方式的促进。目前,我国老年学研究和实际工作者关注的大多还是低龄老年人,对高龄老年人的特殊健康问题知之不多,如果现在不采取有效预防措施,等以后弥补也只会是事倍功半。老年学可以利用交叉学科的优势综合研究这些问题并提出对策。

(二)采取综合措施,防止日益庞大的老年群体沦为社会上相对贫困的群体。使他们能普遍过着既有尊严、身心健康、不受歧视的生活,既能共享社会发展成果,又能继续对社会做力所能及的贡献。在经济快速发展、效率优先、兼顾公平的原则和市场机制的作用下,相当一部分老年人虽不至于陷入绝对贫困,但仍可能成为相对贫困的群体。政府必须通过政策法律措施给以特殊保护,并建立合理的收入分配机制予以保障。除了收入保障之外,老年人的医疗保障也是非常重要的,老年人因病致贫和因病返贫的现象屡见不鲜。在综合措施中,必须有法制保障,还要有伦理道德措施。此外,老年服务业、社区助老服务和慈善事业的作用都要在理论和实践的结合上加以研究。

(三)家庭养老功能弱化的速度比大多数人的预计要快得多,受影响最大的是农民。最近出台了加快小城镇建设的决定,我国农业的发展也已进入了一个新的阶段,农业结构调整、农村的深化改革和大批中青年农民的向外流迁,使农村的养老问题日渐突出,传统的家庭养老方式面临严峻的挑战,人口城市化非但没有降低反而加剧了农村人口老龄化。这种双重压力构成了我国农民养老的最大难题。

在我国社会主义初级阶段,坚持家庭养老与社会养老相结合的原则,在农村坚持以家庭养老为主,辅之以社会扶持的方向是正确的。但是,如何在我国农村弥补家庭养老功能的弱化,建立和完善农村养老、医疗保障等社会保障制度,还需要深入地研究,必须吸收世界各国的研究成果,重要的是要有理论创新。老年学在这方面的研究任务是非常紧迫的。

(四)提高日益庞大的老年群体的精神文化生活质量是举世关注的问题,它也体现着我国社会主义制度回应人口老龄化挑战时的特点和优点。

西方国家老年人的物质生活比我国广大老年人的生活优裕许多,但西方文化强调个人,所以老年人具有很强的独立性。但是在人口日趋高龄化的过程中,许多西方老年人也面临着孤独与寂寞。我国老年人长期受传统东方文化的影响,东方文化的价值观是社会、集体优于个人,再加上新中国成立 51 年来集体主义的教育,在我国老年人的精神生活中,家庭、集体、社会仍有强烈的影响,这是我国老年人适应老龄社会的一个特点和优点。它使我国老年人在物质生活还不很富裕的条件下,可以通过集体、单位的帮助提高生活质量。

但是,老年精神文化生活的内涵、重要性、规律性、载体和工作方法等,都是人类社会的长寿时代面临的新课题,国外老年学目前也没有很多的研究。由于对中青年人进行思想政治工作的方式方法不宜照搬到老年人身上,这就需要老年学根据老年人的特点、思想政治工作的规律,用老年人喜闻乐见的形式解决好这个跨世纪的问题。不久前一些老人陷入“法轮功”邪教的圈套,就是因为有些老年人精神生活空虚而受骗上当的。

三、我国老年学发展的滞后与原因

在发达国家,老年学是在20世纪中期兴起的。如今老年学在发达国家已经成为一门十分普及和受到关注的学科,并被未来学家誉为将是21世纪最为重要的学科之一。我国老年学的起步可以以中国老年学学会的成立作为里程碑。我国老年学的起步比发达国家晚了三四十年,但在发展中国家里起步还算是早的。1982年我国政府代表团参加维也纳老龄问题世界大会以后,开始对老龄问题有所认识。近20年来,我国老年学已经获得很大进展,开始被部分公众所接受,但总体来说,发展还不够理想,滞后于我国作为世界第一老年人口大国的实践需要,还滞后于我国人口老龄化的快速进程对理论的要求。

老年学和中国许多现代学科一样,不是从来就有的,而是伴随着世界和我国人口老龄化过程从国外引进的。科学是没有国界的,一个成熟的能立于世界民族之林的国家从来都不拒绝而是要主动吸收人类的一切科学文化遗产。问题是引进的老年学是不是一门真正的科学。现在国内外有识之士都认识到老年学是一门科学,一个独立的学科门类,它已具备作为一门独立学科的必要条件和充分条件。

第一,老年学有国际上通用的学名。老年学是一门关于老龄化的科学,有人称之为“老龄科学”(Aging Sciences),不过,“老龄科学”还不是正规的学名。在老年学这门科学发展过程中,仅从学名的选用本身,就表明对其对象和内容认识的逐步深化。

第二,科学是一门系统的知识,知识积累的过程都合乎科学认识的规律。老年学不是一哄而起的,而是有深厚的底蕴。

第三,老年学在发达国家和国际上有广泛的科学研究活动。两个国际性的学术团体——国际老年学学会和国际老龄研究联合会都每隔4年召开一次国际会议。它们所属的各大洲分会在大会闭会期间每4年召开一次地区性的国际会议。所以,老年学的国际会议十分频繁。至于各国学术机关和学术团体召开的老龄科学会议已不计其数:

第四,老年学的教学与培训在发达国家的高等学校和联合国老龄问题研究所已经纳入正规课程,有各级学位和毕业证书,培养了大批老年学专业人才和老龄工作者。

同国外老年学的一派繁荣景象相比,与我国众多的老年人口数和人口迅速老龄化对理论的要求相比,我国老年学的发展是不能令人满意的。

(一)我国老年学滞后的主要表现

1. 老年学在我国广大群众中,特别是中青年中鲜为人知。在我国有影响的报刊杂志,甚至是一般学术刊物中,老年学的论文和文章如同凤毛麟角。就是在涉老的专业报刊中,理论探讨也不受重视。不通过新闻媒体或学校的传播就不可能把老年学的知识普及到群众中,而这门科学恰恰是需要普及到群众才能起到作用。

2. 即使是在学术界中,老年学的知名度也很低。虽然并不是每门科学都能为公众所认识,但至少在学术界中理应占有一席之地。我国近年来在几个省市已经建立了有编制的老齡研究中心,但都面临人员和经费不足、在社会上知名度不高的问题。在全国有影响的高等院校如北京大学、中国人民大学,虽然有老年学研究机构,但都属于“业余研究”性质,没有固定人员编制和科研经费。中国社会科学院的老齡研究机构也与此类似,未列入正式的研究序列。因此,我国老年学的专门人才少得可怜,与实践的需要很不相称。

3. 一门学科能否得到发展,在很大程度上取决于这门科学能否培养专门人才。作为一门以应用科学为主的老年学,迄今为止还没有在高等院校列入招生专业甚至人才培养的目录;只有在个别民办学校列为专业。

(二)我国老年学之所以未能很快发展起来的主要原因

1. 我国人口老龄化的程度还不高,目前庞大的老年人群主要是低龄老年人,还没有引起决策层和广大中青年的重视;另外,对于应对人口老龄化挑战的长期性、战略性和早作准备的必要性没有宣传到位。因此,许多人都不认为老年学知识是迫切需要,正如马克思所说的那样,理论在一个国家实现的程度总是决定于理论满足这个国家的需要程度。认识不到又何来重视。

2. 我国老年学不被重视同我国许多人轻视知识、不重视培养人才有关,同我国在科学上“重理轻文”有关,也同我国在许多重大发展战

略论证时缺乏科学化和民主化气氛、不感到需要老年学的智力支持有关。我国制定老龄政策、管理老龄事业、护理和照料老年人、从事老年学教学和研究人员的需求量应该很大。一些发达国家涉老服务人员已占到总人口的1%以上,这些人员一般需要经过培训才能上岗。然而我国一直未认真重视培养这方面的专门人才,特别是在遇到老年社会问题时,总认为无需进行专门学习,只需看看书,在工作实践中就能解决。所以,对老年学只是口头上重视,在行动上缺乏有力的措施。在21世纪人口老龄化高峰即将到来的前景下,必须重视老年学知识的培育,重视培养人才,否则遇到问题时临渴掘井是不行的。

3. 妨碍我国老年学发展的另一个重要原因,是基本上没有科研经费的投入,特别是在社会老年学研究方面,因此很难有长足的发展。科研经费的缺少已经严重制约了学科的发展创新。究其原因,固然与我国经济还不很发达有关,但思想上的不重视是更为主要的原因。

4. 多年以来,我国的老年学研究成果中虽然有许多是真知灼见,但大多数论文和文章都在低层次上重复,缺少精品,社会效益不明显,对决策起不了多大作用。在一定程度上这也与缺少有组织的科学研究和科研经费投入,以致大多数人是在自发地进行研究有关,这样一种研究状况是很难出精品的。

随着21世纪的到来,我国已经进入老年型人口国家行列。老年学作为一门科学,就要跟上时代发展的步伐,用人类先进的知识抓住长寿时代的各种机遇,并缓解各种消极因素,使我国能够更加顺利地建设小康社会,并全面推进我国的现代化建设,使越来越多的老年人能真正共享社会发展的成果。

四、我国老年学在21世纪将发挥更大作用

作为一门新兴学科,老年学本身还需要不断地发展。这种发展,既依赖于全社会为老年学的发展创造更好的外部条件,也依赖于老年学研究人员的刻苦努力,使更多的科研成果能够在社会实践中发挥更大的作用,得到全社会的承认。我们有理由相信,老年学在21世纪对解决我国的老龄问题必将发挥越来越大的作用,因为老年学完全可以在以下诸多方面为社会做出自己的贡献。

(一)向全民宣传和普及老年学知识。特别是使决策者和中青年都能认识到,人口老龄化是人类历史发展的必然,今后将是人类社会的常规状态,对待人口年龄结构中老年人增多和高龄化必须有所准备,包括思想准备、理论准备和舆论准备。在这些准备中,需要老年学的知识。

(二)老年学研究在制定老龄问题对策方面具有重要作用。在人口老龄化过程中,最突出的问题将是老年人的大量涌现。为了避免老年人受歧视,过有保障、有安全感的生活,国家需要各种立法和进行各种制度的改革,诸如老年社会保险、老年社会福利、老年医疗保健制度等。在老年立法和老年社会保障制度改革中,老年学可以提供古今中外的知识和经验。

(三)老年学研究为人才的教育与培训提供理论指导。迎接人口老龄化,需要大量的老年医疗、老年心理、老龄管理、老年护理和老年学教学和研究的人才,这些人才需要的基础知识和专业知识是老年学研究的用武之地。我国老年人越来越多,特别是今后高龄老人越来越多,所需的各类老龄专业人才是大量的,如果现在认识不足,不及早进行人才准备和组织准备,就很难满足今后老龄化社会的各种需要。

(四)老年学研究是实现健康老龄化的理论基础。我国具有人口多、底子薄、老年人多的特点,要成功地、有效地对付人口老龄化和发挥老年人的积极作用,实现健康老龄化是必然的选择,老年学知识对推动我国向健康老龄化方向发展提供了必不可少的理论基础。

(五)我国的老年学研究在学习、借鉴国外发达国家的经验方面具有重要作用。发达国家人口老龄化的出现比我国早一个世纪,老年学研究的开展要早得多,他们在自然科学和社会科学方面开展的广度、深度都强于我国,他们对老龄科学研究的投入也比较多。因此,我国的老年学和老龄工作都要借鉴发达国家的先进科学和成功经验,在老龄问题研究上开展国际交流与合作,学习和吸收国外有益思想和经验,这将大大有利于促进我国的老龄工作,解决当前和未来的老龄问题。

我国老年学研究的前景远大,进行老龄科学探索是我国21世纪老年学的一项特别重要的任务。我国的老年学研究起步晚,许多研究与

外国差距甚大。由于国家在老年学研究方面的投入少,我国在衰老生物学和老年医学中的基础研究要迎头赶上。相对来说,我国的临床医学比较发达,但需要总结提高,特别是我国传统医学历史悠久,有广阔的研究余地。我国老年人问题多,但将大量老龄问题上升到理论认识还有很多工作要做。中国是世界老年人最多的国家,又是有几千年尊老敬老传统文化的国家,中国在老年学上对人类作出更大贡献是可能的,但必须进行大量扎实的研究工作。

略论长寿时代的老年人、老龄化与老年学

贵阳市老年学学会、贵州省逻辑学会 刘宗平

一个崭新的时代——长寿时代已经到来,世界人口的平均预期寿命已经大大延长,而且还在继续延长。老年人口,特别是高龄老年人口已经大大增加,而且还在继续增加。21世纪全世界将进入人口老龄化时代。于是,老年人、老龄化与老年学不能不格外引起人们的重视和关注。

一、要正确地、积极地认识“老年人”

“老”与“老年人”,都是外延很大、内涵又很丰富的概念。相对于不同的时空、不同的角度、不同的意旨,对“老”与“老年人”可以有不同的理解。一般认为,人的时序年龄、生理年龄与心理年龄是既有联系又有区别的。

按照时序年龄来计算老年的起点,也有不同的意见。我国古代曾有“七十曰老”,“老,谓五十以上”,“过五十六为老”,等等。瑞典人口学家桑德巴在1900年曾以50岁来划分老年人口。现在,通常用60岁作为老年的起点,有时也用65岁作为研究人口老化的一个起点;又用80岁作为高龄老人(“老人中的老人”)的起点。然而,日本确定50、60岁为“实年”,70岁以上才是老年。

“老”的含义,在汉语中,不仅有“年纪大”、“衰弱、衰落”的意思,也有“老练、富有经验”的意思。

生命周期有这样四个阶段:形成阶段、成长阶段、成熟阶段和消亡阶段。过去总是把“老”的含义靠向“衰弱、衰落”这方面,因此,老年似乎就一定进入了生命周期的消亡阶段。我国儒家宣扬的大同社会的理想是:“使老有所终,壮有所用,幼有所长,矜寡孤独废疾者皆有所养。”(《礼记·礼运》)这就把“老”与“终”紧密地联系在一起了。

“终”的含义是“最后、结束、未了”。也“指人死”。“少者曰死,老

者曰终”。《礼记·文王世子》载：“文王九十七乃终。”《论衡·偶会》载：“人生百岁而终，物生一岁而死。”在古代，把“寿终”的岁数还是定得很高的。

据有关资料，我国人均寿命，解放前为35岁，唐宋前不到30岁，难怪古人要慨叹“人生七十古来稀”了。近50年来，中国人的平均寿命增长很快，“从解放初期的35岁提高到1993年的70岁”，仅40多年，就增加了一倍。据专家预测，到公元2000年，我国人口平均预期寿命可提高到男71岁、女74岁。现在已是“人生70多来兮”了。而且，无论是我国，还是全世界，人口的平均预期寿命还在继续提高。再过一段时期，发达国家可能超过80岁，而日本可能超过90岁。显然，过去所谓的耄耋老人，甚至期颐（百年）老人是稀有的，现在已经很多，将来还会更多，而且其中不少人还能健康而清醒地生活，并不一定就老眼昏花。按科学推算，人的自然寿命应该是100—175岁。最近报载：英国政府的一位高层科学家表示，由于人类遗传基因研究上的不断突破所带来的医学进展，未来的人类预期寿命很快将比目前增加一倍。

近年来，国外社会学家提出了“年轻型老人”的新概念。所谓“年轻型老人”，是指那些生活自如，反应敏捷，精力充沛，阅历深广，学识渊博，有成熟的判断力，可贡献于社会的老人。据统计，在当今发达国家60岁以上的老人中，“年轻型老人”占老人总数的80%—85%。显然，这种“年轻型老人”还将在更多的国家继续增加。

那么，很多人从60岁成为“老年人”后，实际上还有相当长的一段时期——10年、20年或更长的时期处于成熟阶段的中后期，而不能认为只要是“老年人”，就进入消亡阶段了。因此，在继续保持以60岁为老年起点的情况下，还有相当长的一段时期，应该把“老”的含义靠向“老练”、“老成”，而不应该靠向“衰老”、“老朽”。当然，人总归会走向“老朽”，走向终结的，但那是老年人的后期，特别是高龄老人的后期。现在不能，以后更不能把到了60岁的人都笼统地认为已经“衰老”了，“老朽”了，准备“老有所终”了。

1982年9月21日联合国第三十七届大会通过的《联合国关于老龄问题的决议和维也纳国际行动计划》明确提出：“认识到寿命延长是

一项生理上的成就和一种进步的象征,并且认识到老年人是社会的财富而非负担,因为他们可以以其累积的丰富知识和经验作出价值无比的贡献。”“流行病学研究表明,接踵而来达到同一年龄的年长者健康水平越来越好,而且由于人们的寿命越来越长,可期望一些主要的机能丧失现象大部分压缩在死亡前的很短的年龄范围内。”

显然,今后的“老年人”真正成为“衰老的人”、“老朽的人”的时间可以期望“压缩在死亡前的很短的年龄范围内”,只有到那时才必须着重地安排“老有所终”的问题。

作家谌容曾写过小说《减去十岁》,那是文学的虚构。然而,从1950年到现在,中国人的平均预期寿命增加了30年,这却是客观的事实。因此,人们的衰老期也当然往后推延了。换句话说,人类的成熟阶段,能够参与劳动与创造的时期大大地延伸了。

最近《亚太地区行动计划(草案)》提出:“传统的对老年人的看法往往是消极的多。老年人常常被描写成脆弱的、残疾的、依赖他人的。”然而,“现实并非如此。”“各国政府认为,为老龄社会作准备时,要做出认真的努力以消除对老年人的消极看法。要反复灌输一种新的、积极的老年人角色观念。”当然,这并不是说老年人就总没有“衰老”、“脆弱”的时候。会有这样的阶段,但那应该是在高龄老人的末期,而且这一阶段不会很长。

总的来说,今后的老年人的主要方面应是“老练”、“老成”的人,是“一种新的、积极的老年人角色”。全社会和老年人自身都应朝着这个方向努力。

二、要正确地、积极地认识“老龄化”

相应于对“老”与“老年人”的积极理解,对“老龄化”也应作积极理解。

“老龄化”也称“老化”,可以指个人的老化,也可指人口的老化。个人的老化是人的年龄的一种变化,它与时间同步,过一年,长一岁,是自然过程,不会逆转。有的学者认为,老化过程实际上从出生就开始了,一个人在世界上的生命过程,也就是一个老化过程。《老龄问题维也纳国际行动计划》认为:“老化是贯穿整个人生的过程,我们应当把