

老年人“心病”谁来医如何医

——“敬老月”里专家热议关爱老人心理健康

□ 田晓航

身体机能减退、退休后社会角色转变、家庭空巢化……一系列现实因素让不少老年人产生了焦虑、孤独等不良情绪甚至造成严重心理问题，导致生活质量下降、主观幸福感和自我价值感降低。

老年人的“心病”谁来医？怎么医？在第11个“敬老月”里，老年学和老年医学专家、心理学专家、养老服务从业者结合自身研究成果或实践经验，为老年人心理问题“把脉”“开方”。

家庭是老年人心灵的“温暖港湾”

“家庭和谐、儿女孝顺，得到子女实际支持和情感支持较多的老人，心理可依托感相对较强，对生活积极乐观；相反，老人缺少亲情关怀，内心就会感到无

依无靠、没有安全感，即使物质条件很好也并不幸福。”在日前举行的老年心理健康与积极老龄观培育专题研讨会上，首都医科大学护理学院教授刘均娥分享了关爱老年人心理健康的工作实践体会。

“家庭对高龄老人尤为重要。他们在被照顾的同时，社会参与更少，精神需求相对更多、更高。”据中国老年学和老年医学学会副会长、中国科学院心理研究所研究员韩布新说。据中科院心理所的一项大数据研究表明，高龄老人是心理健康的高危人群。

中央财经大学社会与心理学院社会学系副教授丁志宏通过对10,149名高龄老人2018年的数据分析研究发现，在回答“如果您有心事或想法最先向谁说”这一问题时，90.2%的高龄老人选择求助家人。

丁志宏认为，高龄老人较少求助社会，是因为社区提供的服务往往和老年人需求“错位”，服务质量、价格、理念也与老年人所想不同。随着年龄增长，高龄老人精神求助越来越家庭化，其社会化程度越来越低，家庭成为满足高龄老人精神需求的“主阵地”。

为此，丁志宏建议制定适合我国国情的、以家庭为单元的社会支持政策，向照料高龄老人的家庭提供帮助，如制定与父母同住子女享受住房补贴、购房减免税收等政策，落实定期看望父母的补助政策等。

向老年人群体开展精神慰藉志愿服务

“精神慰藉是解决老年人心理问题的重要途径。”刘均娥说，走入老人内心、解决老人心理问

题，是社区养老服务的重要板块。

然而，在老年人口基数较大的社区，街道和社区工作人员承担着多项管理与服务工作，难以较好地督导相关精神慰藉服务开展。如何整合资源以解决这一问题？

在北京奥运村街道开展的一个服务项目中，刘均娥做了这样的尝试：组织社会参与意愿较高的低龄活力老人组建志愿团队，引导低龄老人为高龄老人服务，以“邻里互助养老”等主动服务形式，有计划、有针对性地面向老年人群体开展精神慰藉志愿服务。

老年瑜伽、金婚老人婚纱照拍摄、“老龄人谈老龄事”讲座、“老年人常见心理问题和沟通技巧”线下交流会……在系列精神慰藉活动中，老年人产生共鸣、敞开心扉，分享自己的生活经验和困惑，

负面情绪得到了疏导和释放。

北京青年政治学院副教授梅丽萍说，他们大多数还没有准备好如何做一个他人眼中期待的老人，很多问题需要引导和疏通。

入住养老机构的不适 呼唤细致心理呵护

入住养老院后整宿睡不着觉，不停呼唤管家，甚至需要管家的陪伴才能入睡，经常觉得身体这里或那里疼痛，时不时呼叫医生……现实中，从家搬到养老机构，很多老年人感觉并不适应，从而产生焦虑等心理问题。

首厚大家朝阳社区院长谭疆宜说，从养老机构的实践来看，老年人心理健康问题与其接受的其他养老服务有正相关关系。

她总结发现，入住养老机构的老年人常见心理问题背后有以下原因：生活环境改变，与他人相处中分寸把握不好；单身老人有强烈孤独感；老年人的正常心理退化导致沟通中产生误会；心中“小我”被无限放大，渴望被关注；老年人背景、阅历不同导致文化冲突；老年人情感需求导致困惑或冲突；一些老年人有轻度认知障碍，对其他老年人生活产生影响；家属缺乏对老年人的正确引导，有的甚至会责备老人，衍生更大的心理问题。

制定入住适应计划、设立“400”服务热线、请专业社工进行心理督导……首厚大家朝阳社区用这些方法，帮助入住老人尽快适应“新生活”。

心理学专家陆晓娅说，老年人心理波动往往和生活事件相联系，护理人员要理解这一点，同时学习更有效的陪伴、沟通方法，这样才能帮助老人更好走完人生最后一程。

江西抚州 小瓜蒌助增收

目前，江西省抚州市临川区桐源乡瓜蒌大面积成熟，当地农户正在加紧采摘。据了解，近年来，桐源乡通过“公司+合作社”的模式，重点打造400亩瓜蒌子产业扶贫示范基地，辐射全乡77户精准扶贫户，每亩年产值超过6600多元，小瓜蒌为当地农民铺就了一条增收之路。图为桐源乡的农户在瓜蒌子产业扶贫示范基地内采摘成熟的瓜蒌。

新华社记者 彭昭之 摄



浙江省永嘉县农村深化改革系列专题报道之三

培育山水诗路项目 做强“SONG”文旅品牌

□ 本报通讯员 金淑薇 麻文广

近年来，浙江省永嘉县聚焦“瓯江山水诗路核心地”打造，将诗路建设作为提速“两山”转化、推进全域旅游发展的重要路径，把诗路打造为更好的项目发展平台、更好的产业联动纽带、更好的经济转型动力，系统推动“永嘉SONG”文旅品牌提升，实现山区经济发展绿色崛起。截至2020年9月，全县接待游客1163.01万人次，同比增长9.23%；旅游总收入133.78亿元，同比增长6.81%；门票收入6476.49万元。

培育诗路项目，产业引领村强民富

坚持诗路建设服务人民美好生活，共建共享共赢发展，实现诗路沿线村民增收5000元以上、村级集体收入增加10万元以上。

在实践中，永嘉县首先发力文旅融合做深发展新篇章。以全省大花园建设为要求，梳理和推进省级数字诗路e站、楠溪云上温泉度假项目、亨嘉文化创意园等20个重点文化产业项目。建成全省首批省数字诗路e站永嘉IP开发体验中心，在历史文化古镇枫林和岩头分别打造省级

诗路e站的总站和分站，通过实体场馆和数字平台同步建设的方式，把中国山水诗的摇篮——永嘉的诗词、诗人、景点、历史遗存和非遗传说等元素进行IP内容设计，激活诗路文化资源。

其次，名家引领人才集聚新空间。实施艺术家驻村计划，积极吸引一批内外永嘉文化艺术名人在岩头镇芙蓉古村、丽水街、滩地音乐公园等处建立文化艺术名家工作室，完成位于丽水街楠园文化小院的建设和建成陈忠康书法工作室、周建朋青绿山水工作室等5家文化名家工作室，各类文化名家将分时段在工作室授课创作。发掘文旅专家孙海浩，带动其优势资源，让文化名家住芙蓉古村与音乐滩地公园，打造COART艺术营。

再次，项目驱动乡村振兴新引擎。以文化促进旅游业态升级，引进和建设楠溪诗画小镇、瓯窑小镇、楠溪书院等一批文旅融合项目，为乡村振兴注入新动能。突出传统耕读文化的体验和交流，将民宿打造融入芙蓉村、苍坡村等宋文化古村落的整体布局、建筑风格、人文习俗中，推出各具特色的文化体验区，“楠溪溪宋文化特色民宿带”初具规模。目前永嘉共拥有230多家精品民宿，并获评全国首

批、全市唯一的民宿产业发展示范区。

打造诗路专线，旅游经济快速崛起

坚持让诗路旺在实景里，重点打造三条诗旅融合专线。一是围绕南北朝诗人谢灵运打造山水诗带。以谢灵运《登永嘉绿嶂山》《登石门最高顶》等25首诗中提到的足迹为重点，对谢公田等20多处山水诗资源进行保护提升，投入6000多万元在谢灵运后裔村，建设谢公岭山水诗主题公园和谢灵运纪念馆，打造5条“跟着谢灵运游楠溪”山水诗体验游线路。二是围绕“舴艋舟”打造乡愁诗带。以南宋女词人李清照“只恐双溪舴艋舟，载不动许多愁”诗句为意境，深入挖掘山水诗路上的舴艋舟元素，在楠溪源头村打造舴艋舟文化馆，开辟10公里旅游水上新航线，串联沿线14个村庄，打造一条乡村旅游“网红路线”，复活了有着1500年历史的舴艋舟文化，推出舴艋舟文化体验游，并举办楠溪江舴艋舟竞渡活动，央视为此进行一天三次专题报道。三是围绕“陶弘景”打造养生诗带。依托“中国长寿之乡”金字招牌，以“山中宰相”陶弘景隐居地陶公洞景区为主体，推进

十二峰、小若岩景群等景区景点提质工程，把陶弘景“山中何所有，岭上多白云”的诗意和沿线景点融为一体，做好诗路的景观化文章，打造集养眼、养心、养身于一体的“诗带”，年游客量超过200万人次。依托云岭乡的高山温泉，投资58亿元的楠溪云上温泉度假区被列入省“五个千亿”级实施计划。

搭建“SONG”平台，文化品牌持续打响

永嘉县提炼了“SONG”文化概念，以江南宋村和楠溪江音乐小镇打造为核心，做足做深宋文化和音乐赋能文章。“SONG”既是“宋”字的拼音，也是“歌唱、诗歌”的英译，其中：S为以“山水诗”为代表的“诗歌”文化；O为以“瓯窑”为代表的“瓯”文化；N为以“南戏”（永昆、乱弹）为代表的“戏曲”文化；G为以“古村落”为代表的“耕读”文化。一是培育“SONG”文化节庆盛会。连续3年举办楠溪江东海跨年音乐节，用“音乐+”赋能文化旅游，吸引游客、歌迷21万人次，最多一天接待3万人次。举办楠溪江星集音乐营，帮助年轻的原创音乐人把才华变成事业。强化草原文化与“SONG”文化的交流，开展高原音乐与楠溪江红色主题

音乐大联动，邀请“草原之心”艺术团到永嘉县开展邂逅“草原牧歌”主题活动。擦亮“月色楠溪”品牌，举办“夜游楠溪”活动，常态化在楠溪江举办文化艺术活动、文创农创展、论坛等系列，提升诗路文化内涵。二是搭建“SONG”文化交流平台。每年定期举办浙江省诗路IP开发推进活动、全省文化创意大赛、国际山水诗论坛、诗路研学活动等系列活动，推出“永受嘉福”新文创系列产品和永嘉麦饼系列文创产品，持续为文化旅游赋能。开展文化解码工程，组织开展第二届楠溪江宋文化与旅游融合发展论坛暨“楠宋造梦师”研讨会，开展全国有奖设计征集宣传活动，聘请专家学者、业内大咖为永嘉文旅融合发展问诊把脉、出谋划策。三是加强“SONG”文化品牌推广。进一步加大对诗画永嘉、音乐永嘉的宣传力度，扩大宣传范围、创新宣传形式、提升宣传效果，切实擦亮永嘉独特的文化印记。组织开展全国主流媒体、全国知名网络媒体永嘉采风行主题外宣活动。深化与天目新闻合作，围绕“永嘉SONG”主题，推出“楠宋造梦师”等系列宣传，相关话题在全国阅读量超过1亿，文旅新项目“魔鬼秋千”短视频阅读量突破2亿。

民生速递

河南封丘获封“中国道地金银花之乡”

中医药守正创新助推县域经济 振兴发展高峰论坛举行

本报讯 由中国中药协会、中国中医药信息学会主办的中国·封丘第六届道地金银花产业发展大会暨中医药守正创新助推县域经济振兴发展高峰论坛近日在河南省封丘县举行。与会专家学者就封丘中医药资源、地域中医药文化与县域经济发展的深度融合，金银花及中医药产业如何带动贫困地区特色农产业发展等重点问题，展开调研和讨论。为锻铸封丘县“中国道地金银花之乡”的文化内涵、地域内涵和产业规模，进一步夯实封丘县地标产品——道地金银花品牌在国家级贫困县特色产业中的原动力，助力封丘文化繁荣、经济发展和产业腾飞，提出了诸多切实可行的宝贵意见和建议。

封丘县委副书记刘志勇表示，金银花种植是该县的传统产业，已有1500多年的栽培历史，封丘素有“中国金银花之乡”的美誉。这些地域历史背景和文化元素，构成了道地金银花产业发展大会的丰厚背景。目前封丘县金银花种植面积稳定在10万亩，形成了两个专业种植乡镇，种植覆盖全县所有的村，年产干花在1000万公斤左右，包括加工产品在年内销售产值达16亿元，在全国享有金银花种植规模、品质、栽培管理技术、认证新品种、出口量等方面的“五个第一”。金银花产业在封丘县“脱贫致富体系”中占据着举

足轻重的位置。在帮助贫困家庭就业增收方面，封丘县出台了金银花提质增效奖励办法，以扶持金银花产业发展。目前该县从事金银花种植经营主体的已有1372户，从业人数达到54,700人，吸纳贫困户数8367户，金银花产业已经发展成为该县第一大富民产业。

2019年，中国中医药信息学会组织了由中国中医科学院、中国中药协会、北京中医药大学等科研院所专家组成的考察团，对封丘金银花的种植、加工、应用等进行了全面审查和评定，确认了封丘金银花的道地性，中国中医药信息学会道地药材分会此次为封丘县颁发了“中国道地金银花之乡”的证书和牌匾。

中国中医药信息学会会长吴刚一直关注并支持封丘金银花产业发展，对封丘道地金银花品牌的内涵和影响力较为了解。这已经是他第3次到封丘考察调研金银花产业的发展情况。他表示，中国中医药信息学会将为封丘道地金银花产业持续壮大发展，提供更多、更强有力的支持。

据封丘县常务副县长袁俊峰介绍，“中国·封丘道地金银花产业发展大会”系列活动开展以来，通过一系列切实有效的工作，奠定了封丘金银花道地药材在国内同业间的产业地位，实现了封丘金银花产业链的飞跃发展，推动了封丘的文化繁荣、经济发展和产业腾飞。

（刘林）

“三以三促” 提升服务群众和防控治安能力

福建省周宁县狮城派出所深入践行 新时代“枫桥经验”

本报讯 今年以来，福建省宁德市周宁县狮城派出所深入践行新时代“枫桥经验”，聚焦“平安不出事、矛盾不上交、服务不缺位”总目标，积极探索适合该辖区的“三以三促”工作法，切实提升服务群众、防控治安能力，有力维护辖区持续稳定。

强化党建引领，以“近邻党建”促“警邻同行”。党建引领是新时代“枫桥经验”首要之举，狮城派出所积极探索党建、警务深度融合，以一社区一民警、党员民警挂职社区副书记为抓手，推出“近邻党建”“警邻同行”。让党建引领警务走进社区、村居、群众、邻里身边。目前，狮城下辖的6社区全部配齐党员民警并挂职社区副书记。今年以来，在防控疫情、化解矛盾纠纷上作用凸显，狮城派出所先后受理“12345”平台信访件10多件、成功化解矛盾纠纷17起。

紧盯矛盾化解，以“三联调处”促和谐社会。“矛盾不上交”是践行新时代“枫桥经验”的主要要求，狮城派出所联合多方力量，创立“民调

“律调”“警调”相联合的“三联调处”工作机制，使辖区内矛盾更“快”、更“近”、更“精”地得以化解。“三联调处”工作机制开展以来，先后成功调解矛盾纠纷97起，得到了老百姓的普遍认可。

牢树以民为本，以“三小窗口”促服务百姓。“以民为本”是践行“枫桥经验”的初心所在。狮城派出所围绕“服务不缺位”，强化服务效能，深入推进“创四优窗口，提服务效能”专项活动工作，着力创建“三小窗口”服务机制。“高效型”窗口快速便捷，对常办理20多个业务制作“一次性告知单”及办事指南，为群众节约时间成本；“服务型”窗口充满温馨，针对困难群众实行上门服务，利用闽政通和微信平台等资源预约办理户籍业务；“宣传型”窗口清新亮丽，一条条打击盗抢骗的标语、一句句防范电信诈骗的提醒，窗口民警用温馨的微笑践行着“服务不缺位”的为民承诺。“三小窗口”服务机制的创建，拉近了警民的距离，提升了公安的良好形象。（文新）