



■ 忧：被“圈养”老人郁郁寡欢

最近，家住昆明市某小区的李大妈向记者讲述了一件烦心事。几年前，她从西双版纳州某县中医院退休。刚退休的前两年，她过得开心自在，和一群年纪相仿的老年人一起跳广场舞、一起郊外徒步，每年还跟团旅游几次。可自从两年前搬来昆明和女儿女婿住后，李大妈就郁闷不已。

“女儿和女婿都很孝顺，担心我水土不服，每天嘘寒问暖的，可这并不是我想要的晚年生活。”李大妈说，女儿女婿每天忙于工作，照料小孙女的任务就落在了她身上。“每天除了外出买菜，基本上没有离开过小区大门，像坐牢一样。”李大妈说。

采访中记者发现，和李大妈有类似想法的人不少。一位老人告诉记者，和子女住一起后，生活变得很不方便。比如，老人喜欢清淡饮食，年轻人则口味重；老人晚饭吃得早，可子女们回来得晚，常常要到七八点才吃饭。

“由于思想观念、生活习惯不同，年轻人和老人住一起很容易产生矛盾。如果矛盾得不到及时解决，就会越积越多、越积越深。”王嘉文表示，与此同时，老人往往会有一种“寄人篱下”的感觉，很多事情都忍气吞声。他们认为，这样的晚年生活过得没有尊严。

此外，由于年轻人忙于工作，无暇照顾老人，为防止意外事故、上当受骗等发生，不少子女会限制老人活

动，不让他们结交朋友。老人被“囚禁”在高楼大厦里，每天只能喝茶、看报、看电视、发呆，生活变得单调枯燥，内心也茫然失措。

■ 如何养老应尊重老人选择

孝为德之本，百善孝为先。

“现如今，一些年轻人常以工作忙为由，将带小孩、买菜、洗衣、做饭等活计丢给老人，导致他们没有了自己的生活空间和时间，更别说享受晚年生活了。”云南民族大学民族文化学院教授赵秀兰说，面对逐渐老去的父母，作为子女，要尽量给他们一个安定幸福的晚年生活。老人除了希望有天伦之乐，也希望有自我空间与价值，年轻人不能以一个简单的“为了你好”而让老人陷入被“圈养”的痛苦境地。

“己所不欲，勿施于人。”赵秀兰表示，要让父母老有所依、老有所乐，就要给予他们足够的时间和空间，让他们过自己想要的生活。如果老人不愿意和子女住一起，子女们不要勉强。“人人都说退休后才是最无牵无挂的时候，可以真正为自己活一把，子女们要理解老人的这种心态，且要主动帮老人弥补遗憾。”赵秀兰说。

对此，王嘉文认为：“‘家有一老，如有一宝’，孝敬老人并不是一定要把他们绑在身边。有的老人喜欢和子女住一起，有的则希望过自己的生活。无论老人选择哪种养老方式，子女都不应干涉，要给予父母一定的选择权，让他们去做自己喜欢的事。”

“即便不住在一起，也可以经常打电话、视频聊天，周末节假日回家看看，或陪他们吃吃饭，也是另一种孝敬方式。”王嘉文表示，特别是选择在乡下养老的老人，子女要做好物资保障和精神保障，可以通过定期给老人养老金、购买医疗保险等方式，切实提高父母晚年生活的幸福指数。🏠

本刊记者 杨旭东 / 文