组版 王贤梅
编辑 宋才华 校对 陈文彪

独居老人：不喜欢孤单又害怕相处

专家：老人若独居，最好住得离子女近一些

生活中，有不少老人过着独居的生活，有的是因为子女外出打工，留下老人独自在家，有的老人则是觉得和子女生活习惯有差异，不愿和子女一起居住……不过，这些独居老人都有一个共同点，那就是害怕孤单。近日，市场星报、安徽财经网（www.ahcaijing.com）记者对此进行了采访，心理专家建议，老年人与子女如果不能一起住，最好能住得近一些，以便照应。

朱丽云 记者 马冰璐



数据显示：我国独居老人逐年增加

如今随着老龄化的加剧，独居老人越来越多，虽然很多独居老人都曾想过和孩子一起住，但考虑到现实中与孩子观念有差异、生活习惯不同容易产生矛盾等原因，老人们还是觉得分开住最为适宜，但希望能跟子女住得近一些，子女没事多来看看他们，或者带着孙女、孙子周末过来陪陪他们也好。

全国第六次人口普查数据显示，2010年，独老、老年夫妻独自居住的比例已趋近总体一半，与这之前的二十年相比，七成老人与子女同住的比例变化明显。其中辽宁、山东、江苏、广东、上海、浙江六个东部省市的75岁以上独居老人最多。

据了解，目前人口迁徙、跨城工作、多代家庭减少、城市化发展等都成为我国当前独居人数翻倍的原因。

独居老人：生活习惯有差异不如独居

黄阿姨今年63岁，前年老伴去世后曾和子女住在一起，但是因为和儿子儿媳在生活习惯上有差异，最终黄阿姨选择在同一个小区租房自己住。“因为人老了，睡眠时间比较短，因此我起床时间都比较早，但是儿子周末想睡个懒觉，有时会有点小摩擦。”加上黄阿姨喜欢把剩菜剩饭留着第二顿继续吃，但是儿媳觉得剩菜没营养，意见不一的两人偶尔会争吵几句。

毕竟隔了一代，黄阿姨和儿子儿媳的生活方式、习惯观念都不同，经常是互相看不顺眼，因此黄阿姨和儿子商量之后，就决定在小区另外找住处。黄阿姨说：“和儿子离得也不远，他们平时会过来看我，给我送点生活用品，我觉得这样挺好的，关系也缓和了不少。”

为什么选择在儿子家所在小区租住呢？黄阿姨表示，自己年龄大了，担心住得远了，万一出什么事，没人知道。“年纪大了经常会忘记带钥匙，挨着孩子住近点，能省很多事情。”黄阿姨说，自己平时从电视上看到一些独居老人就是因为距离子女远了，突发疾病在家中去世好多天都没有人知道，因此，她觉得挨着儿子住在同一个小区是最好的选择。

独居老夫妻：只等儿孙周末来看望

由于不少家庭都是独生子女，因此不少独生子女家庭就要照顾四个老人，而一些老人有充足的养老金和基本的生活保障，就不愿再去加重子女的负担，所以选择一直住在自己的房子里，而子女由于工作或者结婚等原因可能在别处买房生活。

家住合肥市沁心湖社区的王大爷如今的生活，就是每天在小区和人聊聊天、打打牌，等着老伴叫他回家吃饭，然后看看电视结束一天的生活。65岁的王大爷和老伴刘奶奶，两人只有一个女儿，女婿也是独生子女，女儿女婿结婚后单独买了房子，平时既要上班又要照顾小孩，负担比较重。因此，两边的老人都是自己住，而小两口时不时回去看看他们，也经常打电话关心他们。

王大爷告诉记者，他和老伴平时都是早上出去买菜、做饭，中午睡个午觉或者在家看电视，下午没事就会在小区里闲逛，和周围的人聊聊天，有时还会打打牌。周末，女儿会把外孙送过来陪陪他们，然后星期天再把孩子接回去。王大爷说，自己和老伴有时还会报团外出旅游，他们想趁着现在身体还硬朗，多出去看看，等以后走不动了就安安静静在家呆着养老。

子女说：最怕老人出问题

尽管一些老人因为各种原因没有和子女一起住，但是随着年龄的增长，无论是心理上还是生理上，都会出现一些问题。年纪大了之后，身体可能容易出问题，心理也容易产生孤独感。比如有些老人出门时会忘记关水电气或者忘带钥匙等。而有些老人年纪大了之后会变得比较敏感，总是觉得自己身体有问题。子女由于不能随时陪在身边，也不能时刻照顾到他们的感受，因此总是悬着一颗心。

合肥市民吴女士告诉记者，其实作为子女，她也希望老人和自己一起住，这样有人照顾比较放心，但是可能老一辈和自己这一代人的生活习惯确实有些不同，加上老人也比较坚持，因此还是尊重他们的意愿，同意他们单独居住。

“我妈妈身体不是很好，她又不愿意和我们一起住，我们没事都会过去看她，但是因为要上班或者其他种种原因，也不能随时都能去看她，因此上班的时候总悬着一颗心，就怕她出什么事。”吴女士还透露，妈妈可能年纪大了，比较敏感，有个小咳嗽或者小感冒就觉得得了大病，要上医院检查，虽然医生说没什么问题，吃点药就好了，可她仍觉得自己得了大病。

她说，自己一个星期会给父母打几个电话，关心、问候一下他们，并和周围的邻居住户打了招呼，如果自己不能过去看父母，让邻居帮忙相互照应。“其实父母不说，我们也知道他们还是渴望热闹的，特别是逢年过节的时候，谁都希望家里热热闹闹的，因此过节或者周末没事的时候，我们都会过去陪他们，看得出来我们每次过去，他们都很高兴。”

专家建议：老人独居，最好离子女近一些

“老人选择独居是个人意愿和个人的权利，谁也不能干涉。但是子女还是应该尽量和父母沟通、交流，能住在一起就尽量住在一起。”国家二级心理咨询师周金妹说道。

周金妹表示，老人有权利选择和谁居住在一起，老人和年轻人的生活习惯毕竟不一样，生活在一起总会产生摩擦，因此选择独居，这也是老人的自由。但是她强调，这也要根据老人的身体情况做决定，如果老人身体较差，最好还是和子女一起居住。如果老人非要选择独居，提倡子女最好住得离老人近一些，正如俗话所说的“一碗汤的距离”，这样方便经常看望和照应。

针对近年来，屡见报端的“独居老人家中去世无人知”现象，周金妹认为，解决独居老人的问题，既要靠子女也要靠社会，而社区化的养老机制更应得到提倡。从子女角度来讲，赡养老人是子女的天职，子女平时没时间的话也要给老人多打电话，多与他们交流沟通，照顾老人的精神世界。从社会方面来讲，社会上要形成社会化的养老体系，建立专业化、常态化的养老机构，“应增加养老投入，在社区内增加养老机构，形成社会化、社区化的机制，可以在社区建立养老场所，为老人提供养老服务。”