

为老社工：助长者乐享耆年



社工群像
系列报道之六

作为上海市最早从事专业为老服务的社工机构，上海浦东新区乐耆社工服务社于2006年就以项目的身份开始活跃在为老服务的领域。他们坚持“以人为本，与爱同行”，并于2008年独立注册。姜月，华东师范大学心理学硕士，有着十年专业服务的资深社工，坚守着“积极老龄化，赋权增能”的社工理念，与乐耆风雨同行。

本版撰文 青年报记者 朱筱丽



社工们策划“青春接力骑行”公益活动，长者们热情参与。

本版受访者供图

最平常的事 日托中心康复忙

从浦东社工协会下的“乐耆项目组”到专业为老服务的社工机构，姜月一直坚信，为老服务的领域是社工大有作为的领域，把中华儿女孝敬敬老的美德激发出来是社工工作的一个方向。同时，姜月也始终坚信，老年人也应该发现自我，活出健康和精彩。十年的社工经历，让她欣喜地看到了这一切。

“乐耆社工服务社的承接运营的日托中心通过个案管理的模式对每一位老人的身体、心理和社会资源进行综合的评估，并链接资源聘请专业

人士采用保健康复和作业疗法帮助老人强身健体，采用个案辅导方法塑造老人的心理健康，采用艺术治疗等方式帮助老人建立社会支持系统。让老人感觉到日托中心就是自己的家。”姜月对于乐耆的服务目标非常清晰。

长者们刚来日托的时候，一时间可能会不习惯如此规律的生活。“我以前是住在嘉定的，不是现在这片老房子，现在年纪大了，我女儿说方便照顾我，让我过来这里住，我还是喜欢以前那房子，楼下有湖有绿地，我

不习惯午睡的。”“阿姨，这是你女儿对你的孝心，你会在这里认识老多老朋友的，你先住几天看看。”社工耐心地陪伴阿姨说着话。

日托服务是乐耆接管的其中一个项目，在日托中心里，长者们渐渐变得越来越亲热，社工们也欣喜地看到长者们的变化，脸上的笑容更多了，有些长者渐渐地成为长者中的老年领袖，发挥着自身的领头作用带领大家一起进行锻炼，指导长者如何保健，大家就像其乐融融的一家人一样，日托中心变成了这些长者的第二个家。

最新鲜的事 活动室中显自治

乐耆社工服务模式是“社工+志愿者”的服务模式，大量的志愿者来自社区同时为社区服务，由此乐耆社工服务社就形成了社区老年活动室的活动自治模式。

从最初与长者的陌生与不熟悉，到现在开展活动时长者见到工作人员们互相打招呼，聊家常，从原先的场地比较难借到现在“你们什么时候再来”，社工们努力设计着更新颖、更适合老年长者的活动，愉悦长者的身心。同时，指导和培训志愿者为社区

高龄老人服务。

姜月认为，社工设计的活动不仅要长者的身心有益，还要满足老人的需求。“有时候长者和志愿者反馈说，我们活动挺好，我们就非常满足。有一个老年志愿者因为摔了一跤而不能参加活动，她让她的子女抬着她来参加。这让我们非常感动，也让我们坚信社工服务是有价值的。”

在服务长者的过程中，社工们自身也在成长。乐耆股行项目组的毛溢文社工说，“做社工要会写”——因

为工作中有很多需要写的地方，比如计划书、简讯等等；“做社工也要会说”——因为社工面临的是一群老年人，需要和他们开展活动，通过话语和他们亲近。姜月补充道：“其实不只是这两把刷子，还要会ps、会排版等等。不像企业的一个萝卜一个坑，社工可能是哪里需要你就要到哪里去。在工作的过程中，我们也会遇到一些困难，比如服务对象的不理解，但每当我们看到服务对象的转变，我们知道我们的辛苦是值得的。”

最暖心的事 携手走出丧偶阴霾

生命终有站点和终点。乐耆的专业社工关注社区丧偶独居长者的伤痛，为其提供服务与干预。“活动主要通过以生命故事记录、绘画艺术沙龙、亲子体验工坊和岁月画展的形式协助老年人处理哀伤情绪，支持和陪伴社区中的独居老人走出丧偶的阴霾。通过共同回忆和叙述生命故事的方式，也让个体更加深层次地思考家庭与生命的意义，从而转变看待生命的视角以更好地度过晚年生活。”姜月亦希望以此呼吁社会给予丧偶独居的老年人群更多的关怀与关注，正视个体的生命价值和意义，营造出更富于人文关怀的场域氛围。

去年5月开始，乐耆社工对10名老年人进行了上门探访，主要采用叙事的方式收集老年人的生命故事，通过图像音像和文字等多元鲜活的方式予以记录并整理成册。在探访的过程中，社会工作者通过询问老年人的生活、身体、心理状况，与亲属的家庭关系及相处模式，与另一半相知相守的爱情故事，重温和沉淀过往岁月中的所得与所失，发掘过往生命故事对老人如何看待现在生活的影响，从而正视丧偶事件。

社工也开始积极组织绘画艺术沙龙。“老年人在绘画和创作的过程中，一方面通过色彩、涂抹以及线条

中信息，社工甚至是老人可以直观、客观地检视心理状态。另一方面，绘画作为非语言的工具，也可以辅助老年人表达和纾解压抑的感情，达到舒缓感伤和治疗情绪障碍的目的。”在服务的过程中，社工们欣喜地看到长者的转变。绘画之初，耄耋长者们不乏第一次拿起画笔者，欣喜而好奇，在一次次地深入中，由单一的色彩逐渐变得鲜艳，在画作中添加自己的想法，在绘制过程中放松身心。当听到长者问“下一次的什么活动”，“我是第一次画水彩画有意思”时，社工们也因长者们带回的反馈而喜悦。

最痛心的事 社工难断家务事

为了更好地为老年人提供心理辅导，乐耆组织了一支专业的心理咨询志愿者队伍，并邀请了十多位国家级心理咨询师成立了专门的老年心理咨询室。

“在日托，乐耆社工既关注老人生活照料需求，又关注对轻、中度失能老人的康复服务，并且过程中不仅立足老人基本需求，还会涉及到更高层次的尊重、归属、爱和自我实现的需求。在社区，乐耆社工尽可能满足独居老人、丧偶老人、‘隐蔽长者’，甚至老年人照顾者的需求。”姜月告诉记者，为老社工能做的仅不止于此。

“但是社工也不是什么都能做。在做社工的过程中，我们也会痛心于有些子女的不孝与不顺。服务对象卷入复杂的家庭矛盾时，那时的社工真的无能为力。而我们唯一能做的就是陪伴。”说到这里时，却触动了姜月最柔软的部分。“因此，我们更强调乐耆社工要运用倾听、同理、面质、支持等技巧去服务各类老人，设身处地了解丧偶老人的需求，失智老人的意愿，失能老人的想法。”

伴着乐耆的十年成长，姜月也看到了自身的成长和年轻社工的成长，有看到过社工的离开，“有坚定地前行、有懵懂地前行，也有果断地离开。”作为老牌的社工服务机构，姜月说出了自己最期待的事：第一是希望社区的老人开心健康地过好每一天，希望通过优势视角来看待老人和老人家庭；第二是希望把传统的家庭观点和传统孝道回归到平常的生活之中来，让更多的年轻人像尊重自己的爷爷奶奶一样尊重他们，形成一种尊老的新风尚。



长者们在活动中增能。