

<<老有所爱>>

图书基本信息

书名：<<老有所爱>>

13位ISBN编号：9787563931859

10位ISBN编号：7563931856

出版时间：2012-9

出版时间：北京工业大学出版社

作者：鹅毛笔

页数：190

字数：220000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<老有所爱>>

前言

老年人经验丰富，阅历和社会联系较广，是极宝贵的智力资源和社会财富。

这就是我们所常说的“家有一老，如有一宝”的含义。

但是，在当今中国“未富先老”的现实国情下，社会过多地将注意力集中在老年人保健及其他服务上，一些老年人被看成经济负担。

“养儿防老、积谷防饥”是沿袭多年的至理名言。

而今，第一代独生子女的父母正迈入老年行列。

于是，4个老人1个孩子的家庭压力陡然压在第一代独生子女的身上。

年轻人不仅有“养不起小孩”的忧虑，还要直面“养不起父母”的危机。

这是目前大多数“421”家庭必须面对的现实。

2011年7月1日，胡锦涛总书记在庆祝建党90周年的重要讲话中指出：“围绕老有所养、老有所医、老有所教、老有所学、老有所乐、老有所为的总体目标，扎实推进‘六个老有’全面发展，努力使广大离退休干部‘学有所教、劳有所得、病有所医、老有所养、住有所居’。

”中国老龄工作的总目标是“六个老有”。

这个总目标其实可以划分为两个方面：安心养老、积极养老。

安心养老需要国家和社会的投入，而积极养老则是指老年人转变心态，发挥余热，以丰富的经验和广博的知识为社会继续作贡献。

本丛书就是从目前中国的养老困局出发，为老年人的居家养老、积极养老提供方法论指引，为老年人继续发挥余热奉献社会进行技巧性辅导，为“421”家庭的养老提供一种理想的解决方案——老人离退休之后，进入对自己来说全新的领域，应全面了解这个快节奏的社会，学习新知识，跟上社会前进的节奏，为社会做出新奉献；学习和掌握新人类、‘新新人类的思维方式与沟通方式，扬弃不合时宜的陈旧认识，将丰富的经验和时代新知有机结合，培养孙辈健康、全面地成长。

总之，本丛书要达到的目的是：老人积极、安心居家养老，少年儿童健康、全面成长，而让承担抚育子女、赡养老人义务的年轻人无所牵挂地打拼自己的事业。

丛书“送给父母的礼品”共包括五册图书：《老有所识》——一所浓缩的老年大学。

本书介绍了医药卫生常识、饮食起居常识、法律法规常识、经济理财常识、安全避险常识、科学育儿常识等。

条目式的内容，要么来自于专家学者的智慧精华，要么来自于实践经验的总结，内容可信、可读、有用、实用。

《老有所为》——不服老的人真正年轻起来的秘方。

本书介绍了老年人发挥余热、奉献社会的几种主要途径。

全书内容选取的标准是“看看优秀的老年志愿者是怎么做的”，每一个内容都包含了“为什么要这样”、“应该怎么做”、“别人是怎么做的”这三个环节，读得懂，学得会，学得快。

《老有所学》——优雅和有品的老年生活速成手册。

本书主要介绍了书法、美术、曲艺、手工、花鸟、健身，年轻时没有玩过的或来不及玩的、完全陌生的或没有学会的，在这里都变得如此简单易学，如此妙趣横生。

《老有所爱》——夕阳下的赞歌，家庭隔代沟通的法宝。

阅读本书，“老来伴”和“老来拌”的区分是那么明显，婆媳原来不是冤家而是另一对母女。

《慢游慢品》——老年人生活慢时尚。

老年人带着本书去旅游，不再是走马观花的匆忙，而是让美景像电影慢镜头一样慢慢流过。

到孩子所在的城市，不用等待孩子的周末，不用担心在一个陌生的城市迷路。

“送给父母的礼品”，送的其实不是书，而是一份愉悦的心情，一个“老顽童”一样的晚年，更是送给在外奔波的自己一个心安。

<<老有所爱>>

内容概要

《老有所爱：让这个世界充满爱》“送给父母的礼品”中关于老年人情感调适的，全书共五章内容，分别是：第一章：年老情更重。

主要讲述为什么情感需求是老年人精神需求的核心需求，并分别从爱情、亲情、友情等角度具体来谈这些需求的重要性和可能面临的问题，让老年人更加理性地面对晚年生活中的爱。

第二章：老伴儿是个宝。

从老年夫妻面临的问题如吵架、猜疑、婚外恋等着手，一步步展开，讲述一些夫妻相处之道。

同时，介绍一些相濡以沫的夫妻的故事，尤其是他们相处中那些看似平凡，其实非常浪漫的举动。

第三章：黄昏恋课堂。

针对老年人再婚中所遇到困难和阻力，从情、理、法等多方面为老年人的晚年幸福出谋划策。

第四章：亲情是补药。

围绕老年人和子女、孙辈等的亲情关系，阐述老年人在享受天伦之乐的同时，也要更新观念，爱孩子，也要爱自己。

第五章：朋友如拐杖。

主要是讲述老年人扩大社交圈的重要性的方法，希望他们有老友，也有新朋，多交好友和好邻居，互助交流，为自己的晚年多一份幸福的保障。

总之，《老有所爱（让这个世界充满爱）》以大量的事例和细致论述，为老年人的情感生活提供了许多借鉴和参考，鼓励老年人老有所爱，爱得明白，爱得智慧，爱得幸福。

<<老有所爱>>

书籍目录

- 第一章 年老情更重
- 情感需求是老年人精神需求的核心
- 老年人的情感需求有哪些
- 让爱滋润晚年生活
- 第二章 老伴儿是个宝
- 退休后夫妻关系怎么不如从前了
- 一起出发去旅游
- 大胆尝试新鲜事物
- 一起品味那些美好的岁月和浪漫的事儿
- 老年夫妻相处法则
- 家有爱唠叨的老伴儿
- 老伴儿多疑怎么办
- 老伴儿到了更年期
- 当他（她）生病的时候
- 有过“婚外恋”的苗头吗
- 第三章 黄昏恋课堂
- 爱情让老年人焕发青春
- 你对他（她）了解有多少
- 老年人再婚也要讲“门当户对”吗
- 年龄是障碍吗
- 儿女百般阻挠为了啥
- 非婚同居是把双刃剑
- 警惕情感骗子
- 老年人再婚后也要好好经营感情
- 第四章 亲情是补药
- 带孙子你准备好了吗
- 婆媳是敌还是友
- 你的孝顺期待过高吗
- 儿女的婚事，父母的心事
- 如何面对“啃老”的孩子
- 与子女相处的艺术
- 遗嘱这个敏感的话题
- 如何应对空巢综合征
- 第五章 朋友如拐杖
- 老友如发妻
- 找啊找啊找朋友
- 几种特殊人群的交友
- 邻里之情暖人心
- 不妨有个忘年交

<<老有所爱>>

章节摘录

版权页：第一章老年情更重 许多人，包括一些老人，觉得人老了就缺乏一种灵动，因而感情也必然迟钝，不大敏感了。

其实，每个老人都是一部书，走过人生的春夏之季，步入成熟而稳重的秋天，悲欢离合都是故事；尝尽人生酸甜苦辣，淡然已是最好的味道；谙知人情冷暖，亲情、爱情、友情，种种情感集聚于心……有这样丰富的人生，谁人能看淡轻言老人的情感世界？

的确，老年人的情感或许不那么细腻，但却是丰饶的，需要开掘和呵护的。

科学研究表明，要让老年人生活舒适，家人的作用至关重要。

但要让老年人的情感动起来、活起来，最好的办法就是建立每个老人自己的交际圈子。

物质基础固然是晚年生活健康的重要保障，但是精神生活，尤其是情感需求的满足，更是老年人幸福与否的重要因素。

有一个好老伴儿，能成双入对地生活，心里就多了一份踏实；有儿孙绕膝，就看到生命的生生不已，精神上多一点儿慰藉。

这些剪不断的亲情，就是情感的支柱。

有一群朋友，不仅多了玩乐享受的伙伴，还有了采集各类信息的渠道，也有了倾诉心声的对象。

这些可贵的友情，就是情感的沃土。

所以，年老了，更要让自己的情感世界丰富起来，让自己成为散发着悠长余味儿的醇酒和茗茶。

情感，或许是人生晚年最好的一味补药。

情感需求是老年人精神需求的核心 我们从来没有像今天一样关注养老问题，因为老龄化社会已经成为全世界都要面临的问题。

根据联合国教科文组织制定的标准，当一国人口，60岁（含）以上的人口比例达到10%时，便意味着该国家步入老龄化社会行列。

按此标准，中国于十年前便已经进入“老年型国家”。

“十二五”时期，中国人口老龄化将加速发展，呈现出老龄化、高龄化、空巢化加速发展的三个新特征。

现在，我们经常讲“未富先老”，也就是在国家经济还没有进入一个较高的发展水平，社会财富还没有积聚到一定程度时，能创造财富的人口比例却减少了。

而我国的老年人保障体系刚刚起步，正在由传统的“养儿防老”的家庭养老，向社会化养老过渡，因此所面临的问题就更多。

除了老人与社会的“信息阻隔”，情感的疏离与阻隔则更是当下中国老人的显性群体特征。

目前我国城市空巢老人的比例高达50%，高于农村38%的比率。

要解决这些问题，光靠政府的努力还远远不够，要依靠全社会的力量。

政府、企业、家庭、社会组织等，都应该承担起相应的责任，甚至还要通过鼓励子女与老人同住或者就近居住等方式强化家庭照料功能。

但是，一个必须面对的现实是，我国传统的家庭养老功能正在不断弱化，老年人来自家庭成员的心理支持与精神关爱已今不如昔，尤其随着经济的发展和社會价值观念的变化，一些传统的東西在接受新的考驗，我們從前不願公開提及或缺少重視的事情，漸漸浮出水面。

比如-- 随着“421”独生子女家庭结构的扩大，“空巢”家庭越来越多，导致家庭对老人精神慰藉和心理关爱不断减少，使老年人在情感和心理上失去了支撑和依靠，从而陷入了一种无趣、无欲、无助的心理状态；传统孝道正面临前所未有的新考验，一个普遍的现象就是尊老不足，爱幼有加；传统的婚姻观念，也受到了一定程度的挑战，老年人的离婚率一直在不断升高，有的地方甚至赶上了80后，曾经比较牢靠的老年夫妻感情，似乎也不像我们想的那么简单；老年人对待情感，比过去勇敢了，再婚、同居等现象越发普遍，但是新的问题也随之而来，尤其是一些财产纠纷，让爱情受阻，亲情蒙上阴影；传统的朋友概念和邻里关系也和从前有些不一样了……市场化导致竞争意识的增强，以及个人追求利益最大化等因素的影响，人们比以往任何时候都更加注重自身的发展，现代价值观与传统价值观之间产生了冲突，结果是大家对老年人更注重物质赡养，却忽视了精神安慰，造成了老年人的

<<老有所爱>>

无助和与社会的疏离。

<<老有所爱>>

编辑推荐

《老有所爱:让这个世界充满爱》--夕阳下的赞歌，家庭隔代沟通的法宝。
阅读《老有所爱:让这个世界充满爱》，“老来伴”和“老来拌”的区分是那么明显，婆媳原来不是冤家而是另一对母女。

<<老有所爱>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>