

用陪伴与热爱守护老年人的“精神世界” 文娱活动师助力“享老”新生活

记者 尚美玉

专家点评

专业文娱赋能
守护长者身心健康
武宜金



随着“银发浪潮”的推进,当代老年人的需求结构正在发生深刻变革,逐渐形成“养、乐、为”的三阶金字塔。在“老有所养”的基础上,“老有所乐”与“老有所为”成为核心增量。这意味着,养老机构的服务内涵必须从单一的“生存保障”向“品质生活”转型。引入专业的“文娱活动师”正是这一转型的关键。他们并非简单的活动组织者,而是老年人身心健康的守护者。

优秀的文娱活动师能够根据老人的身体状况与兴趣特长,量身定制园艺疗法、音乐疗法、艺术创作等多元化课程。这不仅能有效激活老人的肢体机能,更能通过兴趣社交打破封闭感,帮助他们在持续学习与创造中重获价值认同,真正实现从“被动养老”到“主动享老”的幸福跨越。

(作者系本报特约评论员、曲阜师范大学老年康养服务与健康教育研究中心主任)

我国60岁及以上人口超3.23亿 占总人口23%

全国人均预期寿命达79.25岁

本报北京讯 日前,民政部、全国老龄办发布《2025年度国家老龄事业发展公报》。最新统计显示,截至2025年末,我国60周岁及以上老年人口32338万人,占总人口的23%;全国65周岁及以上老年人口22365万人,占总人口的15.9%。全国65周岁及以上老年人口抚养比23.1%。全国人均预期寿命达79.25岁。

我国家政用工缺口超过2000万人 家政服务新政策出台破解“找阿姨难”

当前,家政服务业市场规模已迈入万亿元,是惠民生、稳就业的重要领域。商务部等9部门近期印发《关于促进家政服务业高质量发展的若干政策措施》,聚焦行业长期存在的“找不到好阿姨”“价格不透明”“权益没保障”等痛点,从5方面提出19条具体举措。

如何让从业者更有职业底气

家政服务是吸纳重点群体就业的重要领域。初步估算,我国家政用工缺口超过2000万人,高素质人才供给不足尤为突出。

新政策提出,支持家政服务业行业头部企业牵头建设行业产教融合共同体,支持有条件的地方建设市域产教联合体,推动在全国职业技能大赛中设置家政服务竞赛项目等。

人力资源社会保障部农民工工作司副司长林淑莉表示,将全面推行“岗位需求+技能培训+技能评价+就业服务”四位一体项目化培训模式,提升职业技能培训质效。

林淑莉表示,将加快推进家政服务员、家政服务经理人国家职业标准的修订和开发;坚持以职业能力为导向,积极推进社会化职业技能等级认定。同时,将指导家政企业依法与招用的家政服务人员签订劳动合同或服务协议,规范用工管理。健全灵活就业人员社保制度,提高灵活就业家政服务人员参保率。

新政策还打通了家政与医保部门之间的壁垒,明确支持符合条件的家政企业提供长期护理保险居家服务。

谢希瑶 王聿昊

7月30日下午,青岛泰康之家·海琴府的活动室热闹非凡,清脆的拍手、跺脚、拍腿节奏伴着阵阵笑声传出。25岁的马士成站在人群最前面,带着二十多位头发花白的老人玩“身体打击乐”,有老人跟不上节奏、手忙脚乱,逗得众人开怀大笑。

这是青岛养老社区里鲜活温暖的日常。褪去传统养老场景的紧绷与刻板,这里满是欢声笑语、温情烟火。以马士成、范金娥为代表的文娱活动师,跳出基础生活照料的范畴,专注守护长者的精神世界,用陪伴与热爱,让养老不止温饱,更有温度与乐趣。在青岛,养老服务早已跨越“衣食无忧”的基础阶段,朝着精神富足、价值重塑的“享老”新阶段稳步进阶。

”



25岁的文娱活动师马士成正带领长辈们做身体拍打操。

1 00后南开硕士 扎根养老一线的“快乐摆渡人”

“小马又来送快乐啦!”马士成刚走到二楼走廊,就有老人从门里探出头跟她打招呼。这位2001年出生的南开大学社会工作专业的硕士,因为一天到晚总笑得眼睛弯成月牙,老人们直接亲切地称她“娃哈哈”。

旁人很难理解,在不少同学选择考公、进入写字楼的职业路口,这个名校毕业的年轻人为何会一头扎进养老行业。马士成的答案很朴素:“读书时我就认定社会工作的价值内核,实习时和老人们相处的日子更让我确信,这里的每一位长者都是一本厚重的书,他们的人生阅历总能反过来治愈我。”

前不久,马士成顺

利通过中级社会工作者考试,还和团队一起拿下了第一届全国老年社会工作服务技能竞赛金奖。

如今,马士成负责的60余位长者的日常文娱安排,日程表排得满满当当。她的活动策划从不流于形式:手机课上,她会根据不同老人的需求调整内容,想学点外卖的老人单独讲解操作步骤,想和外地子女视频通话的老人就手把手反复演示。

在与一位临终关怀长者相处的日子里,让马士成愈发明白,文娱活动师的核心从来不是“哄老人开心”,而是看见每一个独立个体的精神需求,让他们在人生的每一段旅程里都能感受到被看见、被珍视的温暖。

2 60后“全能选手” 被老人联名“返聘”的文娱带头人

如果说马士成的坚守源于专业初心,61岁的范金娥,则以岁月沉淀的同理心,温暖着一批又一批长者。2016年,有着基层调解工作经验的范金娥偶然投身养老文娱服务,从此扎根一线、深耕不辍。

范金娥没有受过专业的社工训练,却凭着一股肯钻研的韧劲,把自己练成了“全能选手”:老歌、京剧、黄梅戏都能信手拈来。她总跟老人们说:“只要你开口唱,心情就先好了一大半。”没有学过专业手工,她就跟着志愿者学,再改良成动作简单的版本教给老人;不会做视频剪辑,她就拿着手机随时抓拍老人日常,投屏到活动室的大屏幕上,老人在屏幕里看到自己,都会惊喜地

喊出来:“我上电视啦!”

几年前到了退休年龄,范金娥原本打算回家休息,没想到老人们却记挂着她,联名写了一封请愿信交到院长手里,强烈要求把她“返聘”回来。“有的老人连自己孩子的名字都记不清了,却还能准确叫出我的名字,这份信任比什么都重。”重新回到岗位的范金娥,每天都热情带动大家,从早上八点半到下午三点,五个楼层的课程排得满满当当,课程结束后她还要挨个房间串门,听老人们说说心里话。



在福山老年公寓,范金娥带领老人们做操。

3 双向奔赴的陪伴 让“养老”变“享老”

一老一新两代文娱活动师,用不同的方式诠释着新时代养老服务的温度。她们的工作早已跳出唱歌跳舞的表层形式,走向精细化、专业化的精神关爱:为卧床、半自理的老人设计床边的小活动;为老兵策划专属的主题活动重塑价值感;为情绪低落的老人做一对一的情绪疏导,守护长者的精神世界。

青岛是全国老龄化程度较高的城市之一。截至2025年底,全市60岁以上户籍人口达233.5万人,老龄化率27.22%,已进入中度老龄化社会。随着老龄化程度的不断加深,高龄、空巢、独居、失能失智老年人数量持续增长,老年人多层次、多元化的精神文化需求正不断扩大。为精准回应老年人多

元化的需求,青岛市民政局等16部门联合印发《青岛市基本养老服务清单(2026年版)》,共包含38个服务项目,涵盖物质帮助、照护服务、关爱服务、社会优待等方面。其中明确要求强化心理关爱服务,开展心理关爱活动,丰富老年人精神文化生活。

从“老有所养”到“老有所乐、老有所安、老有所享”,青岛养老服务正完成温柔蜕变。马士成的专业青春、范金娥的温情经验,形成完美的代际传承,为养老行业注入多元力量。未来,随着养老服务持续向专业化、精细化升级,更多优质精神文化服务将下沉一线,让每一位岛城长者都能够在暮年活出尊严、活出精彩,拥抱高质量“享老”新生活。