

老年人体育研究中几个急需解决的问题

叶条凤

(广东水利电力职业技术学院 体育部, 广东 广州 510635)

摘 要: 面对老龄化社会, 提出老年人体育研究应着重老年人标准再探讨、面对工作的老年人和不工作的老年人、关注空巢老人与流动老人、重新思考老年人的体育消费, 以及老年人体育研究要为推进健康老龄化做贡献等几个急需解决问题的研究。

关 键 词: 体育社会学; 老龄化社会; 老年人体育

中图分类号: G80-05 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2015)02-0056-03

Several issues urgently needed to be solved by researches on sports for the elderly

YE Tiao-feng

(Department of Physical Education, Guangdong Technical College of Water Resources and Electric,
Guangzhou 510635, China)

Abstract: Aiming at an aging society, the author made a study of several issues urgently needed to be solved: elderly sports researches should focus on elderly standard reconsideration, study the working and non-working elderly, care the empty nest elderly and mobile elderly, rethink the elderly's sports consumption, and that elderly sports researches should make a contribution to promoting healthy aging.

Key words: sports sociology; aging society; elderly sports

截至 2012 年,全世界 60 岁以上的人口已达到 8.2 亿, 预计 2050 年将达到 20 亿。标准普尔公司在题为《2010 年全球老龄化》的分析报告中指出: 世界人口正以不可逆转的速度步入老龄化这一事实, 将成为勾勒未来国民经济健康程度的决定性因素, 没有其他力量能与其相比^[1]。20 世纪 70 年代以来, 我国大力推进计划生育政策, 生育率很快从 1970 年的 5.80% 下降到 1980 年的 2.24%。随着人口生育率的持续下降和人口平均预期寿命的延长, 我国的老龄化进程正在加快。1998 年底, 中国人口已达到 12.48 亿, 其中 60 岁以上的人口占总人口的 9.7% 左右; 2000 年, 第 5 次全国人口普查结果表明, 全国 60 岁以上的人口占总人口的 10.46%, 已达到联合国规定的“老年型”国家的标准, 步入老龄化社会。2013 年, 中国老年人口已突破 2 亿大关, 老龄化水平达到 14.8%。据预测, 到 21 世纪中期, 我国 60 岁及以上人口将达到 4 亿, 超过总人口的 1/4^[2]。

伴随着世界范围内老年人口快速增长而导致的老龄化, 世界各国越来越多地把它与对经济和社会发展

的影响联系起来, 使老年人的界定标准发生了阶段性的变化。在人口学中, 人口被划分为 3 个年龄段: 少年儿童期、劳动年龄期和老年期, 这是根据生物学的规律而定的。老年期的“老”是指生命历程的特定阶段, 它反映生命活力的衰退或机体功能的退化这样一种客观事实。有学者指出, 最早从年龄结构研究出发定义老年人口起点是在 20 世纪初, 当时主要是从生育机能所能保有的年龄考虑, 将老年人口标准定为 50 岁。20 世纪中叶联合国出版的第一本关于人口老龄化的研究报告则以 65 岁作为老年人口年龄起点^[3]。最近联合国世界卫生组织对年龄的划分标准又作出了新的规定: 44 岁以下为青年; 45~59 岁为中年; 60~74 岁为年轻的老年人, 75~89 岁为老年人, 90 岁以上为长寿老年人^[4]。这一新的年龄段划分, 颠覆了传统的青年(35 岁以下)、中年(36~59 岁)和老年人(60 或 65 岁以上)的界限, 并将老年人划分为 3 个年龄段, 真正意义的老年人为 75 岁以上的人, 将人类的衰老期推迟了 10 年, 这将会对人们的心理健康和抗衰老意志产生积极

的影响。本研究讨论的几个老年人体育研究中急需解决的问题,正是围绕老龄化社会和老年人的特点展开的。

1 老年人体育研究中的老年人标准

在以往的老年人体育研究中,对老年人年龄的起点界定出现了5种标准:55岁以上;60岁以上;女55岁以上,男60岁以上;65~85岁;66~85岁。特别值得注意的有3点:一是多数文章没有说明关于老年人年龄起点界定的依据;二是有的文章还规定了老年人的上限;三是许多研究的老年人样本年龄在70岁以下(个别至80岁),缺少70岁以上老年人参与体育的现状^[5]。按照联合国世界卫生组织新的年龄段划分标准,以往70岁以下的研究样本只涉及到大部分年轻的老年人(遗漏71~74岁龄组),尚未触及到真正意义的老年人(75岁以上)。在我国,经济发展带来了人们生活水平的大幅提高,生活环境、营养饮食、医疗卫生条件等的改善,使许多70岁以上的老年人健康地生活着,老年人体育研究似不应该忽略他们的存在。此外,以往许多调查研究从统计方便的角度,常常将样本划分为3个年龄段,即老(60岁以上)、中(36~59岁)、青(35岁以下)。今后的老年人体育研究,如何界定老年人的起点年龄、如何划分年龄段,要不要参照联合国世界卫生组织新的年龄段划分标准,值得探讨。

2 “工作的老年人”和“不工作的老年人”的体育

老龄化的症结之一,就是劳动力人口短缺和养老负担过重,因此延迟退休和长者再就业政策被提到议事日程。有调查机构发现在20个经济发达的国家中,从2007年开始明显延迟了退休年龄,这代表着未来的一种趋势。英国可能是世界上第一个任命“年长工人工部长”的国家,退休金管理专家罗斯得到了这个职位,他的核心任务就是推翻对老年人的传统认识,并重新制定关于退休和退休年龄的政策。罗斯希望传达的信息是:一个人的工作经验和才能绝不会止步于65岁^[6]。另有一项研究发现,1996—2010年,55~64岁的美国人从事创业活动的比例每年均高于20~34岁的人群^[7]。我国目前男干部60岁、女干部55岁退休和男工人55岁、女工人50岁退休的标准还是早在1952年时的政务院规定的。而且,1952年时的平均寿命与现在的平均寿命相差30余年,退休后的寿命和健康状况已经发生了巨大变化^[8]。目前,我国相关部门正在酝酿条件成熟时延长法定退休年龄,拟采取“小步渐进”的方式,逐步将法定退休年龄提高到男性65岁、女性60岁。不仅如此,在相关政策的鼓励下,特别是网络和科技

的发达,使年长者群体中蕴藏着的巨大人力资本得以开发,使60岁以上的女性和65岁以上的男性再就业(专职和兼职)成为可能。届时,老年人体育的研究要面对“工作的老年人”和“不工作的老年人”。

3 空巢老人与流动老人的体育

1)空巢老人。

空巢老人,是指那些身边无子女共同生活的老人,其中既包括无子女的老人,也包括与子女分开居住的老人。随着我国老龄化步伐的加快乃至现代生活方式的差异、“孝道”观念的淡薄和长期实行独生子女的政策,空巢老人不仅仅只是反映了一种老龄现象,而是逐渐演化为一个重要的社会问题。2008年,我国大中城市空巢家庭比例达到56.1%^[9]。2011年,在我国1.69亿60岁以上的老年人中,有40%过着不与子女同住或没有子女的空巢生活^[9]。如何解决空巢老人的经济、医疗、生活照顾和情感关怀的问题,特别是如何丰富他们包括体育在内的精神文化生活,已成为当今社会的新课题。

2)流动老人。

随着经济与城市化的快速发展,在流动人口演化特征中出现的“流动老人”开始逐渐进入人们的视野。所谓“流动老人”,大多是指离开户籍地到外地子女家照顾第三代孙儿的老人,其中以农村老人居多。目前,尽管流动老人的数量不是很多,但却代表了一种趋势,城市化的进展、快节奏的现代生活方式、逐渐放开的二胎生育政策,乃至老龄化的加快,流动老人将会不断增多。流动老人得不到子女居住地的福利待遇,社会认同遭遇尴尬,几乎成了两边都不落地的“悬空老人”。还有流动老人的体育研究尚未进入研究者的视野。

4 重新思考老年人的体育消费

中国的老年人到底具备何种程度的体育消费能力,是一个值得重新思考的问题。据研究,只有1/3左右的老年人有体育消费,一般年均消费额度在0~300元,>300元的占10.5%,>500元的占3.4%^[5,10]。这组数据反映的是老年人体育消费水平较低状况。其实,消费能力和消费水平是两个互相关联的不同概念,体育消费水平低并不等于体育消费能力低,中国老年人并不缺少体育消费能力。据国家统计局发布的信息,2005年我国老年人的人均购买力达到了1620美元,还预测到了2015年我国老年人的人均购买力可达到4112美元,他们有能力购买老年人所需要的服务。特别是未来,在科技创新和制度创新的支持下,许多60~74岁的年轻老年人(联合国世界卫生组织新的年龄

段划分标准)或延迟退休,或重新走上工作岗位(专职和兼职),给老年人的体育消费能力留下了较大的想象空间,关键在于按需提供。从这个意义上说,老年人体育消费的研究不要只是停留在结果雷同的现状描述上,而应将研究重点投放到如何引导老年人形成积极的体育消费观念,如何创建方便老年人体育消费的场所,如何开发新的、适合于老年人的体育消费产品和模式。

5 老年人体育研究应为推进“健康老龄化”做贡献

老年人对健康的渴望,是他们健康水平逐渐下降的反映。在 65 岁以上的老年人中约 80%的人至少患有一种慢性病,这是世界各国具有共性的普遍现象。为此,联合国世界卫生组织提出了“健康老龄化”(Healthy Aging)的概念,得到了国际社会的广泛认同。从字面上看,“健康老龄化”很容易被理解为仅是一种医疗保健目标,实际上,它有着丰富的社会文化内涵,因为老年人的健康明显地受到了各种社会文化因素的影响,使生理、心理、社会的三维健康观得以确立。健康老龄化的着眼点是社会群体的健康长寿,而不局限于少数长寿老人的增加,其必要性包含在人类社会的发展目标中,是社会良性运行的一个标志,也是应对老龄化的一项社会战略^[1]。改革开放以来,随着经济的发展、人们生活水平的提高和人口老龄化速度的加快,老年人体育的问题引起了体育学术界的重视并广泛展开了研究,取得了显著的成绩。生物科学视角的研究涉及到锻炼负荷、锻炼方法、锻炼风险、运动处方、体质调研、营养保健、健康水平评定等;心理学视角的研究主要集中在锻炼兴趣、动机、意识、态度、情感心理健康、心理因素等;社会学视角的研究主要集中在现状调查、生活方式、体育价值观、体育消费、影响因素和发展对策等。从以上的研究中我们可以看出,生物科学视角和心理学视角研究的基本分析单位是老年人个体,分别触及到老年人的生理和心理侧面;而社会学视角研究的基本分析单位是老年人群体,着眼于老年人体育整体的描述与分析。于是便产生了如下两个问题:第一,从“三维健康观”的角度来看,明显缺乏将老年人个体作为基本分析单位,探讨影响老年人健康的社会文化因素的社会学研究。第二,老年人体育研究的 3 个学科视角(生物科学、心理学、社会学)各自为政,基本上互不搭界。为此,今

后的老年人体育研究不但要加强将老年人个体作为基本分析单位的社会学视角的研究,还有必要打破 3 个学科各自为政的研究格局,形成学科合力,从“三维健康观”的视野揭示老年人的健康问题。

体育应该为走进老龄化社会的中国做出贡献。体育学研究者不但应该以充满智慧的心智品质去关注社会上可能出现的某些与应对老龄化相关的变化,将其纳入老年人体育研究的视野予以解释和说明,更应该承担个人对社会的责任,关爱社会弱势群体,将老年人体育研究和实践的发展作为应对老龄化、推动社会发展与进步的己任。

参考文献:

- [1] 王思慧. 世界人口老龄化现状趋势及政策实践[EB/OL]. 百度文库 <http://wenku.baidu.com/view/fca0528084868762caaed5e7.html>.
- [2] 张勋,周咏缙. 我国老年人口数量达到 1.94 亿[N]. 新快报, 2013-02-28(A30).
- [3] 郭沧萍. 社会老年学[M]. 北京: 中国人民大学出版社, 1999.
- [4] 百度文库. 联合国世界卫生组织对年龄的划分标准[EB/OL]. <http://wenku.baidu.com/view/723e1daf0029bd64783e2cfc.html>.
- [5] 黄森. 迈向老龄时代的中国老年人体育研究述评[J]. 上海体育学院学报, 2013, 37(3): 20-25.
- [6] Sara Milller Llana. 重新定义老年[N]. 南方都市报, 2014-08-31(B08).
- [7] 谢孟哲. 老年人是福音,而非负担[N]. 南方周末, 2012-09-27(F31).
- [8] 王询. 老年人口与人口老龄化标准再认识[J]. 山东医科大学学报: 社会科学版, 2000(4): 13-15.
- [9] 中国城市老年人消费现状[EB/OL]. 道客巴巴. <http://www.doc88.com/p-5099806802300.html>.
- [10] 金再活,王淑霞,孙斌. 21 世纪中国老年人体育消费的现状调查及对策分析[J]. 北京体育大学学报, 2006, 29(12): 1639-1641.
- [11] 郭沧萍,姜向群. “健康老龄化”战略刍议[EB/OL]. 百度文库 <http://wenku.baidu.com/view/14353e0a4a7302768e9939cc.html>.