



中秋节前一天,103岁的李奶奶突然就不吃饭了,一口都不吃。

黄艳玲是养老院的工作人员,她和同事在排除了老人的身体问题后,耐心询问下,李奶奶突然委屈道:“你们为什么要这么对我?”

大家有点懵,再问之下才明白,李奶奶喜欢自己吃饭,所以他们为老人准备的是方便拿在手上的碗。结果老人看见别人吃饭都是用的餐盘,瞬间觉得自己被区别对待了。

“跟她解释吧,她又听不见。所以要花很多的精力去开解,不然她一晚上都睡不着,会一直想这件事。”这是“90后”女孩黄艳玲在养老院工作的第4年,于她而言,这份工作最难的不是日常照料,而是安抚好老人们的情绪,“是如何让他们能充实度过一天。”

“过家家”似的摆摊背后

►是老人们想要被看见、被需要

黄艳玲安抚好李奶奶,又陪她吃完午饭。等老人们开始午休,她和同事在餐厅开始准备下午的活动。1元的饼干、2元的风油精、3元的挂饰……摆满一桌子。他们还给袜子系上蝴蝶结、给鲜花扎好彩纸,将购物的仪式感拉满。

就是这样一场“过家家”一样的摆摊,却热闹了整个养老院。

午休后,老人们推着轮椅、拄着助步仪,在这里欢欢喜喜逛了好久。想喝酒的爷爷眼巴巴寻觅着白酒,发现没有后,被黄艳玲塞了一盒水果;烫着卷发的奶奶买了一盆巴掌大小的多肉,她说自己是摔骨折了才住进来的,“我就喜欢热闹,以前可以大半年时间都在外面旅游。”还有一位爷爷的女儿专程赶来,结果轮椅上的老人即使意识不清,都记得从钱包里拿出1元钱,给女儿买了一包小饼干……

只要精气神还在,变老就没有那么可怕 在养老院,一位一百零三岁老人的心愿



黄艳玲和103岁的李奶奶在一起。

“他们最想的还是被看见、被需要。”高霞是这间养老院的院长,她清楚目前在住的50多位老人情况,“平均年龄在80岁以上,且超过80%是失能老人。”

在养老行业扎根了10多年,高霞形容,变老这件事,就是在日渐衰弱的身体里,装着阅历丰富的灵魂,“所以,他们很敏感,也更需要日常的社会秩序感。”

高霞见过很多老人,只要自己还能动,就坚决不让护工帮他们洗澡换衣服,于是,护工们只能在门口守着;一位患有渐冻症的老人,即使在病情加重的情况下,也要每天将自己收拾妥帖,用仅仅能动的的手指操作轮椅离开房间;在为失能老人擦洗身体时,老人们会像小孩子一样不好意思,直到和护工熟悉和建立信任……

“所以我们会每天、每周、每个月都设计规模不同的活动。”高霞说,养老院的活动就是要简单一点,要让老人能够有参与感,让他们觉得没有和社会脱节,“比如在教师节,我们就组织大家聚在一起,为退休前是老师的老人送花。”

提供这样的被需要感,已经融入了养老院的日常。

有时候,黄艳玲和同事会让老人帮着厨房摘摘菜,或者是帮着他们拿

着东西。还有老人因为住在一个房间处成闺蜜的,“我耳朵不行,她眼睛不行,我就是她的眼睛,她就是我的耳朵。”两位奶奶坐在一起开心地说。

记录的初心

►是想为老人多留下点什么

黄艳玲一直觉得,在养老院里,衰老变得具体、可触摸,那是他们熟悉的老人们正在承受的现实,疼痛、无力、持续受限……

曾经,一位奶奶用失落的语气对她说,感觉人生已经被判“死缓”了,“这位奶奶是髌关节骨折,只能躺在床上,但她说还有梦想。”顿了顿,黄艳玲补充道,“她的梦想就是跳拉丁舞。”

这让黄艳玲觉得,他们需要从时间里抓住点什么。

“特别是我照顾的一位老人去世后,我发现之前拍她的视频都过期了。”这是深埋于黄艳玲心中的遗憾。她开始想要多为老人留下点什么,于是,在取得家属和老人的同意后,她开始把养老院的日常发布到网上。

那是几乎没有任何处理的视频。有时是老人们拿着苹果花生给他们吃,宛若家里的长辈对孩子一般;有时是老人们沉浸在自己世界里的讲述,说年轻时见过的世界、经历的人;还有时候是他们的歌声、画作、照片……渐渐地,老人和他们之间的情感、老人们的个性和魅力,被越来越多的人关注到。

95岁的张爷爷是学物理出身,现在是爱画国画的“国潮”爷爷。张爷爷不懂网络,但他很开心地发现,自己出门时,有越来越多的人跟他打招呼,他开心地表扬“都是小黄做得好”。

黄艳玲也觉得张爷爷的个性越来越开朗,他知道画作会被网友点赞后,更有劲儿创作了,每次画出了比较满意的画作时,就会专门找黄艳玲,“就问我这个那个要不要拍下来,发网上。”黄艳玲说。

“我很谢谢网友们。”张爷爷说话声音很大,“他们给了我时间,给了我欢乐,我觉得我越活越年轻了。”

相比之下,103岁的李奶奶,则是完全不知道自己成了“互联网奶奶”。

退休前,她是幼儿园老师,现在,她总会习惯性叮嘱护工们,要去吃饭了,要多穿点儿。在她的世界里,黄艳玲前几天刚去读了大学,读的就是她推荐的财会专业,现在毕业了,正在某个单位做会计。李奶奶的耳朵不好,每次她说到这些时,黄艳玲就会笑着说,“对的,对的,就是就是。”

让黄艳玲觉得惊喜的,是这些记录让越来越多的人关注到老人,留言中更多是积极正向的声音,她说:“很多人说,如果老年生活是这个样子的,他们就没有那么恐惧变老了。”

朝阳和夕阳的相逢

►是对生命和时间有了更多感受

这样的留言,就是黄艳玲觉得很有成就感的瞬间。毕竟,在放弃上一份工作进入养老院时,她几乎遭到了身边所有人的反对,“大家觉得年纪轻轻去养老院做什么。”

“但我觉得这是一份有温度的工作。”黄艳玲对于这份工作的喜欢,始于大学时代。那时,她和同学去养老院做义工,能在照顾老人的过程中,感觉到快乐。

真正从事这份工作后,她感受到一种人与人之间最本真的状态,彼此的真诚和善意,大多藏在重复、琐碎、甚至疲惫的日常里。曾经,有一位老人半夜给她打电话,问她怎么还没到。她有点摸不着头脑,直到第二天,老人从上衣口袋里掏出一个用纸包着的包子,说是觉得很好吃,专门留给她的。

当然,更多事是需要用专业和耐心去面对的。黄艳玲觉得最难的,是应对老人的情绪。例如,有认知障碍的老人会反复寻找东西,护工就需要一遍遍告知房间里哪些东西是老人们的。而他们总想多做一点点,记得哪位老人不吃葱,谁的膝盖怕凉,谁想念子女,坐下听他翻来覆去讲几十年前的旧事。

“老人的世界其实很简单,他们会告诉你,时间真的太珍贵了。”在黄艳玲心中,养老院里的他们和老人,就宛若朝阳和夕阳的相逢,老人们对于时间和生命的感受,时常也会让他们觉得被点醒。年轻的他们也不再只把老人当作照料对象,而是看见一个个完整鲜活的灵魂。

似乎,在养老院里工作的人都不会害怕变老。

他们觉得,人都有要离开的时候,离开前大部分人都会有一个需要被照顾的阶段。黄艳玲说:“我们就是要在需要被照顾这个阶段前,一定要好好地活,好好去感受生活,做想做的事。”

“还有,许诺老人的事,就一定要及时做到。”高霞说,“千万不要说下个月或者明年或者怎么样,那个时间对老人来说太久了。”

中秋节时,李奶奶跟黄艳玲说:“我都103岁了,但是我还想活。”

黄艳玲本来以为,这是人对死亡的恐惧。

结果李奶奶接着说:“看,我们的国家现在多好,越来越强大,我想再多看看。”

——103岁老人的心愿打动了黄艳玲,“所以你看,只要精气神还在,变老就没有那么可怕。”

华西都市报·封面新闻记者 杜江茜 李佳雨 摄影报道



95岁的张爷爷要与黄艳玲交换礼物。