

# 要么在乎所谓排名,要么习惯在团队活动中“出头” 背上“偶像包袱”,真累!



生活中,形容一个人特别在意形象、地位以及外人的评价,常常会说他“偶像包袱太重”。浙江大学医学院附属精神卫生中心主任王征通过观察发现,很多老年人也有“偶像包袱”。他们要么在乎一些所谓的排名,要么习惯在团队活动中“出头”。为什么会出现这种现象?

## “能量”被收,她和亲人闹矛盾

前不久,浙江省杭州市的晓云(化名)因为母亲和姑妈之间的矛盾,弄得焦头烂额,“说出来你可能不信,她们是因为支付宝蚂蚁森林里的‘绿色能量’收取而产生矛盾的”。

不久前的一天,晓云突然看到,姑妈一声不吭地退出了家庭微信群。一问才知,母亲觉得姑妈没有提前打招呼,擅自收取“能量”是“偷盗”,“母亲还抱怨,姑妈的‘能量树’每天罩着保护罩,自己却到处收取别人的能量,不道德。而姑妈则

觉得我母亲侮辱她的人品”。晓云想不明白,母亲向来豁达大方,怎么会因为这点小事伤了多年的亲戚情谊?

对此,王征表示,有人在退休之后如果缺乏个人爱好,或许会有一种挫败感。那么,像微信当中的比拼步数、给果树浇水等竞争类游戏,因为操作简单又极易上手,往往就成为展现其自身能力的“舞台”,排名先后就可能会影响自尊心和成就感。

## 抱团养老不谈钱,他有苦难言

说起“偶像包袱”,吉林省长春市72岁的罗强(化名)深有感触。

8年前,罗强的老伴去世了。为了排解寂寞,他邀了几位同龄老友,开始互助养老。作为发起人,罗强拿出“一家之主”的诚意:每周聚会,他都会准备一大桌菜,但从从不让人分担花费。久而久之,罗强成了互助小组的主心骨。有人在丧偶后,干脆搬到了他家居住。合住者要不要交钱?日常生活费用怎么分摊……这些问题罗强之前从没想过。合住了一段时间后,他因为开销

大,只好喊大家交钱,没想到有人开始责怪他伙食太好,还有人不交水电费。为此,老友们彼此心生嫌隙,只好各回各家。

江苏省常州市65岁的戴笑楨分享说,她的朋友也是一个互助组织的负责人,从一开始便倡导抱团互助不收费。“有慈善机构想捐款,她不要;有公司想合作,她也没答应。这些年,全靠自己拿钱在苦苦支撑。”戴笑楨说,“别人称赞她善良,我认为她‘死要面子’,光靠义气,肯定带不好团队。”

## 别让“无声较量”徒增负担

在王征看来,老年人的“偶像包袱”更多是一种“无声较量”,“有时是偷偷跟他人比较,有时是暗自跟自己较真”。王征建议,凡事不要过度“较真”,平时多将注意力从“竞争比拼”转移到休闲生活。

“在乎一些所谓的排名也无可厚非,但不必太执着。”四川省成都市65岁的王鸿说,他的微信运动排名经常靠前,确实有一些老友因此关注到了他,“他们认为我爱运动,会生活”。王鸿分享说,他其实没有刻意刷排名,只是常

跟朋友去郊游,“不仅休闲拍了照,运动量也达到了”。

“要面子也不是坏事,但名声要与实力匹配。”北京市63岁的谭印胜是一位“老候鸟”,在海南生活的5年里,他发起过多个抱团组织,“我认为自己缺乏财务管理经验,也不擅长人际交往,但我点子多,就专门想活动创意。在手头宽裕时,我会请大家吃饭、唱K,让大家偶尔也沾沾队长的光。”

来源:快乐老人报

## 她拍的外公外婆看哭很多人

成都女孩吴为在外公外婆的呵护中长大,但猝然来临的死亡没有给他们准备和告别的时间。为了再续回忆,吴为回到从前生活的地方,拼凑起与外公外婆共同的回忆,用影像讲述外公外婆的一生。2021年10月23—25日,她的作品《芬芳一生》在贵州展出,看哭了不少人。

吴为是外公外婆带大的孩子,“我从小和外公外婆一起睡,摸着外婆的耳垂,睡得最好”。外公杜芳耀生于1930年,2013年6月8日清晨去世。外婆温美芬生于1928年,2018年12月21日晚间去世。吴为说:“等我赶回家,他们已经变得不可拥抱,不可触及。”

据吴为介绍,外公外婆守护她出生,养育她长大成人,“我的生命里,处处都是他们的痕迹,他们的消失让我无法接纳”。基于一种想补救、想挽留的本能的感情,吴为去了外公外婆生活和工作的老屋与县城,采访他们的故友,倾听他们年轻时的故事;数次重回居住了十七年的家,浸入陈旧的时空,打开遗物,整理他们的人生,将曾为外婆拍摄的照片,贴合进入现在的房间;她还前往共同旅游的景点,站在原地拍摄,将现有空间、如今的自己,和过往的旅行纪念照三者叠加,创造虚构的真情,然后从外公外婆的名字中各取一字,组成《芬芳一生》,献给外公外婆。

“我运用摄影和文字所做的一切尝试,无非是想和他们产生更多的关联,创造属于我们再续的回忆。”吴为说,尽管外公外婆已经逝去,但思念常在常新,真爱永恒不灭。来源:四川日报

## 老妈与智能屏

外甥为母亲带回一个可以语音对话的智能屏,银灰色,大约七八寸见方,上窄下宽,最厚处大约十公分,外形时尚,色泽婉约而不失美感。

连上wifi后,外甥就用触摸、语音和手势三种方式将其主要功能演示了一番。母亲仅仅一个下午就掌握了大部分功能。

起初,母亲只是把它当做电视看。一天,母亲想试试语音功能,操着不标准的普通话呼唤它:“××,请播放电视剧《花千骨》。”话音刚落,屏幕上就出现了转动的圆圈,随即出现了电视剧《花千骨》的画面。母亲想试试手势功能,便像交警一样将手掌立起,伸向屏幕,屏幕上立刻弹出“暂停”的对话框。接着,她又做了一个“OK”的手势,电视剧瞬间又开始播放……

随后,母亲呼唤智能屏:“××,我想听歌。”“听什么歌?”惊闻智能屏的问话,老妈大笑。之后的几天,每当母亲独自在家,就拿智能屏听歌来解闷。没几天,看电视和听音乐在母亲眼里都变成了“小儿科”。

最近母亲又把它当做无所不能的资源库来使用。社区老年活动中心开展文体活动。母亲想做剪纸,苦于没有现成的图案,便对智能屏说:“××,请帮我搜个‘九九艳阳天’的图片。”智能屏在几秒钟内搜出了几十个图案。母亲想做红烧鲤鱼,便又求教智能屏,屏幕上随即搜出一段视频,从备料到制作,演示得一清二楚,还伴随着语音讲解。这下老妈更是惊叹不已!

有了智能屏,平时“抱”着电视不放的老妈开始冷落电视机。在家时,她总是和智能屏“打得火热”;出门时,包里总是携带着智能屏,吸引了无数老太太的眼球。来源:北京青年报