

智慧养老心理关爱教育的探索与实践

刘小松

广州华夏职业学院, 中国·广东 广州 510935

摘要: 随着人口老龄化的加剧, 智慧养老已成为解决养老问题的重要途径。心理关爱成为智慧养老的重要组成部分, 在老年人群体的生活质量提升和心理健康保障方面具有重要意义。通过对卫生健康学院继续教育培训的探索与实践, 分析了“智慧养老心理关爱”教育的实施现状、存在问题及其发展趋势。智慧养老心理关爱教育课程的设计应注重老年人心理需求的满足, 教学方法应融合现代科技手段, 如智能设备的应用, 以增强培训效果。论文还提出了继续教育中面临的挑战, 探讨通过创新的教育模式与个性化的培训内容, 增强学员的心理关爱能力。

关键词: 智慧养老; 心理关爱; 继续教育; 教育实践; 老年人心理健康

Exploration and Practice of Psychological Care Education for Smart Elderly Care

Xiaosong Liu

Guangzhou Huaxia Vocational College, Guangzhou, Guangdong, 510935, China

Abstract: With the intensification of population aging, smart elderly care has become an important way to solve the problem of elderly care. Psychological care has become an important component of smart elderly care, which is of great significance in improving the quality of life and ensuring mental health of the elderly population. Through exploration and practice of continuing education and training in the School of Health and Hygiene, this paper analyzes the current implementation status, existing problems, and development trends of “smart elderly care psychological care” education. The design of smart elderly care psychological care education courses should focus on meeting the psychological needs of the elderly, and teaching methods should integrate modern technological means, such as the application of smart devices, to improve training effectiveness. This paper also highlights the challenges faced in continuing education and explores the use of innovative educational models and personalized training content to enhance students’ psychological care abilities.

Keywords: smart elderly care; psychological care; continuing education; educational practice; psychological health of the elderly

0 前言

随着全球人口老龄化问题日益严峻, 养老服务的需求不断增加, 在中国这一人口大国, 老年人群体的规模和增速都在不断扩大。根据相关统计数据, 老年人群体的心理健康问题也逐渐成为社会关注的焦点。传统的养老方式已经难以满足老年人日益复杂的需求, 在精神关怀和心理健康方面。为老年人提供更加全面、科学、个性化的服务, 成为当前社会迫切需要解决的课题。

1 智慧养老与心理关爱的背景与意义

1.1 智慧养老的定义与发展现状

智慧养老利用信息技术、大数据、物联网和人工智能等先进技术, 提升养老服务质量。与传统养老方式不同, 智慧养老提供生活照料, 还通过科技手段实现健康管理、生活监护和心理支持。其核心目标是通过智能设备、远程监护和智能家居等工具, 为老年人创造更便捷、安全、舒适的生活环境, 减轻社会负担并提高老年人生活质量。

目前, 智慧养老在中国逐步发展, 在一线城市和部分养老机构中, 智能化养老服务已取得初步成果, 如健康管理

平台监测健康状况、智能家居帮助日常生活管理、机器人提供陪伴和基础照护等。智能医疗技术的应用为老年人提供精准的健康诊断和实时医疗服务。智慧养老的推广仍面临技术普及难度、老年人接受新技术的障碍以及设备应用局限等挑战。随着科技进步, 智慧养老将向更广泛的地区和老年人群体扩展。

1.2 心理关爱的概念与重要性

心理关爱是指在日常生活中, 通过关怀、沟通和情感支持等方式, 关注并帮助老年人保持良好的心理健康状态, 避免出现孤独、抑郁等心理问题。随着老龄化进程的加快, 老年人群体的心理健康问题日益突出, 许多老年人在退休后缺乏社会活动, 可能会出现情感孤独、认知功能下降等问题, 影响他们的整体健康。

心理关爱能够有效减缓老年人的孤独感和焦虑情绪, 提升其生活质量。许多研究表明, 良好的心理关爱能够显著提高老年人的幸福感和生活满意度, 减少老年人抑郁症的发生。心理关爱有助于老年人维持积极的心态, 延缓认知衰退, 保持较高的自理能力和生活独立性。心理关爱还能够帮助老年人更好地适应生活中的各种变化, 包括疾病的发生、家庭

成员的变化等。

1.3 智慧养老中心心理关爱教育的必要性

随着智慧养老模式的普及,养老服务不光限于物理照护,还应包括心理健康的关注与干预。虽然智能技术为老年人提供便捷的生活方式,但无法满足其心理需求。智慧养老依赖技术支持,还需提供心理关爱的专业培训。通过这种教育,学员能够学习如何运用智能技术改善老年人生活环境,并掌握心理健康管理的知识和技巧,更好地理解和识别老年人的心理问题。培训提升了养老服务人员在心理关怀方面的敏感度和应对能力,使其是“照顾者”,更是“心理关爱者”。这一转变推动了养老服务从生理关怀到全面人文关怀的转型,提升了服务质量和社会价值,促进了老年人身心健康的全面发展^[1]。

2 卫生健康学院继续教育培训的现状与挑战

2.1 卫生健康学院继续教育的基本情况

卫生健康学院继续教育部门作为高等院校中重要的培训机构,致力于培养和提高在职人员的专业能力,在卫生健康、养老服务等领域的教育培训。学院的继续教育课程覆盖了从基础健康管理到老年人照护、心理关爱等多个方面,为广大社会群体特别是老年人群体提供专业的服务支持。近年来,随着社会对老龄化问题的关注不断增加,卫生健康学院继续教育培训开始更加注重智慧养老和老年心理健康教育,着力推动养老服务人员的全面素质提升。

学院继续教育的培训形式多样,除了传统的面授课程外,还利用线上教育平台和远程教学技术,为学员提供灵活的学习方式。学员能够根据自身的时间安排进行学习,且不受地域限制。继续教育的课程内容也逐步向更加多元化、专业化发展,注重理论知识的传授,还结合实际案例和技术应用,提高学员的实践能力。

2.2 继续教育培训的目标与内容

在智慧养老与心理关爱教育方面,培训内容涵盖了多个方面。学员通过课程学习掌握基础的老年医学知识、老年心理特点以及常见的心理问题,增强对老年人群体的理解和关怀。学员还将学习运用现代科技工具,如智能家居、远程医疗、健康监测设备等,来提供高效的健康管理和护理服务^[2]。

学员通过模拟演练、案例分析和现场教学等方式,将理论知识与实际操作相结合,提升服务对象的实际照护能力和心理干预技巧。例如,学员在课堂上学习为老年人提供身体护理,还需掌握怎样通过与老年人进行有效的情感沟通,帮助他们调节情绪、缓解孤独和焦虑感。继续教育还涵盖了团队协作、管理技巧等方面,帮助学员在实际工作中更好地与同事和老年人家庭成员协作,提供更优质的服务。

2.3 当前面临的挑战与问题

尽管课程内容已经逐渐丰富,但学员的专业背景和学习需求差异较大,导致一些学员在基础知识的掌握上存在困

难。在新兴的智慧养老和心理关爱领域,许多学员对新技术和理论的理解存在较大的障碍,影响了课程的效果。很多学员缺乏实际操作经验,虽然理论知识掌握较好,在实践中却难以熟练应用,导致学员在进入工作岗位后难以立即胜任相关任务。

虽然线上教育提供了更多的灵活性,但由于缺乏互动性和现场教学的实际操作,部分学员可能无法充分理解和吸收课程内容。尽管智能设备和技术不断发展,许多学员并未完全掌握这些新工具的使用方法,仍然依赖传统的工作方式,造成技术推广的难度。技术与理论结合的方式尚未完全形成体系,学员的学习体验和实践效果仍存在一定的差距。

由于地区之间、院校之间的教育资源差距,不同地区的学员在培训内容、教师水平、教学设施等方面存在较大差异。这种不平衡的资源分配影响了学员的学习效果,还使一些需要培训的地区或学员群体无法享受到优质的教育资源^[3]。

3 “智慧养老心理关爱”教育的探索与实践

3.1 教育目标与课程设置

学员需要深入了解老年人群体的生理和心理特点,掌握影响老年人心理健康的主要因素,如孤独、抑郁、认知衰退等问题。课程还涵盖了老年人常见的心理障碍及其预防与干预方法,如焦虑症、老年痴呆症等,通过案例分析和专业指导,帮助学员能够更好地理解老年人群体的情感需求。

在智慧养老技术方面,课程介绍了与老年人照护相关的智能设备及其应用,如智能健康监测、远程医疗服务、智能家居等。通过系统的学习,学员能够掌握这些设备的使用方法,还能学习将其与心理关爱结合,达到更好的照护效果。例如,智能健康监测设备能够实时记录老年人的身体状况,结合心理健康评估,帮助服务人员及时发现心理变化并采取干预措施。课程还加入了智慧养老服务中的数据分析部分,帮助学员理解如何通过数据为老年人提供个性化、精准化的心理关爱。

课程设置还非常注重实践操作环节,学员将在真实或模拟的环境中进行角色扮演与情景模拟,提升其实际操作能力。学员将面临各种心理健康问题,并要使用所学的技能进行干预和引导,帮助老年人缓解心理压力,提高生活质量。

3.2 教学方法与教学手段的创新

学员在课堂上学习理论知识,还需通过实地考察、参观养老机构等方式,亲身体验智慧养老技术的实际应用。在这些实践过程中,学员将与老年人进行直接接触,观察并分析其情感与心理需求,进行心理干预的模拟演练。通过这种“学以致用”的教学方式,学员能够更好地掌握在实际工作中结合智慧养老设备与心理关爱技巧,为老年人提供切实有效的服务^[4]。

随着信息技术的快速发展,教学中引入了虚拟现实(VR)技术、在线互动平台等现代教育工具。通过VR技术,

学员能够体验模拟的老年人生活场景，在虚拟环境中感受老年人可能面临的身体和心理困境，增强其同理心并提高应对技巧。在线互动平台的引入，使学员能够进行远程学习和实践互动，打破了时间和地域的限制。线上平台还可用作学员反馈的收集与交流的渠道，教师根据学员的疑问与反馈，及时调整课程内容和教学策略。

课程注重情境教学和案例分析，学员通过具体案例的分析，学习应对实际工作中的复杂情况。例如，某些学员可能会遇到孤独感强烈的老年人，课程将引导学员如何通过沟通技巧和心理疏导，帮助老年人缓解情绪；而对于面临认知障碍的老年人，学员需要通过适当的引导与关怀，帮助其建立信任，减少焦虑和恐惧。案例教学帮助学员了解理论与实践的结合，还通过角色扮演等形式，提高学员的解决实际问题的能力。

3.3 学员的心理需求与教育效果的反馈

学员在参加培训时，带有较强的实践导向需求，希望能够通过学习直接提升自身的职业能力和工作质量。面对老年人群体时，学员感受到较大的压力和心理负担，这要求培训课程要注重学员的知识和技能提升，还要关注其心理适应与职业发展的支持。

由于在传统的教育培训中，心理关爱内容并未得到充分重视，许多学员在实际工作中面临的心理干预问题往往没有足够的理论支持和实践经验。参与“智慧养老心理关爱”教育，学员能够系统地学习如何应对老年人的情感需求和心理问题，在情感孤独、抑郁等问题上，学员对心理干预的需求较为迫切。学员普遍反映，课程的开展让他们从理论到实践，全面提升了为老年人提供心理关爱的能力。

学员普遍表示，通过学习心理关爱技巧和智慧养老技术，他们在工作中更能够保持冷静、理智的态度，减少了因与老年人沟通不畅或心理问题处理不当带来的焦虑感。在实际工作中，学员的情感共鸣能力和对老年人心理变化的敏感度得到了提高，能够更好地为老年人提供关怀和支持。

4 面向未来的智慧养老心理关爱教育发展趋势

4.1 智慧养老的未来趋势与技术应用

智能健康监测系统将实时分析老年人的健康数据，为其量身定制服务。虚拟现实（VR）和增强现实（AR）技术将在缓解老年人孤独和抑郁等心理问题方面发挥重要作用，结合智能设备和心理健康干预技术，实现人性化与智能化的

无缝结合。

4.2 心理关爱教育的未来方向与发展

心理关爱教育将走向专业化、多样化，并融入更多心理学与技术结合的内容。学员将在实践中学会识别老年人心理变化，通过个性化干预方案提供心理支持。随着智慧养老技术的普及，心理关爱教育将包括智能设备监测老年人情绪变化并结合数据分析，为学员提供更灵活的在线和虚拟学习体验，提高实践能力。

4.3 卫生健康学院继续教育的未来规划

卫生健康学院将拓展课程体系，结合最新科技与心理干预技术，确保学员掌握前沿养老服务技能。学院将加强与行业和企业合作，推动产学研一体化，线上平台和互动教学提升学员的实操能力，为养老从业人员提供更具个性化和专业化教育，他们能有效服务老年人群体。

5 结语

智慧养老心理关爱教育将在未来发挥越来越重要的作用，随着技术的不断创新，教育内容和方法将更加智能化和个性化。卫生健康学院继续教育将在这一进程中承担重要角色，整合前沿科技与心理关爱技巧，培养更多专业的养老服务人才。通过优化课程体系、提高教学质量和实践能力，学院将为提升老年人心理健康与生活质量做出积极贡献，推动智慧养老服务的全面发展。

参考文献：

- [1] 闫静.积极老龄化视域下智慧养老模式的构建[J].三晋基层治理,2024(6):66-70.
- [2] 宋玮.基于云计算平台的智慧社区智慧养老建设方案浅议[J].智能建筑与智慧城市,2024(12):34-36.
- [3] 戴安琪,吴依娜,於欣琳,等.数字赋能下智慧养老的发展路线优化探究[N].市场信息报,2024-12-20(006).
- [4] 郭冀川,张芎逸.科技赋能银发经济智慧养老何以更智慧?[N].证券日报,2024-12-19(A03).

作者简介: 刘小松(1972-),女,中国湖南永州人,硕士,副教授,从事心理健康教育和心理咨询研究。

课题项目: 广东省教育厅项目:“智慧养老心理关爱”教育的探索与实践——以卫生健康学院继续教育培训为例(项目编号: JXJYGC2022GX502)。