

不知从何时起,老年人有了一项乐此不疲的“任务”—— 别让微信早安问候成为老年人“甜蜜的负担”



市民李女士正在给老友发微信早安问候

□文/图 呼和浩特晚报记者 安娜

以一句温馨的早安问候开启元气满满的一天,往往会让人幸福感爆棚,也会拉近彼此间的距离。但不知从何时起,微信早安问候成为了老年人每日乐此不疲的“任务”。然而,面对海量群发而来的问候,也有老年人感到些许无奈。对此,专家认为,适当的问候是一种心灵抚慰方式,但过度问候则会造成他人的负担。

一句早安问候满怀关爱与牵挂

“把快乐织成秋的风景,悄悄灿烂你的心情;把好运铺成秋的道路,渐渐顺畅你的脚步。老友,早安……”9月13日天刚亮,像往常一样,家住金熙家园小区的六旬老人王志坚以群发的形式,给老同学、老同事、老战友们私信发去了早安问候。虽然每天的微信问候内容不同,有时是一段祝福语,有时是一张图片,但不变的是,微信早安问候是他起床后的第一件事。

“叮、叮……”不一会儿,伴随着微信消息提示音响起,一条条早安问候也回复过来。有的是阳光灿烂的早安问候图片,有的是别具一格的祝福语,还有的是风格简单却不失真诚的表情包。陆陆续续的微信消息提示音一直持续到早餐后,王志坚的手机终于安静下来。逐一点开查看之后,王志坚一上午的微信早安问候也总算是告一段落。此时,他才摘下老花镜、放下手机。

“不知从何时起,身边的老伙伴们都有了互发早安问候的习惯。有一次,我漏掉了一个老朋友问候,谁知道当天中午,这位老朋友就打电话询问,以为我是身体不舒服才没有及时回复早安问候。也正是因为这件事,让我意识

到,简单的微信早安问候,不仅仅是俗套的形式,更是互相惦念,互报平安。毕竟年龄大了,外出和社交活动都少了,通过这样的方式更加增进了友谊。”王志坚说。

呼和浩特晚报记者在采访中发现,老年人每天通过微信问候的现象与日俱增,甚至成为大多数老年人日常生活的一部分。呼和浩特晚报记者随机采访的8位60岁至75岁的老年人中,其中7人都有每天一早互发早安问候的习惯。“以前也就是逢年过节发个祝福之类的微信。现在随着智能手机的普及,网络聊天早已不是年轻人的专利,老年人的问候方式也逐步转变为微信问候。”受访老人闫忠表示,自己有早起的习惯,也有大把的时间,所以很赞成老友之间互相发个微信、道一声早安,排解孤独、互相慰藉。

受访七旬老人乔女士表示:“我每天早上都会给老友们逐一发去早安问候。同样,自己看到亲朋好友们发来的早安问候,也会十分高兴。对于我来说,早安问候更是一种热爱生活的表达方式。”

海量群发问候或成为“甜蜜的负担”

“我父母每天早晨一醒来,手机就不离手,哪怕是在卫生间也常常拿着手机,因为要‘例行公事’回复各式各样的图片与文字问候微信。”“每天上午发送和回复微信早安问候,每天下午还得一条条删除微信记录,清理手机内存。晚上要从网上搜索和编辑好次日要发的内容,清晨还得早起,就为了抢先发去问候……”采访中,一些年轻人在谈及父母雷打不动地发送早安问候微信这件事时,吐槽声不断。

“每天早晨天刚蒙蒙亮,我老爸就会被一条接着一条的微信消息提示音吵醒,你看看,今天一早就收到30多条早安问候微信,问候里面有真情流露,但是多数有流于形式之嫌。比如他这十几个老同事,发送的内容完全一样,一眼就能看出这些问候微信大多都是群发。我父亲上了年纪,视力不好,操作手机也不是特别熟练,往往一条条点开查看完再一条条回复过去,一个上午就过去了。很多时候,为了逐一回复早安问候,以往他最为重视的早餐也只能用热一杯牛奶代替。为了及时回复早安问候,我老爸还把坚持多

年的八段锦练习时间从早晨改到了傍晚。看着老爸戴着老花镜,在手机屏幕上用手写功能一笔一划地录入,就感觉这样的问候方式已经变了味,成为了‘甜蜜的负担’。毕竟,退休在家的老年人,也一样可以安排更加有意义的事情去做。”市民孙女士谈及年过七旬的老父亲沉迷于微信早安问候带来的种种困扰时,更多的是心疼。

对于女儿提出的“适可而止”的建议,孙女士的老父亲却表示自己也很无奈:“咱们中国人最讲究礼尚往来,毕竟来而无往非礼也。收到他人的问候不回复,那是无礼。总是等着他人主动先来问候,也同样是无礼。只能就是收到了他人的问候,及时认真回复,次日还要再早一点儿主动问候对方。如此日复一日,我们也不得不习惯这样的方式。”性格耿直的刘老先生面对采访时说,“面对海量的微信早安问候,我的处理方式很简单,在不扰乱自己生活的提前下,尽量逐一回复。但不主动以这样的方式问候,而是隔三差五地给真心记挂自己的老友发条语音或者打个视频电话,问候一声、唠唠家常。”

心理专家:老年群体是在表达内在心理需求

老年人坚持每日发送早安问候,其行为背后的深层心理需求是什么?带着疑问,呼和浩特晚报记者咨询了内蒙古红途信息咨询有限公司总经理、呼和浩特新华科技社会工作服务中心理事长、自治区妇联心理专家志愿者牛志红。

牛志红告诉呼和浩特晚报记者,老年人每日发送问候视频、图文信息这类行为是非常常见的,尤其在六七十岁以上年龄范围的老年人中更为普遍。这部分老年人大多数已经退休在家,如果他们其他的爱好或寄托的话,那他们跟社会的连接就越来越少。因此,发送问候信息的背后是老年人在表达其内在心理需求。

老年人注重人情往来,对待友情还像上世纪六七十年代那样真诚而认真。然而,楼房产生的距离拉开了人们相互之间的友情,还有过去的家庭的模式是一大家子在一起,现在父母与儿女分开过,每个家庭之间都有距离。“他们希望跟外界是有连接的,哪怕就是一个问候也能证明自己不是孤独的。坚持每日发送问候信息也是老年人寻求慰藉和心灵抚慰的一个重要方式。”牛志红认为,这是一个十分普遍的社会现象,因此也需要整个社会予以关注。子女、家庭和社会尽量帮助老年人扩大交际圈,让他们和社会有所联系。丰富老年人的生活、增加老年

人的社会价值和自我价值,他们自然也就没有如此多的精力去专注于微信的早安、午安、晚安等问候。

牛志红说,虽说这样的问候方式既可以丰富精神文化生活,又有助于提升老年人的收获感与价值感,保持健康、积极的心态,让生活变得更加充实多彩,但也应该适度。前提是要保证老年人身心上都吃得消,不要让问候变成一种负担。如果你有收到老年人发来的“早安”,有空的话可以与其闲聊几句,没时间的话也可以回复一个问候即可。这样做,他开心,你的心情也会愉快。