

老年阅读不仅仅是变大字号

为了更好地满足老年群体的精神文化需求,推广老年阅读,去年10月,民政部等14部门印发《关于推进老年阅读工作的指导意见》,提出扩大老年读物供给、加强数字资源建设、优化老年阅读环境等多项工作举措。老年人的阅读需求和特征有哪些,如何为老年人提供更多优质的阅读服务,不同领域正开展探索。事实上,老年阅读,不只是将字号调大一点。



图片来自网络

老年人的阅读需求,谁来满足

提起老年读物,很多人的第一反应是健康养生类图书。但在北京某图书馆入口处,满头银发的罗奶奶笑着对记者说:“其实我们也不是只看养生类的书嘛。像我老伴,喜欢历史、文学、纪实类。而我,喜欢看设计类。”

“老年人希望通过学习和阅读保持知识更新,实现个人价值。”天津师范大学老年心理研究所所长、心理学部教授吴捷分析指出,阅读有益于老年人身心健康:长期阅读可降低患老年痴呆的风险,增强认知能力,减少焦虑和抑郁。阅读和学习活动也可以为老年人提供交流会、减少孤独感,提高社会参与度,带来心理安

慰和情感支持。

为关爱老年人精神生活,不断满足老年人多样化、个性化的阅读需求,全国老龄工作委员会办公室、中国老龄协会、中国出版协会已经连续多年面向社会发布书单。2022年发布的“100种向全国老年人推荐优秀出版物”,覆盖医、食、住、行、用、学、娱等多个领域,特别关注了老年人在数字智能生活、建立积极老龄观、关注老龄金融等社会发展变化中的新需求、新期待。我国唯一以老年人为主要读者群的出版社华龄出版社,在2021年就出版了《玩转智能手机》这种与时俱进的生活指南类图书。

在研究中,吴捷发现,给老年群体造成阅读困难的,不仅是读物的呈现方式,“比如字体大小,排版过于紧凑,缺乏图片、图示这类视觉辅助阅读元素,等等”,老年人的阅读体验往往还会被书本以外的因素影响。

“这些都不会用啊!”在北京某图书馆,年近八十的李奶奶看着电脑上的网络检索系统傻了眼。对于许多老年人来说,来到大型图书馆阅览,往往是在书架上随机找书看,使用数字设备要在工作人员的指导下进行。

“银龄阅读是全民阅读的一个重要人群。总体来说,目前这类人群的阅读需求和阅读供给还比较弱。”徐升国指出,比起儿童、青少年、白领等其他人群,老年阅读工作还没有被系统地组织起来,老年阅读是出版业一个新的增量,将会成为全民阅读新的发展方向。

近些年,社会各界已陆续开展了诸多适老化阅读的探索,如推荐优秀老年读物、组织老年读书活动、加强老年阅读环境建设、提供适老化阅读产品等。全民阅读大会自首届开始,已连续三年设置“银龄阅读论坛”。

“拐杖、轮椅、老花镜是首都图书馆适老服务的标配。”首都图书馆副馆长李念祖说,“根据我们的读者调查数据,确实有很多老年人经常到图书馆来,有来看报的,有来听讲座、看展览的,还有来参加志愿者活动的,也有带着孙子孙女来遛弯的。很多老年人把图书馆当成自己的第二‘起居室’。”

2023年开馆的北京城市图书馆则进行了“智慧性”的突破——60岁及以上老人在绑定读者卡后,

阅读的适老化改造,成效如何

智慧桌面的屏幕会变成大字版,老年读者可以呼叫工作人员实现一对一的专属服务,甚至让机器人送书到桌。

可视化、可听化、情景化、沉浸式的阅读形式,是未来阅读适老化发展的重点。李念祖介绍,在首都数字图书馆微信小程序上,有300万册的电子书,50万余集的有声书,140万余首的音乐曲目,都可以免费试用。

据观察,2021年,音频平台喜马拉雅也推出服务于老年用户的“长辈模式”,内设新闻、小说、文学

和戏曲多个音频节目板块,并在该模式下设计了详细的页面指引说明,老年人可以通过指引学习如何使用该软件。

形式多样的读书活动是推进阅读资源城乡均衡的有力举措。去年12月,浙江省绍兴市柯桥区老年活动中心(老年大学)设置了乐龄书苑,并成立乐龄读书社团,通过诗朗诵、交流阅读心得等形式举行共读活动,目前成员已有50多人。这里还根据地域特色设置了“越地文萃”书柜,架上图书均与绍兴本地相关,受到老年阅读爱好者们的欢迎。

退休生活,能迎来阅读的春天吗

李念祖发现,老年人不仅参加养生讲座,还会参加科普讲座、社科讲座。我国老年群体的整体文化水平正在提高,对于精神文化方面的追求也在提高。推进适老化阅读的本质是要看到老年群体真实存在的阅读困难,看到他们对于更好的精神文化生活的多样需求。

吴捷研究指出,老年人和青年人在阅读过程中的最大不同,主要体现在信息处理速度和眼动控制两个方面。老年人的眼动研究显示,他们每次注视的时间比青年人更长,尤其是在遇到生词或复杂句子结构时,这表明他们需要更长时间来处理信息。因此,相比于青年人,老年人在阅读时更依赖上下文和视觉提示,例如图片或排版设计,不当的排版可能会影响他们的阅读效率。虽然他们的处理速度减慢,但仍可以有效地抑制无关信息干扰,在阅读熟悉内

容时,阅读效率并不会明显低于青年人。

吴捷建议,出版物可以通过添加摘要、小结和关键词标注的方式,更好地帮助老年人完成信息提取,理解阅读内容。可以开发多感官阅读产品,例如增加语音朗读功能、触摸式电子书,或者在阅读过程中提供图像和文字结合的多媒体体验。这些都是我国传统与数字出版行业未来进行适老化阅读探索可以努力的方向。

开展适老化阅读工作,要为老年人学习提供人人皆学、处处能学、时时可学的更多可能。北京市朝阳区的阳光新干线小区有一处“阳光阅读小屋”,小屋的理念是“老幼共融”,这是北京然尔阅读公益发展中心创始人段英探索乡村儿童阅读近十年后的一种新尝试。

“进入老年阶段,人的阅读习惯和童年时期其实具有一定的相似性。比如很难再去抱着一

本文字密密麻麻的书去读,而是愿意看一些图片、文字配合适中的读物。”抱着这样的想法,段英和志愿者们开展了孩子和老人共读绘本的活动,“读完绘本,我们会鼓励爷爷奶奶对孩子们说出自己的故事,并让孩子们画下来。”

段英认为,老年阅读不仅仅体现在书本阅读上,还应该体现在更多更广泛的方面。“我们在做乡村儿童阅读的过程中发现,有些老人并不识字,但是会在自己小孙子念绘本的过程中跟着去拍手、去感受。老年阅读是个很大的概念,而这是具体而实在的,是我们可以去落地和探索的方向。”

莫道桑榆晚,为霞尚满天。对老年阅读工作的发展前景,徐升国充满乐观与期待。他说,老年人不会为功利的目标去阅读,从这个意义上讲,退休后的生活将成为阅读的春天。随着人口健康和文化水平的提高,“老年”的观念也在更新变化,许多人并不认为自己是传统意义上的老年。“未来,我们更希望称之为‘银龄阅读’。”

来源:光明日报