

# 智慧养老：科技赋能与体系构建

□ 宁波财经学院 陈思怡 戴安琪 吴依娜 於欣琳 滕秋玲

## 一、智慧养老的兴起：时代背景与内涵解析

智慧养老是在人口老龄化背景下应运而生的创新养老模式。随着老年人口比例的不断攀升,传统养老模式在满足老年人多样化需求方面渐显乏力,智慧养老借助现代信息技术的力量,旨在打破这一困境。它以提升老年人生活质量、满足多元需求为导向,融合多学科理论与技术手段,构建综合性养老服务体系。这一体系并非简单的技术堆砌,而是深入考量老年人在生理、心理、社会等多方面需求的有机整合,致力于在科技与人文关怀之间找到平衡,为老年人打造一个全方位、个性化的养老环境。

## 二、技术基石：智慧养老的多元科技融合

智慧养老的科技支撑涵盖多个关键领域,它们共同为智慧养老的发展起支撑作用。物联网技术首当其冲,通过传感器网络的广泛部署,实现老年人健康数据、居家环境数据的实时采集与传输,为远程监护提供基础。例如,可穿戴设备能如同贴心的健康卫士,持续监测老人心率、血压等生理指标,并自动上传至健康管理平台,确保任何细微的健康变化都能及时被察觉。大数据技术则对海量养老数据进行存储、管理与分析,深度挖掘数据背后的价值。如通过分析老年人

健康数据变化趋势,精准预测疾病发生风险,为个性化医疗保健服务提供科学依据,使养老服务能够提前布局,防患于未然。人工智能技术在智能助老设备、康复机器人等方面大显身手,辅助老年人日常生活并提供康复治疗支持,无论是协助行动不便的老人起身、行走,还是为认知障碍老人提供记忆训练,都展现出强大的功能。云计算则为智慧养老平台提供强大计算能力与存储资源,保障系统稳定运行与数据安全存储,确保各项智慧养老服务能够顺畅无阻地开展。

## 三、服务架构：智慧养老的全方位体系搭建

智慧养老服务体系由多部分精心构筑而成,形成一个有机整体。健康管理服务借助智能设备与数据分析的双重力量,为老年人绘制个性化健康蓝图。医护人员可依据精准的数据远程进行干预指导,引领老年人走向健康之路。安全保障服务利用智能安防系统,包括视频监控、烟雾报警、跌倒检测等,及时发现并处理居家安全隐患,让老人及其家人时刻安心。生活照料服务通过线上平台整合家政、餐饮等资源,实现便捷预约与精准配送,使老年人的日常生活琐事得到高效解决。社交娱乐服务搭建老年社交平台,开展线上线下活动,丰富精神文化生活,缓解孤独感,让老年人

在交流互动中重新找回活力与归属感。

## 四、前行阻碍：智慧养老面临的多维度挑战

智慧养老在发展进程中并非一帆风顺,而是面临诸多挑战,犹如航行在波涛汹涌的大海中。技术层面,不同厂商产品与服务标准的不统一,兼容性差,严重影响系统集成与推广,导致智慧养老的整体效能大打折扣。数据安全与隐私保护问题突出,老年人敏感信息犹如珍贵的宝藏,却易受外界威胁,一旦泄露可能引发严重后果,动摇老年人对智慧养老的信任根基。社会层面,老年人数字素养参差不齐,部分老人难以适应智能技术,存在数字鸿沟,这极大地限制了智慧养老服务的普及范围与深度。经济层面,智慧养老项目建设与运营成本高,资金投入大,且收费机制不完善,如同沉重的经济枷锁,影响产业可持续发展,使许多潜在的智慧养老服务提供者望而却步。

## 五、破茧之路：智慧养老的发展策略探索

为推动智慧养老发展,需精心规划一系列策略。技术标准化方面,政府应发挥主导作用,制定统一技术标准与规范,促进产品与服务互联互通,确保各方能够协同前行。数据安全保障方面,完善法律法规,加强技术研发,采用加密、区块链等技术确保数据安全,

为老年人的信息宝库打造坚固的防护盾,抵御外界的非法人侵。数字教育普及方面,社区、家庭与社会组织应携手合作,开展老年数字培训课程与活动,提升老年人数字操作能力,让他们能够自信地融入智慧养老的潮流。产业政策扶持方面,政府出台税收优惠、财政补贴等政策,鼓励企业参与智慧养老产业,建立多元投入机制,降低运营成本,完善收费定价机制,促进产业健康发展,为智慧养老产业注入源源不断的动力,使其在市场的海洋中稳健航行。

智慧养老作为应对人口老龄化的创新路径,虽面临挑战,但通过技术创新、体系完善与政策支持,有望构建高效、可持续的智慧养老服务生态,让老年人共享科技发展成果,尽享幸福晚年。

项目:2024年度国家级大学生创新创业训练计划项目,“数据织爱,智享晚年”——大数据赋能与人工智能助力下智慧养老的发展现状、存在困境、挑战及优化对策,项目编号是202413001033。

作者简介:陈思怡(2004-),女,汉族,浙江湖州,本科,宁波财经学院,研究方向:智慧养老。

指导老师:滕秋玲

# 人的气质美深度剖析

□ 吉林省长春市长春人文学院 李书锦

素、形成路径及对个人和社会的影响,以及为人们理解并培养气质美提供理论支持和实践指导。研究气质美可以更好地理解个体的心理活动特点和行为模式,更好地发现自己的气质特征。可以帮助自我修养过程中扬长避短,发挥自己的优势,克服不足,提升整体形象。并且还可以提升个人的魅力和社交能力,更好地与他人交流互动。艾布拉姆斯指出:“唯美主义源于德国哲学家康德在他的《判断力批判》(1790)中提出的观点,即‘纯粹的’审美经验是静观审美对象时‘对象自身令人愉悦’的‘无功利性’,与现实无关,与效用或道德的‘外在’目的也没有关系”。

## 三、研究方法

(一)文献综述:查阅国内外关于气质美的相关理论与研究,奠定理论基础。

(二)案例分析:选取典型个案,分析气质美的具体表现及影响因素。

## 四、研究过程

### (一)气质美的定义与特征

气质美,是指个体在言行举止、情感态度、思维方式等方面展现出的独特魅力,是内在精神与外在形象的和谐统一。培养大众的气质美,目的在于使大众的精神与身体为调和发达的完全人物。其特征主要包括:独特性:每个人的气质都是独一无二的,体现了个性差异。

稳定性:气质相对持久,不易因环境的变化而变化。

和谐性:内外兼修,内在品质与外在形象的和谐一致。

感染力:气质美能无形中影响他人,产生积极的社

会效应。

### (二)气质美的形成因素

遗传因素:生物基础,如神经类型、体质特点等。

家庭环境:父母的教育方式,家庭氛围的好与坏对气质形成有重要影响。

教育背景:知识学习、艺术教育等有助于培养高雅气质。

个人经历:生活体验、职业经历等塑造了独特的气质风格。

社会文化:价值观、审美观念等社会因素影响气质的表现。

### (三)气质美对个人和社会的影响

个人层面:提升自信,增强人际交往能力,促进心理健康。

社会层面:传播正能量,促进社会和谐,提升公众审美水平。

## 五、研究结果

通过文献分析、案例研究等,本文得出主要结论:气质美是多因素综合作用的结果,遗传与环境共同塑造。气质美不仅关乎外在形象,更强调内在修养与品德。气质美对提升个人魅力、促进社会和谐具有显著作用。公众对气质美的认知存在个体差异,但普遍具有认同性。大部分公众对气质美的理解是穿得好、戴得好。但是这些是往往不够的,真正的气质美是指一个人通过内在修养、学识、品德等多方面综合素质所形成的美感,这种美感不仅体现在外表,更在于内在的气质、涵养和修为。气质美是一种内在美和精神美,

是经过时间考验的美,能够经受住各种变化的审美标准的,是正确的世界观、人生观、价值观所形成的美感。它不仅仅依赖于外表,更多的是通过内在的修养和品质来体现。一个有气质美的人,通常能够给人以美的享受和好感。崇高是气质的另一个重要特点。康德认为,崇高的另一个重要特点是,其审美对象带给人的是不愉快的感受,并且是可怕的感受,认为崇高使人“充满畏惧”。

## 六、反思与建议

气质美是个体独特魅力的体现,是个人综合素质与社会文化环境相互作用的产物。它不仅影响个体的心理健康与人际交往,还对社会风气与审美导向具有引领作用。因此,培养气质美应成为个人成长与社会发展的重要目标。

## 七、结语与展望

通过上述研究与探讨,我们不难发现,气质美不仅是个人魅力的体现,更是社会文明进步的标志。愿每个人都能在不断的学习与实践,发掘并展现自己的独特气质美,共同营造一个更加和谐美好的社会环境。要不断培养对艺术、自然等美的鉴赏能力,参观艺术展览、欣赏音乐、游览自然风光等,提高审美水平。注重个人形象管理,根据不同场合选择合适的服装、妆容和发型,做到整洁、得体、大方。保持健康的生活方式,合理饮食、适量运动、规律作息,拥有良好的身体素质和精神状态,为气质美的展现提供坚实的基础。

# 《大学生心理健康教育》中融入课程思政元素的实践探索

□ 温州商学院 倪献鸟

在新时代背景下,高校教育不仅注重专业知识的学习,还强调思想政治素质和心理健康的全面教育。心理健康教育帮助学生增强心理素质,预防心理问题;课程思政通过思想引导树立正确的价值观。将两者融合,有助于提升学生的心理和思想政治素质,为其全面发展奠定基础。

## 一、心理健康教育与课程思政融合的意义

心理健康教育与课程思政的融合,标志着新时代高校教育发展的新方向。这一融合不仅强化了学生的思想政治素质,帮助他们在多元文化冲击下保持定力,树立正确三观,还显著提升了心理健康教育的实效性。通过结合课程思政元素,学生得以深入理解心理问题的本质,增强自我认知与调节能力。更重要的是,这种融合促进了学生的全面发展,将心理健康与思想政治素质相结合,为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人奠定了坚实基础。这一创新实践对于新时代高校教育的改革与发展具有重要意义。

## 二、心理健康教育与课程思政融合的实践路径

### (一)课程设计与实施

#### 1.课程内容融合

在心理健康教育课程中,可以融入课程思政的相关内容。例如,在讲解心理健康的基本概念和原理时,可以引入马克思主义关于人的全面发展的理论,帮助学生理解心理健康与人的全面发展之间的关系。同时,在心理健康教育中也可以引入社会主义核心价值观,引导学生树立正确的世界观、人生观和价值观。

#### 2.教学方法创新

在教学方法上,心理健康教育与课程思政的融合可以通过案例分析、角色扮演、小组讨论等方式进行。例如,可以选取一些典型的心理问题案例,结合社会主义核心价值观进行分析和讨论,让学生在解决实际问题的过程中,加深对课程思政内容的理解和认识。此外,还可以利用现代信息技术手段,如虚拟现实、在线互动等,增强教学的互动性和趣味性。

#### 3.评价体系构建

在评价体系上,心理健康教育与课程思政的融合需要构建多元化的评价体系。除了传统的考试和作业评价外,还可以引入学生自评、互评、教师评价等多种评价方式。通过多元化的评价体系,可以更全面地了解学生的学习情况和心理状态,为后续的教学提供有针对性的指导。

### (二)师资队伍建设

#### 1.教师培训与交流

高校应通过深入系统的培训提升教师的专业水平,培训内容应涵盖心理学、教育学和思想政治教育等领域的前沿理论,尤其是心理健康教育与课程思政融合的研究成果。可以邀请国内外知名学者举办专题讲座,教授现代教学方法,如AI辅助教学、案例教学、项目式学习、翻转课堂等,并讲解如何将 these 方法应用于实际教学中。同时,鼓励教师参加学术会议与研讨会,拓宽视野,丰富教学策略。

#### 2.教师团队建设

高校应注重跨学科合作,构建由心理学、教育学、思想政治教育等领域的教师组成的团队。定期组织团队成员交流研讨,分享学科前沿理论和实践经验,推动学科融合创新。教师们可共同设计创新的教学方案,将多学科的知识和方法结合,提高课程思政与心理健康教育的实施效果。跨学科团队还可开发多样化的教学资源,如案例库、教学视频、在线课程,推动教学改革,提升教学质量。

#### 3.教师激励机制

高校应建立完善的激励机制,鼓励教师积极参与心理健康教育与课程思政融合实践。可以设立专项奖励基金,表彰在实践中表现突出的教师,并通过奖金、证书、晋升等形式进行奖励。高校还应建立教学成果展示平台,鼓励教师展示融合实践的教学成果,通过评审、观摩和竞赛等活动促进经验交流。教师的表现还应纳入职称评定和绩效考核,作为晋升和评优的重要依据。

### (三)校园文化建设

#### 1.文化活动举办

高校应策划具有深度与广度的系列心理活动,增强学生对心理健康教育与课程思政的理解。例如,邀请心理学家开展心理讲座,结合生动案例讲解心理健康知识;通过心理剧表演展示心理调适过程;举办思政微大赛、思政主题演讲比赛,引导学生深入思考。这样的活动丰富校园文化,提升学生的文化素养和审美能力,促进思政教育与心理健康教育的融合。

#### 2.校园文化宣传

高校应利用官网官微、广播和社交媒体平台等,发布心理健康相关的文章和视频,扩大心理健康知识的覆盖面,精准宣传心理健康教育与课程思政。宣传内容要贴近学生需求,以生动、有趣的方式呈现。同时,引入互动性元素,如在线问答、问卷调查等,鼓励学生参与,表达观点。通过精准化和互动性的宣传方式,增加学生参与度与认知度,营造积极向上的校园文化氛围。

#### 3.校园文化实践

高校应组织学生参与与专业学习相关的校园文化实践活动,如走进儿童福利院、自闭症康复中心等机构开展心理志愿服务和社会实践。志愿服务可培养学生的社会责任感;社会实践则帮助学生将所学知识运用到实际生活中。通过这些活动,学生能更好地理解心理健康教育与课程思政的融合,增强实践能力、创新意识,进一步认同其价值和意义。

## 三、结语与展望

心理健康教育与课程思政的融合是新时代高校教育的重要趋势,有助于提升学生的思想政治素质和心理素质,促进全面发展。高校应通过课程设计、师资建设和校园文化等途径推进融合,并不断创新。未来,融合将更加深入,高校需加强教师合作和文化建设,推动教育改革与发展,为学生全面成长提供有力支持。

### 课题项目:

2022年省级课程思政教学项目成果基于积极社会心态导向的《大学生心理健康教育》课程思政教学研究与实践,课题编号(SJ2022KCSZ10)。