

“90后”找到了不会失业的新职业 给爷爷奶奶们“打分”做评估

老年人能力评估师：真不是给老年人贴标签

王均兰今年33岁，正在从事一份不太会失业的职业——老年人能力评估师，为有需求的老年人提供生活活动能力、认知能力、精神状态等健康状况测量与评估。

很多人不知道这一行，是因为它够新，够特别。三年前，国家才正式将这份职业纳入国家职业大典。

先说几个关键词，这是一份很难失业，也很难被AI替代的职业。在老龄化和少子化愈发严峻的当下，这份职业没有35岁门槛，工作越久，年纪越大，越吃香。前景很好，目前还很缺人。

王均兰愿意从事这一行，是因为这几年，每次在社交平台上搜索跟“养老”有关的话题，都让人焦虑。

年轻人愁没钱养老，老年人担心未富先老。常居热搜榜的养老话题，永远是没人能回答的那个问题：到底攒够多少钱，才能体面养老。

一个更真实的数据是，到2035年左右，我国的老年人口规模将突破4亿，老龄化人口空前严峻。但生育率却在逐年下跌，2022年首次出现人口负增长，总和生育率跌破了1.1。

这意味着，老人越来越多，但能提供照料服务的子女越来越少。当一个人年纪越来越大，身体机能衰退，生活没有了质量，该怎么打发漫长的时间？

王均兰很早开始思考这个问题，她大学学管理学专业，一毕业就去了养老院。

她看到一个明显趋势，在她父母的那个年代，养老几乎是家庭内部的责任。而如今，出生人口断崖下降外加人口老龄化，我们的晚年生活要靠社区和养老医院，家庭或子女的照护已经成为过去时。

体面养老当然跟钱有关，但更重要的是，谁来照顾我们？是否有专业的人能让我们体面衰老。

她现在最有成就感的事，是让每一位爷爷奶奶都能得到最适合他们的照护服务——既能够获得他们必需的照护服务，又能够体现他们自己的能力。每当老人进步了一点点，都会把王均兰认真夸奖一番，这通常能让她愉悦地度过一整天。

今年是王均兰从事评估师的第6年，她已经给1800多位老人做过评估。每天早晨她都会坐班车去养老院，给办理入住的老年人做能力测试。

这份工作有多重要？在我们国家，只要上了一定年纪的老人都会享受国家的一津贴补助，不同身体和精神状态的老人，需要的补助和照护资源完全不同。

王均兰需要对老人进行评估，来给他们进行等级划分，判断老人属于轻度、中度还是重度失能。评估结果决定了老人的护理等级和护理计划，申请长期照护保险的老人可以通过专业能力评估决定他们是否可以享受长期照护保险补贴，还关乎着老人每月可以领取多少政府补贴。

该如何评估一个老人的自理能力呢？会有很多具体标准：老人能不能独立完成刷牙洗脸，是否记得今天是星期几，过去30天里有没有跌倒或走失的经历等。

评估的过程里最重要的，是要保护老人的自尊心。王均兰需要像拉家常一样地去和老人聊天，要问“爷爷，我看您胡须剃



王均兰(左二)和同事给老年人做能力评估。

得很好，是自己完成的吗？”

想知道老年人能不能独自从餐桌转移到床边，会让老人坐在床上，看他另一条腿能不能抬上来，自己能不能躺下来。

需要对老人的日常生活能力、精神状态、感知觉与沟通能力、社会参与能力进行评估。

这份工作看起来是对老年人进行评估，但其实是对老年人照护计划的一种制定。它像一个牛鼻子，牵动着所有后续服务，如何分配后续的照护资源。

你很难想象，在这个职业出现以前，很多养老院使用的还是“老人走着进来就是自理，躺着

进来就是失能”的粗放标准。

这导致过去经常会出现供需不平衡的情况，有限的资源没办法用在最需要的老年人身上，补贴和资源都是一刀切。有些老人已经重度失能了，却因为没有专业评估，让他们的日常生活充满了“风险”。

“在评估的过程时，你要随时顾及老年人的心理，他们虽然年纪大了，但依然有不服老的精神，不愿意把自己的弱势暴露出来。评估时你还拿着一堆表格和工具，那种架势难免会让老人心里产生无权的感受，会紧张，像参加智力测试。”

工作里的困难：老年人刻意隐瞒病情

王均兰还记得第一次给老人做评估时，很多问题不知道如何规避。她最常面临的情况就是，老年人不告诉实情，刻意隐瞒。

问他们最近有没有跌倒的经历，有些老人会刻意缩减摔倒的次数。老人担心如实讲述太多次的跌倒经历，评估师会认为自己能力太差了。

有时候隐瞒病情可以少交一些入院费用（入住养老院时，不同的能力等级需要的照护费用不同，等级越低，费用越少）。除了经济因素外，其实老人最担心的是自己真的老了，没人再需要自己。

面对衰老和病痛，很多人最初都会无法接受。

王均兰前段时间刚接待了一名患有帕金森病的老人入

住，今年62岁。根据他描述的实际病情，最终给出“重度失能”评估结果，然而家属在复核的过程中，虽然对指标的每一项分数都认可，但很难接受老人是“重度失能”。

在家属看来，62岁当然是年轻的老年状态，除了日常不能正常活动之外，老人思维清晰，精神状态也好，怎么就这么严重了呢？

“家属看不到帕金森病情有多严重，会有跌倒风险，属于高危状态。老人的每一项活动都需要有人看护并且协助。我们的工作不仅要让他们了解到老人的实际身体状况，更重要的是，让他们对老人的身体状况发展和风险有更为清晰的认识。”

王均兰用“先知者”来评价自己的职业，在老人自己都没发

现身体变化的情况下，他们通过评估来准确识别出风险，找准注意事项，让老人有质量地活着。

印象最深的是80岁的夏奶奶，因为去年在家里摔倒，肩关节和肘关节骨折，第一次住院评估为重度失能，跌倒风险很高。在半年时间里，家属和护理人员根据王均兰的评估结果，有针对性地进行看护，知道哪些方面该注意，哪些能力要加强。在最新一次的评估测试时，重度失能的夏奶奶，已转为轻度失能。

夏奶奶最大的变化是以前洗脸洗澡都需要人，现在一个人可以独立完成，吃得香睡得着，没事就去打麻将和做操，精神头很足。

夏奶奶女儿说过一句很有共鸣的话，老年人特别需要陪伴，作为子女经常早出晚归，老

所以在给老人做认知测试时，问题一定不能刻意，不能直接比着手指问，这是几？而是用另一种更亲切的形式，比如让老人们画一个时钟，问老人10点45分应该怎么画。

这是评估老人认知功能的经典考题，考察了好几方面的能力，看看老人能否把日常生活中见到的东西，通过自己的思维加工，来准确传达出来。

看上去这份工作要通过多项评估标准后，给老年人进行等级划分，最后确定他的最终等级和补贴等级是什么。但评估师真不是一个挖掘老人信息的侦探，也不是一个高高在上的给老人贴标签的人。

之所以叫“老年人能力”评估师，是因为大家更看重老年人的能力。“我们不是代替老人做事情，而是协助他，重新挖掘他的自立能力。老人体能的衰退，并不代表对自立生活不再渴求。没有一个人想过失能的生活。”

王均兰知道自己的工作，不仅仅是在正常与异常的边界线上通风报信，而是让老人的尊严被看见。

人独自一人在家，没有人陪他们讲话，这也是造成阿尔兹海默症的部分原因。而评估师做的最重要的就是陪伴，陪他们说说话。越能得到老人的信任，也就越能了解他们的需求。

王均兰告诉记者，子女对老年人的关心常有很大误区，总认为老人把自己照顾得马马虎虎就可以了，更在意他们的物质生活水平，缺少对他们精神状态的关注。常常忘记，人老了也想要表达、被聆听与回应。

所以身体护理只是一部分，同样重要的是照顾他们的心灵。王均兰需要经常和老人沟通，给老人加油打气，告诉他们，还有恢复的可能。不代替老年人去做事情，而是协助他们，让他们重新建立生活的信心。

对这行的最大误解：养老行业=伺候老人

这几年，年轻人越来越在意养老话题，他们在豆瓣发起相关讨论，开始计算“如果从现在开始每月存800元，坚持攒20年是否可以安心退休养老”。

网上还有最常见的讨论帖：理想中的养老生活到底是什么样的？什么地方最适合养老？如果打算不婚不育，老了之后该怎么生活？

有些“95后”觉得这些话题太复杂，索性一毕业先加入到这行，培养一些经验。有人提供给老人上门洗澡服务，也有人成为了专职的老人写真摄影师，但这行需要的人才远远不够。

曾推动养老事业发展的田兰宁博士提到，“社会上会有大

量的老年人，但是照护者是谁？具有什么样的专业水平？这是一个很深刻的问题，目前这个比例完全不协调。”

而且这么多年过去，很多人依然对这行存有偏见，认为从事养老行业就是在伺候老人，只能做护工护理的工作。

“这也是大家对我们的最大误解，导致这个岗位常年缺人。很多人不知道有这样一个职业，老年人能力评估师还没形成完备的体系，需要大量年轻人进入到养老行业，需要精细化发展。大家都希望自己的晚年生活有保障，这是非常具有想象力的一个职业。”

王均兰跟我们分享过一组

数据，目前我国享受高龄津贴的老年人有2680万人，享受养老服务补贴的老年人354万人，共有超过3000万人需要通过老年人能力评估，来确定领取补贴资格。

这意味着，无论是入住养老机构、社区日间照料中心，还是长期照护保险的申请等，都需要有人进行专业评估，需求量很大。

采访王均兰当天，她正要去天津参加高级老年人能力评估师的评定工作。入行11年以来，她一直在学习和考证的路上，考取了社工师、经济师，还有各种护理资格证。

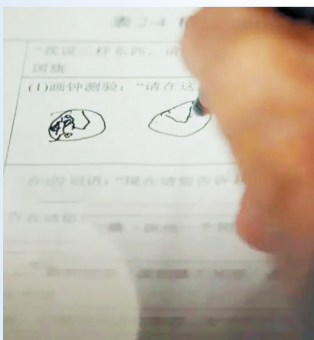
她很确定，未来这一行需要

更多具有全面知识体系的年轻人加入进来，比如有心理学和社会学知识，喜欢和人沟通的人。想从业的人可以去考老年人能力评估师职业技能等级证书，从低级到高级，可以慢慢来。知识体系越丰富，越得心应手。

“卷是有一点卷，但幸福指数是真的高。”

如果把人生浓缩在一天的话，黄昏最难熬。这是人生最后一段路，也是最难走的一段路。王均兰和她的同事们，正在努力让这段路变得平坦，也让沿途风光美好了那么一些。

据《三联生活周刊》《新民晚报》



通过让老人画一个时钟，来测评老人认知能力是否存在障碍。