

探析积极老龄化背景下老年人的网络参与

于忠卉, 宁子昂

南京林业大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年6月24日; 录用日期: 2024年8月8日; 发布日期: 2024年8月19日

摘要

随着我国社会人口老龄化进程的加快, 积极应对人口老龄化已经成为国家的重要战略之一。积极老龄化理论框架中的“三大支柱”之一是“参与”, 它鼓励老年人积极参与各种社会活动, 保持活力, 从而推动积极老龄化的实现。在信息技术迅猛发展的现代社会, 老年人接触和使用网络已成为必然。因此, 文章聚焦于老年人网络参与现状, 通过分析发现老年人在网络参与中存在的数字鸿沟, 网络安全和隐私保护, 内容适应性的问题。基于这些问题, 文章深入探讨其原因, 并提出构建友好型网络环境, 组织技术培训与教育, 加大政策和财政支持, 加强社会和文化推广, 旨在促进老年人更好地参与网络活动。为积极应对人口老龄化的国家战略提供理论支持和实践经验。

关键词

积极老龄化, 老年人, 网络参与

To Explore the Network Participation of the Elderly in the Context of Active Aging

Zhonghui Yu, Zi'ang Ning

School of Marxism, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Jun. 24th, 2024; accepted: Aug. 8th, 2024; published: Aug. 19th, 2024

Abstract

With the acceleration of the process of population aging in Chinese society, it has become one of the important strategies of our country to actively deal with population aging. One of the “three pillars” in the theoretical framework of active aging is “participation”, which encourages the elderly to actively participate in various social activities and maintain vitality, thus promoting the realization of active aging. In modern society with the rapid development of information technology, it has become inevitable for the elderly to contact and use the Internet. Therefore, this paper

focuses on the current situation of the elderly's Internet participation, and finds the problems of digital divide, network security and privacy protection, and content adaptability in the elderly's Internet participation through analysis. Based on these problems, the article delves into the reasons behind this issue and proposes the establishment of a senior-friendly online environment, organization of technical training and education, increased policy and financial support, and enhanced societal and cultural promotion, all aimed at facilitating greater participation of the elderly in online activities. This is intended to provide theoretical support and practical experience for national strategies actively addressing population aging.

Keywords

Active Aging, The Elderly, Network Participation

Copyright © 2024 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

根据国家统计局数据显示,至2023年底,我国老年人口达到2.97亿人,占总人口的比重达21.1%。依照联合国发布的《人口老龄化及其社会经济后果》,“当一个国家或地区65岁及以上老年人口数量占总人口比例超过7%时,则意味着这个国家或地区进入老龄化”[1]。随着我国老龄化程度的不断加深,国家面临着由老龄社会引发的挑战,如“人口红利”的逐渐消失和养老问题的日益严峻。近年来,党和政府高度重视人口老龄化问题,坚持推行积极老龄化政策,并发布了多项政策文件。2019年11月,中共中央和国务院共同印发了《国家积极应对人口老龄化中长期规划》,这一规划明确了我国积极应对人口老龄化的战略目标,并为实现积极老龄化提供了全面的指导。2020年10月,党的十九届五中全会提出“实施积极应对人口老龄化国家战略”,标志着我国首次将积极应对人口老龄化提升至国家战略层面。该战略不仅对我国老龄工作的高质量发展具有重要意义,也对“十四五”时期的经济社会发展乃至全面建设社会主义现代化国家的进程产生深远影响。因此,从积极老龄化的角度探讨和研究老年人的社会生活参与显得尤为重要,这不仅可以为老年个体的发展提供支持,还可以为经济社会的稳定和国家战略的实施提供理论依据。

2. 积极老龄化的理论框架

2.1. 积极心理学的定义

积极老龄化是由世界卫生组织(WHO)在2002年提出的一个全面的政策框架,用以应对全球日益增加的老年人口所带来的挑战。该概念定义为“在整个生命周期中采取的多种措施,以提高老年人的健康、参与和安全水平,以便增强他们的生活质量”。积极老龄化强调三个核心要素:健康、参与和安全。健康指通过预防疾病和增强健康服务来保持身体和心理的最优状态;参与则涉及保障老年人有机会继续参与社会、文化、经济和政治活动;安全涵盖保护老年人免受暴力、滥用和贫困的风险。积极老龄化的目标不仅是延长寿命,而且是提高生命后期的质量,确保老年人能够以尊严和自主地活到老年。此外,积极老龄化政策也呼吁为老年人创造使能环境,这些环境能够支持老年人的需求并充分发挥他们的潜力。这种政策框架要求跨领域的合作,包括健康、社会保障、教育和劳动市场政策的整合,以应对人口老龄化的复杂性和挑战。

2.2. 积极老龄化与老年人网络参与的关联性

在积极老龄化的理论框架中, 老年人的网络参与被视为实现健康、参与和安全这三个核心目标的关键途径之一。网络技术为老年人提供了维持社会参与、获取健康信息和加强心理健康的新机会, 从而有助于增强他们的生活质量和社会福祉。首先, 网络参与能够增加老年人的社会联系和信息获取能力, 是实现社会参与的重要手段。通过社交媒体、在线社区和各种通讯工具, 老年人能够与家人、朋友和同龄人保持联系, 参与在线活动和社会事务, 这对减轻孤独感、维持社会活力具有积极作用。已有研究发现, 老年人互联网使用能显著降低老年个体孤独感[2]。其次, 网络参与使老年人能够轻松访问健康相关信息和资源, 参与健康管理和预防性保健活动。这包括在线健康咨询、远程医疗服务以及健康教育, 有助于老年人更好地管理慢性病和其他健康问题, 提升整体健康状况。最后, 网络技术为老年人提供了加强个人心理健康的手段。使用互联网的老年人往往能更好地感受到与社会的联系, 网络活动对于提升老年人的心理健康具有显著的正面影响[3]。

3. 我国老年人网络参与的现状

3.1. 网络普及率增加

在中国, 随着信息通信技术的迅速发展和普及, 老年人群体的网络参与率显著增加。据中国互联网络信息中心(CNNIC)的数据显示, 老年互联网用户的比例逐年上升, 截至 2021 年 12 月, 我国 50 岁及以上的网民比例从 2020 年 12 月的 26.3%增长至 26.8%。在这一群体中, 60 岁及以上的老年网民数量已达到 1.19 亿, 占总网民数的 11.5%, 而 60 岁及以上老年人的互联网普及率为 43.2%。互联网在中老年群体中的普及程度持续增加, 尤其自 2019 年起, 中老年网民比例显著上升。在 2020 年和 2021 年, 老年人的网络参与人数也呈现出稳定的增长趋势[4], 智能手机成为他们接入互联网的主要设备。这一趋势反映出数字设备的普及与操作界面的简化, 降低了老年人使用网络的技术门槛。网络普及的增加主要得益于几个方面: 首先, 智能手机和平板电脑的普及提供了更为便捷的上网方式, 触控屏的直观操作使得老年人更易于学习和使用。其次, 随着移动互联网的覆盖扩大, 特别是在城市中, 老年人可以更便利地接触到各类网络服务和资源。此外, 政府和社会机构在提升老年人数字素养方面做出了努力, 通过举办各种培训班和普及活动, 帮助老年人克服对新技术的畏惧, 提高他们的网络使用能力。

3.2. 在线购物和支付增加

当前中国老年人群体在在线购物和支付领域的参与度正在显著增加, 这一趋势反映了数字经济对包括老年人在内的更广泛社会群体的渗透。随着电子商务平台的便捷性和普及性增强, 越来越多的老年人开始通过网络进行商品购买和金融交易, 这不仅改变了他们的消费行为, 也促进了他们的社会参与和技术适应能力的提升。首先, 老年人通过在线平台购物可以获得更多的商品选择和比较购物的便利性, 尤其是在居家便利性和物理活动能力可能受限的情况下。此外, 电子商务平台如淘宝、京东以及社交媒体平台上的购物功能, 提供了用户友好的界面和操作指导, 降低了老年人使用上的障碍。其次, 移动支付工具的普及, 如支付宝和微信支付, 为老年人提供了方便快捷的支付解决方案。这些工具不仅用于在线购物支付, 还广泛应用于日常的小额支付场景, 如公交地铁、超市购物等, 极大地提升了老年人的生活便利性和财务自主性。

3.3. 在线学习增加

当前中国老年人在在线学习领域的参与度正在逐渐提高, 这一现象体现了数字化教育资源对老年人教育可达性的积极影响。随着互联网技术的发展和数字设备的普及, 越来越多的老年人开始通过网络平

台接触和参与各类教育活动, 这包括语言学习、养生保健、文化艺术以及其他兴趣爱好的课程。在线学习平台如 MOOCs(大规模在线开放课程)、知识分享平台以及各大高校的公开课, 为老年人提供了灵活的学习时间和丰富的学习内容, 使他们可以根据个人兴趣和时间安排自主选择学习内容。此外, 视频教学平台如 Bilibili、YouTube 上的教育频道也极大地丰富了老年人的学习资源。

4. 当前我国老年人网络参与存在的问题

4.1. 数字鸿沟问题

数字鸿沟, 亦称信息鸿沟, 广泛被学者界定为数字时代中不同群体在使用新媒体时所展现的参与不均等现象[5]。

这一现象在当前中国老年人中表现尤为明显。随着数字化社会的快速发展, 老年人由于教育水平、经济条件、地理位置和技术接触机会的不同, 面临着多重障碍, 这些障碍限制了他们充分利用数字资源的能力。首先, 教育水平对老年人的数字接入和使用能力有显著影响。较低的文化水平和有限的数字知识储备使得老年人在面对现代数字设备和网络应用时, 常感到不知所措。此外, 心理因素也起到关键作用, 许多老年人对于新技术持保守或焦虑的态度, 缺乏尝试和学习新技术的意愿。其次, 经济条件是影响老年人数字参与的另一重要因素。网络设备和服务的费用对于收入有限的老年人来说可能是一大负担, 尤其是在城乡差异显著的地区, 基础设施的不完善进一步加剧了这一问题。另外, 老年群体仍然是非网民群体的主体, 仍有大量的老年人口无法接入网络, 老年数字鸿沟存在接入鸿沟[6]。此外, 居住地区的差异也显著影响老年人的网络接入。在较偏远或经济欠发达的地区, 网络基础设施的覆盖不足, 进一步限制了老年人获取数字服务的机会。

4.2. 网络安全和隐私保护问题

网络安全和隐私保护问题主要是由于老年人在数字技能和网络意识方面的不足。随着老年人群体逐渐步入互联网世界, 他们面临着多种网络安全威胁, 包括个人信息泄露、金融诈骗以及欺诈等风险。首先, 老年人往往缺乏必要的网络安全知识, 难以识别网络诈骗和钓鱼网站, 这使得他们容易成为网络诈骗的目标。例如, 老年人可能会无意中点击恶意链接或在不安全的网站上输入个人信息, 从而遭受财产损失。此外, 部分老年人对智能设备持有抵触情绪, 且对网络操作不够熟悉, 这使得他们在新科技的敏感度和接受度上普遍低于其他年龄群体, 因而更容易受到欺骗[7]。其次, 老年人对于隐私保护的意识较弱。在不了解隐私设置的情况下, 他们可能会在社交媒体和其他在线平台上过度分享个人信息, 增加了个人信息被滥用的风险。此外, 老年人在使用网络服务时, 如在线支付和银行服务, 可能不熟悉安全操作程序, 从而增加了账户安全的风险。这些问题不仅关乎个人信息和财产的安全, 也影响到老年人的网络体验和信任度。

4.3. 内容适应性问题

在当前我国老年人网络参与的过程中, 内容适应性是一个显著的问题, 这主要表现在网络内容和服务往往未能充分考虑老年人的特定需求和偏好。多数在线平台和应用程序主要设计针对年轻用户, 导致老年人在使用时可能感到内容不相关或难以理解。第一, 教育和娱乐内容往往缺乏针对老年人的设计。例如, 老年人可能对健康、养生、退休生活等主题更感兴趣, 但相关内容的提供可能不足, 或者呈现方式不适合老年人的消费习惯。此外, 使用语言和视觉设计可能对老年人不够友好, 例如字体大小、色彩对比度和操作界面的复杂度等, 都可能不适合老年人的视力和操作习惯。第二, 技术应用在介绍和教育指导上往往忽略了老年人的学习曲线。老年人在接受新技术产品时需要更详尽的引导和支持, 但许多技

术产品的教程和帮助文档过于复杂或假设用户具有一定的技术背景, 这对老年人来说是一个较大的挑战。

5. 促进我国老年人网络参与的对策

5.1. 构建友好型网络环境

这一环境的构建旨在通过改善技术接口、内容适应性和安全保障, 降低老年人使用网络的门槛, 提升他们的网络体验和参与度。首先, 老年友好的用户界面设计是基础。这包括但不限于增大字体大小、优化色彩对比、简化操作流程和界面布局。在设计阶段, 应结合老年人的年龄特征进行优化, 包括信息内容、颜色搭配、操作设置等方面的改良[8]。此外, 增加语音识别和语音操作功能可以帮助视力或手动操作受限的老年人更容易地与设备交互。其次, 内容的适应性也至关重要。需要开发符合老年人兴趣和需求的内容, 如健康养生、退休生活指导、传统文化教育等, 并以易于理解和吸收的形式呈现。同时, 应提供详细的使用教程和在线帮助, 帮助老年人克服使用过程中的困难。再次, 加强网络安全是构建老年友好型网络环境的重要方面。应通过提供简化的安全设置选项、定期的网络安全教育和实时的技术支持, 增强老年人的网络安全意识和能力, 减少他们遭受网络诈骗和信息泄露的风险。此外, 政府和社会各界应共同努力, 推广老年友好的网络政策, 提供必要的技术支援和经济补助, 以确保老年人能够无障碍地享受数字技术带来的便利。

5.2. 组织技术培训与教育

为促进中国老年人的网络参与, 技术培训与教育是一项关键对策, 旨在提升老年人的数字技能和网络利用能力。这一对策涉及一系列系统的教育措施, 包括基础的计算机操作、互联网搜索技巧、社交媒体使用, 以及网络安全知识的普及。技术培训应从老年人的实际需求出发, 关注他们在操作简便性、信息可读性和交互逻辑性上的特殊需求。培训课程设计应避免复杂的技术术语, 采用简洁明了的教学方式, 以增强老年人的学习兴趣和效果。此外, 课程内容应涵盖日常生活中常用的网络应用, 如在线购物、支付工具的使用、视频通话等, 以提升他们的生活质量和自理能力。此外, 应采取灵活多样的教学形式, 如视频教程、图文并茂的手册、小组讨论和实操练习, 以适应不同老年人的学习习惯和接受能力。同时, 鼓励社区中心、老年人活动中心和图书馆等公共场所开展面对面的培训课程, 提供一个社交互动和即时反馈的学习环境。最后, 强化网络安全教育, 教授老年人如何识别网络诈骗、保护个人隐私和安全使用网络资源, 是提高老年人网络参与度的重要环节。

5.3. 加大政策和财政支持

政府可以通过制定具体政策和提供财政资助, 为老年人创建一个支持性的网络环境, 降低他们接入和使用数字技术的障碍。首先, 政策层面应关注增加老年人对网络技术的接触机会和使用便利性。这可以通过在公共设施如社区中心、图书馆及老年活动中心等地点提供免费或低成本的互联网接入点来实现。此外, 政府可以推动制定老年友好的技术标准, 促进科技企业开发适合老年人使用的设备和应用程序。其次, 财政支持方面, 政府可以提供补贴或减免, 帮助老年人购买必要的网络设备和支付互联网服务费用。这类支持特别针对低收入老年人群体, 以确保他们不因经济原因而无法获得网络服务。进一步地, 政府应推广和支持老年人参与的数字技能培训项目, 通过财政拨款支持这些项目的开展, 确保培训内容和方式符合老年人的实际需要。

5.4. 加强社会和文化推广

首先, 社会推广需要通过公共媒体和宣传活动提升社会各界对老年人网络参与的认识和支持。通过

电视、广播、报纸及在线媒体等渠道,普及老年人使用网络的积极案例和潜在好处,可以有效改变公众对老年人与新技术关系的固有看法。强调网络技术对提升老年人生活质量、维持社会联系和促进终身学习的重要性,有助于构建一个更为包容和支持老年人使用网络的社会环境。其次,文化推广方面,可以举办针对老年人的网络文化活动和竞赛,如数字摄影、在线绘画、网络写作等,这不仅能够激发老年人的兴趣,还可以帮助他们建立自信,实现自我表达和社会参与。此外,通过社区组织和老年人俱乐部等平台,举办网络使用和信息技术的研讨会和展览,可以促进老年人在舒适的环境中学习和交流网络知识。最后,推广老年人网络参与还需要家庭的支持和鼓励。家庭成员,特别是年轻一代,应当鼓励并帮助老年亲人学习和使用网络技术。在家庭层面进行文化推广,强化网络技术的跨代共享和学习,可以有效促进老年人的网络参与。

6. 结语

在积极老龄化的背景下,老年人的网络参与显得尤为重要。通过网络技术,老年人不仅能够获得丰富的健康信息、维持社交活动,还能够继续教育和个人发展,从而提高他们的生活质量。然而,为了更有效地促进老年人的网络参与,必须解决包括数字鸿沟、网络安全和隐私保护、内容适应性等方面的问题。这需要政府、社会组织、科技企业以及家庭的共同努力,通过构建友好型网络环境、组织教育培训、加大政策和财政支持、加强社会和文化推广等方法,建立一个支持和鼓励老年人网络参与的环境。实现这一目标不仅能够帮助老年人更好地适应数字化社会,也是推动社会整体向积极老龄化迈进的重要步骤。通过这些措施,我们可以确保老年人在享受科技进步带来的便利的同时,也能安全、积极地参与到数字世界中。

参考文献

- [1] 包世荣,唐魁玉. 国外医养结合养老模式及其对中国的启示[J]. 哈尔滨工业大学学报(社会科学版), 2018, 20(2): 58-63.
- [2] 宋士杰,宋小康,赵宇翔,等. 互联网使用对于老年人孤独感缓解的影响——基于 CHARLS 数据的实证研究[J]. 图书与情报, 2019(1): 63-69.
- [3] 洪建中,黄凤,皮忠玲. 老年人网络使用与心理健康[J]. 华中师范大学学报(人文社会科学版), 2015, 54(2): 171-176.
- [4] CNNIC 发布第 49 次《中国互联网络发展状况统计报告》[J]. 新闻潮, 2022(2): 3.
- [5] 路胜男. 数字时代老年数字鸿沟治理路径研究[J]. 太原城市职业技术学院学报, 2021(12): 23-25.
- [6] 李娟,李繁. 积极老龄化视角下老年人网络参与研究[J]. 黑河学刊, 2023(2): 103-109.
- [7] 刁春婷,曾美娜. 老年人网络自我效能感与网络诈骗应对的关系[J]. 中国老年学杂志, 2020, 40(10): 2204-2206.
- [8] 谢祥龙,陈艳,劳颖欣,等. 老年人互联网使用现状、影响因素及应对策略[J]. 中国老年学杂志, 2017, 37(13): 3368-3370.