

# 积极老龄化视角下老年人的网络参与研究

冯金鑫

南京林业大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2024年9月20日; 录用日期: 2024年12月2日; 发布日期: 2024年12月11日

## 摘要

在老龄化社会快速发展的背景下, 老年人网络参与日益成为社会各界关注的焦点。然而, 尽管信息技术的普及为老年人提供了新的社交和生活支持渠道, 但他们在技术适应、网络安全以及社会融入等方面仍面临诸多挑战。本文在积极老龄化视角下, 系统梳理了老年人网络参与的现状, 分析其在实际参与中遇到的主要困境, 并从技术、教育和社会支持三方面提出相应的对策, 旨在为老年人更好地融入数字社会提供理论和实践支持。研究表明, 通过适老化智能技术的发展、数字技能培训的强化, 以及家庭和社会支持的增强, 可有效提高老年人的网络参与度, 进而促进其生活质量和社会参与度的提升。

## 关键词

积极老龄化, 网络, 网络参与

# A Study of Older People's Online Participation from an Active Aging Perspective

Jinxin Feng

School of Marxism, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Sep. 20<sup>th</sup>, 2024; accepted: Dec. 2<sup>nd</sup>, 2024; published: Dec. 11<sup>th</sup>, 2024

## Abstract

Against the backdrop of the rapid development of an aging society, the online participation of older persons has increasingly become a focus of attention for all sectors of society. However, although the popularization of information technology has provided new social and life support channels for the elderly, they still face many challenges in terms of technological adaptation, cybersecurity and social integration. In this paper, under the perspective of positive aging, we systematically sort out the current situation of older people's online participation, analyze the main dilemmas encountered in their actual participation, and propose corresponding countermeasures in terms of technology, education, and

文章引用: 冯金鑫. 积极老龄化视角下老年人的网络参与研究[J]. 老龄化研究, 2024, 11(6): 2301-2306.

DOI: 10.12677/ar.2024.116335

social support, with the aim of providing theoretical and practical support for older people to better integrate into the digital society. The study shows that through the development of age-appropriate intelligent technology, the strengthening of digital skills training, and the enhancement of family and social support, the online participation of the elderly can be effectively improved, which in turn promotes the improvement of their quality of life and social participation.

## Keywords

Active Aging, Online, Online 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

生活满意度是衡量主观幸福感和生活质量的一个重要指标，也是中国践行积极应对人口老龄化战略的重要前提[1]。随着中国社会老龄化程度不断加深，老年人群体的生活方式和社会参与模式面临着新的挑战。互联网的普及为老年人提供了一个全新的社交、信息获取和生活管理平台，然而，老年人网络参与的发展现状却反映出他们在技术适应、社会支持和网络安全等方面面临的困境。尽管老年人逐渐成为网络参与的重要群体，但他们的参与深度和广度远不如年轻人，主要受限于数字技能的不足和适老化技术的缺失。本文将在积极老龄化的视角下，探讨老年人网络参与的现状、他们在网络使用中遇到的困难，并进一步提出如何通过技术创新、教育培训和社会支持等途径，帮助老年人克服这些障碍，更好地融入数字社会。

## 2. 相关理论概述

### 2.1. 积极老龄化

人口是影响国家发展的重要因素，是关乎我国社会主义现代化建设和中华民族伟大复兴的大事。但是随着人口和时代的发展，人口也逐渐出现了老龄化的现象，与之相伴的还有积极老龄化一词，但这一词的出现有其特定的理论缘起。在 19 世纪，老龄化一词就已经逐渐出现，1993 年国际老龄学大会上，提出了“科学要为老龄健康服务”的口号，又过了两年，世界卫生组织又一次提出了“老龄化与健康项目”，一直到 1999 年才将这些成果转化为“积极老龄化”。2002 年在联合国的推动下，积极老龄化被写入了政治宣言，随后又在国际组织的推动下，积极老龄化已经成为了人口老龄化的主要全球战略。

对于积极老龄化的内涵，可以定义为老龄人在面对老年人生活的时候可以以一种积极、乐观向上的态度去面对。目的是能够让老年人的养老环境得以完善，生活质量更进一步，实现精神慰藉，得到社会尊重，使社会保持活力，实现和谐发展[2]。学界目前的研究主要从健康、参与和保障展开。所谓的健康维度，是指老年人在晚年生活的时候可以做到具有较强的自理能力，享受高质量的晚年生活。健康是老年人生活的首要条件，只有健康状况达到了，才能够开展后续的一系列活动。而参与维度指的是老年人在健康条件允许的情况下，积极主动地参加社会和家庭活动，其中这一活动包括但不限于线下，还包括老年人的网络参与。而最后一项保障是开展参与和健康的重要前提。老年人作为社会中偏弱勢的群体，其权利更需要保障。积极老龄化理念将传统认知中“老年人是社会问题的集中者、社会资源的消耗者、社会发展的压力”转变为“社会问题的解决者、社会建设的创造者和促进可持续发展的动力”，鼓励老

年人主动参与社会建设，以缓解老龄化带来的负面影响，进而消除老年人是负担和累赘的思维模式[3]。

## 2.2. 网络参与

学界通常认为公民参与定义的结构一般包括三个基本要素：参与主体，即“谁参与”；参与客体，即“参与什么”；参与途径，即“怎样参与”。通过比较学者给出的网络参与的定义可以发现，参与途径几乎大同小异，即利用信息、通信、计算机、网络等多种技术手段，不同之处主要在于参与主体与参与客体[4]。网络参与就是各主体基于互联网，通过网络这一媒介积极参与社会生活的一种行为，其中这一参与也可以分为主动和被动、直接和间接。它可以被视为一种基于数字技术的社会实践，涵盖政治、经济、文化等多维领域。网络参与的主体不仅仅限于普通网民，还包括政府、企业等能够通过网络与社会互动的各方。其形式多样，既可以是直接的表达，如发表评论、投票等，也可以是间接的，如通过转发、点赞、评论等方式影响舆论和公共事务。

网络赋予了社会公众新的参与机会，打破了传统权力结构的限制，使个体能够跨越地理空间的束缚，参与到公共事务的讨论中。互联网的开放性和匿名性，促使更多人自由表达观点和想法，推动了信息传播的快速扩散。同时，网络参与也意味着主体之间的互动不再局限于物理空间，形成了虚拟与现实社会的紧密联动。许多现实中的社会问题和公共议题，往往起源于网络空间的讨论和传播。

最后，网络参与的多维性还体现在参与的介体上，互联网除了具有信息的传播的功能之外，同时也是为公众参与社会治理提供了一个表达和交流的平台，网络空间虽然是一种虚拟性的领域，但是其延伸不仅仅体现在现实物理空间的延伸上，还体现在日常生活的延伸上，并以此形成了一个崭新的社会互动模式。正是由于网络的存在，现实生活中的个体得以更好地获取信息、参与决策，从而促进社会的民主化发展。总之，网络的出现使得个体能够在全球范围内参与政治经济等事务，而其内涵也同样包括多元主体的深度结合。网络空间的自由是有秩序的自由，没有秩序的自由就会陷入非理性的放纵；网络空间的秩序是有自由的秩序，失去自由的秩序就是死气沉沉的教条，必将走向非理性的深渊[5]。

## 3. 老年人网络参与现状

伴随中国社会的快速老龄化，老年人群体的网络参与逐渐成为社会各界关注的焦点。信息技术的普及不仅改变了年轻人的生活方式，也为老年人提供了新型的社交和生活支持渠道。老年人通过互联网获取信息、保持社交联系、参与社会事务，甚至通过网络平台展示自我价值，互联网已经逐步渗透到老年人生活的各个方面。虽然老年人网络参与人数呈逐年增长的趋势，参与内容逐渐丰富，但在此过程中依然存在一些显著的挑战和局限性。

### 3.1. 老年人网络参与的规模和趋势

中国互联网络信息中心(CNNIC)发布的第49次《中国互联网络发展状况统计报告》显示，截至2021年12月，我国50岁及以上网民群体占比由2020年12月的26.3%提升至26.8%。其中，60岁及以上老年网民规模达1.19亿，占网民整体的比例达11.5%，60岁及以上老年人口互联网普及率达43.2%[6]。这一数字意味着，随着智能手机和互联网基础设施的普及，老年人接入互联网的机会越来越多，特别是在疫情期间，许多老年人开始借助网络获取重要的健康信息、政策公告以及社交支持。老年人通过微信等即时通讯工具保持与家人、朋友的沟通联系，减轻了疫情期间的孤独感。此外，政府和社会各界为提升老年人数字技能作出了大量努力。通过政府的政策推动，特别是适老化智能设备的开发和推广，老年人网络参与的门槛逐渐降低。大量老年人开始学习如何操作智能手机、如何使用简单的互联网服务。随着网络基础设施的完善，互联网逐渐向中老年群体渗透，不仅仅是在城市，许多农村老年人也开始逐步接

触互联网，网络参与的广度和覆盖面不断扩展。根据数据显示，农村地区的老年人互联网普及率虽然相对较低，但在政府的推动下逐渐呈现上升趋势，这为消除城乡差异和数字鸿沟提供了新的契机。

### 3.2. 老年人网络参与的多样化内容

随着经济的发展，老年人的网络参与也逐渐出现多样化的趋势，从最基础的、最开始的娱乐逐渐发展到社会参与以及生活服务当中。并且随着互联网的发展，老年人网络参与的广度和深度也在不断扩展。微信等社交软件的出现使得老年人可以更加便捷地参与社会互动。还有一部分的老年人通过拍摄短视频分享自己的生活，使自我得到展示，在一定程度上参与了年轻人的社交圈子。除此之外，老年人对网络的需求也在进一步增加，许多老年人开始学会使用网络中的购物和医疗方面的功能，从而进一步地促进自身生活的便利。尤其是在过去的疫情期间，线下出门受到限制的情况下，老年人通过网络进行寻医问诊的比例也在不断增加。由此可以看出老年人对互联网的依赖性也在不断增加。

### 3.3. 社会对老年人网络参与的支持与发展

社会各界对于老年人的网络参与也持有一种积极的态度，并在不同程度上采取了措施来支持老年人积极使用互联网。首先，政府制定了相当多的政策来帮助老年人参与数字化发展，政府积极鼓励企业研发适合老年人使用的智能设备，同时还鼓励社区作为主导方积极组织老年人的数字培训课程，使得老年人得以克服技术发展的障碍，提升他们的网络参与能力。许多企业在近些年推出了老年人专用智能机，这些智能机和普通智能机的区别就在于操作便捷且字体较大，有效提升了老年人的使用感受。与此同时，社区也可以邀请具备一定的数字技能的志愿者或者教师，针对老年人无法顺利使用网络的现状提供针对性的一对一帮扶。另外，社区可以组织老年群体喜闻乐见的数字活动，激发他们对数字技术的学习兴趣和热情[7]。以上所提到的综合性措施从根本上提高了老年人的网络参与能力，也提高了学生使用互联网的效率。最后，还可以充分利用社会媒体和舆论力量。通过社会媒体和舆论的报道可以看出，现在社会中的绝大多数老年人都积极参与网络。绝大多数的老年人在短视频平台都获得了幸福感，同时也激发了他们的生活热情。

## 4. 老年人网络参与的困境

尽管老年人积极参与网络生活，并且通过参与互联网使得其生活得到了丰富，自我价值得到了展示，但是实际上其在使用互联网时依然面临诸多困境。老年人在网络世界中遇到的挑战不仅来源于技术层面的适应问题，还涉及社会、经济和心理等多个维度的限制。这些困境在一定程度上削弱了老年人从网络参与中获益的能力，也导致他们在数字时代中的社会融入程度不如其他年龄群体。

### 4.1. 数字鸿沟的持续存在

老年人网络参与的最首要问题就是数字鸿沟。尽管互联网的普及率在不断提高，但同时互联网更新换代的速度也在不断提高，老年人开始广泛地接触互联网的同时，许多问题也开始逐渐暴露。例如，老年人在使用网络时仅限于基础的操作，对于稍显复杂的操作像支付、视频等，常常会感到力不从心。同时，由于年龄的增长，老年人的身体和心理机能都在后退，记忆力下降，反应速度变慢都会影响老年人的参与感。此外，除了老年人自身的问题之外，现在的智能设备也呈现出越来越复杂的趋势，市面上已有的适老化设备不仅覆盖范围小，而且可操作性也不高，无法从根本上解决问题。

### 4.2. 网络安全意识薄弱

老年人网络参与的另一大困境就在于网络安全。熟悉掌握网络的年轻人的网络安全尚有可能受到威

胁，老年人的网络安全更是有待加强。一方面，老年人对网络环境的复杂性和开放性没有全面的了解，导致许多网络诈骗将老年人视作目标，有些老年人因为不熟悉网络的付款流程从而遭到钓鱼网站的诈骗导致经济损失。另一方面，老年人的网络安全意识薄弱还严重影响了老年人的网络普及。许多老年人由于网络安全对网络的不信任或者因为受到过诈骗，对网络持有较低的信任，阻碍了他们对互联网更复杂的使用。此外，诈骗形式的多样化也在不断阻碍老年人享受网络生活，尽管国家已经出台相关政策，但是仍然还需要更多的政策措施来保障老年人的网络生活。

### 4.3. 社交孤立与心理障碍

网络使老年人能够与家人、朋友始终保持紧密联系而不受时间空间的限制，但对于一些部分传统的老年人来说，网络社交的虚拟性和抽象性无法代替现实生活的接触，在生活中无法获得满足感和幸福感。对于熟悉网络的老年人而言还可以接受，但是对于不熟悉互联网环境的老年人，他们在网络社交中反而会感到空洞和局促。此外，老年人在网络参与过程中明显感到自己与年轻人之间存在代沟。这种代际差异不仅体现在网络的使用，还体现在对网络文化的理解上。许多老年人的固有思维里认为，网络是专属于年轻人的世界，而老年人已经被排除在外。这种固有的思维模式进一步阻碍了老年人参与网络活动，也导致他们始终感觉自己处于网络世界的边缘，缺乏安全感和获得感。有相当一部分老年人还会因网络使用中的失败体验而产生挫败感，从而选择回避或拒绝使用互联网。这些心理障碍不仅妨碍了他们学习新技术的热情，同时使得他们的社交距离感提高。

### 4.4. 适老化产品与服务的缺乏

虽然市面上已经出现了针对老年人使用网络困难的设备，但是这些产品的覆盖面和功能依然是一个大问题。有些老年人表示绝大多数的智能设备仅仅聚焦于将字体放大和功能简化，然而这一操作恰巧与老年人的实际需求相矛盾，无法完全满足老年人的需求。同时，这些产品的开放还受到资金和资源的限制。适老化设备和技术的研发都需要投入资金和资源，然而在市场经济模式下，资金和资源往往会和需求联系。适老化技术的普及和推广依然需要政府和社会各界的共同努力，才能真正解决老年人网络参与中的技术障碍。

## 5. 推动老年人网络参与的对策

### 5.1. 推动适老化智能技术与服务的发展

在日常使用智能产品时，老年人会遇到诸多使用障碍，无法充分享受智能化服务带来的便利，还面临打车难、就医难等困难[8]。

首先硬件适老化，企业首先应简化设备或程序的操作界面使得老年人可以轻松使用智能手机、平板电脑等设备进行日常上网操作。此外，软件服务也应进一步适老化。老年人常用的社交、购物、医疗等应用程序应简化功能流程，减少广告干扰，提供更高的网络安全性。网络参与融合了互联网科技元素的智能设备，使老年人在医疗救治和紧急求助、健康管理和安全监护、家庭服务和生活照料、精神慰藉和远程关怀、学习教育和娱乐等方面获得及时、全面的服务和保障，并为进一步拓展和深化智慧养老服务领域、丰富智慧养老服务内容、提高智慧养老服务效率、打造高效优质的“智慧康养”服务体系、更好地满足老年人的多样化需求创造更多的条件[9]。最后，智能设备还可以采用语音辅助的功能，使得听力下降或不认识文字的老年人可以更好地参与网络。通过人性化的设计使老年人更容易接受互联网，提升他们的获得感和幸福感。

### 5.2. 提升老年人数字技能与网络安全意识

从活动理论的视角出发，网络活动是老年群体身份认同的表现，参与活动可以让老年人感受到自己

的能力和自我价值,对老年人心理健康会产生影响[10]。老年人缺乏数字技能是导致他们无法充分享受和参与网络活动的重要制约因素之一。必须在社会各界的共同努力下,开展针对老年人的数字技能培训。对于农村或经济较为落后的地区或者偏远地区的老年人,培训资源需要一定程度的倾斜,保证城市和农村地区享有同样的资源,缩小数字鸿沟。另外,培训的时候还要注意网络安全意识的培训,防止老年人在培训中受到诈骗,只有网络安全得到提高了之后,网络参与才能够更加广泛。同时,还要在社区里进一步设立长期的培训和咨询的机构,让老年人在日常生活中遇到网络问题可以得到及时缓解。此类持续且不间断的支持能够进一步加强老年人参与网络的自信心。

### 5.3. 发挥家庭与社会的支持作用

老年人的网络参与离不开社会和家庭的支持,家庭是老年人社会网络的基础组成部分,家庭关怀则是老年人获取温暖的主要来源,会对老年人的身心健康产生直接影响[11]。首先,家庭成员是在生活中和老年人关系最紧密的人,通过“数字反哺”教老年人如何参与网络生活。这种教学不仅减少代沟,还能提高老年人对网络的接受度。家庭适当提升对老年人的经济支持,收入水平与老年人健康呈现显著正相关,一方面,充分的经济支持可以为老年人带来更好的生活条件,提高负担健康管理开销的能力,使老年人在患病时得到更好的治疗及康复,另一方面,充分的经济支持能够满足老年人较低层次的需求,从而使老年人更加注重社会交往和自我实现的需求,增加老年人出行游玩、拜访亲友以及参加社群活动、技能培训的频率,完善老年人社会网络,从而促进老年人健康[12]。

同时,社会支持体系的建设也是提升老年人网络参与的重要保障。社区、社会组织和志愿者团队为老年人提供操作指导和技术帮助。政府还可以加强技术研发,确保老年人有一个持续的技术支持来源,通过以上措施减少他们在数字世界中的孤独感和焦虑感。

## 6. 结语

老年人作为社会中的重要群体,随着互联网的普及,网络参与成为他们社会生活的重要组成部分。尽管老年人在网络参与中面临技术障碍、数字鸿沟和网络安全等诸多问题,但通过推动适老化技术的开发、加强数字技能培训以及提供家庭与社会的支持,能够有效缓解这些困境。通过这些多方努力,老年人不仅能够提高生活的便捷性,还能获得更多的社会参与机会,增强自身的社会融入感和生活幸福感。未来,需要政府、企业和家庭共同合作,进一步推动老年人网络参与的广泛发展,从而实现积极老龄化的目标。

## 参考文献

- [1] 刘冰冰, 刘晓梅. 积极老龄化背景下人际关系对老年人生活满意度的影响研究[J]. 社会保障研究, 2021(5): 49-59.
- [2] 李莉莎. 积极老龄化视角下文化养老研究[D]: [硕士学位论文]. 石家庄: 河北经贸大学, 2020.
- [3] 赵春青, 薛玉琪, 亢春雨. 积极老龄化视域下老年教育现状及创新性研究[J]. 河北开放大学学报, 2024, 29(1): 43-46.
- [4] 李大芳, 白庆华. 国内网络参与研究文献综述[J]. 图书与情报, 2012(3): 107-112.
- [5] 许一飞. 网络参与的非理性问题及其理性应对[J]. 内蒙古社会科学, 2023, 44(1): 47-55.
- [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] 许琼. 积极应对人口老龄化国家战略下老年数字鸿沟弥合路径[J]. 传播与版权, 2024(16): 66-72.
- [8] 杨召奎, 北梦原. 适老化改造如何改到老年人的心坎里? [N]. 工人日报, 2023-03-20(004).
- [9] 武宜娟. 积极老龄化视角下老年人的网络参与[J]. 学术交流, 2021(5): 141-155.
- [10] 佟志博. 老年人网络参与对心理健康的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 哈尔滨: 哈尔滨工业大学, 2023.
- [11] 张文娟, 刘瑞平. 中国老年人社会隔离的影响因素分析[J]. 人口研究, 2016, 40(5): 75-91.
- [12] 李志颖. 社会网络对老年人健康的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东财经大学, 2024.