

老年人沉迷短视频的原因、危害与对策分析

朱 颖

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28日; 录用日期: 2024年12月5日; 发布日期: 2024年12月16日

摘 要

随着互联网的迅速发展, 短视频凭借其操作简单、信息获取及时、社交性强等传播特点, 深深地融入了老年人的日常生活, 成为老年人自主获取信息、丰富精神世界、寻求社会交往的重要渠道。然而, 长时间观看短视频不仅损害老年人的身体健康, 还可能导致心理健康问题、消费陷阱及价值观扭曲等危害。为应对这一问题, 应提供家庭关爱与支持、强化平台责任与社会监督、提升老年人媒介素养、丰富线下生活及加强政府监管与政策引导, 旨在为老年人营造健康安全网络环境, 促进老年人身心健康发展。

关键词

老年人, 短视频, 沉迷

Analysis of the Causes, Harms and Countermeasures of the Elderly's Addiction to Short Videos

Ying Zhu

School of Marxism, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Sep. 28th, 2024; accepted: Dec. 5th, 2024; published: Dec. 16th, 2024

Abstract

With the rapid development of the Internet, short videos have been deeply integrated into the daily life of the elderly by virtue of their simple operation, timely information acquisition, and strong social characteristics, and have become an important channel for the elderly to obtain information independently, enrich the spiritual world, and seek social interactions. However, watching short videos for a long time not only harms the health of the elderly, but also may lead to mental health problems, consumption traps, and distorted values. In order to deal with this problem, it is necessary to provide

文章引用: 朱颖. 老年人沉迷短视频的原因、危害与对策分析[J]. 老龄化研究, 2024, 11(6): 2468-2474.

DOI: 10.12677/ar.2024.116360

family care and support, enhance platform responsibility and social supervision, improve the media literacy of the elderly, enrich offline life, and strengthen government supervision and policy guidance, aiming to create a healthy and safe network environment for the elderly and promote the healthy development of their physical and mental health.

Keywords

Elderly, Short Videos, Addiction

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

随着智能手机的普及和网络基础设施的不断完善,老年人触网率显著提升,越来越多的老年人开始使用短视频平台,享受其带来的乐趣与便利。这一现象不仅反映了老年人对新鲜事物的积极态度,也体现了数字适老化服务在推动社会包容性发展方面的重要作用。随着人口老龄化趋势的加剧,我国老年人口预计在 2050 年增长至总人口的三分之一[1]。据第 49 次《中国互联网发展状况统计报告》显示,截至 2021 年 12 月,我国 60 岁及以上老年网民规模达 1.19 亿,60 岁及以上老年人口互联网普及率达 43.2%。老年网民对于网络视频的使用率高达 84.8%,31.3%的老年网民第一次上网是为了浏览短视频[2]。然而,在老年人享受短视频带来的便利与快乐的同时,我们也应关注到其中潜藏的问题。部分老年人因缺乏自我控制力或受到算法推荐机制的影响,逐渐沉迷于短视频之中,这不仅对他们的身体健康造成了威胁,如视力下降、脊椎问题等,还可能对其心理健康产生深远影响,如加剧孤独感、削弱社交能力,甚至引发价值观扭曲等。因此,深入分析老年人沉迷短视频的原因、危害及对策,对于保障老年人的心理健康、促进健康老龄化具有极其重要的意义。基于上述背景与意义,本文旨在明确探讨老年人沉迷短视频的具体原因,从多个维度分析其产生的危害,并据此提出切实可行的解决对策。通过本文的研究,我们期望能够为家庭、社会、平台及政府等各方提供有价值的参考与建议,共同引导老年人健康使用短视频,享受数字时代带来的美好生活,同时促进健康老龄化的深入发展。

2. 老年人沉迷短视频的原因分析

2.1. 技术进步与平台推广

随着科技的飞速发展,智能手机已经成为人们日常生活中不可或缺的一部分。智能手机的操作界面越来越友好,功能日益强大,使得老年人也能轻松上手。大字体、大图标、语音助手等适老化设计,更是进一步降低了老年人使用智能手机的难度,为他们打开了通往数字世界的大门。无论是在家中、公园还是其他公共场所,只要有网络覆盖,老年人就能随时随地接入互联网,轻松浏览短视频获取信息和娱乐,享受各种在线服务。短视频平台通过智能推荐算法,根据用户的兴趣和浏览历史推送相关视频,增强了用户粘性。通过市场调研和数据分析,精准定位老年用户群体,了解他们的需求和偏好。在此基础上,平台推出了一系列针对老年人的特色内容和功能,如健康养生、老年大学等,吸引了大量老年用户的关注。为了方便老年人使用,短视频平台设计了简单易用的界面。界面布局清晰明了,操作步骤简单易懂,让老年人能够轻松上手。同时,平台还提供了详细的操作指南和客服支持,帮助老年人解决使用过程中遇到的问题。

2.2. 老年人空闲时间充裕

退休后的老年人，不再受到工作时间的限制，每天拥有大量的自由支配时间。这些时间原本可以用于各种兴趣爱好、社交活动或家庭陪伴，但现实情况往往并非如此简单。一方面，随着年龄的增长，老年人的身体机能和精力可能有所下降，限制了他们参与某些活动的能力；另一方面，社交圈子的变化、家庭成员的忙碌等因素也可能导致他们感到孤独和无聊。在空闲时间充裕的同时，许多老年人发现自己缺乏其他有效的娱乐活动来填充这些时间。传统的娱乐方式如阅读、下棋、打牌等虽然仍受部分老年人喜爱，但可能无法满足所有人的需求。随着科技的进步和社会的发展，新的娱乐方式层出不穷，短视频以其独特的魅力吸引了大量老年人的关注。短视频内容丰富多样，涵盖了新闻、娱乐、健康、教育等多个领域，能够满足老年人多样化的需求。同时，短视频的观看方式简单便捷，只需滑动屏幕即可浏览大量内容，非常适合老年人在家中独自消遣。

2.3. 老年人对精神、情感与社交的需求

当前我国社会主要矛盾已经由“人民日益增长的物质文化需要同落后的社会生产之间的矛盾”转变为“人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾”[3]。从“物质文化需要”到“美好生活需要”的转变表明：人们不仅要求获得物质文化方面“硬需要”的满足，更要求获得感、幸福感、安全感、尊严感等具有主观色彩的“软需要”的满足[4]。对于老年人而言，他们通常不再过分追求衣食住行等物质方面的需要，而是更加渴望获得精神上的享受，短视频的海量信息正好给予了他们丰富精神世界的渠道。随着年龄的增长，老年人的亲友圈可能逐渐缩小，导致孤独感增加。通过短视频平台他们可以发布自己的短视频，表达对生活的感悟、对家人的思念或对美好瞬间的记录，从而获得一种被看见、被理解的情感满足。此外，短视频平台的即时互动机制为老年人营造了一个自然、灵活、共同在场的沟通氛围[5]，短视频平台上的评论、点赞、分享等功能提供了便捷的社交互动渠道。他们可以在视频下方留言，与其他用户交流看法，甚至建立起长期的线上友谊。这种跨越地域限制的社交方式，让老年人感受到了前所未有的社交连接感，缓解了孤独感和隔离感。

2.4. 算法推荐机制的诱惑

短视频平台将智能算法推荐机制应用于短视频生产的各个环节，根据用户的浏览习惯，持续挖掘用户感兴趣的内容，并向用户推荐更多新鲜的内容，满足用户对新内容的需求，不断培养用户对短视频平台的依赖和粘性[6]。老年人长时间沉浸于短视频浏览之中，表面上看似是在不断吸收新知，实则可能是在一个由个人兴趣构建的信息闭环中徘徊。他们往往在与自己偏好高度一致或相似的信息领域内频繁交流，这种选择性接触和偏好强化的过程，反而限制了他们接触更广泛、更多元信息的可能性。久而久之，老年人的信息获取变得愈加单一和局限，形成了一种“信息茧房”的现象，即被自身兴趣和算法推荐所编织的信息茧所束缚，难以突破并接触到更广阔的知识视野和社会动态。

3. 老年人沉迷短视频的危害分析

3.1. 身体健康问题

老年人沉迷短视频，对身体健康构成了多方面的负面影响，尤其是对视力、颈椎和腰椎等关键身体部位造成了显著损害。长时间盯着手机屏幕观看短视频，会导致老年人视力急剧下降。手机屏幕的蓝光辐射以及长时间近距离观看，都会加重眼睛的负担，引发眼睛疲劳、干涩、视力模糊等问题，甚至可能加速老年性眼病如白内障、青光眼等的发展。短视频观看过程中，老年人往往保持固定的坐姿或躺姿，长时间缺乏运动，这会对颈椎和腰椎造成巨大压力。长时间低头或扭曲颈部观看手机，容易导致颈椎曲

度变直、颈椎间盘突出等颈椎病；而久坐不动则会使腰椎长时间承受压力，引发腰肌劳损、腰椎间盘突出等腰椎疾病。沉迷短视频还可能影响老年人的生物钟和睡眠质量。晚上过度使用手机观看短视频，会抑制褪黑素的分泌，导致入睡困难、睡眠质量下降，进而影响第二天的精神状态和身体健康。

3.2. 心理健康问题

老年人沉迷短视频，其潜在的心理健康危害不容忽视。首先，长时间独自浏览短视频，可能加剧老年人的孤独感。虽然短视频提供了即时的娱乐和信息获取途径，但虚拟的交互无法替代真实的人际交往，反而可能让老年人感到更加孤立无援。其次，沉迷短视频可能导致老年人社交能力的退化。面对面的交流技巧、情感表达和倾听能力在短视频的碎片化消费中被边缘化，长此以往，老年人可能在现实社交场合中感到不自在，难以融入社会。再者，短视频中的情感纠葛也可能对老年人产生负面影响。部分短视频内容充斥着复杂的情感纠葛和极端情绪，老年人若过度沉浸其中，可能引发情绪波动，甚至产生焦虑、抑郁等心理问题。特别是当短视频中的价值观与老年人自身观念产生冲突时，更容易引发内心矛盾和情感困惑。

3.3. 消费陷阱

老年人沉迷短视频，往往因辨识能力相对较弱，容易陷入多重消费陷阱，造成不可忽视的经济损失与家庭矛盾。短视频平台上的付费观看、诱导打赏及直播带货等营销手段层出不穷，老年人若缺乏足够的警惕性，便可能在不自觉中花费大量金钱。他们可能因好奇心或情感共鸣而冲动付费观看特定内容，或受到主播煽动而慷慨打赏，甚至在不完全了解商品信息的情况下冲动购物。这些消费行为不仅消耗了老年人的积蓄，还可能引发家庭成员间的不满与争执，破坏家庭和谐。更甚者，一些不法分子利用老年人信息获取渠道有限的特点，通过虚假宣传、夸大效果等手段诱导消费，进一步加剧了老年人的经济损失。因此，社会各界应加强对老年人的数字素养教育，提高他们的辨识能力与自我保护意识，防范消费陷阱，确保老年人能够安全、健康地享受数字生活。

3.4. 价值观扭曲

短视频平台的用户生产内容模式使得“人人皆为媒体”成为现实，每个普通用户创作的内容都可以获得一定的推荐量和曝光率^[7]。尽管短视频平台显著提升了信息传播的速度与效率，却也不可避免地引发了内容质量的巨大差异，尤其是低劣短视频的泛滥。部分用户为了追逐高流量与经济效益，不惜制作并传播庸俗、低俗、媚俗以及猎奇性质的内容，这不仅污染了网络环境，更对老年人的精神世界构成了不良影响。更有甚者，一些用户肆意散布未经核实的谣言，发布虚假信息，编造耸人听闻的社会新闻，以迎合老年人的好奇心，进一步加剧了信息环境的混乱。老年人在浏览这类短视频时，虽能暂时获得情感上的满足与释放，但长期以往，可能会逐渐丧失批判性思维能力，对事物的价值判断变得模糊甚至扭曲。

4. 对策与建议

4.1. 提供家庭关爱与支持

家人和子女应定期探访父母，面对面倾听他们的心声，了解他们的心理和身体状态，确保老年人感受到持续的关爱与陪伴。例如，可以设定每周或每月的固定探访日，利用这段时间深入交流，分享彼此的生活点滴，增强情感纽带。在工作之余，家人和子女应利用微信、视频通话等线上工具，保持与老年人的频繁联系。这不仅有助于排解老年人的孤独情绪，还能让他们及时了解到家庭成员的动态。可以设定每日或每周的固定视频通话时间，分享生活趣事，增进情感交流。家人和子女应鼓励并帮助老年人培

养自己的兴趣爱好,如书法、园艺、舞蹈等,以丰富他们的晚年生活。这不仅能拓宽老年人的信息视野,还能让他们在兴趣爱好中找到成就感和归属感。例如,可以陪同老年人参加社区的兴趣小组活动,或一起探索新的爱好领域。群体数字鸿沟问题,以周晓虹为代表的学者倡导实行“文化反哺”[8]。在数字化背景下,以家庭层面内具有血缘、亲缘关系的子辈对父辈进行“数字反哺”是最为常见的举措。在日常生活中,家人和子女应积极引导老年人正确看待短视频,通过分享新闻报道和具体实例,让他们意识到沉迷短视频的危害。同时,可以鼓励老年人参与更多线下活动,如社区聚会、老年大学课程等,以分散他们对短视频的注意力。例如,可以邀请老年人一起参加社区的健康讲座或文化活动,让他们感受到现实生活中的乐趣与充实。张阿姨退休后,因子女工作繁忙,逐渐沉迷于短视频。家人发现后,采取了上述对策。他们每周都会回家探访,与张阿姨深入交流;同时,每天晚上都会通过视频通话与她保持联系。在子女的鼓励下,张阿姨参加了社区的书法班和园艺小组,逐渐找到了新的兴趣爱好。此外,子女还通过分享一些关于短视频沉迷危害的新闻报道,引导张阿姨正确看待短视频。经过几个月的努力,张阿姨的短视频观看时间大大减少,晚年生活变得更加丰富多彩。

4.2. 强化平台责任与社会监督

在平台责任方面,短视频平台应首要加强内容审核机制,结合先进技术与人工复审,严格剔除虚假、欺诈及不良信息,确保老年人接触到的是健康、有益的内容。算法推荐系统需强化价值观引领,积极传播社会正能量,鼓励创作弘扬传统美德、倡导科学养生的视频,为老年人营造一个积极向上的网络环境。平台还需自觉承担社会责任,平衡商业利益与社会效益,减少诱导性广告和消费陷阱,保护老年人合法权益。为此,平台可设置年龄分级、时长限制等功能,为老年人提供更加贴心、安全的使用体验。在社会监督方面,应鼓励公众、媒体及政府相关部门加强对短视频平台的监督,建立便捷的投诉反馈机制,确保老年人及其家属的声音能被及时听见并得到有效解决。同时,加强跨部门协作,形成监管合力,共同推动短视频行业的健康发展,为老年人营造一个安全、健康、有益的数字生活空间。某知名短视频平台在面对老年人沉迷问题时,采取了多项具体措施。首先,该平台升级了内容审核系统,利用AI技术识别并过滤不良信息,同时增设了人工复审环节,确保审核的准确性和全面性。其次,平台推出了“银龄计划”,专门设立老年人专区,推送弘扬传统美德、科学养生等正能量内容,引导老年人形成健康的网络使用习惯。此外,该平台还设置了“老年人保护模式”,包括时长限制、夜间模式等,有效降低了老年人长时间使用短视频的风险。在社会监督方面,平台与当地政府部门合作,建立了快速响应的投诉举报机制,对违规行为进行及时查处。同时,平台还定期发布社会责任报告,公开透明地展示其在保护老年人权益方面的努力和成果。这些措施的实施,不仅有效减少了老年人沉迷短视频的现象,还提升了平台的整体形象和社会认可度。

4.3. 提升媒介素养

为防止老年人沉迷短视频并提升其自我保护能力,关键在于提升媒介素养。“要确保发挥出媒介的功能,最好的方法就是提高人们使用媒介的能力,也就是媒介素养”[9]。我们应设计贴近老年人生活的媒介素养教育计划,通过通俗易懂的方式教授网络基础知识、短视频平台操作规则及防诈骗技巧,帮助老年人树立网络安全意识。教育活动应多样化,包括社区讲座、线上课程、互动问答等,鼓励老年人积极参与,借助社区志愿者、家庭成员等资源提供个性化辅导。同时,着重培养老年人的批判性思维,引导他们在浏览短视频时保持理性,学会辨别信息真伪,避免盲目跟风或轻信不实内容。此外,建立长效的媒介素养教育机制,将其融入老年人日常学习生活中,形成持续性的学习氛围。加强与政府、企业等社会各界的合作,共同为老年人营造一个安全、健康的网络环境,如通过政府资助、企业赞助等方式,

推动媒介素养教育课程的普及与深化，确保老年人能够有效防范网络诈骗与虚假信息，享受健康、积极的数字生活。某城市社区针对老年人沉迷短视频及易受网络诈骗的问题，启动了“智慧银龄”媒介素养提升项目。项目首先通过社区讲座的形式，向老年人普及网络基础知识，如如何安全上网、识别网络诈骗等，同时发放了简单易懂的《老年人网络安全手册》。随后，项目推出了线上课程，涵盖短视频平台操作指南、信息筛选技巧等内容，老年人可以通过手机或电脑随时学习。此外，项目还组织了多次互动问答活动，鼓励老年人分享自己的网络使用经验，提出疑问，由专业讲师现场解答。为了增强教育的针对性和实效性，项目还招募了社区志愿者，为老年人提供一对一的辅导和帮助，特别是针对那些对网络操作不熟练的老年人。经过几个月的实施，老年人的媒介素养显著提升，他们不仅学会了如何安全地使用短视频平台，还增强了辨别网络诈骗的能力。项目还建立了长效的媒介素养教育机制，定期举办相关活动，确保老年人能够持续学习和提升。这一项目的成功实施，为其他社区提供了可借鉴的经验，也为老年人享受健康、积极的数字生活奠定了坚实基础。

4.4. 丰富老年人自身线下生活

为有效防止老年人沉迷短视频，丰富线下生活是一项重要且有效的措施。社区应发挥积极作用，组织健康讲座、兴趣小组、文艺演出等多样化的活动，为老年人提供展示自我、交流互动的平台，拓宽他们的社交圈，满足其精神文化需求。例如，可以定期举办邻里节、老年运动会等活动，增进邻里间的情感联系，让老年人在参与中感受到成就感和归属感。同时，老年大学应根据老年人的兴趣爱好和学习需求，设置书法、绘画、音乐、舞蹈等多样化的课程，为老年人提供继续学习和成长的机会。通过老年大学，老年人可以结识志同道合的朋友，共同学习进步，享受学习的乐趣。此外，社区和老年大学还可以与医疗机构合作，开展健康讲座和体检活动，关注老年人的身体健康。通过丰富线下生活，老年人不仅能够减少对短视频的过度依赖，还能在参与活动中锻炼身体、陶冶情操、增长见识，实现自我价值和社会价值的双重提升。例如，某社区通过组织书法班和园艺小组，吸引了大量老年人参与，不仅丰富了他们的日常生活，还有效降低了对短视频的沉迷程度，营造了积极向上的社区氛围。

4.5. 加强政府监管与政策引导

政府应明确短视频行业的监管主体和职责，确保监管工作的有效性和针对性。通过设立专门的监管机构或委员会，加强对短视频内容的审核和监管，确保内容健康、积极、向上，坚决遏制低俗、暴力、虚假等不良信息的传播。例如，可以借鉴其他国家的成功经验，设立独立的媒体监管机构，对短视频内容进行分级管理，并根据不同年龄段用户的需求制定相应的内容标准。政府应加强对短视频平台的监管，要求其严格遵守相关法律法规，建立健全内容审核机制，提高审核效率和质量。通过定期检查和评估，对存在问题的平台进行处罚或整改，确保平台内容符合社会公德和法律法规要求。同时，鼓励平台创新内容形式，提高内容质量，满足用户多样化的需求。例如，可以设立内容创新奖励基金，对优质内容进行表彰和奖励，激励平台提供更多有价值的内容。政府应加强对短视频行业的扶持力度，推动其与教育、文化、旅游等领域的融合发展，促进产业升级和转型。通过制定相关政策，鼓励短视频平台与教育机构合作，开发适合老年人的教育内容，提高老年人的文化素养和生活质量。同时，与文化和旅游部门合作，推广地方文化和旅游资源，提升短视频行业的文化内涵和附加值。例如，可以设立短视频创意产业园区，吸引更多企业和人才入驻，形成产业聚集效应。政府应特别关注老年人等弱势群体的合法权益保护。针对老年人可能存在的沉迷短视频问题，政府可以出台相关政策，鼓励短视频平台开发适合老年人的内容，如健康养生、文化娱乐等，同时加强对老年人使用短视频的引导和教育。通过举办讲座、培训班等活动，帮助老年人树立正确的网络使用观念，提高网络安全意识和自我保护能力。例如，可以设立老年人网络

素养提升项目，由专业机构和志愿者为老年人提供免费的网络使用培训。以某市为例，该市政府针对老年人沉迷短视频的问题，采取了多项措施。首先，该市政府与短视频平台合作，推出了“银龄计划”，鼓励平台开发适合老年人的内容，如健康讲座、养生知识等。同时，该市政府还举办了多场老年人网络素养提升讲座和培训班，帮助老年人了解网络世界，提高网络安全意识。此外，该市政府还设立了专门的投诉举报渠道，对存在问题的短视频内容进行及时查处和整改。通过这些措施的实施，该市的老年人沉迷短视频问题得到了有效缓解，老年人的网络素养和生活质量得到了显著提升。

5. 结论

2000年，联合国提出信息无障碍的概念，旨在使任何一个个体能够以相近的成本在任何情况下便利地获得基本信息或使用通常的信息沟通手段[10]。在媒介环境日益趋向于数字化、社交化和视频化的当下，仅仅确保个体能够“平等”地获取信息，似乎已经不足以应对当前的媒介实践需求。以老年人为代表的群体在数字化社会中面临的问题逐渐显现，使得这些以往被公众忽视的现象开始受到广泛关注。本论文深入探讨了老年人沉迷短视频的复杂原因、多方面危害，并提出了相应的对策与建议。通过分析，我们发现技术进步与平台推广、空闲时间充裕、情感与社交需求以及算法推荐机制的诱惑，共同构成了老年人沉迷短视频的主要原因。这些因素相互交织，使得短视频成为许多老年人日常生活中不可或缺的一部分。然而，老年人沉迷短视频也带来了诸多危害。长时间观看不仅损害了老年人的身体健康，如视力下降、颈椎腰椎问题频发，还对其心理健康造成了严重影响，如孤独感加剧、社交能力下降、情感纠葛等。此外，消费陷阱和价值观扭曲也是不容忽视的问题，老年人可能因辨识能力不足而遭受经济损失，甚至受到不良内容的影响，导致行为失范和价值观扭曲。针对上述问题，本论文提出了多方面的对策与建议：家庭关爱与支持、短视频平台的社会责任、老年人的媒介素养、老年人的线下生活、政府监管与政策引导等。防止老年人沉迷短视频需要社会各界共同努力，形成家庭、平台、政府和社会多方联动的综合防治体系。只有这样，我们才能为老年人营造一个健康、安全的网络环境，促进他们的身心健康发展，实现健康老龄化的目标。

参考文献

- [1] 沈紫嫣. 从短视频平台“假靳东”事件看老年人的媒介使用困境[J]. 视听, 2021(3): 144-145.
- [2] 中国互联网网络信息中心(CNNIC). 第49次《中国互联网发展状况统计报告》[R]. 2022-02-25.
- [3] 决胜全面建成小康社会夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利——在中国共产党第十九次全国代表大会上的报告[N]. 人民日报, 2017-10-28(01).
- [4] 李洁琼. 正确认识我国社会主要矛盾的变化[N]. 人民日报, 2017-11-03(07).
- [5] 段玉珍, 吕欣. “银发族”手机依赖行为探因及应对[J]. 传媒, 2020(9): 91-93.
- [6] 朱杰, 崔永鹏. 短视频: 移动视觉场景下的新媒介形态——技术、社交、内容与反思[J]. 新闻界, 2018(7): 69-75.
- [7] 赖青. 短视频智能算法推荐的特性与新旧媒体的再融合[J]. 中国编辑, 2021(9): 17-22, 33.
- [8] 周晓虹. 试论当代中国青年文化的反哺意义[J]. 青年研究, 1988(11): 22-26.
- [9] 斯坦利·巴兰, 丹尼斯·戴维斯. 大众传播理论: 基础、争鸣与未来[M]. 曹书乐, 译. 北京: 清华大学出版社, 2004.
- [10] 洪舒华. 试论农村老年群体的数字化生存[J]. 济宁学院学报, 2021, 42(4): 88-94.