

# 数字鸿沟背景下老年人社会网络的重建研究

孙 逊

贵州大学公共管理学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2026年5月15日; 录用日期: 2026年9月3日; 发布日期: 2026年9月14日

## 摘 要

数字化浪潮与人口老龄化双重冲击的时代背景下, 数字鸿沟已成为影响老年人社会网络建构和发展的重要障碍之一。数字化交往模式全面普及, 老年人因数字接入受限、数字技能不足、数字认知滞后产生不同程度的数字排斥, 原有依托地缘、血缘、业缘形成的社会关系逐渐弱化, 社会网络出现结构性断裂, 进一步诱发社会隔离、情绪孤独、自我认同下降等问题。本文将在社会网络理论的指导下, 深入分析老年人社会网络弱化的表现特征, 探究接入沟、使用沟、知识沟以及社会支持四个层面下老年人社会网络的弱化机制, 并多维度探究数字鸿沟的背景下老年人社会网络的重建路径, 从而提升老年人数字素养和技能, 让老年人在信息化发展中有更多获得感、幸福感、安全感。

## 关键词

数字鸿沟, 老年人, 社会网络

# Study on the Reconstruction of the Elderly's Weakened Social Network under the Background of the Digital Divide

Xun Sun

School of Public Administration, Guizhou University, Guiyang Guizhou

Received: May 15, 2026; accepted: September 3, 2026; published: September 14, 2026

## Abstract

Against the backdrop of the dual impact of the digital wave and population aging, the digital divide has become one of the crucial obstacles affecting the construction and development of older adults' social networks. With the comprehensive popularization of digital communication patterns, the elderly suffer from varying degrees of digital exclusion due to limited digital access, insufficient digital skills and lagging digital cognition. Their traditional social relationships based on geographical,

consanguineous and occupational ties have gradually weakened, resulting in the structural deterioration of social networks and further triggering social isolation, emotional loneliness, decreased self-identity and other predicaments. Guided by social network theory, this paper deeply analyzes the characteristics of the weakening of the elderly's social networks. It explores the weakening mechanism from four dimensions, namely the access divide, usage divide, knowledge divide and social support. Furthermore, this study proposes multi-dimensional reconstruction paths for the elderly's social networks under the background of the digital divide. The research aims to improve the digital literacy and skills of the elderly, so as to enable them to gain a stronger sense of acquisition, happiness and security in the process of information development.

## Keywords

Digital Divide, The Elderly, Social Network

Copyright © 2026 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

我国人口老龄化程度持续加深,截至 2025 年末,全国 60 岁及以上人口为 32,338 万人,其中 65 岁以上人口 22,365 万人[1],中度老龄化社会特征显著。伴随数字化时代的到来,社会交往方式发生巨大变革,线上的沟通和社交已经成为现代社会主流交往的方式之一。数字技术在便利民众生活的同时,也造成老年群体适应性困境,老年人因生理老化、学习能力弱化、社会资源不足等问题,成为数字时代的弱势群体。中国互联网络信息中心发布的数据显示,我国老年群体互联网普及率仅为 53.7%,远低于全国平均水平,虽然老人群体已经可以比较熟练地操作智能手机,但在面对陌生的网络环境时仍显局促,“数字鸿沟”正影响着亿万老年人的日常生活[2]。

社会网络是老年人获取情感支持以及信息资源的重要载体,稳定良好的社会关系能够有效缓解老年孤独,从而提升生活幸福感。而在数字化社会转型过程中,大量社会交往转移至线上,老年人无法立马适配新型沟通模式,就会出现传统线下社交圈层不断缩小、新旧社交网络衔接断裂的问题,所以提升老年人数字素养是增强老年人社会参与能力的重要途径[3]。我国“十五五”规划也明确提出推动数智技术在养老层面场景的应用,深入实施全民数字素养与技能提升行动,创造美好数智生活[4]。本文将立足于数字化社会转型的视角,探究数字鸿沟的背景下老年群体社会网络弱化的情况下如何重建的科学可行的路径,从而帮助老年人跨越数字鸿沟,更好地满足老年人美好生活需要。

## 2. 理论基础

### 2.1. 数字鸿沟

美国国家远程通信和信息管理局(NTIA)在 20 世纪 90 年代最先引入了“数字鸿沟”这个术语。学者赛义德认为数字鸿沟是一个全球性的问题,由于技术成本、宽带接入不足或接入条件较差以及使用性能较低的设备(如计算机或平板电脑),导致无法获得数字技术的现象[5]。当前,韦路对数字鸿沟作过一个相对基本和完备的定义:“数字鸿沟概念最初被定义为技术拥有者和技术缺乏者之间的差距。……数字鸿沟本质上是一种数字不平等,即不同群体在数字社会采用数字技术、获取信息服务、实现全面发展等方面的差异,是社会不平等在数字时代的体现。”[6]相关文献的梳理发现,数字鸿沟的具体类型包括接入

沟、使用沟和知识沟。接入沟是指不同社会群体获取和使用互联网及数字技术机会的差异。使用沟是指数字技术的具体运用方式、程度及技能的差异。知识沟是指由互联网接入和使用差异导致的知识获取和创新能力的的不平等[7]。而数字鸿沟使老年人这类特殊的“数字弱势群体”面临进一步被边缘化的风险[8]，因此帮助老年人逐步摆脱数字群体的弱势地位是整个社会需共同努力的关键方向。

## 2.2. 社会网络理论

社会网络被认为是一种结构，它可以反映行动者之间的社会关系，按照社会网络分析的思想，行动者的任何行动都不是孤立的，而是相互关联的，它们之间通过彼此交换信息资源进而形成网络[9]。社会网络理论强调个体的社会关系，人际交往的网络直接影响个人的资源获取与生活状态。而在数字时代下社交媒介逐步发生变迁，线上社交成为主流方式之一，老年人关系交往以及链接方式受阻，其中心性减弱，社会关系慢慢变得边缘化，这就直接造成了老年人社会网络的弱化。

## 3. 数字鸿沟下老年人社会网络弱化的特征

### 3.1. 核心关系网络缩小，代际情感弱化

有效的数字融入离不开来自家庭、社区及社会组织等多层次的支持网络。然而，当前的社会支持体系存在明显的结构性乏力问题。家庭亲属是老年人最稳定且核心社交关系，也是最重要的情感支撑。但数字化时代下，因子女亲属可能有外地工作等情况，家庭沟通方式逐渐转向线上化和虚拟化发展，如微信聊天、视频通话等成为亲子交流主要方式。部分老年人因不会操作智能手机、不熟悉线上沟通，导致其无法及时接收亲属信息，线上互动与沟通可能会相对滞后。同时，年轻群体随着数字化时代的到来逐渐把重心转移到短视频、社交软件等网络娱乐上，而这种碎片化娱乐就挤占了亲情交流时间，亲子之间的深度情感交流减少。这种数字代沟间接性造成了亲子沟通减少，加剧了代际矛盾，亲属之间心理距离逐渐增大，老年人的核心关系网络不断缩小，容易产生代际隔阂，家庭情感方面最重要的支持功能也就进一步弱化了。

### 3.2. 朋辈关系网络疏离，邻里互动减少

传统熟人社会中，社区邻里、同龄朋辈好友是老年人日常交往的主要对象，老年人线下串门闲谈、结伴活动是常态。而时代的数字化转型已经打破了传统邻里交往模式，社区通知、邻里沟通、活动邀约等活动大多依托微信群、小程序完成。而大部分老年人在长期的传统社会生活中，对传统生活方式具有强烈的认同感和归属感，对于数字接受能力以及技能掌握仍存在相应的局限，所以社区的“线上”平台，仍然无法充分发挥社区作为“弱关系”对于老年人“强关系”的弥合作用，还有可能侵蚀居民的真实互动关系，进而破坏社区的社会性[10]。因而数字排斥的老年人无法进入线上社群，难以获取邻里信息，错过社区集体活动。同时数字时代下，现代居民居家时间变长、线下走动减少，邻里之间陌生化程度加深，原有朋辈社交圈层不断缩减。老年人线下交友渠道减少，新型社交关系难以建立，这种非正式的社会网络也就难以为老年人提供支持，数字鸿沟对老年群体来说已然是不可忽视的问题。

### 3.3. 正式支持网络脱节，社会参与不足

在数字时代与老龄化的背景下，除了非正式的社会支持网络，像社区、养老机构、公共服务平台这种老年人正式社会支持网络也非常重要。当前公共服务高度数字化，如政务办理、医疗挂号、养老申请等服务许多都是依托线上平台完成。而老年人的数字操作能力不足，无法独立办理线上业务，很多时刻难以享受便捷公共服务。部分老年人因不会查看社区通知，导致其社会参与度逐步下降，而长期脱离公共活动场域，容易形成社会排斥，老年人的社会存在感与社会参与度不断下降。

## 4. 数字鸿沟下老年人社会网络的弱化机制

### 4.1. 接入沟：数字资源分配不均

数字设备与网络资源是线上社交的基础前提，当前城乡数字资源分配不均，农村地区网络基础设施薄弱，偏远地区网络信号不稳定、流量资费偏高，部分高龄且低收入的老人无力购置智能手机。这种物质条件的缺失间接导致老年人丧失了线上社交的机会，使其无法进入数字化社交体系。同时，市面上多数智能设备未充分考虑老年群体生理特征，这种适配性缺失体现在多个层面：一是界面交互不友好，操作繁琐、广告弹窗繁多，交互对老年群体不友好，这些都构成了巨大的使用障碍。二是适老化智能产品的缺失，真正适合老年人社交文娱的老年友好的数字产品和内容相对匮乏。三是缺少数据安全屏障，许多针对老年人的诈骗手段与数据隐私的泄露使老年人产生数字排斥[11]，这些不适老化的设计进一步提高了老年人使用门槛，反而形成了新型的数字鸿沟。

### 4.2. 使用沟：数字技能不足

生理老化是老年人数字学习的天然阻碍，老年人在生理层面会出现记忆力衰退、反应迟缓、视力听力下降等正常生理老化，这与主流应用追求信息密度、视觉冲击、快速交互的设计逻辑存在根本矛盾。小巧的字体、抽象的图标、隐蔽的多级菜单以及频繁的版本更新所带来的操作逻辑变动，持续产生高认知负荷，成为阻碍其使用数字工具的传播障碍[12]。因此老年群体学习使用智能设备是较为困难的。虽然部分老人群体已经可以使用智能手机，但在面对陌生的网络环境时仍显局促，常感举步维艰，多数老年人仅会简单接听电话，不会发送消息、视频通话、线上报名，无法适配多元化线上社交场景。技能短板导致老年人即使拥有智能设备，也难以主动开展社交互动，只能被动脱离数字化社交圈层。

### 4.3. 知识沟：认知观念滞后

新时代数字文化更迭速度较快，网络用语、社交礼仪、线上交往等方式不断更新发展，老年人的固化思维难以快速适配新型社交文化。部分老年人存在数字排斥心理，抵触使用智能设备，在主观上排斥线上交往的方式，并且还有部分老年人防诈骗能力薄弱，容易轻信网络谣言、遭遇电信诈骗，产生心理阴影后更刻意回避线上社交，形成了消极的负强化。这种消极的认知偏差与心理隔阂使老年人在主观上切断了线上社交渠道，形成“不愿学、不会用、不敢上”的恶性循环，进一步加剧其社会网络的弱化。

### 4.4. 支持缺失：外部帮扶不足

家庭、社区、社会这三个方面构成了老年人数字学习的外部支持体系。家庭层面，年轻群体工作压力较大，陪伴父母时间有限，数字反哺力度不足，子女普遍缺乏耐心，这种无耐心且半途而废的教学方式往往会打击老年人学习积极性。社区层面的数字教育功能仍有待完善[13]，针对老年群体的数字培训较少，而且培训形式单一、课程零散，缺乏长期性和针对性的帮扶。社会层面，网络环境相对杂乱，适老化改造进度缓慢，老年友好的数字环境尚未形成。多方面的支持缺位导致老年人难以自主跨越数字鸿沟，外部支持网络相对薄弱。

## 5. 数字鸿沟背景下老年人社会网络重建路径

### 5.1. 个体赋能：分层提升数字素养，破除社交关系壁垒

提升老年群体的数字素养久久为功。第一，我们应立足老年群体差异化特征，推行分层分类数字能力培育方式。针对高龄、零基础老人，简化教学内容，重点讲解微信聊天、语音通话、扫码添加好友等基础社交功能，降低学习难度的同时侧重其基本线上社交。针对中低龄、有基础的老年人，可以拓展其线

上社群、兴趣交流等进阶技能,丰富社交活动以提升老年人的社会参与能力。第二,推动各类教育机构研发老年人数字技能提升课程,依托老年大学、养老服务机构、社区教育机构等[14],通过线上线下相结合的方式,采用一对一帮扶、老带新互助等通俗易懂的教学模式,贴合老年人学习节奏,帮助老年人提高运用智能技术的能力和水平。第三,加强心理疏导,帮助老年人减少数字排斥,普及网络安全知识,提升老年人的信息辨别能力,从而帮助老年人建立健康、理性的数字使用观念,主动融入线上社交环境。

## 5.2. 家庭赋能：强化代际数字反哺，巩固核心社会网络

家庭是老年人最稳定的情感依托,强化家庭内部代际帮扶和亲密关系网络是帮助老年群体跨越数字鸿沟的有力支持。第一,子女需树立主动反哺意识,合理分配空闲时间,耐心教授父母数字社交技能,摒弃敷衍急躁的教学态度,通过代际互动来提升老年人的学习兴趣和信心[15]。第二,建立常态化家庭线上互动机制,通过家庭群分享生活日常或者视频定期通话,既可以拉近代际心理距离,又可以提升老年群体的数字素养。通过这种代际数字反哺的方式可以增进亲情的联结,修复弱化的家庭关系,强化老年人的核心社会支持网络。

## 5.3. 社区赋能：搭建多元社交平台，重塑朋辈社交网络

社区作为老年人主要生活场域,需承担社交服务活动和数字助老双重职能。第一,通过完善社区数字基础设施,如在养老服务中心、活动广场配备适老化智能设备,免费开放无线网络,可以为老年人线上社交提供基础条件的保障。第二,社区社会工作者可以为老年群体开展公益数字课堂,组建志愿者、社会工作者帮扶队伍,长期为老年群体开展数字培训。第三,社区可以搭建线上线下相融合的社交平台,如建立社区老年兴趣微信群、活动交流群等,定期发布适老化的文娱活动、公益讲座、聚餐联谊等信息,老年人通过参与这种集体学习来增强其社会联系,获得支持性关系[16]。第四,社区线下可以开展棋牌比赛、歌舞活动等服务项目,还可拓宽老年人交友渠道,重塑老年人的邻里朋辈关系,增强老年人社区归属感,减少数字鸿沟对其带来的影响。

## 5.4. 社会赋能：建设数字适老环境，完善社会保障体系

政府主导、多元主体参与的协同机制已经初步形成。第一,政府层面可以加大对老年群体数字友好的制度支持与改革,增加对农村、偏远地区数字基础设施投入,从而缩小城乡数字差距。出台适老化改造硬性标准,要求社交软件、公共平台简化界面、放大字体、减少广告,适配老年人使用习惯,净化网络环境,严厉打击老年电信诈骗、虚假谣言,将发展老年数字友好和规范管理相统筹,营造有益、安全、公平的发展环境。第二,社会相关服务机构可简化服务流程,针对在线挂号、上门服务、支付认证等典型服务场景,制定简化版流程路径,降低老年群体的理解与操作难度。第三,社会适老化企业可通过优化服务反馈机制与流程评估体系,提升系统响应速度与用户体验。企业通过健全标准规范体系,有助于提升服务供给的稳定性与一致性,增强老年人数字生活的信任感与可持续参与意愿[17]。同时企业也需履行社会责任,尽量打造安全的老年社交空间。第四,社会组织可联动高校、公益机构,制作通俗易懂的老年数字教学短视频,扩大帮扶覆盖面。多方协同构建包容、安全、友好的数字环境,降低老年人社交门槛,全方位助力老年人社会网络修复与重建。

## 6. 结语

我国正处于中度老龄化社会,数字化的改革变迁正在重构现代社会交往的方式,数字鸿沟会进一步加剧老年群体陷入社交边缘化的困境。老年人亲属关系弱化、邻里关系疏离导致正式与非正式社会网络难以为老年人提供强有力的支持,社会网络呈现明显弱化的特征,这严重影响了老年人身心健康与生活

质量。但老年人社会网络的重建并非单一维度所能决定,而是通过个体、家庭、社区、社会多方协同才能重新建立起老年群体的支持路径。唯有坚持以人为本,提高老年人的数字素养,为老年人进行数字赋能,同时加强正式与非正式社会网络对老年群体的支持,完善社会制度保障,才能帮助老年人逐步跨越数字鸿沟,重建社会关系网络,使老年人能平等地享受数字时代的社交红利。未来仍需持续关注老年群体差异化的社交需求,不断加强数字适老化服务,构建全民包容、老少共享的数字友好型社会,让老年人在信息化发展中有更多获得感、幸福感、安全感。

## 参考文献

- [1] 王萍萍: 2025 年全国人口总量为 140489 万人 人口高质量发展持续推进[EB/OL]. [https://www.stats.gov.cn/sj/sjjd/202601/t20260119\\_1962338.html](https://www.stats.gov.cn/sj/sjjd/202601/t20260119_1962338.html), 2026-05-14.
- [2] 第 57 次《中国互联网络发展状况统计报告》[EB/OL]. <https://www3.cnnic.cn/n4/2026/0304/c88-11549.html>, 2026-05-14.
- [3] 提升老年人数字素养 积极应对人口老龄化[EB/OL]. <https://www.mca.gov.cn/n1288/n1290/n1316/c1662004999980006482/content.html>, 2026-05-14.
- [4] 中华人民共和国国民经济和社会发展第十五个五年规划纲要[EB/OL]. [https://www.gov.cn/yaowen/liebiao/202603/content\\_7062633.htm](https://www.gov.cn/yaowen/liebiao/202603/content_7062633.htm), 2026-05-14.
- [5] Saeed, S.A. and Masters, R.M. (2021) Disparities in Health Care and the Digital Divide. *Current Psychiatry Reports*, **23**, Article No. 61. <https://doi.org/10.1007/s11920-021-01274-4>
- [6] 韦路. 数字鸿沟: 概念、成因与后果[M]. 杭州: 浙江大学出版社, 2024: 1.
- [7] 韦路, 张明新. 第三道数字鸿沟: 互联网上的知识沟[J]. 新闻与传播研究, 2006(4): 43-53+95.
- [8] 罗斯丹, 文雪. 数字鸿沟与农村家庭收入不平等: 基于微观数据的实证研究[J]. 当代经济研究, 2026(2): 91-105.
- [9] 林聚任. 社会网络分析: 理论、方法与应用[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 2009: 4.
- [10] 田毅鹏. “未来社区”建设的几个理论问题[J]. 社会科学研究, 2020(2): 8-15.
- [11] 孙晔. 老年群体数字融入的困境审视与包容性路径构建[J]. 数字经济, 2026(Z1): 71-73.
- [12] 姜燕, 钟大年. 智媒时代老龄群体数字素养的生成困境与提升机制研究[J]. 河海大学学报(哲学社会科学版), 2026, 28(2): 94-106.
- [13] 张春华, 蒋亦璐. 我国老年人数字素养现状与提升路径——基于系统文献综述的研究[J]. 成人教育, 2026, 46(3): 23-31.
- [14] 刘振国. 提升老年人数字素养 积极应对人口老龄化[J]. 中国网信, 2025(8): 14-17.
- [15] 章周炎, 宋红岩. 数字适老与老年数字素养状况研究——基于对浙江杭州部分老年群体的调研[J]. 中国广播电视学刊, 2025(7): 118-122.
- [16] 包丹宇, 曹树金, 廖赛源. 积极老龄化视域下老年人数字素养指标体系构建[J]. 图书馆工作与研究, 2024(12): 61-72+80.
- [17] 董焕晴, 曹高辉, 王靖坤. 从数字鸿沟到数字融入: 老年人数字生活融入实践逻辑与优化路径研究[J/OL]. 情报科学, 2026: 1-22. <https://link.cnki.net/urlid/22.1264.G2.20251222.1731.018>, 2026-05-14.