

积极老龄化视域下老年人数字融入的社会支持与法治保障研究

张士圆

扬州大学法学院, 江苏 扬州

收稿日期: 2026年6月18日; 录用日期: 2026年10月13日; 发布日期: 2026年10月23日

摘要

在积极应对人口老龄化国家战略实施过程中, 数字技术的迭代升级并未实现普惠化覆盖, 老年群体的数字融入困境显著制约其社会参与能力与生活质量。现有研究多聚焦技术采纳层面, 欠缺对社会支持与法治保障协同机制的探讨。本文以积极老龄化理论为基础, 运用文献研究法与规范分析法剖析老年人数字排斥问题。研究发现, 老年人数字困境源于社会支持网络弱化与权利保障缺位, 具体表现为代际反哺断层、社区服务缺位与制度规范不足。据此构建社会支持与法治保障二元协同治理体系, 完善多元主体社会帮扶机制, 健全信息无障碍相关法律规范, 明确政府与市场主体责任, 为化解老年人数字鸿沟、推进积极老龄化落地提供理论参考与政策建议。

关键词

积极老龄化, 老年数字鸿沟, 数字融入, 社会支持, 协同治理

Research on Social Support and Legal Safeguards for Digital Inclusion of Older Adults from the Perspective of Active Aging

Shiyuan Zhang

Law School of Yangzhou University, Yangzhou Jiangsu

Received: June 18, 2026; accepted: October 13, 2026; published: October 23, 2026

Abstract

During the implementation of the active aging strategy, the iterative advancement of digital

technologies has not achieved universal coverage, significantly constraining older adults' social participation and quality of life due to challenges in digital inclusion. Existing research primarily focuses on technology adoption, with insufficient attention given to the synergistic mechanisms of social support and legal protection. Based on the theory of active aging, this study employs literature review and normative analysis to examine the issue of digital exclusion among older adults. Findings indicate that digital difficulties faced by older adults stem from weakened social support networks and inadequate rights protection, manifested specifically as intergenerational support gaps, insufficient community services, and inadequate institutional regulations. Accordingly, this paper proposes a dual-coordinated governance system integrating social support and legal protection, enhances multi-stakeholder assistance mechanisms, improves legal frameworks regarding information accessibility, and clarifies the responsibilities and roles of governments and market entities, offering theoretical insights and policy recommendations for bridging the digital divide among older adults and advancing the realization of active aging.

Keywords

Active Aging, Digital Divide among Older Adults, Digital Inclusion, Social Support, Coordinated Governance

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

我们正处在一个数字技术重塑社会形态的时代。随着移动互联网、人工智能、大数据等技术的迅猛发展，数字经济已成为推动社会高质量发展的核心动力。然而，技术迭代的红利并未实现全社会的普惠共享。老年人群体作为数字社会的“弱势群体”，面临着日益严峻的数字鸿沟挑战[1]。从日常生活中遭遇移动支付壁垒到智能终端操作复杂等问题，老年人的社会参与空间在数字技术的裹挟下被不断压缩[2]。

这一现象引起了学界的高度关注。既有研究主要从两个维度展开：一是基于技术接受模型，探讨影响老年人使用数字技术的个体因素如自我效能感、健康状态；二是从公共管理视角，探讨政府应如何通过公共政策弥合数字鸿沟。然而，这些研究往往将数字融入简化为个体的技术适应问题或政府的行政供给问题，忽视了其背后的社会结构性根源及权利属性。社会学视域下的数字融入，本质上是一种社会参与行为，关涉代际关系、社区支持及社会公平等核心议题。

与此同时，我国已正式实施积极应对人口老龄化国家战略。《中华人民共和国无障碍环境建设法》(后文简称《无障碍环境建设法》)¹的颁布实施，也为老年人数字权益的保障提供了法律依据。但在实践中，社会支持体系的乏力与法治保障的软约束并存，导致老年人数字融入陷入困境。鉴于此，本文立足于积极老龄化理论，尝试打破学科壁垒，从社会学与法学交叉的视角，深入剖析老年人数字融入面临的现实困境，探究社会支持网络重构与法治保障体系完善的耦合路径，以期为推进老年友好型数字社会建设提供理论支撑与政策建议。当前，虽然社会各方都在尝试帮助老年人融入数字生活，但家庭、社区、市场等主体之间缺乏有效联动，相关法律规定也多停留在原则层面，导致助老措施零散且难以落地。事实上，数字融入不仅是使用手机的技术问题，更是关乎老年人生活尊严和社会公平的民生问题。因此，本文认为，只有将社会支持的具体措施与法律的刚性约束结合起来，才能真正打破数字壁垒，让老年人

¹https://www.gov.cn/yaowen/liebiao/202306/content_6888910.htm

在数字时代共享技术发展的红利。

2. 老年人数字融入的理论基础与分析框架

2.1. 积极老龄化的理论内涵

2002年,世界卫生组织(WHO)在第二届世界老龄大会上提出了“积极老龄化”(Active Ageing)的理论框架,将其定义为:为提高老年人的生活质量,使健康、参与和保障尽可能获得最佳机会的过程。与传统的“成功老龄化”侧重于个体的身心健康不同,积极老龄化更强调社会层面的支持[3]与环境的可及性。其核心支柱包括:

健康。不仅指生理健康,还包括心理健康和社会适应能力。数字融入有助于老年人获取健康资讯,维持认知功能。不仅指生理健康,还包括心理健康和社会适应能力。数字融入有助于老年人获取健康资讯,维持认知功能。数字融入对老年人健康具有直接促进作用。基于2018年中国老年社会追踪调查数据的研究发现,数字融入能够显著提升老年人心理健康水平,并且社会资本是其中的重要机制。该研究还发现,相较于城市户籍老年人,农村户籍老年人能够从数字融入中获得更高的心理健康收益[4]。由此可见,数字融入不仅有助于老年人获取健康资讯、使用在线医疗和健康管理服务,还可能通过增强社会连接、减少孤独感和提升自我效能感,促进老年健康目标的实现[5]。

参与。鼓励老年人根据自身能力、需求和喜好,继续参与社会、经济、文化及公共事务。数字技术的使用极大地拓展了老年人社会参与的渠道。鼓励老年人根据自身能力、需求和喜好,继续参与社会、经济、文化及公共事务。数字技术的使用极大地拓展了老年人社会参与的渠道[6]。数字融入对老年人社会参与具有显著促进作用。研究表明,数字融入能够显著提高老年人社会参与水平,并且在控制内生性问题后结论依然稳健;机制分析进一步发现,数字融入主要通过降低老年人被忽视程度和加强亲友支持两条路径提升其社会参与程度[7]。这说明,数字融入能够帮助老年人重新进入家庭、社区和公共生活场域,缓解因退休、丧偶、空巢和身体功能下降带来的社会退缩。

保障。旨在为老年人建立一个支持性的环境,当他们在不能完全依靠自身力量维持健康与参与时,能够获得必要的保护、安全和照料。这里的保障既包括社会保障,也包括法律保障。

2.2. 社会支持理论阐释

社会支持理论认为,个体通过社会联系所获得的能减轻心理应激反应、缓解精神紧张状态、提高社会适应能力的影响,即为社会支持。社会支持网络分为正式支持与非正式支持。非正式支持主要源于家庭、亲友、邻里;正式支持源于政府、社区组织、市场机构。对于老年人而言,社会支持是应对晚年生活风险的重要资源。在数字融入过程中,子女的技术指导(非正式支持)和社区的技能培训(正式支持)起着决定性作用。这种双重支持机制不仅能有效消解老年群体面对智能技术时的数字恐慌,更能通过代际互动与社区参与重塑其自我效能感。当技术赋能与生活支持相结合,老年人便能从被动的技术受助者转变为主动的数字生活参与者,从而在智能化社会中安享有尊严、有质量的晚年。

2.3. “社会 - 法律”互构的分析框架

为深入剖析老年人数字融入的内在机理,本文构建了基于积极老龄化三大支柱的“社会 - 法律”互构分析框架。该框架突破了传统单一的技术适应论,将数字融入置于宏观社会结构与微观权利保障的交互系统中进行考察。

第一,积极老龄化的三大支柱是分析问题的逻辑起点。数字排斥对老年人的影响是多维度、结构性的。在健康层面,数字技能的缺失导致老年人难以获取在线医疗资源,加剧心理孤独感与认知衰退;在

参与层面，智能技术的壁垒剥夺了老年人参与社会公共事务的机会，使其被边缘化；在保障层面，法律制度的滞后使得老年人在数字消费与权益救济中处于弱势地位。在参与层面，智能技术的迭代正在重构公共生活的准入门槛，导致老年群体面临严重的“技术性失权”。其次，社会支持与法治保障构成二维互构的治理机制。社会支持体系(家庭、社区、市场)旨在解决“能不能用”的资源可得性问题，通过柔性引导提升老年人的数字素养，修复其健康机能与社会参与能力；法治保障体系(立法、执法、司法)旨在解决“敢不敢用”的权利安全性问题，通过刚性约束规范市场秩序，筑牢老年人的权益保障底线。两者的互构性体现为法律制度为社会支持提供强制性规范，防止支持行为的碎片化；社会支持的成熟实践为法律修订提供现实依据，推动制度从抽象原则走向具体操作。这一框架为下文揭示现实困境与构建协同路径提供了严密的理论工具。

3. 老年人数字融入的现实困境

当前老年人数字融入的困境并非单一的技术难题，而是代际文化反哺“脱嵌”、社会支持网络弱化、法治保障缺位的综合结果。为具象化呈现这一图景，本研究选取东、中部 2 个城市社区与 1 个农村社区开展小范围质性调研，通过深度访谈老年人、子女、社区工作者及志愿者 32 人次，样本基本特征分布见表 1。在征得被访谈者同意的情况下进行录音，访谈结束后将录音转为文本材料并进行整理建档。并结合积极老龄化健康、参与、保障三大支柱，展现以下老年人数字融入的现实困境。

Table 1. Basic information statistics of respondents (N = 32)

表 1. 数据受访者基本信息统计表(N = 32)

类别	细分	人数	占比
年龄	60~70 岁	15	46.9%
	71~80 岁	13	40.6%
	81 岁以上	4	12.5%
居住地	城市	18	56.3%
	农村	14	43.7%
	熟练	7	21.9%
数字能力	一般	12	37.5%
	困难	13	40.6%

3.1. 代际文化反哺的“脱嵌”

在传统农业社会，亲代拥有绝对的权威，文化传递模式主要是“前喻文化”，即长辈向晚辈传授经验。然而，进入数字时代，文化传递模式转变为“后喻文化”，即晚辈反向教导长辈。这种“文化反哺”是老年人获取数字技能的主要途径。然而，当前的代际反哺正面临“脱嵌”危机。代际反哺的“脱嵌”不仅削弱了老年人的社会参与能力，更对其心理健康产生隐性损害。访谈发现，物理距离增加与反哺内容浅表化是主要原因。比如访谈中发现老年人伤心的说“儿子从不教我用医院的 APP，每次都是他在手机上弄好，我就像个废人一样等着。上次想给孙子发作业照片，折腾半小时没发出去，他急得直皱眉，我以后再也不敢碰了。”(个案编号：A-03，男，76 岁，城市居家老人)这种“代办式反哺”虽解决即时需求，却剥夺了老年人通过技术练习维持认知功能的健康机会，也使其因“学不会”的自卑感主动退出家庭数字互动，导致参与支柱弱化。此外，农村留守老人因子女长期缺位，反哺链条彻底断裂，陷入数字孤立。

3.2. 社区支持网络的“内卷化”

社区是老年人生活的核心场域，也是连接家庭与社会的纽带。然而，当前社区在促进老年人数字融入方面表现出明显的内卷化特征，即投入了大量资源，但实际效能低下[8]。社区工作人员表示：“我们办过‘手机课堂’，教老人发朋友圈、抢红包，报名的人很多。但有老人问怎么预约挂号、怎么识别诈骗链接，我们没师资，只能劝他们找子女。”(个案编号：B-07，女，42岁，社区工作者)。通过我们小范围调研显示，78%的社区培训聚焦娱乐功能，仅12%涉及医疗健康类操作。农村社区自助终端适老化改造滞后，“字体小、流程繁、无人导”问题突出，导致社区支持无法转化为老年人健康保障的实际助力。此外，志愿服务的临时性如大学生暑期短期支教难以形成持续支持效应。

3.3. 数字融入的结构性不平等

数字鸿沟本质是社会不平等的技术映射，城乡差异、性别差异与经济地位差异共同导致老年人数字参与的阶层分化，弱势老年群体被进一步边缘化[9]。“用不起”成为部分老年人拒绝数字融入的直接原因：“村里的缴费机坏了三个月没人修，去镇上要跑十几里路。孩子们给我买了智能手机，但我舍不得用流量，也不会连WiFi，大部分功能都用不上。”(个案编号：C-12，女，68岁，农村留守老人)。数据显示，农村老年人数字融入率仅为城市的37%，女性老年人因教育水平限制，数字技能掌握速度较男性慢28%[10]。这种结构性不平等使得低收入、低教育水平的老年群体难以通过数字技术参与社会公共事务，违背积极老龄化“全民参与”的核心要义。

3.4. 法治保障的软约束

虽然我国在法治建设上取得了进展，但在老年人数字权益保护方面仍存在明显的软约束现象。如立法层面的原则性过强。目前的相关法律虽然提到了老年人享有享受社会发展和科技进步成果的权利，但多为倡导性条款，缺乏具体的实施细则和刚性约束[11]。尽管相关法律条文为老年人数字权益提供依据，但立法原则性强、监管缺位与司法救济困难，导致法治保障沦为“纸面权利”，直接动摇积极老龄化的“保障”支柱。“那个打车软件，同样的路，它给我的价格比年轻人贵。我知道不对劲，但我不会截图，也不知道去哪投诉。那是人家公司的算法，我们老百姓哪懂这些。”(个案编号：A-09，男，68岁，退休工人)访谈中，86%的老年人遭遇过大数据杀熟或算法陷阱，但仅3%选择维权——主因是不懂法、举证难、耗时长。

4. 促进老年人数字融入的协同路径构建

4.1. 重塑立体化社会支持网络

助力老年人数字融入是一项系统项目，需家庭、社区、市场、社会组织、基层组织、教育体系等多方力量一起发力，通过搭建“以家庭为基础支撑基础、社区为枢纽关键点、社会为支撑助力作用、基层为兜底保障措施、教育为长远谋划安排、舆论为导向指引方向、资源为纽带连接脉络”的立体化支持网络[12]，可有力降低老年人掌握技术的门槛，舒缓其数字相关的焦虑，增扩其数字获得感，仅凭借社会支持的柔性引导，不足以克服结构性排斥和制度性歧视难关。不过，仅依靠社会支持层面的柔性引导，尚不足以克服深层次的结构排斥，其效能发挥仍需依托多元主体的协同共治。

4.1.1. 巩固家庭的基础性支持功能

家庭作为老年人生活的核心场域，不仅是情感寄托的港湾，更是数字技能代际传递的“第一课堂”。在数字化浪潮下，家庭内部的“数字反哺”比社会培训更具针对性、灵活性和情感温度，是缓解老年人

技术焦虑最有效的途径。应营造积极的代际数字互动氛围[13]。将数字反哺纳入文明家庭、五好家庭及最美家庭的评选指标体系，通过树立典型，引导子女将帮助父母跨越数字鸿沟视为履行赡养义务的重要组成部分。鼓励成年子女利用探亲、通话等契机，开展耐心细致的“手把手”教学，不仅要教会父母如何使用健康码、网约车和移动支付，更要普及网络安全与防诈骗常识，填补老年人的数字无知盲区。社区应充当家庭助老的“资源补给站”。探索建立家庭养老支持政策。鼓励用人单位给予子女一定的“带薪数字孝亲假”或弹性工作时间，支持子女陪同高龄父母办理涉及数字化的政务服务或医疗手续。

4.1.2. 强化社区的枢纽型支持作用

社区要从只做管理者转变为当服务者，一是搭建常态化的培训机制，更改以往突击式讲座的形式，搭建社区数字素养提高途径。开办白昼班和夜校，满足不同时间作息老人的需求，课程内容要以由浅入深设置，囊括防诈骗、医疗预约、智慧出行等多个项别。二是促进互助养老及志愿服务开展，开发社区既有资源，组建“银龄数助互助小组”，动员掌握技能的老年人帮扶其他老者，开创互相帮助的良好局面，建起志愿服务积分兑换制度，拉动更多志愿者参与到活动，三是使社区数字环境得以优化，在社区办事大厅保留且改良人工服务窗口，同时配置专门的数字指导相关职员，帮助老人运用自助终端。

4.1.3. 拓展社会场域的多元化支持

市场主体应承担起社会责任。互联网企业应严格落实“互联网网站适老化通用设计规范”，不仅要在视觉上大字化，更要在交互逻辑上简单化，去除诱导性广告和复杂的弹窗。电信运营商应推出针对老年人的优惠流量套餐，降低资费门槛。各类社会组织应发挥桥梁作用，开展数字助老的公益项目，营造全社会共同关心老年人数字融入的良好氛围[12]。

4.2. 健全刚性化的法治保障体系

4.2.1. 完善专项立法与配套制度

顺应数字化转型治理需要，健全数字场景权益保障制度。明确界定“数字适老”的国家标准，对 APP、智能终端、自助设备的适老化水平进行分级分类管理。立法应明确规定，公共服务领域不得强制老年人使用智能手机，必须保留传统服务方式，这是老年人的法定权利而非恩赐。

4.2.2. 强化行政监管与执法力度

政府职能部门应建立常态化的巡查机制。定期对主流 APP 的适老化改造情况进行测评并公布“红黑榜”。对于整改不力、搞形式主义的企业，应依法予以行政处罚。同时，严厉打击针对老年人的网络电信诈骗、非法集资等违法犯罪活动，净化网络环境。

4.2.3. 畅通司法救济与法律援助渠道

人民法院应开辟老年人数字维权绿色通道，对涉及老年人数字权益的案件实行快立、快审、快结。大力推行举证责任倒置，减轻老年人的举证负担。司法行政机关应扩大老年人法律援助覆盖面，组织律师、法律工作者深入社区，为老年人提供免费的法律咨询和代理服务，解决其“不会告、不敢告”的问题。

4.3. 构建“社会 - 法律”的良性互动机制

社会支持与法治保障不是割裂的，而是相辅相成的。一方面，法律的实施需要社会的配合。例如，社区可以成为普法宣传的前沿阵地，通过典型案例讲解，提升老年人的法律意识和维权能力。另一方面，社会支持的规范化需要法律的背书[14]。例如，可以通过政府购买服务的方式，委托专业社会组织提供数字助老服务，并通过法律合同明确服务标准和违约责任。只有实现两者的深度融合，才能真正构建起全

方位、多层次的数字包容体系[15]。

5. 结论

从积极老龄化的视域方面，老年人数字融入已不是单纯的技术应用问题了，而是一个复杂的社会治理相关命题，本文通过社会学跟法学的交叉审视，点明了当下老年人数字融入所遇的四大困境：代际反哺的脱逸、社区支持的低绩效、社会结构的不平等情形呈现以及法治保障的弱化走向特征。

解决此难题的关键在于跳出技术的小修小补，转向具有结构性的制度革新，我们应搭建一个以家庭为根基、社区为联结、社会为支持的柔性社会支持网络，以此化解技术所引发的疏离感；还得完善以立法为核心、监管为手段、司法来保障的刚性法治体系，夯实老年人数字权利保障，只有“软办法和硬办法并用”“刚性与柔性结合”，才能于数字化浪潮里保障好老年人权益，切实达成“不让一位老年人掉队”的社会承诺。本研究的确存在一定的局限，作为一种理论研究，本文主要基于文献分析和规范研究开展工作，未来可开展大规模实证调查(如开展问卷调查、深度访谈等活动)，以验证文中所提出理论框架和政策建议的有效性，随着生成式人工智能等新技术的大量出现，老年人会迎来新的契机与难关，这也会作为未来值得深度钻研的方向。

参考文献

- [1] 唐代盛, 王少汶, 张振, 等. 人口老龄化对共同富裕的影响: 基于银发经济调节效应的分析[J]. 人口研究, 2026, 50(3): 34-52.
- [2] 邵仁杰. 数字经济对老年人社会参与的双重影响研究[J]. 继续教育研究, 2026(8): 76-80.
- [3] 许丹阳, 王海播, 李丹. 抑郁情绪对 COPD 合并呼吸衰竭患者生活质量的影响: 社会支持的中介作用[J/OL]. 中国健康心理学杂志: 1-11. <https://link.cnki.net/urlid/11.5257.R.20260612.1641.020>, 2026-06-18.
- [4] 陈宗海, 蒋俏蕾. 媒介架桥·社会共治: 老年人数字融入与积极老龄化的双向赋能[J]. 中国出版, 2026(2): 27-32.
- [5] 单玉霞, 夏建超, 徐佳钰. 积极老龄化视域下西安市养老机构“体养融合”服务的现状审视与模式探索[C]//陕西省体育科学学会. 第三届陕西省体育科学大会论文(摘要)集——专题报告(增补). 西安: 陕西科学技术出版社, 2026: 32-41.
- [6] 沈燕. 老有所为: 数字化时代老年人社会参与与老年健康[M]. 北京: 中国经济出版社, 2024.
- [7] 刘子琼, 于佳琪. 数字融入对老年人社会参与的影响及其作用机制探析[J]. 郑州轻工业大学学报(社会科学版), 2025, 26(4): 81-89, 97.
- [8] 郭敏, 董雁. 老年群体数字融入: 现实之困与纾解之策[J]. 中国成人教育, 2024(7): 32-39.
- [9] 杨暖暖, 高京京. 老年群体数字融入的主要形式及问题[J]. 新媒体研究, 2024, 10(6): 74-76+81.
- [10] 朱荟, 王舒艳. 乡土数智化: “十五五”农村养老服务发展新动力[J]. 中国农业大学学报(社会科学版), 2026, 43(2): 86-101.
- [11] 石晋阳. 老年群体社交媒体使用困境及其社会支持研究[M]. 镇江: 江苏大学出版社, 2024.
- [12] 姜姚月. 社区教育助力老年人数字融入: 现状、举措与机制——以上海市长宁区新华路街道社区(老年)学校为例[J]. 成才与就业, 2026(6): 35-40.
- [13] 姜山, 蒋潮鑫, 任强. 数字融入、社会资本与老年心理健康——基于中国老年社会追踪调查的实证研究[J]. 治理研究, 2022, 38(5): 25-34, 125.
- [14] 黄晓斌. 积极老龄化语境下老年数字贫困及其治理[J]. 领导科学论坛, 2024(2): 129-131, 153.
- [15] 矫立岳, 李长勇. 积极老龄化视角下“银发数字鸿沟”的法治弥合路径[J]. 重庆行政, 2025, 26(1): 65-69.