

老年人数字鸿沟现象及其社会融入困境研究

李悦

(西北政法大学哲学与社会发展学院, 陕西省西安市, 710122; 1798756618@qq.com)

摘要: 随着数字技术的飞速发展, 老年人群体面临着显著的数字鸿沟。本文通过实地调研与数据分析, 探讨老年人数字鸿沟现状、社会融入困境及其成因, 并提出针对性的应对策略。研究发现, 老年人在数字设备使用、技术掌握程度上存在明显不足, 且数字鸿沟因群体差异而加剧。个体、家庭和社会层面的多重因素导致其社会融入困难。通过提升老年人数字技能、加强代际沟通、完善社会支持体系等措施, 可有效缓解数字鸿沟, 促进老年人社会融入, 推动社会和谐发展。

关键词: 数字鸿沟; 老年人; 社会融入; 应对策略

引言

在当今数字化时代, 数字技术深刻改变了人们的生活方式, 从日常购物、社交互动到公共服务获取, 数字平台的应用日益广泛。然而, 老年人群体却在这一进程中逐渐被边缘化, 数字鸿沟问题愈发凸显。数字鸿沟不仅限制了老年人获取信息、享受便捷服务的能力, 更对其心理状态产生负面影响, 导致孤独感与无助感增加。研究老年人数字鸿沟现象及其社会融入困境, 对于提升老年人生活质量、促进社会公平和谐具有重要意义。本研究采用问卷调查、访谈以及案例分析等方法, 深入剖析老年人数字鸿沟现状, 探究其社会融入困境的成因, 并提出切实可行的应对策略, 以期相关政策制定与实践提供参考依据。

1 老年人数字鸿沟现状

1.1 数字设备与技术使用情况

大部分老年人对数字设备的接触频率较低, 智能手机、电脑等常用设备的普及率远低于年轻群体。许多老年人仅能进行基本的电话接听与发送短信操作, 对于移动支付、在线购物、视频通话等功能的使用率极低。在技术更新换代迅速的当下, 老年人难以跟上节奏, 新设备、新软件的复杂功能令其望而却步, 进一步加剧了其在数字世界的孤立感[1]。

1.2 数字技术掌握程度

老年人对数字技术的理解和掌握程度普遍较弱。在信息检索方面, 多数老年人无法熟练运用搜索引擎获取所需信息, 面对海量网络信息时, 缺乏辨别真伪的能力, 容易受到虚假信息误导[2]。在软件应用上, 除了少数常用的社交软件外, 其他如办公软件、专业学习软件等几乎无人问津。数字技术的复杂性和专业性使其学习难度增大, 老年人的学习动力与能力又相对不足, 导致其数字技术掌握程度长期停滞不前。

1.3 数字鸿沟的群体差异分析

不同年龄段、教育背景、经济状况的老年人群体之间数字鸿沟存在显著差异。年龄越大, 数字鸿沟越深, 高龄老人对数字设备的接受度和使用能力更低[3]。受教育程度较高的老年人能够更快地适应数字技术, 而低学历者则面临更多困难。经济条件较好的家庭可能为老年人配备更先进的数字设备并提供学习资源, 而经济

困难家庭的老年人则受限于设备缺乏和学习成本，难以跨越数字鸿沟。这种群体差异使数字鸿沟问题更加复杂，需要针对性的解决方案。

2 社会融入困境的原因

2.1 个体层面的原因

2.1.1 年龄因素与身体机能衰退

随着年龄增长，老年人的身体机能逐渐衰退，视力、听力下降，手指灵活性降低，这些生理变化直接影响其对数字设备的使用。视力不佳使他们难以看清屏幕文字，听力障碍导致语音交互功能无法正常使用，手指不灵活则增加了操作失误率。此外，老年人的记忆力减退，对新知识、新技术的记忆和理解能力变弱，学习数字技术时容易遗忘操作步骤和功能要点，进一步阻碍了其数字技能的提升。

2.1.2 学习能力与认知能力下降

老年人的学习能力和认知能力在晚年阶段出现明显下降。数字技术的抽象性和逻辑性较强，需要一定的学习能力和认知基础才能理解和掌握。老年人对新技术的接受速度慢，学习过程中容易产生挫败感，进而失去学习兴趣和动力[4]。他们往往更倾向于传统的、熟悉的生活方式和交流方式，对数字技术的必要性和优势缺乏深刻认知，认为学习数字技术意义不大，从而放弃学习机会，加剧了其与数字社会的脱节。

2.2 家庭层面的原因

2.2.1 家庭结构变化与代际沟通障碍

现代社会家庭结构趋于小型化、核心化，子女与老年人居住分离的情况较为常见。这种家庭结构变化减少了代际之间面对面交流的机会，导致代际沟通障碍加剧[5]。年轻一代在数字技术使用上较为熟练，但往往缺乏耐心和时间向老年人传授相关知识和技能。双方在数字技术认知和使用习惯上的差异，使得沟通交流困难重重，老年人在学习数字技术过程中遇到问题时难以得到及时有效的帮助，进一步拉大了代际之间的数字鸿沟。

2.2.2 家庭支持不足与教育缺失

部分家庭对老年人数字技术学习的支持力度不够，缺乏必要的教育投入。一些家庭认为老年人学习数字技术意义不大，或者担心其学习过程繁琐、效果不佳，从而忽视了对老年人的数字教育。家庭中缺乏适合老年人学习数字技术的教材、教程和指导方法，导致老年人在学习过程中无从下手。此外，家庭成员之间缺乏共同学习数字技术的氛围和动力，无法形成良好的学习互助关系，使得老年人在数字技术学习上处于孤立无援的状态。

2.3 社会层面的原因

2.3.1 社会观念与年龄歧视

在一些社会观念中，老年人常被视为数字技术的弱势群体，甚至存在一定程度的年龄歧视。社会普遍认为老年人学习数字技术能力有限，对其数字技能提升缺乏信心。这种观念导致社会在数字技术推广和应用过程中，往往忽视老年人的需求和权益，数字产品和服务的设计更多地围绕年轻群体展开，缺乏对老年人友好性的考虑[6]。例如，一些网站和应用程序的界面设计过于复杂，操作流程繁琐，缺乏简洁易懂的引导，使得老年人难以使用，从而进一步将老年人排斥在数字社会之外。

2.3.2 社会支持体系不完善

目前，针对老年人数字技术学习的社会支持体系尚不完善。社区、老年大学等机构虽然开设了一些数字技术培训课程，但课程内容和形式较为单一，无法满足老年人多样化、个性化的学习需求。培训师资力量不足，缺乏专业的数字技术教学人才，教学方法和手段也相对落后。此外，社会对老年人数字技术学习的重视

程度不够,缺乏相应的政策支持和资金投入,使得相关培训资源匮乏,难以大规模推广和普及。社会支持体系的不完善,使得老年人在跨越数字鸿沟的过程中缺乏外部助力,难以实现有效融入数字社会的目标。

3 应对策略

3.1 个体与家庭层面的策略

3.1.1 提高老年人数字技术学习能力

家庭成员应主动承担起帮助老年人学习数字技术的责任,耐心地向他们传授基本操作方法和实用功能。可以采用一对一辅导的方式,根据老年人的学习进度和接受能力,逐步引导他们掌握数字设备的使用技巧[7]。同时,鼓励老年人参加社区组织的数字技术培训课程,与其他老年人共同学习交流,增强学习动力和信心。此外,为老年人提供简洁易懂的学习资料和教程,如图文并茂的操作手册、视频教程等,帮助他们更好地理解 and 掌握数字技术知识。

3.1.2 增强老年人心理适应能力

关注老年人的心理健康,通过家庭关怀和社会支持,帮助他们树立积极乐观的生活态度,增强对数字技术的接受能力和心理适应能力。家庭成员要多与老年人沟通交流,了解他们在数字技术学习过程中遇到的困难和挫折,给予鼓励和支持,缓解其焦虑和挫败情绪[8]。社区可以组织心理健康讲座和辅导活动,为老年人提供心理疏导服务,帮助他们正确认识数字技术对生活的影响,消除对新技术的恐惧和抵触心理,提高其心理适应能力,更好地融入数字社会。

3.2 家庭层面的策略

3.2.1 加强代际沟通与支持

家庭成员应重视代际沟通,增加与老年人的互动交流时间,主动了解他们的需求和想法。在数字技术学习方面,子女要耐心倾听老年人的问题,用简单易懂的语言进行讲解和指导,避免使用过于专业和复杂的术语[9]。建立家庭数字技术学习小组,定期开展学习活动,共同探讨数字技术的应用和创新,增进代际之间的理解和信任。通过加强代际沟通与支持,营造良好的家庭数字学习氛围,帮助老年人更好地掌握数字技术,缩小代际数字鸿沟。

3.2.2 提供家庭数字设备与技术支持

家庭应为老年人配备适合其使用的数字设备,如大屏幕、大字体的智能手机或平板电脑,并根据其经济状况和需求,选择性价比高的设备。同时,为老年人提供必要的技术支持,帮助他们安装和调试设备,确保设备的正常运行。家庭成员可以为老年人推荐一些简单易用的数字应用和软件,并为其设置好常用功能和快捷方式,方便老年人使用。此外,定期检查和维护数字设备,及时更新软件系统,保障老年人的数字设备安全和稳定,为他们学习和使用数字技术提供有力保障。

3.3 社会层面的策略

3.3.1 营造包容的社会观念与文化氛围

加强社会宣传和教育,倡导全社会树立包容、尊重老年人的社会观念,消除年龄歧视。通过媒体、广告等多种渠道,宣传老年人学习数字技术的重要性和意义,展示老年人在数字技术学习和应用方面的成功案例,提高社会对老年人数字能力提升的关注度和认可度。在数字产品和服务设计中,充分考虑老年人的需求和特点,遵循简洁易用、无障碍设计的原则,为老年人提供更加友好、便捷的数字体验。例如,优化网站和应用程序的界面设计,增加语音提示、大字体显示等功能,方便老年人使用。通过营造包容的社会观念与文化氛围,为老年人融入数字社会创造良好的外部环境。

3.3.2 完善社会支持体系

政府应加大对老年人数字技术教育的政策支持和资金投入，制定相关政策法规，鼓励社区、老年大学、社会组织等多方力量共同参与老年人数字技术培训工作。完善社区数字技术培训课程体系，根据老年人的学习需求和兴趣爱好，开设多样化的课程，如智能手机应用、网络购物、数字摄影等。加强老年大学数字技术专业师资队伍建设，引进和培养一批既懂数字技术又熟悉老年教育的专业人才，提高教学质量。同时，利用互联网和新媒体平台，开发在线数字技术学习课程和资源，为老年人提供更加便捷、灵活的学习方式。此外，建立老年人数字技术学习评估和反馈机制，及时了解老年人的学习效果和 demand 变化，不断优化培训内容和方式，提高社会支持体系的效能，助力老年人跨越数字鸿沟，实现社会融入。

4 结束语

老年人数字鸿沟现象及其社会融入困境是当前社会亟待解决的重要问题。通过深入研究其现状、成因及应对策略，我们认识到数字鸿沟的形成是多方面因素共同作用的结果。个体、家庭和社会层面的共同努力是解决这一问题的关键。只有提高老年人的数字技术学习能力和心理适应能力，加强家庭代际沟通与支持，完善社会支持体系，营造包容的社会文化氛围，才能有效缩小老年人数字鸿沟，促进其更好地融入数字社会。这不仅有助于提升老年人的生活质量，增强其幸福感和获得感，也为构建和谐、包容的数字社会奠定坚实基础。在未来的发展中，我们应持续关注老年人数字鸿沟问题，不断探索创新解决方案，推动数字技术与老年人生活的深度融合，让每一位老年人都能享受到数字时代带来的便利和红利。

参考文献

- [1] 杜云, 王一婕. 数字化时代老年人数字鸿沟现象分析及弥合路径[J]. 声屏世界, 2024(18): 98-102.
- [2] 杨博琨, 周妍彤. 代际伦理视域下老年人数字鸿沟现象成因及解决路径[J]. 西部广播电视, 2022, 43(21): 121-124.
- [3] 朱晓雪, 耿燕川, 雷英. 助推老年人跨越“数字鸿沟”: 形成逻辑, 现实困境与实践路径[J]. 福建开放大学学报, 2024(1): 61-65.
- [4] 张前闯. 深度老龄化背景下推动老年人跨越数字鸿沟的路径[J]. 老龄化研究, 2024, 11(6): 2718-2722.
- [5] 李昕勃. 数字化社会老年群体适应问题的社会工作介入研究[D]. 内蒙古师范大学, 2024.
- [6] 钱玥诗, 蔡明伦, 张森. 互联网+时代下社会工作介入老年群体数字鸿沟弥合困境研究——以湖北省 W 市 H 区“康乐养老”项目为例[J]. 湖北科技学院学报, 2024, 44(5): 43-48.
- [7] 李明菲. 养老机构中的老年人数字融入困境与支持对策研究——以四川省三所养老机构为例[D]. 云南财经大学, 2023.
- [8] 沈映涵, 王茂艺. 老年人数字化生活困境及应对[C]// 上海海事大学法学院《智慧法治》集刊编辑部. 智慧法治集刊 (2025 年第 1 卷): 元宇宙法治研究文集. 上海: 上海海事大学出版社, 2025: 328-336. DOI:10.26914/c.cnkihy.2025.001693.
- [9] 靳永爱, 胡文波, 冯阳. 数字时代的互联网使用与中老年人生活——中国老年群体数字鸿沟与数字融入调查主要数据结果分析[J]. 人口研究, 2024(1): 10-12.