

1.6亿“银发网民”正加速“链接”数字世界

山东济南,“50后”果农刘长岭用布满老茧的手握紧手机云台,完成了从传统农人到“短视频达人”的华丽蜕变。

从对着镜头磕磕绊绊“念课文”,到从容讲述果园故事,“老刘”硬是将手机磨成了“新农具”,把短视频拍成了“新农活”。如今,他在多个平台积累了十余万粉丝。借由一方屏幕,他不仅打破了“农产品出山难”的困局,更构建起消费者与土地信任纽带。

无数相似的“链接”正在发生。截至2025年6月,我国60岁及以上“银发网民”已有1.61亿人,相当于每两名老年人中就有一人接入了数字生活。

生活场景数字化渗透率飙升

回望2010年,全国只有4.9%的老年人有上网经历,人数不足千万。那时,互联网对绝大多数老年人来说是遥远而陌生的存在。近15年间,老年上网群体人数增长约18倍,达到1.61亿人。这组数字并非简单意味着技术普及率,而是一场关乎老年群体生活方式的巨大改变。

社交,是许多老年人触网的一个重要场景。

“早上睁眼先看手机,亲友群里道声早,朋友圈分享新见闻”,这样的日常,在老年群体中早已普及。“顺其自然”“快乐每一天”这样的网络昵称背后,是无数老年人通过亲友群、兴趣群,以语音、视频、表情包构建起的线上亲情网络。

不同于年轻人热衷陌生社交与

圈层探索,老年人的网络社交更带有鲜明的“熟人底色”和“情感导向”,本质是线下社会关系的数字化。

一项研究显示,约97%的“触网”老年人能够使用社交通讯工具。他们的网络社交主要围绕各类亲友群、兴趣群等展开,通过发送语音、视频、连线和转发表情包,编织起一张打破空间隔离、对抗孤独感的“亲情网”。

生活服务数字化成为第二大场景。

中国人民大学人口与健康学院教授靳永爱观察到,老年人在使用即时通信和网络支付功能上和年轻人相差无几,在网上购、网约车、旅行预约等“进阶应用”上的差距也持续缩小。“多元的上网行为正在打破‘老年人只会刷视频’的刻板印象。”她评价道。

中国互联网络信息中心2024年发布的《互联网助力数字消费发展蓝皮书》显示,我国老年网民的网购使用率达69.8%,在健康医疗、文娱旅游等方面消费中表现突出。

资讯是老年人数字生活的核心刚需,也是与时代保持同步的重要方式。

靳永爱调研发现,60至69岁的上网老年人中,67.7%通过网络听或者看新闻。即便70岁以上的上网老人,这一比例也接近五成,农村和城镇相比差距不大。不过相比年轻人而言,老年人对时政新闻、健康养生等信息表现出更高关注度。

中国科学院心理研究所研究员李娟认为,这种偏好在心理学层面被视为“控制感的延伸”——通过了解

外部世界的变化,老年人确认自身并未被边缘化,依然与时代同步。

娱乐,在银发生活中占据重要一席。

数字娱乐不再是年轻人的专属,而成为老年人展现个性、打破年龄偏见的舞台。2024年的一项调查显示,超七成的上网老年人借助网络游戏消遣。另一项调查则显示,休闲、棋牌类游戏最受青睐。

令人惊叹的是,一些老人把游戏玩到“极致”。B站九旬UP主“骨灰级游戏玩家_杨老头”,在分享游玩《黑神话:悟空》等3A游戏中收获了30多万粉丝,并在今年8月得到吉尼斯世界纪录“ICON传奇人物”的荣誉。他的评论区里,常见年轻网友的点赞和鼓励。

创作,是老年人在网络世界获取话语权的新体验。

如果说“刷视频”是老年人进入数字世界的“入门级”表现,那么短视频创作则意味着他们从信息接收者向内容生产者的跨越。北京师范大学一项基于对2000名55至83岁老年网民的调查发现,他们当中超过75%的人有短视频创作经历,超27%经常发布短视频。他们的创作主题主要是记录家庭日常、分享烹饪技巧、传播养生知识、展现才艺特长等。

“短视频平台影像传播门槛低、操作简单、分享容易,娱乐性强又兼具社交性。”中国老龄科学研究中心研究员王莉莉认为,这种自我表达打破了老年人沉默、被动的旧有形象,赋予了他们新的话语空间和自信。

多位专家认为,在数字空间,老年人不再是被定义、被照顾的对象,他们中的部分人成为创作者,通过镜头讲述自己的故事,获得他人的认可与尊重,这种价值感的重塑对晚年心理健康具有积极意义。

同时,受年龄阶段、教育程度、经济收入、居住环境等因素影响,上网老人群体的兴趣偏好呈现多元样态。

从“不会用”到“离不开”、再到“主动创作”,丰富、立体的银发数字生活图谱正在展现。

构建新的精神家园

“一步步跟着做,没看明白的‘家人’们已得先点赞关注……”

在西安市新城区的家里,63岁的范英芳正对着手机屏幕,跟着短视频博主学做一道新菜。两年前,她从河南农村来到西安帮女儿带娃,城乡生活差异让她一度不适,“整天不出门,心情也不好,常常冲家人发脾气,甚至想回老家”。

改变始于手机。在女儿帮助下,范英芳学会用微信、刷短视频、地图导航。如今,她的手机里装了20多个App,买菜群、遛娃群、广场舞群成新消息不断。“每天都有事干,心情也畅快多了。”她说。

专家认为,随着老年人逐渐跨越数字鸿沟进入“适应期”,其上网动机也从功能性的工具使用转向更深层的情感与精神需求。

随着家庭结构小型化和退休后社交圈的收缩,互联网成为老年人对抗孤独、维持社会连接的重要通道。

除了便利生活,上网更是为了重新确认自我价值。

一些研究表明,适度上网对老年人身心健康具有保护作用。李娟等人发现,使用手机上网能有效延缓认知衰退,降低患痴呆症的风险。香港大学与香港城市大学对23个国家近九万名中老年人的分析也表明,使用手机上网与更高的生活满意度、较少的抑郁情绪有关。

国外也有类似发现。美国研究人员对涵盖40多万中老年人的57项研究进行综合分析发现,经常使用电脑、手机和互联网的人,与认知障碍风险降低58%有关,且认知退化的速度也更慢。

网络对老年人的改变不止于个体层面,还悄然渗透家庭关系,一定程度上弥合代际缝隙。随着城市化进程加速,“退居人生二线”的老年人与忙碌的子女之间形成一面无形的墙,共同话题日益稀缺。而网络为许多家庭提供了新的交流纽带,改变了疏离关系。

家住西安市雁塔区的董萱,最近收到一份生日礼物——一条围巾。这是她的妈妈跟着网络教程自学编织的。

“有一段时间我觉得她没事爱唠叨,母女关系很紧张。”后来董萱发现妈妈对编织感兴趣,就网购了材料,母女俩一起看手工达人的直播、讨论配色和造型。“现在我们有了共同话题,常常谈个不停。”

“数字反哺”改善了不少家庭成员的相处模式。复旦大学老龄研究

院教授申瑜说,家庭成员往往是老年人上网遇到困难时的第一求助对象。在教与学的互动中,子女成了“老师”,父母成了“学生”,这种角色互换打破了传统家庭关系的固化模式,增加了深度、亲密的互动,让疏离的亲情重新紧密起来。

对一些老年人来说,互联网甚至意味着人生“二次开源”。

陕西蒲城的“三根葱”团队,三名核心成员都是年过花甲的农村老人。种了一辈子地,他们谁也没想到晚年竟然成了短剧演员。他们拍摄的农村题材短剧,以真实的生活场景、质朴的表演风格打动了无数网友,在全网播放量累计达150亿次。

“从没想到后半辈子还能这么活!”团队成员陆万荣说。今年10月底,他们受邀参加中国文明乡风大会,被当地干部赞扬“能耐久”,还带动了村里的产业发展。

互联网为老年人提供了打破年龄标签、重新发现自我的舞台。“互联网让老年人有机会调动学习能力、满足情感需求,进一步参与社会活动。”北京大学人口研究所所长陈功说。

从扫码购物到预约就医,从视频通话到自我表达,对中国老年人来说,网络不再只是生活的点缀,而是不可或缺的日常……这是中国正在经历的一场静默而深刻的人口流动——上亿老年人跨越代际数字鸿沟,从物理世界的熟人圈加速进入充满希望与未知的数字空间。

朱高祥 魏冠宇 吴燕霞 李亚楠
(据《新华每日电讯》)

特朗普对委内瑞拉“觊觎已久”

推翻外国政府 美国是惯犯

少30艘船只,致死逾百人。

此次特朗普政府在拉美地区以打击贩毒为由推翻马杜罗政权,其实不算“创新”。历史上,美国政府曾多次介入他国政权更迭,涉及推翻或抓捕多名外国领导人。

——巴拿马政府首脑曼努埃尔·安东尼奥·诺列加

1989年12月20日,美国政府以“保护侨民、重建民主制度”等为借口,对巴拿马发起军事行动,目的是推翻时任巴拿马政府首脑曼努埃尔·安东尼奥·诺列加领导的政府,永久控制巴拿马运河。约2.5万名美军士兵通过海陆空侵入巴拿马,对城市建筑和平民发动无差别攻击,造成近500名巴拿马人死亡。1990年1月3日,诺列加被抓捕。

诺列加曾表示,美国入侵“全是因为美国拒绝接受即将丧失巴拿马运河控制权的事实”,“美国不愿意看到独立、自主的巴拿马人民”。

诺列加此后被押送美国,受到10项罪名指控,包括走私毒品、洗钱和敲诈勒索。美国迈阿密一家法庭1992年判处他人入狱40年,最终减刑为17年。

——前南联盟总统斯洛博丹·米洛舍维奇

2000年10月米洛舍维奇宣布辞去总统职务后,美国等西方国家不断要求将他引渡到海牙法庭。以金吉奇为首的塞尔维亚政府暗中同美国进行交易,于2001年4月1日强行逮捕米洛舍维奇,并于同年6月28日擅自把米洛舍维奇强行绑架到海牙。

联合国前南斯拉夫问题国际刑事法庭从2002年2月开始审判米洛舍维奇,指控他犯有包括战争罪、反人类罪和种族屠杀罪在内的60多项罪行。在审理开始前的7次调查出庭中,米洛舍维奇均不承认法庭的合法性,并认为对他的拘捕、羁押和审判只是以美国为首的北约国家导演的一场“政治闹剧”。

数年的牢狱生活使米洛舍维奇的健康状况不断恶化。2006年3月11日,米洛舍维奇在海牙附近的联合国监狱里去世。

——伊拉克总统萨达姆·侯赛因

2003年3月20日,美国以伊拉克拥有大规模杀伤性武器及与本·拉丹相勾结为由,发动伊拉克战

争。美国以武力手段颠覆萨达姆政权,造成伊拉克政治、经济和社会动荡,而美国一直没有找到萨达姆政权拥有大规模杀伤性武器的证据。

2003年12月13日,美军在伊拉克北部萨拉赫丁省首府提克里特附近抓获萨达姆。2006年12月30日,萨达姆被处以绞刑。

——利比亚总统穆阿迈尔·卡扎菲

2011年3月17日,联合国安理会通过第1973号决议,同意在利比亚设立禁飞区。尽管利比亚3月18日宣布接受安理会决议,立即停止所有军事行动,但3月19日,美、法、英等国出动战机和舰艇,对当时的卡扎菲政权相关目标实施军事打击。3月31日,北约正式从美英法等国手中接管对利比亚军事行动指挥权。10月20日,卡扎菲被抓,伤重不治。

在美国等北约国家军事干预下,当时的利比亚反对派武装转守为攻,最终推翻卡扎菲政权。但是,战后的利比亚仍然举步维艰,党派纷争不断,抢劫、绑架等犯罪现象严重。(据新华社)



1月3日,民众在委内瑞拉首都加拉加斯的总统府附近抗议。新华社发

最高法发布家庭教育指导典型案例

为失职父母“上课”

最高人民法院1月4日公开发布6个“家庭教育指导令”司法适用典型案例,对引导全社会注重家庭、家教、家风,增进家庭幸福与社会和谐具有指导意义。

实践中不少案例显示,未成年人违法犯罪行为与家庭教育履职不当高度相关。追溯违法犯罪未成年人的成长经历,其所在家庭,父母或其他监护人绝大多数情况下存在家庭教育缺位、失当或者其他不利于未成年人健康成长的因素。自2022年1月1日家庭教育促进法实施以来,人民法院通过签发“家庭教育指导令”等方式依法发挥职能作用,积极配合有关部门做好家庭教育指导工作。

以“李某诉王某等健康权纠纷案”为例,9名涉案未成年人的欺凌行为均与其父母未能正确、有效地履行家庭教育职责密切相关。法院根据受欺凌者和欺凌者家庭的具体情况,有针对性地开展家庭教育指导工作;同时充分调动专业社会资源,组织社工提供专业家庭教育指导,促进欺凌者矫正偏差行为。

这批案例重申拒绝暴力是家庭教育的底线,对于父母或者其他监护人侵害未成年子女的暴力行为应坚决采取“零容忍”的态度。典型案例还对于离婚纠纷、离异后探望权纠纷中发现的家庭教育问题进行系统梳理和总结,强调婚姻状态和家庭结构变化不能侵害未成年人合法权益。(据新华社)

时评 赤裸裸的霸权行径

拉克战争,延续了其攫取他国资源的一贯套路。

从所谓“司法正义”转向“石油生意”,美国这套从“军事突袭”到“接管政权”再到“资本进驻”的操作,再次向世界展示其完整的现代海盗逻辑:先罗织罪名通过武力摧毁一个主权政府,颠覆其政权,随即由本国资本长驱直入瓜分其自然资源。美国所作所为,完全无视国际法约束,俨然让世界重新回到了野蛮掠夺的殖民时代。

面对美方公然践踏《联合国宪章》的行径,国际社会的愤怒正在升级。联合国秘书长古特雷斯认为,美国对委内瑞拉采取的行动“构成了危险的先例”。巴西总统卢拉直斥这是“将强权凌驾于多边主义之上”。古

巴国家主席迪亚斯-卡内尔指出,这是“针对美洲的国家恐怖主义行径”。俄罗斯联邦委员会副主席科萨切夫严正声明,美方的行动毫无实质性依据,是对国际法的公然践踏……

如此恶劣手法,甚至连美国国内也无法视而不见。美国亚利桑那州民主党籍联邦参议员鲁宾·加列戈痛批美国已沦为“世界上的霸凌者”,犹他州共和党籍联邦参议员迈克·李质问这次行动“究竟有什么宪法依据可以证明其合法性”,曾担任美国总统国家安全事务副助理的本杰明·罗兹认为这是“出于完全荒谬的逻辑在拉丁美洲策动的一次政权更迭”,美国智库新美国安全中心高级研究员德里

克·格罗斯曼说:“我今后再也不想听任何美国总统谈论所谓‘基于规则的国际秩序’。”

这种在21世纪重演19世纪殖民掠夺的做法,严重威胁地区和世界的和平与安全,即便作为美国盟友的欧盟也发出了“在任何情况下都应尊重国际法和《联合国宪章》原则”的呼吁。“今天是委内瑞拉,明天就可能是任何一个国家”,智利总统博里奇这番话道出了国际社会的普遍忧虑:当“丛林法则”取代国际准则,没有任何主权国家是安全的。

美国的入侵行为,让所有人越来越看清一个事实:美国口中所谓“基于规则的国际秩序”,实际只是“基于美国利益的掠夺秩序”。(据新华社)