

# 通宵“赚金币”、沉迷“直播间养生”……老人缘何“困”在手机里？

新华社 陈一帆 周思宇 刘芳洲

最近,许多网友在社交平台上的“网瘾老人”话题中认领起“同款爸妈”:有的沉迷“赚金币”,上网8小时赚回2元钱;有的茶饭不思,刷短视频、看微短剧、听小说直至深夜;还有的不信儿女信主播,跟风下单各种劣质保健品……在良莠不齐的电子信息“围猎”下,老年人“触网”背后既有精彩也有陷阱。

## “网瘾老人”成家人“心病”

今年春节,不少回家过年的人发现,家里的老人使用手机甚至比年轻人还“上头”。第三方平台QuestMobile统计数据显,老年群体月人均使用网络时长达129小时,其中短视频以35.1%的占比高居使用时长榜首。

——有些老人沉迷于做任务、“赚金币”。

这几年,四川的李奶奶迷上了“赚金币”。“看一个半分钟的广告获得10个金币,集满1万个金币兑换1元现金。一天刷个不停,赚不到2块钱,奶奶还乐此不疲。而且在平台算法规则下,随着使用时间变长,收益会不断减少。”李奶奶的孙女说。

“新华视点”记者调查发现,这些让老人沉迷的赚钱类APP背后都有着精心设计的繁琐程序,完成任务需要耗费大量时间,提现更是关卡重重。

——有些老人陷入微短剧的“微陷阱”。

不久前,云云意外发现60多岁的母亲迷上了“豪门”“闪婚”“保姆”类微短剧。更离谱的是,母亲一个月的微信支付账单竟高达1万多元,仔细查看付款记录才发现,这些花销由多笔数十元的小订单组成,收款方多为“XX剧场”“XX短剧”,几乎都是自动扣费。

“这些微短剧平台付费陷阱很多,刚开始几分钱就能解锁新的一集,但付费页面隐蔽地勾选了默认自动续费等选项,老年人不知不觉中就开启了自动扣费功能。”云云说。

——有些老人非理性网购成瘾。

山东的刘奶奶最近养成了“蹲守”直播间买保健品的习惯。一些主播编造“兄弟反目”“夫妻分离”“千里寻人”等故事,常使用“现在只有最后一批货,爸爸妈妈们快点帮我”等话术催促下单。刘奶奶坚信这些内容是真的,认为自己购物就是在做好事。



此外,还有专门套路老年人的“直播养生局”:先以养生科普短视频引流,吸引老年人跳转微信加群;而后,群里“老师”通过开展公益直播课、设置有奖问答等,不断强化其对产品的认知;半个月后,群里开始推销产品,还有“托儿”配合演戏,诱导老年人跟风购买。

不少群众反映,一些直播间以虚假宣传等手段恶意诱导老年人下单,涉及金额动辄成千上万元。记者在黑猫投诉平台上以“直播+老年人”为关键词进行检索,相关投诉近千条。

## 既伤身又“伤心”

这些在年轻人看来很容易被识破的套路,为何总能轻松“拿捏”老年人?

“种种网络沉迷行为,暴露出老年人的情感需求。”华东师范大学社会发展学院教授魏万青说,随着空巢家庭增多,互联网成为老年人重建情感和社会支持网络的重要渠道,短视频和直播间里的一声声“家人们”“爸爸妈妈”,填补了他们现实社交的匮乏。

记者发现,在短视频、直播、微短剧等

领域,一些营销手段和骗局也开始“适老化”,加上算法机制精准捕获,让辨别能力不足的老年人容易形成行为依赖。

“一是夸大信息,二是提供便利,三是情感慰藉,招招都对老年人特别‘致命’。”清华大学公共管理学院副教授贾西津说,老年群体信息验证渠道相对单一,更容易相信网络上各类违规营销内容,且相较于实物价值更看重情感价值。

老年人长时间沉迷网络,除易造成经济损失外,还容易引发或加重视力损伤、睡眠障碍、颈椎病等健康问题。

2020年至今,小莫的爸爸已经花了10多万元买保健品。小莫说,他爸爸坚信吃保健品能长寿,不去医院看病,不好好吃饭,结果摔了一跤后粉碎性骨折,检查发现还患有骨质疏松、高血压高血脂、反流性食管炎等多种疾病。

“熬夜上网会扰乱生物钟,导致失眠、多梦等问题,还会引起眼睛干涩、疲劳,甚至加速眼部疾病的发展。”湖南中南大学湘雅三医院临床心理科主任蒲唯丹说,过度依赖网络,脱离现实生活,还可能导致老年人生活适应困难、社交能力退化,甚至引发抑郁和焦虑情绪。

中国社会科学院财经战略研究院研究员刘诚认为,短视频平台正成为老年人获取新闻的重要来源,使其更容易陷入信息茧房,从而降低对事物的判断力。记者在采访中发现,老年人上网成瘾后,子女常常抱怨“管不住”“说了不听”,激发家庭矛盾和代际冲突。

## 助力银发族摆脱网瘾

置身于数字化社会,老年人融入互联网是大势所趋。如何扫清老年群体跨越“数字鸿沟”过程中的陷阱?如何将网络工具转化为老年生活的赋能手段?

早在2021年,工信部就曾发布《移动互联网应用(APP)适老化通用设计规范》,明确指出适老版界面、单独的适老版APP中,严禁出现广告内容及插件,也不能随机出现广告或临时性的广告弹窗。

魏万青等建议,面对层出不穷的诱导式网络消费、网络诈骗等,相关政府部门应强化监管力度,对恶意诱骗行为进行坚决打击,着力解决重点人群触网的安全隐患。同时,积极开展培训服务,常态化向老年群体普及网络安全知识,对典型不法行为进行曝光,筑牢老年人科学上网“防护网”。

“帮助老人更好地适应数字化生活,平台负有重要责任。”刘诚等表示,平台应对面向老年群体的健康类信息加强审核,持续优化算法设定,不过度向老年人推送同一类型内容。同时,还可对65岁以上用户增设“弹窗提醒”“防沉迷提示”等功能,在大额付款、连续上网超过一定时长等情形下,提醒老人规避风险。

受访专家认为,不少老人退休后面临社交“断裂”,很容易因无所适从而沉迷网络世界。助力老年群体摆脱网瘾,需要强化适老化设施保障、增加社区服务供给,在现实生活中对他们给予更多关心,提升养老服务水平。

武汉大学社会学院副教授夏柱智等建议,在城市社区和农村建设更多老年活动中心,提供丰富多彩的文体活动,帮助老年人维系、拓展社会关系,促进其广泛参与社会生活,满足其情感、社交等基本需求。此外,还应大力倡导家庭观念,鼓励子女尽可能增加对老年人的陪伴,提高他们的存在感和幸福感。

# “行走的思政课” 探寻文旅新“富矿”

《半月谈》刘美子 朱青 周牧

在国家考古遗址公园回顾厚重历史、在乡村研学基地感受乡村振兴、在科创科普研学基地寻访前沿科技、在千年古城体会民族文化自信……

在刚刚过去的寒假,文旅消费持续火热,“行走的思政课”研学游让人“玩到更多、学到更多”,成为文旅产业热气腾腾的新“富矿”。

近年来,在革命老区安徽省六安市金寨县,“行走的思政课”研学游项目不再局限于红色文化,而是拓展至乡村振兴、劳动实践等多种“课堂”,参与的游客也不局限于团体学习,越来越多的散客被更加丰富有趣的“课目”吸引而纷至沓来。

在鄂豫皖红军纪念馆里,无论孩子还是大人,都专注聆听着红军英勇无畏的战斗故事,为红色历史热血沸腾;在“全国脱贫攻坚楷模”大湾村,游客们体验农活、看村民直播带货农产品,欢声笑语和大自然

的鸟鸣虫唱交织;盘旋于中国红岭公路,游客们途经一个个充满红色记忆的乡镇,沉浸在中国乡村的振兴故事中……

金寨只是“行走的思政课”研学游拓展升级、跨界创新的一个缩影。在“科创之城”安徽合肥,以科创科普为主题的旅游路线近年来也愈发受到关注,游客们可以前往新能源汽车生产一线,探秘汽车“智造”;也可以登上科学岛,近距离了解国家大科学装置,感受科技创新是国家发展的重要动力。

中国旅行社协会1月发布的《2024年中国研学旅游发展报告》显示,2022年中国研学游行业市场规模达到了909亿元,预计到2026年,中国研学游行业的整体市场规模将达到2422亿元。“行走的思政课”有了更多新“课目”,各地也紧抓研学市场的火爆,积极探索文旅融合上的开发创新,吸引了更多游客。

“‘读万卷书,行万里路’,这句话不仅是孩子们的向往,也是我们大人的向往。”来自上海的42岁游客孙伟华说。这个寒

假,他和妻子带着上小学的孩子来到皖南黄山黟县,入住一家以徽墨非遗技艺体验为主题的民宿,在游玩之外还参与体验课程,听制墨手艺人讲述华夏文脉背后的故事,亲手尝试制墨古法。

“这个寒假里提前报名预定的就有6期非遗体验课程,每一期都有8个家庭参与。”师承徽墨制作技艺省级传承人程国胜的民宿主理人申易鑫说,慕名而来的还有不少年轻游客,“许多人渴望通过旅行获得更具内涵和深度的文化体验。”

来自河南的游客张宁宁在假期和家人一起来到黄山歙县,在以鱼灯制作技艺闻名的瞻淇村,体验了源自宋朝的传统鱼灯成为今天“顶流”的盛况。张宁宁说,特别看到一些外国游客惊叹鼓掌时,“深刻感受到了非遗传承的意义和价值,对中华优秀传统文化的认同感和自豪感‘爆棚’。”

政策的大力支持,为“行走的思政课”的发展插上了一双强有力的翅膀。各地政府纷纷出台一系列利好政策,鼓励文旅产

业深度融合,加大对各类研学游基地建设、文旅项目开发等的投入;组织公益性旅游活动、门票减免优惠、给予企业奖补等多项优惠政策;探索利用数字技术打造沉浸式研学新场景,如红色演艺、沉浸式实景剧及主题密室等。一些科技馆、博物馆还引入VR、AR技术,让游客身临其境地参观历史遗迹,与虚拟人物互动……这些都为“行走的思政课”增添了新的吸引力。

无论是对红色文化的主动探寻,还是对传统文化的追随热爱,不管是孩子还是大人,“行走的思政课”火热的背后,是近年来旅游需求的升级。人们早已不再满足于走马观花般的观光旅游,而是渴望在旅途中收获深度与内涵,寻找心灵的触动。“行走的思政课”研学游的主动拓展创新,正凭借其独特的魅力和优势,成为文旅产业发展的新引擎,让更多人从中汲取知识与力量,感受文化与旅游的独特魅力。未来,随着更多地方的深入探索和实践,它将为文旅产业的高质量发展创造更多可能性。