

增能理论视域下 老年教育在线课程的优化路径构建

林 津

(福建开放大学,福建 福州 350001)

摘要:在全球老龄化背景下,老年教育作为终身教育的关键环节,对提升老年人社会参与和生活质量具有重要意义。在线教育为老年教育提供了新的发展机遇,但当前老年教育在线课程存在供给碎片化、适老化不足等问题,难以满足老年人多元化需求。基于增能理论,构建了老年教育在线课程的优化路径,通过分析国内老年教育发展历程及在线课程现状,提出“以人为本、分层设计、实践导向”的优化原则,并围绕个体增能、社会参与、环境适应三个维度,设计了系统化的课程内容、多元创新的教学模式、科学完善的评价反馈机制。研究表明,该框架有助于提升老年人的自主发展能力、社会资本积累、数字适应能力,为老年教育从“福利性”向“赋能型”转型提供了理论依据与实践参考。

关键词:增能理论;老年教育;在线课程;终身学习

中图分类号:G777

文献标志码:A

文章编号:1009-4156(2026)02-0070-07

一、引言

联合国《世界人口展望 2022》报告显示,到 2050 年,全球 65 岁及以上人口比例将从 2022 年的 10% 上升至 16%,其中,我国 60 岁以上人口将在 2035 年突破 4 亿人^[1]。随着全球老龄化浪潮的持续推进,老年教育作为终身教育体系的关键环节,正成为帮助银发群体重获发展动能、提升社会参与度和生活品质的重要突破口。我国老年教育正从生活休闲型向融合职业发展与社会参与的复合型结构转型,但在课程内容、服务设计、资源供给等方面仍存在短板,难以有效满足老年群体在职业技能提升与就业能力重塑方面的多元化需求^[2]。

在此背景下,在线教育在老年教育中的战略地位日益凸显。数字技术的普及为突破传统老年教育的时空限制提供了可能,使教育资源能够覆盖更广泛的老年群体,尤其是行动不便或居住偏远的老年人。当前老年教育在线课程仍面临供给碎片化、适老化不足等问题,多数平台仅将线下课程简单迁移至线上,并未针对老年人学习特点和数字鸿沟进行适应性改造,难以满足老年人多元化的赋能需求。

增能理论作为一种强调个体潜能开发与权利获得的实践性理论框架,为老年教育研究提供了新的视角。该理论认为,通过知识获取、技能培养、资源支持,能够帮助弱势群体增强对生活的控制感和自我效能感。将增能理论引入老年教育领域,不仅有助于突破传统老年教育“福利性”“康乐性”的局限,还能从权利视角重构老年教育的目标与内涵,促进老年群体从“被动接受”向“主动参与”转变^[3]。

系统研究老年教育在线课程优化路径,不仅具有重要的理论创新价值,也对实践具有指导意义。旨在探讨增能理论如何指导老年教育课程设计与学习资源建设,通过构建符合老年人发展需求的课程框架和多元化学习资源体系,为老年教育实践提供理论依据和方法参考,最终实现老年群体在数字时代的自主发展能力、社会参与能力、环境适应能力的全面提升,助力积极老龄化社会的构建。

二、增能理论概述

增能理论作为一种发轫于 20 世纪中后期的社会科学理论,其核心要义在于通过系统性干预帮助弱势群体重获生活掌控权^[4]。该理论最初应用于社

收稿日期:2025-10-21

基金项目:2024 年福建省终身教育研究课题一般项目“增能理论视域下老年教育课程及学习资源建设研究”(编号:ZS24021)。
作者简介:林津,福建开放大学公共管理学院讲师,教育硕士,研究方向:远程教育、老年教育。

会工作领域,旨在解决贫困群体、少数民族等边缘人群的边缘化困境。

该理论建构于三个相互关联的基本命题之上:首先,弱势地位并非个体缺陷的必然结果,而是结构性不平等的产物;其次,所有个体都具备未被开发的潜在能力,这种潜能需要通过特定干预才能充分释放;最后,真正的社会改变必须通过个体觉醒与制度变革的双向互动来实现。在操作层面,增能理论发展出“资源-能力-机会”三位一体的干预模型,强调既要提供必要的物质资源和知识技能,也要培育个体的自我效能感,还要创造公平的社会参与机会。这种干预不是简单的技能传授,而是致力于重构主体意识,使受助者从“被动接受者”转变为“主动变革者”。

在增能过程中,关键要素主要包括目标设定、资源调配、能力提升。首先,明确的目标是增能的指引,它能够为整个增能过程提供方向,使个体或组织在面对复杂多变的环境时能够集中精力,避免盲目行动;其次,资源的有效调配是实现增能的基础,无论是物质资源、人力资源,还是时间资源,都需要合理安排,以确保在增能过程中能够充分发挥其价值,避免资源浪费或不足;最后,能力提升是增能的核心,通过学习、培训、实践等方式,不断提升个体或组织的专业技能、管理能力、创新能力等,从而实现从量变到质变的飞跃,推动个体或组织在更高层次上发展。

随着理论的发展演进,其应用场域逐渐拓展至教育领域,特别是在终身学习理念兴起的背景下,该理论在老年群体中的应用具有特殊的解释效力。老年期的无力感是一个多维建构,既包含因身体机能衰退带来的生理性限制,也涉及退休制度等社会安排造成社会角色中断,更体现为技术迭代引发的数字鸿沟等新型排斥。这种复合型的无力感使传统福利视角下的老年支持模式难以奏效。增能理论构建了“认知重构-能力建设-社会融入”三位一体的干预模型,为系统化解老年无力感问题提供了有效路径:首先,通过认知干预破除“老龄即退化”的刻板印象;其次,借助于补偿性学习机制提升实践能力,最终通过重建社会参与网络实现全面发展^[5]。

三、老年教育发展历程

(一)国内老年教育的发展历程

我国老年教育的发展历程可以划分为三个阶

段,即起步阶段、发展阶段、快速发展阶段^[6]。

20世纪80—90年代为起步阶段。我国第一所老年大学——山东省红十字会老年大学于1983年在济南成立,这标志着我国老年教育的正式起步^[7]。在这一时期,老年教育主要集中在城市,以离退休干部和职工为主要对象,教育内容多为文化娱乐和保健知识。当时的课程多以书法、绘画、太极拳等为主,旨在丰富老年人的退休生活。政府也开始关注老年教育,一些地方出台了鼓励和支持老年教育发展的政策,为后续发展奠定了基础。

20世纪90年代初—21世纪初为我国老年教育的发展阶段。在这一阶段,我国老年大学数量迅速增加,教育内容也逐渐丰富,涵盖了书法、绘画、音乐、舞蹈、摄影等多个领域。例如,上海老年大学在这一时期开设了多种艺术类课程,吸引了大量老年人报名。一些地方开始探索社区老年教育模式,将老年教育延伸到社区。政府的支持力度不断加大,老年教育被纳入老龄事业发展规划中,一些地方还出台了老年教育的专项规划,推动了老年教育的普及和发展。

21世纪初至今为我国老年教育的快速发展阶段。随着互联网技术的发展,老年教育形式更加多样化,线上老年教育平台不断涌现。一些专门针对老年人的在线学习平台,如“老年云课堂”,提供丰富的课程资源,包括智能手机使用、网络购物、线上娱乐等内容,帮助老年人更好地适应数字生活。政府进一步加大对老年教育的投入,推动老年教育的规范化和专业化发展;社会力量参与老年教育的积极性不断提高,一些企业、社会组织和个人纷纷投身老年教育领域,形成了多元化的办学格局;此外,一些社区社会组织定期举办老年学习活动,丰富老年人的学习渠道。

(二)国外老年教育发展历程

国外老年教育的发展历程大致也可以划分为三个阶段,即萌芽阶段、初步发展阶段、快速发展阶段。

国外老年教育的萌芽阶段可以追溯到20世纪初—60年代。当时,一些发达国家开始关注老年人的学习需求,但老年教育尚未形成规模。例如,英国的一些社区组织开始为老年人提供简单的文化娱乐活动,如读书会、手工制作等,为老年人提供一个交流和学习的平台。随着社会经济发展和人口老龄化问题逐渐显现,一些国家开始探索老年教育的模式。例如,美国的一些大学开始为老年人提供短期课程,

内容多为文化讲座和兴趣培养。

20世纪60—80年代,随着社会对老年人需求的关注增加,国外老年教育开始进入初步发展阶段。在这一时期,一些发达国家开始系统地开展老年教育活动。如20世纪60年代,美国的一些大学开始正式开设老年教育课程,为老年人提供继续学习的机会;密歇根大学在1962年成立了老年学院,为老年人提供文化、艺术、科学等方面的课程。这些课程不仅包括传统的学术讲座,还增加了实践操作和社交活动。20世纪70年代,一些欧洲国家也开始重视老年教育,成立了专门的老年教育机构。例如,法国的一些老年大学在这一时期开始招生,为老年人提供系统的教育课程。这些课程内容丰富多样,涵盖了艺术、文化、健康等多个领域。一些国家还通过社区教育机构为老年人提供学习机会,进一步扩大了老年教育的覆盖面。

20世纪80年代至今为国外老年教育的快速发展阶段。

四、我国老年教育在线课程的现状与问题分析

(一)老年教育在线课程现状

以F省终身教育服务中心在线课程平台为主要数据来源,该平台课程覆盖F省9个地市,注册老年学员超5万人次,课程数据具有区域代表性。基于对该平台2023年9月—2024年6月期间上线的老年教育课程进行系统梳理,共获取有效课程数据137门,覆盖学员学习记录23568人次。其中,60~69岁学员占比62.3%,70岁以上学员占比28.1%,女性学员占比67.8%。

(二)课程类型统计

通过对F省终身教育服务中心课程平台现有137门老年教育课程的分类统计(如表1所示),发现课程类型分布呈现显著差异,具体表现为以下特征:

健康养生类课程占比最高,包含“中老年经络养生”“三高人群饮食管理”等系列课程。这类课程主要涵盖慢性病防治、中医保健等内容,反映出老年群体对健康维护的迫切需求。文化艺术类课程次之,以“闽南剪纸艺术”“古典诗词鉴赏”为代表,通过非遗传承、艺术鉴赏等模块,既满足老年人的审美需求,又具有文化传承的社会价值。信息技术类课程明显不足,仅设有“手机摄影全攻略”“微信就医挂号教程”等基础数字技能课程,与老年人日益增长的

数字化生活需求存在供给缺口。生活技能类课程如“老年人权益保障”“家庭盆栽养护”等,虽然涉及法律、生活等实用领域,但缺乏进阶性课程设计,尚未形成系统化的课程体系。

表1 老年教育课程类型分布统计表

课程类别	课程数量(门)	占比(%)	典型课程案例	学习人次
健康养生类	58	42.3	中老年经络养生	4 212
			三高人群饮食管理	3 785
			老年瑜伽入门	2 901
文化艺术类	43	31.4	闽南剪纸艺术	3 542
			古典诗词鉴赏	2 876
			老年合唱训练	1 954
信息技术类	17	12.4	手机摄影全攻略	4 532
			微信就医挂号教程	1 287
			防范电信诈骗	892
生活技能类	19	13.9	老年人权益保障	1 543
			家庭盆栽养护	976
			旅游英语100句	654

(三)教学形式实施效果分析

该平台课程主要采用三种教学模式,其实际效果呈现显著差异。

线上录播课程共93门,占课程总量的68.0%,平均时长42分钟,整体完课率为61.2%。分析数据发现,这类课程存在明显的章节流失现象,以“智能手机基础操作”课程为例,在“微信支付设置”这一实操性较强的章节,学员中断学习比例高达23.7%,反映出单向传授式教学的局限性。

直播互动课程共34门,通过固定时段的实时教学,平均获得48.5%的参与率,其中,“直播带您游F省”课程创新性地采用实时连麦方式。数据显示,该课程平均每场吸引来自全省8个地市的62名学员同时在线,35%的学员会主动参与连麦互动,跨地域交流频次达到场均5.3次。在2023年秋季学期中,累计促成不同地市学员间的线上交流287次,线下互访活动12场。该课程的完课率达到83%,比平台其他直播课程平均水平高出29个百分点;学员复购率更是达到42%,远超平台15%的平均值。

混合式课程共10门,以“社区植物认知”课程为代表,采用“4课时线上理论+2次线下实践+线上作品展示”的三段式设计,完课率达到82.3%,较纯线上课程高出21.1个百分点,充分体现线上线下融合模式的教学优势。

(四)适老化设计现状评估

通过该平台对30门课程的随机抽样测评,发现平台在适老化设计方面仍有较大改进空间。具体表现为:仅有40%的课程配备字幕功能,67%的课程支持字体放大,这两个最基本的适老功能尚未完全普

及。在操作便捷性方面,学员平均需要经过3次点击才能找到课程咨询入口,而夜间模式的覆盖率更低至15%。这些设计缺陷直接影响老年学员的学习体验,特别是在视力、操作能力相对较弱的70岁以上学员群体中,其所产生的学习障碍更为明显。

(五) 学员学习行为特征

F省终身教育服务中心课程平台数据揭示了老年学员独特的学习行为模式。在学习时间方面,每日9:00—11:00时段的学习活跃度最高,占全天学习量的43%,这与老年人的作息规律高度吻合。学员平均单次学习时长为28分钟,反映出老年人更适合短时、高频的学习节奏。值得注意的是,不同类别课程的复看率差异显著:健康养生类课程复看率为62%,而信息技术类课程则达到89%,这一差距凸显出数字技能学习需要反复强化的特点。在付费转化方面,从免费课程到199元年费会员的转化率为5.2%,这一数据为探索老年教育可持续发展模式提供了重要参考。

(六) 基于增能视角的课程问题诊断

通过对F省终身教育服务平台课程体系的深入分析,从增能理论的三个维度发现以下突出问题^[8]。

在个体层面,课程设置存在明显的同质化倾向。平台数据显示,健康养生类课程占比高达42.3%,但教学内容普遍采用“一刀切”模式。以“中老年经络养生”课程为例,其学员年龄区间为60~80岁,却未针对不同健康状况设置分级教学内容。更值得注意的是,信息技术类课程虽然需求旺盛,如“手机摄影全攻略”学习人次达4532,但仅12.4%的占比远不能满足老年人差异化的数字学习需求,特别是70岁以上学员的实操指导明显不足。这种忽视老年人自主学习能力差异的课程设计,严重制约了个体能力的精准提升。

在社会层面,课程体系存在结构性缺失。在平台现有137门课程中,真正促进社会参与的课程不足5门。对比发现,涉及志愿服务、社区治理等社会融入类课程完全空白,而“老年人权益保障”等生活技能课程也仅停留在被动接受的普法层面。这种状况直接导致老年学员的社会资本积累受限,平台数据显示,仅8.3%的学员通过课程建立了跨地域社交关系,反映出课程在社会联结功能上的严重不足。

平台数据显示,环境层面的支持系统亟待完善。虽然平台提供了93门线上课程,但适老化改造严重滞后。测评数据显示,67%的课程未完全实现字体

放大功能,咨询入口的平均点击次数达3次,这些技术障碍使28.1%的70岁以上学员面临学习困难。更突出的是,数字化课程呈现碎片化特征,如“微信就医挂号教程”等实用技能课程缺乏后续的进阶内容,资源之间未能形成有效衔接,大大降低了学习效果转化率。

(七) 增能需求分析

基于平台学习行为数据与问卷调查(N=1528)的综合分析,老年学习者的需求呈现明显的多元化特征。

在学习行为特征与工具性需求方面,数据显示,单次学习时长集中在28±5分钟,反映出短时高频的学习偏好。这一特征在信息技术类课程中表现尤为明显,“手机摄影全攻略”的学员平均7.2次完成学习,单次学习时长仅19分钟。

智能设备使用成为最迫切的诉求,数据显示“手机摄影全攻略”以4532人次高居课程学习榜首,而“微信就医挂号教程”的完课率达78.6%,远超平台平均水平。值得注意的是,70岁以上学员对“一键求助”等简化操作功能的需求强度较60~69岁群体高出42%,反映出年龄差异带来的需求梯度。

发展性需求呈现出显著的时代特征。调研发现,12.3%的低龄老年人(60~65岁)表达了再就业技能培训需求,特别是电子商务(23.7%)、新媒体运营(18.5%)等新兴领域。平台数据显示,此类课程的平均搜索量是现有供给量的3.2倍,供需矛盾突出。与此同时,农村地区学员对农产品电商课程的需求强度较城镇学员高出28.6%,凸显地域差异带来的需求分化。

情感性需求的表现形式更为多元。学员访谈(N=87)显示,68%的受访者将“结识朋友”列为主要学习动机。行为数据佐证了这一发现:采用小组学习模式的“闽南剪纸艺术”课程,其学员留存率(89%)显著高于个人学习课程(61%)。特别值得关注的是,独居学员参与直播课程的频次是已婚学员的1.7倍,反映出社交弥补的强烈需求。平台数据显示,带有“学习社群”功能的课程,其复购率平均提升35%,进一步验证了社会关系构建的重要性。

五、增能理论导向的课程优化框架构建

基于上述问题诊断和老年学习者的实际需求,构建了一个以增能理论为指导的系统化课程优化框架。该框架主要由三个相互关联的组成部分构成,

旨在全面提升老年教育的赋能效果(如图1所示),构建的优化框架包含三个层级,即原则体系、目标体



图1 老年教育在线课程优化框架体系

(一)以人为本的优化原则体系

1. 主体性原则

主体性原则要求充分尊重老年人的自主选择权,在课程设计中设置弹性化的学习路径和多样化的內容模块,让学员能够根据自身兴趣和需求进行个性化组合。在课程内容设计方面,要预留充分的自主探索空间,例如,设置开放式实践任务而非固定流程的操作练习。在教学实施过程中,教师需要转变角色定位,从传统的知识传授者转变为学习引导者,通过启发式提问和协商式评价,激发老年学习者的主体意识。

2. 分层性原则

分层性原则强调针对老年群体的内部差异实施精准教学。在实践层面,需要建立科学的分层评估工具,综合考虑年龄、教育背景、地域特征等多维因素。对于低龄老年人(60~70岁),可侧重技能提升类内容;对高龄群体(70岁以上)则以生活适应类课程为主。在城乡差异方面,城市课程可加强智能技术应用,农村课程则需融入本土化实践案例。分层教学要避免简单标签化,保持组别流动的灵活性。

3. 实践性原则

实践性原则注重学习成果向现实生活的转化应用。课程设计应采用“任务驱动”模式,将知识点嵌入真实生活场景中。建立“学习-实践-反馈”的闭环机制,通过社区实践基地、家庭作业等形式促进知识迁移。特别要设计可视化的成果产出,如学员作品展、技能认证等,强化学习成就感。评价体系应侧重能力行为改变,而非单纯的知识记忆考核。

(二)多维立体的课程目标体系

课程目标的设定需要突破传统的知识本位取向,构建一个涵盖个体发展、社会参与、环境适应三

个维度的立体化目标体系^[9]。

在个体发展层面,重点培养老年人的自主发展能力,包括健康自我管理、数字工具应用、终身学习等核心素养,使其具备应对老龄生活的关键技能;在社会参与层面,着重发展参与能力,通过课程培育老年人的社区融入、代际沟通、志愿服务等社会资本,拓展其社会支持网络;在环境适应层面,则强调提升老年人的资源获取与政策运用能力,增强其应对社会变迁的适应力。

课程目标的设定需要体现层次性与递进性。基础目标聚焦生存性能力的获得,如掌握智能设备基本操作、慢性病自我监测等实用技能;发展性目标关注潜能开发,如引导低龄老年人参与社会创新项目;超越性目标则致力于价值实现,如支持学有所长的老年人成为社区教育志愿者。三个层次的目标形成连续统,共同构成老年教育的赋能谱系。

在目标表述上,应当采用可观察、可测量的行为动词,如“能够独立完成线上医疗挂号”“可以组织社区文化活动”等,避免使用“了解”“认识”等模糊表述。要建立与课程目标相匹配的能力测评工具,通过前测-后测对比真实反映老年人的能力成长轨迹。这种以能力发展为导向的目标定位,能够有效突破传统老年教育“重娱乐轻发展”的局限,真正实现老年人的全面发展。

(三)系统完整的课程实施体系

1. 课程内容模块

基于增能理论的三维框架,构建了系统化的课程内容模块体系,包括个体增能模块、社会增能模块、环境支持模块,三个模块既相对独立又有机衔接,共同构成“个体-社会-环境”三位一体的内容体系。

在个体增能模块方面,重点设计数字素养提升系列课程,涵盖智能设备操作、移动支付安全、反诈骗等实用内容,帮助老年人跨越数字鸿沟。健康管理课程可突破传统保健知识传授,增设慢性病自我监测、合理用药指导等实践性内容。金融防诈模块则结合典型案例,开发情景模拟训练,提升老年人的风险防范能力。

社会增能模块着力构建老年人的社会参与支持体系^[10]。社区参与课程通过社区议事规则培训、公共事务管理实践等内容,培育老年人的社区治理能力。代际沟通课程创新采用“老少共学”模式,设计代际对话工作坊、家庭数字反哺等特色内容。志愿服务技能培训则建立“学习-实践-认证”闭环,系统提升老年人的志愿服务专业水平。

环境支持模块聚焦老年人社会资源的获取与运用。政策解读课程采用“政策明白卡”等形式,将复杂的养老、医疗政策转化为可操作指南。资源链接课程则通过老年教育平台操作实训、公共服务资源地图构建等内容,帮助老年人建立社会支持网络。

2. 教学模式创新

基于增能理论的教学模式创新着重构建互动性、实践性、包容性的学习环境,在教学模式上重点构建三种特色鲜明的教学方法。

(1)通过同伴互助学习(Peer-learning)模式建立“银发学习共同体”,鼓励学员之间开展经验分享与技能互教。在具体实施时可采用“1+X”结对方式,即1名技术熟练的学员带领若干同伴共同进步。这种模式特别适合数字技能类课程的教学,既能降低学习焦虑,又能促进社会联结。

(2)通过项目式学习提高老年学员在真实情境中培养综合能力。如“社区环保行动”课程可作为典型范例,学员通过6~8周的项目周期,完成从环保知识学习、社区问题调研到实际行动实施的全过程。这种学习方式将零散的知识点整合为完整的实践链条,学员在解决实际问题的过程中,自然掌握调查方法、团队协作、资源整合等复合能力。项目成果的社区展示更能增强老年人的自我效能感。

(3)通过线上线下混合式学习注重技术赋能与适老设计的平衡。线上平台应简化操作流程,设置语音导航、一键求助等功能模块;线下教学则侧重实操指导和情感交流。两种形式不是简单叠加,而是有机融合:线上完成知识传递和预习反馈,线下侧重技能训练和答疑解惑。特别要为高龄学员设计过渡

阶梯,如先通过线下辅导掌握基本操作,再逐步过渡到线上学习,实现数字包容。

3. 评价反馈机制

在构建完整的课程优化框架时,科学完善的评价反馈体系是不可或缺的关键环节,它能确保“设计-实施-评价-改进”这一闭环系统的有效运行。基于增能理论的三个核心维度,可以构建一个多主体参与、多方法结合的综合评价系统,全方位监测和评估课程的实际效果。

在个体增能效果评估方面,可以采用量化与质性相结合的评估策略。量化评估主要运用包含六个维度的《老年自我效能感量表》,从健康管理、数字工具应用、社会参与、情绪调节、生活技能到学习能力等方面全面测量老年人的能力提升;质性评估则通过建立学员成长档案袋,系统收集实操视频、学习日志等过程性资料,真实记录学员的能力发展轨迹。

社会参与度的评估则更应注重行为层面的实际改变。不仅可以通过客观记录学员参与志愿服务、社区议事等活动的具体次数和表现,还可以运用《老年社会支持网络量表》进行前后测对比,科学评估老年人社会关系网络的拓展情况。在环境适应能力评估方面,可以设计贴近真实生活场景的模拟任务,如“15分钟内独立完成医院挂号系统操作”等情境测试,结合老年人对政策咨询、平台工具的实际使用数据,多角度验证其资源运用能力的提升效果。

为确保评估的全面性和持续性,还可以建立贯穿课程始终的三阶段监测机制。在课程实施前,通过专业的入学评估问卷和基础技能测试建立学员能力基线;在课程进行中,可以采用教师评价、同伴互评、作品评审等方式对阶段性学习成果进行动态跟踪;在课程结束后,则可以引入第三方专业机构和社区组织进行长期效果评估,重点关注学员行为改变的持续性和稳定性。

评价结果的转化应用是整个体系的价值所在,不仅可以定期生成多维度的“课程赋能效果报告”,通过知识获取、技能掌握、行为改变、情感体验四个关键指标直观呈现课程质量,还可以建立智能化的动态调整机制。当监测数据显示某项能力指标的学员通过率低于65%时,系统将自动启动课程修订流程,确保课程内容始终与老年人的实际需求保持同步,最终实现真正意义上的赋能效果提升。

六、结语

基于增能理论视角,系统构建了老年教育在线

课程的优化路径,形成“原则-目标-内容-方法-评价”的完整体系。由于老年群体在认知水平、数字素养、社会资源等方面存在显著差异,统一课程框架在农村地区和高龄群体中面临适应性挑战,单纯依赖在线形式仍存在局限。未来老年在线教育应注重差异化设计和多元化路径,建立动态评估机制以提供个性化学习支持,加强线上线下融合,构建包容性学习生态系统。需跨学科整合老年学、教育技术、社区发展等理论成果,推动老年教育从知识传授向社会赋能转变,使每位老年人在终身学习中实现自我价值,共享数字社会发展成果。

参考文献:

- [1] United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division. World population prospects 2022: Summary of results [EB/OL]. [2025-5-30]. <https://population.un.org/wpp/>.
- [2] 刘晓雅,吴济慧.智慧教育平台赋能老年职业教育:现实困境、应然指向与实践路径[J].教育与职业,2025(16): 86-93.
- [3] 林琛,马丹宇,李金,等.多元社会主体参与老年教育的机制与策略研究——以上海市徐江区为例[J].成人教育,2023(6):29-35.
- [4] 王淑芳,马丽华.增能理论视域下老年教育课程建设的理念优化与实践路径[J].成人教育,2023(4):15-19.
- [5] 谢宇.新时代老年教育赋能“老有所为”的路径构建策略[J].成人教育,2021(6):26-32.
- [6] 王剑波,白洁.国外老年教育模式及管理体制对我国的借鉴[J].济南大学学报(社会科学版),2022(4):144-153.
- [7] 周凤娇.我国老年教育领导管理模式探析[D].上海:上海师范大学,2018:8-9.
- [8] 成蕾,吴峰.老年教育课程体系分类研究[J].中国职业技术教育,2024(35):41-46+67.
- [9] 沈光辉,蔡亮光.赋权增能理论视域下老年教育转型发展探究[J].湖北社会科学,2021(11):142-147.
- [10] 傅蕾,吴思孝.老年教育何以促进老年人社会参与——基于参与者视角下的混合研究[J].河北师范大学学报(教育科学版),2024(6):111-120.

Construction of Optimization Paths for Online Courses in Elderly Education from the Perspective of Empowerment Theory

Lin Jin

(The Open University of Fujian, Fuzhou 350001, China)

Abstract: Against the backdrop of global population aging, elderly education, as a key component of lifelong learning, plays a vital role in enhancing social participation and quality of life of the elderly. Online education has offered new opportunities for the development of elderly education. However, current online courses for elderly learners suffer from fragmented content supply and insufficient age-friendly design, failing to meet their diverse needs. Based on empowerment theory, this study constructs optimization paths for online courses in elderly education. By analyzing the evolution of elderly education in China and the current state of online courses, it proposes optimization principles centered on “learner-oriented, tiered design, and practice-driven” approaches. Guided by these principles, the study develops a systematic curriculum framework, diversified and innovative teaching models, and a scientific evaluation-feedback mechanism across three dimensions: individual empowerment, social participation and environmental adaptation. The findings suggest this framework can enhance the elderly’s autonomous development capacity, social capital accumulation and digital adaptability, thereby providing theoretical and practical support for transforming elderly education from a welfare-oriented model to an empowerment-oriented one.

Key words: Empowerment theory; Elderly education; Online courses; Lifelong learning