



致：教育／港聞版 編輯／採訪主任

2026年5月3日

恒生大學學者研究發現長者善用科技適應跨國生活

香港恒生大學學者一項研究發現，面對子女及親友移居海外，不少本地長者並未受地域距離限制，反而主動運用各類數碼工具維繫情感、參與家庭照顧規劃，從中建立生活自主感與滿足感，打破大眾普遍認為「長者抗拒新科技」的刻板印象。

由恒生大學社會科學系顏樂燊教授領導的研究「數碼科技對香港老年人跨國老化體驗的影響」，訪問了47名60歲以上、擁有海外居留權，且最少一名子女定居外地的香港長者。研究透過深度訪談，剖析長者如何善用智能手機、通訊軟件、視像通話、智能家居等數碼設備，打理日常起居、維繫人際關係、照顧社交需要，藉此提升整體生活質素與幸福感。

研究結果推翻兩項固有社會觀念：一是長者的照顧必須依賴本地貼身支援；二是長者普遍難以掌握、抗拒數碼科技。研究顯示，受訪跨國家庭的長者皆積極活用數碼科技，突破地域限制，與異地家人保持緊密聯繫。海外子女可透過智能家居遙距監測長者安全、網上預約醫療服務、遠程關注健康狀況，並提供生活配套支援，讓跨國遠距照顧變得可行，大幅提升照顧效率，同時加強長者的安全感。

社交方面，受訪長者積極參與線上社群，與移居外地的好友分享生活日常、協助網上消費，亦會透過通訊軟件進行線上聚會，讓友誼成為晚年生活的重要支柱。數碼科技除了鞏固家庭情感連結，更幫助長者維繫跨國人際網絡，有效紓解孤獨感，提升心理健康與生活幸福感。

與此同時，研究亦發現長者對數碼學習充滿熱誠，持續學習更成為他們重要的自我價值與獲得成就感的來源。不少長者透過網上課程，掌握影片相片編輯、網絡購物、電子支付等實用技能，不單會與親友分享學習成果，更會主動教導同輩長者使用科技。豐富的數碼學習體驗，不但為晚年生活增添趣味，更讓長者感受自身的學習能力與社會參與價值，建立自信與成就感。研究強調，科技不單是人際聯繫的工具，更是提升長者主觀幸福感、賦予晚年生活意義的關鍵元素。



顏樂燊教授表示，跨國家庭日益普遍，長者的生活模式與社交形態面臨全新挑戰，而數碼科技現已成為跨國家庭照顧與長者社交生活不可或缺的部分。她建議政府與社會各界加強長者數碼培訓，同時為照顧者提供適切支援，協助跨越技術門檻、紓緩照顧壓力。社會亦需正視不同年齡、經濟背景長者的數碼參與差距，避免數碼鴻溝惡化。未來規劃安老政策與社會服務時，應全面融入數碼科技元素，照顧不同階層長者需要，完善跨國家庭照顧配套、穩定長者社交網絡，提升生活滿足感，從而應對人口老化與全球化帶來的各項新挑戰。

此研究獲大學教育資助委員會撥款支持，並於國際學術期刊《Global Network》上發表。

—完—

圖片：



圖片說明：顏樂燊教授認為規劃未來安老政策及服務設計時，應融入數碼科技元素，完善跨國家庭照顧配套、穩定長者社交網絡，提升生活滿足感。

圖片下載：[連結](#)



香港恒生大學
THE HANG SENG UNIVERSITY
OF HONG KONG

香港恒生大學簡介

香港恒生大學簡介

香港恒生大學是一所以博雅教育為主導的非牟利私立大學，設有六個學院，包括商學院、傳播學院、決策科學學院、人文社會科學學院、翻譯及外語學院和跨學科學院，全日制本科生和研究學生逾 7,000 人。恒生大學採用獨特的「博雅+專業」教育模式，致力培育青年成為具明辨思維、創新能力、人文關懷、道德價值和社會責任的人才。

恒生大學矢志成為區內具領導地位的私立大學，以本科教育為主，配合優秀的師資、獲獎的綠化校園與設施、創新的學位課程、結合生活與學習的住宿書院系統、互動小班教學、緊密師生關係、獲研究資助局資助的具影響的研究，以及優質的學生發展／支援服務。

恒生大學獲得多項國際認可。在 AppliedHE 公布的 2026 年「全亞洲私立大學排名」中，恒生大學位列兩岸四地第七。此外，大學在國際學術平台 Research.com 的 2026 年頂尖大學和頂尖科學家排名中，社會科學與人文領域在中國頂尖大學中排名第 22 位、商業與管理領域及經濟與金融領域排名第 23。決策科學學院環球供應鏈管理理學碩士課程，於 QS 國際貿易碩士課程排名 2025 中位列世界第 84 位，而在香港及兩岸四地分別排名第四位及第七位。商學院於 2023 年獲國際商學院促進協會（AACSB）頒授國際專業認證，成為全球頂尖 6% 的商學院。恒生大學亦在英國泰晤士高等教育「大學影響力排名 2021」位列「優質教育」及「良好工作和經濟增長」全球首 200 名。