

网络社交平台对于空巢青年幸福感的影响研究

李慧茹

黑龙江大学, 黑龙江 哈尔滨 150080

摘要: 本研究聚焦于网络社交平台对空巢青年幸福感的影响。研究发现, 网络社交平台在拓展社交圈、提供情感支持和自我表达机会等方面为空巢青年带来积极影响, 提升了他们的幸福感; 然而, 过度依赖、虚假信息、隐私泄露等问题也给空巢青年带来了负面影响。基于此, 本研究提出了相应的建议, 以促进空巢青年在网络社交中实现更好的发展。

关键词: 空巢青年; 网络社交平台; 幸福感

DOI: 10.64649/yh.shygl.issn3105-0085.202609011

1 引言

1.1 研究背景

随着城市化进程的加速和社会结构的变迁, 越来越多的年轻人选择离开家乡, 前往大城市打拼。这些在城市中独自生活、工作的青年群体, 被称为“空巢青年”^[1]。他们远离家人和朋友, 面临着工作压力大、生活成本高、社交圈子狭窄等问题, 孤独感和幸福感成为他们生活中的重要议题。

与此同时, 互联网技术的飞速发展使得网络社交平台成为人们日常生活中不可或缺的一部分。对于空巢青年来说, 网络社交平台不仅是他们获取信息、娱乐休闲的重要渠道, 更是他们拓展社交圈、寻求情感支持和自我表达的重要途径^[2]。

然而, 网络社交平台在给空巢青年带来便利和机遇的同时, 也带来了一些问题和挑战, 这些问题和挑战可能会对空巢青年的幸福感产生负面影响。

1.2 研究目的

本研究旨在了解空巢青年使用网络社交平台的现状和特点, 探讨网络社交平台对空巢青年幸福感的影响及其影响机制并基于研究结果, 提出相应的建议, 以促进空巢青年在网络社交中实现更好的发展, 提升幸福感。

1.3 研究意义

理论层面, 本研究通过深入探讨网络社交平台对空巢青年幸福感的影响机制, 为理解社交媒体与个体心理与行为关系提供新的视角, 有助于完善相关理论体系。实践层面, 研究结果有助于引导空巢青年合理使用网络社交平台, 提升幸福感, 并为社会制定针对性政策与服务提供参考, 促进其社会融入与心理健康。

2 核心概念

2.1 空巢青年

空巢青年是指 18 岁到 35 岁之间在城市中

长期独自居住的青年群体。在社会整体消费水平快速增长的背景下, 青年群体正面临越来越严峻的生存压力与发展困境。伴随教育、医疗、交通等基本生活成本的持续增长, 经济因素成为驱动青年选择独居生活模式的重要原因之一。社会学领域将“空巢青年”群体细分为主动型与被动型两大类。主动型是基于个人发展规划与生活方式选择, 被动型则主要因为城市化进程中生活成本过高、婚姻经济门槛抬升等因素被动形成。

2.2 网络社交平台

网络社交平台是一个互联网应用, 如快手、微信、抖音等平台, 其核心功能是社交互动, 是现代重要社交方式之一。现有的研究内容主要包括网络社交平台的特点、功能、用户行为、社会影响等方面。研究表明, 网络社交平台具有便捷性、互动性、开放性等特点, 能够满足用户的社交、信息获取、自我表达等需求, 但也存在网络暴力、虚假信息、隐私泄露等风险。

2.3 主观幸福感

主观幸福感是个体对其生活质量所作的情感性和认知性的整体评价。针对空巢青年, 其幸福感特别容易受到孤独感、社会联结感、压力应对效能感等因素的影响^[3]。

学界对于主观幸福感的研究大致可以分为以下几类。第一类是对于主观幸福感概念与特点的界定以及相关内容的理论构建与研究范式, 第二类是对于主观幸福感影响因素的研究, 第三类是有关主观幸福感研究方法的拓展与扩充。其中第二类研究属于主观幸福感研究领域的热点与重点^[4]。

2.4 网络社交平台与幸福感

近年来, 越来越多的研究开始关注网络社交平台与幸福感之间的关系。一些研究认为, 网络社交平台可以通过拓展社交圈、提供情感支持、增强自我认同等方式提升个体的幸福感; 而另一些研究则指出, 过度使用网络社交平台可能会导致社交孤立、焦虑、抑郁等负面情绪,

从而降低幸福感。目前,关于网络社交平台对幸福感的影响机制尚未形成统一的结论,仍需要进一步深入研究。

3 研究结果与分析

3.1 空巢青年使用网络社交平台的现状和特点

3.1.1 使用频率高

研究发现,在当前社会环境下,绝大多数空巢青年群体在日常生活中的每一天都会频繁地使用网络社交平台进行交流和娱乐。在这些社交平台中,微信和抖音的使用频率显著高于其他平台。具体来说,无论是在紧张忙碌的工作之余,还是在短暂的休息时间里,这些空巢青年们往往会利用碎片化的时间,通过刷朋友圈动态、观看各类短视频内容、与朋友们进行线上聊天等多种方式,来缓解孤独感、获取信息、分享生活点滴以及维系社交关系。这种行为模式已成为他们生活中不可或缺的一部分。

3.1.2 使用目的多样化

空巢青年使用网络社交平台的目的是主要包括社交、娱乐、自我表达等方面。社交是他们使用网络社交平台的主要目的之一,通过网络社交平台,他们可以与远方的家人、朋友保持联系,结识新的朋友;娱乐方面,他们可以通过观看短视频、玩游戏等方式放松身心;自我表达方面,他们可以通过发布朋友圈、微博等方式展示自己的生、分享自己的想法和感受。

3.1.3 使用平台类型丰富

除了微信、抖音等综合性社交平台外,空巢青年还会根据自己的兴趣爱好和需求使用一些专业性社交平台,如豆瓣小组、知乎、小红书等。豆瓣小组适合他们参与各种兴趣讨论,知乎可以满足他们对知识的渴望,小红书则是他们获取时尚、美妆、生活等方面信息和分享经验的重要平台。

3.2 网络社交平台对空巢青年幸福感的积极影响

3.2.1 拓展社交圈缓解孤独感

对于空巢青年来说,远离家乡和亲人,社交圈子相对狭窄,孤独感是他们面临的一个重要问题。网络社交平台为他们提供了一个拓展社交圈的机会,通过加入各种兴趣小组、社群等,他们可以结识来自不同地区、不同行业的人,与他们分享生活、交流想法,从而缓解孤独感,提升幸福感。

3.2.2 提供情感支持增强归属感

提供和接受是社群内社会支持的两面,每个成员即使支持的提供者,也是支持的接收者。空巢青年通过社交平台主动参加网络虚拟社群,其社群成员在互动中获得精神上的安慰、鼓舞

与共鸣,积极的情绪可以通过分享而得到传播、放大,消极的情绪则可以通过共情而得以缓冲、稀释从而提升空巢青年的幸福感,除此之外,当在遇到困难和挫折时,空巢青年往往需要情感上的支持和安慰。网络社交平台上的朋友、家人可以通过留言、私信等方式给予他们关心和鼓励,让他们感受到温暖和支持,从而增强归属感,提升幸福感。

3.2.3 促进自我表达提升自我认同

空巢青年内心深处渴望能够充分表达自己独特的个性和独到的想法,渴望有机会展示自己各方面的成就。在这个信息化时代,网络社交平台无疑为空巢青年搭建了一个理想的自我表达空间。通过在网络平台上发布精心挑选的照片、真挚感人的文字以及生动有趣的生活视频等内容,空巢青年得以向外界展示自己丰富多彩的生活状态和独具魅力的个人风采。在这个展示自己过程中,空巢青年不仅能够获得来自他人的认可和赞赏,还能在互动中逐渐提升自我认同感,进而有效增强内心的幸福感和满足感。

3.3 网络社交平台对空巢青年幸福感的消极影响

3.3.1 过度依赖影响现实社交能力

部分空巢青年过度依赖网络社交平台,将大量时间和精力投入到虚拟社交中,空巢青年的这一行为,不仅显著压缩了现实人际交往的时间与频率,更导致情感支持系统的现实性缺失,导致现实社交能力下降。这会使他们在现实生活中与他人交流时,可能会出现沟通障碍、社交恐惧等问题,从而影响人际关系和幸福感^[3]。

3.3.2 虚假信息引发焦虑和不安

社交网络平台上有关独居生活的内容生产存在显著的理想化建构特征,此类经过修饰与美化的虚拟影像,无论是对于内容创作者还是受众而言,均面临虚拟社交环境所特有的信息不对称、关系稳定性差等多重不确定性风险,网络社交平台上大量的虚假信息,如虚假的生活展示、不实的新闻报道等。空巢青年在浏览这些信息时,可能会产生焦虑和不安情绪,对自己的生活产生不满和怀疑,从而降低幸福感。

3.3.3 隐私泄露带来安全隐患

在使用网络社交平台时,可能会存在个人信息泄露和隐私安全问题。空巢青年可能会不小心泄露自己的个人隐私信息,如姓名、身份证号、电话号码等。这些隐私信息一旦被泄露,可能会给他们带来安全隐患,如骚扰电话、诈骗等,从而影响他们的幸福感和生活质量。

3.4 网络社交平台对空巢青年幸福感影响的机制分析

3.4.1 社会支持理论

社会支持理论认为个体通过社会网络所获得的各类资源,能为个体在生理、心理以及具体事件上带来帮助和支持。个体拥有的社会支持网络越强大,就能越好地应对困境、适应社会。网络社交平台为空巢青年提供了一个渠道,个体通过这个渠道与他人互动和交流,他们可以获取社会支持,如情感支持、信息支持和实际帮助等,而良好的社会支持可以缓解个体的压力,提升个体的幸福感。然而,如果过度依赖网络社交平台,忽视了现实社会支持的重要性,可能会导致社会支持系统的失衡,反而降低了空巢青年的幸福感^[5]。

3.4.2 自我呈现理论

自我呈现理论认为,个体在社交互动中会通过各种方式展示自己,以获得他人的认可和赞赏。网络社交平台就为空巢青年展示自身提供了一个平台,他们可以通过精心策划和编辑自己发布的内容,塑造自己想要的形象。然而,如果过度追求完美的自我呈现,可能会导致个体产生焦虑和压力,同时也会让他人产生不真实感,影响人际关系和幸福感。

3.4.3 信息加工理论

信息加工理论强调个体对信息的认知和处理过程。网络社交平台上的信息繁杂多样,空巢青年在浏览这些信息时,需要进行筛选、分析和判断。如果他们缺乏批判性思维和信息辨别能力,可能会受到虚假信息的影响,产生负面情绪,从而降低幸福感。

4 结论与建议

参考文献:

- [1] 沈冠辰,王东宝.空巢青年困境的社会工作支持研究[J].科技智囊,2021,(10):30-35. DOI:10.19881/j.cnki.1006-3676.2021.10.03.
- [2] 戴琳琳.“空巢青年”之孤独感与移动社交应用的关系研究[D].安徽大学,2018.
- [3] 邢占军.主观幸福感研究:对幸福的实证探索[J].理论学刊,2002,(05):57-60.
- [4] 崔健,谭雷春.“空巢青年”奋斗精神的缺失与建构[J].中国青年社会科学,2020,39(02):64-70. DOI:10.16034/j.cnki.10-1318/c.20200410.004
- [5] 张玉祥.“空巢青年”社交媒体使用与孤独感的关系[J].三角洲,2024,(09):254-256.
- [6] 郭小弦,芦强,王建.互联网使用与青年群体的幸福感——基于社会网络的中介效应分析[J].中国青年研究,2020,(06):5-12. DOI:10.19633/j.cnki.11-2579/d.2020.0079.
- [7] 孟鋈.空巢青年孤独感、社会支持与心理资本的现状及其关系研究[D].云南师范大学,2018.
- [8] 朱绮璇,方圆,张笛佳.空巢青年的生存现状与优化路径研究[J].新楚文化,2024,(13):90-93. DOI:10.20133/j.cnki.CN42-1932/G1.2024.13.028.
- [9] 刘荣.“空巢青年”生存困境及社会支持状况分析[J].河北青年管理干部学院学报,2019,31(01):24-31. DOI:10.16278/j.cnki.cn13-1260/d.2019.01.004.

作者简介:李慧茹(2000.08—),女,汉族,山东胶州人,硕士研究生,研究方向:女性社会学。

4.1 结论

网络社交平台在拓展社交圈、提供情感支持和自我表达机会等方面为空巢青年带来了积极影响,提升了他们的幸福感;然而,过度依赖、虚假信息、隐私泄露等问题也给空巢青年带来了负面影响,降低了幸福感。网络社交平台对空巢青年幸福感的影响机制主要涉及社会支持理论、自我呈现理论和信息加工理论。

4.2 建议

4.2.1 空巢青年自身

空巢青年应正确认识网络社交平台的作用,合理使用网络社交平台。要保持适度的使用频率,避免过度依赖;要提高信息辨别能力,理性看待网络社交平台上的信息,不盲目跟风和攀比;要注重保护个人隐私信息,避免隐私泄露带来的安全隐患;同时,要积极参与现实社交活动,提升现实社交能力,构建良好的社会支持系统。

4.2.2 网络社交平台

网络社交平台应加强内容审核和管理,减少虚假信息和不良信息的传播;要优化平台功能,提供更多有益的社交和学习资源,满足空巢青年的多样化需求;要加强用户隐私保护,采取有效的技术手段和管理措施,确保用户的个人隐私信息安全。

4.2.3 社会和家庭

社会应关注空巢青年的生活和心理健康,提供更多的社交活动和支持服务,帮助他们拓展社交圈,增强社会融入感;家庭应加强与空巢青年的沟通和联系,给予他们情感上的支持和关心,让他们感受到家庭的温暖。