

社会化媒体健康教育内容对大学生心理健康影响的辩证分析

郑少鑫¹, 陈倩^{2*}

(¹ 广州商学院 管理学院, 广东 广州 511363; ² 广东生态工程职业学院 财务部, 广东 广州 510520)

摘要: 本文以社会化媒体中的健康教育内容为切入点, 围绕其对大学生心理健康的影响展开系统分析。研究基于辩证思维视角, 通过对相关文献的梳理与现实情境的综合分析, 探讨社会化媒体健康教育在大学生心理发展中的双重作用。研究认为, 社会化媒体健康教育在拓宽性知识获取渠道、促进性观念更新以及增强心理调适能力等方面具有积极意义, 但同时也可能因信息不准确、内容过度暴露及虚拟社交特征等因素, 对大学生心理健康产生潜在影响。在此基础上, 本文提出从优化健康教育内容、提升大学生媒介素养以及构建多方协同教育机制等方面加以引导和规范, 以期为社会化媒体环境下大学生心理健康教育实践提供参考。

关键词: 社会化媒体; 健康教育; 大学生; 心理健康; 辩证思维

DOI: <https://doi.org/10.71411/jyyjx.2026.v1i1.1130>

A Dialectical Analysis of the Impact of Social Media-Based Health Education Content on College Students' Mental Health

Zheng Shaoxin¹, Chen Qian^{2*}

(¹ Guangzhou College of Commerce, School of Management, Guangzhou, Guangdong, 511363, China; ² Guangdong Eco-Engineering Polytechnic, Finance Department, Guangzhou, Guangdong, 510520, China)

Abstract: This paper takes health education content on social media as its point of departure and conducts a systematic analysis of its impact on the mental health of college students. From a dialectical perspective, the study draws on a review of relevant literature and a comprehensive analysis of real-world contexts to examine the dual role of social media-based health education in college students' psychological development. The analysis suggests that social media health education plays a positive role in broadening access to sexual health knowledge, promoting the updating of sexual attitudes, and enhancing psychological adjustment. At the same time, factors such as inaccurate information, excessive content exposure, and the characterist-

基金项目: 广州商学院科研启动经费《沉默中的启蒙: 电影中的留白叙事与社会性教育研究》(项目编号: 2026KYQD06)

作者简介: 郑少鑫 (1992-), 男, 广东汕头, 博士, 研究方向: 教育管理研究、社会化媒体对教学实践应用研究

陈倩 (1990-), 女, 广东兴宁, 硕士, 研究方向: 教育管理研究、财务管理研究

通讯作者: 陈倩, 通讯邮箱: 15876577408@163.com

ics of virtual social interaction may also pose potential risks to college students' mental health.

On this basis, the paper proposes measures, including optimising health education content, improving college students' media literacy, and establishing multi-stakeholder collaborative education mechanisms, to provide a reference for mental health education practices in the social media environment.

Keywords: Social media; Health education; College students; Mental health; Dialectical thinking

引言

随着信息技术的发展,社会化媒体已成为现代社会信息传播与互动的重要平台^[1]。社交媒体的普及不仅改变了人们获取信息和交流的方式,也对教育领域产生了深远影响。在高等教育体系中,大学生心理健康教育被视为培养高素质人才的关键环节,其重要性日益凸显^[2]。健康教育作为心理健康教育的重要组成部分,在引导大学生形成较为科学的性观念、提升心理调适能力方面具有重要作用^[3]。然而,传统的健康教育模式往往受限于时间与空间,难以满足当代大学生的需求。在此背景下,社会化媒体以其开放性、互动性和多样性为健康教育提供了新的可能性。然而,目前关于社会化媒体中健康教育内容对大学生心理健康影响的研究仍显不足,尤其是在辩证视角下的系统性探讨较为缺乏^[4]。本研究通过深入分析社会化媒体健康教育的特点及其对大学生心理健康的多重影响,为优化健康教育实践提供理论支持。

尽管社会化媒体为健康教育提供了广阔的平台,但其对大学生心理健康的影响机制尚未得到充分阐释。现有研究表明,社会化媒体上的健康教育内容既可能通过提供多样化的知识资源促进大学生心理健康,也可能因信息不准确或过度暴露引发认知偏差和心理冲突^[5]。这种双重影响使得研究者需要以辩证的思维审视社会化媒体健康教育的作用。一方面,社会化媒体能够突破传统健康教育的局限,为大学生提供更加灵活和丰富的学习资源;另一方面,其内容的质量参差不齐以及传播方式的特殊性也可能对大学生心理产生负面影响。因此,本研究的核心问题在于揭示社会化媒体健康教育对大学生心理健康的具体影响机制,并探讨如何以辩证的视角全面评估这一影响,从而为相关教育实践提供科学依据^[6]。

本研究旨在通过系统性分析社会化媒体健康教育对大学生心理健康的影响,揭示其正负两方面的效应,并为优化健康教育内容和提升大学生心理健康水平提供理论与实践依据。具体而言,本研究将首先探讨社会化媒体健康教育如何通过拓宽知识获取渠道、更新性观念以及增强心理调适能力对大学生心理健康产生积极影响。同时,本研究还将关注社会化媒体中健康教育信息的不准确性、过度暴露以及虚拟社交对现实人际关系的冲击等可能带来的消极影响^[7]。在此基础上,本研究将进一步提出基于辩证思维的应对策略,包括优化健康教育内容、提升大学生媒介素养以及构建多方协同教育机制,以期为促进大学生心理健康发展提供切实可行的建议。通过以上研究目标的实现,本研究期望为社会化媒体环境下的健康教育实践提供新的思路与方法。

1 理论基础及文献综述

1.1 社会化媒体理论

社会化媒体理论(Social Media Theory)最早由安东尼·梅菲尔德(Antony Mayfield)提出,其在2008年对社会化媒体的界定强调参与性、开放性、互动性与连通性等核心特征,为理解数字媒介环境中的信息传播与社会互动提供了理论基础^[8]。传播学者安德烈·开普勒(Andreas Kaplan)和迈克尔·亨莱因对社会化媒体所下的定义在学界使用范围最广^[9]:社会化媒体是一系列建立在web2.0技术和意识形态基础上的网络应用,它允许用户生成内容(UGC)的创造和交流。

其主要研究个体如何在数字平台上进行信息交流、社会互动以及身份建构的理论体系。该理论关注人类在社交媒体环境中行为模式的形成机制,涵盖了信息传播、社交网络、互动关系以及认知影响等多个维度。既有研究认为,社交媒体在信息传播、身份建构与社会互动方面具有重要影响,其对个体价值观、行为模式及心理发展的作用已成为传播学与教育学研究的重要议题^[10]。在健康教育领域,社会化媒体理论为理解使用者如何通过数字媒介获取性健康知识、形成性观念及构建性别认同提供了重要的理论支持。

从传播机制来看,社会化媒体通过用户生成内容(UGC)和算法推荐实现了信息的广泛扩散,这不仅改变了传统媒体的传播模式,也为健康教育内容的传播提供了新的可能性^[11]。然而,社会化媒体的开放性与匿名性也带来了信息质量参差不齐的问题,这些问题在健康教育领域尤为突出。

1.2 健康教育与大学生心理健康研究进展

国内外关于健康教育对大学生心理健康影响的研究已取得一定成果,但研究视角和方法存在显著差异。国外研究较早关注健康教育的心理健康效应,Agtarap 研究发现,科学的健康教育能够显著降低青少年的焦虑水平和心理障碍发生率^[12]。相比之下,国内相关研究起步较晚,但近年来逐渐增多。芦鸣祺等人研究发现,接受系统性健康教育的学生在性别平等意识和心理调适能力方面表现更为优异^[13]。此外,一些研究还探讨了健康教育内容的形式创新,如影视化、情景化等手段的应用,这些形式被认为能更有效地吸引大学生参与并提升教育效果^[14]。尽管如此,现有研究多集中于单一维度的分析,缺乏对社会化媒体环境下健康教育影响的全面考察。

1.3 社会化媒体在健康教育的双向影响

社会化媒体在健康教育中的应用呈现出双向影响,既包括积极的教育实践,也伴随着潜在的风险^[15]。一方面,相关研究指出,社会化媒体在传播形式上的多样性有助于提升健康教育内容的可接受度与传播效率。例如,抖音平台上的一些科普账号通过生动有趣的视频向大学生传递科学的性知识,这些内容往往能够迅速获得广泛关注^[16]。另一方面,已有研究亦指出,社会化媒体环境下的健康教育内容在专业性与规范性方面仍存在不足,对受众认知产生干扰。研究表明,大学生在面对这些信息时,由于缺乏足够的媒介素养,容易受到不良信息的影响,进而导致认知偏差和心理冲突^[11]。因此,在利用社会化媒体开展健康教育时,必须辩证地看待其双重作用,并采取有效措施规避潜在风险。

综上所述,尽管已有研究在健康教育和心理健康领域取得了一定进展,但在社会化媒体健康教育对大学生心理健康影响的辩证研究方面仍存在明显空白。首先,现有文献多侧重于描述性分析,缺乏对影响机制的深入探讨,尤其是对正负两方面影响的平衡研究较为匮乏^[17]。其次,针对社会化媒体特性(如算法推荐、虚拟社交等)对健康教育效果的具体作用机制,目前尚缺乏系统的实证研究^[18]。关于如何通过多方协同机制优化社会化媒体健康教育内容,以更好地服务于大学生心理健康的研究也极为有限^[19]。本研究旨在通过辩证思维全面分析社会化媒体健康教育对大学生心理健康的影响,为相关领域的理论发展和实践改进提供新视角。

2 社会化媒体健康教育现状

2.1 社会化媒体健康教育内容分析

在前文文献梳理的基础上,本文进一步从现实应用层面对社会化媒体中健康教育内容的呈现形态与使用情况进行归纳分析。从实际应用情况来看,微信、微博、抖音等平台由于用户覆盖面广、传播效率高,逐渐成为健康教育内容传播的重要场域。在微信公众号中,健康教育内容多以图文并茂的科普文章为主,主题涵盖生理健康、性别平等、恋爱心理等方面,具有较强的系统性和知识性^[20]。微博则更倾向于通过热点话题或短视频形式传递健康教育信息,内容短小精悍且易

于引发讨论, 适合快速传播但深度不足^[16]。而抖音等短视频平台则以情景剧、动画等形式展现健康教育内容, 注重趣味性和视觉吸引力, 能够吸引年轻用户的关注^[21]。这些平台的传播效果显著, 在算法推荐机制的作用下, 相关内容更容易触达目标受众, 从而在一定程度上提升信息的可见度与互动水平。然而, 由于缺乏统一的内容审核标准, 部分健康教育信息可能存在不准确或不科学的情况, 这对大学生的认知形成带来潜在风险^[11]。

2.2 大学生对社会化媒体健康教育的接触与使用情况

研究发现, 大学生是社会化媒体健康教育内容的主要受众群体, 其接触频率较高且渠道多样。海南某高校女生调查显示, 网络(含社交 App、短视频平台)已成为 37.39% 学生的首要性知识来源, 仅次于报刊杂志, 明显高于父母、老师等正规渠道^[22]。相关调查资料显示, 大学生群体日常使用社交媒体的频率较高, 其中部分内容涉及健康教育相关议题^[18]。微信朋友圈、微博热搜、抖音推荐页等是大学生接触健康教育信息的主要渠道, 这表明社会化媒体已成为大学生获取性知识的重要途径。与此同时, 大学生对社会化媒体健康教育内容的态度呈现出两极分化的趋势: 一部分学生认为其形式新颖、易于理解, 有助于填补传统健康教育的空白; 另一部分学生则对其内容的准确性和权威性持怀疑态度, 担心受到误导^[23]。影响大学生接触与使用社会化媒体健康教育的因素主要包括个人兴趣、性别差异、社会环境等^[24]。女生相较于男生更关注性与生殖健康相关的内容, 而男生则更倾向于浏览与性吸引力和人际关系相关的话题^[25]。此外, 家庭和学校对健康教育开放程度的差异也会影响大学生对社会化媒体健康教育的接受度。

2.3 社会化媒体健康教育存在的问题

尽管社会化媒体为健康教育提供了新的传播路径, 但其内容准确性、规范性及监管方面的问题不容忽视。由于社会化媒体平台缺乏统一的内容审核机制, 部分健康教育信息可能存在科学错误或价值观偏差, 容易误导大学生形成错误的认知^[6]。部分自媒体账号为了吸引流量, 刻意夸大或歪曲健康教育内容, 甚至传播含有色情暗示的信息, 这对大学生的心理健康造成负面影响^[26]。健康教育内容的规范性不足也是一个突出问题。目前, 大多数社会化媒体上的健康教育内容并未遵循教育学或心理学的相关理论框架, 缺乏系统性和逻辑性, 难以满足大学生对科学知识的需求^[27]。监管力度的不足使得低质量甚至有害的健康教育内容得以广泛传播。尽管部分平台已尝试通过人工审核和技术手段加强内容管理, 但效果有限, 尤其是在面对海量信息时, 监管难度显著增加^[16]。上述问题为进一步分析社会化媒体健康教育对大学生心理健康的潜在影响提供了现实背景, 也提示了相关规范与引导措施的重要性。

3 社会化媒体健康教育对大学生心理健康的积极影响

3.1 拓宽性知识获取渠道

社会化媒体的普及为大学生提供了突破传统健康教育限制的全新途径, 使其能够接触到更为丰富和多元的性知识。在传统教育模式下, 健康教育内容往往受到文化禁忌、课堂时间限制以及教育资源分配不均等因素的制约, 导致学生难以获得全面且科学的性知识^[2]。然而, 社会化媒体平台如微信、微博、抖音等, 通过短视频、图文推送、在线问答等形式, 将健康教育内容以更加生动直观的方式呈现给用户, 极大地提升了信息的可及性与传播效率。这些平台不仅涵盖了生理卫生、生殖健康等基础知识, 还涉及性别认同、性取向多样性等更为深层次的话题, 从而满足了不同背景学生的需求^[17]。此外, 社会化媒体的互动性特征使得大学生能够通过评论、私信等方式与内容创作者或其他用户进行交流, 进一步深化对性知识的理解。这种开放的信息获取方式在一定程度上弥补了传统健康教育在内容获取和传播形式上的局限, 有助于拓展大学生的性知识来源。

3.2 促进性观念更新

社会化媒体健康教育在帮助大学生树立科学、进步的性观念方面发挥了重要作用，同时显著增强了其性别平等意识。传统社会中，性话题常被视为敏感议题，主流媒体对话语权的掌控使得个体难以自由表达观点，这种“意见气候”现象限制了大学生对性问题的深入探讨^[10]。然而，随着自媒体的兴起，大学生逐渐成为信息传播的重要参与者，能够通过社交媒体平台表达个人观点，并参与性议题相关的讨论，并与其他持相似观点的人形成共鸣。这种双向互动模式不仅改变了传统的单向信息传递格局，还促使大学生重新审视自身的性观念，逐步接纳更为科学和包容的价值观。例如，通过关注心理健康专题或参与相关话题讨论，大学生能够接触到关于性别平等、性少数群体权益保障等内容，从而培养起更加开放的思维方式^[28]。此外，社会化媒体上的健康教育内容通常注重结合实际案例和数据分析，这有助于消除误解与偏见，引导大学生以理性态度对待性问题，进而推动其性观念的现代化转型。

3.3 增强心理调适能力

社会化媒体健康教育不仅为大学生提供了丰富的知识资源，还在引导其正确面对性相关心理问题方面发挥了积极作用，有效提升了心理调适能力并预防了潜在的心理障碍。研究表明，大学生在面对学业压力、人际关系困扰以及性困惑时，若缺乏适当的情绪调节策略，极易出现焦虑、抑郁等负面情绪^[29]。而社会化媒体平台通过发布心理健康文章、短视频以及开设在线咨询服务，为大学生提供了便捷的心理支持渠道。例如，一些新媒体平台定期推送有关如何应对性困惑、处理亲密关系冲突等内容，帮助用户掌握科学的情绪管理技巧。此外，通过参与线上社区讨论或观看心理访谈节目，大学生能够从他人的经验中汲取灵感，学会用积极视角看待性问题，从而缓解心理压力（赵佳，2020）^[26]。值得注意的是，社会化媒体的即时性和互动性特点使得大学生能够在遇到心理困扰时迅速获得反馈与支持，这种持续性的互动支持在一定程度上有助于提升大学生的心理韧性。因此，合理利用社会化媒体健康教育资源，不仅可以改善大学生的心理健康状况，还能为其未来的社会适应奠定坚实基础。

4 社会化媒体健康教育对大学生心理健康的消极影响

4.1 信息误导引发认知偏差

社会化媒体平台上健康教育信息的广泛传播为大学生获取相关知识提供了便利，但同时也存在信息不准确、不科学的问题。这些误导性信息可能来源于未经专业审核的内容创作者或缺乏权威依据的信息源，其传播速度和范围因新媒体的开放性而显著增强^[5]。大学生在接触此类信息时，由于缺乏足够的辨别能力，容易将其视为可信的知识来源，从而导致性认知偏差。例如，部分社交媒体平台上的健康教育内容可能过分强调某种行为模式或价值观念，忽视了个体差异和全面健康教育的必要性，进而使大学生形成片面甚至错误的性认知^[18]。这种认知偏差不仅影响其对自身性健康的管理能力，还可能引发心理上的困惑与焦虑，进一步削弱心理健康水平。此外，新媒体环境中信息过载的现象也加剧了这一问题，大学生在面对海量信息时往往难以筛选出准确的内容，从而增加了误导性信息对其心理健康的潜在威胁。

4.2 过度暴露引发心理冲突

社会化媒体中健康教育内容的过度暴露可能对大学生的心理健康造成显著冲击。一方面，部分平台为了吸引流量，倾向于发布具有强烈视觉冲击力的内容，这些内容可能包含过于直接或不适宜的性信息，超出了大学生的心理承受能力^[6]。另一方面，大学生正处于性观念逐步成熟的关键阶段，对外界刺激较为敏感，过度暴露的健康教育内容可能引发大学生在性认知与价值判断层

面的心理冲突。研究表明,长期接触此类内容可能导致焦虑、抑郁等负面情绪的增加,尤其是在缺乏正确引导的情况下,大学生可能难以应对由此产生的心理压力^[23]。此外,过度暴露的健康教育内容还可能对大学生的自我认同感产生负面影响,使其在性观念与行为选择上出现困惑,甚至导致自我价值感的下降。因此,如何在社会化媒体环境中合理控制健康教育内容的暴露程度,成为亟需解决的问题。

4.3 虚拟社交影响现实人际关系

社会化媒体健康教育的普及伴随着虚拟社交的快速发展,这对大学生的现实人际关系带来了潜在挑战。虚拟社交平台的广泛应用使得大学生更倾向于通过线上互动建立和维持人际关系,而忽视了现实生活中的人际交往机会^[18]。这种趋势可能导致大学生在现实社交中出现沟通障碍,难以适应面对面交流的情境,甚至出现社交回避等行为问题。虚拟社交中的健康教育内容往往以简化或夸张的形式呈现,可能导致大学生在现实生活中对人际关系产生不切实际的期望,进而加剧了现实与虚拟之间的割裂感^[16]。此外,虚拟社交中的匿名性和隐蔽性也可能使大学生在网络环境中表现出与现实生活截然不同的行为模式,这种双重人格现象可能进一步加重其心理负担,导致社交障碍等心理问题的发生。因此,在推动社会化媒体健康教育发展的同时,需关注其对大学生现实人际关系的潜在影响,并采取有效措施加以应对。

5 基于辩证思维的影响应对策略

5.1 优化社会化媒体健康教育内容

社会化媒体作为信息传播的重要平台,其健康教育内容的优化是提升大学生心理健康水平的关键环节。应加强内容审核机制,确保健康教育信息的准确性与科学性建立严格的内容审查制度,引入心理学、教育学等领域的专家参与审核,以提高信息质量。丰富健康教育的形式与表达方式是增强吸引力的有效途径。结合新媒体的互动特性,设计参与式学习活动,如在线问答、话题讨论等,能够激发大学生的学习兴趣,促进知识内化。注重内容的针对性与分层设计,根据不同年级、性别及个体需求的差异提供个性化的健康教育内容,从而更好地满足大学生的多样化需求。

5.2 提升大学生媒介素养

在面对社会化媒体中健康教育信息的复杂性时,提升大学生的媒介素养显得尤为重要。媒介素养教育旨在帮助大学生培养对信息的批判性思维能力,使其能够辨别信息的真伪与价值,并形成正确的判断。具体而言,高校可通过开设专题讲座、课程模块等形式,向学生普及媒介素养相关知识,包括信息来源的甄别方法、内容真实性的评估技巧以及虚假信息的识别策略等。同时,结合案例分析,让学生深入了解社交媒体算法推荐机制及其潜在影响,从而增强其对信息传播的敏感度与反思能力。此外,还应引导大学生树立正确的价值观,避免过度依赖虚拟社交平台,减少因信息过载或不当接触而导致的心理压力。通过系统化的媒介素养教育,大学生不仅能够提高自我保护意识,还能在复杂的网络环境中保持理性和自律,从而实现心理健康与全面发展。

5.3 构建多方协同教育机制

大学生心理健康教育的协同机制是应对社会化媒体健康教育影响的重要保障。家庭、学校和社会作为三大核心主体,应在各自职能范围内发挥积极作用,并形成教育合力,共同促进大学生心理健康发展。在家庭层面,父母应主动关注子女的健康教育需求,通过平等沟通传递科学的性观念,营造开放且支持的家庭氛围,为子女提供情感上的安全感与支持。在学校层面,高校需进一步完善心理健康教育体系,将健康教育纳入正式课程体系,并通过心理咨询中心、辅导员团队等多渠道提供专业支持。此外,学校还可利用新媒体平台搭建虚拟心理健康教育社区,为学生提

供便捷的交流与求助渠道。在社会层面,政府及相关机构应加强监管力度,规范社会化媒体中健康教育内容的传播,同时鼓励社会组织开发高质量的教育资源,为大学生提供权威可靠的信息来源。通过整合多方资源,通过构建家庭、学校与社会多主体协同参与的教育机制,有助于在一定程度上缓解社会化媒体健康教育可能带来的负面影响。

6 结论

本研究以社会化媒体健康教育内容为切入点,系统探讨了其对大学生心理健康的影响。研究表明,社会化媒体健康教育在拓宽性知识获取渠道、促进性观念更新以及增强心理调适能力等方面发挥了积极作用,为大学生提供了丰富且多元的健康教育资源,帮助其树立科学进步的性观念,并有效预防心理障碍的发生。然而,不可忽视的是,社会化媒体健康教育也存在信息误导、过度暴露及虚拟社交对现实人际关系的负面影响等问题,这些问题可能引发认知偏差、心理冲突以及社交障碍等心理健康问题。因此,辩证看待社会化媒体健康教育对大学生心理健康的影响至关重要。通过综合分析其正负两方面效应,可为优化健康教育内容和提升大学生心理健康水平提供相应的理论与实践参考。

尽管本研究在社会化媒体健康教育对大学生心理健康影响方面取得了一定成果,但仍存在局限性。首先,研究主要基于文献分析与调查数据,缺乏长期跟踪与实验研究,难以深入揭示影响机制。其次,在应对策略的探讨中,提出的建议尚需进一步验证其可行性与有效性。未来研究可从以下方向展开:一是进一步深入研究社会化媒体健康教育对大学生心理健康的具体影响机制,特别是信息传播与心理认知之间的关联;二是探索更加有效的应对策略,例如开发针对性的媒介素养教育课程或构建多方协同教育模式;三是关注不同群体大学生的差异化需求,制定更具针对性的健康教育方案。通过以上努力,有望为促进大学生心理健康发展提供更为科学的指导。

参考文献:

- [1] Zheng S, Han M. Exploring the Significance of Adolescent Sex Education Based on social media[J]. Journal of Educational Theory and Practice, 2025, 2(1).
- [2] 李乾. 社交媒体环境下大学生心理健康教育研究[J]. 新闻研究导刊, 2021, 12(24): 26-28.
- [3] 郑少鑫, 韩明. 青少年性教育管理——“教”与“防”的思考[J]. 教育进展, 2024, 14(12): 171-178.
- [4] 王征, 陈晓萍. 新媒体对大学生心理健康教育的影响探究[J]. 中学政治教学参考, 2020, (08): 85.
- [5] 丘文婷. 新媒体时代高校心理健康教育的现实困境与优化路径[J]. 普洱学院学报, 2024, 40(02): 121-123.
- [6] 谭华玉. 新媒体背景下“大学生心理健康教育”课程改革研究——积极心理学与课程思政的有机融合[J]. 广东职业技术教育与研究, 2023, (12): 128-133.
- [7] 陈小俊, 郭思如. 大学生心理健康教育的协同机制与实践路径[J]. 西部素质教育, 2024, 10(07): 5-9.
- [8] Mayfield A. What is social media[EB/OL]. (2008-08-01)[2026-01-23]. https://crmexchange.com/uploadedFiles/White_Papers/PDF/What_is_Social_Media_iCrossing_ebook.pdf
- [9] Kaplan A M, Haenlein M. Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media[J]. Business horizons, 2010, 53(1): 59-68.
- [10] 汪金哲. 自媒体背景下大学生心理健康教育模式探讨[J]. 产业与科技论坛, 2024, 23(10): 232-234.
- [11] 郑少鑫, 李明. 双循环学习理论驱动下的青少年性教育平台建设与应用路径探索[J]. 教育与教法, 2025, 1(8): 13-24.
- [12] Agtarap T L. Exploring the connection between tightness-looseness, sexual health, and well-being: A mixed-methods approach[D]. London: Brunel University London, 2023.
- [13] 芦鸣祺, 郭凌风, 刘文利. 全面性教育课程改善大学生敌意和善意性别偏见的效果评估[J]. 中国学校卫生,

2024, 45(03): 362-366.

[14] 骁潇李. 动画作品对大学生性教育的影响研究[J]. 现代教育进展, 2025, 2(16): 33-35.

[15] Alekhya G, Chinnadurai A, Dora S, et al. "Sexuality education is a double edge-sword...": a qualitative study on perceptions of school teachers on sexual and reproductive health of adolescent girls in Eastern India[J]. Reproductive Health, 2025, 22(1): 145.

[16] 王鑫. 新媒体平台促进高校学生心理健康教育的途径探析[J]. 新闻研究导刊, 2023, 14(15): 185-187.

[17] 王琪. 新媒体环境下高校大学生心理健康教育创新研究[J]. 河南教育学院学报(哲学社会科学版), 2020, 39(04): 65-68.

[18] 丁力. 融媒体背景下大学生心理健康影响及教育路径研究[J]. 新闻研究导刊, 2024, 15(02): 95-97.

[19] 李慕华, 魏欢. 大学生心理健康教育家校医社协同机制研究[J]. 社会与公益, 2025, (14): 258-260.

[20] 吴双双. 自媒体时代大学生积极心理健康教育方式探析[J]. 成功, 2024(9): 68-70.

[21] Lu X, Lu Z. Fifteen seconds of fame: A qualitative study of Douyin, a short video sharing mobile application in China[C]//International Conference on human-computer interaction. Cham: Springer International Publishing, 2019: 233-244.

[22] 黎志灵, 陈晓玲. 海南某校女大学生性健康知识、态度及行为调查[J]. 中国热带医学, 2007, (01): 172-173.

[23] 石昊玥. 新媒体背景下大学生社交心理分析及心理健康教育策略[J]. 华章, 2023, (09): 95-97.

[24] 中国社会科学网. 积极应对青少年问题性社交媒体使用[EB/OL]. (2024-05-22)[2026-01-23]. https://www.cssn.cn/skgz/bwyc/202405/t20240522_5753929.shtml

[25] M Barbovschi, M Diaconescu. Teenagers' Actions and Interactions Online in Central and Eastern Europe: Potentials and Empowerment, Risk and Victimization[M]. Cluj-Napoca: Cluj University Press, 2008:73.

[26] 赵佳. 关于自媒体环境下大学生心理健康教育工作的思考[J]. 西部素质教育, 2020, 6(20): 89-90.

[27] Li X, Kang J, Liang J. Quality assessment and audience engagement with a sexuality education video: Evidence from China[J]. Health Education Journal, 2024, 83(8): 892-904.

[28] 田溪, 李想. 移动社交媒体对大学生心理教育的冲击与对策[J]. 黑龙江工业学院学报(综合版), 2021, 21(10): 20-23.

[29] 周梦. 现代传媒对大学生心理健康教育的影响研究——评《大学生心理健康教育》[J]. 科技管理研究, 2022, 42(09): 246.