

全文检测报告

基本信息

报告编号: 20231115130860426425B2C620

检测文献: 《社交媒体对大学生心理健康影响与对策》

过滤操作: 已过滤自引"殷浩杨"的相似影响

作者: 殷浩杨

已过滤参考文献

检测范围: 大雅全文库

检测时间: 2023-11-15 17:17:34

检测结论



总文献相似度

18.77%



文献相似度 (去除自引、参考)

18.77%



去除可能自引文献相似度

18.77%



去除参考文献相似度

18.77%



文献原创度

81.23%



正文字符数

3261

单篇最大相似度: 16.22%

最相似文献名称: 社交网络使用影响青少年心理健康

相似文献类型分布

相似图书: 6.01% (196字符数)

相似报纸: 17.3% (564字符数)

相似期刊: 5.64% (184字符数)

相似网络文档: 3.77% (123字符数)

相似片段分布



相似文献详情

相似图书

相似度: 6.01% (196字)

序号	题名	作者	出处	相似度	是否引用
1	中国网络视频案例库 视听新传播 赋能与进阶 中国网络视频年度案例研究	王晓红;周结	北京: 中国传媒大学出版社, 2021.03	2.97%	否
2	融合新闻传播新论	王晓宁	南京: 南京师范大学出版社, 2020.12	2.61%	否
3	媒体融合与移动传播 产品平台及用户	张聪	北京: 知识产权出版社, 2020.12	2.48%	否
4	移动互联网时代新闻传播发展趋势研究	梁智勇	上海: 复旦大学出版社, 2020.08	2.48%	否
5	中国数字出版产业年度报告 2019-2020	张立	北京: 中国书籍出版社, 2021.01	2.48%	否
6	大数据 人工智能背景下的教育教学改革探索	重庆工商大学高等教育研究所	成都: 西南财经大学出版社, 2018.11	2.12%	否
7	基于时间特性的微博检索和微博过滤研究	韩中元	哈尔滨: 哈尔滨工业大学出版社, 2020.05	2.12%	否
8	管理信息系统	胡笑梅;张子振	北京: 机械工业出版社, 2021.03	2.02%	否
9	新媒体广告创意设计	向颖晰	长春: 吉林出版集团股份有限公司, 2022.06	1.78%	否
10	厚德强技 真知笃行 高职新生入学必读	丁志平	北京: 高等教育出版社, 2015.09	1.59%	否
11	网络精神文明建设研究	赵借群	湘潭: 湘潭大学出版社, 2021.05	1.44%	否

序号	题名	作者	出处	相似度	是否引用
12	新媒体语境下争议性科技的风险沟通研究	岳改玲	北京：科学出版社，2021.07	1.07%	否
13	知识管理视角下差错学习模型和机制构建研究	张家年	北京：科学出版社，2021.12	1.01%	否

相似期刊 相似度：5.64% (184字)

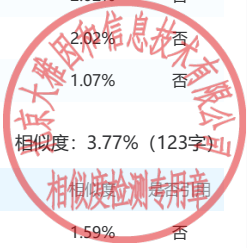
序号	题名	作者	出处	相似度	是否引用
1	浅析社交网络对高中生课余生活的影响	张子琰	现代交际，2018，第11期	3.65%	否
2	网络意见领袖对大学生群体的影响——基于微信虚拟社群的社会网络分析	苏晔;胡晓雨	南京邮电大学学报(社会科学版)，2023，第2期	2.97%	否
3	破解“信息茧房”：高职院校的智慧学习与学习智慧	朱广兵	南方职业教育学刊，2021，第5期	2.48%	否
4	浅析新媒体背景下医学类科普期刊时效性提升路径——以健康报社《大众健康》杂志为例	梁兆琳	新闻研究导刊，2020，第18期	2.48%	否
5	云南通海、巧家MS 5.0地震在网络舆情引导中的思考与建议	邓月飞;孔德育	地震地磁观测与研究，2020，第3期	2.48%	否
6	社交网络对大学生网络行为影响的研究分析——以福建工程学院为例	邱铁辉	佳木斯教育学院学报，2014，第5期	2.12%	否
7	公共性与反公共性：网络空间公共参与的悖论与破解	阎国华;何珍	理论与改革，2022，第6期	2.12%	否
8	高校辅导员微信朋友圈思想政治教育内容及功能研究	王鹏云;严帅	学校党建与思想教育，2020，第19期	2.12%	否
9	短视频社交媒体依赖与大学生睡眠障碍的关系：夜间社交媒体使用的中介作用及性别差异	胡伟;蒋一鹤;王琼;王楠	中国临床心理学杂志，2021，第1期	1.96%	否
10	高校学生网络社交的风险与引导策略研究	杨雨琼	新闻研究导刊，2021，第11期	1.78%	否
11	利用新媒体培育高职学生职业素养的路径研究——以微信为例	周曦	闽西职业技术学院学报，2020，第4期	1.69%	否
12	网络语言管理策略研究	关英明;刘晶晶	沈阳师范大学学报(社会科学版)，2010，第5期	1.69%	否
13	地震系统政务新媒体发展特征分析	赵倩钊	新闻研究导刊，2020，第17期	1.59%	否
14	从“冰桶挑战”看社交网络科学传播新方式	王春晓	传媒，2014，第23期	1.59%	否
15	职业新闻媒体在移动互联网时代如何做好“关键少数”	贾艳玲	传媒论坛，2020，第2期	1.59%	否
16	21世纪以来我国体育传播研究的发展进路与未来展望（2000—2020）	吴丹;万晓红;彭羽丰	体育科学，2022，第1期	1.59%	否
17	21世纪以来我国网络用语的发展变迁与风险防范——基于对历年十大网络流行语的考察	暴晓康;王德芳	连云港师范高等专科学校学报，2023，第1期	1.59%	否
18	作为内容生产和把关人的网络与新媒体从业人员舆论生态实证研究	陆高峰	东南传播，2020，第8期	1.59%	否
19	自媒体时代创新高校思想政治工作路径探析	李艳霞	新课程研究，2017，第8期	1.26%	否
20	新时代大学生中华优秀传统文化经典阅读动机实证研究*——以上海大学生为例	张卫;闫玲玲;邓香莲	图书馆杂志，2021，第10期	1.17%	否
21	国际传播新常态下中国企业海外传播的挑战与进路	靳旭鹏	国际传播，2022，第3期	1.13%	否
22	知否		方圆，2018，第20期	0.92%	否

相似报纸 相似度：17.3% (564字)

序号	题名	作者	出处	相似度	是否引用
1	社交网络使用影响青少年心理健康	丘文福	中国社会科学报，2020.09.17	16.22%	否
2	网红经济	融媒体记者;叶燕君	滕州日报，2020.08.01	2.48%	否
3	无证“教师”竟能线上授课		湖州晚报，2020.05.08	2.48%	否
4	社交应用派上了大用场（网上中国）	本报记者;刘晓	人民日报海外版，2020.05.13	2.02%	否
5	满足多元需求		承德晚报，2020.05.20	2.02%	否
6	戴口罩 勤洗手 不聚集		宝安日报，2020.03.26	1.07%	否

相似网络文档 相似度：3.77% (123字)

序号	题名	作者	相似度	是否引用
1	无标题		1.59%	否



序号	题名	作者	相似度	是否引用
2	社交媒体的应用与客户满意度的关系研究——以中国B2B外资设备制造企业为例	鲍欣	1.53%	否
3	新媒体环境下大学生价值观念教育引导研究	袁旭	1.29%	否
4	ZCSF企业新媒体运营策略优化研究	陈珂	0.95%	否

全文对比

SICHUAN UNIVERSITY

题目《社交媒体对大学生心理健康影响与对策》

学院软件学院

学生姓名殷浩杨

专业软件工程

学号2022141461109

学生姓名杨力萍

2023年11月12日

社交媒体对大学生心理健康影响与对策

殷浩杨

四川大学软件学院

摘要：社交媒体的使用对大学生的心理健康产生着重要的影响。社交媒体在大学生中的广泛使用与心理健康问题的上升趋势已经引起了广泛的关注。本文旨在深入研究社交媒体对大学生心理健康的不良影响，并提出应对措施。

关键词：社交媒体、大学生、心理健康、影响、对策

引言：

社交媒体是一种新型的信息传播方式，它已经成为了大学生们日常生活中不可或缺的一部分。然而，随着社交媒体的普及，越来越多的大学生开始出现心理健康问题，如焦虑、抑郁、自尊心问题等。这些问题已经引起了广泛的关注。本文旨在深入研究社交媒体对大学生心理健康的不良影响，并提出应对措施。通过对社交媒体的使用现状、引发的问题以及影响原因进行分析，本文旨在为大学生提供一些有效的心理健康保护措施，同时也为高校提供一些有益的参考。

一、社交媒体的广泛使用

社交网络即社交网络服务（social network service），是人们进行网络社交的重要平台。中国互联网络信息中心（CNNIC）发布的第45次《中国互联网络发展状况统计报告》显示，截至2020年3月，我国即时通信用户规模达8.96亿，占网民整体的99.2%；QQ空间的使用率为47.6%，微信朋友圈的使用率为85.1%，微博的使用率为42.5%。

随着移动互联网和社交网络的深度发展，社交网络呈现出新的特点和形态。一是社交与视频融合。如今，各类音频、短视频、直播等新的社交形式和社交产品层出不穷。基于短视频的“多闪”、基于声音的“吱呀”“音遇”、哔哩哔哩的直播功能等，都大大增强了用户的现实体验感、沉浸感和使用黏性。二是社交与技术融合。5G技术的快速发展和应用，不仅使信息传输速度比4G快10倍至100倍，提高了用户之间的交互效率和互动质量，还大大促进了大数据、算法推荐等技术的全面运用，使“用户画像”更加立体、全面、真实，信息传播更为精准，实现了“一人一格，千人千面”的个性化信息推送效果。三是社交与移动融合。移动社交已成为用户社交的新常态。随着移动互联网、物联网的发展，人、机、物将加快实现互联互通，并促使社交与移动深度融合。

二、社交媒体对大学生心理健康的影响

社交媒体对大学生心理健康的影响表现多样。社交媒体一方面提供了学术、职业信息，促进了信息传播和知识共享；另一方面，过度使用社交媒体可能导致沉迷、焦虑、自尊心问题等心理健康问题。社交媒体上的社交比较、网络欺凌等现象也可能对大学生的心理产生负面影响。

（一）使用现状

社交媒体已经成为了大学生们日常生活中不可或缺的一部分。据统计，目前我国大学生中使用社交媒体的比例已经超过了90%。这种高普及率使得社交媒体对大学生的心理健康产生了重要的影响。

（二）引发问题

发了一系列潜在的心理健康问题。首先，社交媒体的使用往往伴随着过度沉迷的现象，大学生可能会花费过多时间在浏览社交媒体上，忽视了学业和现实生活中的重要事务。这种沉迷可能导致学业压力的增加，从而引发焦虑和抑郁。

其次，社交媒体上的社交比较现象也对大学生的心理产生了负面影响。在社交媒体上，人们往往展示自己生活的美好和成功，而忽略了困扰和挫折。这种过度理想化的展示容易使大学生感到自己的生活和成就与他人相比不足，从而影响到自尊心和自信心。

此外，社交媒体上的网络欺凌问题也不容忽视。在虚拟空间中，大学生可能面临来自同学或陌生人的言语暴力和攻击，这对心理健康造成了潜在的威胁。长时间的网路欺凌可能导致受害者产生自卑感、孤独感，甚至诱发抑郁和社交回避行为。

因此，社交媒体的普及不仅给大学生带来了信息和社交的便利，同时也埋下了一些潜在的心理健康隐患。深入了解这些问题的根源是理解和解决的第一步。

三、社交媒体影响大学生心理健康的原因分析

社交媒体对大学生心理健康的不良影响主要表现在以下几个方面：

（一）信息过载

社交媒体上的信息泛滥，使得大学生们难以过滤和辨别信息的真实性，可能导致对信息的误解和焦虑。

面对庞大的信息流，大学生需要不断筛选、整理和处理信息，这可能导致认知负担的增加。过多的信息输入可能使大学生感到沉迷于信息检索，无法专注于学业和日常任务。

社交媒体平台的算法推送也是一个潜在的问题。这些算法倾向于向用户展示与其兴趣相关的内容，从而形成信息的“过滤气泡”，使用户更容易沉浸在同质化的信息中。这可能导致大学生对多样性和现实的认知偏差，影响其对自身和他人的客观评价。

（二）社交比较

在现实生活中，很多大学生无法对自身的情感进行表达，我们渴望与社会的联系，因而社交媒体成为了大学生单调日常的避风港。

然而，在网上不停浏览图片和评论并不能像面对面交流那样，给我们带来满足感；同时，我们总是喜欢将他人的生活理想化，并将自己的失败与他人的最大成就相比较，从而导致孤独感和不满感。这些社交媒体上的虚拟标准导致大学生们过度比较他人的生活，容易产生自我否定的情绪。

这些影像图片和文字的刺激，也会导致大学生出现焦虑的情绪。在追求点赞和关注的过程中，大学生可能不自觉地放大了他们生活中的美好瞬间，

忽略了生活的真实和平凡。这样的社交文化可能加剧了大学生对于自身成就的不切实际期望，进而影响心理健康。这种焦虑的情绪让压力进一步增加，出现恶性循环，产生网络焦虑症。

（三）网络欺凌

社交媒体上的网络欺凌问题，使得一些大学生在社交媒体平台上遭受到恶意攻击，产生心理创伤。虚拟空间中的攻击和批评可能导致大学生的自尊心和自信心受到打击。不断面对负面评价和攻击可能使他们产生对自己价值的怀疑，甚至陷入自卑的情绪。

严重的网络欺凌可能导致大学生陷入抑郁情绪，甚至增加自杀的风险。受害者可能感到无助、孤立，无法摆脱虚拟空间中的负面压力。

三、学校、社会和个人应对策略

（一）学校及社会层面

建设心理服务

学校可以设立心理咨询中心，提供多样化的心理健康服务，如心理咨询、心理测试、心理辅导等。这些服务可以帮助大学生更好地了解自己的心理状态，及时发现和解决心理问题。

促进实际社交

学校可以积极组织各类社交活动，包括学术讨论、文艺演出、体育比赛等。通过参与这些活动，大学生能够结识更多的同学，拓展社交圈子，并在实际社交中获得更多正面的情感体验。这样的活动不仅能够提供一个放松和娱乐的平台，还能够促使大学生更加主动地融入校园生活。

其次，学校可以推动社交技能的培训，包括沟通、团队协作等方面。通过提供相关课程或工作坊，帮助大学生提高实际社交的能力，使他们更加自信地面对真实社交场合。这不仅对心理健康有益，还有助于未来职业和人际发展。

防止网络欺凌

建立积极的网络文化和价值观是防范网络欺凌的基础。高校和社交媒体平台可以联合开展宣传活动，倡导尊重、理解和包容的网络行为。通过教育引导，大学生将更加注重言辞的友善和尊重，形成共建和谐网络环境的共识。

其次，社交媒体平台应当加强监管和管理。设立专门的投诉和举报渠道，对于网络欺凌行为，及时采取有效措施进行处理。

（二）个人层面

健康使用社交媒体

大学生应该定期断网休息，理性对待社交媒体信息，避免过度使用社交媒体。强调实际社交的重要性，鼓励大学生参与面对面的社交活动，并设立断网时间，让大学生有机会远离信息噪音，真实地与他人交往。

同时，大学生应该学会如何正确使用社交媒体，避免社交媒体对自己的心理健康产生不良影响。

提高心理抗压能力

大学生应该参与心理健康培训，学习有效的调适方法，提高自己的心理抗压能力。同时，大学生应该树立良好的心态，保持积极向上的心态，增强自我认知和自尊，从而更好地应对社交媒体对心理健康的不良影响。

结语：

本文深入研究了社交媒体对大学生心理健康的不良影响，并提出了一些应对措施。学校和个人都应该采取积极的措施，缓解社交媒体对大学生心理健康的不良影响。通过共同努力，我们可以让社交媒体更好地服务于大学生的心理健康，让大学生更好地享受社交媒体带来的便利和乐趣。

参考文献：

[1] 李丹阳,《加这道斜杠,是我对人生的郑重选择》,N,光明日报,2020.06.28

[2] 柳青黄,《人才结构性失衡与破局》,J,中国新时代,2022年01期

说明

- 1.去除可能自引文献相似度=辅助排除本人已发表文献后，送检文献中相似字符数/送检文献总字符数
- 2.去除参考文献相似度=排除参考文献后，送检文献中相似字符数/送检文献总字符数
- 3.总文献相似度=送检文献中相似字符数/送检文献总字符数
- 4.单篇最大相似度:送检文献与某-文献的相似度高于全部其他文献
- 5.检测字符数:送检文献检测部分的总字符数，不包括关键词、目录、图片、表格、附录、参考文献等
- 6.是否引用:该相似文献是否被送检文献标注为其参考文献引用
- 7.红色文字表示相似；绿色文字表示自引；黄色表示引用他人；灰色文字代表不参与检测

