

青少年价值认同与心理健康的关系研究

王怡凡

河南警察学院, 河南 郑州 454000

摘要 : 青少年时期是个体价值观形成和发展的关键阶段, 而价值认同与心理健康之间存在着密切的联系。在智能化时代背景下, 本研究旨在揭示青少年价值认同与心理健康之间的内在联系, 并探讨智能化技术如何对青少年的心理健康产生正面影响。通过量化研究和质性研究相结合的方法, 我们将深入分析青少年的价值观、自我认同以及心理健康状况之间的关系, 并特别关注智能化技术在其中的作用。本研究将探讨智能化技术如何作为工具和平台, 影响青少年的价值认同和心理健康, 以及如何通过智能化手段提升青少年的心理适应能力。此外, 本研究还将考察家庭、学校、社会等外部环境因素与智能化技术的结合对青少年价值认同和心理健康的影响, 以期为青少年心理健康教育提供科学依据和有效策略, 特别是在智能化技术日益普及的今天。

关键词 : 青少年; 价值认同; 心理健康

Research on the Relationship between Adolescent Value Identity and Mental Health

Wang Yifan

Henan Police College, Zhengzhou, Henan 454000

Abstract : Adolescence is a critical period for the formation and development of individual values, and there is a close relationship between value identity and mental health. Against the backdrop of the intelligent era, this study aims to reveal the intrinsic connection between adolescent value identity and mental health, and to explore how intelligent technology can have a positive impact on the mental health of adolescents. By combining quantitative and qualitative research methods, we will conduct an in-depth analysis of the relationship between adolescents' values, self-identity, and mental health status, with a particular focus on the role of intelligent technology. This study will discuss how intelligent technology, as a tool and platform, affects adolescents' value identity and mental health, and how to enhance adolescents' psychological adaptability through intelligent means. In addition, this study will also examine the impact of the combination of external environmental factors such as family, school, and society with intelligent technology on adolescent value identity and mental health, in hopes of providing scientific evidence and effective strategies for adolescent mental health education, especially in today's increasingly widespread intelligent technology.

Keywords : adolescents; value identity; mental health

引言

本研究将重点探讨智能化技术如何影响青少年的价值认同及心理健康, 关注自尊、自我效能感和情绪稳定性的表现, 并分析其在这一关系中的作用。研究期望为教育者、心理咨询师和政策制定者提供依据, 助力青少年全面发展与心理健康支持, 探索如何利用智能化技术提升其未来适应能力和价值认同。^[1]

一、价值认同与心理健康的关系研究

在智能化时代, 技术在教育和心理健康领域的广泛应用深刻影响了价值认同与心理健康之间的关系。智能化技术不仅改变了

信息获取与社交互动的方式, 还为心理健康提供了辅助工具, 帮助个体更好地应对挑战。

(一) 研究设计

本研究采用横断面调查设计, 旨在探索智能化技术在青少年

课题项目:

①河南警察学院院级一般项目: 网络社群视角下强化警校生主流意识形态认同路径探析——基于Z校问卷分析, HNJY-2023-15。

②2025年度河南省高校人文社会科学研究一般项目: 电信网络诈骗黑灰产业链综合治理研究, 2025-ZDJH-009。

作者简介: 王怡凡(1991-), 女, 河南警察学院公共基础教学部讲师, 三级主任科员, 研究方向: 青少年社会问题与犯罪问题研究。

的价值认同与心理健康之间的关系中所扮演的角色。研究将通过定量的方法收集数据，并利用智能化分析工具进行统计分析，以揭示智能化技术对青少年价值认同和心理健康的影响。

(二) 参与者

研究对象为年龄在13至18岁之间的青少年学生。采用方便抽样的方法，从不同学校和社区中选取样本。预计样本量为500名青少年，以确保统计分析的效力，并能够代表不同智能化技术使用背景下的青少年群体。^[2]

(三) 研究工具

研究工具包括一份自编的问卷，该问卷包含智能化技术使用情况的调查，以及价值认同量表和心理健康量表。问卷设计旨在评估智能化技术对青少年价值观念和心理健康的具体影响。^[3]

(四) 数据收集和分析方法

数据通过在线问卷的形式收集，并利用智能化数据分析平台进行数据分析，包括描述性统计分析、相关性分析和回归分析。智能化分析工具的应用将提高数据处理的效率和准确性，为研究结果提供更深入的分析。

表1 青少年价值认同与心理健康调查问卷

基本信息	本问卷旨在了解青少年的价值观念及其对心理健康的影响。请根据您的实际情况，诚实回答以下问题。所有回答将保密处理，仅用于研究目的。					
	价值认同量表：（请根据您的同意程度打分，1表示“非常不同意”，5表示“非常同意”）					
	性别	男	260	女	240	
	年龄	13-14岁（126） 15-16岁（229） 17-18岁（145）				
所在学校	公立学校：346名 私立学校：154名					
题号	陈述内容	非常不同意	不太同意	中立	同意	非常同意
V1	我认为个人的成功比集体的成功更重要。	123	178	121	55	23
V2	我更愿意帮助那些帮助过我的人。	143	168	101	75	23
V3	我认为人们应该通过自己的努力来提高社会地位。	67	158	76	121	78
V4	我认为在决策时应该考虑大多数人的意见。	92	135	94	96	79
V5	我认为个人应该追求自己的目标，即使这可能会影响到他人。	112	122	115	85	66
V6	我认为成就是通过努力和才能获得的，而不是通过运气或背景。	130	110	105	80	75
M1	我对自己的能力很有信心。	145	100	90	80	85

M2	我感到自己是一个有价值的人。	160	80	90	70	100
M3	我对自己的外貌和能力感到满意	102	140	80	88	90
M4	我能够处理对我构成挑战的任何事情。	50	135	120	105	100
M5	即使在困难重重的情况下，我也能找到完成任务的方法。	55	145	115	90	95
M6	即使在压力大的情况下，我也能保持冷静。	45	155	100	110	90
IT1	我经常使用智能化设备进行学习和交流。	118	1116	120	80	66
IT2	我认为智能化技术对我的学习和生活有很大帮助。	130	130	105	80	55
IT3	我能够通过智能化技术获得有效的心理健康支持。	140	120	70	80	90
IT4	我相信智能化技术可以帮助我更好地理解自己的价值观。	110	80	90	70	150
IT5	我觉得智能化技术可以帮助我提高自我效能感。	102	120	100	88	90
IT6	我认为智能化技术可以帮助我更好地管理情绪。	60	135	110	105	100

二、结果

(一) 描述性统计分析

在价值认同方面，青少年对集体主义和个人主义的态度呈现多元化趋势。例如，V1题项“我认为个人的成功比集体的成功更重要”中，大多数青少年倾向于重视集体价值，表示不同意个人主义的观点。V2题项“我更愿意帮助那些帮助过我的人”则显示大多数青少年倾向于互惠互利的价值观，与社会交换理论相吻合。^[4]

在心理健康方面，大多数青少年表现出较高的自尊和自我效能感。在M1题项“我对自己的能力很有信心”中，大多数青少年持积极态度，这可能与高自尊和自我效能感相关。M2题项“我感到自己是一个有价值的人”也显示出青少年普遍具有积极的自我价值感，这是心理健康的重要指标。M3题项“我对自己的外貌和能力感到满意”进一步表明，大多数青少年对自身的外貌和能力满意，体现了较高的自尊和自我接纳。^[5]

智能化技术的使用对青少年的价值认同和心理健康也起到了重要作用。在IT1题项“我经常使用智能化设备进行学习和交流”中,调查显示青少年在智能化技术的使用频率存在差异,表明这一技术的普及程度与个体的家庭背景和学校资源有关。尽管如此,IT2题项“我认为智能化技术对我的学习和生活有很大帮助”显示,大多数青少年认为智能技术对其日常生活和学习有积极影响,尤其是在提升学习效率和获取教育资源方面。IT3题项“我能够通过智能化技术获得有效的心理健康支持”表明,青少年认为技术在提供心理健康支持方面发挥了作用,诸如在线心理咨询和情绪管理工具等为他们提供了重要的帮助。^[6]

(二) 价值认同与心理健康的相关性分析

随着智能化技术的普及,其对青少年价值认同和心理健康的影响日益显著。智能化技术不仅帮助青少年探索和确认个人价值观,还为心理健康提供了新的支持途径。家庭教育方式、父母的期望及支持,在智能化技术的辅助下,可能促进青少年的自尊和自我效能感。然而,过度保护型或忽视型父母的介入可能加剧青少年的自我认同困惑。学校环境和同伴关系也在智能化技术的辅助下发挥重要作用,积极的学校氛围结合智能化教育资源,有助于青少年建立健康的自我形象和价值观。智能化技术提供的在线协作工具和虚拟社区,丰富了青少年的社交技能和自我认同。^[7]

社会文化、媒体和公共政策等因素,也通过智能化平台对青

少年的心理健康和价值认同产生影响。当青少年的价值认同与社会期望和个人目标一致时,他们更有可能在智能化技术的支持下体验到心理健康。为促进青少年的心理健康和积极价值认同,教育者和政策制定者应鼓励父母利用智能化工具支持青少年成长,提供家庭教育指导;在学校中实施心理健康和价值教育项目,利用智能平台培养自我认同和社会责任感;通过媒体和政策营造支持青少年成长的智能化社会环境,并根据青少年的需求提供个性化的心理健康服务和价值引导。^[8]

三、小结

智能化技术在青少年价值认同与心理健康的关系中扮演着重要角色。它不仅改变了青少年获取信息和交流的方式,还为他们的心理健康提供了新的支持手段。家庭、学校和社会环境与智能化技术的结合对青少年的价值认同和心理健康具有重要影响。^[9]家庭提供了价值观和行为规范的最初模型,而学校的教育环境和同伴关系则进一步影响青少年的自我认同和社会技能。社会文化和媒体则为青少年提供了更广泛的价值观念和生活方式的选择。这些因素共同作用,影响青少年如何认识自己、如何评价自己,以及他们如何与周围的智能化世界互动。^[10]

参考文献

- [1] 刘雳文, 易荣蕙, 傅一苗, 等. 基于积极心理学的学生“志愿服务”心育模式建构与探索[J]. 教育科学论坛, 2023, (08): 41-45.
- [2] 梁芳美. 云时代大学生心理健康教育课程教学改革探讨[J]. 亚太教育, 2015, (08): 86.
- [3] 张路, 刘传星. 心理健康教育视野下的大学生“成人”教育探索[J]. 科学咨询(科技·管理), 2011, (03): 31-32.
- [4] 廖友国, 何伟. 大学生心理健康研究的文献计量分析[J]. 中国心理卫生杂志, 2016(7).
- [5] 冯蓉, 张彦通, 马喜亭. 我国高校研究生心理健康教育研究现状与进展——基于CNKI(1983-2013)的文献分析[J]. 研究生教育研究, 2015(1).
- [6] 林静, 傅宏. 心理健康教育研究(1998-2015年): 热点、演进及其展望——基于CSSCI数据库的CiteSpace可视化分析[J]. 教育科学研究, 2017(8).
- [7] 罗良针, 余正台. 基于CiteSpace的国内积极心理学研究演进路径分析[J]. 西南民族大学学报(人文社科版), 2017(2).
- [8] 李杰, 陈超美. CiteSpace: 科技文本挖掘及可视化(第二版)[M]. 北京: 首都经济贸易大学出版社, 2017.
- [9] 陈建文, 贺青霞. “键对键”与“面对面”的联动: 大学生心理健康教育新模式[J]. 大学教育科学, 2018(3).
- [10] 王鑫强, 霍俊好, 张大均, 等. 农村留守与非留守儿童的心理、虐待经历比较及其关系研究——基于二维四象心理健康结构的分析与对策建议[J]. 中国特殊教育, 2018(1).