

算法推荐对 Z 世代青年价值观碎片化的影响机制研究

方伊琳

浙江安防职业技术学院, 浙江 温州 325000

DOI: 10.61369/SDME.2026080016

摘 要 : 2025 年作为“十四五”规划的完美收官之年以及“十五五”规划的启航的开篇, 人工智能技术正在以通用化和协同化的态势对社会上的产业生态以及社会的结构进行改造重塑^[1]。算法推荐技术通过对用户的爱好精准捕捉, 对用户偏爱的信息进行智能分发, 这一技术目前已经成为青年群体获取咨询、社交互动、娱乐消遣的核心技术之一。算法推荐不同于传统媒介时代的传播体系, 这一技术通过“千人千面”的内容分发机制, 将青年至于一个极具个性化但又相对而言较为封闭的信息环境之中, 这种技术的内在逻辑会导致青年群体所接触的价值观呈现出碎片化、浅层化和极化的特征, 从而影响青年群体的世界观、人生观以及价值观的构建。对此, 本文对算法推荐对 Z 世代青年价值观碎片化的影响机制展开研究, 以期为数时代青年价值观教育提供了重要的理论参考。

关 键 词 : 算法推荐; Z 世代; 价值观碎片化

Research on the Influence Mechanism of Algorithm Recommendation on the Fragmentation of Z-Generation Youth's Values

Fang Yilin

Zhejiang College of Security Technology, Wenzhou, Zhejiang 325000

Abstract : As the perfect closing year of the "14th Five-Year Plan" and the opening year of the "15th Five-Year Plan", 2025 has witnessed artificial intelligence (AI) technology transforming and reshaping industrial ecosystems and social structures in a generalized and collaborative manner^[1]. Algorithm recommendation technology, which accurately captures users' preferences and intelligently distributes favored information, has become one of the core technologies for young people to obtain information, engage in social interactions, and pursue entertainment. Different from the communication system in the traditional media era, this technology places young people in a highly personalized yet relatively closed information environment through a "one-size-fits-one" content distribution mechanism. The inherent logic of this technology leads to the values encountered by young people presenting characteristics of fragmentation, superficiality, and polarization, thereby affecting the construction of their worldview, outlook on life, and values. In response, this paper conducts a research on the influence mechanism of algorithm recommendation on the fragmentation of Z-generation youth's values, aiming to provide important theoretical references for youth values education in the digital age.

Keywords : algorithm recommendation; z-generation; values fragmentation

一、算法推荐对 Z 世代青年价值观碎片化的影响机制

(一) 信息茧房效应与价值观窄化

算法推荐通过用户画像技术对青年群体的兴趣爱好进行精准捕捉, 并以此对互联网内容进行筛选和推送, 这一机制虽然在一定程度上提高了信息获取的效率, 但是也在无形之中构建起“信息茧房”。青年群体长期的接触与自身观念相符的内容, 对于那些异质性、挑战性的观点鲜少接触, 这会导致这一群体的价值观念趋于单一化和极端化。即算法推荐的同质化推送内容会导致青年对社会议题的认知具有明显的偏向性。例如, 一位关注女性权益议题的青年用户, 算法会持续推送女权主义相关内容, 而减少甚至屏蔽反对或质疑的声音。长此以往, 该用户对性别议题的认知将变得片面且激进。根据相关研究数据显示, 在短视频平台,

用户所能刷到的与既有立场一致的视频占比高达 78%, 仅有不到 15% 的视频内容持相左观点。这种信息环境使得青年难以形成具有全面性和辩证性的价值判断能力^[1]。

信息茧房不仅限制了信息的广度, 还影响了青年价值冲突的认知和处理能力。当前的社会价值多元化已是常态, 不同的价值观之间存在着张力和冲突, 这需要通过沟通、妥协从而达成共识。然而, 算法推荐将青年隔离在各自的“认知孤岛”之中, 不断地削弱他们的理解和包容不同观点的能力。根据本文前期调研显示, 和传统媒介时代青年相比, Z 世代在面临价值分歧时, 往往更倾向于“拉黑”、“取关”等回避方式, 而非进行理性对话。

(二) 注意力分散机制与价值观浅层化

价值观的形成本应该首先获得一定的认知, 这些认知在通过一系列复杂的加工, 对相关信息进行批判性分析、逻辑推理、情

感体验和实践验证。而算法推荐推送的碎片化内容仅能触发表层的情绪反应,无法对Z世代价值观的构建进行有力的支撑。以“996工作制”话题为例,青年在一些社交平台可以接触到某些“打工人的太难了”等情绪化表达,从而引发Z世代群体的共鸣和愤怒,但是这种情绪化的反应无法与对劳动权益、企业责任、经济发展等深层次的价值问题的深度思考画上等号。由于缺乏对认知的深度加工,Z世代的价值立场往往停留在情绪宣泄层面,缺乏一定的理论基础和与稳定性,容易在不同的情境之下发生摇摆^[2]。

注意力的碎片化还将导致Z世代青年的价值观呈现出明显的“拼接”特征。他们这些碎片化的价值观有着不同的来源,不同的语境,而Z世代往往缺乏将这些碎片整合为统一的整体能力。比如说,一个青年可能同时认同“努力改变命运”和“阶层固化难以突破”这两种自相矛盾的观点,因为这两种观点分别来自不同的算法推荐内容,Z世代青年缺乏对其批判性整合的机会和能力。

（三）价值多元呈现与认知失调

传统媒介时代价值传播往往存在着各种审核机制,而算法推荐打破了这种机制,使得各种价值观念以平等的姿态出现在网络空间之中。这种价值多元化的体现本应助力于Z世代形成较为开放、包容的价值观^[3]。但是,Z世代在缺乏正确的引导的情况下,这些多度多元化的价值观反而会导致Z世代青年陷入价值迷茫与认知失调的泥潭之中。在当前的网络空间中,主流价值观、亚文化价值观、消费主义价值观、享乐主义价值观等多种价值形态共存。算法推荐本身无法对这些价值观进行价值判断和引导,只能根据用户的兴趣爱好进行精准推送。这就导致了Z时代青年在价值观形成的关键时期接触到大量相互矛盾甚至于相对立的价值信息,而Z世代青年却没有一个成熟的价值判断框架来对这些信息进行甄别和整合^[4]。

认知失调理论指出,当个体认知存在相互矛盾时,会产生心理不适等问题,算法推荐带来的价值多元呈现使Z世代青年频繁处在价值冲突的情境之中。他们在价值冲突中往往取向摇摆,难以形成稳定的自我认同和人生规划。根据相关文献显示,超过60%的Z时代青年表示,他们会经常感到自己“不知道应该追求什么”、“对未来很迷茫”,这种情况的发生与算法推荐而导致的价值观碎片息息相关^[5]。

二、构建人工智能时代青年价值观教育新机制

（一）强化算法伦理治理,完善平台责任机制

针对算法推荐引发的价值观碎片化问题,首先要从技术源头着手治理,政府需完善算法推荐监管框架,促使平台在算法设计里融入价值引导机制,可参考欧盟《数字服务法案》,要求平台公开算法推荐基本逻辑,给予用户“算法选择权”,让用户能关闭个性化推荐或者调整推荐参数,平台企业要承担社会责任,在追求商业利益之际兼顾价值引导功能。建议在算法推荐中设立“价值多元性”指标,保证用户接触到不同观点内容,打破信息茧

房,比如推送10条内容时,至少有2至3条与用户已有偏好不同的观点,以此推动认知的开放性与全面性,平台应构建内容价值评估机制,对极端化、低俗化内容进行流量限制,对主流价值观及高质量思想内容给予流量支持。另外,要建立算法推荐社会影响评估制度,平台推出新算法模型前,需开展价值影响评估,预估其对青年价值观可能产生的影响,并采取相应风险控制措施,监管部门应定期审查主要平台算法推荐效果,对造成严重负面影响的算法模型责令整改^[6]。

（二）提升青年媒介素养,增强算法批判能力

治理算法推荐所产生的影响仅依靠外部的监管是远远不够的,更要重点提升青年人自身的媒介素养和算法批判能力。教育部门应将“算法素养”融入青年教育体系当中,帮助青年人去理解算法推荐的运行机制、商业逻辑以及潜在的一些影响。高职可借助主题课程、工作坊等多种形式,培养青年的“算法意识”,促使他们可以识别并且反思算法对自身认知以及价值观的塑造作用。媒体素养的培养应包括如下四部分内容:第一为算法原理与推荐逻辑的基础知识点,用以帮助青年明白“为何会看到这些内容”,第二是对信息茧房与回音壁效应的认识,培育青年主动去探寻多元观点的意识,第三是批判性思维训练,提高青年对信息的辨别、分析、整合能力,第四是数字健康管理,协助青年合理把控算法推荐的使用时长,防止沉迷其中^[7]。

高职可以依靠思政课程、通识教育等途径,引导学生对算法推荐展开批判性思考,在提升青年媒介素养能力方面发挥重要作用。比如可以组织学生开展“我的算法画像”主题实践活动,让学生剖析自己的推荐内容,反思自身的信息消费习惯以及价值取向,提高自我认知与调节能力,鼓励青年定期进行“算法排毒”,也就是主动脱离算法推荐环境,借助阅读经典著作、参与社会实践等方式来进行深度思考以及价值沉淀^[8]。

（三）优化内容生态,构建主流价值观传播新路径

面对算法推荐所带来的挑战,主流媒体以及内容的创作者必须要更新传播方式,要运用青年群体乐于接受的方式来传播主流的价值观。当下的许多主流价值观内容因为形式较为僵硬、语言方式略显陈旧,在算法推荐体系里难以获取流量,无法获取流量,无法切实的触达青年群体,需要主流媒体探寻“主流价值观+算法传播”的全新模式。^[9]主流媒体应当主动去适应算法推荐规则,制作出契合平台特性的的制作出契合平台特性的短视频、图文等各类内容,在维持价值引领的状况下,运用青年化的表达方式、视觉化的呈现手法以及有互动性的传播策略,以此提升内容的吸引力以及传播力,比如说,人民日报、新华社等主流媒体在抖音、B站等平台的官方账号,借助创意短视频、弹幕互动等形式,成功吸引了大量青年的关注。

在更新传播方式的同时,要培育一批有价值引领能力的青年意见领袖以及内容创作者,与传统的说教式传播相比,同龄人的观点分享往往更容易被青年所接受,凭借扶持优质内容创作者,可有效地平衡商业化内容所产生的负面影响,建议设立“青年价值观引领者”培养计划,为拥有价值引领能力的青年创作者给予资源支持以及平台推荐。另外,应当鼓励将线下实践活动与线上

内容传播相互结合，算法推荐所造成的价值观碎片化，其根源在于青年缺乏真实的社会实践以及深度的人际交往，借助组织志愿服务、社会调研、文化体验等线下活动，让青年在实践过程中形成系统的价值认知，再经由线上分享来扩大影响，可有效地对冲算法推荐的负面影响^[10]。

三、结论与展望

本次研究揭示了算法推荐对 Z 世代青年价值观碎片化的影响机制，各种互联网应用平台借助信息茧房效应、注意力分散机制、价值多元呈现以及社交回音壁等多种途径，进一步加剧了 Z 世代青年价值观的碎片化、浅层化和极化。根据实证研究可知，

算法推荐的使用频率和价值观碎片化有这显著的正相关关系，而深度访谈则呈现出了 Z 时代青年的主观体验与认知变化。算法推荐在为青年提供个性化内容之际，也对他们价值观的稳定性与深度产生着影响。

面对这一难题，未来需借助多方面举措给予应对，第一，优化算法推荐的伦理治理，平台要引入价值引导机制，保证信息有多元性与全面性，第二，提升青年的媒介素养以及批判性思维能力，教育部门应强化相关内容的教学，帮助青年理解并思考算法的潜在影响。另外，随着大语言模型和生成式人工智能等新技术的迅速发展，算法对青年价值观的影响会变得日益复杂，要持续留意这些新技术带来的挑战，及时调整治理策略与教育方法，保障青年可在健康的数字生态里成长。

参考文献

- [1] 王建虎,王静,万亚玲.具身智能赋能教育的内涵、框架与研究路向[J/OL].电化教育研究,2025,(11):18-24.
- [2] 杨帆,吴佳怡."Z世代"网络视听消费模式的互动研究[J].传媒论坛,2025,(19):81-84.
- [3] 张严,黄勇.新技术赋能高职思政教育工作的现实图景和伦理陷阱[J].北京教育(高教),2025,(10):74-77.
- [4] 苏玉波,李浩.数字时代情绪经济的发生机理、异化景象与进阶探索[J/OL].深圳大学学报(人文社会科学版),1-9[2025-11-02].
- [5] 沈霄,曹丹.走向真实:拟态环境下AI微短剧的伦理风险及治理策略研究[J/OL].新媒体与社会,1-14[2025-11-02].
- [6] 陈宇昂,吴海越.算法推荐机制下文化短视频创作者叙事身份的选择意向研究——基于TPB模型[J].视听,2025,(20):89-93.
- [7] 陈宇飞,于凯.论网络"泛娱乐化"对青年理想信念的冲击及其纠治之道[J/OL].江西理工大学学报,1-9[2025-11-02].
- [8] 王宏,蒋盈盈.情绪消费:内涵解构、代际差异、驱动机制[J/OL].东华大学学报(社会科学版),2025,(03):70-78[2025-11-02].
- [9] 孙锦铭,沈湘玉.算法创新助力主流媒体系统性变革[J].新闻战线,2024,(21):59-61.
- [10] 徐金雷,朱胤昆,占圆梦."数智"何以"善治":人工智能赋能课堂教学的旨归与进路[J].江苏教育,2025,(30):32-38.