

学生偶像崇拜现象对心理健康教育的启示

魏舒婷

重庆师范大学教育科学学院, 重庆

收稿日期: 2023年9月10日; 录用日期: 2023年10月13日; 发布日期: 2023年10月24日

摘要

偶像崇拜是学生青春期发展阶段的一种常见心理现象, 适度的偶像崇拜能够促进青少年心理健康发展和自我同一性的建立, 心理健康教育应当重视偶像崇拜的作用并从中获得启发。本研究从青少年偶像崇拜入手, 对偶像崇拜产生的原因与机制进行了梳理, 并探讨了偶像崇拜对心理健康的影响以及对心理健康教育的启示, 有助于增强心理健康教育的效果, 促进师生关系和谐发展。

关键词

偶像崇拜, 青少年, 心理健康教育

The Implications of the Phenomenon of Student Idolatry for Mental Health Education

Shuting Wei

School of Educational Sciences, Chongqing Normal University, Chongqing

Received: Sep. 10th, 2023; accepted: Oct. 13th, 2023; published: Oct. 24th, 2023

Abstract

Idolatry is a common psychological phenomenon in the development of teenagers, and moderate idolatry can promote the psychological health development and the establishment of self-identity of teenagers, so mental health education should pay attention to the role of idolatry and gain inspiration from it. This study starts from idolatry of teenagers, sorts out the causes and mechanisms of idolatry, and discusses the influence of idolatry on students' mental health and the inspiration for mental health education, which helps to enhance the efficiency of mental health education and promote the harmonious development of teacher-student relationship.

Keywords

Idolatry, Teenagers, Mental Health Education

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

近几年各种真人秀节目引发了高度广泛的社会关注，由此类节目选拔出道的各个男团女团的成员们更是成为焦点话题引发了现象级的关注，“C位出道”、“偶像”成为人们口中的热词，甚至“偶像”成为一个新兴职业，引起了一系列社会文化经济现象。“粉丝”作为与“偶像”紧密相连的另一群体也受到了广泛的关注，青少年时期是偶像崇拜的多发时期，偶像崇拜在青少年价值感与同一性的建立上起到了尤为重要的作用。在偶像崇拜现象普遍的当今，偶像崇拜现象能够为心理健康教育带来部分启示，应当有效地将偶像崇拜现象运用到中学生心理健康教育中去，促进中学生心理健康发展，提升中学生的心理健康水平。

2. 偶像的概念

我国的青少年偶像崇拜现象是自上世纪70年代末政策开放后发展起来的，甚至出现过很多的现象级场景。因而也引起了学术界的重视，开始对青少年的偶像崇拜现象进行大量的探索与研究，对偶像崇拜的定义开始有各种不同的解释。

香港学者岳晓东(1999)在偶像崇拜领域做了详细的研究，他的观念也是现在偶像崇拜研究参考最具有参考性的理论，他认为偶像倾向于为一种理想化、完美化、非凡化和浪漫化的形象，偶像的形象加入了很多青少年自己想象，是个人对于喜好任务和社会认同的情感依恋，其本质在于对所崇拜对象的社会学习和依恋。而榜样与偶像有些不同，榜样是社会各个层级的组织以社会的需求为起点寻找对社会、集体和他人有益的典范(彭怀祖, 2011)。

3. 学生偶像崇拜产生的原因

精神分析学派的代表人物弗洛伊德(Freud, 1925)认为偶像崇拜是因为青少年在青春性发展的标准方向不同于前生殖器期，在前生殖器时期偶像崇拜将欲望指向于父母，在青春期儿童的欲望更倾向于指向偶像此类更远的人。新精神分析理论的代表人物埃里克森(Kemph, 1968)对此进行了扩展，他认为偶像崇拜多发于青春期在这个阶段的青少年为了避免同一性产生混乱建立稳定的同一性，而将参考的目标定位离自己较远的偶像，偶像崇拜也可以看作是青少年的内心热烈的信仰与追求，是青少年思维发展过程中的正常现象。偶像崇拜的研究多以上述的理论为基础，对偶像崇拜产生的具体原因进行各方面的探讨，陈峰(2006)认为偶像崇拜的原因主要有以下几点：第一，偶像崇拜青少年时期的一种情感寄托方式；第二，偶像崇拜是青少年以幻想来满足自己对于完美的渴求，偶像崇拜的形成的原因一方面来源于投射和自居作用，学生把自己“理想的自我”投射放大到外部世界中，在自己所崇拜的偶像身上投射出“理想的自我”(张宝君, 吕瑶, 2010)；第三，个体必经的一个社会化过程。第四，青少年同一性的建立；第五，从众心理；第六，社会文化转型过程中所必经的。大众传媒的迅速发展，偶像迎合了青少年心理发展的需求。

随着现代像“妈妈粉”、“泥塑粉”等多种不同粉丝类型的出现，“泛偶像化”现象产生，偶像崇拜呈现出了多变性、娱乐性、多元化的特点(李慧芳, 2018), 有学者认为新媒体时代偶像崇拜的原因是拟态亲密关系的建立, 当代偶像崇拜表现出“新生代”与偶像崇拜的符号化、“养成系”与偶像崇拜的草根化、二次元与偶像崇拜的虚拟化三个特征(栗蕊蕊, 2019)。朱丽丽和韩怡辰(2017)以养成系偶像为例进行研究, 他们指出养成系偶像与粉丝之间的关系已不同于传统的偶像与粉丝之间的关系, 养成系偶像与粉丝之间的高度联结, 使其双方具有高互动、高融合的特点, 粉丝花费大量时间进行参与式陪伴, 高投入度使粉丝更容易产生共情和移情, 建立起一种类似亲密关系的拟态亲密关系。而青少年正是养成系偶像的主要受众群体。刘辉等(2019)研究了互联网背景下个体偶像崇拜的心理动机, 偶像在个体的真实自我和理想自我之间形成联系, 增加了个体的沉浸感, 形成拟态亲密关系。

对于偶像崇拜所产生的原因也有些其他角度的解释, 比如 Swami, Chamorro-Premuzic 和 Mastor 等人(2011)认为, 偶像崇拜的原因与享乐主义和慕强心理息息相关, 背后也受到了资本与媒体的影响。社交媒体是粉丝与偶像联结的主要途径, 社交媒体的使用可以预测个体的偶像崇拜行为(Zsila et al., 2021)。

4. 偶像崇拜的理论基础及模型

(一) 观察学习理论

观察学习理论是由美国心理学家班杜拉提出的。班杜拉认为儿童的社会行为是通过观察生活中其它任务而学会的, 这些观察到的行为以心理表象或符号的形式存储在儿童的大脑, 进而使得儿童模仿到这些行为。班杜拉将观察学习分为四个阶段, 分别为注意、保持、再现、动机。观察学习理论对学生偶像崇拜现象具有一定的指导意义。观察过程决定了观察者的观察内容, 偶像的社会地位、审美喜好、行为举止等都影响着观察者的注意。保持过程是观察者将示范行为转化为记忆的表象或语言符号保留在记忆中的过程, 在这个过程中, 不同的学生对于相同的偶像行为具有不同的理解。再现过程是观察者将脑海中的行为表征转化为实际的行动的过程, 在这个阶段学生会模仿偶像的行为使其变成自己的行为。动机过程贯穿观察学习的全过程, 学生通过一系列外部强化、自我强化等不断加深模仿行为。

(二) 价值辨析理论

价值辨析与传统价值观教育方法的侧重不同, 价值辨析理论强调的不是价值观本身而是获得价值观的过程, 侧重过程而非单纯获得结果。价值辨析理论的教育目的是想让学生建立属于自己的价值观。价值辨析理论包括四大要素: 以生活为中心、鼓励学生接受现实、鼓励学生进一步思考、培养学生的个人能力(张敏, 2023)。价值辨析理论强调教育者应该为受教育者提供各种选择机会, 让受教育者自己去分辨各种优劣。青春期学生处于自我同一性的整合时期, 偶像崇拜一方面来源于投射和自居, 青少年将理想的我投入到偶像崇拜当中去, 这其实在某方面展现出了青少年对美好生活的需求。价值辨析理论对于偶像崇拜教育的引导具有十分重要的借鉴意义。

(三) 吸收 - 成瘾

吸收 - 成瘾模型是由 McCutcheon 等(2002)提出的, 他认为当一个人的身体结构受到破坏时, 他的心理上就会倾向于去建立对他人的崇拜, 以此来获得身份认同和成就感, 而这种动力同时也可以成为成瘾的原因, 甚至走上极端。国内学者彭文波等人(2010)在这个模型的基础上通过分析我国偶像崇拜的情况修订出了偶像崇拜的五维度模型, 五个维度依次是娱乐社交维度、感情投射、完全认同、关系幻想和病理边缘维度, 五个维度为递进关系, 该模型认为个体偶像崇拜最开始是从娱乐社交水平开始, 在平常的娱乐和社交活动过程中渐渐地在情感上对偶像产生投射和依赖, 随后产生认同, 进而对浪漫关系产生幻想, 如果不能及时抽离就会产生病理学上的崇拜。这个模型对我们判断学生偶像崇拜的程度具有一定的指导意义。

5. 学生偶像崇拜现象的影响

在个体影响方面，偶像崇拜对学生的影响是持久且深远的。偶像崇拜不仅是个体自我确认的重要方式，也是个体完善现实自我靠近理想自我的重要方式，青少年能够通过偶像崇拜来增强自我价值感，李慧琳等(2020)的研究证实，有偶像崇拜的学生的自我价值感要明显高于没有偶像崇拜的学生，偶像崇拜能够促进个体同一性的发展，改善个体生活态度、个性和行为还能提高青少年的积极情绪和个体主观幸福感。不过，只有理性适度的偶像崇拜才能对个体的成长起到良好的导向作用，研究证明不合理的偶像崇拜会使青年的价值观主体错位，而且缺乏现实基础的拟亲密关系反会增加个体的孤独感，降低人际信任，产生对现实世界的埋怨并与现实生活脱节，严重的可能引发社会犯罪等负面功能，犯罪行为的产生与青少年的自我控制能力密切相关，彭文波等(2010)表示偶像崇拜程度越深，青少年的自我控制力越差。

在社会影响方面，刘婷婷(2016)研究发现偶像崇拜具有思想政治教育价值，能为思想政治教育提供借鉴，激发青少年精神动力。肖璐(2013)研究发现偶像崇拜不仅能通过应援、集资等方式增加社会效益、产生多元的影响力，还能引起社会公益效力，形成各种正能量，在近些年各种慈善公益几乎成了偶像应援的标配，通过此种类似的方式带来了巨大的公益影响力。

由此可见对偶像崇拜现象的研究和利用对于青少年本身和社会都具有重要作用，偶像崇拜作为一种激励性的教育示范活动，对于世界观尚在塑造期的青少年能够产生重要影响，有着重要的启发意义和积极引导作用，能够促进学生完善人格，与德育教育相辅相成。另一方面，偶像崇拜具有时代性特征，它反映着每个时代的思想道德内涵，如果加以正确的分析和利用，偶像教育会成为一种高效的先进思想宣传的思想政治教育方法。此外，偶像崇拜现象还能在一定程度上反映出社会的经济流动趋向，如果能够合理引导能够产生巨大的经济效益，促进社会的进步与发展。

6. 心理健康教育的现状及不足

广义的心理健康教育是指一切对学生心理素质的塑造和健全学生人格有帮助的教育活动，狭义的心理健康教育是指在学校范围内，以心理素质培养和健全人格为目的的专门化的教育(林菁，2014)。2012年教育部颁布《中小学心理健康教育指导纲要》，明确提出要开展课程组织对中小学生的心理健康教育，鼓励采用多种教学方法进行教学。自此我国的心理健康教育体系不断完善，校园师资队伍不断扩大。我国的心理健康教育主要以心理健康课程、心理咨询以及心理健康相关活动这三种方式进行。心理健康课程以选修与必修两种形式展开，心理咨询主要以个体咨询和团体咨询为主，心理活动包括心理剧、宣传讲座、团体辅导等。

但我国的心理健康教育也存在着许多问题，首先，心理健康教育的课程设置不够严谨，课程内容没有满足学生不同发展阶段的不同需要。其次，课程实施的方式不够新颖(朱璐，2019)，大部分中小学心理健康课程依旧采用讲授法，对学生内心体验的关注度不够，心理健康课程应当以学生经验为主体，与学生共情，以此来与学生情感达到共鸣，单纯的讲授式教学很难具有实际意义。最后，家庭与学校心理健康教育的合作不紧密，学生的心理成长与家庭教养方式存在着密不可分的联系，我国的心理健康教育主要以学校教育为主，与家庭的互动还停留在表层，仅仅起到了心理健康知识的普及作用，家长与学生的共情不够充分。

7. 偶像崇拜对心理健康教育的启示

(一) 积极引导策略

偶像崇拜是青少年群体中的普遍现象，教师应当尊重理解学生的偶像崇拜现象，通过多种渠道加强对学生们的了解，正向引导学生的偶像崇拜行为，将偶像转化为榜样。在引导过程中要注意偶像崇拜类

型的选举，关注偶像的全面性，以观察学习理论为基础，帮助学生理解偶像行为背后蕴含的思想精神价值，从而规范学生行为。例如，在教育过程中可以开展一些与偶像崇拜相关的心理健康教育专题，了解学生偶像崇拜的现状，邀请同学们分享偶像崇拜的原因，探究崇拜偶像的不同品质，有意识地去引导学生们探究偶像崇拜质性崇拜与面性崇拜的区别，引领更多的学生建立偶像崇拜的质性崇拜，促进学生多元化自我的建立，将偶像的优点吸收到学生的身上。此外，教师在进行偶像崇拜引导时要重视网络的影响，在信息发达的时代，心智尚不成熟的中学生极易受到网络的影响进行偶像“应援”“打投”等行为，教师要利用好学生偶像崇拜的特征，帮助学生理解偶像崇拜的真正内涵，促进偶像崇拜向榜样学习的转变。

教师在探究学生偶像崇拜现象的过程中一定要以学生为中心，真正重视学生的心理，提供积极的情绪价值。运用合理的奖惩机制和强化手段建立正确的榜样教育。例如，有些学生因为偶像崇拜被同学们嘲笑，教师应当积极与两方同学进行沟通，了解学生的心理诉求，召开相应的主题班会会促进同学对偶像崇拜的了解，积极调节同学关系，这样不仅能够促进师生关系的转变，还能提高学生的社交沟通能力。

(二) 与自我同一性发展规律结合

青春期是自我同一性建立的关键时期，合理健康的偶像崇拜能够帮助青少年自我同一性的建立，而良好的自我同一性又能反过来避免青少年偶像崇拜过度。

教师应当选择合理的方式促进学生自我同一性的建立，达到学生理想自我与现实自我的整合，具体做法如：

1) 学习模仿偶像

根据偶像的不同类型进行划分，引导学生们发觉偶像身上有利于自身发展、能够为自身所借鉴的因素，开展例如“如果我是偶像，我会怎么做”此类的探讨话题，帮助学生探究理想自我。

2) 帮助学生将偶像衔接现实

引导学生思考发现自己周边的人与偶像的相似点，将偶像的人格魅力与品质投射到自己身边，增强认知水平，让学生知道自己看到的不过是偶像的其中一面，偶像并非遥不可及的完美人类，让学生在认识中不断完善自我。

(三) 多角度结合

目前，偶像教育存在着只有学校单方面教育的问题，没能发挥家庭、学校、社会的共同作用(钱朝琼，桂石见，2019)。学生偶像崇拜走向极端的一大原因为家长的不理解与反对，学生家长与青少年的发展阶段不同，发展欲望相冲突，家长认为青春期学生的偶像崇拜“不务正业”影响学习，青少年也处于发展迷茫阶段，家长的不理解更加深了学生对现实的不满，教师应当积极调节家长与学生之间的关系，一方面要引领家长看到偶像崇拜现象的优点，明白偶像崇拜是学生现发展阶段的需要，帮助家长更加理解青少年心理，另一方面要帮助学生理解家长产生此类心理的原因，让学生以自身行动改变家长的理念，获得家长的支持。

(四) 强调偶像的真实示范性

建立班级偶像，班级模拟社会，将偶像崇拜的作用融入实际，建立班委循环制度，让每位同学都融入到班级管理之中，每个人都成为偶像，有利于学生自我价值感与同一性相协调，促进心理健康发展；建立表扬箱，收集同学们对其它同学的赞扬，以此提升中学生的自我价值感，促使更多的学生为班级贡献自己的才能和力量；建立合作小组，每期选取“榜样之星”，提升学生的自我认同，提升学生的领导能力与组织能力，同时使积极同学带动消极同学，促进班级整体积极水平的提升；评选“学科之星”“写作之星”，让学生们认识了解到自身的优点，明白自身即偶像。

(五) 多课程结合

从偶像的崇拜的模型入手, 将偶像崇拜融入教学中, 从不同的维度出发并结合各类学生的不同情况制作出对应的教学课程, 促进学生将偶像崇拜转化为榜样学习, 学校老师可以根据本班同学的情况选择适合的课程内容, 深化偶像崇拜, 建立榜样力量。

8. 总结

偶像崇拜现象对教师心理健康教育具有一定的启示作用, 教师要尊重理解学生偶像崇拜现象并加以积极地引导, 促进学生的偶像崇拜向积极健康的方向发展, 帮助其自我同一性的建立, 同时加强家长与学生之间的交流, 深化偶像榜样力量, 提升学生价值感。

参考文献

- 陈峰(2006). 当代青少年偶像崇拜现象研究. *思想·理论·教育*, (10), 50-54.
- 李慧芳(2018). “泛偶像化”现象的反思. *人民论坛*, (14), 112-113.
- 李慧琳, 刘晓静, 陈颖(2020). 大学生偶像崇拜与自我价值感关系研究. *产业与科技论坛*, 19(2), 113-115.
- 栗蕊蕊(2019). 当代大学生偶像崇拜: 表征、异化与引导. *思想理论教育*, (4), 102-106.
- 林菁(2014). *天津市青少年心理健康教育现状调查*. 硕士学位论文, 天津: 天津师范大学.
- 刘辉, 王玮, 郝新秀, 喻珏, 岳竹英, 王伟军(2019). 网络时代中小学生的核心素养——网络素养评价指标体系研究. 见 *第二十二届全国心理学学术会议摘要集(pp. 2022-2023)*. 中国心理学会.
- 刘婷婷(2016). *思想政治教育视角下大学生偶像崇拜研究*. 硕士学位论文, 成都: 四川师范大学.
- 彭怀祖(2011). 关于榜样与偶像转化的思考. *毛泽东邓小平理论研究*, (10), 33-36+84.
- 彭文波, 邱晓婷, 刘电芝, 王平(2010). 偶像崇拜量表的修订及其理论模型的验证. *心理发展与教育*, 26(5), 543-548.
- 钱朝琼, 桂石见(2019). 教育力量的整合交互与协同效应——榜样教育的实效性探索. *中学政治教学参考*, (9), 77-80.
- 肖璐(2013). *正能量: 网络时代偶像崇拜的社会效应*. 硕士学位论文, 西安: 陕西师范大学.
- 岳晓东(1999). 青少年偶像崇拜与榜样学习的异同分析. *青年研究*, (7), 2-10.
- 张宝君, 吕瑶(2010). 大学生偶像崇拜的心理解析与对策. *吉林师范大学学报: 人文社会科学版*, 38(3), 104-106.
- 张敏(2023). *乡镇小学高年级学生偶像崇拜及教育引导研究*. 硕士学位论文, 桂林: 广西师范大学.
- 朱丽丽, 韩怡辰(2017). 拟态亲密关系: 一项关于养成系偶像粉丝社群的新观察——以 TFboys 个案为例. *当代传播*, (6), 72-76.
- 朱璐(2019). *中小学心理健康教育课程问题及对策研究*. 硕士学位论文, 长沙: 湖南农业大学.
- Kemph, J. P. (1968). Erik H. Erikson. Identity, Youth and Crisis. New York: W. W. Norton Company, 1968. *Behavioral Science*, 14, 154-159. <https://doi.org/10.1002/bs.3830140209>
- Freud, S. (1925). Three Contributions to the Sexual Theory. *Nervous and Mental Disease Monograph Series*, No. 7, 226.
- McCutcheon, L. E., Lange, R., & Houran, J. (2002). Conceptualization and Measurement of Celebrity Worship. *British Journal of Psychology*, 93, 67-87. <https://doi.org/10.1348/000712602162454>
- Swami, V., Chamorro-Premuzic, T., Mastor, K., Siran, F. H., & Pillai, S. K. (2011). Celebrity Worship among University Students in Malaysia: A Methodological Contribution to the Celebrity Attitude Scale. *European Psychologist*, 16, 334-342. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000029>
- Zsila, G., Urbán, R., McCutcheon, L. E., & Demetrovics, Z. (2021). A New Avenue to Reach Out for the Stars: The Association of Celebrity Worship with Problematic and Nonproblematic Social Media Use. *Psychology of Popular Media*, 10, 105-114. <https://doi.org/10.1037/ppm0000275>