

向内而生：“饭圈”青少年偶像崇拜的内部动因与引导路径

——基于心理防御机制视角

郭敏娜 桑青松

安徽师范大学教育科学学院，芜湖

摘要 | 在互联网迅猛发展的时代背景下，“饭圈文化”盛行对我国青少年网络社会生态和青少年的身心成长都造成了一定的负面影响，“饭圈”青少年偶像崇拜构成了新的学术命题。本研究从心理动力学中的心理防御机制视角出发，结合以往实证研究，通过探析“饭圈”青少年偶像崇拜的内部动因，梳理出“饭圈”青少年偶像崇拜启动的五种心理防御机制，分别为对依恋的补偿、对浪漫关系的幻想、对理想自我的投射、对群体身份的认同和对压力的宣泄。据此生成“饭圈”青少年偶像崇拜的引导路径，具体包括建立良好的依恋关系、树立正确的爱情价值观、榜样教育和偶像崇拜融合共振、赋能“饭圈”群体积极力量及疏通和创设多种压力宣泄渠道。

关键词 | “饭圈”偶像崇拜；青少年；心理防御机制；内部动因；引导路径

Copyright © 2024 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



在网络文化盛行的时代背景下，青少年偶像崇拜发生了巨大革新。在偶像工业和互联网的孕育中，以青少年为主体的“饭圈”群体逐渐呈现规模化和制度化等特点^[1]，“饭圈文化”俨然成了最“出圈”的青少年亚文化。“饭圈”是对“粉丝”（Fans）圈子的简称，“fan”为“fanatic”的缩写，通常指由神灵激发的极端热情^[2]。在粉丝心中偶像达到了神灵的地位，偶像崇拜的狂热往往像极了宗教活动，因此很多学者将偶像崇拜比作宗教崇拜^[3]。然而，当前“饭圈”偶像崇拜已陷入一种非理性的程度，“饭圈”亚文化盛行对我国青少年网络社会生态和青少年的身心成长都造成了一定的负面甚至恶劣的影响，“饭圈”偶像崇拜成为社会舆论的焦点，同时也构成了偶像崇拜在新时代的学术命题。究竟是

基金项目：2022年度安徽省哲学社会科学规划重点项目课题（AHSKZ2022D20）。

通讯作者：桑青松，安徽师范大学教育科学学院教授，研究方向：发展与教育心理学。

文章引用：郭敏娜，桑青松. 向内而生：“饭圈”青少年偶像崇拜的内部动因与引导路径——基于心理防御机制视角[J]. 中国心理学前沿, 2024, 6(7): 1226-1234.

<https://doi.org/10.35534/pc.0607137>

什么驱使“饭圈”青少年偶像崇拜如此狂热？本研究通过心理动力学中的心理防御机制视角，探析“饭圈”青少年偶像崇拜的心理内部动因及引导路径。

1 “饭圈”青少年偶像崇拜的内部动因

弗洛伊德（Freud）假定个体内部有一个叫作心理能量（Psychic Energy）的能量来源，它驱动了人类所有的活动。心理能量有三种释放渠道：本我、自我和超我。本我是最原始的冲动，遵循快乐原则；自我延迟本我的释放，遵循现实原则；超我则负责内化的社会价值和道德。三者有着不同的目标，在驾驭心理动机时处于无休止的相互作用之中，从而导致个体的内部冲突，引发焦虑^[4]。

焦虑是一种不愉快的心理状态，弗洛伊德（Freud）由此提出防御机制（Defense Mechanisms），是指个体为避免焦虑，无意识激活的一种保持心理平衡的心理机制。个体总能在潜意识中防御由内心冲突频繁引发的焦虑，从而意识不到焦虑的存在。无论是正常人还是神经症患者，每个人的某种言行都会在不同程度上使用一个或多个防御机制的组成成分，并且几乎任何一件事都可以看作是防御^[5]。弗洛伊德（Freud）的女儿安娜·弗洛伊德（Anna Freud）通过理论和研究对防御机制的心理功能进行了系统性扩展，她认为个体使用一些具有创造性且非常有效的防御机制，是为了避免自尊下降和保护心理存在不受威胁，防御机制具有保护自我和减少焦虑及痛苦两种功能^[6]。

个体从12岁左右开始进入青春期，性冲动开始活跃，但是青少年必须在此阶段抑制这种不被社会允许的冲动。个人欲望和现实以及内化道德之间的冲突在本我、自我和超我的竞争中产生了焦虑。因此，“饭圈”青少年偶像崇拜正是为了缓解这些焦虑，启动了一系列自我心理防御机制的自然产物。图1表示“饭圈”青少年偶像崇拜的内部动因生成过程。

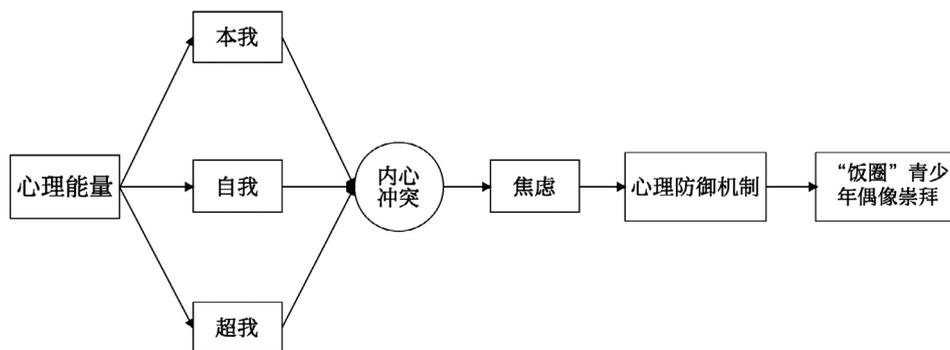


图1 “饭圈”青少年偶像崇拜内部动因过程图

Figure 1 Internal motivation process diagram of teenage idol worship in the “Celebrity Fan Clubs”

2 “饭圈”青少年偶像崇拜的心理防御机制

2.1 对依恋的补偿

弗洛伊德（Freud）最初提出补偿（Compensation），是指个体由于心理受挫产生的心理防御机制。随后阿德勒（Adler）对补偿进行了系统和全新的分析，他认为每个人天生或多或少都有自卑感，补偿是

指个体追求某种目标受挫或因某种缺陷自卑时，发挥自身优势以弥补缺陷获得优越感的现象^[7]。研究指出，现实中人际关系越不良，偶像崇拜卷入越深^[8]。青少年偶像崇拜正是对人际依恋关系的一种补偿，可分为对依恋的过渡性补偿和对不安依恋的补偿两种。

2.1.1 对依恋的过渡性补偿

埃里克森（Erikson）将对远方人物（通常是名人）的依恋称为“次要依恋”，这在青春期起着过渡作用。在人生的关键转折期，个体往往会寻求次要依恋，对名人的依恋是一种以安全、无威胁的方式重新融入人际关系世界的方式^[9]。个体步入青少年时期，对父母依恋的程度逐渐减弱^[10, 11]，对偶像的崇拜或迷恋反映了个体情感的一种自主过渡^[8]，即在青春期，偶像崇拜作为一种防御机制，以缓解父母依恋减少所产生的焦虑。岳晓东认为，青少年对偶像的特殊情感依恋是青少年个体化过程中以补偿脱离对父母依赖的产物^[12]。当父亲或母亲缺席时，青少年更有可能崇拜偶像，尤其是对年长偶像的崇拜，这表明偶像是缺乏如长辈般的权威人物的一种补偿性替代^[13]。

2.1.2 对不安全依恋的补偿

偶像崇拜能够满足不安全依恋个体的在现实中无法满足的关系需求。不安全依恋在缺乏自信和爱的需求的驱使下，容易发展出对名人的依恋，为在现实生活中的破裂关系提供一种安全感^[14]。实证研究表明，不安全依恋与偶像崇拜相关^[15]。研究发现，依恋焦虑与名人依恋之间存在正相关^[16]，依恋焦虑水平较高的个体更有可能沉迷于对偶像的接近等行为^[17]。我国的最新研究表明，依恋回避能正向预测偶像崇拜^[18]，回避型、焦虑—矛盾型的不安全依恋个体在偶像崇拜过程中越可能发展为深重度的病理性崇拜^[19]。因此，青少年偶性崇拜是对现实生活中不安全依恋的一种补偿，可以满足个体安全感和爱的需求。

2.2 对浪漫关系的幻想

幻想（Fantasy）又叫“白日梦”，白日梦在一定程度上否认事实真相，聚焦于臆想中的事物，由此降低或防止潜在且易唤醒的焦虑。个体可以通过幻想实现在现实世界中不能满足的内心愿望，也可以看作是对本我和自我冲突的一种解决方式，从而达到心理的平衡^[4]。幻想在儿童期主要表现为在游戏中幻想以获得满足，而青少年的幻想则转向对偶像人物的崇拜。

青少年偶像崇拜开始于12岁左右^[12]，该阶段最重要的任务就是从父母那里摆脱自己，由于生理发育逐渐萌发了对异性的好奇和向往，从而产生了爱恋需求。而青少年感情丰富，易于动情，偶像明星光鲜亮丽的外形和商业包装的“人设”正好迎合了青少年此时被压抑的心理需求，符合他们心中理想爱人的形象，从而陷入对偶像产生的浪漫关系幻想中。

对浪漫关系的幻想同时也说明偶像崇拜具有社会和情感功能^[20]。偶像崇拜是一种次要社会关系，尽管这种关系中所有的互动都是单向的，但却给人一种互相认识并且很熟悉的错觉，使得这种即使是想象出来的关系显得特别真实，与实际的社会关系有许多相似之处。因此，对偶像明星的疯狂迷恋其实是青少年在安全距离外表演一段幻想的浪漫关系，以此作为成人关系的一种彩排和预演^[8]。基于实证研究的结果表明，偶像崇拜是一个拟态亲密关系建立的过程，偶像崇拜和个体的亲密幻想倾向呈正相关^[20]。并且偶像崇拜的程度越深，对这种亲密幻想的感知就越强^[21]，情感上的联结使得偶像的一些

细微变化也会引起“粉丝”异常强烈的情绪波动，整个过程就像一场疯狂的热恋，当“饭圈”使个人的热恋演变成集体热恋时，就衍生了如宗教一般的狂热行径。

2.3 对理想自我的投射

投射（Projection）是指个体将自身潜意识的情感、愿望和意志等归结到他人身上的一种维持心理平衡和自我保护的防御机制。克莱姆（Cramer）提出了防御机制发展理论，指出防御机制在人的一生中是动态发展的，在人生的不同阶段占主导地位的防御机制不同，在童年中期和青春期早期，投射占主导地位^[22]。

弗洛伊德（Freud）认为人们爱上某个客体，本质上是爱上自我想要努力达成、现实却不能达到的某种完美特质，人们通过这种迂回的方式来满足自恋，是对理想自我的投射^[5]。埃里克森（Erikson）指出青少年在热烈地寻求可以信仰的人和观念，每个人心中都有一个现实自我和理想自我。儿童在进入青少年期后，个体面临自我同一性和角色混乱冲突的危机，即在认识自我过程中出现问题^[23]。为了解决危机并获得新的同一性，青少年需要通过偶像崇拜进行自我确认，偶像是青少年在成长过程中对现实自我不满足而找到的理想自我，是自我同一性的最佳代表^[12]。因此个体对偶像某些方面的痴迷（如外形、才能、财富等），本质是一种对于不能在现实中满足的潜在欲望和理想的投射。研究也证明，自尊和自我评价能负向预测偶像崇拜^[19]，也就是说自尊和自我评价水平越低，个体越是认为自己达不到理想自我，则偶像崇拜程度越高。此外，偶像崇拜和自恋特征呈正相关^[24]，即自恋特质越强的个体更倾向于在偶像崇拜中对理想自我产生投射。因此，偶像崇拜投射出了崇拜者心中的潜在欲望，同时也是帮助青少年建立自我同一性，保持心理平衡的重要途径。

2.4 对群体身份的认同

弗洛伊德（Freud）在他著作《群体心理学与自我分析》中深入分析了群体认同，认为认同（Identification）对于理解个体与外界世界的关系和发展，以及理解自我、超我、自我理想、性格和身份感来说是至关重要的。认同是个体与他人产生情感联系的最初表现，被称为“群体幻想”^[25]。偶像崇拜在青春期早期最为强烈、也最有可能崇拜名人，此时青少年进入了认同发展的关键阶段，其特征是逐渐脱离对父母的认同^[26]，第一次开始寻找除父母以外的身份认同人物，走向自治^[11]或个性化^[10]。因此，偶像崇拜是对身份形成到认同的过程^[27]，处于青春期的青少年们，面临群体认同和疏远的危机，社会支持网络尤其是朋辈群体对青少年的健康发展至关重要^[28]。获得安全感、归属感及身份认同的心理需要促使青少年们更易融入“饭圈”。

然而，弗洛伊德（Freud）指出，群体认同像极了让人倍感安全和温暖的无意识幻想，自我失去了区分内在、外在现实的能力，失去了检验某些信念正确性的能力。当个体进入群体后，个体的自我抑制就在某种程度上消失了，那些潜伏于其内心深处的本能，在群体形成的那一刻即被唤醒而且寻求满足。群体成员彼此心理的融合让他们无法感知到自己和他人的差异性，他们无法将他人视为和自己不同的客体，彼此之间高度一致，共享同一主体性^[4, 25]。“饭圈”群体正是建立在对偶像的盲目推崇和爱慕的情感之上，圈内信息同质化程度高，易造成“粉丝”认知相对狭隘、丧失自我正确信念的现象。“饭

圈”资本正是利用这些操控整个粉丝群体，产生了一系列“乱象”^[29]。总之，群体认同是青少年本能地寻求安全感和归属感的产物，对青少年发展至关重要，然而，当前“饭圈”群体无疑对青少年产生了巨大的负面影响，无益于青少年的健康成长。

2.5 对压力的宣泄

宣泄（Catharsis）指用符合社会要求的建设性方式表达被压抑的原始冲动或欲望的一种心理防御机制。宣泄对于缓解压力、调节情绪和保持心理健康具有重要意义，“饭圈”偶像崇拜正是当今青少年对难以应对的学业压力和青春期压抑的情绪情感的宣泄和释放。

中学阶段是整个人生学业压力最重的阶段，尤其是当今整个社会处于“内卷”时代的巨大浪潮中，学业压力过大、学业受挫产生的习得性无助等均会对青少年产生超负荷的心理负担。这些均是造成青少年情绪困扰、心理健康水平和主观幸福感降低的主要原因^[30]。“饭圈”偶像崇拜正好是青少年们过剩的精力和压抑的情绪情感释放的出口，偶像成了他们的精神支柱，“饭圈”则成了他们宣泄的场域，在此获得精神慰藉。而且现阶段“饭圈”中具有深度参与性的“偶像养成”机制，使参与者能够感知自己一手追捧和供养的“爱豆”（偶像）的成长及其“出道”，给青少年们在整个参与过程中带来了难得的成就感，这种成就感尤其对于学业受挫或压力过大的青少年来说是另一种形式的“自我实现”。因此，从这个角度看，“饭圈”偶像崇拜在排解青少年学业压力、转移负面情绪及提高心理健康等方面发挥着一定的积极作用。

3 “饭圈”青少年偶像崇拜的引导路径

虽然偶像崇拜是青少年成长过程中的自然产物，所启动的一系列防御机制为其避免焦虑、保持心理平衡起到了一定的保护作用，也对青少年情感社会功能发展具有一定的积极意义。然而，当前“饭圈”存在文化失序和行为失范现象，对青少年的身心成长产生的负面作用必须得到高度重视。对“饭圈”青少年偶像崇拜的正确引导，是一个国家和社会的责任所在^[31]。

3.1 建立良好的依恋关系，满足青少年爱与归属需求

偶像崇拜是对依恋的补偿，因此，建立良好的依恋关系对于满足青少年爱与归属需求至关重要。研究表明，依恋质量与生活满意度、主观幸福感等息息相关，相较于安全型依恋，不安全依恋的个体在整个人生中会产生更多困扰。良好依恋是抵御青少年发展风险的“安全堡垒”，能减缓不良因素的消极影响，拥有良好依恋关系的青少年主观幸福感等积极情绪更高^[32]。

因此，建立良好的依恋关系应置于家庭教育的关键地位。处于“心理断乳期”的青少年也需要爱与依恋，不应忽视青少年时期良好亲子关系的培育与维护。建立良好的依恋关系，一方面，在家庭层面，父母双方都应该学习以正确的方式对孩子进行教育和引导，塑造一个充满温馨和支持、爱与尊重的家庭，以帮助青少年形成良好依恋，满足爱与归属的需求。另一方面，政府层面在家庭教育指导服务体系中更要凸显建立良好依恋关系的重要地位，增强家长对亲子关系重要性的认识，指导家长如何科学有效地建立依恋关系。

3.2 树立正确的爱情价值观，创生青少年精神力量

青少年的身心发育开始趋于成熟，加上性意识的萌发，产生了对异性的爱慕之情，憧憬浪漫关系，对偶像的迷恋某种程度上也是对恋爱关系的幻想。然而青少年的心智还未完全成熟，不能理性应对身心变化与内心情感需求带来的困惑和冲突。因此，需要帮助青少年树立正确的爱情价值观，引导他们将对爱情的憧憬转化为自身的精神力量。

首先，应该让他们清醒地认识到偶像崇拜应当是心理认同而不是情感上的过分依赖。积极帮助青少年从多方位角度看待恋爱对象或偶像，形成以道德美、人格美等内在价值为导向的爱情观，而不仅仅偏重用外在标准去评价他人。其次，要让青少年认识到健康的关系需要建立在平等互助的基础上，而不是一味地依附于依恋对象，否则会失去自我和道德尊严。而偶像崇拜本就是一种不对等的幻想恋爱关系，本质上和健康的爱恋关系相违背。最后，要让青少年充分认识到只有当自我掌握了充分的科学知识和社会劳动技能，在社会实践中拥有自我价值后，才能产生爱的能力，进而爱自己、爱他人。

3.3 榜样教育和偶像崇拜融合共振，塑造青少年自我价值

偶像崇拜是对理想自我的投射，因此应引导青少年对理想自我有理智清晰的认识和正确的价值判断，将生活和精力的重心放在塑造自我价值上。对于思想尚未成熟的青少年来说，他们的思想道德和价值判断更需要有益引导，偶像或榜样的个人形象、思想道德等都会对青少年产生至关重要的影响。有研究发现，有偶像的青少年自我价值感显著高于没有偶像的青少年^[33]。因此，偶像崇拜不必过分打压，如何将榜样教育和偶像崇拜融合与共振，帮助青少年塑造自我价值，这是当前教育层面的重大命题。

树立正面的榜样形象作为青少年的崇拜对象，使榜样教育和偶像崇拜相融合。一方面，使偶像走向榜样。要挖掘和凸显偶像的内在价值，青少年可以从偶像身上找到塑造自我价值的动力，学习偶像的奋斗精神、人格品质、价值观念等。另一方面，使榜样走向偶像。榜样需要多元化、生活化、并且可以由青少年自主选择。更加多样化、真实“接地气”、个性化、符合青少年心理需求的榜样，才能真正使青少年内化于心，外化于行。

3.4 赋能“饭圈”群体积极力量，建设青少年主流价值观

群体虽然是对本能的唤起和满足，但也有积极的一面。在群体中也可以形成良好的克制、慷慨以及奉献精神，个体的道德感和道德伦理行为因进入群体而得以提升^[25]。事实上，“饭圈”在扶贫、救灾等公益事业上发挥的作用已不容小觑。因此，赋能“饭圈”群体的积极力量具有重要意义。一方面，应当利用群体的积极力量引导“饭圈”发挥积极力量，净化“饭圈”生态网络，推动爱国主义、奉献精神等主流价值观融入“饭圈”。如在面对灾情时，“饭圈”活动可以与公益活动相结合，不仅满足了群体归属感认同感，更能引导青少年正确价值观和生命意义感的实现。另一方面，主流价值观要充分发挥对青少年群体的吸引力，需要尊重并理解饭圈的传播话语与传播方式，以青少年喜闻乐见的方式开展传播，打破“信息茧房”，实现“破壁入圈”，并引导青少年积极参与到主流价值的建设与传播当中^[1]。

3.5 疏通和创设多种宣泄渠道，提升青少年心理健康水平

压力是影响心理健康和主观幸福感的主要因素，因此，“内卷”时代背景下，更要疏通和创设多种渠道压力宣泄渠道，提升青少年心理健康水平。首先，运动是非常有效的宣泄方式，运动能够提升多巴胺、缓解慢性压力，从而抵抗抑郁等负面情绪^[34, 35]。因此应适当对青少年开展丰富的体育活动，保障学生每天的户外活动时间，学校更不应以学业繁重为由减少学生的体育活动。其次，文艺活动也是有益的宣泄方式。艺术历来被视为表达强烈冲突、晦涩感觉和抒发情感的安全手段^[36]。青少年可以通过绘画、写作、音乐等艺术形式抒发情感，来减轻不良情绪，从而促进心理健康。学校、社区和社会应创设多种文艺形式，培养青少年的兴趣爱好作为宣泄渠道。最后，社交也是重要的宣泄方式。与他人分享自己的感受和情绪可以减轻内心的压力和负面情绪，他人的支持和理解可以帮助青少年更好地应对压力困境。因此，应多创设青少年的社交活动机会，如集体志愿活动、互动合作等活动，帮助青少年疏解压力。

参考文献

- [1] 席志武, 李华英. “饭圈文化”对网络主流意识形态的潜在风险及治理对策 [J]. 安徽师范大学学报 (人文社会科学版), 2022, 50 (2): 78-85.
- [2] Leets L, De Becker G, Giles H. Fans Exploring Expressed Motivations for Contacting Celebrities [J]. Journal of Language & Social Psychology, 1995, 14 (1/2): 102-123.
- [3] Hackley C, Hackley R A. The iconicity of celebrity and the spiritual impulse [J]. Routledge, 2016 (3).
- [4] 兰迪·拉森. 人格心理学: 人性的科学探索 [M]. 郭永玉, 译. 北京: 人民邮电出版社, 2011.
- [5] Freud. Group Psychology and Self Analysis [M]. Standard Edition, 1921: 69-143.
- [6] 安娜·弗洛伊德. 自我与防御机制 [M]. 吴江, 译. 上海: 华东师范大学出版社, 2018: 6-7.
- [7] 林崇德, 杨志良, 黄希庭. 心理学大辞典 [M]. 上海: 上海教育出版社, 2004: 1-83, 1074, 1756, 1783.
- [8] David C, Giles, John Maltby. The role of media figures in adolescent development: relations between autonomy, attachment, and interest in celebrities [J]. Personality and Individual Differences, 2004, 36 (4).
- [9] Gayle S, Stever. Fan Behavior and Lifespan Development Theory: Explaining Para-social and Social Attachment to Celebrities [J]. Journal of Adult Development, 2011, 18 (1).
- [10] Goossens L, Marcoen A. Relationships during adolescence: constructive vs. negative themes and relational dissatisfaction [J]. Journal of adolescence, 1999, 22 (1): 65-79.
- [11] Steinberg L, Silverberg S B. The vicissitudes of autonomy in early adolescence [J]. Child development, 1986, 57 (4): 841-851.
- [12] 岳晓东. 我是你的粉丝——透视青少年偶像崇拜 [M]. 上海: 上海人民出版社, 2007: 122.
- [13] Chau-kiu Cheung, Xiao Dong Yue. Idol worship as compensation for parental absence [J]. International Journal of Adolescence and Youth, 2012, 17 (1): 35-46.
- [14] Mc Cutcheon L E. Are parasocial relationship styles reflected in love styles? [J]. Current Research in Social Psychology, 2002, 7 (6): 82-93.

- [15] Mccutcheon L E, Scott V B J, Aruguete M S, et al. Exploring the link between attachment and the inclination to obsess about or stalk celebrities [J] . North American Journal of Psychology, 2006, 8 (2) : 289-300.
- [16] Dara N, Greenwood. Attachment, Belongingness Needs, and Relationship Status Predict Imagined Intimacy With Media Figures [J] . Communication Research, 2011, 38 (2) : 278-297.
- [17] Roberts K A. Relationship Attachment and the Behaviour of Fans Towards Celebrities [J] . Applied Psychology in Criminal Justice, 2007, 3 (1) : 54-74.
- [18] 杜清钦, 邓静, 苟路平, 等. 依恋回避与偶像崇拜的关系: 孤独感的中介作用 [J] . 中国健康心理学杂志, 2022, 30 (12) : 1822-1825.
- [19] 杨宇晴, 吴波. 大学生偶像崇拜与核心自我评价的关系 [J] . 中国健康心理学杂志, 2021, 29 (2) : 314-320.
- [20] Samantha K, Brooks. FANatics: Systematic literature review of factors associated with celebrity worship, and suggested directions for future research [J] . Current Psychology, 2018 (prepublsh) .
- [21] Vally Zahir, Moussa Dima, Khalil Esraa, et al. Celebrity worship in the United Arab Emirates: An examination of its association with problematic internet use, maladaptive daydreaming, and desire for fame [J] . Psychology of Popular Media, 2021, 10 (1) .
- [22] Phebe Cramer, Constance J, Jones. Defense mechanisms predict differential lifespan change in Self-control and Self-acceptance [J] . Journal of Research in Personality, 2006, 41 (4) .
- [23] E H Erikson. Identity: youth and crisis. Norton, New York [J] . Psychosomatics, 1968 (4) : 243-244.
- [24] Sansone Randy A, Sansone Lori A. “I’m Your Number One Fan”: A Clinical Look at Celebrity Worship [J] . Innovations in clinical neuroscience, 2014, 11 (1/2) .
- [25] Ethel S, Person. 论弗洛伊德的《群体心理学与自我分析》 [M] . 尹肖雯, 译. 北京: 化学工业出版社, 2018: 64-66.
- [26] Cramer P. Identification and its relation to identity development [J] . Journal of personality, 2001, 69 (5) : 667-688.
- [27] Gleason Tracy R, Theran Sally A, Newberg Emily M. Parasocial Interactions and Relationships in Early Adolescence [J] . Frontiers in psychology, 2017 (8) .
- [28] 岳晓东, 严飞. 青少年偶像崇拜之心理机制探究 [J] . 中国德育, 2006 (12) : 11-16.
- [29] 高路. “Z世代”法治思维塑造的困境与纾解——基于“饭圈”生态的叙事分析 [J] . 理论导刊, 2024 (3) : 88-94.
- [30] 姜晓文, 姜媛, 田丽, 等. 青少年压力与主观幸福感的关系: 一个有中介的调节模型 [J] . 心理与行为研究, 2018, 16 (3) : 349-354.
- [31] 桑青松. 网络文化与青少年道德学习 [M] . 北京: 人民出版社, 2023: 264.
- [32] 吴旻, 刘争光, 梁丽婵. 亲子关系对儿童青少年心理发展的影响 [J] . 北京师范大学学报 (社会科学版), 2016 (5) : 55-63.
- [33] 孙宏艳, 耿雅倩. 从偶像崇拜到榜样教育 [J] . 人民教育, 2021 (7) : 35-38.
- [34] 刘素, 李芳, 李长风, 等. 青少年健康行为和学习压力对学习成绩的影响 [J] . 中国健康教育, 2019, 35 (3) : 239-242.
- [35] Chong Chen, Shin Nakagawa, Yuji Kitaichi, et al. The role of medial prefrontal corticosterone and dopamine in the antidepressant-like effect of exercise [J] . Psychoneuroendocrinology, 2016 (69) .

[36] 周钦珊. 艺术疗法及其在青少年心理健康教育中的运用 [J]. 中国青年研究, 2018 (2): 115-119.

Born Internally: The Internal Motivation and Guiding Path of Adolescent Idol Worship in the “Celebrity Fan Clubs” —From the Perspective of Psychological Defense Mechanisms

Guo Minna Sang Qingsong

School of Education Sciences, Anhui Normal University, Wuhu

Abstract: Under the background of the rapid development of the Internet, the prevalence of “celebrity fan clubs culture” has had a certain negative impact on the online social ecology and physical and mental growth of young people in China. The idol worship of “celebrity fan clubs” young people has formed a new academic proposition. This study starts from the perspective of psychological defense mechanisms in psychodynamics and combines previous empirical studies to explore the internal motivations of idol worship among “celebrity fan clubs” teenagers. It sorts out five psychological defense mechanisms that initiate idol worship in “celebrity fan clubs” teenagers, namely compensation for attachment, fantasy of romantic relationships, projection of ideal selves, identification with group identity, and release of pressure. Based on this, a guiding path for the idol worship of teenagers in the “celebrity fan clubs” is generated, which includes establishing good attachment relationships, establishing correct love values, integrating and resonating with role model education and idol worship, empowering the “celebrity fan clubs” group with positive forces, and unblocking and creating various pressure relief channels.

Key words: “Celebrity fan clubs” idol worship; Teenagers; Psychological defense mechanism; Internal motivation; Guiding path