

当代大学生婚育观嬗变的情感逻辑和纾解策略研究

艾炎 张嘉慧

江西财经大学，南昌

摘要 | 随着时代的变迁和社会的发展，大学生的婚育观呈现出多元化、开放化和个性化的趋势。越来越多的大学生追求婚姻的平等、尊重和理解，以及个人的自由和独立。因此，当婚育带来的价值无法满足个人的情感需求时，他们会出现逃避、拒绝甚至婚育恐惧心理。本文从大学生婚育观的趋势、影响因素对现有研究进行梳理和总结，分析了婚育恐惧的相关因素及成因机制。经探索发现，大学生婚育恐惧主要受经济成本与教育投入、时间成本与社会角色冲突、原生家庭与亲密恐惧、社交媒体与政策保障，以及文化观念与个体化等因素影响。以上影响因素使得大学生在归属感、控制欲、安全感，以及情感支持等情感需求方面出现失衡，因此在面临婚育选择时感到犹豫甚至恐惧，其中女性表现更为突出。针对以上问题和成因，本文在政策保障上，呼吁政府及相关组织积极出台更符合现实需求的政策，以保障婚育权益发挥长效作用，构建生育友好型社会。在文化引导上，以家庭教育为基础，构建和谐友爱、责任共担的新型家庭文化；以学校教育为抓手，普及婚恋教育；以社交媒体为载体，营造良好舆论氛围，提升公众信心。在专业干预上，从不同视角理解和深入剖析，积极运用社会工作的个案、小组及团体辅导方法，依据相关专业理论设计出有针对性的方案，改善大学生的婚育恐惧心理，帮助其树立积极的婚育观念。

关键词 | 情感需求；婚育恐惧；社会工作干预

Copyright © 2025 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/>



马林诺夫斯基说：“生殖作用在人类社会是一种文化体系，种族的延续并不是靠单纯的生理行动及生理作用满足的，而是一套传统的规则和一套相关的物质文化的设备活动的结果。这种生殖作用的文化体系是由各种制度组织成的，如标准化的求偶活动、婚姻、亲子关系”。这表明婚姻和生育是一体的，婚姻被视作家庭和社会的基石，而生育则是婚姻的重要成果之一。因此，

在谈及婚姻时自然而然想到的就是生育，这两个话题密不可分，息息相关。

据民政部数据统计，截至2023年，国内结婚率和生育率呈下降趋势，全国婚姻登记率由2013年的1346.93万对减少至768万对；全国出生人口由2013年的1640万人减少至902万人。这一数据变化不仅反映出我国婚姻家庭状态、婚育观念的新趋势，也反映出社会经济的发展情

基金项目：江西省社会科学“十四五”规划课题研究“青少年偏差行为的加工机制及干预对策研究”（项目编号21SH11D）。

通讯作者：张嘉慧，江西财经大学硕士研究生，研究方向：儿童与青少年心理健康。

文章引用：艾炎, 张嘉慧. (2025). 当代大学生婚育观嬗变的情感逻辑和纾解策略研究. *中国心理学前沿*, 7(11), 1358-1368.

<https://doi.org/10.35534/pc.0711222>

况、政策环境的变化。

“结婚生孩子”原本就是中国几千年来代代相传的习俗，但是从民政部发布的数据来看，近几十年来，这个习俗却前所未有地逐渐被打破。许多年轻人选择不结婚、不生育，这其中有一部分是因为“恐婚恐育”。有研究表明大学生群体中的婚育恐惧现象日益凸显。因此，本文从情感需求理论视角出发，深入探讨大学生恐婚恐育现象及其背后的原因，并运用社会工作的专业方法帮助大学生培养积极的婚育观。

1 大学生婚育观的嬗变：从顺从到自主

在不同的社会历史形势下，婚姻观存在着一定程度的差别，这是与社会发展的客观现实相一致的，也是婚姻观从低层次走向高层次的必经之路（李岑等，2012）。

1.1 “父母之命”到“慎婚自主”

传统的婚姻观主张“父母之命，媒妁之言”（李莎，2024），是以传宗接代为目的（张大卫，2024），注重婚姻的“门当户对”（李后建，2013；陈露菡，2024），主要体现在经济实力（王福山，2015）、文化水平的一致（Fafchamps M, 2004）。随着时代的变迁与发展，现代婚姻观表现为注重婚姻责任（裴渝新等，2023），不再将个体的生理需求作为婚姻缔结的唯一条件，情绪价值和爱好也是非常重要的因素（刘镇江，刘红利，2009）。与此同时，大学生也更加注重婚姻中自身的情感满足（王一岚，2024）及自我价值的实现（侯杨巧，2010）。婚姻观趋于自主化，婚姻目的趋向个体化（郑叶昕等，2022），在婚姻关系中注重平等化，强调男女平等，且离婚观念自由开放、单身主义观念得以强化（杨菊华，2024）。但也有部分青年的婚姻观较为消极（张洪玉，2018），处于“集体性焦虑”状态（周宇香，2022），婚姻行为表现得更加谨慎。

1.2 “多子多福”到“慎育少生”

传统社会的生育观以早生早育、男性偏好、多子多福为主要特征（徐俊，2008），是以经济效益和现实效用为基础的生育观念（Becker, 1960），包括情感效用、保障效用、经济效用和家族延续效用（李志，吴永江，2022）。如“养儿防老”（Park S M, 2011）和为家庭增添劳动力等。也有学者强调孩子的价值，即父母认为孩子为他们提供心理满足（Hoffman, 1978），诺克（Nauck）则提出，生育观是人们对孩子的经济支出与提供的心理满足的认知评价（Nauck B, 2007）。随着互联网的发展与文化观念的传播，传统的“养儿防老”生育文化的影响被削弱，青年群体生育的价值观念发生了较大转变（张煜婕，2024）。在进行生育抉择时，他们会更多地聚焦于自我的价值实现与幸福追求，从而降低个人的生育意愿（胡扬名，陈妍芳，2024）。

青年人普遍重视优生优育，注重对子女综合素质的培养（沈费伟，2013），越来越重视孩子的质量（王仁瑞，2016），也更加注重个体情感满足以及人生体验（杨宝琰，吴霜，2021），如互助进步、精神寄托、情感陪伴以及对自身成长的意义（彭训文，2022）。因此，生育行为更多的是出于实现个体价值及自我成长的角度考虑，而非传统家庭义务（赵凤等，2023；穆光宗，2020）。

综上所述，大学生更加注重在婚姻中的自我价值与自我实现，对于婚育的目的趋向于满足个人的情感需求。所以，当婚育行为无法达到他们所期待的目标时，他们会逐渐不愿意结婚生子（贾诺，2023；潘修明；2023），甚至是对婚育行为产生排斥和恐惧心理，这也对传统的婚育观提出了挑战。

2 研究设计

2.1 研究框架

本研究聚焦大学生婚育恐惧现象，通过问卷调查，探究大学生婚育态度及不同背景下的差异、婚育恐惧的关键诱因与作用机制，同时基于情感需求理论，阐释归属感等情感需求与婚育恐惧的内在关联。研究框架如图1所示。

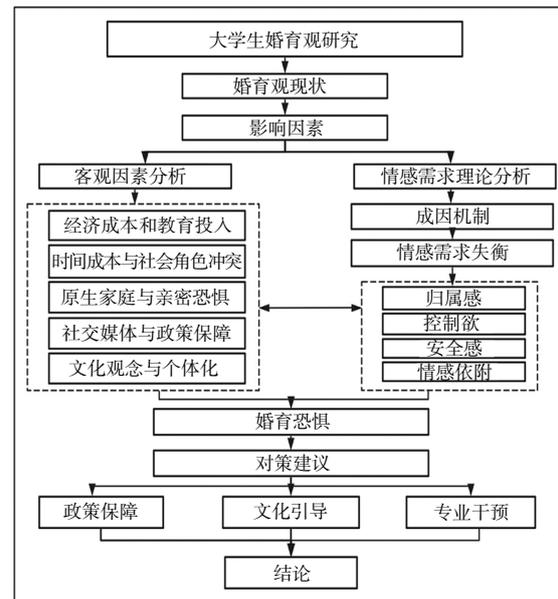


图1 研究框架图

Figure 1 Research framework diagram

2.2 数据来源与处理

本研究通过线上问卷平台与线下实地发放相结合的方式收集数据。线上通过问卷星平台向全国20余所高校

(含综合类、理工类、文科类)投放,线下在5所不同层次院校(“211”、普通本科、专科)的食堂、图书馆发放,采用随机抽样法。剔除无效问卷后,共计获取421份样本数据。最后,从问卷填写者中抽选受访者,依据目的性抽样原则,共选取了10名受访者进行深度访谈。在受访者中,男性占50%,女性占50%,年龄在19~25岁。

运用SPSS.27对收集到的数据进行描述性统计、相关性分析、差异性检验等,揭示大学生婚育恐惧的现状、影响因素及各因素间的关系。此外,在完成访谈后,对访谈资料进行逐字转录,确保内容的准确性与完整性。随后运用主题分析法,梳理出大学生恐育背后的核心主题。针对不同性别、年级、专业,以及婚育态度差异的学生群体,进行分类对比分析,探究各类因素在不同群体中的表现差异,从而深入剖析大学生恐育心理的形成机制,为后续提出针对性的干预策略提供依据。

3 当代大学生婚育观的突出特点:普遍性的恐婚恐育且女性表现更为突出

婚育恐惧是适龄个体对“婚”和“育”态度的集合,恐婚和恐育是相互促生的。“恐婚”会导致总体生育水平降低(Soltanian F, 2017)，“恐育”会加剧适龄个体对婚姻的畏惧,二者相互关联、相互作用(陶江南, 2023)。

图2呈现了大学生的结婚意愿。数据显示,在“我宁愿自己过日子,也不愿结婚”问题中,近五成的学生对此表示强烈赞同,20.19%表示“很同意”、20.90%表示“同意”。这说明大多数大学生对于婚姻具有强烈的排斥意愿,相较于婚姻生活他们更享受独处。也有相当一部分学生对于婚姻处于观望状态,他们不确定今后是否要进入婚姻。然而,仅19.95%的大学生对此表示明确反对。由此可见,大学生的结婚意愿较为低迷,“懒婚”“不婚”或“恐婚”的特点显现。

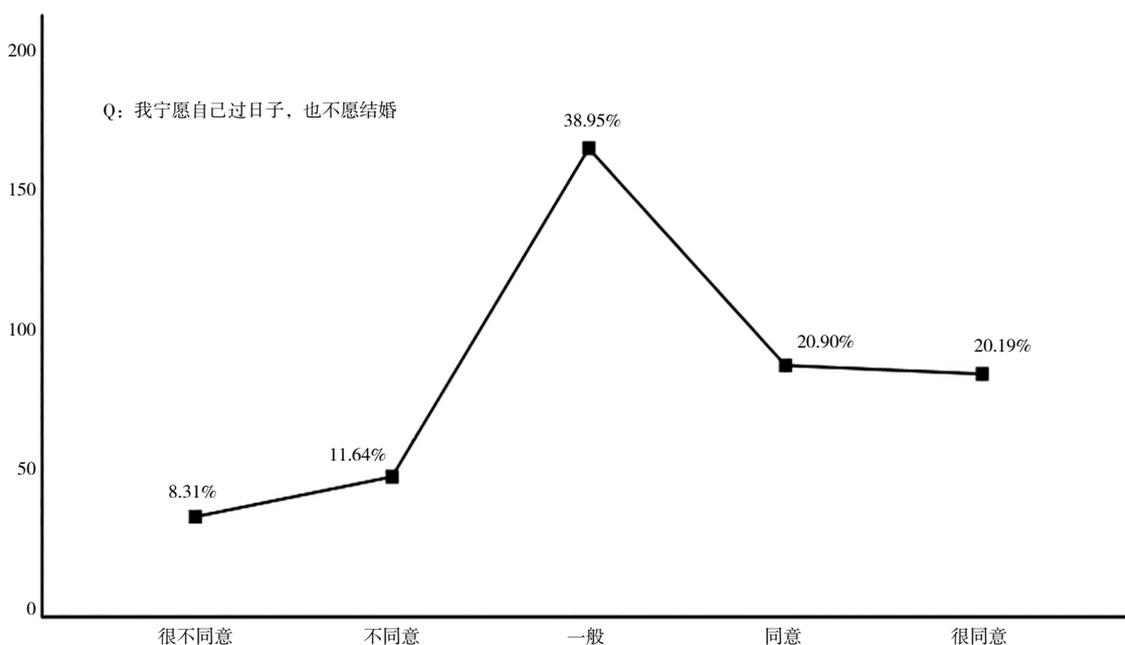


图2 结婚意愿

Figure 2 Marriage intentions

在生育层面,如图3所示。近六成的大学生对“婚姻的主要原因是生孩子”表示“很不同意”(32.78%)或“不同意”(29.45%),数据表明,大学生认为婚姻的主要目的并非生育,生育也不是人生的必选项。由此,可以折射出大学生当下的生育观呈现出较低的生育意愿,对生育保持谨慎态度,有相当一部分大学生明确

表示不想生育。以往学者也指出许多大学生在生育问题上表现出焦虑、恐惧,害怕无法承担育儿责任,对生育后的个人自由、职业发展和生活质量受影响感到极度不安,因此会主动回避婚恋中可能涉及生育的话题,对生育相关信息表现出抵触情绪,出现拒绝生育的极端行为(茅倬彦等, 2024)。

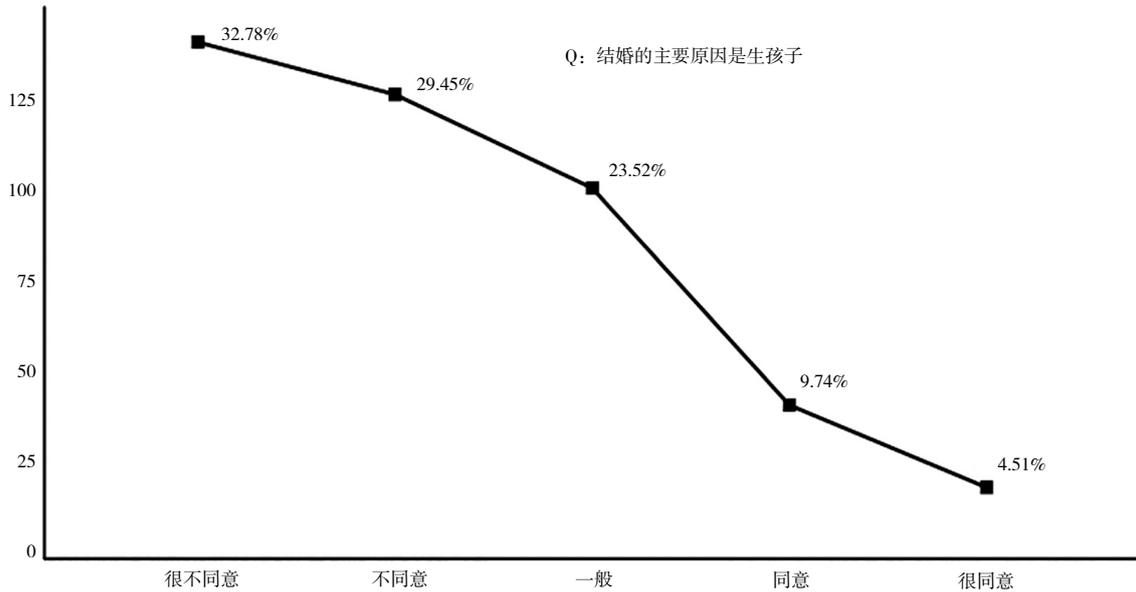


图3 生育意愿

Figure 3 Fertility intentions

数据整体表明，大学生对于婚育的态度整体呈现消极态势，绝大多数的大学生认为婚姻不是人生必备选择，应该顺其自然，对生育也是望而却步。其中女性的婚育意愿更为消极，在“我宁愿自己过日子，也不愿结婚”问题中，46.53%

的女大学生表示强烈赞同，这反映出女性更倾向于独处而非步入婚姻。相反，仅有27.12%的男大学生对此表示强烈赞同，这说明大部分男生更愿意结婚而非独居，由此可以体现男女在婚育态度上呈现出较大差距，如图4所示。

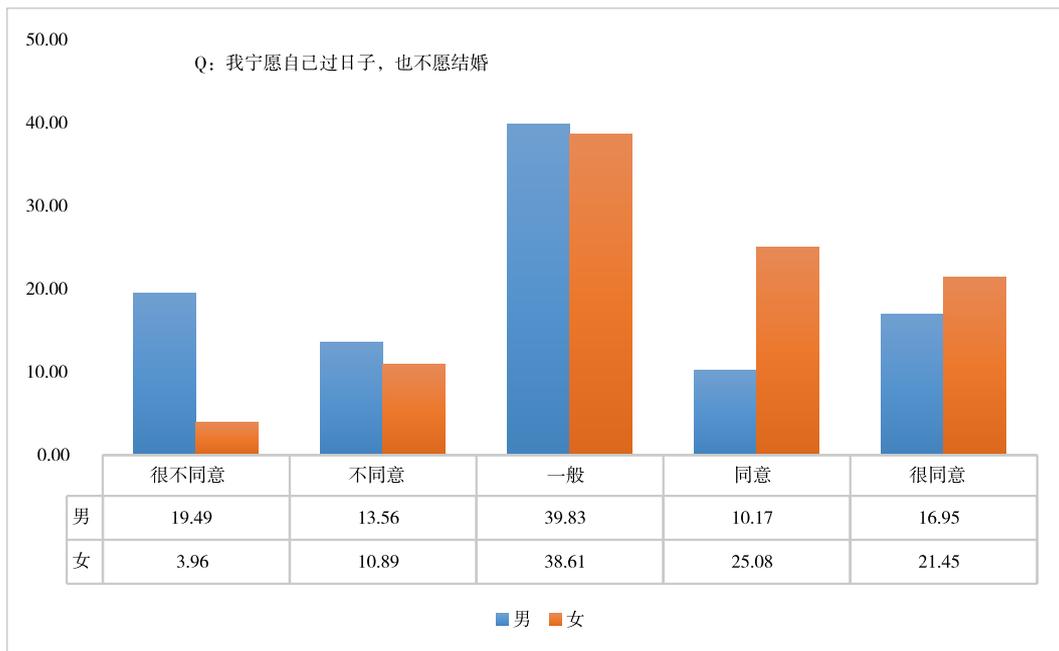


图4 大学生婚育态度性别差异

Figure 4 Gender differences in marital and fertility attitudes among college students

4 当代大学生婚育恐惧的影响因素： 多维因素协同作用

本部分旨在深入探讨当代大学生婚育恐惧现象

的成因，通过系统的调查分析，揭示影响大学生婚育恐惧的多重因素。调查结果如图5、图6所示。对调查数据进行归纳总结，形成以下五个维度的诱因分析。

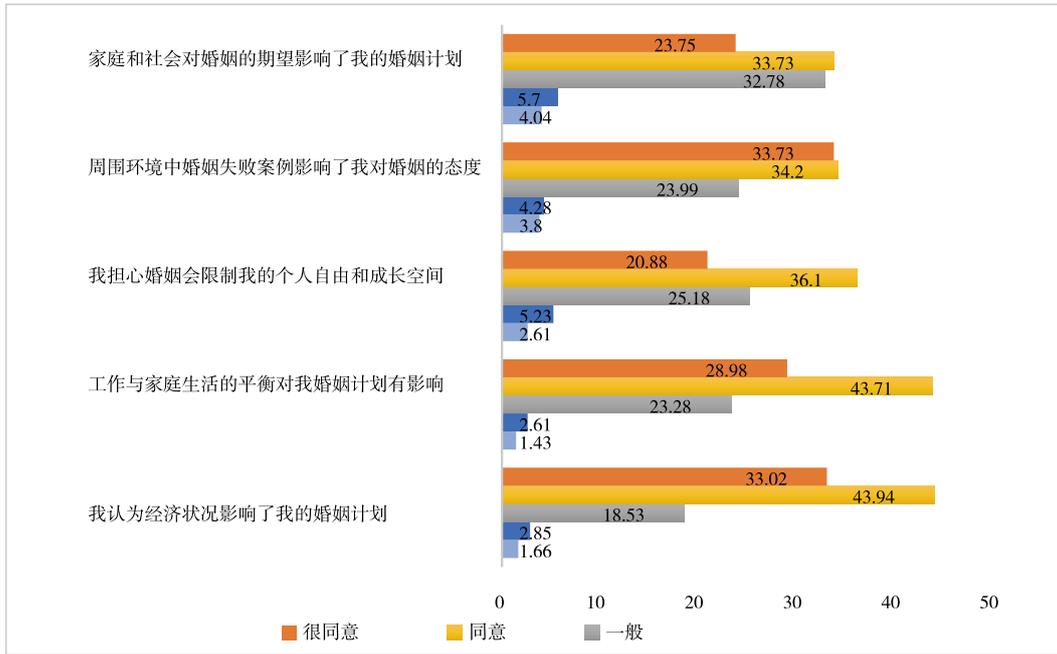


图5 恐婚诱因

Figure 5 Factors contributing to the fear of marriage

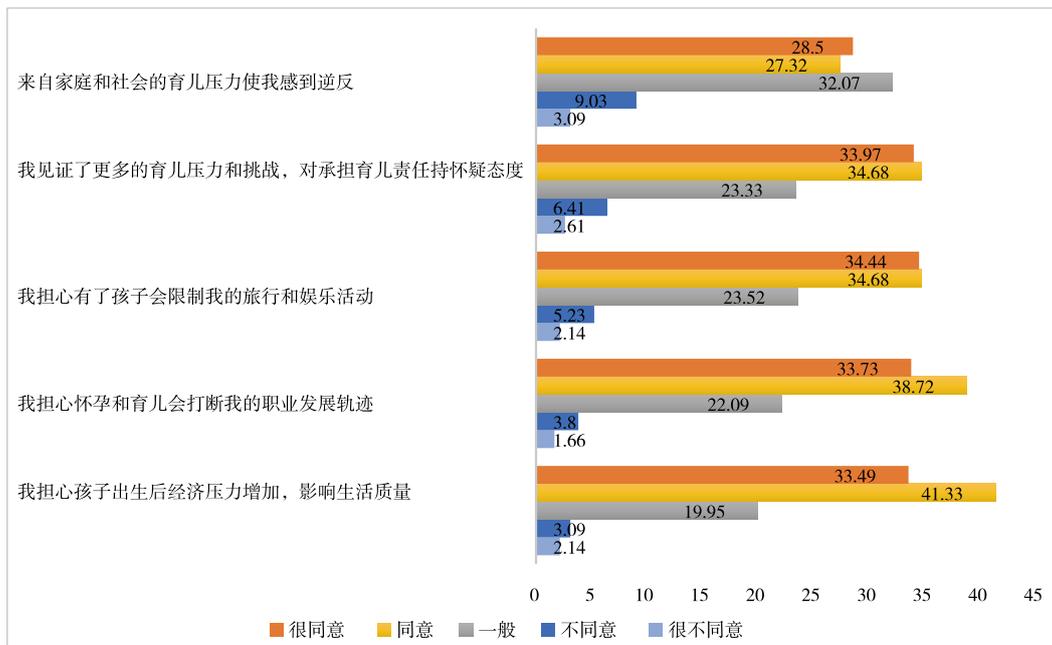


图6 恐育诱因

Figure 6 Factors contributing to the fear of childbearing

4.1 经济成本与教育投入

在关于大学生婚育意愿的调查中,数据呈现出清晰的趋势。在婚姻经济影响方面,近80%学生对“我认为经济状况影响了我的婚姻计划”表示强烈赞同,仅少数学生(2.85%表示“不同意”、1.66%表示“很不同意”)认为经济成本并不会影响其婚姻计划。在生育经济压力方面,绝大多数学生对生育造成的经济压力表示强烈认同,33.49%表示“很同意”,41.33%表示“同意”,仅有5.23%的学生认为生育后的经济成本对生活无影响或影响较小,如图5、图6所示。

从这些调查结果可以看出,大学生普遍意识到婚姻和生育所附带的经济责任。在自身经济基础尚未稳固时,他们对婚姻望而生畏,害怕因婚姻失去经济自由陷入经济困境,面对生育成本增加,他们的生育意愿也随之降低。本研究的结果与以往研究结果一致,就业难、婚育经济压力高、赡养老人任务重、高额房价等因素造成了大学生的窘迫处境,对大学生的婚育意愿存在显著的负向作用(贾诺,2023;杨克文,2019)

4.2 时间成本与社会角色冲突

关于大学生对婚育与工作和生活关系的调查结果发现,近八成(72.45%)的学生赞同“我担心怀孕和育儿会打断我的职业发展轨迹”。在工作与家庭生活平衡对婚姻计划的影响方面,仅有少数学生,合计4.04%的大学生(2.61%表示“不同意”、1.43%表示“很不同意”)认为工作与家庭对自己的婚育并无较大影响,72.69%的大学生(其中43.71%的大学生表示“同意”,28.98%表示“很同意”),对此表示强烈认同。

上述调查结果表明,大学生在面临婚育问题时,对时间分配和职业发展十分担忧。在当下“内卷”文化和快餐式生活方式中,他们担心婚育会占用大量时间资源,影响自己在学业和事业上的发展,并且难以平衡工作与家庭的角色。尤其对于女性来说,这种矛盾更为突出。

以往学者也提出,“内卷”文化、精细化养育模式使大学生面临多重压力,加剧“时间贫困”风险,导致他们担心婚育占用过多时间资源,难以经营感情和家庭。此外,由于现代女性在职场面临和男性一样的竞争压力,而传统家庭角色又要求女性完成贤妻良母的任务,性别角色分工使女性面临双重压力,家庭和工作的冲突加剧了其“恐育”情绪。

4.3 原生家庭与亲密恐惧

图5、图6数据表明,在婚姻计划方面,57.48%的大学生强烈赞同“家庭和社会对婚姻的期望影响了我的婚姻计划”,认为婚姻计划受原生家庭的影响很大。有近三成的学生对此持中立态度,表示其原生家庭对其并无影响。而在育儿问题上,55.82%的大学生对“来自家庭和社会的育儿压力使我感到逆反”表示高度赞同,仅有

12.12%对此表示反对,认为家庭和社会并未给其造成压力或影响。

从调查结果来看,家庭和社会因素对于大学生婚育态度有着不可忽视的作用,家庭和社会的期望与压力,会引发大学生不同的心理反应,进而影响他们对婚育的态度。这也反映出家庭背景在大学生婚育观念形成过程中扮演着重要角色,不同的家庭背景对于大学生婚育的态度具有不同影响。

本研究结果与Rodica等人所提出的研究结论相呼应,Rodica(2014)指出具有家庭结构、家庭氛围、父母教养方式、家庭经济水平等不同家庭背景的学生,在婚育问题上会产生不同的心理反应。此外,在原生家庭中受过伤害的个体,往往对亲密关系缺乏信心,甚至心存恐惧。高亲密恐惧的个体对待婚姻态度更为消极,自我婚育评价也更低(魏紫琪,2024),当亲密恐惧得不到有效改善,会对婚后生活和生育造成不良影响。

4.4 社交媒体与政策保障

对“周围环境中婚姻失败案例影响了我对婚姻的态度”以及“我见证了更多的育儿压力和挑战,对承担育儿责任持怀疑态度”这两个问题的数据进行分析,发现有68.65%的学生表示,他们对育儿过程中的压力和挑战有着深刻的共鸣,这种感受让他们对生育产生了恐惧。这表明,目睹的育儿困难和现实生活中的负面婚育案例对他们的观念有着深远的影响。

当下,社交媒体上充斥着夫妻争吵、家庭暴力、婚内出轨、杀妻、产后抑郁等负面新闻,这些内容将婚姻生活的矛盾与育儿的艰辛过度放大。大学生长期暴露在这类负面信息环境中,在心理层面不由自主地构建起婚育艰难的刻板印象,进而对婚育产生本能抵触。此外,社交媒体的圈层化传播特性,使得大学生容易陷入社交比较。当看到同龄人展示的单身自由生活,与被描述为充满家庭束缚、失去个人空间的婚后生活形成鲜明对比时,他们对婚育的恐惧被进一步加剧。

以往研究也指出,社交媒体的圈层化传播促进了用户之间的情感交流和共鸣,容易导致大学生陷入社交比较(杨雅等,2023)。不仅如此,从现实层面来看在住房、就业、托育、医疗保健等政策保障的不完善,也影响着大学生婚育决策,这种保障缺失无疑在现实中强化了大学生的婚育恐惧心理。

4.5 文化观念与个体化

如图5所示,在“我担心婚姻会限制我的个人自由和成长空间”问题中,56.98%的大学生表示强烈赞同,仅小部分学生表示反对。此外,69.12%的学生对“我担心有了孩子会限制我的旅行和娱乐活动”表示强烈赞同。

这表明,大学生优先考量自我实现需求,个体追求自由和自主性的愿望增强,婚姻和生育不再是人生的标准范式。个体化发展改变了青年的婚育观念,生育被视

为个体的自由选择，而非社会义务。大学生婚育观念从社会规训逐渐转向遵循内心秩序，更加注重自我责任与自我发展，他们更加主张“为自己而活”“活出自己”的动机和欲望。当婚育的归属感和“为自己而活”的自主感得到平衡时，才愿意进入一段婚姻中，从而再考虑生育。

随着全球化进程的加快，现代多元文化涌入大学生的视野，传统的“男大当婚，女大当嫁”“不孝有三，无后为大”等传统观念强调家庭繁衍和社会责任，在一定程度上忽视了个体的情感需求与发展意愿。这种强制性的传统观念使大学生产生了强烈的抵触情绪，他们不愿遵循传统而走进婚姻，生育子女，而是更希望在婚姻中找到灵魂契合的伴侣，在生育中实现自我价值的

深化，传统文化观念反而成为引发其婚育恐惧的源头之一。

5 基于个体情感需求视角的大学生婚育恐惧现象分析

如表1所示，将安全需求、情感依附需求、归属感需求、自我实现需求四个自变量与婚育态度这一因变量进行多元回归分析，明确各类情感需求在塑造大学生婚育态度时的影响方向及程度以预测大学生群体的婚育态度变化趋势。结果显示，回归模型拟合度良好 ($R^2=0.258$)，且经F检验 ($F=36.080$, $p<0.001$)，达到显著水平，说明自变量与婚育态度之间存在显著的关联性。结果如表2和表3所示。接下来将依据结果展开分析

表1 相关性分析

Table 1 Correlation analysis

	平均值	标准差	安全需求	情感依附需求	自我实现需求	感情与社交孤独	归属感需求	婚育态度
安全需求	4.060	0.702	1					
情感依附需求	3.489	0.586	0.524**	1				
自我实现需求	3.667	0.511	0.559**	0.503**	1			
感情与社交孤独	3.010	0.579	0.286**	0.333**	0.335**	1		
归属感需求	3.945	0.628	0.485**	0.609**	0.530**	0.220**	1	
婚育态度	3.165	0.495	0.400**	0.403**	0.433**	0.423**	0.269**	1

注：* $p<0.05$ ** $p<0.01$ 。

表2 回归分析模型概述

Table 2 Overview of the regression analysis model

模型	R	R ²	调整后 R ²	标准估算的错误	Sig	德宾—沃森
1	0.508 ^a	0.258	0.250	0.428421	0.001 ^b	1.794

表3 多元线性回归分析

Table 3 Multiple linear regression analysis

	未标准化系数		标准化系数		t	p
	B	标准错误	Beta			
(常量)	1.372	0.172			7.985	<0.001
安全需求	0.113	0.038	0.160		2.959	0.003
情感依附需求	0.205	0.048	0.243		4.301	<0.001
自我实现需求	0.288	0.057	0.298		5.072	<0.001
归属感需求	0.112	0.051	0.126		2.170	0.031

注：a. 因变量：婚育态度。

5.1 归属感的空位与婚育恐惧的关联

研究结果表明归属感需求与大学生婚育态度紧密相关且显著 ($r=0.269^*$, $p<0.001$)，即婚育带来的归属感需求越强对婚育的认可度越高；反之，越排斥婚育。在多元线性回归分析中，归属感需求 ($t=2.170$, $p<0.05$) 对婚育态度有显著影响，归属感需求在塑造大学生婚育态度方面发挥着不可忽视的作用。

从社会心理学角度来看，人具有强烈的社会属性，渴望在群体中找到自己的位置，获得归属感。当个体在家庭、学校，以及社交圈子里始终难以建立起稳固的归属感，这种缺失感便会延伸到他们对婚姻和生育的认知中。在原生家庭环境中，缺乏与父母的亲密关系学习，或长期处于情感忽视或家庭关系紧张的状态，大学生会习惯缺乏稳定情感连接的生活模式，在面对婚姻这一需要深度情

情感交融和长期关系承诺的情境时，会下意识地将其视为充满未知和风险的领域。有受访者提到“婚姻是两个人深度的情感连接，结婚是为了找一个灵魂伴侣相伴一生，如果没有那我可以不找对象”（SY20250102，访谈编码规则：SY=受访者姓名简写，20250102=访谈日期）他们会担心进入婚姻后，依旧无法填补内心对归属感的渴望，甚至可能面临比原生家庭更糟糕的情感体验，这种担忧使得他们对婚育产生恐惧心理。

5.2 控制欲的失衡与婚育决策的困境

在情感需求中，人们强烈渴望掌控自己的生活和未来的欲望，他们渴望能够完全掌控自己的婚育决策，但现实中个人成长与自由、沉重经济负担与责任等困境往往让他们感到无助和迷茫。“我担心生育会影响我的事业，刚工作没几年，正是打拼的时候，有了孩子肯定会分心”（ZYP20250101）；“现在社会大家生活节奏太快了，很难有时间好好经营婚姻，这是个大问题”（HRW20250105）。多数受访者都表示控制欲与现实之间的冲突和矛盾会导致他们产生恐惧和抵触情绪，而这种对生活失控的焦虑感会在面对婚育这一重大人生决策时被无限放大。

在经济方面，随着房价、教育、医疗等生活成本不断上升，给大学生带来了巨大的经济压力，有受访者表示“养育孩子压力太大了，经济上要负担很多，精神上也要一直操心。”（WZR20250104）不论是高价彩礼，还是深不见底的育儿成本，由于婚育所带来的一系列沉重负担和责任已经远远超出大学生的掌控。在生活方式上，他们担心婚后需要承担过多的家庭责任，如家务劳动、育儿任务等，从而失去自由支配的时间和空间，打乱原本的个人规划。有受访者表示“养育孩子肯定有压力，经济上要准备好，还要花时间陪他成长，我担心生育会影响我的事业规划，毕竟事业刚起步”（HRW20250105）。尤其是现代女性在婚姻中扮演妻子、母亲、职业等多重角色，家庭和事业的双重责任、压力的负荷使她们无法承担。这种对生活失去控制的恐惧，使得他们在婚育决策过程中陷入两难的困境，既渴望拥有家庭带来的温暖和归属感，又害怕因此失去现有的自由和掌控感，进而在婚育问题上犹豫不决，难以做出决策。

相关和回归分析的结果和访谈结果相互呼应，如表1所示，归属感需求与安全需求呈现出高度显著的正相关关系（ $r=0.485^{**}$ ， $p<0.001$ ），这表明当个体归属感需求得到满足时，其安全感也会相应提升；反之，归属感的缺失往往伴随着安全感的不足，表明安全需求对大学生婚育态度有着极为显著的影响。表2回归分析表明，归属感需求（ $t=2.170$ ， $p<0.05$ ）和安全需求（ $t=2.959$ ， $p<0.05$ ）对大学生的婚育态度都有着显著正向影响，由此也可以推断出控制欲失衡与婚育决策之间的内在联系。

5.3 安全感的缺失与婚育选择的迷思

安全感是人类情感需求的重要组成部分，涉及对稳

定、可靠和安全的追求，努力寻求情感和身体上的安全感，不受威胁或伤害。安全感在大学生婚育选择过程中扮演着至关重要的角色，如表3数据所示，安全感需求（ $t=2.959$ ， $p<0.05$ ）对婚育态度的影响达到了极高的显著性水平。

在现实生活中，安全感的缺失会导致大学生在婚育选择上陷入诸多困惑和迷茫。经济因素是影响大学生婚育安全感的重要方面之一。随着社会经济的快速发展，生活成本不断上升，大学生在面临婚育问题时，会不可避免地考虑到经济压力。数据显示，婚育意愿与安全需求的相关系数达到显著水平（ $r=0.400^{**}$ ， $p<0.001$ ），即安全需求满足度越高婚育意愿越强。访谈结果也有效验证了这一点，受访者表示“养育孩子压力巨大，经济和教育都让人担忧”（ZX20250103）；“结婚生孩子到处都是开销，我可能给不了她们很好的生活”（HRW20250105）。访谈结果表明，当大学生对自身经济状况缺乏信心，担心婚后无法为伴侣和未来的孩子提供稳定的物质生活保障时，会对生育产生顾虑。

除了经济因素，感情的稳定性也是影响大学生婚育安全感的关键因素。在当前社会环境下，脱离传统文化约束下的各类社会关系都充满了不确定性，婚姻中的两性关系亦是如此。离婚率呈现出一定的上升趋势，这一现象给大学生带来了心理上的冲击。受访者在访谈时提到“结婚后还有出轨、婚内情各种乱七八糟的问题，我不敢保证他会一直爱我”（WZR20250104）。因此，他们在考虑婚育时会担心未来的婚姻关系是否能够长久稳定，害怕经历婚姻破裂带来的情感伤害和生活变故。

5.4 情感依附匮乏与婚育过程中的心理压力

情感依附需求是指个体在情感上对他人的支持和依附，包括寻求情感上的安慰、理解和亲密关系等。在多元线性回归分析中，情感依赖需求同样对婚育态度有显著正向影响（ $t=4.301$ ， $p<0.001$ ），这表明情感依附需求对大学生婚育态度有着显著的影响，即情感依附需求越强，对婚育的态度越积极，反之，情感依附越弱，越是恐惧或者排斥一段亲密关系。

情感支持主要来源于个体在情感依附关系中的体验。在面临婚育这一人生重大决策时，需要足够的情感支持和心理安全感。受访者表示“理想婚姻是彼此理解、支持，有共同目标”（HRW20250105）。他们渴望获得来自家庭、朋友和社会的理解和支持，以减轻婚育过程中的心理压力和不确定性，然而现实环境的复杂性和个人情感的脆弱性使得这一需求难以满足。

在对大学生婚恋观进行访谈时，多数受访者表示“我觉得恋爱不一定要走向婚姻，享受当下的感情就挺好”（ZYP20250101）；“享受恋爱过程就好”（LWY20250106）。由此可知，大学生在婚恋中更注重恋爱带来的情感体验。然而，在现实婚姻生活中，夫妻之间难免会因为各种原因产生矛盾和冲突。此时注重情

感体验的大学生往往会考虑婚育能不能满足自己的情感需要。如果双方在婚恋过程中没有建立起良好的情感支持系统,就会感到孤立无援,无法从外界获得有效的情感慰藉和解决问题的建议。

此外,随着社交媒体的普及,人们更容易接触到他人婚姻生活片段,这里面充斥着大量的负面案例。大多数受访者表示都接触过这些信息,他们说到“不知道你有没有听过那个杀妻骗保案,好吓人的!”(FYP20250106);“上次我在电影院看了那个《消失的她》,真的不要相信任何一个男人”(WZR20250104)。这些负面信息与人们的幸福期待形成巨大落差,当人们接收的威胁远远超过正向的情感支持时,会使得个体产生恐惧焦虑。加之大学生趋向于从社交媒体中获取朋辈情感支持,社交媒体的圈层化传播结构会促进用户之间的情感交流和共鸣,从而加速群体性的情绪波动。因此,越来越多大学生抱着悲观的情绪看待婚姻,充满恐惧与不安。

6 婚育解惧:政策与文化的双重共治

要破解“婚育恐惧”难题,需要各方面共同努力。从政策上引导和规范社会行为,同时保障大学生权益并消除其恐惧心理;从文化上影响大学生的观念和行为习惯,通过倡导健康的婚育观念,强化家庭教育,改变大学生对于婚育的认知和态度。

6.1 政策保障:构建支持性婚育政策体系

政府要完善生育保障制度,不仅要加强医疗基础设施建设,扩大生育保险参保范围,还要加强财政支持,提供育儿、住房、教育补贴等,减轻生育负担,注重舆论引导、完善社会保障、健全相关法律法规,减少大学生因经济压力等因素产生的不安感。

各级政府应当推动完善育龄妇女的生命安全保障体系、生育支持政策体系。以往研究表明,育龄群体对孕育支持政策满意度越高,其生育意愿越强。因此,要精确瞄准未婚未育这一关键人群,充分运用相关部门的舆论宣传工具,降低“不愿婚”“不愿生”人群的比例。建立健全生育支持政策体系的系统评价机制,统筹完善养育阶段的生育支持政策内容,持续制定和实施有效降低生育成本的政策,保障婚育权益长效作用。

在消除婚姻恐惧方面,要继续贯彻三孩政策,完善在生育服务、托育服务、育儿成本、权益保障等方面的保障措施,为提振生育提供有力支持。要进一步完善儿童和妇女权益保护等相关法律,以期保障儿童健康发展、解除女性婚育之忧,消除社会文化中对女性的歧视现象,形塑良好的生育环境。

6.2 文化引导:培养积极健康的婚育观念

文化通过传统习俗、社会规范、媒体传播等方式,塑造着人们的价值观念,积极引导大学生树立正确生育

价值观,并提高其媒介素养。为了减少男女关于生育问题的矛盾情绪,社会必须形成一种比较开明宽容的文化氛围,男性和女性在包容和理解的氛围中才能感受到彼此之间的处境与需求,学会换位思考,从而促进整个社会关于生育问题的科学认识,形成有效的良性循环。有关部门还应该加强生育文化教育,帮助大学生构建正确的生育观念,推进新型家庭文化建设,倡导性别平等、和谐友爱、责任共担。

作为信息传播主体的各类社交媒体用户,要加强对生育观念的正向引导,减少对生育信息的负面传播,引导潜在的“恐育”用户在众说纷纭中保持独立思考。个体要提升自身的媒介素养,转变自己的观念和思维方式,尽量减少网络和现实中的对立和冲突;另一方面,要及时辨别信息的真假,谨防被网络情绪裹挟,重建对婚育的安全感。

此外,大学生在婚恋观念既受到西方个体主义文化的熏陶,重视恋爱中的浪漫体验和双方的独立性,同时也承袭了我国传统文化的价值观,关注婚后夫妻关系的和谐以及新家庭与原生家庭之间的联结。因此,在处理婚姻家庭关系时,他们面临着独特的挑战。鉴于此,高校婚恋教育应将大学生婚育性别教育视为不可或缺的一环,应积极构建全方位情感支持网络,助力大学生缓解婚育心理压力。通过教育引导,使大学生更好地理解性别差异在婚恋中带来的情感问题,从而减少不必要的冲突,增进双方的情感和谐。

7 专业干预:提供精准专业辅导与支持

“婚育恐惧”究其原因,错综复杂,在对其进行干预时,可以从不同专业角度,利用不同方法进行介入,通过学科交叉,共同干预大学生婚育恐惧心理。

在心理学中,婚姻恐惧是现代生活中一种比较常见的心理状态,原因多种多样,心理咨询师马冬梅(2011)曾提出一项颇具创意的测量方法来测试不同等级的婚姻恐惧值,可以利用心理干预手段,通过定期心理辅导的方式对大学生进行心理调节。运用精神分析方法等心理学视角解读恐婚的原因、对策等相关内容,让社会大众认识到这是人生经历、社会高压等多重原因交织形成的一种正常情绪,给年轻人以克服恐惧和喘息的空间,帮助其减少精神上的压力。借助心理社会治疗模式,采用非结构式访谈,收集恐婚青年的婚恋观和婚恋心理动向,从心理和社会两个维度,探讨问题内涵及现状,并提出有效建议及方法。

社会工作聚焦于社会问题的解决,对于青年婚恋问题的解决能够发挥独特的专业优势。针对婚育恐惧这个复杂问题,可以积极运用小组工作方法介入适婚青年的婚姻恐惧问题,以人际需求理论和依恋理论为指导,从亲情、友情、爱情三个维度设计小组方案帮助成员深入

学习与异性沟通的技巧,克服与异性交往的障碍,学会建立亲密关系的方法,消除敏感人群的顾虑。社会工作者在开展服务时,可以提供必要的婚前家庭责任意识辅导教育、婚中夫妻感情关系诊断疏导、离婚矛盾调解及法律咨询服务等。

大学生的婚育恐惧问题是一个复杂且多维的问题,需要我们从多个角度进行深入研究和探讨。通过加强社会工作干预、提供心理支持和辅导、加强婚姻教育,以及引导正确的社会舆论等措施,我们可以有效地缓解大学生的婚育恐惧情绪,帮助他们建立积极的婚恋观念和态度。

8 结论与讨论

通过研究发现,大学生婚育意愿普遍较低,呈现出“恐婚恐育”的特点,且女性表现更为突出。他们将个人发展置于优先地位,认为婚姻和生育并非人生必选项,且更倾向于满足自我需求后再考虑婚育。而导致这一现状的因素不仅包括经济成本与教育投入、时间成本与社会角色冲突等客观因素,还包括个体的情感需求。本研究发现个体归属感、控制欲、安全感,以及情感依附等情感需求的失衡是诱发大学生婚育恐惧的重要内在原因。针对以上研究发现,本文从政策、文化、专业多维度提出建议对策,为缓解大学生婚育恐惧提供多方位的解决思路。

尽管本研究从情感需求视角对大学生婚育恐惧进行了初步探索,但仍存在诸多不足,需要在后续研究中加以完善。首先,抽样存在潜在偏差。本研究的样本来源相对集中,样本量有限,样本的地域、院校层次,以及专业多样性存在不足,可能导致研究结论的代表性受限,难以全面反映不同群体大学生的婚育恐惧现状。其次,情感需求维度的划分不够全面。本研究聚焦于归属感、控制欲、安全感,以及情感依附等关键情感维度,可能存在维度遗漏,无法完整覆盖诱发大学生婚育恐惧的全部内在情感诱因,未来可引入更成熟的心理需求理论框架进行拓展。从现有研究整体来看,国内外研究视角虽各有侧重,但都在一定程度上忽视了情感需求理论在大学生婚育恐惧研究中的重要性。国内研究多聚焦社会学、经济学视角,着重探讨社会结构、文化背景、经济压力等因素的影响;国外研究则倾向于个体化理论和性别研究视角,在理论层面和国家政策层面分析较多。然而,不同文化背景下大学生的婚育观念、恐惧成因及影响可能存在较大差异,这一点在现有研究中尚未得到充分关注和深入研究。因此,后续研究可考虑将情感需求理论与不同文化背景相结合,拓展研究的深度与广度。

最后,在应对大学生婚育恐惧问题的过程中,社会工作干预的重要性日益凸显。通过建立支持小组、开展婚姻教育活动等方式,能够帮助大学生正确认识婚姻的本质、意义和责任,增强他们对婚姻的信心和期待。而

心理辅导与治疗则能助力大学生更好地了解自身情绪和需求,学会有效处理负面情绪,提升自信心和应对问题的能力。不过,目前无论是国内还是国外,运用社会工作方法介入婚育恐惧问题都还处于起步阶段,在专业人才储备、服务模式构建以及干预效果评估等方面均面临挑战。未来,需要加大专业人才培养力度,积极探索更为科学、有效的服务模式,以充分发挥社会工作在解决大学生婚育恐惧问题中的专业优势。

参考文献

- [1] 陈露菡,刘战伟,包家兴.(2024).量化“门当户对”:一项对青年人表格式婚恋的研究.《中国青年研究》,(5).
- [2] 郭凤鸣,李慧艳.(2024).育儿经济支出和育儿时间对女性生育选择的影响.《人口学刊》,(4).
- [3] 胡益嶝.(2024).深度解码:基于“知乎”文本挖掘的青年“恐育”叙事探析.《中国青年研究》,(11).
- [4] 李后建.(2013).门当户对的婚姻会更幸福吗?——基于婚姻匹配结构与主观幸福感的实证研究.《人口与发展》,(2).
- [5] 李婷,袁洁,夏璐,等.(2019).中国网络大众生育态度倾向变迁——兼论舆情大数据在人口学中的应用.《人口研究》,(4).
- [6] 潘修明,张春泥.(2023).不“立业”,难“成家”——青年一成年转变中的就业状态与婚育行为.《中国青年研究》,(8).
- [7] 宋健,胡波.(2022).中国育龄人群的生育动机与生育意愿.《人口与经济》,(6).
- [8] 王飞.(2015).当代青年的婚恋观及其影响因素分析——基于17~34岁年龄段的青年调查数据.《中国青年研究》,(7).
- [9] 王一岚.(2024).社交媒体语境下农民价值观的代际断层与传承研究.《当代传播》,(1).
- [10] 邢朝国.(2020).既想生又“不想生”——对未育青年生育矛盾心态的探索性研究.《中国青年研究》,(7).
- [11] 徐俊.(2008).中国人生育观念研究:回顾与展望.《人口与发展》,(6).
- [12] 杨菊华,史冬梅.(2024).新时代中国青年婚恋观变迁研究.《青年探索》,(4).
- [13] 杨庆,沈明泓.(2022).大学生目睹父母婚姻暴力经历对亲密恐惧的影响:自卑感与安全感的链式中介作用.《中国临床心理学杂志》,(1).
- [14] 杨雅,金丽萍.(2023).质询与诉求:“恐婚”情绪的网络话语分析.《当代青年研究》,(4).
- [15] 赵楠,杨硕.(2024).现代女性“恐婚”的影响因素及引导策略.《新生代》,(2).
- [16] 郑叶昕,闫誉腾,李婷.(2022).大学生婚育观念呈渐进式变化应重视青年婚育的实际需求.《人口与健康》,(9).
- [17] Hall W & Stoll K. (2013). Vicarious birth experiences and

- childbirth fear: Does it matter how young Canadian women learn about birth? *Journal of Perinatal Education*, 22(4).
- [18] Koert E, Daniluk J. (2015). Fertility awareness online: The efficacy of a fertility education website in increasing knowledge and changing fertility beliefs. *Human Reproduction*, 30(2), 353–363.
- [19] Lappégård T, Kristensen A P, Dommermuth L. (2022). The impact of narratives of the future on fertility intentions in Norway. *Journal of Marriage and Family*.
- [20] Leonhardt N D, Willoughby B J, Carroll J S. (2020). “We want to be married on our own terms” : Non–university emerging adults’ marital beliefs and differences between men and women. *Journal of Family Studies*, (2), 1–23.
- [21] Miller W B & Pasta D J. (2010). Behavioral intentions: Which ones predict fertility behavior in married couples? *Journal of Applied Social Psychology*, 25(6), 530–555.
- [22] Raymo J M, Uchikoshi F & Yoda S. (2021). Marriage intentions, desires, and pathways to later and less marriage in Japan. *Demographic Research*, (44), 67–98.
- [23] Wang Y & Kassam M. (2016). Indicators of social change in the UAE: College students’ attitudes toward love, marriage and family. *Journal of Arabian Studies*, 6(1), 74–94.

A Study on the Emotional Logic and Coping Strategies Behind the Evolution of Contemporary University Students’ Views on Marriage and Childbearing

Ai Yan Zhang Jiahui

Jiangxi University of Finance and Economics, Nanchang

Abstract: With the change of the times and the development of the society, college students’ views on marriage and parenthood show a trend of diversification, openness and individualization. More and more college students pursue equality, respect and understanding of marriage, as well as personal freedom and independence. Therefore, when the value brought by marriage and childbearing fails to satisfy their personal emotional needs, they will have the psychology of avoidance, rejection or even fear of marriage and childbearing. This paper reviews and synthesizes the existing research from the trend and influencing factors of college students’ view of marriage and parenthood, and analyzes the factors related to the fear of marriage and parenthood and the causal mechanism. It is found that college students’ fear of marriage and parenthood is mainly influenced by economic cost and education investment, time cost and social role conflict, family of origin and intimacy fear, social media and policy protection, as well as cultural concepts and individualization. The above influencing factors make college students’ emotional needs such as sense of belonging, desire for control, sense of security and emotional support imbalanced, so they feel hesitant or even fearful when facing marriage and childbearing choices, and women are more prominent among them. In view of the above problems and causes, this paper calls on the government and related organizations to put forward policies that are more in line with the real needs in order to guarantee the long-term effect of marriage and parenthood rights and build a birth-friendly society. In terms of cultural guidance, family education should be used as the basis to build a new family culture of harmony, love and shared responsibility; school education should be used as a tool to popularize marriage education; and social media should be used as a carrier to create a good public opinion atmosphere and enhance public confidence. In terms of professional intervention, understanding and in-depth analysis from different perspectives, actively using the case, group and group counseling methods of social work, and designing targeted programs based on relevant professional theories, to improve the fear of marriage and parenthood among college students, and to help them establish a positive concept of marriage and parenthood.

Key words: Emotional needs; Fear of marriage and parenthood; Social work intervention