

威胁与应对：社交媒体信息对未婚未育女性 分娩恐惧的影响研究

翟红蕾 樊思琦

摘要：当前我国人口负增长与初婚推迟交织加剧，社交媒体负向影响青年生育态度引发社会广泛关注。以保护动机理论为透镜，锚定传统语境中尚疏离于生育行为的未婚未育女性，运用扎根理论的研究方法可剖析其接触社交媒体信息时的差异化认知评估过程。研究发现，社交媒体信息一方面触发和加剧分娩恐惧，一方面也具有纾解作用，据此构建的“威胁—应对”理论模型揭示：威胁评估通道中，家庭遮蔽导致参照规范缺位，社交媒体生育风险信息得以形塑认知、引发媒介化共情并传递社会规训，放大未婚未育女性的威胁感知，从而建构、强化分娩恐惧；应对评估通道中，社交媒体信息提供知识资本、社会资本与话语资本，叠加正向信息框架，帮助未婚未育女性建构科学生育认知、提升效能感知、消解分娩恐惧，其中家庭支持作为线下基础资源发挥重要的增益作用。未婚未育女性的分娩恐惧，既是数智时代信息高速传播催生的新症候，又折射女性主体在信息洪流中的自我确认与价值重构。这一现象为洞察当代青年群体的复杂婚育心态提供视角，凸显公共政策纳入对个体人文关切之重要性。

关键词：分娩恐惧；社交媒体治理；媒介化情感；家庭支持网络

中图分类号：G210 **文献标志码：**A **文章编号：**2096-5443(2026)02-0064-15

基金项目：湖北本科高校省级教学改革研究项目(2025113)；武汉理工大学校级研究生教育教学改革研究项目(y2024017)；武汉理工大学研究生自主创新基金研究生自由探索项目(104972025YJS0151)

2025 年我国人口自然增长率已降至 -2.41% ^[1]，连续四年负增长；2020 年即有研究指出女性平均初婚年龄升至 27.95 岁^[2]，并呈不可逆的加速推迟态势^[3]。在“婚内生育”仍为主流规范的我国文化情境中，初育推迟不仅压缩了生育窗口，更可能将潜在生育意愿转化为终身不育^[4]。宏观激励边际递减的现实情形下，社交媒体场域内“不婚不育保平安”等话语已形成情绪共振，构成对政策叙事的反向动员，提示亟须转向对个体生育决策微观机制的深描^[5]。

深度媒介化情境下，社交媒体平台中的情绪话语与具身叙事经由算法放大与圈层过滤，对个体认知图式及后续行为产生建构性影响。东亚传统文化语境将未婚未育女性默认为疏离于生育行为，然而社交媒体信息环境的长久浸染是否已提前激活该群体对生育议题的认知框架与情感评估系统，进而对其生育意愿的初始倾向形成前置干预？进一步而言，中国学界对未婚未育女性恐育议题的关注相对有限，暗含传统生育话语体系中对情感维度的结构性忽视，导致相关研究未能充分响应微观主体在数字媒介环境中所经历的内在冲突与意义重构。当前中国人口发展正逐步转向以“质量优先”为特征的长期战略阶段。习总书记指出，中国已经进入推动高质量发展的关键时期，必须推动人口工作向提升素质、稳定总量、优化结构、畅通流动转变，以人口高质量发展打造高素质人力资源。^[6]在此背景下，系统关注未婚未育女性在社交媒体信息环境中形成的前端心理认知节点与情感化决策入口，不仅有助于深化对青年生育意愿微观生成机制的理解，而且能够为构建更具前瞻性、回应性与

情感可见性的公共政策体系提供新的干预切口。

本研究以保护动机理论为启发式框架,检视社交媒体信息如何经由“威胁—应对”的差异化认知评估通道影响未婚未育女性的分娩恐惧,对既往认为社交媒体信息只单纯导致生育意愿减退的片面观念予以匡正。研究结果揭示,社交媒体的相关影响并非天然负向,而是存在对分娩恐惧的“抑制—强化”双重调节空间,提示治理逻辑应从单向抑制转向正负协同治理。

一、文献回顾及问题提出

(一) 社交媒体与分娩恐惧

1. 社交媒体与恐育现象

在当代中国青年群体的数字实践中,“恐育”已演化为社交媒体场域的主流生育态度。现有研究普遍沿用“风险放大器”框架,强调社交媒体风险叙事对恐育情绪的螺旋式催化^[7]、多轮情绪感染对恐育态度的扩散、收拢^[8]、大量负性情绪持续曝光对生育负面认知的固化^[9]等。尽管上述研究为社交媒体负面效应提供切实证据,却隐含技术决定论倾向,将社交媒体平台简化为单向度情绪加速器,相对遮蔽其技术可供性的中性底色与潜在正向功能。学界针对该议题持续丰富研究视角,聚焦社交媒体正面话语对消弭育龄女性生育风险认知的作用^[10]、青年低生育意愿背后的情感张力与利益博弈^[10-11]、社交媒体对孕期女性的社会支持与赋权作用^[12]等。然而,关于社交媒体如何同时参与恐育态度的生产与消解,兼顾正负效应的系统阐释不足,理论留白显著。

在我国婚内生育为主流的文化情境下,已婚群体与生育行为关联度更高,因而既有恐育现象的相关研究多聚焦已婚及已婚已育群体^[13-14],同样,社交媒体对恐育现象的影响研究也对未婚未育群体关注不足。这一取样策略虽具备现实合理性,却导致未婚未育女性被惯常置于研究盲区。当研究视角进一步下沉,广义“生育恐惧”的结构性归因框架掩盖了恐育的具身化、情感化特质,女性的疼痛想象、失控焦虑与规训感知难以获得细致考察。因此,研究当代中国青年数字实践中的恐育现象亟须精准锚定与生育直接相关的母体身心体验,厘清社交媒体信息环境中个体的认知与情感变化。

2. 分娩恐惧

分娩恐惧(fear of childbirth,简称 FOC)是聚焦“生”之环节的狭义“生育恐惧”,医学将其定义为:女性在孕期及产前因畏惧分娩镇痛、担忧母婴风险、失控及未知因素而导致的身心障碍和分娩应对困难^[15]。传统医学研究以孕妇为对象,采用横截面问卷或实验设计,识别出的 FOC 危险因素包括分娩疼痛^[16]、负性情绪^[17]、妊娠并发症^[18]等;保护因素包括分娩自我管理^[19]、社会支持水平^[20]、网络化认知行为疗法^[21]等。研究表明 FOC 可致并发症^[22]、产后创伤后应激障碍^[23]及再生育推延^[24]。然而妊娠通常仅持续 9 个月甚至更短,FOC 的干预窗口极为有限^[25]。鉴于分娩态度在怀孕前即已形成,且未怀孕的女性也会受到 FOC 影响^[26],国际研究已将观测时点前移至未育阶段^[27-29];国内完成 FOC 量表的本土化并验证对未孕育龄女性的适用性^[30],但研究成果相对匮乏,折射出东亚社会文化实践的独特性。尽管 FOC 在其内生学科的发展仍在持续,未育群体亦被关注^[31],但现有研究成果零散,尚未形成系统的研究谱系,更在跨学科交叉研究中留存空白点。

现象学视身体为知觉的基底,但其面临的理论困境是:未婚未育女性尚未经历分娩,其恐惧从何而来?技术哲学为此提供启示:数字媒介已将身体转化为被动的信息接收终端^[32]。随着信息技术的狂飙突进,社交媒体平台深度渗透日常生活,以前所未有的方式重塑用户的信息接收习惯、时间密度与认知结构。在此背景下,传统文化语境对母职天性的道德化叙事偏好并未消失,女性在“生”之环节的具身恐惧及情感波动被弱化、遮蔽之惯性,经由新型媒介逻辑获得再生产可能。尽管法律、教育等结构性转型持续推进,但传统文化的观念与权力惯性仍在不同层面、以不同形态存续。因此,在数字媒介已构成基础情境的当下,以“身体—情感”为轴心,审视未婚未育女性群体对分娩事件的认知建构、规训感知及情感震颤,不仅能切合社会科学领域“情感转向”的研究趋势、丰富传播学研究范畴“媒介化情感”的学术成果,更是一项植根本土的媒介化实践探索。

（二）保护动机理论

保护动机理论(protection motivation theory, 简称 PMT)认为,威胁信息触发个体进行“威胁—应对”双通道认知评估,进而决定态度与保护行为^[33]。其中,威胁通道评估事件发生的概率(感知易感性)与后果强度(感知严重性);应对通道评估策略有效性(反应效能)及自我执行能力(自我效能)^[34]。该框架最初主要用以解释个体的风险规避与健康防护行为^[35],目前已扩展至疾病管理^[36]、健康干预^[37-38]、隐私与信息安全^[39-40]及公共灾害应对^[41-42]等领域,并显示稳健预测力。本研究语境中,感知易感性、感知严重性对应未婚未育女性对社交媒体信息所呈现分娩风险的概率与烈度判断;反应效能、自我效能则反映其对信息回避、自我管理策略有效性与可行性的信念。PMT 并置客观风险与主观感知,其双通道结构可区分不同认知路径,因而为阐释社交媒体信息如何经由认知评估转化为未婚未育女性的分娩恐惧以及后续态度行为提供兼具解释力与操作性的理论支点。

需要说明的是,因本研究采用扎根理论的研究方法,旨在对未婚未育女性分娩恐惧的形成与消解机制进行探索性建构,故在研究初期,PMT 为本研究提供了一个启发性分析框架。尤其在设计初期访谈提纲时,PMT 帮助本研究关注未婚未育女性对社交媒体信息进行“威胁评估”与“应对评估”的基本维度。在正式的数据收集与分析过程中,本研究均严格遵循扎根理论的原则,所有分析以原始数据为驱动,通过持续比较的方法进行三级编码。PMT 中所涉概念仅在与数据本身自然契合时才被采纳,研究过程更致力于发现数据中涌现出的、可能超越传统健康风险传播的新范畴和新关系。最终形成的理论模型根植于本研究的原始数据,完成 PMT 与传播学、社会学视角在本特定研究语境下的对话与整合。

综上所述,本研究确立的研究问题为:社交媒体信息情境中,未婚未育女性如何通过“威胁—应对”的差异化认知评估通道生成或消解分娩恐惧?

为回答该问题,进一步拆分为两个子议题:

Q1:威胁评估通道中,哪些关键变量显著放大未婚未育女性对分娩风险的易感性与严重性的判断?

Q2:应对评估通道中,哪些核心要素能够有效提升其对风险应对策略的反应效能与自我效能,从而削弱分娩恐惧?

二、研究设计

（一）研究方法

扎根理论以经验材料为基础来归纳建构理论^[43]⁵,是一种探索性的质性研究方法^[44]。它要求研究者无预设的前提下通过归纳推理的方法对调研资料和数据不断分析与“深描”,以提炼概念和理论^[45],力求减少主观性^[46]。目前传播学界对“分娩恐惧”议题、未婚未育女性群体以及社交媒体信息的影响方面的研究尚不充分。由于扎根理论适用于尚未被充分研究的主题^[47],且其核心原则是从情境中涌现问题并进行无理论预设的研究,因而与本研究的研究对象、研究层次与研究目的都十分契合。此外,扎根理论强调研究过程的科学性、客观性以及研究结果的普适性,在理论纵深上为本研究奠定了坚实基础。

（二）研究对象的选取

本研究采取目的性抽样与滚雪球抽样相结合的抽样方法。根据目的性抽样原则,受访者需要满足以下原则:①受访者为未婚未育的育龄女性;②受访者具有与分娩和生育相关的社交媒体信息浏览经历;③受访者涵盖不同学历、职业、地区等;④受访者知情同意,自愿进行访谈。本研究首先通过目的性抽样在朋友圈、社交媒体平台公开招募受访者,再由受访者推荐,经由滚雪球抽样获得更多访谈对象;随后在小红书、抖音、微博相关评论区中遴选高赞、热评的活跃用户,最终研究选取 27 名研究对象情况,详见附录表。

本研究访谈样本的人口统计学因素均衡多元,在婚育意愿及信息偏好上呈现显著差异。笔者还在样本招募及访谈过程中发现,本科以上学历、地域分布在二线城市以上的受访者普遍呈现更清晰的议题偏好与更多元的表达维度,这与受到高等教育的女性生育意愿相对更低、婚育时间更易推迟^[48-49]的既往研究结论相呼应,凸显以经济更发达地区、高学历群体为主体的样本设置兼具现实紧迫性与理论適切性。由此,样本在人口学特征与婚育取向上的典型性、均衡性与层次性得以兼具,为研究结论的外部效度与解释力奠定基础。

(三) 访谈设计及操作过程

本研究以半结构化深度访谈为主要的收集方法。一是,基于系统文献回顾与公开资料梳理提炼潜在影响因素,形成初始访谈提纲;二是,征询传播学领域专家,对初始访谈提纲进行修订。修订版提纲经3名未婚未育女性预访谈检验后进一步调整,最终确定的访谈提纲主要内容如下:①受访者的学历、年龄、目前持有的婚育意愿等基本信息;②受访者的社交媒体信息偏好(内容类型、呈现方式、叙事视角、情感色彩等);③社交媒体信息接触后的即时感受与后续认知变化。

27位受访者分别接受40~60分钟的访谈,原始访谈资料转化为文本后借助Nvivo20软件进行编码。为确保理论饱和度,研究随机选取70%的访谈文本用于模型建构,剩余的30%用于饱和度检验。经过持续比较分析,未再产生新的概念和范畴,表明达到理论饱和状态。

三、社交媒体信息对未婚未育女性分娩恐惧影响的扎根分析

(一) 开放式编码

开放式编码旨在将原始资料分解、抽象并逐级概括^[50];先为原始语句赋予初始概念,再经持续比较与聚类,提炼更具概括性的范畴^[51]。本阶段主要聚焦“未婚未育女性如何感知社交媒体信息”这一问题,严格遵循“自下而上”原则,确保受访者视角与观点的原初性。在逐句编码的基础上保留频次≥3次的初始概念共57个,形成部分示例,见表1。

表1 开放式编码示例

初始概念	原始资料语句
信息呈现方式	3D模拟视频我接受不了,会让我觉得太真实了,我更喜欢看博主发的Vlog那种
医学科普类信息	我有关注“六层楼先生”和“丁香医生”这种账号,他们有专业的医疗背景,发布的信息比较可靠
情绪失控风险	我看过有科普说孕产过程中女性的激素水平会发生很大变化,然后也确实刷到过那种产后一把鼻涕一把泪的哭诉视频
极端情形预演	分娩过程中如果发生羊水栓塞那就只有听天由命了
产后损伤预期	网友说生完孩子会漏尿、子宫脱垂,各种信息让我觉得生完孩子我的身体就完蛋了
身体疼痛预期	看过有张照片是产床变形的把手,配文是“只有它知道女性分娩到底有多痛”,要多疼才能把那种金属的把手捏变形?我想都不敢想
技术可及性	一线城市整体发展更好,像无痛分娩啊这些技术还是会更加先进和普及,这是小城市没法比的
女性处境感知	我觉得社会对女性还是太严苛了,要赚钱,要承担家务,还要生孩子、照顾孩子,而这些付出并没有得到应有的重视和回报
家庭开放沟通	我和我妈妈的关系很亲近,我谈恋爱会跟她分享,她也不忌讳跟我讲生理知识之类的,包括她生我时的体验
网络互动行为	我是会积极在这些话题下面去评论互动的,也会转发比较好的内容给朋友看

(二) 主轴式编码

主轴式编码旨在重新整合开放式编码中被碎片化的资料,通过系统聚类在不同范畴之间建立逻辑关联^[52]。本研究在反复比对的基础上,对开放式编码所得的57个初始概念进行语义聚类与层级合并,构建内在关系^[53],并将概念进一步抽象为20个更高阶的范畴。例如,将“医学科普类信息”“素人分享类信息”“博主分享类信息”“评论互动类信息”“新闻报道类信息”归并为“信息内容类型”,使离散概念形成结构化语义网络,从而为回应“社交媒体信息如何影响未婚未育女性的分娩恐惧”这一核心研究问题奠定基础。

本研究对20个范畴进行主轴式聚类,提炼出8项主范畴:信息刺激源、感知严重性、感知易感性、反应效能、自我效能、个体、家庭、保护行为,见表2。

表2 主轴式编码结果

主范畴	副范畴	范畴的内涵
信息刺激源	信息内容类型	社交媒体信息的类型,在本研究语境中包括医学科普类、素人分享类、博主分享类、评论互动类、新闻报道类
	信息呈现方式	社交媒体信息的呈现方式,包括图片、文字、视频、多模态结合等呈现方式
	信息沉浸度	社交媒体信息为受众带来的沉浸代入程度,包括感官载荷强度、情绪浓度等
感知严重性	身心损伤预期	个体对分娩形成的剧烈身心风险感知,担心分娩会给自己带来身体损伤、产后抑郁等身心重大创伤
	规训压力预期	个体对分娩形成的强烈规训压力感知,担心分娩会给自己带来身材恢复焦虑、疼痛表达羞耻、母职惩罚等规训压力
感知易感性	生育风险泛化	个体将社交媒体平台推送的极端分娩遭遇泛化为普遍问题,将自己归类为高风险人群,易遭遇各种分娩风险
	女性命运认同	个体形成女性群体不利处境与悲情身份的内在认同,将自己放置于母职惩罚的命运处境
反应效能	信息行为有效性	个体相信能够通过信息收集、筛选与互动交流等行为来纠正网络上良莠不齐的生育信息所造成的认知偏差,得到更多实用的建议和情感支持
	实践行为有效性	个体相信通过定期孕检等行为能够有效预防和控制分娩风险;通过分娩镇痛等技术减轻分娩疼痛;保持健康生活方式能够提升身体素质、减少分娩风险的发生概率
	心理策略有效性	个体相信通过积极自我暗示等心理调节方法能够有效改善情绪状态;相信通过专业的心理干预能够深入挖掘恐惧根源、提供有效的应对策略、建立分娩积极认知
自我效能	认知能力信心	个体相信自己能够学习、理解、掌握分娩知识,并在面对分娩风险时做出明智的决策;相信自己具备一定的信息筛选能力
	情绪管理信心	个体相信自己能够调节和控制因分娩风险带来的焦虑、恐惧等负面情绪;相信自己有能力应对分娩过程中的各种挑战
	行为控制信心	个体相信自己能够主动采取健康的生活方式与定期孕检、参加母婴保健课程、健身锻炼等行为管理身体、降低分娩风险

续表

主范畴	副范畴	范畴的内涵
个体	个体性格特征	个体的情感共鸣倾向性;对外界信息的敏感度等
	个体认知基模	个体获取的家庭代际生育经验以及由此形成的既有分娩认知
	个体信息素养	个体既有的信息判断与甄别能力、媒介技术的运用能力等
家庭	家庭情感氛围	家庭为个体提供的情感支持氛围
	家庭沟通程度	家庭在生育话题上的沟通开放、沟通顺畅、沟通积极程度
	家庭亲子关系	个体与父母之间核心亲子关系的亲密和谐程度
保护行为	威胁驱动行为	威胁评估驱动的身心损伤防御与规训内化,如身心损伤焦虑、替代性创伤、风险泛化恐惧、生育污名认同等
	应对驱动行为	应对评估驱动的信息/心理/行为反应,如积极学习相关知识、与家人交流、通过网络积极发声等

(三) 选择性编码

选择性编码以主轴编码所确立的主范畴及其关联为基础,进一步抽象出统摄全局的核心范畴。各主范畴间的典型关系结构如下,见表3。

表3 主范畴典型关系结构

典型关系结构	内涵	原始语句
信息刺激源→感知严重性、感知易感性	社交媒体信息触发威胁认知评估	我看过有条科普说羊水栓塞的死亡率几乎达到100%,这生孩子也太吓人了,虽然现在医学已经发达很多了,但还是有可能会丧命的啊
信息刺激源→反应效能、自我效能	社交媒体信息触发效能认知评估	我看关注的健身博主发自己的生产Vlog,经常锻炼的人体质确实会更好,然后也能恢复得比较好,所以孕前孕期还是有必要提高身体素质,适当运动
个体→信息刺激源、感知严重性、感知易感性/反应效能、自我效能	个体差异影响信息选择及认知评估过程	我本身就比较多愁善感、容易共情别人,所以我看到那种产后抑郁的女生很难受的内容自己也会觉得很难过,就不会选择多看
家庭→信息刺激源、感知严重性、感知易感性/反应效能、自我效能	家庭差异影响信息选择及认知评估过程	我和妈妈的关系非常好,所以我对婚育很乐观,平时主要看一些科普去学习知识和应对策略,看自己将来应该怎么做会更好
严重性感知、易感性感知→保护行为	威胁认知评估驱动对应保护行为产生	我觉得生育对女性身体的伤害还是太大了,我很难想象发生在我身上的样子,所以我现在还是比较抵触生育
反应效能、自我效能→保护行为	效能认知评估驱动对应保护行为产生	我相信自己将来可以做好充足的身体锻炼准备和孕产知识储备,到时候我会在备孕前仔细咨询妇产科医生并积极配合

(四) 威胁与应对:社交媒体信息对未婚未育女性分娩恐惧的双通道影响模型

基于主范畴的整合结果,本研究构建出社交媒体信息对未婚未育女性分娩恐惧的影响模型,见图1。其“故事线”可概括为:①信息触发:社交媒体信息激活未婚未育女性的认知评估系统。②双通道评估:认知评估沿“威胁—应对”两条并行通道展开——威胁评估通道中,高“严重性感知”与高“易感性感知”共同推高分娩恐惧,诱发以规避为核心的威胁驱动型保护行为;应对评估通道中,高

“反应效能”与高“自我效能”削弱分娩恐惧,触发以积极准备为特征的应对驱动型保护行为。③动态调节:“个体”与“家庭”在整个“信息触发—认知评估—保护行为”链条中发挥调节作用,影响整个认知评估过程。该模型系统刻画了未婚未育女性在社交媒体信息接触中的认知评估过程,为解释其分娩恐惧变化提供了整合性理论框架。

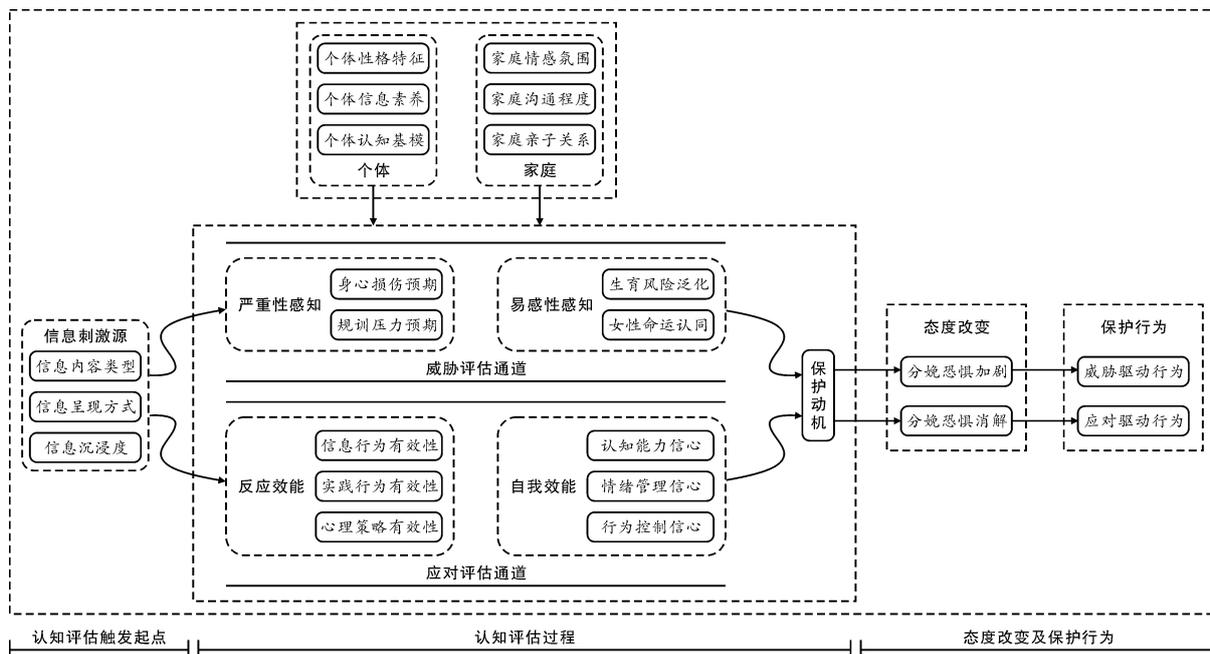


图1 威胁与应对:社交媒体对未婚未育女性分娩恐惧的双通道影响模型

(五) 饱和度检验

根据扎根理论的理论饱和度检验要求,对预留的访谈材料进行理论饱和度检验,通过深入分析和不断比对,没有再提取出新的概念范畴,认为本次构建的模型已达到理论饱和状态。

四、威胁评估与应对评估:分娩恐惧的双通道透视

(一) 威胁评估通道:分娩恐惧背后的三重动因

在社交媒体算法洪流所构筑的信息生态中,家庭遮蔽、创伤想象与母职规训相交织,持续放大未婚未育女性的严重性感知与易感性感知,加深其分娩恐惧。

1. 家庭参照缺位推动分娩恐惧萌发

参照群体(reference group)理论指出,个体缺乏内部判断标准时,往往以参照群体的态度和观点作为认知锚点,以获取群体认同或规避惩罚^[54]。这一机制下个体通过持续比较自身与群体规范并进行自我校正,从而与群体中大多数人的行为保持一致^[55]。

作为个体社会化的初始场域,家庭本应成为首个参照群体。然而东亚社会长期沉淀的生殖禁忌使家庭在经验传递与话题回应中呈现“双重缺位”,导致其参照功能被削弱乃至失效。代际生育经验难以触达,加之生殖禁忌进一步形塑的“性羞耻”传统,未婚未育女性在家庭场域内的“参照”受到严重阻滞:当未婚未育女性以社交媒体信息为认知触发,就分娩及两性议题向长辈求证相关知识时,往往被贴上“越界”“羞耻”的负面标签并被划分至话题禁区。访谈发现,受访者感知生育事件多来源于女性亲属的妊娠纹等体表痕迹,难以从“家庭内部沟通”中获取具体经验:

我妈从来没跟我聊过这个话题。(A18)

我之前去医院看望刚生完孩子的表姐,清理(表姐)伤口的时候所有的家人都让我出去,说

我还没结婚,不要看。(A27)

她们的“探讨”“求证”行为也很难得到回应:

没得聊,长辈们觉得以前条件更差也生孩子了,总是敷衍带过,再聊就要吵架。(A15)

我刷到吓人的内容时想问问我妈这些是不是真的,但她说我没结婚问这个事情也不害臊。(A10)

我感觉我们的主流文化一直遵循着“什么年纪做什么事”这个主线,所以长辈的观念里面认为生孩子这个事情是发生在结婚这个节点之后的,所以她们认为我们没结婚的人问这个问题很奇怪。(A04)

当风险信息在家庭内缺失初始参照、无从对照求证,而算法依据浏览轨迹持续推送高热度负面内容时,未婚未育女性于“家庭缺位”与“算法放大”之间陷入孤立,分娩恐惧由此萌发:

我之前就因为看了一个我关注的博主发的分娩日记,后来一直给我推《生孩子前没人告诉你的X件事》《生育是一场骗局》,越看越焦虑害怕,想跟家里人聊聊试图缓解一下焦虑,她们要么转移话题要么应付两句,没一点作用。(A08)

2. 媒介化共情激活在场感与风险确认

共情(empathy)既是个体理解他人情绪并产生相似情绪反应的心理机制^[56],也是疼痛想象跨情境扩散的“生理—情感”通路。在网络空间中,“媒介化共情”已成为公共舆论的情感聚合机制^[57]。本研究发现,社交媒体信息主要通过两种途径激活未婚未育女性的共情能力,使其生理疼痛的即时共鸣被唤起之余,更在结构上被引导完成一种基于性别经验的、负面的集体创伤想象。这使得她们对分娩的恐惧,不再仅仅源于对未知之痛的想象,更源于一种被媒介技术反复强化确认的、关于伤害与风险的社会认知。

一方面是自媒体博主的第一人称“在场”叙事。博主用“第一人称”叙事视角与用户直接交流^[58]，“我”直接出场,通过Vlog、图文等形式分享私密的分娩事件。这种“原生态”叙事对分娩场景的还原,创造了强烈的“虚拟陪产”感。用户在“我与你”平等对话关系所构建的拟人际交往场域中,极易产生生理同步反应与情感代入,从而跨越经验缺失的鸿沟,将抽象的“分娩之痛”转化为真切可感的“在场恐惧”:

之前看评论说顺产做侧切的时候不会另打麻药,生剪,还有很多网友回复说确实是这样,我看着都觉得下面一痛。(A09)

我那次看一个博主发她的分娩Vlog,生产时她脸涨得通红、眉头紧皱,我都忍不住一起屏气用力,代入感好强。还是弹幕说“提醒屏幕前的你是可以呼吸的”,我才意识到。(A07)

另一方面是“剪刀手”创作者的高密度情感剪辑。在平台流量逻辑驱动下,剪刀手的创作过程不再是出于自身的兴趣和创造力,而是变成对平台规则与非自主制约的迎合和对流量的追逐^[59]。一些剪刀手主动搜集、筛选并浓缩各类孕产信息,旨在短时间内制造情绪爆点。通过将妊娠纹、产后创伤等视觉冲击力强的片段进行蒙太奇式拼接,辅以煽动性标题与音乐,在极短时间内堆叠信息密度与情绪浓度,使观看者迅速达到情绪峰值。

我以前看过一个集锦,大概是“生育到底给女人带来了什么”,里面各种妊娠纹、疤痕、松弛的肚子、满脸爆痘这些,我没能看完就划走了,看得我特别难受,有点生理不适。(A30)

更重要的是,算法对此类“爆点”内容的反复推送,无形中将产后大出血、羊水栓塞等极端个案被认知为高发且常态化的风险。这种由流量逻辑形塑的“风险景观”,极易引发普遍的焦虑、恐惧乃至替代性创伤。

漏尿、大出血、手掏胎盘……我光看都觉得天塌了。(A26)

看过一个评论说羊水栓塞如果能救回(孕妇)够主治医生吹一辈子的,真感觉女性生孩子太可怕了,老话说“鬼门关走一遭”一点不夸张。我觉得不行,我很怕死的。(A16)

3. 全景数字化监控加剧母职规训焦虑

监控是社会学的重要概念,福柯将边沁的圆形监狱升维至“全景敞视”的思想装置,指出可见性

本身即可实现权力渗透、监控社会^[60]。韩炳哲认为,数字化全景监狱无需透镜即可运转,居民以自我展示主动参与其建造过程与结构维系,其中蕴含着自由的辩证法——自由即监控^{[61]78-85}。社交媒体在为当代女性提供自由展演空间的同时,正成为无需透镜的全景监控装置。

社交媒体平台为孕产期女性提供展演场所,她们或有意以话语资本获取流量与商业变现,或进行自我表达与情感展现,但“理想母职”“完美母体”等社会规训早已暗含其中并完成再生产:“看不出像孕妇”成为对孕妇的极高褒奖;产后迅速恢复身材被定义为“自律辣妈”的必备勋章;各种明星同款则转化为“女人就要对自己好一点”的消费指向。未婚未育女性在长期浸染中将社交媒体平台呈现的理想形象内化为未来自我标尺,叠加经济、区域、个人意志等可及性落差,过早产生焦虑、怀疑等负面情绪:

普通人哪有那么好的经济条件去香港、国外住几十万的月子中心,还请营养师、做医美……
(A21)

我关注的一个健身博主真的很自律,意志品质超级惊人的那种,她生完很快马甲线就回归了,我是肯定没法像人家那么自律、恢复得那么好。(A17)

而传统母职规训与现代女性主义思想观念的裂隙之间,尚未妥善解决的社会公共事件与代际冲突等都成为未婚未育女性负面感知的触发源:

生孩子受这么大罪,还要求女性要快速恢复身材、要做一个事无巨细的好妈妈,现在这个时代还得兼顾工作、不被公司开除,但是长辈觉得“谁不当妈,你有什么好特殊的”,我觉得时代变了,不该还是这样。(A07)

我看一个博主说生了孩子后因为自己乳腺炎特别痛想暂停喂母乳,招致所有亲人的轮番“轰炸”,我觉得好难过,大家都认为母乳对孩子好,但妈妈的痛苦大家好像都看不见。(A20)

有那种当妈妈前后的对比,整个人生翻天覆地,为什么女性要放弃一切只为孩子活着?家暴案的新闻总是不断,还是有很多妈妈为了孩子忍气吞声,这样的人生没有自我,没有尊严,我觉得好可怕。(A19)

可见未婚未育女性的分娩恐惧并不仅来源于对疼痛、创伤的生理恐惧,也因提前感知到规训压力而在心理层面得到深化。研究进一步发现,“完美母体”“理想母职”等规训意涵并非被女性全盘接受,部分用户以真实生育损伤信息作为反规训话语,试图消解母职神话。但在家庭参照缺位与算法洪流推送的创伤叙事夹击下,其理性警示效能受限,反而使风险感知深化:

网友说不要只看女明星生完还那么光鲜,自己生完孩子肚皮皱得像块破抹布,天呐,我根本没法接受。(A01)

很多人说怀孕会鼻子变大、脸上疯狂长痘,生完也很难恢复,我光看就两眼一黑。(A23)

至此,包含孕产期在内的全周期女性规训链条闭合,社交媒体用户正如韩炳哲所言的囚犯,既是受害者,也是作案人^{[61]85}。值得庆幸的是,反规训话语浮现表明社交媒体这一监控装置内部仍潜藏抵抗火种,提示自由与监控的辩证未完待续。

(二) 应对评估通道:分娩恐惧消解的三重肌理

除助推未婚未育女性分娩恐惧的萌发、强化之外,社交媒体信息也能通过提供知识资本、社会资本与话语资本,叠加正向框架与家庭支持的互补机制,共同提升未婚未育女性的反应效能与自我效能,助推分娩恐惧消解。

1. 社交媒体信息提供知识资本、社会资本与话语资本,为个体赋权

赋权(empowerment,又被称为“增权”)是一种通过社会交往、参与、表达和行动实践改变自身不利处境的过程^[62]。研究发现社交媒体信息可通过为用户增加知识资本、社会资本与话语资本的途径,实现赋权功能。

社交媒体信息实现专业知识的社会化再生产,增加个体知识资本。孕产知识走出临床医学场域的专业壁垒,在社交媒体平台被拆解为可视化、碎片化、情境化的多模态信息,从专业知识向公众认

知迁移,用户使用移动设备即可完成知识资本积累:

“六层楼”是前妇产科医生,他的科普让我没学过医也学习了解了很多相关知识。(A11)

我关注了一些像“深圳卫健委”这种专业账号,我觉得作为女性应该要多了解自己的身体,多看看专业的医生怎么说。(A22)

平台内置的“点赞”“举报”交互机制形成众包式内容筛选与交叉验证系统,能够一定程度过滤虚假或夸大信息、减轻不确定性恐惧,使多元经验与医学纠偏同时显形:

我之前被网友发的产后腹直肌分离图吓到,但评论区中的恢复案例和医生建议让我了解了它产生的原因、应对方式,后面就没觉得吓人了。(A21)

我刷到一个视频是一个医生博主讲她自己的生产过程,因为她自己是医疗从业者,所以分享的角度感觉挺客观的,然后评论里也有很多网友现身说法,不用过度焦虑。(A13)

社交媒体信息助推弱关系支持网络生成,增加个体社会资本。社交媒体信息将分娩创伤由私人苦痛转化为可共享的集体叙事,增强女性群体认同感;公共话语内含的情感能量能够稀释未婚未育女性的灾难化想象与孤立感。正如受访者的积极情感反应:

我觉得能在社交媒体公开讨论生育特别好,我们这些没生过孩子的女生能多了解一下,该规避的风险也能提早预防。(A03)

我看到评论区女孩子都在鼓励新手妈妈,觉得特别好,女孩子真美好!(A02)

社交媒体信息实现可见性与话语权的再分配,增加个体及女性群体的话语资本。在丰富多元的社交媒体平台生态中,女性不断完成自我情感探索与群体话语实践。分娩方式、母乳喂养等议题突破医疗系统与家庭权力结构的遮蔽惯习,这种“看见”帮助女性确立话语权与身体自主权:

选择哪种生产方式、是否母乳喂养,都应该是产妇自己的权利,器官是长在产妇身上,不是其他任何人身上。(A04)

我平时会积极的评论(去推动这种氛围),我觉得氛围就是要越来越好,只有女性友好的氛围真的建立了,大家有足够的力量了,对生育就不会有这么多负面声音了。(A11)

社交媒体信息的指数级传播可将偶发事件放大为公共议题,形成舆论压力并倒逼制度变革。正如2017年陕西孕妇相关事件在各大平台裂变传播后,公众对产妇自主决策权的讨论迅速升级,多家医院相继优化知情同意流程。

由此,未婚未育女性对潜在医疗干预的恐惧得以在结构层面被消解,身体自主权亦在公共讨论中得以再确认,她们的分娩恐惧也进而从个体心理层面被置于更加宏大的公共协商与制度改进层面,提示公共力量与制度环境对缓释恐育氛围的巨大潜能。

2. 社交媒体信息采用正向框架,有效建构科学认知并调动积极情感

框架理论(framing theory)是传播学的核心理论之一,最早由戈夫曼提出,用以解释如何借助既有经验结构解读事件^{[63]11}。恩特曼进一步强调框架通过“突出某些信息,使其在交流文本中更为显著”^[64]。社交媒体信息借由“循证医学科普”与“积极情感叙事”正向框架,缓释未婚未育女性的分娩恐惧。

第一,循证医学科普将分娩风险去神秘化。持证医师及医疗机构账号以临床案例、可视化图解和量化数据,将分娩风险转译为“发生概率—干预手段—干预效果”的可操作清单,显著提升风险可预见性与应对路径可见性,激活个体反应效能:

科普说(顺产)侧切的风险可以通过控制自己和胎儿的体重、做凯格尔运动来降低。(A12)

科普是我觉得只要是个女的都应该去看,去学习。越了解就不会觉得那么未知、恐怖,还能学习应对措施。(A18)

第二,积极情感叙事提升结果可期待性与自我效能。当博主发布迎接新生命的幸福、循医嘱的孕期管理策略、产程顺利的管理结果等内容,“积极情感共鸣—策略有效性确认—自我效能增强”的正向链条随之生成,叠加评论区内“你太棒了”“做妈妈真的很不容易,感动哭了”等支持性话语,积

极情感规范得以确立:

每次看到评论区大家发暖心的话也会觉得心里暖暖的。(A24)

她(分娩日记中)的所有细节都让我感觉诞生新生命是一件非常幸福的事,让我相信通过科学备孕+积极锻炼+能力范围内的经济支出确实能免受很多痛苦。(A05)

综上,采用正向框架的社交媒体信息通过“科学认知建构”与“积极情感动员”的耦合路径,将孕产期身心变化转化为可控制的自我管理任务,使未婚未育女性的身份预期从“被动的患者”转为“知情的行动者”,从而系统性削弱其分娩恐惧。

3. 家庭提供核心社会支持,为社交媒体信息提供补充与增益

社会支持(social support)指社群成员基于共同责任规范感知到的情感关怀、价值认可与互惠性照料资源集合^[65],社会支持被证实与分娩恐惧相关——社会支持可帮助孕产妇更好地应对分娩时可能遇到的问题^[66],摆脱不良情绪的困扰,增加妊娠和分娩的信心^[67]。其中,家庭作为初级支持网络提供的核心支持作用尤为关键^[68]。

第一,开放的家庭生育叙事可在个体接触社交媒体信息前提供初始知识框架,充当“线下先验图式”,从而降低因集中风险信息带来的情绪波动:

我妈愿意跟我讲她的生育经历和一些知识,缓解了我对婚育的很多焦虑,所以我即使刷到一些极端内容也不会感到特别害怕和焦虑。(A03)

亲密和谐的亲子关系则进一步强化风险免疫:

我和我妈妈的关系非常好,所以我一直对婚育都是非常非常向往和乐观的,负面信息不会影响我。(A05)

这与良好亲子关系显著提高生育意愿^[69]的既有研究相符合,也提示家庭提供信息过滤功能的重要性。

第二,家庭内部以女性为中心的正向讨论不仅传递具体经验,更通过供给情感安全感,使个体在浏览社交媒体时更易采纳正向框架:

我以前看网上说生孩子后全部人都围绕着孩子转,没人在意妈妈,所以一直很抗拒生育。但家里聊起生小孩的话题时他们都强调以我为主,这让我觉得很安心,所以现在也会规避那种信息,而是多看一些正面的。(A13)

值得注意的是,家庭叙事并非必须传递“顺利”信息才有效,即便亲属的分娩经历并不美好,开放的家庭话语空间仍能带来增益:

我妈坦言她当时生我受了很多罪,所以我就希望能多了解一些分娩的相关知识,将来就可以有所准备。(A11)

需要强调的是,“家庭支持”本身并不参与分娩恐惧的直接消解,而是作为线下基础资源为未婚未育女性提供认知锚点与情感缓冲的增益作用,与正向框架信息形成互补,最终推动分娩恐惧的积极消解。

五、结论与讨论

本研究首先在传播学框架内完成“分娩恐惧”议题的范式迁移:将临床医学概念转译为风险传播命题,从而揭示当代育龄青年生育态度的情感政治维度。继而,把保护动机理论拓展至生育意愿的前置环节评估,厘清“生之恐惧”的认知—情感变化关键因素,推动生育研究由宏观制度叙事向“身体—情感”范式转舵,为数字时代的生育支持政策开辟新的传播学进路。构建的“威胁—应对”双通道影响模型,在理论上整合未婚未育女性的差异化认知评估过程,在实践层面提供两条主要干预方向:一是降低威胁评估来稀释灾难化想象;二是促进应对评估来提升自我与集体效能。

需要强调的是,本研究所揭示的“家庭参照缺位”这一关键情境,深刻塑造了未婚未育群体独特的评估路径,这与已婚未育女性面对的“家庭参照”形成结构性对比。对于后者,家庭内部往往存在

一个被社会规范默认的、关于生育的知识传递链路的情感支持空间,长辈的经验分享虽可能带来“催生”压力,但至少提供了一定程度具身性、关系性的参照系,使其威胁评估可能更基于直接沟通而非想象,应对评估也可能更早地嵌入家庭支持网络,为社交媒体信息接触提供免疫与增益。而本研究对象则因婚姻身份的缺失,被悬置于家庭私人话语与社交媒体公共风险传播的夹缝之中。这种“参照真空”状态,使其认知评估过程更依赖于媒体环境,也令社交媒体信息的影响机制显得尤为关键且强势。因此,本研究在揭示未婚未育女性群体面对社交媒体信息的认知评估过程中,也强调“家庭”作为重要的调节变量,是如何中介化地影响其风险信息处理与分娩恐惧变化的具体模式。据此,笔者提出以“赋能—引导”为核心的社交媒体治理与家庭协作方案:

第一,平台治理需管控与温度并存。

首先,平台可以设置“亲历”与“科普”生育话题专区。前者引入认证亲历者+持证心理师与医护人员发帖,使用“三段式”叙事,用面临“生育创伤—求助方式—复原效果”的完整故事线来降低用户的灾难化想象;后者由妇产、康复、运动、营养四类持证账号共建,通过权威的妇产科科普内容,叠加可被保存、转载的指导应对清单,提升观看者的应对效能。

其次,训练算法给信息标记情绪极性和循证等级标签,平台可据标签对传播内容进行更精准把控,对“高恐惧+低循证”内容作降权处理,并向用户推送“情绪降温弹窗”;对“高恐惧+高循证”内容则保留可见性但附加“自我效能提示”,引导用户将恐惧情绪转化为问题解决路径。

最后,官方平台可联合开展“生育友好温暖计划”,定期邀请心理师直播并组建“情绪分享”小组,一方面为产后女性增加便捷可获的情绪疏导途径,一方面也让未婚未育女性提前感知富含社会关怀与情感温度的网络氛围,助力提升集体效能。

第二,重视与激活家庭参照功能。

政府可以通过发起家庭谈话计划,联合医院、高校与妇联,将生育知识教育、家庭关系建设作为常态化工作开展。在具体设计上,设置“专家答疑、政策解读、心理疏导”系列模块,鼓励、引导家庭成员共同完成“镇痛体验”“喂养模拟”等互动环节,帮助家庭内部积极进行生育经验传递与情感交流,帮助既往晦涩难言的生育沟通完成去羞耻化处理。经隐私处理的圆桌纪要可由官方账号二次传播,形成可回溯、可扩散的公共情感资源,进一步扩大赋能效应。

限于目的性抽样与滚雪球抽样相结合的抽样方法,论文外部效度仍待提升,未来研究可引入大规模概率抽样、控制实验或队列研究,动态捕捉个体的认知—情感演化,进一步揭示生育决策之时间与具身性的交织机制;也可引入已婚未育样本进行对照分析以观“婚姻状态”之影响是否显著。笔者期待在数智时代与女性主义蔓生下,持续深化与临床医学、心理学、哲学等学科的跨学科对话,拓展传播学视域中生育研究的理论纵深,深入解读我国青年女性生育选择背后的意愿与愁苦。

附录表链接:https://osf.io/tzwhe/overview?view_only=466fc01b288445b7a109335a2b7da777

参考文献:

- [1] 国家统计局. 2025年经济发展向新向优 预期目标圆满实现. 中国政府网. (2026-01-29) [2026-02-21]. https://www.stats.gov.cn/xxgk/sjfb/zxfb2020/202601/t20260119_1962330.html.
- [2] 国务院第七次全国人口普查领导小组办公室. 中国人口普查年鉴 2020. 中册 5-4 全国分初婚年龄、性别、初婚年份的人口. 北京:中国统计出版社,2022.
- [3] 陈卫,欧阳柏慧. 中国女性平均初婚年龄到底推迟了多少? 人口研究,2024(6):18-32.
- [4] QUESNEL-Vallé A, MORGAN S P. Missing the target? correspondence of fertility intentions and behavior in the US. Population research and policy review, 2003, 22(5):497-525.
- [5] 汪瑞,王若霖,郭未. 数字时代的中国青年:网络媒介使用与生育动机. 中国青年社会科学,2025(2):9-21.
- [6] 习近平. 以人口高质量发展支撑中国式现代化. 求是网. (2024-11-15) [2026-02-01]. https://www.qstheory.cn/dukan/qs/2024-11/15/c_1130219268.htm.
- [7] 汤景泰,巫惠娟. 风险表征与放大路径:论社交媒体语境中健康风险的社会放大. 现代传播,2016(12):15-20.

- [8] 黎藜,熊宣,曹珊珊.“摇摆”的生育意愿:育龄女性生育认知与信息传播的互动与博弈.新闻与写作,2023(11):54-66.
- [9] 杨洸,王越.威胁与效能:社交媒体“生育恐惧”讨论的主题分析和影响因素研究.新闻记者,2023(11):83-94.
- [10] 胡益嶝.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,2024(11):77-87.
- [11] 申琦,蔡耀辉.计算生育:“小红书”平台都市女性生育话题的“爱与哀愁”.妇女研究论丛,2024(5):61-72.
- [12] 刘娜,王玥敏.仪式传播·生活展演·身份认同:数字时代孕期女性的媒介化赋权实践研究.新闻与传播评论,2024(6):62-72.
- [13] 张晓倩,宋健.工作—家庭冲突对女性再生育意愿的影响及家庭育儿支持的作用.中国人口科学,2024(3):81-97.
- [14] 卿石松,温敏.三孩政策下已婚人群的再生育意愿研究——基于数量和确定性视角的分析.中国人口科学,2024(2):82-97.
- [15] RINGLER M, PAVELKA R. Geburtsangst Konkretisierung und Beschreibung des Begriffes anhand empirischer Daten [Fear of childbirth-definition and description of the term on the basis of empirical data (author's transl)]. Z geburtshilfe perinatol,1982,186(1):55-57.
- [16] JAJU S, AI KHARUSI L, GOWRI V. Antenatal prevalence of fear associated with childbirth and depressed mood in primigravid women. Indian journal of psychiatry,2015,57(2):158-161.
- [17] MOLGORA S, FENAROLI V, PRINO L E, et al. Fear of childbirth in primiparous Italian pregnant women: the role of anxiety, depression, and couple adjustment. Women birth,2018,31(2):117-123.
- [18] 黄丽萍,董志霞,杨怡凤,等.孕妇分娩恐惧风险列线图预测模型的构建及验证.中国循证医学杂志,2024(2):155-163.
- [19] 王菲,翁惠婷,王蓉,等.围产期妇女分娩自我管理 with 分娩恐惧的关系:有调节的中介模型.中国临床心理学杂志,2024(5):1075-1079.
- [20] ZHOU X, LIU H, LI X, et al. Fear of childbirth and associated risk factors in healthy pregnant women in northwest of China: a cross sectional study. Psychology research behavior management,2021,14:731-741.
- [21] 王娅鑫,李娜,雷青,等.基于网络化认知行为疗法对围产期孕妇负性情绪和分娩方式干预效果的Meta分析.现代预防医学,2023(23):4303-4310+4316.
- [22] SANNI K R, EEVA E, NOORA S, et al. The Influence of Maternal Psychological Distress on the Mode of Birth and Duration of Labor: Findings from the FinnBrain Brith Cohort Study. Archives of Women's Mental Health,2022(2):463-472.
- [23] 李竹梅,孙念梅.妊娠晚期孕妇创伤后应激障碍与分娩恐惧、社会支持的相关性.护理研究,2024(16):2985-2991.
- [24] DENCKER A, NILSSON C, BEGLEY C, et al. Causes and outcomes in studies of fear of childbirth: a systematic review. Women birth,2019,32(2):99-111.
- [25] RONDUNG E, MAGNUSSON S, TERNSTRÖM E. Preconception fear of childbirth: experiences and needs of women fearing childbirth before first pregnancy. Reproductive health,2022,19(1):202. doi:10.1186/s12978-022-01512-9.
- [26] RUBLEIN L, MUSCHALLA B. Childbirth fear, birth-related mindset and knowledge in non-pregnant women without birth experience. BMC pregnancy and childbirth,2022,22(1):1-10.
- [27] HAUCK Y L, STOLL K H, HALL W A, et al. Association between childbirth attitudes and fear on birth preferences of a future generation of Australian parents. Women and birth,2016,29(6):511-517.
- [28] STOLL K, EDMONDS J K, HALL W A. Fear of childbirth and preference for Cesarean delivery among young American women before childbirth: a survey study. Birth issues perinat care,2015,42(3):270-276.
- [29] STOLL K, HALL W, JANSSEN P, et al. Why are young Canadians afraid of birth? a survey study of childbirth fear and birth preferences among Canadian university students. Midwifery,2014,30(2):220-226.
- [30] 乔佳,江雨蕾,戴丽静,等.孕前分娩恐惧量表的汉化及其在大学生人群中的信效度评价.现代预防医学,2020(24):4472-4475.
- [31] 段婵芝,王艳,李曼茹,等.基于分娩恐惧与社会支持的未育育龄夫妇生育行为路径分析.现代预防医学,2025(3):465-470.
- [32] 卓承芳.梅洛-庞蒂的具身体现思想及其当代价值.世界哲学,2025(1):60-70+209.
- [33] ROGERS R W. A protection motivation theory of fear appeals and attitude change. Journal of psychology: Interdisciplinary-

- y and applied, 1975, 91(1):93-114.
- [34] WITTE K. Putting the fear back into fear appeals: the extended parallel process model. *Communication monographs*, 1992, 59(4):329-349.
- [35] WESTCOTT R, RONAN K, BAMBRICK H, et al. Expanding protection motivation theory: investigating an application to animal owners and emergency responders in bushfire emergencies. *BMC Psychol*, 2017, 5(1):13. doi:10.1186/s40359-017-0182-3.
- [36] 周英凤, 黄娜, 李丽, 等. 基于保护动机理论的妊娠期糖尿病孕妇血糖管理决策行为模型的构建. *中华护理杂志*, 2023(4):433-439.
- [37] 孔祥然, 陈锦辉, 毛一蒙, 等. 不同戒烟行为阶段的吸烟情况和吸烟心理认知比较研究. *中国健康教育*, 2025(5):403-411.
- [38] 王之惠, 郝帅, 白晓温, 等. 基于保护动机理论糖尿病视网膜病变患者健康教育方案的构建. *中华护理杂志*, 2023(10):1185-1191.
- [39] 邵至超, 姜柏生. 基于保护动机理论的医疗数据隐私关注研究. *中国医学伦理学*, 2024(1):45-53.
- [40] 周敏, 邹慧. 感知信息过载对社交媒体用户隐私披露意愿影响的实验研究. *新闻大学*, 2023(5):12-28+118-119.
- [41] 褚万年, 张伟, 吴雪娇, 等. 公众对极端暴雨和洪水灾害的风险感知与保护行为关系研究——以新疆阿克苏地区为例. *灾害学*, 2022(3):227-234.
- [42] 马超. 传染病疫情中大学生健康保护行为的实施意愿研究. *新闻大学*, 2022(2):17-33+117-118.
- [43] STRAUSS A L. *Qualitative Analysis for Social Scientists*. Cambridge: Cambridge University Press, 1987.
- [44] GLASER B G, STRAUSS A L. *The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*. *Nursing Research*, 1968(4):364.
- [45] 张兵红, 吴照云, 姜浩天. 基于知识图谱与扎根分析的中国管理理论构建范式研究述评. *管理学报*, 2022(1):150-158.
- [46] 贾旭东, 衡量. 基于“扎根精神”的中国本土管理理论构建范式初探. *管理学报*, 2016(3):336-346.
- [47] 谢娟, 李文文, 沈鸿权, 等. 信息爆炸和信息不确定语境下的可信度判断研究——以 COVID-19 疫情为例. *情报学报*, 2021(7):714-724.
- [48] 於嘉. 何以为家:第二次人口转变下中国人的婚姻与生育. *妇女研究论丛*, 2022(5):47-69.
- [49] 王甜, 谭惟伊, 韩璐, 等. 中国女性未育比例的变化——基于队列的分析. *中国人口科学*, 2024(4):115-128.
- [50] 孟猛, 朱庆华. 基于扎根理论的移动视觉搜索用户体验影响因素研究. *现代情报*, 2021(6):97-107.
- [51] 杨梦晴, 王晰巍, 李凤春, 等. 基于扎根理论的移动图书馆社群化服务用户参与影响因素研究. *图书情报工作*, 2018(6):85-92.
- [52] 史波, 吉晓军. 社会化媒体环境下公共危机信息网民再传播行为——基于扎根理论的一个探索性研究. *情报杂志*, 2014(8):145-149.
- [53] 张敏, 刘雪瑞, 张艳. 在线健康社区用户诊疗信息求助行为形成机理的概念模型——基于扎根理论的探索性研究. *情报科学*, 2019(4):22-28.
- [54] WEI Y, MURSHED F. Reference group influence on user connections with social networking sites: a study of facebook. *International journal of electronic marketing and retailing*, 2019, 10(4):333-350.
- [55] BEARDEN W O, ETZEL M J. Reference group influence on product and brand purchase decisions. *Journal of consumer research*, 1982, 9(2):183-194.
- [56] PRESTON S D, MDEWAAL F B. Empathy: its ultimate and proximate bases. *Behavioral and brain sciences*, 2002, 1:1-71.
- [57] 常江, 徐帅. 非虚构的“浸入转向”:虚拟现实与影像纪实. *新闻大学*, 2019(3):71-84+119.
- [58] 袁冬琪, 詹绪武. 社交基因、亲近性传播与新叙事机制. *中州学刊*, 2021(2):168-172.
- [59] 刘金波, 丁树佳. 数字灵工:平台创意劳动者“剪刀手”群体研究. *中南民族大学学报(人文社会科学版)*, 2025(9):122-135+187.
- [60] 李晓蔚. “权力的眼睛”:全景敞视主义视域下的网络围观. *国际新闻界*, 2015(9):70-79.
- [61] 韩炳哲. *透明社会*. 吴琼, 译. 北京:中信出版集团有限公司, 2019.
- [62] 黄月琴. “弱者”与新媒介赋权研究——基于关系维度的述评. *新闻记者*, 2015(7):28-35.
- [63] GOFFMAN E. *Frame analysis: an essay on the organization of experience*. Cambridge: Harvard University Press, 1974.

- [64] ENTMAN R M. Framing:toward clarification of a fractured paradigm. *Journal of communication*,1993,43(4):51-58.
- [65] COBB S. Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic medicine*,1976,38(5):300-314.
- [66] HASSANZADEH R,ABBAS-ALIZADEH F,MEEDYA S,et al. Fear of childbirth, anxiety and depression in three groups of primiparous pregnant women not attending, irregularly attending and regularly attending childbirth preparation classes. *BMC Women's Health*,2020,20(1):180. doi:10.1186/s12905-020-01048-9.
- [67] 黄丽萍,韩凯利,刘萍萍,等. 孕妇分娩恐惧危险因素的 Meta 分析. *护理管理杂志*,2024(2):139-143.
- [68] HOUSE J S. *Work stress and social support*. Massachusetts:Addison Wesley Publishing Company,1981.
- [69] 许世存,冯瑞. 亲子关系对子女生育意愿的影响研究——解释生育意愿的新视角. *人口学刊*,2025(2):30-41.

Threat and Coping: The Impact of Social Media Information on Fear of Childbirth among Unmarried and Childless Women

Zhai Honglei, Fan Siqu (Wuhan University of Technology)

Abstract: The current phenomenon of negative population growth and the trend of delayed first marriages in China are increasingly intertwined. The adverse effects of social media use on perceptions of childbirth among this demographic have garnered significant societal attention. Employing Protection Motivation Theory as a theoretical lens and Grounded Theory as a methodological approach, this study focuses on unmarried, childless women who remain distant from childbearing in traditional contexts, analyzing their differential cognitive appraisal processes when exposed to social media information. The results reveal that social media use not only triggers and exacerbates fear of childbirth among unmarried and childless women but also provides mitigating support. Based on this, the constructed “threat-coping” theoretical model demonstrates the following mechanism: in the threat appraisal pathway, the lack of reference norms due to family silence enables social media information about childbirth risks to shape unmarried and childless women’s cognition, evoke mediatized empathy, and convey social discipline, thereby amplifying threat perception and reinforcing fear of childbirth. In the coping appraisal pathway, social media information provides knowledge capital, social capital, and discursive capital, which—combined with positive informational framing—helps unmarried and childless women develop a scientific understanding of childbirth, enhance efficacy perception, and alleviate fear of childbirth. In this process, family support serves as an offline foundational resource that significantly strengthens these effects. Fear of childbirth among unmarried and childless women is a new symptom emerging from the rapid dissemination of information in the digital-intelligent era, and it reflects women’s self-affirmation and value reconstruction within the information flux. This phenomenon offers a perspective for understanding the complex marriage and fertility mentality of contemporary youth and highlights the importance of incorporating humanistic concern for individuals into public policy.

Key words: fear of childbirth(FOC); social media governance; mediatized emotions; family support network

■收稿日期:2025-08-04

■作者单位:翟红蕾,武汉理工大学文法学院;湖北武汉 420070
樊思琦,武汉理工大学文法学院

■责任编辑:刘金波