

# Invited Lecture: Shuo Zhou - Narrative-based Strategies for Health Cognitive and Behavioral Changes

She LYU <sup>a</sup> and Shuo ZHOU <sup>a\*</sup>

*a School of Communication, Hong Kong Baptist University, Hong Kong*

Corresponding author:

Shuo ZHOU, Department of Communication Studies and the System Health Lab, School of Communication, Hong Kong Baptist University. E-mail: [shuozhou@hkbu.edu.hk](mailto:shuozhou@hkbu.edu.hk). Address: 913 Lee Shau Kee Communication and Visual Arts Building, 5 Hereford Road, Kowloon, Hong Kong

Biographical notes on all contributors:

**She LYU:** She LYU is a Ph.D. student in the School of Communication, Hong Kong Baptist University. He earned a Bachelor's Degree from the University of Nottingham in 2017 and a Master's degree from the University of Sydney in 2019. His research interests include health communication, mHealth, social media, and digital platforms.

**Shuo ZHOU:** Shuo Zhou is an Associate Professor of Communication Studies at Hong Kong Baptist University. She received her PhD from Cornell University. Her research focuses on the role of narratives and technology in health communication.

## **Abstract**

On July 11, 2024, Associate Professor Zhou Shuo from Hong Kong Baptist University delivered the fourth lecture in the MHM2024 special lecture series, focusing on "Narrative-based Strategies for Health Cognitive and Behavioral Changes." The lecture, part of the 7th Medicine, Humanity, and Media International Conference, explored the application of narrative research in social psychology, emphasizing its impact on human cognition and behavior. Zhou articulated key concepts, theoretical frameworks, and empirical findings related to narratives, including the "transportation imagery model" and "empathy." The session concluded with interactive discussions, fostering an engaging learning environment among participants, and encouraging innovative research ideas in health communication.

## **Keywords**

Health Narratives, Cognitive Behavior, Social Psychology, Transportation Imagery Model, Empathy, Health Communication, MHM2024, Interactive Learning, Research Methods.

2024年7月7日，北京大学新闻与传播学院主办的第七届“医学、人本与媒介”国际学术研讨会（Medicine, Humanity and Media International Conference, MHM2024）隆重开幕。

2024年7月11日，MHM2024 专题讲座系列第四讲邀请到了香港浸会大学传理学院周硕副教授，做了题为“健康叙事与认知行为研究(Narrative-based Strategies for Health Cognitive and Behavioral Changes)”的讲座。



讲座开始前，北京大学新闻与传播学院健康传播专业硕士项目负责人许静教授介绍了周硕副教授的研究经历与学术背景。许静教授还回顾了讲座前三讲的情况，并分享了不同学者如何从不同学科视角出发如何一步一步解决科研问题，服务健康领域,并促进社会进步的相关思路。周老师非常赞同许老师的观点，并认为整个课程设置是十

分巧妙的，能够把每一个老师的特点发挥出来，同时用一个完整的逻辑给串联起来，顺理成章地引出了关于健康叙事的主题。



周老师介绍了叙事研究在社会心理学领域的应用，包括基本概念、理论基础和实证研究发现。讲座分为四部分：1) 首先定义叙事是什么，2) 探讨叙事对人类行为和认知的影响及其背后的理论基础；3) 接着讨论如何设计实证研究来深入了解叙事；4) 最后，通过实际案例让同学们练习理论知识的应用。

### 1.定义叙事

叙事被描述为一种连接事件和角色的表现形式，它在时间和空间上有可识别的结构，并隐含或显式地传达关于所讨论主题的信息。故事是叙事的核心，它们是人类最熟悉的信息传递方式，从童话到历史的记录都是通过故事来叙述的。叙事研究不仅聚焦于故事的结构和内容，还关注故事如何影响听众的心理和行为。例如，虚构的故事（fiction）可能比真实发生的故事（nonfiction）更有影响力，因为它们可以捕捉到跨

越多个真实故事的共同模式，从而接近一个更普遍的真理。此外，叙事可以采用多种形式，包括文学、电影、新闻报道、个人经历等，而随着科技的发展，叙事形式也在不断演变，如互动叙事、跨媒体叙事等。

## 2.叙事理论

在讨论理论部分时，老师指出，理论可以从微观和宏观两个层次来理解叙事。微观层次聚焦于个体如何处理叙事信息，而宏观层次则探讨叙事如何在更广泛的社会文化背景下影响人们。

一个核心理论是“transportation imagery model”，即如何通过叙事将读者心理上带入另一个空间和时间，这个过程可以改变读者的认知和行为。这一概念包括了认知、想象和情感三个层面，反映了人们与故事的深度互动过程。接着，老师讨论了“empathy”（共情）的概念，这是一个复杂的领域，其中包含了多种理解他人情绪和思维的方式，如自动的情感模仿、有意识的角色扮演和观察者视角。这些不同的途径如何影响我们对故事的理解和反应，以及它们如何影响我们的行为意图和信念。此外，老师还介绍了“para-social relationship”理论，它解释了人们如何与媒体中的人物建立长期的、单向的情感联系，这种联系可能对人们的心理健康和社会行为产生深远影响。例如，老年人通过与电视人物建立这种关系来补偿现实生活中的社会联系缺失。随后，老师转向更宏观的理论，如“social cognitive theory”和“extended elaboration likelihood model”，这些理论框架解释了叙事如何通过影响自我效能感、结果期望和故事享受来改变我们的认知和行为。最后，老师提到了评估性比较机制，即我们在阅读故事时可能会自动与故事中的人物进行比较，并由此产生正面或负面的情绪反应，这可能会影响我们的自我评价和激励水平。

### 3.叙事研究方法

在第三部分的内容中，老师主要探讨了叙事研究的不同方法和途径，以及它们在健康传播领域中的应用。通过一系列的实验设计和案例分析，老师展示了如何理解和研究人们如何处理健康叙事，以及这些叙事是如何影响人们的认知和行为的。

老师首先提到了内容分析方法，用于分析如何报道和处理自杀事件相关的故事，并探讨了叙事报道中的生动性、隐私披露和细节水平等因素。随后，老师介绍了对照实验，这是理解人们如何处理健康叙事的有力工具，可以建立因果关系，并排除其他干扰因素。接下来，老师通过一个视频实验，说明了人们的注意力是有限的，并且在处理大量信息时可能会忽视某些细节。这个实验展示了人们如何选择性地暴露于健康叙事中，并且提出了不同的故事形式对人们关注的影响。老师还提出了未来研究的可能方向，包括技术如何改变故事的形式和内容，以及如何使用新技术收集数据。此外，还讨论了故事对生产者的影响、文化差异对健康叙事的影响，以及长期效应的研究。最后，老师提倡开放科学实践，强调了数据共享和透明性对科学研究的重要性，并鼓励学生们思考自己的研究议题，探索他们认为有趣且重要的健康传播问题。老师鼓励学生们享受研究过程，并与他人分享自己的思考和成果。

### 4.互动实践

老师在整个讲座中多处使用互动教学的形式启发同学们思考，比如在一开始概念化（conceptualization）叙事时邀请大家主动思考“什么是叙事？”：用一句话或几个关键词定义叙事并将结果展示在图云上；以及播放互动类视频、利用二维码提问互动

等等。在讲座的最后老师布置了一个小任务：头脑风暴一个如何利用叙事促进健康的研究想法，大部分同学都参与讨论并在课后主动向老师请教，营造了浓厚的学习氛围。

## 主讲嘉宾

周硕(康奈尔大学博士)，香港浸会大学传播学院传播研究系副教授。作为一名长期致力于以技术为基础的健康传播的研究者，周博士的研究融合了传播学、社会心理学、公共卫生和信息技术等学科。她的专长在于开发和评估创新的移动健康(mHealth)干预措施和基于理论的健康促进和减少健康差距的沟通策略。她的研究得到了国家癌症研究所(NCI)、国家心肺血液研究所(NHLBI)、美国癌症协会(ACS)和科罗拉多州经济发展与国际贸易办公室(OEDIT)的支持。周博士还研究了各种沟通策略的说服效果和人们如何回应健康相关信息的心理机制，包括使用叙事来减少心理抗拒，最大化个性化和激活无意识的健康目标。研究成果发表在《健康传播》、《健康传播杂志》、《新媒体与社会》、《传播专论》、《健康促进实践》、《医学互联网研究杂志》等顶级传播与公共卫生期刊上。