

她与“虚拟伴侣”已“相恋”8年

随着人工智能技术与虚拟社交模式的快速发展,以乙游(女性向游戏)、AI伴侣为代表的“虚拟伴侣”消费形态在青少年群体中广泛渗透。然而,这一现象背后潜藏着诱导过度消费、内容低俗化、价值观偏离等多重风险,正不断冲击青少年的现实社交能力、消费观和婚恋观。

虚拟陪伴广泛流行

乙游是当下深受女性青少年欢迎的恋爱类网络游戏。游戏产业研究机构伽马2024年底发布的报告显示,2024年中国女性向游戏市场规模同比增长124.1%。

山东一高校大三女生韩佩(化名)表示,她与乙游作品《恋与制作人》中的虚拟角色“李泽言”已“相恋”8年,每日互动成为生活习惯。除定期购买月卡,她每年至少花费2000元购置该角色的周边产品。她说:“李泽言比真人更体贴,当我面临学业压力、社交问题或情感障碍时,他能弥补现实中的缺失感。”

应用市场的下载数据印证了这类产品的火爆。记者在某手机应用市场搜索发现,主要乙游产品《恋与深空》《光与夜之恋》《恋与制作人》下载量分别达到1252万次、1365万次、2545万次。

与此同时,二次元虚拟偶像也在男性青少年中广泛流行。初音未来、洛天依等虚拟角色借助AI交互技术,实现了更高层次的“拟人化陪伴”。山东济南一高校大二男生反映,班级中约三成男生热衷此类内容,

其中部分人甚至出现厌学、不爱交流等倾向。

此外,近年来市场上出现大量AI伴侣类应用,该产品通过对话生成、语音互动、情绪模拟等方式提供“类亲密关系”体验,覆盖群体以年轻女性为主。中研普华发布的报告预测,2025年AI伴侣行业规模将达360亿元。山东女子学院应用心理学专业教师王姝琼指出,“虚拟伴侣”在一定程度上可提供多元情感体验,但须警惕青少年沉迷其中。

青少年社交能力与价值观遭受冲击

在手机支付、虚拟社交日益普及的背景下,“虚拟伴侣”等情绪消费新形态呈现出虚拟化、情感化与社交化的特征,对青少年群体产生多重影响。

——“算法好友”削弱现实社交能力。基于大数据精准推送形成的“算法好友”,可快速提供情感支持与社交陪伴,省去了现实中人际交往所需的磨合与沟通成本。然而,这种“即食型”社交也导致部分青少年压缩线下社交空间,实际交往能力趋于退化。一项针对

青少年群体的权威调查显示,68%的受访者认为自身线下社交能力有所下降,且年龄越小,越倾向于选择线上沟通。

“青少年阶段本是社交技能培养的关键时期,与同龄人面对面交流有助于形成共情能力和同理心,并推动‘去自我中心化’。”山东师范大学心理学院教授韩磊表示,虚拟社交虽具有便利性,但也可能增加现实社交的心理门槛,强化自我中心倾向。

——“虚拟恋人”影响价值观与心理健康。相比传统网游,“虚拟伴侣”类产品互动性和情感满足感更强,在一定程度上助长部分用户逃避现实的心理,甚至倾向“不婚不恋”。与此同时,一些游戏产品剧情设定涉及多角情感关系、同性恋爱等内容,部分角色形象设计突出性征,隐含性暗示。

部分AI伴侣类应用虽设有“未成年模式”,但用户仍可绕过限制进行聊天与消费,对话内容中存在低俗、暴力甚至违法信息。例如,在某款下载量超3800万次的AI应用中,有一段古风恋爱剧情,AI角色向记者详细描述了下毒杀人的操

作方式。另一款应用中,用户可选择不同类型的“恋人”,对话中出现大量具有性暗示的表达,内容擦边现象严重。

——“虚拟角色”引发圈层化与攀比性消费。“虚拟伴侣”消费逐渐成为部分青少年获取圈层认同的“社交货币”,助推了盲目消费、攀比炫富等不良风气。在某些乙游中,玩家根据充值金额被划分为“零氪党”“月卡党”“重氪富婆”等不同群体,消费能力直接关联角色亲密体验。《恋与深空》某款徽章周边在二手平台标价高达1.5万元,乙游圈内甚至存在“充值5万元方可入群”的社交规则。

此外,围绕虚拟角色形成的粉丝文化,在部分社群中演变为网络暴力、互撕骂战、道德绑架等乱象。这类圈层文化易导致“群体极化”,煽动部分青少年粉丝产生非理性情绪和冲动行为,亟须加以关注和引导。

强化监管治理,增加现实社交“补位”

针对“虚拟伴侣”对青少年可能造成的多重影响,应当从规范数字产品、强化现实社

交两方面共同发力。

加强伦理监管,推进行业自律。韩磊认为,应加强对虚拟伴侣类产品的内容审核,摒弃“霸道总裁”“完美恋人”等脱离现实的角色模板,在AI模型训练过程中植入积极健康的价值观,引导青少年形成理性的交友观、婚恋观。

推进违规内容治理与平台责任落实。应重点解决“未成年人模式”流于形式、实名认证失效等问题,设立明确的分级制度、消费限额与交易风险控制机制,严肃处置捆绑销售、氪金抽卡、诱导充值等营销行为,对涉黄涉暴内容运营方依法从严处罚。

构建替代性情绪释放与社交实践场景。中国宏观经济研究院社会所副主任赵玉峰建议,推动建设更多线下公益社交空间,如减压公园、艺术工坊、兴趣社团等,降低青少年对虚拟世界情绪消费的路径依赖,提高其现实社交能力。同时,针对沉迷虚拟社交的在校学生,设置心理课程、同伴小组等,从现实中增强其社交能力与抗挫力,帮助其建立健康、包容的社交心态。(王欢 冯媛媛)

心理学小课堂

来者相应,事去不留 一个很稳的心态!

近日,在中央电视台《花开又一程》节目中,嘉宾徐俐分享了一句话“来者相应,事去不留”。

细细想来,这何尝不是我们对人对事的态度。不执着于过往的遗憾,不焦虑于明天的未知,只专注于当下的每一次相遇、每一份经历。

相遇时全力以赴,告别时体面释然。

心似明镜允许一切流光照影

远方的朋友,此刻的你,是否感知到北方的冬意?今天的北京,风刮了整整一天,郊区也落了雪。

冬风掠过林梢,卷走最后几片残叶,便悄然远去,不恋枝头;冬雪落在阶前,待朝阳升起,便慢慢消融,不着痕迹。当小编伏案梳理这篇《夜读》文字时,忽然觉得,这自然的寻常景致中的智慧,恰是“来者相应,事去不留”的注脚。

人生如旅途,悲欢离合皆为客,唯有以澄澈之心承接当下,以豁达之态送别过往,方能在岁月中收获从容与安宁。



▲资料图片

何为来者相应?事去不留,又是怎样的襟怀?

“来者相应”是对当下的珍视与担当。就像陶渊明面对人生沉浮,毅然选择“采菊东篱下”的归田园居,不是逃避而是对内心召唤的回应。他春耕夏耘,秋实冬藏,认真经营每一寸光阴,便有了“悠然见南山”的闲适。

生活中的诸多时刻,都需要这样的“相应”:工作上接到棘手任务,全力以赴而非推诿敷衍;亲友遭遇困境,真诚陪伴而非袖手旁观;甚至面对一场突如其来的变故,也能撑着孤伞前行。这

种回应,是对生命的一种宣告:无论发生什么,你都会面对它,接受它,转化它,然后带着全然的勇气和责任,笑面它。

如果说,“来者相应”是全然的接纳与承接,“事去不留”则是决然的释怀与放下。

你看诗人苏轼一生坎坷,屡遭跌宕,却写下“回首向来萧瑟处,归去,也无风雨也无晴”的千古名句。无论是人事的阴霾,还是生活的孤寂,都未曾在他心中留下长久的刻痕。他总能在困境中寻得乐趣,在失去后重燃热忱。

这便是“事去不留”的境界,

不是逃避过往,而是不被过往束缚。

生活中,值得我们如此相待的场景俯拾即是。面对失误与遗憾,不必终日懊悔。就像一次考场失利,若纠结于过错,便会丢失下一次扬帆的勇气,不如及时复盘查漏补缺,化遗憾为经验;面对他人的误解与伤害,不必耿耿于怀。不懂你的人解释再多又何益?让怨恨滞留心中,只会掉进内耗的漩涡。

古人云“心似明镜,不将不迎”,这面镜子映照的,应该是当下的真实时刻,不滞留过往的影子,不预设明天的轮廓。它也只是映照,风来,雨来,云飘、影移,静静观看,不作取舍。

人生难得镜子般“允许”的心态,不与自己较劲,很柔软、很轻松、很坦然。以平静承接每一个发生,以洒脱送别每一段过往,当我们学会“来者相应,事去不留”,便会发现,想要过得舒展,蛮简单的。

凡事,诚心便好,尽力便够。能做的,问心无愧去做;不能改变的,坦然去接纳。(据央视新闻)