

中国消费者协会发布的《中国消费者权益保护状况年度报告(2023)》指出,“情绪消费”已成为影响年轻一代消费决策的新热点。爱因斯坦不会想到,在2023年,他的“脑子”被标价0.5元,月售2万个。与此同时,一种名为“多巴胺穿搭”的潮流理念悄然兴起,该理念凭借鲜明且充满活力的色彩组合,使服装成为传递年轻人积极情绪的有效媒介并迅速在各大社交平台占据显著位置。在拒绝“精神内耗”的趋势下,当代大学生群体于互联网领域兴起了一股购买“情绪价值”的潮流。情绪消费涵盖范围广泛,从虚拟产品到潮流穿搭,聚焦于精神陪伴、体验式活动、兴趣爱好等多个维度。通过购买蕴含情绪价值的商品与服务,大学生试图在短暂的满足中寻得心灵的慰藉,这一行为不仅映射出年轻群体消费心理的变迁,也揭示了他们在复杂多变的社会环境中对情感寄托的深切渴望。

#### 一、情绪消费的特征

##### (一)情感先行,情绪主导

情绪消费以情感先行和情绪主导为显著特征,尤其在大学生群体中更为突出。他们在情绪波动或压力增大时,更注重消费体验对情感需求的满足,购买欲望多由直观感受引起,追求即时的情感体验和内心满足感。这类消费非基于物质需求,而是追求情绪共鸣与释放,呈现即时性与非理性,如淘宝上的虚拟商品满足情感需求,体现“心价比”追求。随着情绪消费流行,更多消费者愿为情感支持的虚拟商品和服务付费,反映出现代社会对精神需求的重视及压力缓解方式的变化。

##### (二)赛博朋克,虚拟树洞

高度机械文明导致现实空洞,人们转向虚拟陪伴寻求慰藉。情绪消费通过虚拟产品和服务,满足消费者多样化需求,增加购买意愿。在赛博朋克风格的虚拟消费中,情绪消费成为心理调适手段,呈现社会化、个性化特征。数字化时代加剧现实疏离感,个体对虚拟陪伴需求强烈。虚拟情绪消费满足大学生释放情感、寻求社会支持等多层次需求,如“树洞倾诉”提供匿名宣泄,“闲聊唠嗑”实现在线人际沟通,“夸夸部

## 从“爱因斯坦的脑子”到“多巴胺穿搭”:大学生为何热衷情绪消费

■ 许艳 闵绪国

落”增强自我效能感和情绪满足感,成为数字化时代的重要心理支撑。

#### (三)心理慰藉,独特疗愈

不同于传统的物质需求驱动的消费行为,情绪消费更多地源于心理需求,尤其是当个体面临负面情绪或内心困扰时,借助象征性的商品或服务进行自我安抚。随着生活水平的提升,消费者的心理需求正在不断发生变化。以满足情绪价值为目的的“悦己型”消费正变得愈发重要,人们更加追求随性和美好的生活体验。大学生在购买商品时,不再仅仅关注其功能和价格,还注重商品是否能够契合自己的情感需求。类似“考前好运喷雾”或“爱因斯坦的脑子”这样的虚拟商品,使大学生在心理上获得一种短暂的安慰,犹如一剂“心理安慰剂”,为他们提供了缓解焦虑的渠道。

#### 二、情绪消费为什么火热

##### (一)资本推动

资本在情绪消费兴起中起关键作用。通过市场分析和情感营销,精准捕捉大学生情绪需求,并将其转化为经济利益。大量情绪消费产品,如“虚拟安慰”等,不仅满足情感需求,还引导大学生将情感与消费绑定,使消费行为成为情感释放的惯性方式,资本利用社交媒体和大数据分析,将情绪消费包装为流行文化,吸引年轻人追随和重复消费,形成消费主义与情绪营销的交织,使情绪消费融入日常生活。这一过程不仅实现了资本增值,还创造了全新消费文化,将消费作为情感补偿和自我愉悦的途径,加速了情绪消费的扩张和火热趋势。

##### (二)环境压力

在当代社会复杂多变的环境下,大学生群体面临着学业重负、社交挑战及未来规划的不确定性等多重且交织的压力源,这些压力共同催生了情绪消费的兴起。情绪消费作为一种

兼具情绪调节与自我慰藉功能的消费形式,如“好运喷雾”和“心理慰藉服务”等,不仅满足物质需求,还成为了情感释放与寄托的重要出口。大学生在消费这些情绪商品的过程中,能够暂时获得心理上的舒缓与满足感,这一现象深刻揭示了年轻群体在应对社会压力时,对于情感寄托与心理调适策略的迫切需求与积极探索。

##### (三)自我关注

文化价值的变迁以及社交媒体的普及使个体对自我的关注逐渐加强,个体更加关注自己内心的想法和情绪。在这种趋势下,情绪消费正成为大学生探索自我、满足内在需求的重要心理调适方式。通过情绪消费,个体能在虚拟环境中构建一种自我认同的安全空间。这种消费行为体现了他们对个人情感诉求的高度重视,将消费视为一种情绪疏导和自我接纳的途径,从而在心理上实现自我疗愈。这类消费行为已超越了物质需求的范畴,逐步演化为一种探索内在情感与身份认同的手段。

##### (四)圈层文化

群体圈层的影响进一步放大了情绪消费的社会心理效应。大学生个体往往会因为处在特定群体中而产生从众效应和从众压力。比如在高度重视自我表现和个性展示的群体中,成员可能更倾向于购买能够反映个性、彰显身份的圈层商品。因此,获得圈层中的认同与赞许。通过情绪消费,个体能够在心理上获得来自群体的共鸣和支持,而这种群体认同感又进一步增强了情绪消费的持久性和扩散性。例如,现在非常流行的“二次元”“亚文化”,在二次元圈层中,不少人会跟风消费“动漫周边”“COS服装”等。

#### 三、情绪消费产生的问题

##### (一)过度消费,财务压力

情绪消费易导致过度消费,大学生为求短

暂愉悦,忽视商品价值,超经济能力购买。这种非理性的消费行为可能对个人财务状况造成严重影响,长远来看,亦会对整个社会的消费观念与风气产生消极影响。过度消费的流行易于带动攀比消费的风气,使其在消费上偏向于追求短期满足而忽视长期财务健康。大学生为满足短期情绪需求而消费过度,不仅淡化了勤俭节约等传统价值观,还可能导致人际关系中的价值观变得更加物质化。

##### (二)被动依赖,恶性循环

情绪消费很容易让大学生陷入对消费的被动依赖,形成“情绪低落—消费—短暂满足—情绪低落”的恶性循环。在这一循环中,大学生通过消费获取的心理满足往往是暂时的,负面情绪在短暂的舒缓后可能迅速反弹,甚至变本加厉。当面对压力、焦虑或其他负面情绪时,大学生可能下意识地选择消费作为第一反应,而非探索更健康、更有效的应对方式,例如,寻求社交支持、锻炼身体或培养兴趣爱好。这种消费依赖不仅使大学生的情绪管理能力逐渐弱化,还可能使他们忽视负面情绪背后的深层原因,导致问题进一步积累。

##### (三)回避问题,阻碍成长

情绪消费虽然能够在短时间内提供一定的心理慰藉,但大多数情况下是一种回避负面情绪的行为模式。忽视了通过健康方式处理情绪的可能性,如积极的社交互动、体育锻炼或心理咨询等。当个体面临压力、焦虑或抑郁等负面情绪时,选择通过消费暂时缓解情绪,实际上是用物质手段替代了对情绪根源的深层次探索和有效应对。情绪消费的即时性和短暂性容易掩盖问题的本质,导致大学生忽视解决负面情绪的更健康、更可持续的策略。这种替代性消费行为不仅对情绪管理能力的培养构成阻碍,还可能对心理成熟度产生负面影响。

## 新时代我国网络意识形态治理的路径探析

■ 林飞燕 郑元景

党的二十届三中全会决定强调,“建设具有强大凝聚力和引领力的社会主义意识形态”,并积极主动“健全网络综合治理体系,推动形成良好网络生态”。网络意识形态治理作为国家意识形态治理工作的有机组成部分,关乎党的前途命运、国家长治久安。伴随信息技术的快速发展,数字空间所具有的信息传播速度快、自由度度高、虚拟性强和难以溯源等特点,对网络意识形态治理的挑战和冲击与日俱增。为占领互联网这一意识形态的“主战场”和“最前沿阵地”,我国凭借先进技术实力,不断完善制度建设,为推进网络意识形态治理现代化提供坚实路径。

#### 一、完善顶层设计,加大网络治理力度

从国家层面确定治理的总体思路,主要内容、实施手段以及相关法律法规,确保网络空间治理工作的有序进行和效果的最终实现。其一,健全网信工作体系。坚持在党的集中统一领导下,结合中央、省、市、县三级网信工作体系,将网信工作体系向县、乡(镇)、村不断推进,逐步完善全国一盘棋的网信工作体系,进而提升我国网络生态治理能力。其二,完善网络治理制度。严格落实党委统一领导、各部门齐抓共管、社会多方主体积极参与的网络意识形态领导体制和工作机制,同时运用法律法规和标准规范管理互联网运行机制,通过完善的制度体系保障网络意识形态治理成效。其三,构建多元主体治理格局。加快构建党委领导、政府管理、企业履责、平台自觉、社会协同、民众自律的多元治理格局,聚集各主体的治理力量,形成治理合力。发挥党在意识形态领域的集中统一领导作用,加强政府监管力度,督促互联网企业和平台自律,提升广大网民的媒介素养,推动多元主体积极参与网络意识形态治理现代化进程。

#### 二、加强法制建设,确保网络意识形态治理在法制轨道安全推进

增强多元主体协同合作,完善法律保障。其一,推进网络空间依法治理。做到网络治理有法可依,增强网络意识形态治理工作的前瞻性、可操作性与现实针对性,抓紧制定与完善立法规划,使治理工作适应互联网发展。坚持网络治理有法必依,依法办案、依法上网,强化执法主体法律意识和责任意识,做到违法必究,坚决打击通过网络平台散布资本主义腐朽思想的言论,坚决反对任何抹黑党和国家以及社会主义制度的错误思想与行为,确保互联网在法治轨道健康运行。其二,推进网络意识形态治理制度化、常态化、规范化。严格化推动各大短视频平台的用户实名认证制度,显化网络发言定位功能和不良信息举报、反馈选项,保护广大网民个人及组织在网络空间的合法权益。不断完善法律法规和规章制度,推进新时代的中国网络法治建设,为我国网络意识形态治理工作提供坚实保障,实现良法善治,保障网络空间意识形态风清气正、健康发展。

#### 三、强化网络技术支撑,提升网络意识形态治理硬实力

掌握自主的先进的网络技术,紧紧牵住核心技术自主创新的“牛鼻子”。不断突破网络治理所需的关键核心技术,构建我国安全可控的网络治理体系,推动网络意识形态安全治理的科学化、智能化和创新化。充分利用大数据、云计算、物联网、人工智能等技术,加快发展新质生产力,补齐核心技术“短板”,强化网络意识形态治理硬实力。加强网络虚拟技术的使用和规制。避免因算法技术与算法智能化而产生的“信息茧房”现象。加强对虚拟技术的使用和规制,制定及时有效的监测与反馈机制,避免“信任衰退危机”效应,营造风清气正、生态良好的网络治理平台。

#### 四、以社会主义核心价值观引领网络文化建

设,增强网络意识形态吸引力

以社会主义核心价值观为思想引领,不断

提升网络意识形态治理软实力。其一,坚持社会主义核心价值观在网络文化中的引领地位。将社会主义核心价值观融入网络文明建设,培育积极健康的网络文化,涵养向上向善的网络道德,增强网络文化吸引力,有效发挥其凝聚人心、汇聚民力的功能。其二,构建主流话语体系,完善中国特色叙事模式。打通政治话语、学术话语和大众话语,增强我国柔性叙事能力和话语阐释力。其三,创新传播方式。完善网络意识形态传播机制和宣传手段,推动传统媒体和新兴媒体纵深融合发展。综合运用5G、人工智能、大数据、物联网等数字技术,融合“网络文化+科技”,创新网络意识形态传播方式,积极推动“说教式”单向度传播向“体验式”双向度对话传播转变,使网络意识形态在传播互动中实现共振、共鸣、共情、共行。

#### 五、巩固一元主导与多元共治、主流引导与兼容并包的治理模式

采取一元主导与多元共治、主流引导与兼容并包的方法。一方面要巩固马克思主义在网络意识形态领域的领导权、主导权和话语权,加大对主流意识形态的宣传力度,确保马克思主义在网络意识形态治理工作的一元主导地位。另一方面,在坚持辩证法的前提下,处理好一元主导与百花齐放的关系,毫不动摇坚持一思思想的指导地位,用马克思主义引领多元多样的社会思潮。采取全方位和立体性的措施,对多元化的网络非主流意识形态进行有效引导,使其朝着有利于社会主义发展的方向发展,并在在此过程中不断强化马克思主义主流意识形态的权威性。

我国正处在向第二个百年奋斗目标迈进的关键时期,面临严峻的网络空间安全治理挑战与难题,我们必须进一步提高网络意识形态治理能力,筑牢网络空间意识形态防线,力争全天候全方位感知网络安全态势,推进网络意识形态安全治理的现代化。

(作者单位:福建农林大学马克思主义学院)

## 网络游戏中的身份认同:虚拟自我与现实互动的探索

■ 韦笑

2024年8月29日,中国互联网信息中心(CNNIC)发布了第54次《中国互联网络发展状况统计报告》。《报告》显示,截至2024年6月,中国网民规模达11亿人(10.9967亿人),较2023年12月增长742万人,互联网普及率达78.0%。时至今日,网络游戏已经融入“新鲜玩意”变成了生活中随处可见的娱乐方式。在社会学领域,身份认同被视为社会结构和社会关系的重要组成部分。社会学家们通过分析社会结构、文化规范、群体互动等因素对个体身份认同的影响,揭示了身份认同的社会建构性和动态性。身份认同不仅是个体自我认知的产物,更是社会互动和文化传承的结果。而网络游戏提供了一个平台,让玩家在虚拟环境中探索和解决这些危机。玩家在虚拟世界中往往倾向于选择与自己现实生活有共鸣的角色,这种选择反映了玩家对自我认同的探索和表达。

#### 一、网络游戏与身份认同

##### (一)网络游戏

网络游戏从诞生开始经历了漫长的发展历程。1969-1977年,由于技术和设备的制约,当时的电子游戏使用的操纵系统和编写的语言不尽相同,无法在其他地方登录。此时的游戏体验无法持续到下次参与,计算机一旦重启,之前的数据荡然无存。这大大限制了网络游戏的发展。到了20世纪80年代,计算机迎来了两项具有里程碑意义的技术性突破,一是游戏信息的“可持续性”得到了保证,游戏角色相关信息可以保留在互联网上,下次登录时以继承之前的数据;二是此时电子游戏可以跨系统运行,只要设备支持且硬件兼容,任意游戏都可以连接。今天网络游戏能如此普及都是这两项技术性突破带来的结果;1996-2006年进入下一个时代,第二阶段末期出现的世界上第一批图形网游,开启了可视化客户端网络游戏时代。网络游戏开始直接连接互联网,依托于单一平台或服务商的情况不复存在。此时,强调个体玩家沉浸式体验的角色扮演类游戏(MMORPG)开始成为这一时期的流行趋势,如《仙剑奇侠传》系列;2008年至今,随着技术的进步与时代的发展,大型多人在线游戏又将“一个人的大冒险”变成“一群人的大冒险”,在全球范围内都拥有大量玩家基础的《魔兽世界》是这一阶段代表性游戏。玩家为了达成游戏目标,需要到社交来结识其他游戏玩家,这就加强了社交链接,形成了稳固的社交网络和互动关系。因此,网络游戏形成的虚拟空间是一个较好地研究相关问题的场域。

##### (二)身份认同

身份认同是个体对自我身份的一种认知和定位,它涉及个体的自我认知、情感归属以及在社会中的角色定位。这种认同感的形成,受到多种因素的综合影响。首先,文化背景是塑造身份认同的重要因素。个体的成长环境、所接触的文化传统以及价值观,都会深刻地影响其对于自我身份的感知和认同。其次,社会环境也是影响身份认同的关键因素。个体的社会地位、角色定位以及他人的互动关系,都会对其身份认同产生重要影响。例如,个体的职业身份、家庭角色以及在社会团体中的位置,都会对其自我认知产生深远影响。此外,个体自身的特质和经历也会对身份认同产生独特影响。每个人的性格、兴趣、价值观以及成长经历都是独一无二的,这些因素共同构成了个体独特的身份认同。

##### (三)虚拟场域下的身份认同

由于本文的研究场域为网络游戏这一虚拟空间,玩家自身主动的交互才能产生下一步行动,故必须通过玩家的交互才能完成和下一研究对象的联接。游戏体验是指玩家和游戏交互的过程及交互过程中获得的反馈,从交互反馈的过程中会收获各种感受、情绪,从而最终收获了一些记忆和意义。游戏体验是一个动态的,具有持续性的过程。从某个不经意的想法或操作开始,玩家下一步的行为取决于上个操作的感受,而这行为又产生了反馈,该反馈会让玩家产生新的想法和操作。游戏体验是游戏对玩家在非现实世界中造成的所有影响的综合体,这些影响之间也会互相作用,形成复合影响。同样的游戏给每个玩家带来的体验不会完全一致,不同的游戏选择往往会导向大相径庭的游戏结局,这一点在多条支线剧情中尤为明显。

在游戏中,玩家可以自由选择角色、塑造形

#### 四、引导策略

##### (一)市场监管

在大学生情绪消费日益普遍的背景下,加强市场监管尤为重要。监管机构应强化对电商平台及情绪消费相关产品的监督,尤其严控不合理消费刺激与虚假宣传,避免大学生冲动、过度消费。严格制定并执行广告法规,防止过度宣传误导年轻消费者。同时,应规范电商与社交平台利用大数据和算法进行情绪化推荐的行为,平台针对用户情绪状态进行个性化推荐,促使情绪消费的频繁发生。这种基于情绪投放广告和推荐的行为,应当受到一定的限制和监管,以防止其恶意引导大学生进行冲动消费。

##### (二)文化引领

媒体应承担起文化引导的重要责任,以塑造积极健康的文化氛围为手段,引导大学生理性看待消费行为,减少情绪化消费的可能性。在这一过程中,文化引领不仅需要理论层面的倡导,还需要具体而生动的实践。媒体平台可以通过倡导“理性消费”的核心理念,将其作为一种主流文化价值进行推广。例如,制作专题节目、发布系列文章或推出短视频,以通俗易懂、贴近大学生生活的方式,展示如何通过括运动、阅读、艺术创作和参与社会活动等健康途径来调节情绪和应对生活压力。

##### (三)情感关怀

应对情绪消费,情感关怀至关重要。大学生在情绪波动或心理脆弱时期,极易情绪消费。适当的心理支持可引导其选择健康的的情绪释放途径,教育部门应强化心理健康服务,如设立心理咨询中心、举办情绪管理讲座及提供专业咨询,高校适当提供线上线下心理服务,并在考试季或节假日前后举办“情绪管理”讲座与工作坊,帮助学生识别压力源,合理宣泄情绪,加强与学生情感之间的连接,缓解情绪失衡对消费行为的影响。

基金项目:上海市教育科学基金项目“新时代大学生美好精神生活研究”(项目编号:C2022326)阶段性成果。

(作者单位:华东大学马克思主义学院)

## 大单元视角下小学数学教学策略分析

■ 李如冰

随着《义务教育数学课程标准(2022年版)》的颁布实施,“注重单元整体教学设计”已经成为当前小学数学教学改革的重要方向。大单元教学模式通过系统整合教学内容,构建知识间的内在联系,有效提升了教学效果。在具体的教学实践中,如何科学地开展大单元教学,依然是当前小学数学教师面临的重要课题。

#### 一、大单元教学的优势分析

大单元教学模式在实施过程中展现出了独特的教学优势,这些优势为提升小学数学教学质量提供了重要保障。通过深入分析这些优势,能够帮助教师更好地理解和把握大单元教学的本质特征。

##### (一)系统性优势

大单元教学最显著的特点是打破了传统教学中知识点过于分散的局限。在传统教学模式下,教师往往按照教材编排,将每一节课作为相对独立的教学单元进行设计和实施,这种做法虽然便于教学组织,但容易造成知识点之间的割裂。而大单元教学则立足于知识体系的整体性,将相互关联的数学知识进行有机整合,帮助学生在建立知识间内在联系。

##### (二)目标性优势

在大单元教学中,教师可以构建更加完整和系统的教学目标体系。不同于传统教学中单一、零散的课时目标,大单元教学要求教师从整体角度出发,将单元内各个知识点的教学目标进行整合和分类,形成层次分明的目标结构。这种目标导向的教学设计使得每个课时的教学都既有其特定的阶段性目标,又能服务于单元整体目标的达成。

##### (三)生长性优势

大单元教学充分考虑了学生认知发展的规律特点,在传统的单课时教学中,受限于时间和进度的要求,教师往往难以将学生的知识内化提供充足的时间和空间。而大单元教学则打破了这种限制,通过合理安排教学进程,为学生的知识积累和能力提升创造了更

好的条件。

#### 二、大单元教学的实施策略

##### (一)合理设计单元教学目标

在大单元教学实践过程中,教师需要投入充足的时间深入研读教材内容,全面把握教材中的重点和难点,准确理解单元知识体系的内在联系。在此基础上,教师要充分考虑班级学生的实际情况,包括学生的知识基础、认知水平以及学习特点等,设计出层次分明、循序渐进的教学目标。

教学目标的设计应当立足于学生的整体发展需求,将知识目标、能力目标和素养目标有机结合起来。在设计这些目标时,教师要注意它们之间的相互支撑和递进关系,确保目标设计的科学性和可行性。例如,在“图形的运动”单元教学中,教师在设计教学目标时应该重点关注如下几个方面:首先,在知识层面,要帮助学生理解图形平移和旋转的基本概念,掌握图形运动的基本规律;其次,在具体层面,要注重培养学生的空间想象能力,通过具体的操作和实践活动,提升对图形运动的感知和理解;最后,在素养层面,要着力发展学生的几何直观能力,培养其数学建模思维。

##### (二)优化教学结构设计

教学结构是实现教学目标的重要保障。在大单元教学中,教师需要根据单元教学目标,科学设计教学结构,合理安排课内分配和教学内容。首先,教师要注重教学内容的逻辑性,按照知识间的内在联系组织教学内容,确保知识点之间的衔接自然、过渡合理。其次,要考虑教学难度的递进性,采用由易到难、循序渐进的方式安排教学内容,帮助学生逐步提高。在具体实施过程中,教师要根据教学内容的难度和重要性合理分配课时,为重点和难点内容预留充足的教学时间。同时,要设计丰富多样的教学活动,通过不同形式的学习任务保持学生的学习兴趣,提高课堂教学效果。

##### (三)组织有效的教学活动

教学活动是落实教学目标的具体途径。在大单元教学中,教师要设计形式多样、内容丰

富的教学活动,注重活动的实践性和探究性,引导学生主动参与、深入思考。首先,教师可以创设生动的问题情境,激发学生的学习兴趣。例如,在教授“统计与概率”单元时,可以设计与学生生活密切相关的调查活动,让学生在收集和整理数据的过程中感受数学的实用价值。

其次,要注重开展实践活动,通过操作实践帮助学生加深对知识的理解。例如,在学习几何图形时,可以让学生通过折纸、剪纸等手工活动,直观感受图形的特征和性质。此外,教师还要善于组织小组讨论,通过交流合作促进学生思维的碰撞与发展。

##### (四)实施科学的教学评价

教学评价是检验教学效果的重要手段。大单元教学的评价应坚持过程性评价和终结性评价相结合的原则,建立多元化的评价体系。在评价过程中,教师要关注学生的学习态度和参与度,考察其知识理解和应用能力,同时也要注重观察学生数学思维和实践能力的提升情况。

具体而言,教师可以通过课堂观察、作业分析、单元测试等多种方式收集评价信息,并根据评价结果及时调整教学策略。在评价过程中,要注意发挥评价的导向作用,通过积极的评价反馈激励学生不断进步,促进其数学核心素养的发展。

#### 三、结语

大单元教学作为一种先进的教学理念和方法,为提升小学数学教学效果提供了新的思路和途径。教师在实践中要准确把握大单元教学的特点和要求,通过科学的目标设计、结构优化、活动组织和评价实施,充分发挥其教学优势,促进学生数学核心素养的全面发展。同时,教师也要在实践中不断总结经验,探索更加有效的教学策略,推动大单元教学的深入发展。只有这样,才能真正发挥大单元教学的优势,切实提高小学数学教学质量。

(作者单位:山西省临汾市襄汾县第三小学)