

# cos委托悄然流行,专家建议学生在日常生活中多交朋友 虚拟社交让人欢喜让人忧

花钱在网上雇一名女性,扮演成自己喜欢的动漫中的“白马王子”,开始一天的“约会”……近日,在我市某高校女生中悄悄流行一种“游戏”,称为cos委托。

随着社交工具不断升级,当下不少学生在网络上十分活跃,但实际社交能力却在退化,在学校和同龄人交流不多、在家庭聚会上不愿说话,他们在现实中感到孤独、总在虚拟社交中寻求精神慰藉。像cos委托的参与者,不少是高中生和大学生。为什么学生会热衷于这类活动?他们社交如何由虚向实?为此,记者进行了调查。

## cos委托在学生之间悄悄流行

假发,美瞳,西装领带……按照手游《未定事件簿》中的角色“左然”打造的造型,花费了我市高校学生焚风(网名)不少时间。

4日上午,她在约定的地点等到了另一个姑娘约娜(网名)。按照约定,她俩这一天有密室逃脱、剧本杀、看日落等好几场活动。焚风说:“我就是扮演‘左然’,而且要在约会中尽量说‘左然’的台词。”

晚上8点,待共进晚餐后,焚风送约娜回学校,委托正式结束。“游戏里,左然是一位精英律师,是我心中的‘白马王子’。真是心满意足的一天。”对于这次体验,约娜十分满意。

记者在闲鱼、小红书等平台搜索“委托游戏”,发现有不少南通高校女生发布此类委托。一些女生在委托要求中写得很详细,要求设计特殊场景甚至要求“男性角色”帮忙拎包等。一些女性玩家还要求接单的女孩要有“男性付款”模式,这类费用会在委托结束后由接单女孩补足。在我市高校女生承接委托的各种链接中,价格为100~1000元不等,有的还是按照时间收费。

某高校学生樵熙(网名)也是cos委托游戏的老玩家。从发布委托到成为接单者,樵熙不仅在游戏中寻找自己的“白马王子”,还把扮演“完美约会对象”做成了自己的副业。她说:“因为我收费不高,排期已经排到了12月。”

## 网络红人生活中有点“社恐”

接单过程中,樵熙不仅要照

顾到委托方的情绪,还要表现出男性的控场能力。但在同学眼中,她性格内向、不善言语。“委托结束后,大家除了接单外,一般也不怎么联系,也算不上朋友。”樵熙说。

“在学校里,我们几个只和经常混二次元圈子的女孩子玩,和其他同学一般就不怎么交流。”约娜说。

随着技术的发展,我们迎来了全新的沟通方式。在网络世界中,交友不受时空限制。虚拟社交正以其低成本、全时段的特点,成为回避真实社交压力的“挡箭牌”。

“人可以休息,但互联网是二十四小时运转的。微信上的小红点随时都等着打开、回复。”在樵熙眼中,虚拟社交的便捷也带来了一定的压力。

正如社会心理学家雪莉·特克尔描述的场景那样:家人在一起,不是交心,而是各自看电脑和手机;朋友聚会,不是叙旧,而是拼命刷新微博、微信、小视频;课堂上,老师在讲,学生在手机上聊天……

“一些学生线上交友活跃,线下交流不多,甚至称自己为‘社恐’,我们也很担忧。”我市某高校辅导员张欣闻(化名)说,虽然老师经常去宿舍和学生们座谈,但与男生相比,女生分享内心的意愿普遍不高。“在各种吹捧女性、物质女性的文学作品、漫画、游戏的影响下,有部分女生无法适应现实的社交生活。”

## 专家建议 勇敢走出“舒适圈”

记者从我市多所高校、高中了解到,不少大学生、高中生不

同程度地存在着恐惧现实社交、但在虚拟世界张扬的情况。

“不要把社交焦虑和社交恐惧症画等号。”全国家庭教育高级指导师、市紫琅湖实验初中副校长左秀丽表示,社交焦虑是生理及心理上的现象,而社交恐惧症则是一种心理疾病。我们常说的“社恐”,其实大多数都属于社交焦虑的范畴。

“网络社交只不过创造了一个让人更加放松的空间而已。但过度使用网络社交带来的‘成瘾’,不仅容易和现实社会脱节,还会让人陷入更大的空虚。”她解释说,对于有社交焦虑的人而言,网络社交像是给他们休息与保护的“洞穴”。一旦外界的反馈出现模糊或略有负面,他们就会立刻后退甚至逃离,自然会感到虚拟社会“安全”“轻松”“自如”。但对于有建立情感联结需求的人类而言,无论在网络社交上谈论得多么热火朝天,始终无法补足现实生活的匮乏,终究要回到现实社会。

“网络社交对幸福产生的负面影响可能出乎你的意料。”左秀丽介绍说,最近一个观点认为,在网络社交平台上尽可能地结交朋友会让人感到不快乐。这种现象其实起源于一种理论,即内心总有一股将自己与别人进行比较的冲动。因此,想要真正缓解社交焦虑,投身网络社交远远不够。“学生要保持自信,勇敢地踏出自己的舒适圈,与更多的人相逢、相识、相知。学校、家庭、社会要一起帮助学生找到适合自己的社交方式,以更多的情感支持提升他们的社交能力,让他们享受到现实社交的幸福与甜蜜。” 本报记者沈樵 张烨



## “火焰蓝”进校园

同学“零距离”体验消防器材、穿着灭火战斗服,体验当“消防员”的感觉。近日,119消防宣传日来临之际,市消防救援支队观音山特勤站走进南通市同和小学,为500余名师生带来形式丰富的消防安全课。

通讯员陈玲 记者俞慧娟

## 启东举行 幼儿足球趣味赛

晚报讯 7日,2023年启东市幼儿足球趣味赛在实验幼儿园举行。来自启东全市27所幼儿园的200多名幼儿参加,孩子们一起体验足球运动的魅力。

伴随着雄壮的《运动员进行曲》,在27名小小礼仪生的带领下,各球队的小运动员们踏着神气的步伐,精神抖擞地进入会场。

比赛开始啦!一分半钟运球射门、运球绕杆、精准传球、凌空射门,赛场上的足球小将们全神贯注、精神抖擞、奋力拼搏、迎难而上,不断挑战着自我。他们的每一个动作、每一次射门,都是教练员和小小运动员们团结合作、顽



小小运动员在运球。

强毅力的结晶。

本次足球比赛,幼儿们在赛场上充分展示了风采,其不仅培养了孩子们勇敢顽强、超越自我的拼搏精神和敢于挑战的意志,更有力地推动了全市校园足球运动往更高、更快处发展。 记者黄海

通城报喜

江海晚报祝福类启事登报  
主流媒体 权威官宣 个性化办理  
咨询热线:0513-85118892

## 南通日报社遗失启事、公告刊登

办理方式:一、线下办理可至南通报业传媒大厦(南通市世纪大道8号)22层2210室;二、线上办理可微信搜索小程序“南通报业遗失公告办理”。刊登热线:0513-68218781



线上办理请扫码



友情提醒:有意在本栏目投放分类广告的客户,可到南通报业传媒大厦办理相关手续。

招聘求职 保洁清洗 搬家搬迁 征婚交友  
家政服务 房屋租售 二手车讯 快餐外卖

创办十九年,数千对成功配婚,良好的社会口碑

鸿运婚介

凡来鸿运婚介征婚、交友的单身男女照片或手机号都不会透露给其他人,这是我们的职责。  
承诺:不满意不付婚介费 微信号:18912286139 13962983156  
小石桥红绿灯东100米马路北四路车站楼上 征婚热线:85292569 15851252008