

“饭圈文化”对当代女大学生婚恋观的影响研究

杨孟鑫

西安翻译学院

DOI:10.32629/er.v9i3.6929

[摘要] 随着互联网的快速发展和普及，饭圈文化作为一种新兴的网络青年亚文化现象，在青年群体中迅速蔓延，对当代大学生的思想观念、行为模式产生了深远影响。女大学生作为社会的重要组成部分，其婚恋观的形成与发展不仅关乎个人幸福，也直接影响到社会的稳定与发展。因此，文章深入分析了“饭圈文化”对当代女大学生婚恋观的影响，并提出了相关引导措施，以供参考。

[关键词] “饭圈文化”；女大学生婚恋观；关系；影响；对策

中图分类号：G641 文献标识码：A

Research on the Influence of "Fanquan Culture" on the View of Marriage and Love of Contemporary Female College Students

Mengxin Yang

Xi'an Translation Institute

Abstract: With the rapid development and popularization of the Internet, rice circle culture, as a new phenomenon of online youth subculture, has spread rapidly among youth groups, which has had a far-reaching impact on contemporary college students' ideas and behavior patterns. As an important part of society, the formation and development of female college students' views on marriage and love are not only related to personal happiness, but also directly affect the stability and development of society. Therefore, this paper deeply analyzes the influence of "rice circle culture" on the concept of marriage and love of contemporary female college students, and puts forward relevant guiding measures for reference.

Keywords: "rice circle culture"; Female college students' views on marriage and love; Relationship; Influence; counter-measure

引言

在当代数字化高速发展与社交媒体蓬勃兴起的社会文化大背景下，“饭圈文化”应运而生且呈燎原之势席卷而来。随着娱乐产业的深度商业化运作，各类偶像养成节目、明星社交媒体互动平台的涌现，为粉丝群体构建起紧密且多元的追星生态。从线上的话题热议、打榜应援到线下的演唱会聚集、见面会簇拥，饭圈文化深度嵌入年轻人日常，尤其在女大学生群体中活跃度极高。饭圈文化以独特偶像塑造、社群互动模式，悄无声息渗透进女大学生情感认知底层逻辑，解析此影响是精准把握年轻女性价值走向的密钥^[1]。从社会层面看，女大学生作为高素质女性群体预备军，其婚恋观折射出时代女性思想动态，影响未来社会婚姻家庭结构稳定性与和谐度，通过研究能够为社会文化引导、教育政策调适提供关键参考，助力社会良性发展。

1 “饭圈文化”与当代女大学生婚恋间的关系

“饭圈文化”，作为当代青年文化的重要组成部分，起源于对特定明星或偶像的热爱与追捧，其核心特征包括偶像崇拜、社群组织、应援活动、内容创作与分享等。在社交媒

体和移动互联网的推动下，“饭圈文化”迅速扩张，形成了一个跨越线上线下、涵盖多种互动形式的复杂网络。粉丝通过参与应援、打榜、创作同人作品等方式，表达对偶像的支持与喜爱，同时也在这个过程中寻找归属感、实现自我价值。而婚恋观则是个体对于婚姻与恋爱的看法和态度，包括择偶标准、爱情观念、家庭角色定位等^[2]。它是个体价值观的重要组成部分，受到社会文化、家庭教育、个人经历等多重因素的影响，健康的婚恋观对于个人的情感幸福、家庭和谐乃至社会稳定都具有重要意义。

根据班杜拉的社会学习理论，个体通过观察他人的行为及其后果来学习新行为。在“饭圈文化”中，女大学生通过观察偶像及其粉丝群体的行为模式，可能学习到特定的情感表达方式、社交规则乃至婚恋观念。同时媒介环境学认为，媒介不仅是信息的传递工具，更是塑造人们感知世界方式的重要因素，“饭圈文化”作为社交媒体时代的一种新型媒介环境，对女大学生的价值观、审美观乃至婚恋观产生了深远影响。“饭圈文化”中的偶像形象往往被塑造为完美无缺、充满正能量的代表，这种理想化的形象可能促使女大学生在

择偶时追求不切实际的标准。同时，饭圈社群中的互动模式也可能影响女大学生的社交习惯和恋爱观，如过分强调外貌、才华等外在因素，而忽视性格、情感等内在品质。然而另一方面，“饭圈文化”中的团结、互助精神也可能激发女大学生对爱情和家庭的正面期待，促进她们形成更加开放、包容的婚恋观念。

2 “饭圈文化”对女大学生婚恋观的多元化影响

2.1 正面影响

“饭圈文化”对女大学生婚恋观的正面影响体现在以下几点：

第一，增强自我认知与价值实现，“饭圈文化”不仅是一个追星的场所，更是一个展示个人才华和热情的舞台。在追星的过程中，女大学生通过创作同人小说、绘制偶像画像、制作应援视频等方式，不仅能够将自己的创意和才华公之于众，还能在这个过程中不断学习和进步，从而提升自我价值感。当她们的作品得到其他粉丝的认可和喜爱时，这种正面的反馈会极大地增强她们的自信心，使她们更加坚信自己的能力和价值。这种自我认知的提升，对于女大学生在婚恋关系中保持独立人格、追求平等与尊重至关重要，有助于她们建立健康、平等的伴侣关系。

第二，促进情感表达与社交能力的提升。在饭圈社群中，女大学生们学会了如何以积极、正面的方式表达自己的情感和喜好，无论是通过文字、图片还是视频，她们都能找到适合自己的表达方式。同时，社群中的互动和交流也锻炼了她们的社交能力，学会了倾听他人的观点，理解不同的声音。这种情感表达和社交技能的提升，对于她们在未来的恋爱和婚姻生活中建立有效的沟通机制、处理情感冲突具有积极意义。它能够帮助女大学生在婚恋关系中更加成熟、理智地表达自己的需求和感受，从而建立更加健康、和谐的沟通模式。

第三，培养开放与包容的婚恋观。“饭圈文化”中的多元性和包容性为女大学生提供了一个广阔的视野。在这里，她们可以接触到来自不同文化背景、拥有不同性格特点的偶像和粉丝，了解并尊重各种差异。这种经历有助于她们形成更加开放、包容的婚恋观念，认识到爱情和家庭的形式是多种多样的，没有绝对的标准。这种开放和包容的态度，将使她们在未来的婚恋生活中更加尊重和理解伴侣，更加珍惜和呵护彼此之间的爱情。

2.2 “饭圈文化”造成的负面影响

在产生正面影响的同时，“饭圈文化”也会对女大学生的婚恋观产生一些负面影响。

第一，不切实际的择偶标准。“饭圈文化”中的偶像往往被塑造成近乎完美的形象，拥有出众的外貌、才华和人格魅力。这种过度的美化可能导致女大学生在择偶时产生不切

实际的期望，过分看重外貌、才华等外在因素，而忽视了性格、情感等内在品质的重要性。这种扭曲的择偶标准不仅会增加她们在婚恋市场上的挫败感，还可能让她们错过真正适合自己的伴侣。长期以往，这种不切实际的期望可能会对她们的婚恋观产生负面影响，导致她们难以建立稳定、健康的恋爱关系。

第二，逃避现实情感。过度沉迷“饭圈文化”可能会使女大学生将大量时间和精力投入到虚拟的偶像崇拜中，而忽视了对现实情感的投入和经营。她们可能会在现实生活中遇到情感问题时选择逃避，转而寻求在饭圈社群中的安慰和满足。这种逃避心理不仅会影响她们对现实恋爱和婚姻的看法和态度，还可能导致她们在面对现实情感时缺乏勇气和决心^[1]。长期以往，这种逃避心理可能会阻碍她们的情感发展，使她们难以建立深厚、真实的情感联系。

第三，情感依赖与迷失。在饭圈社群中，女大学生可能因过度依赖社群中的情感支持和认同感而忽视了自己现实生活中的情感需求和成长。她们可能会将社群中的虚拟关系视为生活的全部，而忘记了在现实生活中建立和维护真实的人际关系。这种情感依赖和迷失不仅会使她们在面对婚恋问题时缺乏独立思考和决策的能力，还可能导致她们在现实生活中感到孤独和失落。因此，女大学生需要意识到“饭圈文化”只是生活的一部分，不能替代现实生活中的情感交流和成长。

3 “饭圈文化”背景下引导女大学生正确婚恋观的策略

3.1 深化认知，培养理性观念

高校应将心理健康教育、性别与婚恋观教育纳入必修或选修课程体系，通过系统化的教学，帮助学生全面理解饭圈文化的本质、影响及其与婚恋观之间的关联。课程内容可涵盖心理学基础、性别平等理论、健康婚恋观构建等多个维度，采用案例分析、小组讨论等形式，引导学生批判性地看待饭圈文化中的偶像崇拜现象，探讨其对个人自我认知、情感表达的影响，以及如何在保持热情的同时，树立基于内在价值的择偶标准，强调自我成长与情感独立的重要性，鼓励学生建立基于相互尊重和平等的婚恋观。与此同时，高校应定期邀请社会学、心理学、文化研究等领域的专家学者，以及经验丰富的心理咨询师，举办专题讲座和研讨会^[4]。这些活动可以围绕“饭圈文化与青少年心理发展”“健康婚恋观的构建与实践”等主题展开，通过专家的深入剖析和实例分享，为学生提供科学的理论支撑和实践指导，在此过程中应鼓励学生提问和讨论，形成师生、生生之间的深度互动，促进思想的碰撞与融合，帮助学生从多角度理解饭圈文化对婚恋观的影响，

并学会如何做出理性的选择。

3.2 实践体验，塑造正确婚恋观念

高校应充分利用校园文化活动的平台，组织形式多样、内容丰富的活动，如情感交流会、婚恋观辩论赛、模拟婚恋情境剧等，为学生提供实践体验的机会。情感交流会可以邀请校友或社会人士分享他们的婚恋经历，引导学生思考何为真正的爱情和婚姻；婚恋观辩论赛则围绕热点话题展开，如“外貌与内在哪个更重要”“爱情是否需要门当户对”等，通过辩论培养学生的逻辑思维能力和批判性思维；模拟婚恋情境剧则让学生在角色扮演中体验不同的婚恋场景，增强对婚恋生活的理解和感悟。这些活动不仅有助于提升学生的沟通能力和团队协作能力，更重要的是能够引导她们在实践中形成积极、健康的婚恋观念。

3.3 加强社交媒体管理，规范内容，净化网络环境

高校应建立健全社交媒体管理制度，明确饭圈文化传播的规范和界限，防止不良信息的扩散和传播。具体而言，学校需要设立专门的社交媒体管理小组，负责监控平台内容，及时删除或屏蔽涉及暴力、色情、极端言论等不良信息。同时，加强与社交媒体平台的合作，共同制定内容审核标准，确保饭圈文化的传播内容健康、积极。此外，高校还可以通过技术手段，如大数据分析、人工智能等，对社交媒体上的信息进行智能过滤和推荐，为学生营造一个清朗的网络空间。

3.4 建立支持性社群，为学生提供情感支持和辅导

以专业教师、心理咨询师、辅导员等组成的支持性社群，为女大学生提供全方位的情感支持和心理咨询服务。社群成员可以定期举办情感沙龙、心理咨询会等活动，为学生提供一个安全、私密的倾诉空间。同时，针对饭圈文化对婚恋观可能产生的负面影响，社群成员应提供专业的心理辅导和干预，帮助学生正确认识自己的情感需求，建立健康的情感依恋模式。此外，还可以利用线上平台，如微信公众号、QQ群等，提供24小时在线咨询服务，确保学生在需要时能够得到及时的帮助和支持。

3.5 家校合作，协同育人

家庭是情感教育的基石，家长的言行举止、家庭氛围以及对待婚恋的态度，都会潜移默化地影响孩子的情感发展和婚恋观。因此，在女大学生情感发展和婚恋观念形成的关键时期，家校合作显得尤为重要，高校应建立与家长的紧密合作机制，共同关注女大学生的情感发展和婚恋观念形成^[5]。通过定期召开家长会、发送家校联系手册等方式，加强与家长的沟通和联系，让家长了解孩子在学校的表现和情感状态，增强家长对饭圈文化及其影响的认识和理解。此外，高校还可以与家长共同制定学生情感发展的教育计划，明确教育目标和责任分工，形成家校共育的良好氛围，通过家校合作机制的建立和实施，确保女大学生在健康、积极的环境中成长和发展。

4 结语

“饭圈文化”对女大学生的婚恋观，不仅有着积极的影响，同时也存在不容忽视的消极影响。因此，高校在教育和引导女大学生时，应充分考虑饭圈文化的影响，采取有针对性的措施，帮助女大学生树立正确的婚恋观，促进其健康成长和发展。

[参考文献]

- [1]金懿,张玮焯.“饭圈文化”畸变下高职学生价值观的规正与引领研究[J].国际公关,2024(20):143-145.
- [2]张瑞,陈美玲,高阳.“饭圈文化”视域下引导青年学生树立正确偶像观论析[J].领导科学论坛,2023(02):147-149.
- [3]陈荣光.当代大学生婚恋观问题及培育路径探究[J].科学咨询(科技·管理),2024(02):188-191.
- [4]张喆.大学生婚恋观培育的时代内涵与实践路径研究[J].淮南职业技术学院学报,2023,23(06):135-137.
- [5]钟晓晓,范恒,张艳,等.高校“00后”大学生婚恋观研究[J].才智,2023(21):57-60.

作者简介:

杨孟鑫(1994.10-),女,汉族,陕西西安人,硕士研究生,助教,研究方向为思想政治教育。