

DOI: 10.53104/dyshfzyj.2026.02.02.005

青年“搭子”社交中的關係變遷與情感需求研究

吳陽¹

1. 安徽工業大學，安徽 馬鞍山 243032

摘要：近年來，“搭子”逐漸成為青年群體日常社交中的高頻詞彙。從飯搭子、旅遊搭子到運動搭子、學習搭子，這種圍繞具體活動和興趣需求形成的新型關係，正在改變傳統青年交往方式。與以長期信任、穩定陪伴為基礎的傳統關係相比，搭子關係具有目標明確、邊界清晰、投入較低和靈活性較強等特點。它既滿足了青年在快節奏生活中的陪伴需求，也反映出當代青年面對社會流動、生活壓力和數字媒介環境變化時形成的新型社交策略。本文以青年搭子社交為研究物件，採用文獻分析法，對搭子社交產生的社會背景、關係特徵和情感需求進行分析。文章認為，搭子社交並不是簡單意義上的“淺社交”或傳統關係的削弱，而是青年在新的社會環境中對人際關係進行重新調整的一種方式。青年通過搭子關係降低社交成本，提高交往效率，同時獲得階段性的情感支持和身份認同。但由於搭子關係具有較強的功能屬性，也可能造成關係持續性不足、情感支持有限以及社交深度下降等問題。未來青年社交的發展並非否定搭子模式，而是在保持輕量連接優勢的基礎上，推動淺層關係向更穩定、更具情感價值的關係轉化。

關鍵字：青年群體；搭子社交；關係變遷；情感需求；數字社交

Research on Relationship Transformation and Emotional Needs in Young People's “Da Zi” Socializing

WU Yang¹

1. Anhui University of Technology, Ma'anshan 243032, P. R. China

Correspondence to: WU Yang

Abstract: In recent years, “Da Zi” has gradually become a popular term in young people's daily social interactions. From meal companions and travel companions to exercise partners and study partners, this new type of relationship formed around specific activities and shared interests is changing traditional patterns of youth interaction. Compared with conventional relationships based on long-term trust and stable companionship, “Da Zi” relationships are characterized by clear purposes, defined boundaries, lower levels of commitment, and greater flexibility. They not only satisfy young people's need for companionship in fast-paced lifestyles but also reflect new social strategies developed by young people in response to social mobility, life pressures, and changes in digital media environments. This paper takes young people's “Da Zi” socializing as the research object and adopts a literature analysis approach to examine its social background, relationship characteristics, and emotional needs. It argues that “Da Zi” socializing should not simply be regarded as “shallow socializing” or the decline of traditional relationships, but rather as a way for young people to reorganize interpersonal relationships under new social conditions. Through “Da Zi” relationships, young people reduce social costs, improve interaction

引用格式：吳陽. 青年“搭子”社交中的關係變遷與情感需求研究[J]. 東亞社會發展研究, 2026, 2(2): 38-45.

efficiency, and obtain temporary emotional support and identity recognition. However, due to the strong functional orientation of these relationships, they may also lead to insufficient relationship continuity, limited emotional support, and weakened social depth. The future development of youth social interaction does not require rejecting the “Da Zi” model, but rather transforming superficial connections into more stable and emotionally meaningful relationships while maintaining the advantages of flexible social connections.

Key words: young people; “Da Zi” socializing; relationship transformation; emotional needs; digital social interaction

引言

社交關係一直是社會科學關注的重要議題。傳統社會中的人際關係通常建立在家庭、地域、學校和工作組織等穩定結構之上，關係形成具有較強的持續性和身份綁定特點。隨著社會流動速度加快，青年生活空間不斷擴大，工作學習環境更加開放，傳統關係模式逐漸無法完全滿足青年對於陪伴、交流和情感支持的需求。

近年來，“搭子”成為青年網絡生活中的流行表達。“飯搭子”“旅遊搭子”“健身搭子”“學習搭子”等詞語不斷進入日常交流場景。“搭子”這一概念原本具有較強的口語色彩，而在網絡環境中逐漸發展為一種描述特定社交關係的新表達。研究指出，“xx 搭子”通常表示圍繞某項具體活動形成的臨時夥伴關係，其核心特點是需求明確、關係輕量化以及連接目的較為清晰。

青年群體對於搭子關係的接受，反映出社會交往方式正在發生變化^[1]。過去，人們往往期待通過一次關係建立獲得較為完整的人際連接，例如成為朋友意味著共用多個生活領域。但搭子關係改變了這一邏輯，它不再要求雙方全面瞭解，而是圍繞某個具體需求建立聯繫。例如，一個青年可能需要一個共同運動的人，卻不一定希望進入對方完整的私人生活。這種關係降低了交往壓力，也給予個體更多選擇空間。已有研究從不同角度討論了搭子社交現象。有研究認為，搭子社交體現了青年面對現代生活壓力時形成的策略性連接方式，並非簡單的社交冷漠，而是個體在不確定環境中的適應方式。也有研究指出，搭子關係能夠滿足青年陪

伴、安全等需求，但存在情感支持不足、關係深入困難等問題。不過，現有討論中仍存在兩個不足。一類研究較關注搭子社交的形成原因，將其視為數字媒介環境下的新型交往現象；另一類研究更多強調搭子社交可能帶來的風險，例如關係工具化、情感弱化等。相比之下，青年為何需要搭子、搭子關係如何改變青年對於社交的理解，以及搭子與傳統關係之間如何共存，仍值得進一步分析。

搭子社交的出現並不是青年不需要關係，而是青年對於關係形式提出了新的要求。現代青年並沒有放棄情感連接，而是在尋找一種更加符合現實生活節奏的連接方式。搭子關係正是在這一背景下產生，它體現了青年從“尋找穩定關係”向“尋找適配關係”的轉變。

1 青年“搭子”社交的產生背景

1.1 生活節奏變化推動社交方式調整

現代青年面對的生活環境具有較強的不確定性。學習、就業、城市遷移等因素，使青年經常處於不斷變化的社會空間之中。傳統依靠長期共同生活形成的關係網絡，在流動環境下難以持續發揮作用。現代性轉型背景下，青年社交呈現碎片化特點，搭子關係成為青年在碎片化生活中重新組織社會連接的一種方式^[2]。這一觀點說明，搭子並不是孤立產生的網絡現象，而與青年生活結構變化存在聯繫。現實生活中，青年經常面臨“想社交但沒有時間”“需要陪伴但不想承擔過高關係壓力”等矛盾。例如，剛進入城市生活的青年可能希望有人一起吃飯、看電影或參加活動，但由於工作節奏較快，很難建立穩定朋友關係。搭子提供了一種較低成本的解決方式。這種關係並不要求雙方快速

進入深層交往，而是允許個體根據當前需求建立聯繫。對於青年而言，這種靈活性降低了社交失敗帶來的心理壓力。

1.2 數位平臺改變關係建立方式

數字媒介的發展改變了青年尋找關係的路徑。過去，人際關係更多依靠現實空間中的偶遇和長期互動形成，而現在，青年可以通過社交平臺、興趣社區和網絡群組主動尋找具有共同需求的人。平臺連接機制使尋找搭子成為一種可操作的媒介實踐^[2]，平臺推送、興趣標籤等功能改變了人與人建立聯繫的方式。數字平臺降低了尋找同類關係的成本。例如，一名青年想尋找旅行夥伴，可以通過網絡發佈需求，並快速找到具有相似目的的人。這種匹配方式提高了社交效率，也使關係建立更加直接。但數位平臺也改變了關係判斷標準。傳統關係往往需要經過長期相處，而搭子關係更多依靠興趣、目標和短期需求進行匹配。這使青年更加重視“是否合適”，而不是單純關注“認識多久”。

1.3 青年情感需求的變化

搭子社交流行的根本原因，不只是技術變化，更與青年情感需求變化有關。現代青年並不是缺少社交機會，而是在面對複雜關係時產生新的選擇傾向。傳統關係通常包含較多責任和情感投入，例如朋友之間需要持續聯繫，需要回應彼此生活變化。而搭子關係減少了這種壓力，使青年能夠在保持個人空間的同時獲得陪伴。謝世堅、張麗媛指出，“xx 搭子”的出現體現了人與人連接方式從“以關係為主”向“以事為主”的變化。這一變化說明，青年社交並非減少，而是在重新定義關係價值。對於當代青年而言，理想關係並不一定意味著高度綁定，而可能是一種能夠提供支持，同時尊重邊界的關係模式。搭子正好滿足了這種需求。

2 青年“搭子”社交中的關係變遷

“搭子”社交的出現，並不只是增加了一種新的社交稱謂，更重要的是改變了青年理解和建立關係的方式。傳統關係強調穩定性和持續性，而搭子關係強調適配性和情境性。青年不再單純追求“一種關係滿足所有需求”，而是根據不同生活場景建立不同類型的連接。這

種變化並不意味著青年拒絕深度關係，而是說明青年正在重新劃分關係功能。在過去，一個朋友可能同時承擔陪伴、娛樂、情感支持、信息交流等多重功能。而現在，一個青年可能擁有不同領域的搭子：有人負責運動，有人負責旅行，有人負責學習交流。不同關係承擔不同任務，形成更加細分化的人際網絡。

2.1 從熟人關係到興趣連接

傳統社會中的人際交往往往受到家庭、地域和單位等因素影響。人們通常先進入某個固定社會圈，再在圈內發展關係。這種關係具有較強的穩定性，但選擇空間相對有限。青年搭子社交改變了這一模式。青年不一定需要先成為朋友，再尋找共同活動，而是可以因為共同需求直接建立聯繫。例如，兩個陌生人因為喜歡徒步而成為“徒步搭子”，因為準備考試而成為“學習搭子”。這種關係形成方式體現出青年社交從“身份連接”向“興趣連接”的變化。搭子社交通過基於興趣和特定需求的臨時社交方式滿足青年陪伴需求，其特點在於邊界清晰、目標明確^[3]。

這種轉變實際上擴大了青年的社交可能性。在傳統關係中，人與人的連接往往受到現實環境限制，而搭子模式突破了固定圈層，使青年能夠主動尋找符合自身需求的人。例如，一個剛進入陌生城市工作的青年，可能很難迅速建立穩定朋友圈，但通過網絡尋找健身搭子、電影搭子，可以較快進入新的社交場景。搭子成為青年適應新環境的一種方式。不過，興趣連接也意味著關係基礎發生變化。傳統朋友關係通常建立在長期經歷和共同記憶之上，而搭子關係更多建立在當下需求之上。當共同活動結束，關係也可能隨之減少。這種變化體現了青年關係更加靈活，同時也降低了關係持續性。

2.2 從長期綁定到情境化關係

搭子關係最明顯的特點，是關係範圍受到限定。

例如，“飯搭子”主要解決一起吃飯的問題，“旅遊搭子”主要解決旅行陪伴的問題，“運動搭子”主要提供共同鍛煉的動力。這些關係通常不會要求雙方進入彼此全部生活。這種關係模式體現出青年對於社交邊界的重視。

現代青年更加關注個人空間，希望在人際交往中保持一定自主性。搭子關係通過明確的活動範圍，讓雙方能夠獲得陪伴，同時避免過度介入。青年搭子社交體現了垂直領域精準陪伴的特點，青年希望在具體場景中獲得適合自己的陪伴，而不是建立全面綁定的人際關係^[4]。這種變化可以理解為青年對於關係成本的重新計算。傳統友誼需要持續維護，需要回應對方情緒，需要投入時間和精力。對於生活節奏較快的青年而言，這種關係維護壓力可能較大。搭子關係降低了進入門檻，也降低了退出成本。但問題在於，低成本關係雖然提高了社交效率，卻可能減少關係深入發展的機會。如果青年長期停留在情境化關係中，可能難以獲得穩定的情感支持。搭子關係並不是傳統友誼的替代品，而更像是青年關係體系中的補充形式。它解決的是特定場景中的陪伴問題，而不是所有情感需求。

2.3 從情感投入到邊界管理

搭子社交體現了青年對社交邊界的新理解。在傳統關係中，親密往往意味著更多共用。例如朋友之間會分享生活經歷，參與彼此重要事件。但搭子關係強調“適度距離”，雙方可以保持友好，卻不必承擔過高責任。這種邊界意識與青年對於個人空間的重視有關。搭子關係具有一定的發展過程，能夠滿足安全、陪伴等需求，但也存在情感支持不足的問題^[5]。這裡需要重新理解“邊界”。邊界並不一定意味著冷漠。在部分青年看來，明確邊界反而能夠降低交往壓力。當雙方清楚彼此關係定位時，反而更容易保持舒適互動。例如，兩個人約定每週一起跑步，他們並不需要頻繁詢問彼此生活，也不需要承擔傳統朋友之間的情感義務。但在共同運動過程中，雙方仍然能夠獲得陪伴感和積極情緒。這種關係體現了一種新的社交邏輯：關係不一定越深越好，而是需要符合雙方需求。當然，過度強調邊界也可能造成關係表面化。如果青年習慣將所有關係都按照功能劃分，可能逐漸降低建立深層關係的能力。搭子社交帶來的變化不是簡單的“關係變弱”，而是關聯式結構更加多元。青年需要在自由與連接之間尋找平衡。

2.4 從單一社交網絡到多元關係組合

過去，人們的人際網絡相對集中，一個核心朋友圈可能承擔大部分社交功能。而搭子社交使青年關係網絡更加分散。青年可以根據不同需求建立多個小型關係網絡。例如，工作中有同事關係，生活中有飯搭子，興趣領域有運動搭子，網絡社區中還有興趣群體。劉航認為，現代青年通過搭子關係在碎片化生活中重新組織社會連接，通過多個不同搭子關係形成新的社交組合。這種多元關聯式結構提高了青年適應環境的能力。當一個青年進入新的城市時，他不必等待長期朋友關係自然形成，而可以通過不同搭子快速建立社會聯繫。這對於城市青年尤其重要。城市生活具有高度流動性。很多青年離開原有家庭和熟人環境，在新的空間中重新建立社會網絡。搭子關係提供了一種低壓力的融入方式。但是，多元化關係也帶來新的問題。如果關係數量增加，但深度不足，青年可能出現“連接很多，卻缺少真正支持”的狀態。搭子社交反映出的不是青年不需要關係，而是青年對於關係類型進行了重新劃分。

3 青年“搭子”社交背後的情感需求

搭子社交能夠快速流行，根本原因在於它回應了青年群體的情感需求。表面來看，搭子是一種功能性關係，但實際上其中包含陪伴需求、身份認同需求、安全需求以及自我表達需求。如果只將搭子理解為“工具關係”，容易忽視青年選擇這種方式背後的心理原因。

3.1 陪伴需求：緩解城市生活中的孤獨感

現代青年經常處於獨立生活狀態。進入大學、就業或者異地發展後，原有熟人關係逐漸減少，新的關係需要重新建立。這種環境容易產生孤獨感。搭子首先提供的是一種“有人同行”的感覺。例如，一個人在城市中生活，可能並不缺少網絡交流，但在吃飯、運動、旅行等具體場景中仍然需要現實陪伴。搭子正好填補了這種日常陪伴缺口。搭子社交反映了個體化社會中青年面對連接困境時形成的策略性選擇，它不是簡單的社交退化，而是一種適應現代生活環境的連接方式^[6]。這說明青年尋找搭子，本質上仍然是在尋找人與人的聯繫。不同的是，

他們更希望這種聯繫保持輕鬆和可控制。

3.2 情緒需求：尋找低壓力的情感支持

青年選擇搭子，並不只是為了完成某件事情。例如，飯搭子雖然核心活動是吃飯，但很多青年真正需要的是吃飯過程中的交流。運動搭子不僅提供鍛煉夥伴，也能夠提供堅持運動時的心理鼓勵。因此，搭子關係具有一定情緒價值。與傳統親密關係相比，搭子提供的情緒支持可能更加輕量，但並不意味著沒有價值。青年可能不希望向朋友傾訴所有壓力，卻願意與一個興趣相近的人分享某些生活感受。這種有限度的情緒交流，使青年獲得心理調節。搭子成為一種“輕量陪伴”。它不承擔完整情感責任，卻能夠提供階段性的心理支持。

3.3 身份認同需求：在興趣圈層中尋找自我定位

青年搭子社交不僅解決“和誰一起做某件事”的問題，也承擔著身份表達和群體歸屬的功能。現代青年生活在高度分化的社會環境中，個體身份不再主要依靠家庭背景、職業身份等傳統因素形成，興趣愛好、生活方式和消費選擇逐漸成為自我表達的重要方式。

例如，一個喜歡攝影的青年會尋找攝影搭子，一個熱愛戶外運動的青年會尋找徒步搭子。這些關係並不僅僅是活動合作，更是一種身份確認。通過與具有相似興趣的人建立聯繫，青年能夠獲得“我屬於某個群體”的感覺。搭子關係中的互動過程包含自我展示和群體認同等內容，青年會通過關係建立確認自身興趣和價值表達^[7]。這一特點說明，搭子社交雖然表面上強調功能，但其背後仍然存在情感和文化意義。過去，人們通常通過長期朋友關係獲得身份認同，而現在青年可以通過興趣圈層獲得新的歸屬感。搭子成為進入某種生活方式的重要入口。例如，一名剛開始跑步的青年，可能因為尋找跑步搭子進入運動群體。在共同運動過程中，他不僅獲得鍛煉夥伴，也逐漸形成“跑步愛好者”的身份認同。這種身份形成具有較強的主動性。青年不再只是被動進入已有關係，而是在網絡環境中主動尋找符合自身興趣的群體。但需要注意的是，興趣圈層也可能形成新的隔離。如果青年過度依賴相似性連接，只與具有

相同興趣的人交流，可能減少接觸不同觀點的機會。搭子社交中的身份認同具有雙重作用。一方面，它增強青年歸屬感；另一方面，也需要避免圈層封閉。

3.4 自我表達需求：尋找更加自由的關係空間

搭子社交還滿足了青年進行自我表達的需要。傳統關係中，個體往往需要維持某種穩定形象。例如，在家庭關係中需要承擔家庭角色，在工作關係中需要保持職業形象。在這些關係中，個體的表達受到一定限制。相比之下，搭子關係由於關係基礎較輕，青年可以更加自由地展示自己的興趣和生活狀態。青年會借助搭子關係展示自身興趣、生活方式和個體特徵，通過互動完成自我表達^[8]。例如，一個平時較為內向的青年，可能不願意主動加入大型社交活動，但願意通過尋找遊戲搭子、閱讀搭子等方式進入小範圍互動。這種關係減少了傳統社交中的壓力。青年不需要快速證明自己，也不需要承擔複雜的人情義務，而是在較為平等的基礎上展開交流。這也是搭子社交受到歡迎的重要原因。它提供了一種介於陌生人與朋友之間的關係狀態。雙方保持一定距離，但又能夠產生真實互動。這種關係符合部分青年對於現代社交的期待：既希望與他人連接，又希望保持獨立。

4 青年“搭子”社交中的現實問題

搭子社交滿足了青年新的情感需求，但其自身特點也帶來了一些問題。如果說傳統關係的問題在於關係負擔較重，那麼搭子關係的問題則可能表現為關係持續性不足。青年通過搭子獲得便利和陪伴，但也可能面臨情感支持不足、關係穩定性下降等困境。

4.1 關係功能化導致情感深度不足

搭子關係最大的特點是目標明確。這種特點提高了社交效率，但也容易使關係被過度功能化。當人與人的聯繫主要圍繞某種需求建立時，個體可能更多關注對方是否符合當前需要，而較少關注對方作為完整個體的情感狀態。例如，旅遊搭子可能因為旅行結束後減少聯繫，學習搭子可能因為考試結束後失去互動。這種現象並不代表雙方缺乏善意，而是說明關係建立基礎發生變化。平臺邏輯和演算法環境可能

使搭子社交呈現出交往模式、交往邏輯和交往體驗的變化，人與人的互動容易被簡化為表層連接^[9]。這一問題提醒我們，搭子關係雖然方便，但不能完全替代深層關係。人的情感需求不僅包括陪伴，也包括理解、支持和長期信任。如果青年長期依賴功能型關係，可能出現“社交數量增加，但情感獲得減少”的情況。

4.2 關係流動性增強帶來的不穩定感

搭子關係通常具有較強流動性。雙方可以快速建立聯繫，也可以快速結束關係。這種特點符合青年生活變化快的特點，但也可能降低關係安全感。傳統朋友關係需要較長時間積累，因此即使短期沒有聯繫，關係仍然可能保持。而搭子關係如果缺少共同活動，就容易自然消失。搭子社交是一種建立在數字媒介環境中的陌生人互動關係，其互動過程具有明顯的新型特徵^[10]。這種陌生人屬性提高了青年認識新人的機會，但也增加了關係維護難度。對於部分青年而言，他們可能習慣不斷尋找新的搭子，卻缺少經營長期關係的能力。這種狀態容易形成一種迴圈：需要陪伴——尋找搭子——獲得短暫滿足——關係結束——再次尋找新的搭子。如果這種迴圈持續存在，可能強化青年對於短期連接的依賴。

4.3 平臺環境中的信任與安全問題

搭子社交大量依靠網絡平臺完成。平臺降低了尋找關係的成本，但同時也增加了信息真實性和安全風險。由於雙方通常缺少共同社會關係，彼此瞭解程度有限，在建立聯繫時主要依靠個人介紹、興趣標籤和線上交流判斷。感知價值、網絡人際信任等因素會影響青年參與搭子社交的意願^[11]。這說明信任是搭子關係形成的重要基礎。如果平臺缺少有效管理，可能出現虛假信息、人身安全風險以及消費欺詐等問題。例如，旅遊搭子涉及共同出行，活動搭子涉及現實接觸，如果雙方信息存在較大差異，就可能產生風險。搭子社交的發展不能只關注匹配效率，也需要關注安全機制。

4.4 淺層社交習慣影響深度關係建立

搭子社交強調輕鬆和低壓力，這符合部分青年需求，但也可能影響青年發展深層關係的能力。深度關係需要投入時間，需要經歷共同

事件，也需要處理矛盾和差異。如果青年習慣所有關係都保持低投入狀態，可能逐漸回避建立更複雜的人際聯繫。“社恐”與“搭子”體現了青年在社交壓力和歸屬需求之間的矛盾，青年既希望避免傳統社交負擔，又希望獲得群體連接^[12]。這一現象說明，搭子並不能完全解決青年孤獨問題。它能夠提供陪伴，但無法完全替代長期關係中的信任積累。青年真正需要的並不是取消所有壓力的關係，而是在不同關係類型之間找到平衡。

5 青年“搭子”社交的合理發展路徑

搭子社交作為青年新的關係實踐，不應被簡單評價為積極或消極現象。它既反映青年社交方式的創新，也暴露出現代關係中的一些問題。更合理的方向，是在保留搭子社交優勢的基礎上，引導其向更加健康的關係模式發展。

5.1 正確理解搭子關係的價值

社會對於搭子社交的評價，需要避免簡單化。部分觀點認為搭子代表年輕人關係冷漠，但這種判斷忽視了青年真實生活環境。青年選擇搭子，並不意味著拒絕朋友關係，而是在尋找更加適合當前生活節奏的連接方式。搭子社交以精準陪伴和互不打擾為特點，體現了青年社交趨勢的變化，同時也需要關注其中可能產生的問題^[13]。應當承認搭子關係存在合理價值。它降低青年進入社交環境的難度，也幫助一些處於陌生環境中的青年獲得支持。

5.2 青年需要建立多層次的人際關係結構

搭子社交的發展，並不是要求青年回到過去單一穩定的人際模式，而是在不同關係類型之間形成更加合理的組合。人的社交需求具有多層次特點。部分需求可以通過輕量關係滿足，例如日常陪伴、興趣交流和活動參與；部分需求則需要長期關係提供，例如情感支持、價值認同和人生陪伴。如果將所有關係都轉化為搭子關係，容易使社交陷入過度功能化。但如果完全排斥搭子關係，也無法回應青年現實生活中的需求。青年需要認識到不同關係具有不同價值。例如，運動搭子可以幫助個體保持運動

習慣，旅行搭子可以豐富生活體驗，而長期朋友則可以提供更加穩定的情感支持。不同關係之間並不存在簡單替代關係，而是共同構成青年社會交往網絡。梁丹指出，青年搭子社交體現的是特定情感需求下形成的精準陪伴模式，其發展需要避免淺社交化、圈層封閉等問題。這意味著，搭子關係可以作為青年建立社會連接的入口，但不應成為青年社交的唯一形式。青年可以從搭子關係開始，通過共同活動增加瞭解，在相處過程中逐漸形成更加穩定的關係。例如，兩個人最初因為跑步成為運動搭子，在長期共同訓練中形成朋友關係。這種關係轉化說明，搭子並不必然停留在淺層，它也可能成為深層關係形成的起點。

5.3 社交平臺需要提升連接品質而非只追求匹配效率

平臺是搭子社交的重要推動力量。社交平臺通過興趣標籤、演算法推薦、地理位置匹配等方式，提高了青年尋找搭子的效率。但如果平臺只關注用戶連接數量，而忽視關係品質，可能強化關係的短期化和工具化。楊鑫指出，搭子社交以數字媒介為重要場域，在帶來便利的同時，也可能產生信息繭房、社交圈層固化以及社交風險等問題，需要加強媒介參與和規範引導^[14]。平臺可以從幾個方面改善搭子社交環境。平臺可以完善身份認證和安全機制，提高使用者信息可信度。搭子關係雖然強調輕量化，但涉及現實接觸時，安全問題不能被忽視。平臺也可以優化推薦邏輯。當前很多平臺更加關注快速匹配，而未來可以增加興趣深度、價值觀傾向等信息，使匹配不僅基於表面需求，也關注互動可能性。此外，平臺還需要承擔一定的社會責任。搭子社交並不是普通的信息交換，而是一種人與人之間的關係建立過程。平臺設計會影響青年對於社交方式的理解。如果平臺不斷強化“快速找到”“快速替換”的邏輯，容易讓青年形成消費式社交習慣。相反，如果平臺鼓勵真實交流和持續互動，則可能促進更加健康的關係形成。

參考文獻：

[1] 謝世堅, 張麗媛. 認知社會語言學視域下網絡熱詞“xx 搭子”研究 [J]. 華南師範大學學報(社會科學版), 2025(1): 131-140+207.

5.4 社會應創造更多現實交往空間

搭子社交流行的重要原因之一，是現實社會中青年交往空間不足。很多青年進入城市後，面臨工作壓力大、生活圈有限等問題。即使他們希望認識新朋友，也缺少自然交流機會。

青年社交問題不能完全依靠網絡平臺解決。社區、學校、單位等社會空間可以提供更多低壓力的交流場景。例如，社區可以組織興趣活動，學校可以建設學生社團，單位可以開展非正式交流活動。這些現實空間能夠幫助青年形成更加穩定的人際聯繫。許亨洪、伍玥認為，青年搭子社交體現了數位技術、社交平臺和青年心理需求共同作用的結果，需要通過心理調適、擴大交往空間等方式促進青年形成更加健康的社交模式^[15]。這說明，搭子社交並不是簡單的個人選擇問題，而與社會環境有關。如果青年擁有更多現實交往機會，他們可以在更多關係類型之間進行選擇，而不是過度依賴網絡尋找陪伴。

6 結論

青年“搭子”社交的出現，是社會環境變化、數字媒介發展以及青年情感需求變化共同作用的結果。它反映出青年對於人際關係的新理解：關係不一定需要高度綁定，而可以根據不同生活場景形成更加靈活的連接。搭子社交並不能簡單歸結為青年社交能力下降或人際關係冷漠。它更多體現了青年面對現代生活壓力時，對社交方式進行調整的一種主動選擇。青年通過搭子關係獲得陪伴、降低社交壓力，也在興趣互動中尋找身份認同和情感支持。與此同時，搭子關係具有明顯的功能屬性和流動特點。如果過度依賴這種關係，可能導致情感支持不足、深層關係減少以及社交能力弱化。搭子社交的發展方向並不是取代傳統關係，而是在輕量連接和深度關係之間形成平衡。

- [2] 劉航. 現代性視域下當代青年的碎片化社交行動研究——以“找搭子”為例 [J]. 中國青年研究, 2023(11): 5-14.
- [3] 劉森林, 陶靜. 當代青年搭子社交行為及其形成機制研究 [J]. 青少年研究與實踐, 2025, 40(2): 89-98.
- [4] 梁丹. 垂直領域的精准陪伴：青年新型社交樣態的敘事圖景和引導路徑 [J]. 中國青年研究, 2024(1): 94-101+119.
- [5] 莊月. 社會滲透理論視角下大學生“搭子”社交的行為樣態與引導策略 [J]. 常州信息職業技術學院學報, 2025, 24(6): 76-81.
- [6] 姜金燕. 個體化時代的连接困境與策略性社交：青年“搭子”現象的傳播學考察 [D]. 東北財經大學, 2025.
- [7] 張貞. 人際傳播視角下“搭子式”社交中的身份認同研究 [D]. 中南財經政法大學, 2024.
- [8] 鐘欣悅. 青年群體搭子社交的自我呈現研究 [D]. 東華大學, 2025.
- [9] 任雪晴. 異化理論視域下當代青年的“搭子社交”研究 [J]. 新聞知識, 2025(6): 84-91+96.
- [10] 王博文. “搭子社交”：社交媒體時代青年群體新型陌生人社交關係人際互動過程研究 [D]. 重慶大學, 2025.
- [11] 李妍妍. 青年網民搭子社交行為意願的影響因素研究：感知價值的仲介作用和網絡人際信任的調節作用 [D]. 蘇州大學, 2025.
- [12] 曹清燕. 當代青年社交模式的調適路徑——基於對網絡熱詞“社恐”和“搭子”的分析 [J]. 國家治理, 2025(5): 30-36.
- [13] 王昕迪, 胡鵬輝. 搭子社交：當代社會青年新型社交趨勢與形成邏輯 [J]. 中國青年研究, 2023(8): 90-95+119.
- [14] 楊鑫. 青年“搭子社交”現象：緣何流行、風險審視與應對策略 [J]. 思想理論教育, 2024(2): 106-111.
- [15] 許亨洪, 伍玥. 青年社交“搭子”的樣態、成因及其引導路徑 [J]. 思想理論教育, 2024(10): 92-98.

版權聲明

© 2026 作者版權所有。本文依據“知識共享署名 4.0 國際許可協議”（CC BY 4.0）以開放獲取方式發布。該許可允許使用者在任何媒介中自由使用、複製、傳播與改編文章（含商業用途），惟須明確署名原作者及出處，並注明所作修改（如有）。完整協議詳見：<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.zh-hans>

出版聲明

所有出版物中的陳述、觀點及資料僅代表作者及供稿者個人立場，與 Brilliance Publishing Limited 及/或編輯人員無關。Brilliance Publishing Limited 及/或編輯人員對因內容所提及的任何理念、方法、說明或產品所導致的人身或財產損害概不負責。