

休闲体育领域“饭圈”失范的健康风险、生成机制 与治理路径

黄晟霖

(湖北大学 体育学院, 湖北 武汉 430062)

摘要: 数字时代, 粉丝文化正加速向休闲体育领域渗透, 形成兼具高度情感化与组织化特征的社群参与模式。该现象虽提升了社区健身、业余赛事的大众可见度与参与热情, 但也引发情绪极端化、网络攻击、隐私侵犯及运动价值娱乐化等失范风险, 对青少年身心健康、休闲运动公平参与及公共理性空间产生显著溢出效应。本文采用文献分析与政策解读相结合的方法, 从失范表征、生成机制、健康溢出效应三个维度系统审视休闲体育“饭圈”现象, 并构建“健康优先”的多主体协同治理框架, 具体包括强化数字素养教育、优化平台算法伦理、推动行业价值引领、完善政策底线保障。研究旨在为净化休闲体育网络生态、引导青少年理性参与运动、助力健康中国与体育强国建设提供理论参照与实践路径。

关键词: 休闲体育; “饭圈”失范; 健康溢出; 数字素养; 青少年运动观; 协同治理

Leisure Sports “Fan Circle” Anomie: Health Risks, Generative Mechanisms, and Governance Pathways

HUANG Sheng-lin

(School of Physical Education, Hubei University, Wuhan 430062, China)

Abstract: In the digital era, fan culture is rapidly penetrating the field of leisure sports, forming a community participation model with highly emotional and organized characteristics. While enhancing the visibility and participation enthusiasm of community fitness and amateur events, it also triggers risks such as emotional extremism, cyber violence, privacy infringement, and the entertainment-oriented alienation of sports values, exerting significant spillover effects on adolescents' physical and mental health, the fair participation in leisure sports, and the public rational discourse space. By adopting the research method combining literature analysis and policy interpretation, this paper systematically examines the leisure sports “fan circle” phenomenon from three dimensions: anomie manifestations, generative mechanisms, and health spillover effects. It further constructs a “health-priority” collaborative governance framework, involving multiple subjects, including strengthening digital literacy education, optimizing platform algorithm ethics, promoting industry value guidance, and improving policy baseline safeguards. The study aims to provide theoretical references and practical pathways for purifying the leisure sports network ecosystem, guiding adolescents to participate in sports rationally, and advancing the construction of a Healthy China and a Sports Power.

Key words: Leisure sports; “Fan circle” anomie; Health spillover; Digital literacy; Adolescents' sports outlook; Collaborative governance

数字技术与移动互联网的快速发展正重塑体育文化的传播与参与方式。中国互联网络信息中心（CNNIC）数据显示，截至2025年12月，我国网民规模达11.25亿，互联网普及率达80.1%；生成式人工智能用户规模达6.02亿，普及率攀升至42.8%^[1]。在此背景下，源自娱乐产业的“饭圈”文化凭借高度组织化与情感化的特征，迅速渗透体育领域，形成明颇具影响力的体育“饭圈”现象。这一现象是新媒体技术、粉丝心理与商业资本复杂互动的产物。表现为粉丝通过社群应援、内容二次创作等方式深度参与体育产业，为行业注入活力；伴随群体极化、网络暴力、隐私侵犯及竞技精神异化等失范行为与伦理风险，呈现出“机遇与挑战并存”的双重特征。

体育“饭圈”问题已引起国家高度关注。国家体育总局于2024年8月召开的整治专题会议指出，乱象严重扰乱体育秩序、破坏行业声誉、扭曲体育精神，已成为影响体育事业健康发展的重大风险因素^[10]。这一论述为学界研究明确了问题导向与政策语境。

基于此，本研究聚焦新媒体背景下体育粉丝“饭圈”现象，系统分析其生成机制及对体育生态与社会文化的多层次影响，提出协同治理路径。研究旨在为国家治理工作提供学理依据与策略参考，助力净化网络空间、匡正体育风气，推动体育精神的健康回归与弘扬，构建和谐、健康的体育文化生态。

1 体育“饭圈”失范的概念界定

在对体育“饭圈”失范现象展开具体分析之前，有必要先对相关概念进行界定。“饭圈”一词最早源于娱乐产业，通常指粉丝围绕偶像形成的具有高度情感认同与组织化特征的社群文化形态。在互联网与社交媒体环境中，粉丝通过线上互动、应援活动及信息传播等方式，形成相对稳定的群体结构与行为模式。

随着粉丝文化向体育领域渗透，部分体育项目与运动员也逐渐形成了类似的粉丝社群。粉丝围绕运动员或赛事进行情感表达、舆论互动与消费支持，使体育传播呈现出明显的“饭圈化”特征。然而，在新媒体技术环境、群体认同心理与商业资本逻辑的共同作用下，一些粉丝行为逐渐偏离体育精神与社会公序良俗，表现为情绪化对抗、网络暴力、隐私侵犯及过度消费等失范现象。

基于此，本文将“体育饭圈失范”界定为：在新媒体环境下，粉丝群体围绕体育明星或赛事形成的情感化与组织化社群，在平台传播机制与商业逻辑驱动下，产生偏离体育精神、公共理性与社会规范的行为模式。这一概念既体现了粉丝文化在体育领域的扩散特征，也揭

示了粉丝行为在特定情境下引发的社会治理问题。

2 体育“饭圈”失范的行为表征

2.1 经济行为的异化

体育“饭圈”失范在经济维度主要表现为粉丝支持被简化为高度组织化的消费行为。研究表明，粉丝通过购买代言产品、参与平台打榜等方式，将情感投入转化为经济支出，形成消费竞争与资源动员机制。这种异化使体育支持偏离其公益本质，演变为以经济付出为衡量标准的层级化竞争。资本逻辑的介入，使粉丝情感被转化为可量化的经济价值，加剧泛娱乐化趋势，不利于体育产业的健康发展^[9]。

2.2 社交行为的异化

社交维度上的失范主要表现为粉丝互动从理性交流转向群体对立与观点极化。研究显示，这类社交异化通过圈层对抗强化内部群体认同，易导致跨群体冲突升级，引发线上线下的过激行为，侵蚀体育公共话语空间。这种异化源于情绪极端化倾向与意见领袖的引导，群体认同强度与失范行为发生概率呈正相关^[2]。

研究进一步指出，社交异化在冲突演化中呈现焦点分化、情感极化与符号延伸的特征，粉丝以维护偶像为由合理化攻击行为，推动网络暴力的扩散蔓延。这种现象不仅侵蚀体育竞技的纯粹性，还破坏了公共话语交流的理性基础^[2]。

2.3 伦理行为的异化

伦理维度上的失范主要表现为粉丝价值取向从崇尚体育精神转向违背基本伦理规范。研究指出，伦理异化凸显个人隐私与公众知情权的冲突，部分极端行为违背包容性原则，导致社会道德失范。这种异化侵蚀运动员人格权益与竞技公平性，加剧公共话语的非理性倾向^[7]。

研究进一步表明，伦理异化源于符号资本的负面转化与群体认同的极端化，部分粉丝行为往往以情感效忠凌驾于法律规范之上，背离体育精神的公益本质。这种异化不仅损害体育行业的声誉，还扭曲了体育文化的价值导向^[7]。

3 休闲体育“饭圈”失范的生成机制

休闲体育“饭圈”失范并非由单一因素造成，而是技术赋能、心理投射、资本逐利与监管滞后四重机制相互作用的结果。这些机制在数字媒体时代表现尤为显著，并对青少年参与休闲运动的状态和身心健康产生了深层次影响。

3.1 技术赋能与算法闭环

平台推荐算法与生成式AI工具（普及率已达

42.8%)，强化同质信息循环，形成情绪闭环。青少年沉迷短视频健身博主、社区跑团虚拟应援等内容，算法推送极端化信息，放大群体认同偏向，导致其线下实际运动时间减少，影响体质健康提升与心理状态平衡。

3.2 心理投射与身份归属需求

在学业压力与社交焦虑的影响下，部分年轻人将情感需求投射到健身达人、业余赛事偶像、广场舞领舞者等对象身上，形成极端的情感忠诚。这种“虚拟陪伴”式的情感寄托，容易掩盖理性判断，演变为情绪宣泄，干扰青少年正常休闲运动习惯的养成与心理韧性的构建。

3.3 资本逐利与流量变现激励

商业资本逻辑将粉丝对体育相关主体的支持，转化为消费数据与装备购买，激励极端行为（如代拍、圈层互撕），以获取更高曝光。休闲健身品牌与平台合作，放大流量导向效应，使粉丝支持偏离休闲运动的健康本质，青少年也易陷入“氪金打榜”式消费误区，而专注于非科学运动。

3.4 监管滞后与数字素养双重缺位

现有针对体育领域饭圈乱象的治理响应迟缓，青少年数字媒介素养教育不足，无法及时干预线上失范行为向线下社区健身、公园跑步等实景场景的蔓延。城乡数字鸿沟进一步放大此类风险，弱势群体更易受情绪极化内容影响，降低参与休闲运动的公平意愿。

4 体育“饭圈”失范的双重影响

4.1 积极影响

体育“饭圈”失范现象在特定具有一定的积极影响。研究表明，它在一定程度上促进了体育文化的破圈传播与大众参与度的提升。粉丝通过社群组织、内容创作与情感表达等方式，将体育竞技从专业领域延伸至更广泛的社会文化空间，增强了体育项目的可见性与吸引力。这种破圈传播效应为体育产业发展注入了新的活力，拓展了体育市场边界与受众基础。

研究进一步指出，积极影响还体现在价值引导层面。符号资本在特定条件下可转化为正向传播渠道，引导青少年形成正确的体育价值观与健康生活方式^[5]。粉丝群体通过应援活动与内容二次创作，在一定程度上弘扬了体育拼搏精神与团队意识，丰富了体育文化的表达形式与社会影响力。这种积极面使体育“饭圈”成为连接竞技专业性与众人休闲参与性的桥梁，为体育事业的普及与发展提供了新路径。

例如，部分粉丝在国际赛事期间，通过组织化应援活动与内容传播，使原本小众的运动项目获得广泛关注，显著提升了项目的社会影响力与参与热情。这种现

象在一定程度上推动了体育文化的多元化与大众化。积极影响主要体现为文化破圈、参与度提升与价值正面引导，在特定情境下成为推动体育影响力扩展的助力因素^[3]。

4.2 消极影响

消极影响是体育“饭圈”失范现象的主要方面。研究显示，该现象导致群体极化与网络暴力显著加剧，粉丝行为在圈层对抗中往往演变为系统性攻击，损害体育公共话语空间的理性交流基础。这种极化现象，通过情感极端化与符号延伸机制放大，粉丝以维护偶像为由，合理化失范表达，形成线上线下暴力的恶性循环^[6]。

研究进一步指出，消极影响还表现为体育竞技精神与行业伦理规范的扭曲。竞技公平性被流量逻辑与情绪对抗逐步侵蚀，运动员人格权与个人隐私受到频繁侵犯，体育价值被泛娱乐化倾向消解。伦理异化使粉丝行为偏离包容原则与体育公益本质，导致社会道德失范与削弱公众对体育信任。这种消极面不仅扰乱体育行业秩序，还对青少年体育价值观的养成形成负面导向。

例如，有研究指出，在部分健身博主短视频争议事件中，粉丝群体围绕其表现展开激烈舆论互动，并在社交媒体平台形成明显的情绪化表达与群体对立。这种由内容争议引发的粉丝冲突在平台传播机制的作用下迅速扩散，进一步加剧了休闲体育网络空间的舆论极化趋势。又如，部分粉丝在某跑团活动结果争议中，对相关参与者进行恶意评论与造谣，严重侵犯他人人格权。再如，部分粉丝在某广场舞社群赛事失利后，对领舞者进行人身攻击与造谣，严重扭曲团队协作价值与体育休闲健康促进的本质。消极影响主要体现为群体极化、网络暴力、伦理扭曲与运动精神异化，对休闲体育的参与性、公平性及公共理性空间构成严峻挑战。

4.3 失范行为对休闲运动参与者身心健康的负面溢出效应

休闲体育“饭圈”失范不仅局限于线上社群，其引发的情绪极化、网络攻击等行为，还会向线下社区健身、公园跑步、广场舞等大众参与场景溢出。研究显示，粉丝间的极端对抗行为，易使普通参与者产生畏惧心理或社交回避心态，降低社区运动参与频率与持续性。同时，消费竞争导向让部分青少年将休闲体育异化为“打卡炫耀”或“虚拟应援”的工具，实际身体活动量不足，影响体质健康提升与心理韧性构建。此外，数字素养缺失进一步放大城乡差距，弱势群体更易受情绪极化内容影响，削弱休闲运动的公平参与与健康促进功能。治理需特别关注此类健康溢出效应，将粉丝情感转化为日常锻炼动力与健康生活方式。

5 休闲体育“饭圈”失范的治理路径

针对休闲体育领域“饭圈”失范问题，应构建“健康优先、预防为主、协同共治”的三级递进治理路径体系，重点保障青少年身心健康与大众休闲运动参与公平性。

5.1 源头预防：提升数字素养与健康运动教育

学校、家庭与社区协同发力，应将媒介素养、理性偶像观、科学运动知识纳入青少年教育体系。通过课堂案例讨论、不良网络信息辨识训练、社区健身活动等形式，引导粉丝将情感投入转化为日常锻炼习惯，避免虚拟应援取代实际身体活动。同时，加强家长对子女网络行为监测，及时纠正极端消费与情绪对抗倾向，从源头筑牢青少年健康运动价值观。

5.2 过程干预：平台技术治理与行业价值规范

平台需优化算法伦理导向，降低情绪极端化内容推送比例，强化生成式AI舆情监测与关键词过滤机制，对健身博主、跑团、广场舞社群等高风险场景，实施流量调节与实时干预。健身机构、业余赛事主办方应建立理性互动公约，规范商业代言合作与粉丝沟通渠道，避免流量导向扭曲健康运动本质，推动行业发展从“流量变现”向“健康促进”转型。

5.3 底线保障：政策法规与跨部门协同

完善体育领域网络暴力、隐私侵权相关专项条款，明确休闲体育场景下失范行为的认定标准与追责路径^[4]。推动体育、教育、网信、公安等多部门联动协作，形成长效监管机制，对大型社区赛事、健身节等活动进行健康风险评估与事中动态监测，确保治理从线上延伸到线下，维护休闲运动的公益性与包容性。

6 结语

休闲体育领域“饭圈”失范，是数字媒体时代粉丝文化向大众健康运动领域渗透的典型表现，其衍生的健康风险源于算法闭环、身份投射、资本激励与数字素养缺位的重因素的交互作用。该现象虽在一定程度上提升了社区健身与业余赛事的可见度，但情绪极化、网络攻击、隐私外泄等失范行为已持续向线下休闲场景溢出，显著影响青少年体质健康、心理韧性塑造与运动参与公平性，对体育休闲的健康促进功能构成严峻挑战。

基于文献梳理与政策分析，本文构建了“健康优先、

预防为主、协同共治”的治理路径体系^[8]。展望“十五五”时期（2026—2030年），休闲体育“饭圈”治理应进一步深化数字素养教育、强化平台AI舆情监测效能、推动体育行业价值重塑，并形成体育、教育、网信等多部门长效联动机制，实现从线上社群到线下社区的全链条净化与价值引导，最终助力净化休闲体育网络生态、引导青少年理性参与运动、推进健康中国与体育强国建设进程。

参考文献

- [1] 中国互联网络信息中心. 第57次中国互联网络发展状况统计报告[EB/OL]. (2026-02-05) [2026-03-19]. <http://www.cnnic.cn/>.
- [2] 崔丽丽, 宁晨, 周德巧. 焦点分化、情感极化与符号延伸: 体育“饭圈”冲突的演化逻辑[J]. 北京体育大学学报, 2025, 48(8): 123-133.
- [3] 杜超伟, 倪京帅. 从“圈地自萌”到“文化破圈”: 体育“饭圈”动态转型的驱动逻辑与治理策略[J]. 西安体育学院学报, 2025, 42(2): 247-256.
- [4] 费梦彦. 体育“饭圈”的现象透析与法律纾困[J]. 西安体育学院学报, 2025, 42(1): 119-128.
- [5] 彭响, 刘如, 胡科. 符号资本与符号权力: 论体育明星引导青少年体育价值观养成——基于布尔迪厄符号资本理论视角[J]. 体育学刊, 2025, 32(2): 33-39.
- [6] 毕雨辉, 董新有. 体育饭圈暴力的现实表征、生成逻辑与治理路径[J]. 体育学刊, 2025, 32(1): 52-60.
- [7] 贾玉贞, 刘星, 龚正伟. 体育饭圈化的伦理审视[J]. 体育学刊, 2025, 32(1): 61-71.
- [8] 吕鹏. 科学构建体育领域“饭圈”治理机制[J]. 人民论坛, 2025(3): 88-91.
- [9] 唐华, 张庆如. 体育“饭圈”化的权力生产及治理策略[J]. 体育与科学, 2024, 45(6): 42-47.
- [10] 国家体育总局. 体育总局召开整治体育领域“饭圈”乱象专题工作会[EB/OL]. (2024-08-28) [2026-03-12]. <https://www.sport.gov.cn/n20001280/n20745751/c28057063/content.html>.