

小紅書上，被圍觀的雲相親

內向又不自信？不妨試試隔著屏幕公開相親。



Li Fuhua/VCG via Getty Images

自從24年4月結束上一段戀愛，定居在北京的Vicky Zhang經歷過10次線下相親，但都沒有下文。直到12月的一天，她隨意瀏覽小紅書時看到一個直播間，裏面是九宮格式排佈的視頻聊天窗口，有一位主持人和8個男女。

他們正在相親。

和中國傳統的線下相親一樣，直播間裏的主持人會引導每位參與者介紹基本的個人信息，包括身高、性格、學歷、財務狀況，以及對未來伴侶的期望等。沿用一檔在中國江蘇衛視播出長達十五年的相親綜藝《非誠勿擾》中的稱呼，這些相親直播間的參與者通常被主持人和觀眾們稱之「男嘉賓」或「女嘉賓」。

主持人和上千名觀眾常會起哄讓某位嘉賓展示才藝，比如「露腹肌」、「唱首歌」，或者打趣撮合某兩位嘉賓在一起。一次直播中，一個男生乾脆脫掉上衣秀了兩分鐘肌肉，其他嘉賓激動得滿臉通紅，笑得很開心。還有唱音樂劇，現場配音動漫，模仿網上的搞笑洗腦片段，跳抖音熱門舞蹈的。也有人穿著皇帝龍袍，化著搞笑的妝，抱著一隻玩偶跳舞。

今年29歲的Vicky在北京一家國企的初級部門打著一份穩定的工。她談過兩段戀愛，也有一些接觸下來挺有好感的男生，但她堅決要求男方和她一起定居在北京，如果發現彼此的未來規劃不一致，她便果斷地選擇不繼續。

Vicky形容自己是「直女」，幾乎不會主動和男生單獨發起對話，她在自己的小紅書主頁寫到自己是「什麼話都可以對著空氣說一遍，最後爛到肚子裏」。工作單位裏也有適齡男青年，但每次領導想點鴛鴦譜時，她都感到很緊張，趕緊讓領導打住。所以她只能通過開門見山的相親來找對象。

一次線下相親大約20-30分鐘，雙方直接聊各自的條件和要求，「氛圍只能說是平常吧，成年人之間比較成熟的相親模式，不是聊得火熱的那種。」彼此給出的拒絕原因也很委婉，一個男生在見面後對她說，「你性格挺好的，但我感覺適合做朋友。」



Aly Song/Reuters/

一對一的交流有種「一眼定生死」的感覺，Vicky會很謹慎地把握自己的表現，「你哪一句無意識的話讓對方不舒服了，他立刻就會覺得不合適，包容度很低。」有一次，Vicky和對方約在咖啡館見面，對方走進咖啡館，看見她的那一刻，「眉頭忤地一下皺起來了，我猜是他不喜歡我的長相。」

無果的線下相親讓Vicky感到「很耗心力」，一半是因為不合適而傷心，一半是想到還得繼續找而壓力倍增。

在小紅書上看了三場類似的群聊相親直播後，Vicky鼓起勇氣點擊了直播間右下角的連線按鈕。「我想來碰碰運氣，」她說，「看到大家都這麼大膽，我覺得我也可以。」

「做真實的自己」

Aria Shen今年四十歲，是一名高中老師。在成⽴相親直播間的常客之前，她是個非常內向的人，形容自己的社會化程度猶如剛學會走路的孩子。上大學後，Aria的父母開始⽴她物色對象。除了找親友介紹人選，她的媽媽還會去江蘇南京玄武湖著名的相親角——許多父母會在那裏張貼子女的個人簡歷用於相親——⽴她尋覓合適的對象。

但是，經由親友們介紹的線下相親體驗對Aria來說並不理想，「感覺跟開盲盒一樣。」去年的一次相親中，對方的目的性過於明顯，不停地詢問她的工作和單位的性質，要求女方身高必須高於165厘米。「每次好像都是被別人去審視，就是一個物化我的過程。」她說。

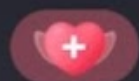
起初，Aria看到相親直播間時感到十分震驚，「一開始覺得什麼奇葩還去網上找對象，我上去的話我不也是一個奇葩嗎？」但在直播間裏觀察了一個多月後，總是熱情洋溢的主持人給足了她的安全感，「她不會讓我的话掉在地上。」其他參與者在鏡頭前坦率的表現也鼓勵到了她，「就像付航（中國大陸脫口秀男演員）說的，做真實的自己。」自24年冬天，短短數月以來，Aria已經在小紅書上參與了將近20場相親直播。

Aria所參加的相親直播間由「活老師」——粉絲們給她取的暱稱——主持，來兔米負責運營和策劃。24年年初起，她們開始共同運行這個名叫「活不膩來相親」的賬號，是小紅書上最早開始做「九宮格」相親直播的，也是目前最受歡迎的相親直播間，單場直播的同時在線觀眾曾超過3000人，整場直播總觀看量超過50萬。工作日晚上的十二點半，活老師的直播間仍有近1000人在線。



活腻了来相亲

1.7万赞



6.5万人看过



人气榜



又见爱人抢先约



置顶

Online dating: 关注主播, 点击📞排队连麦。右上角进群可匹配



粉丝团 咸鱼崛起!! · 酸老师

胡小宁 关注了主播

小红薯 6789B548: 哈哈哈哈哈节目效果拉满

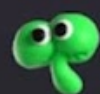
欸欸 (关注了主播

momo: 🤔

什么啊 关注了主播

千金 vivi 来了

说点什么...



23年下半年，活老師還在準備考研，只是用小紅書直播自己背書，藉此督促自己學習，慢慢地積攢了幾千名粉絲。在粉絲群裏，有人說考研期間特別煎熬，很想談戀愛，活老師便答應考研結束後幫大家「找男朋友」。12月26日，考研結束，活老師開播，「當時只是閒著鬧著玩，沒有想到像現在這麼正式的相親。」

27日，有過多年互聯網運營工作經歷的來兔米點進了活老師的直播間。1月初，她覺得「這件事情能成」，開始正式幫活老師做直播間的規劃和運營。

活老師的主持風格是來兔米認為相親直播間可行的一大原因。活老師大學本科學習播音主持，性格外向，朋友評價她是屬於能量比較高的類型。她形容自己有一種「在互聯網上不要形象」的鬆弛感，會在鏡頭前往臉上亂塗亂畫，正如她在小紅書賬號簡介裏寫的，「這是個『不嚴肅相親』直播間」。在來兔米眼裏，這種高能量的性格轉化成了直播間裏的情緒價值和充足的安全感，因此才吸引了像Aria一樣在現實生活中非常內向的參與者。

「很多內向的人第一次上麥都很緊張，但我們發現他們的狀態會越來越好，越來越放得開，上麥的頻率也會越來越高。他們的行為也會鼓勵到其他人來嘗試。」她說道。

為了更了解什麼年輕人抵觸傳統的相親模式，活老師特地參加了一次由家人安排的線下相親。對比在直播間的感受，她發現在傳統的相親中人們考慮問題非常現實，仿佛一場赤裸的利益交換。之前有個男生來到直播間，很直白地說他家裏有多少資產，如果結婚可以給女方安排工作。「在傳統的婚戀市場上大家可能覺得這個男生家裡條件很好，但在直播間，並沒有很多人吃他這一套。」活老師說，直播間裏的相親，大家會多關注第一眼的綜合氣質和談吐，更貼近大學時期更純粹、美好的接觸方式，「畢竟大家都還是會希望通過一段美好的戀愛，慢慢步入婚姻殿堂。」

來兔米說直播間裏經常收到網友詢問，「我三十了能不能來相親」，「我離異有孩子行不行」，「我一米七可以嗎」。很多人對自身條件不自信，比如年齡、身高、曾經的婚戀史，這些原本在傳統相親市場裏可能被視作減分項的特徵，在相親直播間海量的人選池裏變得不再那麼重要，「我們常說，沒事的，你一米七，我們這邊有一米六五的。」



Alex Plavevski/EPA/

Aria曾在小紅書上發過一段視頻，講述自己作為四十歲未婚女性如何度過失業的一天，卻收到了一些帶有嘲諷意味和攻擊性的評論，「你再等兩年迪拜王子回來找你」、「四十歲都經了吧」。但在相親直播間裏，原先擔憂自己年齡過大的Aria感受到了一種很包容的環境，「我擔心自己沒有亮點，不是帥哥美女那樣可以幫直播間吸引流量的，但是後來我覺得她倆都蠻親切的，不會讓場子冷下來，也不會輕易給別人貼標籤。」。

有時Aria不在直播間，來兔米看到三十多歲的男嘉賓，會特地私信喊她去直播間看看合不合眼緣。一次，Aria的媽媽看到她在直播間連麥，便說道，「活老師，你要幫她找找好的人。」此後，活老師總是這樣在直播間裏介紹Aria，「這個姐姐家庭氛圍很好，她媽媽性格也很好的。」

在中國，同性伴侶關係不被政府承認，性少數群體在社交媒體上也只能進行十分隱晦的自我表達，但來兔米看到越來越多的LGBTQ人士來到直播間參與連線，坦率地表達自己的性取向。一個常來連線的男生，他會戴上長髮出現在鏡頭前，用女性化的聲音說話。有時來了好奇他性取向的觀眾，他就說：「不一定，我是會變的」。有時，活老師會專門邀請他感興趣的男生或女生上麥，讓他們有機會當面聊聊天。「在直播間裡他們會找到認同感，大家就像開玩笑一樣，把自己在現實中羞於啟齒的事情說出來，不會感到尷尬，或者覺得自己像個異類。」來兔米說。

浪漫的另一面

正在德國柏林攻讀碩士學位的Bastian Wei把看相親直播間當作一種閒暇時的消遣方式，最初並沒有抱着找對象的目的，直到他在直播間裏看到一位同在德國讀書的女生，和自己一樣愛好跑步，非常心儀。

於是他立即連線，直率地表達了想和她認識的願望。直播結束後，他們加上了微信好友；一週後，他們在彼此所在城市之間的中點約了見面；一個月後，他們正式確立了戀愛關係。

到目前，他們已經在一起七個多月，未來兩年的打算是一起留在德國，Bastian準備在今年碩士畢業後先在當地找份工作，等女友讀完博士，再作長遠的規劃。

對Bastian來說，相親直播間的一大好處是能夠讓來自世界各地的人建立聯繫，有着各式各樣的性格、職業背景和價值觀的人在此相互交流。但成功的配對並不能僅僅依靠這些虛擬的數字窗口。Bastian認爲，直播間只能提供一個彼此認識的契機，後續的發展還是要看個人的主動性，以及是否真的做好了進入一段新關係的準備。

即便他的確是在直播間找到了現任女友，Bastian始終沒有對相親直播間的成功率抱有太大的期望。他估算自己常去的直播間，每天有近百人參與視頻連線，但是這大半年的時間裏，公開表示成功「牽手」的嘉賓不到十對。



| VCG/VCG via Getty Images

艾媒諮詢去年發佈的《中國婚戀社交服務市場研究報告》中提到，現在中國年輕群體的婚戀觀更強調感情和精神層面的契合，而非僅僅基於物質條件的考量，社交媒體上的婚戀服務因其弱目的性更受歡迎，但多數被調查者對線上結識對象的信息和動機的可信度表示擔憂。

相親直播間只需要用戶進行實名認證即可參與視頻連線。小紅書僅對粉絲量在50萬以上的賬號進行前台實名信息展示，普通用戶的實名認證信息不會對外公開顯示。Bastian覺得，這種低成本、低門檻的參與方式一方面擴大了人與人的聯結，另一方面也會使一些目的不純的人混雜在其中。

Bastian在直播間看到過一位男嘉賓，鏡頭前表現得很有禮貌，三觀很正，結果之後被網友發現，他在個人的小紅書主頁上發帖辱罵相親直播間裏的女性。「每個人真實的、內在的東西是無可辯証的，任何形式的相親認識的都一樣，」他說，「只能說經由熟人介紹的線下相親，因有第三方的認證，不太能作假。」

儘管在審核每位參與者的信息真實性和動機方面能做的有限，活老師和來兔米會盡力維護好直播間的友好氛圍。相親直播間的另一獨特之處就是擁有一大批圍觀群眾和實時滾動的評論。活老師說，好在大家現在對網絡上的負面評論也都有心理預期。看到針對嘉賓的負面評論，她會立刻在直播中維護嘉賓，來兔米則在後台負責清理惡意評論，對發佈者進行禁言。

一次，一位男嘉賓因女嘉賓們反覆提到的「希望男生不要有爹味（中國大陸的流行語，用來形容一些男性愛對女性或後輩進行說教）」而感到生氣。他情緒激動地說道：「什麼每個人都說這一句，就不能來個有新意的，說就喜歡有爹味的嗎？」隨後他憤然下線。短暫的尷尬過後，活老師敏捷地把話題轉向下一位嘉賓。

但她仍會鼓勵嘉賓們對一些常見的婚戀話題展開友好的討論。今年一月份，她喊來常年在國外學習或工作的嘉賓們，聊了聊「異地戀/異國戀到底應不應該開始」。有時，她也會在深夜專門花上一兩小時為大家做情感分析，「像之前有個女生被PUA（指一段關係中一方對另一方進行情感操縱和精神控制），如果沒有人來告訴他們，就比較容易陷在被動的自我懷疑中，我給他們解答之後，他們才明白，原來問題出現在對方身上。」

流動的體驗，嚴肅的追求

有些在北上廣深做互聯網運營工作的觀眾，主動給活老師和來兔米提供過一些相親直播間發展商業變現的建議。MCN機構私下聯繫過她們，提出可以協助進行專業的直播規劃和運營。也有一些實體的婚戀機構發來合作邀請，但她們都沒有接受。

來兔米說，對情感主播來說，受眾有明確的情感需求，和一般的帶貨不對口，因此變現的路徑比較單一。任何莽撞的商業化力量的介入，都可能破壞直播間裏真實自然的相親氛圍，尤其需要保護參與者們在直播間裏透露的大量個人信息。



分別身處江蘇、北京兩地的網友李想和頓頓，在兩個月前開啟了她們在小紅書上的相親直播間。她們原本想通過小紅書直播發展副業賺錢，但現在也遭遇了盈利困難的瓶頸。小紅書數據平台顯示，過去30天裏，她們直播了28場，通常晚上九點開播，凌晨兩點結束。唯一的收入來自直播間裏「大哥」的禮物打賞。

「大哥」是中國互聯網上的俗稱，指那些爲了支持喜歡的主播而不斷砸錢打賞的直播間觀眾。這些「大哥」並不參加直播間的相親活動，李想說，他們有時會從開播一直陪伴到直播結束，「可能只是喜歡在直播間裏聆聽大家的故事吧。」

活老師的直播間目前也只是通過觀眾的禮物打賞來賺錢。如果觀眾特別喜歡鏡頭前的某位嘉賓，可以選擇「爆燈」——也是從電視相親綜藝沿用下來的稱呼，即向直播間送出名叫「獨角獸」的虛擬禮物，以此換得立刻上麥和嘉賓交流的機會。小紅書上一個「獨角獸」需要花費299個「薯幣」，約等於43元人民幣，這些觀眾送出的禮物由小紅書平台和主播五五分。

一個工作日的凌晨兩點，活老師下播前一刻，直播間的在線觀眾列表顯示，前五名觀眾總共送出了3148個薯幣，約等於450元人民幣。一個週日的晚上十點，李想和頓頓正在直播，在線觀眾列表上排名第一的觀眾送出了1,5000個薯幣，相當於2100元人民幣。李想說，這類收入主要是靠運氣，得看「大哥」的心情。

據艾媒諮詢，中國互聯網婚戀交友行業市場規模在2023年已達93.8億元，較上一年增長11%。不單小紅書看見了其中的機會，主動爲活老師的直播間提供流量扶持，支付寶去年也邀請活老師去主持相親直播。但在支付寶播了兩場後，她們發現效果不佳。

支付寶因其和日常手機支付掛鉤的性質，需要用戶進行更多的信息認證，包括房產、車產、學歷以及資歷等級。「雖然這樣真實性和可靠性更高，但是要求填寫的信息太全的話，會導致大家一下子警惕性很高，這和我們原本偏娛樂化、輕鬆的相親交友氛圍是對沖的。」來兔米解釋道。

而在抖音，相親直播間數不勝數，卻隱藏着誘導型消費的陷阱。上觀新聞報道，觀眾如果想認識直播間裏的嘉賓，打招呼、獲取聯繫方式、約見面都需要打賞「紅娘」，也就是直播間裏的主持人。這類直播間顯然是以相親爲噱頭，忽悠觀眾瘋狂刷禮物，甚至鏡頭前的女嘉賓也被懷疑是紅娘的「托」。

「我覺得是跟平台的生態有關係，小紅書的生態會更好一點，人沒有那麼雜，大家的質量和素質會更高一點。」來兔米說。



李想和頓頓都是單身，有時她們也會在自己直播間一半認真，一半玩笑似的像嘉賓一樣介紹自己。談到她們自己會偏向於通過哪種渠道找對象，李想說，相比於傳統的親友介紹或者自然結識，她現在更傾向於選擇相親直播間，「因為能接觸到的人群跟現實當中遇到的人群完全不一樣。」

中國社會科學院大學的學者孫萍、李宜桐和於小童在關於線上交友的研究中發現，數字平台的介入使得人們從尋找嚴肅的親密關係轉向一種「淺層社交」的狀態，個體間的關係從長期的「關聯」變成短期的「連接」，從可能的「伴侶」變成了可匹配的「他者」，沒有了長期的承諾和固定的責任，可以隨時開始，隨時結束。

頓頓也同意李想說的，她補充道：「（直播間）完全拓寬了我的眼界，打開了一扇新的門。但還是那個問題，就是在線下才能真正了解一個人。如果能從線上認識再到線下去真正地交流，這是一個比較好的方式。」

活老師在這一年多來的直播經歷中最大的感觸是，現在的年輕人們開始不再屈服於「社會時鐘」對戀愛、結婚、生子的要求了。「社會時鐘」（social clock）是由心理學家Bernice Neugarten提出的概念，反映了社會對個體生活的期望，簡單說來就是在什麼樣的年齡，就應該做什麼樣的事。在中國社會，一個人從18歲高考結束，到30歲步入壯年之間，往往被期待着按部就班地完成大學畢業、找到穩定工作、結婚、買房買車、生孩子這一繫列事情。

「但我看到越來越多人不再像老一輩那樣，覺得這個階段我一定要幹什麼，按照世俗的眼光去完成那個計劃，」活老師說，「他們更偏向自由，願意接觸更多的可能性，結識不同的人，從而更加堅定自己的內心。」

但對於Vicky來說，盡快擁有一段認真、可靠的親密關係，繼而在北京組建一個安穩的家，是她目前最大的願望。除了相親直播間以外，她還試過親友介紹相親，用過Soul這種專門的社交軟件，買過實體婚戀機構的包月介紹服務，自己也多次在社交媒體上發過相親帖，線下約見了不下10人，但都沒有成功。

屢試屢敗的相親經歷，使她心裏堆滿了不解、無力和焦慮，於是開始頻繁失眠、暴瘦。「去年我特別苦惱，天天工作量那麼大，但還是焦慮地睡不着覺。我躺在床上，腦子裏全是事兒，相了這麼多次了，為什麼還是脫單不了？」

今年過年回家時，媽媽開導她，「結婚還是真正要出於一種愛，不要逼自己，哪怕一個人過也會比兩個不合適的人好。」今年二月，她決定勸自己想開點，在參加過三次相親直播後，她選擇暫時在相親這件事上休息一段時間。

「我的心態很像小孩子做題，覺得單身是個問題，有問題我就想解決，」Vicky說，「但這事兒不像做一道數學題，只要你去學你就能會做。」