

一不留神就掉进百余秒广告“陷阱” 广而告之岂能“广而扰之”?

《新华每日电讯》 刘文博

不小心轻轻动一下就会自动跳转到第三方界面、关闭广告的选项小到看不清、各种套路的连环广告……拉萨市民小李对电子设备上“停都停不下来”的商业广告感到十分苦恼。他说:“有时候根本无法控制是否要看广告,一不留神就掉进了百余秒的‘广告陷阱’,仿佛手机不是我自己的,令人不胜其烦。”

许多人对此感同身受,有的网友不得不预留一些手机存储空间用来安装“广告屏蔽软件”。原本可以给大家带来一些启示的广告,什么时候开始变得总给大家带来困扰了?

广而告之,也要有界限感

广告,是“广而告之”的简称,意指向社会广大公众“告知”某件事物。人们在日常生活中较多接触商业广告,而商业广告近期给人们造成的迷惑似乎越来越多。

例如,打开某主流短视频APP,根据个人兴趣而推送的“干货”明显减少,手指随意划个两三下就能刷到一个广告——

有的短视频经过巧妙包装,利用用户熟悉的话语体系或夸张的身体姿态作为开头吸引眼球,随即开始“夹带私货”,让用户惊呼“猝不及防”;有的短视频将“进入直播间”“马上订购”“立即联系”等选项有意识地放在了更易误触的位置上,无意间一碰就进入了其推销页面……

《中华人民共和国广告法》第三条规定:广告应当真实、合法,以健康的表现形式表达广告内容。

花样翻新地“蹭热点”“打擦边球”,一切向“点击量”看齐;为了宣传效果不惜夸大产品功能,大玩“文字游戏”,这些不择手段地将广告渗透到人们日常生活中每一个角落的行为,不仅会给消费者带来困扰与不适,甚至可能会涉嫌违法。

是“告知”而不应是“强制”,是“选择”

而不应是“逼迫”。一“告”一“知”,相辅相成。“告”要有“告”的规范,要有界限感,“知”也要有“知”的自由,即使一不小心点开,也要有可以“不知”的选择权。

广告“出格”,是饮鸩止渴

互联网迅猛发展,为广告事业的飞速发展提供了广阔空间,广告可以更容易和精准地触达用户。与此同时,“软文”“带货”“弹窗”等新兴形式也凭借数据技术的“助力”,一跃而起。而当广告固定了一套隐蔽且深入的运行模式,“过度广告”“广告异化”等现象也就随之而来。有的商家甚至通过广告制造焦虑,让一些顾客不知不觉地陷入不掏钱不行的“泥沼”。

对于“广而扰之”,一些广告从业者也显得颇为无奈。一位国内大型互联网企业的工作人员告诉记者:“客户现在要求的完播率等数据指标越来越细,老板对业绩的要求越来越高,竞争对手展示广告的方法越来越新。有些做广告的形式我们也不想采用,可目前看来只能随波逐流。”

西安交通大学社会学系副主任郭小弦表示,“广而扰之”使受众的合法权益受到不同程度的侵害,媒体的信誉被质疑、功能被弱化,社会价值观和文化观念遭到一定

冲击。另一方面,广告的内涵丰富,不止有商业广告,还有许多不以营利为目的的“非经济广告”,如政府公告、公益广告等。“出格”的商业广告可能会给人们留下不佳印象,从而对其他类型的广告也产生抵触心理。

广告,也可以“双向奔赴”

我们理想中的广告,更应该是一场关于传播艺术的“双向奔赴”。

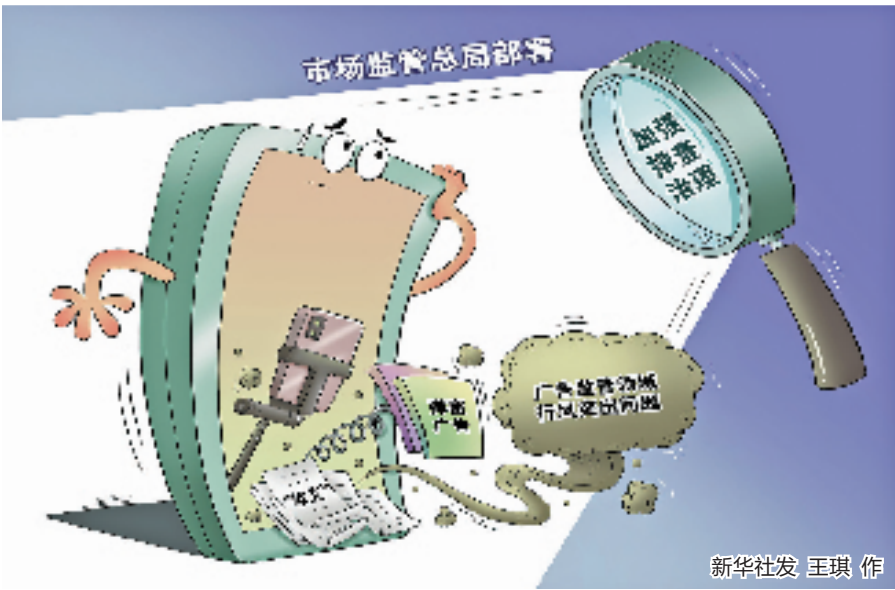
只有群众爱看的广告才具有生命力,制作精良、内容充实的广告才会赢得广大群众的认可,反之亦然。是观众们的支持与鼓励让广告行业走得更稳、走得更远。如果任由“陷阱式”广告乱象肆无忌惮地“野蛮生长”,破坏的将是培育广告业持续健康发展的土壤和根基。

今年6月份,市场监管总局部署加强广告监管领域行风突出问题排查治理,提出多方面具体举措,主要包括:推进“三品

一械”广告审查服务规范化、便利化、标准化,加强广告监测风险防控,加强传统媒体广告监管,加强互联网广告监管,强化跨部门综合监管,规范广告产业园区管理,组织开展打击“神医”“神药”广告铁拳行动,积极开展跨地域横向协同,加大对违法广告主、广告经营者、广告发布者、广告代言人的查处力度。

系列措施将进一步细化互联网广告相关经营主体责任,明确行为规范,强化监管措施,对维护互联网广告市场秩序,助力数字经济规范健康持续发展具有重要意义。

天南海北、大街小巷,广告无处不在,我们的日常生活也离不开提供各类信息的广告。与此同时,我们也希望遇见真正服务于社会的广告,它应该是方便快捷、实用有效的。事实上,这样的广告,需要大家携手创造——相关部门加大行政执法力度,网络平台主动承担应有责任,用户“用脚投票”,尝试发挥监督作用……我们始终相信,最好的“广告”,就在路上。



买手串、看视频、做手工……一些具有情绪治愈效果的活动相继走红 “解压良方”能否让年轻人缓解焦虑

《工人日报》 陶稳

24岁的刘妍大学毕业后来到北京,从事考研培训工作,这两年,陡增的业绩压力常常让她陷入焦虑和迷茫。沉重的心理压力下,她选择经常在周末“打卡”北京大大小小的寺庙风景区,借此放松身心。

此外,还有一些年轻人选择看解压视频、购买解压玩具、做手工等,缓解内心的压力和焦虑情绪。近日,Citywalk、拥抱大树、代遛狗等,也因具有情绪治愈效果相继走红。这些解压方式真的有效吗?年轻人如何从根本上缓解焦虑状态?

自我实现需求的一种表达

“工作日要帮学生处理各种各样的问题,每天都有考核任务,事情多、节奏快,周末到清静之地看看风景,让自己的心静下来,暂时逃离现实生活。”刘妍说,起初,她只是在社交平台注意到一些视频,自己尝试一次后,觉得确实能起到一定的放松效果,因此,她又先后去了类似的一些地方。

北京今日心理事务所主任、国家二级心理咨询师张玉敏在接受记者采访时表示,如今一些年轻人面临升学焦虑、工作内卷、人际交往等压力,容易产生不同程度的精神内耗。以适当解压的方式能在一定程

度上缓解他们的焦虑心理,获得短暂的宁静自在。

记者了解到,还有不少年轻人希望通过购买手串实现“转运”。在一家互联网公司湖南长沙分部工作的尚坤,是一名旅游爱好者,他每到一个地方都会慕名“请回”一串“转运珠”手串。“既是纪念品,也是一种心理安慰。”

张玉敏认为,购买“转运珠”手串,与众与模仿心理有一定关系。“不过,不管是视频解压,还是买‘转运珠’手串,都一定程度反映了年轻人的确有所求。”张玉敏说,根据马斯洛需求层次理论,每个人都有生理、安全、社交、尊重、自我实现的需求,在物质生活相对丰富的今天,年轻人祈求学业、事业、发财、平安等,是自我实现需求的一种表达。

把握虚拟与现实世界之间的“度”

记者了解到,为缓解压力和寻求安慰,还有一些年轻人喜欢在社交媒体平台观看洗地毯、修马蹄、切肥皂等解压视频,或购买捏捏乐、指尖陀螺等解压神器,还有的爱上了木头切削、编织等手工。

在银行工作的史青青每天下班后,最大的乐趣是刷短视频。“尤其喜欢看治愈系

的,比如用5分钟时间,看别人把一张特别脏的毛毯洗干净,期间用水枪冲、刷子刷,看着毛毯上的泡沫由白变黑,经过几次冲洗后,再由黑变白,好像自己完成了一件复杂工作,心理负担也卸下了。”

张玉敏分析称,年轻人的共情能力很强,观看视频过程中,容易投射自己的感情,比如看洗毛毯、修马蹄的视频,会觉得视频中修掉的不是污垢,而是日常生活中像污垢一样粘在自己身上的人和事。这种心理投射让其在观看此类视频时,产生出一种感同身受的情绪,从中获得快感、释放压力。

在某电商平台,多款解压商品月销量在1万件以上,包括磁力魔方、彩虹按按乐、起泡胶等。

张玉敏提醒,观看解压视频、购买解压神器等,归根结底都是为了释放心理压力,在这个过程中关键要把握好虚拟与现实世界之间的“度”,只要不过分沉迷,不影响现实生活,通过这些方式适度放松,无伤大雅。

奋斗是青春最亮丽的底色

吉林听说心理创始人赵爽表示,职工心理压力大、负面情绪重,不仅影响身心健康,也会影响工作效率、人际关系、离职率等,给企业造成损失。“一个好的企业需要

给员工足够多的心理支持,帮助职工缓解压力。”

赵爽认为,观看视频等方式,只能在一定程度上起到解压作用,而且具有阶段性和瞬时性。“实现长期效果需要用人单位定期开展职工心理调解和减压活动,或为职工及其家属提供一对一心理咨询服务,普及科学有效的心理健康知识。”

如何从根本上缓解压力和焦虑状态,实现积极工作、幸福生活的目标?张玉敏建议,年轻人可以尝试坚持运动,高效减压。运动是非常健康的减压方式。有氧运动时,身体会释放内啡肽、多巴胺、血清素等物质,这些“快乐激素”可以带来愉悦感,减轻紧张和焦虑。不仅如此,坚持健身后,人体将拥有充沛的精力,从而获得自我提升的满足感。

此外,积极的心理暗示可以帮助减轻疲惫状态,重新获得活力和自信。

压力时常源自内心对未来的迷茫。张玉敏提示,刚刚步入社会的年轻人可以试着做好职业生涯规划,客观分析和规划好工作与生活,心中有底气,面对高强度、快节奏的生活时就会有“见招拆招”的勇气。

“年轻人要认识到奋斗是青春最亮丽的底色,只有行动才能从根本上缓解压力和焦虑,美好的生活终归要靠脚踏实地的努力才能获得。”张玉敏说。