项目名称 心声--基于unity技术的游戏--新时代青年的“社恐”

所在学院 计算机与信息工程曙光大数据学院

申请日期 2024年3月20日

起止年月 2024年3月-2025年3月

师范大学创新创业学院制

2024年1月

一、基本情况

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 项目名称 | 心声--基于unity技术的游戏--新时代青年的“社恐” | | | | | | | | | | | | | |
| 项目期限 | 一年期 | | | | | | | | | | | | | |
| 起止时间 | 2024年 04 月至 2025 年 05 月 | | | | | | | | | | | | | |
| 所属专业类 | 0809 | | | | | | | | | | | | | |
| 姓名 | 性别 | 学号 | | 民族 | 出生年月 | 所在学院 | 专业班级 | 联系电话 | | 手机 | E-mail | 项目中的分工 | | 是否负责人 |
| 刘同学 | 男 |  | | 汉族 | 2005.04.24 | 计算机与信息工程学院 | 23软件班 |  | |  |  | 游戏功能的设计与实现；页面和角色设计； 剧情场景搭建； | | 是 |
| 陈同学 | 男 |  | | 汉族 | 2004.09.26 | 计算机与信息工程学院 | 23计本班 |  | |  |  | 数据采集与筛选；资料简化与功能测试； 游戏功能的设计与实现； | | 否 |
| 覃同学 | 男 |  | | 汉族 | 2005.03.14 | 计算机与信息工程学院 | 23软件班 |  | |  |  | 心理学理论与剧情处理； 剧情文本策划； 游戏功能的设计与实现； | | 否 |
| 指导教师姓名 | | | 单位 | | | 职称/职务 | | | 手机 | | | | E-mail | |
| 黄老师 | | | 计算机与信息工程学院 | | | 讲师 | | |  | | | |  | |
| 项目简介 | | | 项目主要通过深度访谈法收集中国现代“社恐”青年在面对不同事件时的内心反应，研究以unity引擎制作游戏画面方式展现现代青年中较常见的”社恐”现象,帮助青年了解和正确看待生活中身边部分人的伪社恐心理，并使用系统脱敏和满灌疗法两种社恐疗法结合还原实际案例的技术提供能对大多数自称“社恐”的青年有效改善伪社恐心理的参考，并希望社会重视新青年群体中”社恐”的原由。 | | | | | | | | | | | |
| 负责人曾经参与科研的情况 | | | 无 | | | | | | | | | | | |
| 指导教师承担科研课题情况 | | | 国家自然科学基金,面向社交媒体虚假新闻检测的多任务深度学习模型与方法,2023-01-01至2026-12-31,在研  国家自然科学基金,基于深度学习的化合物药代动力学性质与毒性的可信赖预测方法研究,2023-01-01至2026-12-31,在研  国家自然科学基金,面向可视着装分析的智能特征解析与潜在属性表征方法,2019-01-01至2022-12-31,资助期满  国家自然科学基金,面向智能穿戴设备的三维图形网格简化与渐进显示方法,2016-01至2019-03,25万元，已结题  广东省基础与应用基础研究基金委员会面上项目,降质雨雾场景的可视优化成像模型研究,2021-01至2023-12,10万元,在研 | | | | | | | | | | | |
| 指导教师对本项目的支持情况 | | | 参与项目讨论，指导团队成员提升编码能力，提升项目成果质量 | | | | | | | | | | | |

二、立项依据

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. 研究目的   我们研究的现实目的是探索通过游戏画面与剧情融合心理学疗法实现学科交叉的方式以帮助青年建立良性的社交关系认识的可行性,助力青年正确认识“社恐”心理，为青年的个人成长与正常发展起到参考和引导作用。  研究的理论目的是在如今高校逐渐关注大学生人际关系处理的同时，引起青年对社恐心理的注意和反思，为青年们提供改善自身伪社恐心理的实施参考方向，从青年中来到青年中去，助力青年大学生们看清自我，实现自我。  社恐形成的一种原因可能是过度在意别人目光，现实的社交过度依赖他人目光，形成一种偏差的认知。在网上可以打造自己预想的样子，形成优秀人设，满足自己的社交期望，然后越来越想在网上交流，而现实的交流便越来越恐惧，现实的人设不符合自己的期望,便逃避社交，造成了不喜欢出门社交和恐惧社交的表面现象。    中国式的“社恐”是什么？“社恐”是“社交恐惧患者”的简称,其原本为医学术语,指代一种心理疾病。但是随着“社恐”一词在网络上被广泛传播,其内在含义和指涉对象发生了相应的变化。中国现代青年用“社恐”这个词对自我进行调侃,把自己贴上“社恐”的标签的目的是最大化地避免与他人产生交往。[1]  新青年呈现的“社恐”行为在传播媒介的助推之下作为典型的社会交往特征涌入大众视野，青年纷纷对于“社恐”标签产生认同,越来越多的现代青年为自己贴上“社恐”的标签。中国青年报·中青校媒曾面向全国大学生针对全国255所高校发起问卷调查，回收有效问卷4854份，调查结果显示，80.22%受访大学生表示自己存在轻微“社恐”；6.90%受访大学生表示自己有比较严重的“社恐”；0.64%受访大学生表示自己有严重的“社恐”，被医学上确诊为社交恐惧症。此外，12.24%受访大学生表示自己完全不“社恐”，称自己是“社牛本人”。[2]超八成受访大学生认为自己轻微“社恐”。这生动描绘着当前青年社交的复杂样态并显示“社恐”心理在新青年群体中甚为流行。 对于国内青年的“社恐”（社交恐惧）现象，大部分其实只算是一种社交回避倾向或者社交焦虑，但也对个人交往和工作交流都具有不良影响。[3]  新青年本是最富有创造力、励志勤学、锐意进取、朝气蓬勃，是“可爱、可信、可为的一代”。然而，作为青年群体重要组成部分的“00后”青年大学生中，却如此广泛地存在着减少社交、封闭自我的“社恐”现象。   1. 研究内容   项目旨在研究如何以unity引擎制作游戏画面来展示现代青年在面对较常见的”社恐”事件时的内心反应，并尝试利用系统脱敏和满灌疗法两种社恐疗法融入剧情的方式提供对大多数自称“社恐”的青年有效改善伪社恐心理的参考。  研究中使用的系统脱敏和满灌疗法：系统过敏是调整认知，一步一步慢慢将自己置于让自己恐惧的社交环境，逐步提高自己的适应能力。满灌疗法也叫冲击疗法，是一下子把自己放在最恐惧的社交环境下，以后就会适应所有环境了。[4]  本项目需要使用unity引擎技术、系统脱敏和满灌疗法社恐疗法等，研究主要围绕以下内容展开：   1. 如何获取中国“社恐”青年的社恐信息：如何定位“社恐”青年群体，如何收集“社恐”青年的改善经历，包括筛选对主题具有参考价值且符合大多数人的改善动机。 2. 如何构建适用于新青年的剧情体系：如何依托系统脱敏和满灌疗法两种社恐疗法建立有效改善伪社恐心理的剧情体系； 3. 研究如何利用unity引擎制作游戏画面还原社恐场景：如何使用恰当观察方式搭建场景令玩家感受到伪社恐心理活动； 4. 如何使用剧情画面引发玩家对伪社恐心理的思考；如何依据剧情体系塑造人物形象使反应伪社恐心理；如何突出设计文本显示伪社恐心理活动和情感引发玩家思考。 5. 国、内外研究现状和发展动态   在知网以“社恐”和“游戏”或“unity”为关键词检索学术期刊,但仅在单包含”社恐“关键字检索下获得52篇学术期刊。发布趋势如图1.1所示，自2020年以来,国内对其研究与关注整体呈上升趋势,且可以预见的是关注青年“社恐”问题在大学生心理健康领域还将拥有更强的发展趋势。  图片1  国内已有部分研究在关注“00后”大学生的“社恐”（社交恐惧）现象，且逐渐成为高校思政工作关注的话题，也是大学生在人际关系处理中重视的议题。正适合我们项目研发和新青年正确认识“社恐”的时机。   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 图标 | 优点 | 缺点 | 用途 | |  | 1.帮助制造借口拒绝或逃避社交 | 1.丧失社交机会  2.容易被识破。 | 逃避社交 | |  | 展示了社恐主要原因，以目光为社恐诱因 | 仅表现了单一触发社恐原由并未展示社恐心理与提供改善方法 | 加深社恐概念 |   经过调研发现,国内以“社恐”为标签打造的软件真正能够引导改变社交恐惧的少之又少,且该类产品中又以帮助社恐人群逃避社交和了解社恐部分成因为主,而非引导其改变社恐行为。这只是治标而不治本的延缓之计。  国外则早在20世纪90年代便产生了众多在心理学意义上真正“社交恐惧患者”的病理研究，但都我国国内新青年常说的“社恐”并不在同一层面，不太符合我国大部分青年的半步社恐状态，且根据谷歌学术显示有关“社交恐惧患者”的论文自21世纪初便大幅减少。不过使用”social phobia unity“关键字发现在2020年出现一篇有关文章。并找到如下游戏：   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 图标 | 优点 | 缺点 | 用途 | |  | 展现了作为社恐的真实心理，展现了大多数社恐场景与人物心理 | 没有引导改善的意图，且为国外社恐的心理与中国新青年的伪社恐心理不完全符合 | 真实地了解了一名社恐患者的日常心理 |   说明了国外有对心理学意义的社恐有一定程度的重视，但缺少与国内大部分青年的伪社恐心理相匹配的改善研究。   1. 创新点与项目特色   创新点：      1.在国内将游戏与心理学结合  项目从unity游戏设计角度出发将软件工程和心理学相结合，以大学生社交恐惧为切入点，分析大学生社交中所产生的负面情绪，意图通过系统脱敏和满灌疗法结合实际案例设计剧情来找出应对常见易“社恐”场景的，从而帮助社恐大学生更好的融入大学生活学习甚至未来的社会工作。  2.依托系统脱敏和满灌疗法两种社恐疗法建立有效改善伪社恐心理的剧情体系，将剧情内核与社恐疗法融合，对伪社恐潜移默化地提供心理学疗法思路。  3.对位“社恐”娱乐方式  “社恐”青年通常回避社交，往往会在其他方面找到其他满足自身心理的方式，如，浏览视频，游玩游戏。而我们的项目着重与游戏方面，正好符合社恐回避社交，寻找其他方式排解心情的方式。    项目特色：  1.深度访谈与剧本素材收集  通过深度访谈法收集真实的“社恐”青年在面对不同事件时的内心反应，确保游戏剧本素材的真实性和可信度。与“社恐”青年进行一对一的深度访谈，了解他们的内心体验、感受和对社交恐惧的看法，从中提炼出具有代表性和普遍性的情境和反应，作为游戏剧本的基础。  2. 参与式设计剧情体系  让“社恐”青年或相关群体参与到游戏剧情设计中来，以增加游戏的针对性和现实意义。邀请“社恐”青年参与游戏剧情的讨论和设计，根据他们的反馈和建议不断修改和完善游戏剧情，确保游戏能够真实反映“社恐”青年的内心世界和社交状态。  3. 3D建模与场景还原  利用3D建模技术还原真实世界中的场景或物品，为玩家提供沉浸式的游戏体验。使用Unity引擎和3D建模软件，根据访谈中收集到的信息和实际案例，构建出逼真的游戏场景和角色模型，让玩家能够身临其境地感受“社恐”青年的内心世界。  4. 图形渲染、物理模拟与音频处理  通过高质量的图形渲染、物理模拟和音频处理技术，提升游戏的视觉和听觉体验，增强游戏的沉浸感和真实感。利用Unity引擎的图形渲染和物理模拟功能，实现逼真的光影效果、动态物理交互等；同时，通过音频处理技术，为游戏添加合适的背景音乐、音效和语音，增强游戏的氛围和表现力。  5. “旁观式观察”游戏视角传递价值观与避免说教  游戏画面采用“旁观式观察”的游戏视角，让玩家以第三者的身份观察游戏中的主角和事件，引发玩家对“社恐”现象的思考和共鸣。设计一种固定或可移动的摄像机视角，让玩家能够清晰地看到主角在特定情境下的反应和行为，在游戏中融入乐观阳光积极向上的元素和情节，通过主角的成长和变化来传递正确的心理观念和价值观，同时避免过多的主观干预和代入感，让玩家以更加客观和理性的态度来观察和思考。  6.对位“社恐”娱乐方式  “社恐”青年通常回避社交，往往会在其他方面找到其他满足自身心理的方式，如，浏览视频，游玩游戏。而我们的项目着重与游戏方面，正好符合社恐回避社交，寻找其他方式排解心情的方式。  7. 在国内将游戏与心理疗法结合  项目从unity游戏设计角度出发将软件工程和心理学相结合，以大学生社交恐惧为切入点，分析大学生社交中所产生的负面情绪，尝试通过系统脱敏和满灌疗法结合实际案例设计一系列具有挑战性和层次性的剧情来找出应对常见易“社恐”场景的，通过逐步暴露和适应的方式，让玩家在游戏中逐步面对和克服社交恐惧，从而帮助玩家和社恐大学生建立正确的社交观念和信心，更好地融入大学生活学习与未来的社会工作。  使用的系统脱敏和满灌疗法：系统过敏是调整认知，一步一步慢慢将自己置于让自己恐惧的社交环境，逐步提高自己的适应能力。满灌疗法也叫冲击疗法，是一下子把自己放在最恐惧的社交环境下，以后就会适应所有环境了。   1. 技术路线、拟解决的问题及预期成果   技术路线整体流程图如下：  .  开始  获取社恐信息  深度访谈  构建剧情体系  依托  系统脱敏和满灌疗法  依据引擎功能  设计剧情发展  不符预期  还原场景搭建  实现主题美术风格  游戏功能实现  测试功能  结束  符合预期  心声技术路线大致分为四个步骤：  步骤一，获取社恐人群信息：  通过问卷调查将目标人群范围缩小至具体患有社交恐惧的用户,使用深度访谈收集中国现代“社恐”青年在面对不同事件时的内心反应。分析其经历是否对社恐人群的行为干预有参考价值,为后续建立的剧情体系提供可实践性验证。研究现代“社恐”青年如何调解自身“社恐”心理，将图像和文本结合以呈现社恐心理。  步骤二，构建剧情体系并依据引擎功能设计剧情发展：  基于收集的社恐人群的改变动机和改善经历，依托系统脱敏和满灌疗法两种社恐疗法建立有效改善伪社恐心理的剧情体系。随后依据unity引擎功能设计初步剧情发展，初步完成符合有效改善伪社恐心理的参考主题的剧本和游戏流程图。  步骤三，游戏功能代码实现：依据不断修改和完善的剧本利用光照贴图技术还原“社恐”场景搭建，建模塑造主角形象，采用真实情节还原场景的方法从而让玩家在体验剧情过程中重新审视自己的社交方式和态度。随后使用“旁观式观察”视角安排任务流程走向，寻找符合主题美术风格的音乐与技术，不断尝试符合剧情体系又减少开销的技术优化运行性能。  步骤四，开展内部测试和局部测试：对功能基本实现的版本进行组内部测试和局部试点测试，尝试代入玩家试图找出不符合中国式伪社恐主题的功能或剧情，如果找出则返回步骤二尝试优化调整剧情或代码实现技术，不断优化至符合主题。  预期成果：  1.我们项目希望通过游戏方式吸引青年体验游戏的剧情，让中国式“社恐”青年结合自身经历，正确认识自身伪社恐现象，帮助青年建立良性的社交关系认识。  2.发表软著1件。   1. 项目研究进度安排   第一阶段：2024年5月至6月（需求分析与设计阶段）   * 深度访谈收集中国现代“社恐”青年在面对不同事件时印象深刻的感觉和内心反应。为后续建立的剧情体系提供可实践性验证。 * 设计游戏的核心玩法、角色设定和初步剧情体系框架。基于建立的剧情体系对收集成果总结以进行草图画面实现， * 制定更精细和专业的系统创新研发路线。   第二阶段：2024年6月至9月（开发阶段）   * 使用Unity引擎进行游戏开发和场景搭建。实现高质量的图形渲染、物理模拟和音频处理。 * 根据初步剧情体系框架编写游戏剧本和对话内容，进行角色建模和动画制作。 * 进行简单内部游戏测试和调试，确保游戏的稳定性和可玩性。 * 结合系统脱敏和满灌疗法两种社恐疗法和“社恐”心理学的文献剖析青年“社恐”的部分成因并精修剧情体系。   第三阶段：2024年9月至2025年1月（首次测试和优化阶段）   * 根据测试结果进行游戏优化和改进，提升游戏的用户体验和沉浸感。 * 邀请目标用户群体进行试玩和反馈收集，根据反馈进行迭代优化。 * 打磨作品，使艺术表现与剧情更融合。   第四阶段：2025年 2月-3月（二次测试与性能优化阶段）   * 测试游戏框架与表现形式，优化游戏性能 * 根据玩家反馈进行必要的调整和改进。   第五阶段：2025年4月-5月（总结和结题阶段）   * 对项目进行总结和评估，分析项目的成功因素和不足之处。 * 编写结题报告，总结项目的实施过程、研究成果、经验教训和展望。 * 整理项目资料和文档，进行数据归档和备份。  1. 已有基础    1. 与本项目有关的研究积累和已取得的成绩   项目成员拥有C++基础，并拥有利用unity引擎制作出小型demo的能力   * 1. 已具备的条件，尚缺少的条件及解决方法   已具备条件：关于获取中国式“社恐”信息条件已具备，拥有研究“社恐”对象。且成员均拥有编程基础，对理论结合游戏设计已有雏形。  尚缺少条件：剧情体系还需进一步搭建完整。unity中一些游戏引擎插件实时渲染、美术建模等通过目前设备操作花费时间过长，编译手段需要进一步完善。  解决方法：   1. 组织团队成员定期进行unity技术学习与剧情研讨 2. 持续进行中国式伪社恐资料收集和剧情体系优化 3. 接触了解更多“社恐”，体会他们的心理活动，并不断提高文学素养 4. 更进设备，提高硬件性能，同时降低硬件成本 |

参考文献：

1. 窦潇洒. Z世代青年“社恐”行为的媒介成因及应对策略[D].南昌大学,2023.DOI:10.27232/d.cnki.gnchu.2023.001754.
2. 程思, 毕若旭, 王军利. 超八成受访大学生认为自己轻微“社恐”[N]. 中国青年报, 2021-11-23 (011).
3. 前线特约评论员.如何走出社交恐惧[J].前线,2023(09):44.

[4]吴任钢.认知行为治疗中的行为分析[J].中国心理卫生杂志,2003(08):574-576.

[5]刘妍.国内观察类栏目的发展解析[J].文学教育.2020(8)