



为赢80多万奖金，男子交2万元报名费挑战3次均被判失败 独处“自律挑战”是“馅饼”还是陷阱？

“你觉得自己自律吗？敢不敢接受独处20天拿走50万元的挑战？”近段时间，有关“自律挑战”的生意凭借短视频的传播，受到不少人关注。简单搜索就能发现，这些公司的宣传大多相似，声称参赛者只要独自在酒店房间内，不与外界接触，遵循一些看似简单的特定规则，就能在一定时间后赢得丰厚奖励。少则5000元，多则50万元，让很多信心满满的观众以为自己捡到了“馅饼”。然而当你报名之后，这场“游戏”才刚刚开始。

想赢80多万元奖金 男子交2万元挑战3次均失败

今年9月，陕西省宝鸡市的张先生在某短视频平台刷到一个“自律挑战室”直播间。主播介绍，这场活动具体内容，是由公司提供一个全密闭房间，参与挑战的人可以在房内睡觉，只要遵守作息时间、不得遮挡面部等十余条规则，坚持到规定的天数，就能赢取奖金。

张先生向主播求证活动的真实性，对方让他添加工作人员吴某的微信，并发来一份《自律挑战26天》协议书，里面写着挑战成功第3天奖励6800元，第6天奖励2.8万元，第9天奖励5.8万元，第12天奖励8.8万元，以此递增，坚持26天挑战成功合计奖励859700元。

9月24日，张先生签订《自律挑战26天》协议书，交了报名费6900元，信心满满地参加挑战了。结果不到24小时便挑战失败，原因是面部遮挡超过3秒钟。“我当时没有工作，身上还背负着债务，就想着有失败的经验了，再挑战一次吧。”9月25日，张先生再交报名费6900元重新发起挑战。这一次他记得坚持到了第2天晨起，他当时看着床上的被子不整齐就想整理一下，这一整理的动作因背对着摄像头，面部遮挡超过3秒，因而挑战失败。

“有赌的心理在里面，第二次挑战失败后，我向朋友借了7000元再次发起挑战。当时心里有个念头，已经都投入这么多钱了，不能空手而归。”9月26日，张先生第3次交了报名费，不同于前两次挑战26天，这一次他选择挑战10天。但挑战期间因他起身运动时遮挡了房间内的啤酒，违反规则挑战失败。

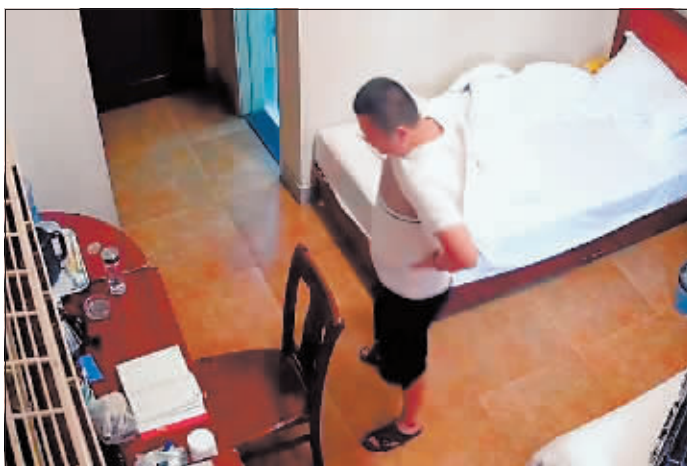
屡试屡败，未获分文，反而一共投入了2万多元报名费。张先生走出挑战的房间，亲戚得知他的遭遇后告诉他：“你遇到骗局了，这是挑战人类极限，规则听起来简单，但根本不可能成功。”

规则极其复杂 挑战者不被允许事项种类繁多

事实上，这样的“挑战室”不止一个，没拿到奖金还搭进去不少报名费的参赛者，也不止张先生一人。记者以消费者身份添加了几家做“自律挑战”生意的工作人员，随后发现，工作人员一般会先询问年龄、身体健康状况与所居住城市等信息，然后发过来相应的规则说明或电子合同，上面写有相应的不被允许事项。报名费用多在6000-8000元之间，挑战最高奖励可达30万元-60万元。还有一些公司会设置阶段性奖励，挑战完成不同的天数，会得到不同的奖金。

以一家所在地为南昌的公司为例，这家公司宣称是为了激励那些渴望改变自己、摆脱不良生活习惯的人们。活动介绍称，这是一项正规且合法的商业挑战，活动将在正规酒店举行，全程受到监控记录，确保活动的透明度和公正性。承诺活动中不存在任何隐形规则、套路或不公平条款，所有参赛者都将在平等和公正的基础上参与挑战。

但实际上，极其复杂的规则中不被允许的事项种类繁多，比如：手机每天可定一次关一次闹钟，闹钟只看时间，不可移动、触摸和遮挡（锻炼走路遮挡除外），



一位挑战者在进行“自律挑战”。



如果背对摄像头，就会被判失败。



挑战者签订的协议书。

携带的手机、闹钟不可离开监控范围，手机充电，插拔充电插头位置，24小时内只可插拔一次；不得以任何形式遮挡面部，不可背对摄像头，如发生遮挡、背对摄像头情形，每次不超过3秒；进入卫生间不限次数，单次限时不超过15分钟，进入卫生间需面对监控站10秒以上；不可与外界进行语言及肢体动作交流；不可大声喧哗制造噪声，影响其他挑战者等。

换汤不换药的陷阱 活动不会让人成功拿到奖金

“既然是挑战，有成功也有失败，但大多数可能因为不自律而失败。”该公司工作人员表示，毕竟大家也不是做慈善工作，没有自律的人最好别来参加。

今年9月，新疆的张林（化名）参与了

这种“自律挑战”，报名费7000元，坚持30天可得30万元奖金，却在挑战第二天就因衣服和裤子间有些缝隙，被判定为违反了“不允许赤裸身体”的规定，挑战失败。“这哪是自律挑战，完全是文字游戏！”

“钱没那么好拿，他们基本上会在你快要成功的时候，找出各种理由判你违规，反正解释权都在他们那里。”也曾参加过“自律挑战”的李先生告诉记者，根本不会那么容易让人成功。据了解，此类挑战活动其实早已有之，如以前的“寂寞挑战”“隔离挑战”“禁闭挑战”等，都是换汤不换药的“陷阱”。

参赛失败者举报 举办方称“法院都是认可的”

借钱参赛的张先生向公安部门举报，并向市场监管部门投诉了举办自律挑战赛的西安睦邻文化传播有限公司。因双方签订有合同，公安部门及市场监管部门建议他通过起诉方式维护自己的权益。12月9日，西安市未央区人民法院在开庭前对这起案件进行了调解，但因双方未能对退还的金额达成一致，调解失败。张先生和律师正准备参加庭审，等待法院安排开庭的时间。

张先生委托律师拟的民事起诉状里写到，所谓的协议内容具有一定对赌性质，不符合人体正常生理特性。协议由强势一方单方面制定，条款语义模糊、有失公平。该类挑战是对人心理的一种极限“摧残”考验，造成人心理不健康，公司行为存在欺诈。协议中关于不能遮挡面部等要求明显不合理。

对于张先生提出公司涉嫌欺诈等质疑，该公司法定代表人吴某称：“我们现在去法院，法院都是认可的，工商局、派出所都是认可的。他投诉说啥就是啥了？”吴某称，他们公司发起自律挑战赛有两年

了，有成功的案例，“一位挑战者坚持10天拿到了22万”。

挑战存在赌的成分 法院曾判“自律挑战”合同无效

贵阳市观山湖区司法局曝光的一起案例显示，2023年7月28日，孙先生向拓展服务公司支付挑战费用6000元，参加30天隔离自律挑战，并签订挑战协议，约定了15条挑战规则。如挑战成功，拓展服务公司将支付孙先生奖金25万元。但就在挑战第3日，孙先生因在睡觉时将枕头放在面部上，因违反了“不准任意遮挡避摄像头”的规则而挑战失败。

法院审理后认为，本案争议焦点为孙先生与拓展服务公司签订的挑战协议是否有效。《中华人民共和国民法典》第六条规定，民事主体从事民事活动，应当遵循公平原则，合理确定各方的权利和义务。《中华人民共和国民法典》第四百九十七条规定，提供格式条款一方不合理地免除或者减轻其责任、加重对方责任、限制对方主要权利，该格式条款无效。涉案挑战协议中的挑战规则，系拓展服务公司事先单方制定，限制了孙先生的权利，减轻了拓展服务公司的责任，使原告和被告之间的权利义务不对等，孙先生明显处于弱势地位，因此，该格式条款无效。

另一方面，《中华人民共和国民法典》第一百五十三条规定，违背公序良俗的民事法律行为无效。本案中，“交6000元参与活动赢取25万元”，有相当“赌”的成分在内，更类似于射幸行为，此种做法有着极高的功利性，违背了自律挑战的初衷，也与社会主义核心价值观倡导的友善、诚信相抵触，应当给予否定性评价。法院综合双方的过错及损失，判决拓展服务公司退还孙先生5400元。 据央视新闻网报道

律师：建议大家不要为了奖金盲目报名参赛

上海申伦律师事务所夏海龙律师认为，此类行为有点像特殊的博彩行为，很容易引发赌徒心理，也可能助长公众通过小概率、偶然事件不劳而获的想法，从而引发道德上的争议。夏律师提醒，如果经营者故意设置“消费陷阱”或设定“有失公平”等约定，消费者可以保留证据及时起诉。

北京策略（南京）律师事务所朱雪律师表示，在此类挑战中，这样的协议虽然不是对赌协议，但双方是有“赌”的成分在的，即合同履行中，参赛者能否获得奖金具有不确定性，由其能否挑战成功决定。

朱雪律师表示，在合同、挑战规则明显有漏洞的情况下，规则由店家制定、活动由店家推进，缺乏第三方监督的情况下，指望店家作为良善的相对方履行合同，是不太现实的，“建议大家不要为了奖金盲目报名参赛。”

国家二级心理咨询师甘伟表示，就目前来看，此类所谓的“自律挑战”并不能达到自律的积极效果，长时间的封闭甚至还可能造成焦虑、抑郁、狂躁等负面情绪产生，导致挑战者感同能力失调、人格特征扭曲、社会融入降低等不良效应反弹，达不到真正意义上的自律效果。

链接