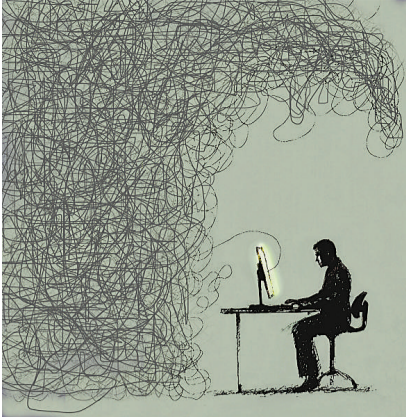


# 珍惜人与人的联结 线上 才能抵达更远



访谈者 中青报 中青网记者 杨鑫宇 王钟的  
受访者 赵海若(博士研究生) 林枫(本科生) 钱隆(硕士研究生)

点击企业发来的AI面试链接,电脑屏幕上立即出现一个虚拟人物以及一行文字:欢迎参加此次面试,面试共有4道题目,准备好后请点击开始按钮作答。近年来,以人工智能为代表的互联网应用渗透到生活的方方面面。尤其是在防控新冠肺炎疫情的背景下,上网课,线上远程实习、求职,成为大学生校园生活的常态。大学生怎样看待线上?线上生活改变了什么?我们邀请不同年级的在校生,请他们通过个人经历分享线上校园生活。

## 有的同学甚至在被窝里听课

中青报 中青网:新冠肺炎疫情发生以来,网课成为学校开展教育的主要方式,大家对网课有怎样的印象和体验?

赵海若:网课已是常规场景了,就算学校没受到疫情直接影响,部分不能返校的同学也只能听网课。我感觉大家还需要进一步适应网课,比如老师要注意与麦克风的距离,让线上同学看到板书画面等。上学期,我当一门课的助教时,就经常提醒老师:如果您不拿麦克风,线上的人根本就听不到。

我说有很多同学经常在被子下面听网课,这对学习效果的影响还是挺大的。我更喜欢面对面交流,学生表情能反映出他接收信息的情况,老师的手势动作也能促进教学。如果只是对着屏幕或摄像头,交互感会被明显削弱。

林枫:客观来说,网课还是有两个优势。首先,很多老师会提供录屏,学生可以随时调整听课进度,对掌握较好的部分可以开倍速,对听不懂的内容可以反复重播。在听课过程中,可以在网上搜索相关资料,从而辅助听课。另外,一些同学喜欢网课是因为可以减少通勤时间。大学

的教室不固定,需要在几个教学楼之间走来走去,上网课节省了路上的时间。

但我个人还是偏向于线下课。大学里,老师用的网课软件不是统一的,有的老师也不熟悉系统怎么使用,会给学生听课带来障碍。虽然网课系统有留言功能,但有的老师不会看留言区,或者因为学生表达不清而沟通不畅。学生听网课肯定不如线下听课认真。早上8点的课,有同学就会在床上听,甚至在被窝里听。

录播课程也有弊端,大家都去看回放的话,网课仅有的互动性也丧失了。录播课程也更加考验学生的自制力,因为它不像直播课堂严格点名和考勤。

钱隆:网课的效果好不好,还是跟老师的管理有关系。如果任课老师要求摄像头,大家肯定都会找一个比较干净的地方,洗个头洗把脸,收拾一下自己,让自己有学习的状态。如果任课老师不在意管理,学生上课的状态自然随意,甚至边吃东西边听课。另外,我们专业除了上课学习,田野调查很重要,相比过去的学长,我们这几届调研和实践的经验就欠缺了不少。

赵海若:好的网课也有,但班级规模越大,网课管理难度就越高。我们有过小规模线上读书会,大家都会把摄像头打开,能够像面对面交流一样讨论问题。如果是100多人的大班,在人群里隐身就比较简单了。有管理要求比较高的老师,上课点名,还要求学生提问,提问的质量和次数会记入成绩,这样的网课交互性就比较强。

钱隆:还有一点,网课能在一定程度上弥补教育资源的地区差异、校际差异。我就读的大学位于西南地区,学术资源肯定没有北上广丰富。本专业的讲座、研讨会改成线上举办,或者线上线下两个会场同时举行,这为我了解其他学者的观点提供了便利。即便疫情结束了,我还是希望这种线上分享的形式能够保留。

## 社恐的同学线上面试发挥得更好

中青报 中青网:几名同学分别处在

不同的学习阶段,对实习、求职与相关面试想必有不同感受,能跟我们分享一下吗?

赵海若:今年暑假,我正好刚刚经历了一次线上实习。线上实习或者工作最大的影响,就是导致更加难以区分公领域与私领域。在线下上班,下班以后除非有特别紧急的事情,老板一般不会不停地发消息、要求完成什么任务。如果是线上实习,加班就显得理所当然,工作与生活的界限也很难得到区分。

对学生来说,线上实习的学习收获也会变得较少。我暑假实习的主要工作内容是写公众号推文,如果实习单位的老师就坐在自己身边,手把手指导修改,对实习能力的提升效果就更明显。线上实习的交流就没那么直接。

不过,现在跨地区的远程实习也越来越普遍。北京的学生能够通过互联网在杭州的实习单位实习,这给大学生提供了更多机会。

钱隆:我也觉得有些工作是没有办法线上完成的。我和朋友从今年夏天开始尝试创业,做非遗、手工制品的电商。尽管是开网店,但我们还是需要与供货商面对面谈合作。我们创业伙伴之间,也会约着线下见面沟通。

赵海若:说到线上面试,它可能有利于一部分人,但也会对另一部分人造成不利。我在参加博士生入学考试的时候也是线上面试,我喜欢与人面对面交流,线下交流的表现力比较强,但线上交流就很难让面试官感受到这点。老师问一个问题,我们一板一眼地答一个问题,缺乏轻松自如的交流氛围。还有,面试官的镜头说话,我会表现得像自己。

对于有些社恐的同学来说,在寝室、家里隔着屏幕线上面试,处于比较熟悉的环境,可能发挥得更好。

林枫:我刚刚上大二,虽然还没有经历过实习、求职的面试,但在升大学时经历了强基计划的面试,一次是与教授通过屏幕、摄像头交流,因为并没有真正意义上的眼神交流,所以比较轻松自如,没有面对面考我的压迫感。后来我又参加了一次

线下面试,面试老师是微笑、皱眉头还是撇嘴,这些表情或动作我都可以看到,我就会想自己回答得好不好,心里就会更紧张一点。

## 在互助群里找回大学应有的氛围

中青报 中青网:除了学习和工作,在个人社交、兴趣爱好、娱乐方面,线上生活带来哪些改变?

赵海若:最明显的就是异地恋。通过网络,我们可以一起听歌、打游戏、看视频,用各种方式保持情感联系。

在校园生活上,如果对学校的管理措施有意见,可以很方便地通过网络表达。比如,有几个同学喜欢打羽毛球,但是之前学校羽毛球馆被用来测核酸了,他们就通过校长信箱建议转移核酸点。学校领导很快听取了建议,在校园里分散设置核酸点,羽毛球馆也恢复开放了。校领导还会关注学生的匿名发言墙,倾听学生的声音。

林枫:因为疫情封控的时候,同学们只能在学校里吃食堂。但是,如果能够点外卖或者网购,大家就会疯狂地在网上下单,买零食、衣服,囤积生活必需品。大家最不愿意听到的话是:您的快递因疫情防控被滞留在路上。

封控期间,同学们还自发建立了互助群。他们会在群里说,谁有苹果,谁有咖啡,然后互相交换物资。虽然是以物换物,但这种通过网络互帮互助拉近了同学之间的距离。还有同学开了分享电子书、电影、音乐的共享文档,大家会在上面填写自己喜欢好的东西,把文档填得满满当当的。没有封楼的时候,几个喜欢弹吉他的同学自发组织约歌群,邀请同学一起大合唱。晚上在草地上吹着晚风,边弹边唱周杰伦的歌,这就是大学的氛围,让人非常感动。

钱隆:我的本科同学如今已分散在全国各地,以前我们经常一起聚餐。现在很难找到面对面交流的机会了,有一天我们就约了一波云聚餐。大家开着视频聊天,有时候还会举起杯子隔着屏幕碰一下。因为太不容易在线下见面了,就需要



# 虚拟课堂 永远无法替代 真实的校园

□ 李晓鹏

因为毕业作品的选题问题,我在前不久与2019级的学生进行了较长时间的沟通。他们一个普遍感觉:已经到了大四,明年就要毕业,好多事都没来得及做,那些曾经憧憬过的大学校园生活,比如来一场说走就走的旅行、谈一场轰轰烈烈的恋爱、交几个终身相伴的朋友,等等,都因为疫情而泡汤。更令人惆怅的是,许多大学生在这几年,已经越来越习惯线上授课的方式,从而缺失了许多线下课堂授课的机会,从个人成长来说,这是一种无法弥补的缺陷。

确实,线上授课有许多优势。学生不用到教室,只需要在寝室或者家里,便可在知识的海洋里畅游。网络容量几乎是没有限制的,一场直播可能聚集成千上万的学生,尤其像那些平时很难选上的名师精品课程,学生在网上更容易听到。老师讲课的全程可以开启互动模式,一边讲,一边做课堂小调查,提问题,做测试,互动结果马上就能出来,老师再根据调查结果调整教学内容,以便精准授课。加之网课成本低廉,即使没有疫情影响,也会有越来越多的学校、老师、学生采用线上课堂的方式来授课。

但是,网络授课也有天然缺陷。老师无法获知学生听课的具体状态,也无法有更多的交流,所谓的互动,实际上就变成了老师一个人在动。从课堂纪律的角度讲,作为教师,看着名单上有那么多学生,却根本不知道他们有没有在听课,教师只能对着屏幕发言,效果可想而知。

因此,从实际教学效果来看,线上教学更适合专题讲座性质的授课场景,而在讲授系统性知识的校园课程体系中,线下课堂教学却又有某些线上教学不具备的优势。

课堂教学采取的是集中授课的形式,少则十几个、多则几十个学生聚集在一起,通过课堂的形式构建起一个共同学习的场景,让学生可以更加专注,学习效率更高。老师与学生可以面对面交流,老师可以清晰地看到学生对授课内容的反馈,包括面部表情、肢体动作,等等,可以根据学生的反馈来决定讲课的节奏,讲课的效率也得到了提高。学生可以有更多机会开展面对面的真实互动,包括回答老师的问题,同学之间互相讨论,这种体验不是线上教学可以替代的。

校园的课程往往是成体系的,按照学期或者学年制定的教学计划来执行,一门课程,从背景、渊源、理论、实践等各个层面进行介绍,构成了一个完整的知识体系,学生需要通过参加系列课程学习,循序渐进,由浅入深,才能逐步建立起关于整门课程的系统性认识。

并且,对教学来说,知识的获取其实并不特别重要,通过系统性学习建立起系统性认知方式,可能更为重要。但线上课程做不到真实的学习场景构建,也无法完成系统性学习的任务。对于线下课堂教学来说,吸纳了包括语言、肢体、表情、五官感觉在内的各种交流要素,获得的教学效果必然是牢固的。

知识的传承只是整体育人框架下的一个环节,生命的体验,生活的感悟以及价值观、方法论的确立,才是教育更加重要的东西。大学校园本身就是一个大型的大学生体验场域,有老师们的言传身教,有同学们的互相扶持,有大大把把的实践实训机会,有无数的社团协会,有漂亮的草坪,宏伟的图书馆,拥挤的食堂,有季节变化,有春花秋月,更可能邂逅浪漫的爱情。这一切,其实都是更大的社会场景在校园内部的再造和模拟,通过大学校园场景的锻造,一个刚刚走出家门的学生,才能逐渐成熟起来,懂得如何去开启自己的人生,拥抱自己的生活。

作为一种社会化的存在,人是不可能也不应该脱离真实生活的,尤其是对于正在成长中的学生来说,更不能线上课程替换线下课堂,把自己包裹在信息茧房之中,从而失去探索真实世界的的能力。

(作者系浙大城市学院教师)

# 后疫情时代 大学生如何应对数字化生存



## 大学生生活正悄悄被 元宇宙 改变

□ 刘勇亮

50多年前,传播学学者麦克卢汉在《理解媒介》一书中写下了“媒介是人的延伸”这一振聋发聩的论断,提出“报刊是视觉的延伸、广播是听觉的延伸”等令人耳目一新的观点,将媒介和技术的重要性提升到了一个前所未有的高度。而今,虚拟现实技术对人体的延伸已然不仅仅是单个器官的延伸,而是对于整个身体乃至精神世界的延伸与拓展。

作为智能技术时代的“原住民”,Z世代大学生群体有着比其父辈们更为成熟的技术使用能力和更高的技术素养,受到的技术影响也更为深刻。在大学生群体之中,技术革新带来的生活范式转变体现得淋漓尽致。

首先,技术的迭代与跨学科融合实现了时空的均衡,为大学生群体提供了沉浸式的学习资源。今年十月,哈佛大学推出了一个熔古铸今的数字媒体空间:CAM-Lab Cave。这一数字空间是一个融合了人文历史、数字科技与新媒体艺术的跨学科尖端实验室与剧场,通过全息投影、动态捕捉、传感、VR、MR、新材料物质系统等前沿技术的联动实验来展现跨越千年的历史场景。

在其中,学生可以身临其境地体验和见证中亚键陀罗佛教遗存、中国唐代乐舞文化、缅甸蒲甘塔寺等历史文化遗产。这种跨学科、多种技术形式的深度融合,打破了时间和空间的局限,再现了历史的环境与场景,实现了科学、历史与艺术的革

命式共享,带给学生前所未有的深度学习体验。

其次,身体的在场逐渐被新技术所淡化,大学生身临其境地远程参与毕业、招聘等活动成为可能。AR虚拟现实等技术的落地构建了虚拟的具身性感知,使人们虽然身处虚拟世界中,仍有现实世界的实感,让“赛博人”从想象的概念落地为现实的场景。

在今年夏天的毕业季,清华大学就举办了一场“元宇宙招聘会”,通过设置宣讲厅、咨询室等虚拟场景,让毕业生借助虚拟数字人的身份与用人单位沟通。2020年6月,中国传媒大学动画与数字艺术学院率先在游戏平台里复刻了像素风校园,举办了虚拟世界的毕业设计展览和毕业典礼。

在虚拟现实等新技术的影响下,大学生的生活已经被全面重构。便利,成为技术带给他们最直观的感受。比如,在线会议软件已经深度嵌入了当代大学生的课堂,在线上课不再是新生活,而已经成为新常态。大学生可以通过在线视频会议云聚餐、玩桌游,还可以在音视频平台连麦听歌、看剧、刷综艺,时空的界限被大幅打破。新技术的出现也为大学生提供了更多的就业选择和就业岗位,视频博主、小程序开发者、原画师等都成为大学生青睐的职业。

可以预见,未来的媒介技术将实现虚拟世界与物理世界的真正融合,人的身体和意识会从中获取更为写实的深度体验。届时,沉浸式体验会进一步发展为真实的环境与场景,大学生的学习、科研和社交都会

达到一个前所未有的智能化阶段。从在线课程到沉浸式课堂,线上上课不再是简单的视频直播,而是在智能化的虚拟空间里学习;科研实验不再必然需要实体的实验设备,虚拟实验室可以便捷地创造出各种实验环境;相隔千里的朋友也可以通过虚拟人形象在智能空间聚餐、交流。沉浸与在场,成为未来技术发展的必然趋势。以往,在线会议等技术最为人诟病之处是难以带来沉浸感,而虚拟现实则通过建立虚拟人的方式,使用户能够身临其境,实现身体缺席但精神沉浸的数字孪生。

不过,对大学生来说,新技术建构的生活图景并非是乌托邦式的理想社会,其潜藏的隐患与问题也值得警惕。

大学生要意识到虚拟世界与现实世界的差别,特别是要学会抽离。很多时候,虚拟现实带给人的沉浸式体验建立在“脱离”的基础之上,即人们为了避免现实世界的压力选择从物理世界中逃离,进而投身到虚拟世界之中。这种“脱域”一方面可以帮助使用者获得暂时的情感补偿和精神愉悦,但如果不能及时、彻底地从其中抽离,则很容易陷入虚拟世界的漩涡之中难以自拔。

当下,元宇宙等更为高阶的新技术手段已经悄无声息地进入了人们的生活,大学生的生活图景正在被重构。如何在用好这些新技术的同时规避其中的弊端与隐患,是需要大学生群体和整个社会合力思考的课题。

(作者系清华大学新闻与传播学院博士研究生)

□ 张菲倚

尼葛洛庞帝在《数字化生存》一书中曾这样解释“数字化生存”:人类生存于一个虚拟的、数字化后的生产活动空间,在这个空间里人们应用数字技术(信息技术)从事信息传播、交流、学习、工作等活动。20多年前的预测,如今已成为人们真实生活的写照。每个人都成为网络世界的数字公民,浸润在数字生活中。

当代大学生成长于网络高速发展的社会,被称为“网络原住民”,是网络参与和使用最活跃的群体之一。早上登录线上会议室,中午点外卖,下午查文献,晚上跑完步发个朋友圈,睡前网上购物、刷社交媒体。这是大学生的普通一天,始于网络又终于网络,在一个个App中,他们思考、学习、生活和娱乐。

数字化不仅改变了大学生的生活方式,也塑造了他们的思考、行为方式;它不仅仅是一种工具,更是一种新的个体存在方式和社会群体生态。

5G冲浪选手们随时保持在线,收到秒回,成为网络社交礼仪,每隔几分钟就要看下手机,时间被无限碎片化。伴随着网络互动产生的放大效应,虚拟世界和现实社会之间的界线愈加模糊。深处其中的学生会感到自己的思想与他人的思想可以轻易相通,并在心理层面上把网络空间视为自己思想与行为的延伸。这种延伸,是否可以替代现实空间呢?

数字化技术,让学生面临互动与自我调节的博弈。数字化技术让教育力量跨越山海,走进千家万户,拉近了教师和学生间的物理距离。在山坡上找网的女孩,靠线上教学的助力,成功迈进了高等学府。后疫情时代,频繁被打断的线下教学让老师不想当主播、学生不想上网课,甚至催生“网课学困生”的群体。显而易见,数字化技术拉开了教师和学生心理距离。

根据认知主义学习理论,个体的



本版图片均由视觉中国提供

更用心地去经营友情。中青报 中青网:网络在大学生活占多少比重?你怎么看待信息技术对于现代生活的作用?

赵海若:网络占大学生生活的比重肯定是越来越大的。我的观点是不能因为技术进步而放弃理想。网络确实带来了诸多便利,但要分清什么是暂时的妥协,什么才能真正让生活变得更好。

钱隆:网络对方面面的渗透更深了。我认识一个习惯手写字的老师,以前都不会用电脑,现在也开始使用微信处理一些事情。但是,我也同意之前同学的说法,互联网终究是有限的,人与人之间的美好接触,本应抵达一个更自由、更广阔的世界,去感受、看见、听见、摸到。网络把每个人变得数字化了,工作生活忙起来时,只有手机提醒我们朋友的存在。我觉得我们一定不能网络数字化了,变成一个不重要的虚拟符号。只有珍视真实的人的相处,才能更懂得生活的意义。

林枫:我在这个问题上可能和两位同学不太一样,对网络的态度更积极一些。平时我有70%的时间花在网络上,确实体会到了它给我带来一些益处,包括更多的学习资源、更多了解外部信息的渠道,跟生活在不同地域但有共同爱好的朋友建立联系。

但是,网络也消耗了太多碎片化的时间,用户一刷就刷很长时间,算法让你深陷其中无法自拔。我觉得网络只是一种手段和方式,大家使用网络的时候,要避免自己变成屏幕上冷漠的、和社会脱节的人。所以,我觉得网络只是一种辅助手段,帮助我们在成长路上追求自己想要的东西。

学习行为并非是对刺激的简单重复和模仿,而是要经历一系列认知操作和信息加工系统的过程。在这个过程中,师生交互显得尤为重要。情感互动、思想互动、身体互动,才能让学生保持学习的兴趣。在网络学习情境中,缺少教师面对面的监督与引导,自我调节学习能力较低的学生很容易被各种与学习内容无关的信息分心,或者在对学习内容的加工过程中无法有效运用自我调节策略,导致网络学习的效果大打折扣。

脑力流失 效应带来认知能力的下降。在互联网时代,手机占据了大学生的时间与精力。强大的搜索引擎带来的便利正在钝化他们的创造性思考,碎片化的信息正在弱化他们的深层次学习,认知资源被手机挤占,认知能力随之被削弱。

根据得克萨斯大学的实验,在没有察觉的情况下,手机已经对人产生影响。心理学家沃德博士解释:人们的认知资源是有限的,智能手机被设计出来时,它的理念就包含了无论什么时候,它都能在认知资源中占据优先地位。只要手机在身边,脑海中就会先想着它,从而降低学习记忆和解决问题的技能,这就是“脑力流失效应”。

当手机在视线范围内时,即使意识不在手机上,但是要求自己不分心的过程,本身就已分了心。所以大家会有这种体验:即使把手机设置成勿扰模式或静音模式,学习、工作表现都不尽如人意。

网络社交可能影响深层次亲密关系的建立。通过社交网站,大学生可以获得更广泛的兴趣和朋友圈,降低个体的孤独感,但很难产生真正持久的亲密关系。科学研究证明:每天使用5-8个小时手机的人中,43%的人会有情感方面的困扰。

一方面,很多大学生因为线上的社交交往忽视了线下关系的建立和发展,忽略了接触带来的温暖和安慰感,容易把亲人、室友变成“网友”,把最能提供紧密社会支持的关系维系于脆弱的网络。他们获得的是大量浅层次的关系,而非深层次的亲密关系。

另一方面,网络社交满足孤独的即时性得到提升以后,人对孤独的感受阈就下降了。比如,从前的孤独感可能来自10天没有人联络,而现在只要10分钟没人联络你就会感到孤独,从而让人变得更加脆弱。

正如《网络心理学》中提到的,网络空间是个虚拟世界,也是一个真实世界。我们期待,身处新时代的青年大学生,能够突破“网络化生存”的茧房,在网络空间这个新的社会环境和心理环境中获得更多智慧,创造一代人独有的思想空间。(作者系西南大学团委宣传部部长、西南大学心理健康教育与服务中心心理咨询师)