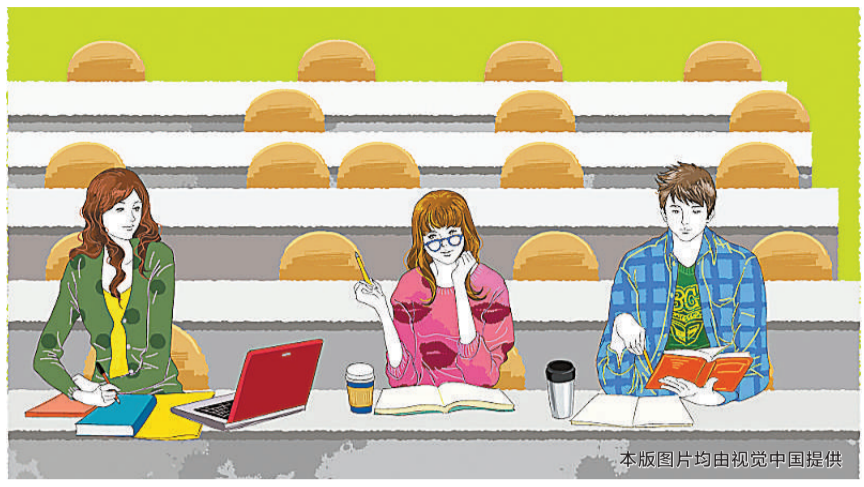


大学生“向上社交”:功利工具还是成长利器



“向上社交”一词热度颇高，教大学生“向上社交”正在成为许多博主的“吸粉”利器。“向上社交”真的是一种突破圈层、扩展人脉、打破信息壁垒的有效手段吗？



实习生 邓嘉欣 中青报·中青网记者 蒋肖斌

那年杨开开才大一，被安排去某评议会当观众。中场休息时，她和旁边的女孩闲聊，发现是同学院的大三学姐，便主动加了对方的微信好友。后来她才知道，这位学姐是国家奖学金得主，科研经验非常丰富。到了大二，杨开开参加大学生创新创业大赛，向她咨询，学姐很大方地分享了自己的经验，还将之前参赛的项目申报书发给她，帮助杨开开获得立项。这段经历，杨开开把它定义为“机缘巧合下的一次‘向上社交’”。

那天，文竹第一次来到北京。开学一个月，团委、学生会、社团协会……这些陌生的事物迅速进入他的生活，他不知道该如何选择。那个时候“向上社交”还没有成为热词，文竹也没有靠社交获取信息的意识，他的所有决定，几乎都靠直觉。等到文竹做好职业规划，希望在社工领域做出成绩的时候，他才发现，自己从一开始就选错了赛道。

个人能力提升是前提，“向上社交”是锦上添花

作为家里的第一个大学生，大一报到

但需要强调的是，这并不是意味着“向上社交”就是完全依靠自己，个人的能力提升是前提，“向上社交”更多时候是“锦上添花”而不是“雪中送炭”。只有你自己各方面的素养能力都OK的时候，再加上社交，才能达成最好的效果。”陈武说。

“向上社交”不该局限于资源获取

“向上”一词似乎将人分成了三六九等，这使得“向上社交”不自觉地染上了一些

层功利色彩。在一些帖子中，“向上社交”也确实是为了从他人手中获取晋升机会、专有资料、非公开信息等资源。不过，“向上社交”仅限于此吗？杨开开第一次接触到“向上社交”这个词，是在一本讲社交的书上。在她的记忆中，那本书的核心概念是“任何‘向上社交’都是一种利益的交换”，它教导读者“多接触那些厉害的人，让自己得到一些资源”。

林风是上海某高校的博一学生，他从研一开始运营自己的小红书账号，分享学习和科研经验。他不喜欢“向上社交”这个词，但为了运营自媒体，发小红书笔记的时候还是带上了“向上社交”的Tag(标签，一种分类方式，可以让用户更容易搜索到你的笔记——记者注)。在林风看来，“人与人之间是平等的，任何社交本质上都是共赢的过程，不存在所谓的‘向上’”。

或许大部分人都会承认“向上社交”有用，但并不是所有人都主动“向上社交”。在社交媒体上，我们经常能看到的一个观点就是：1人(内向的人——记者注)做不好

1人很难“向上社交”?关键点并不是性格

或许大部分人都会承认“向上社交”有用，但并不是所有人都主动“向上社交”。在社交媒体上，我们经常能看到的一个观点就是：1人(内向的人——记者注)做不好

为什么文科偏见会长久流行?

高艳 龚俐

最近张雪峰说“所有文科专业都叫服务业”又上了热搜，还被80后文学创作者“顾言白”起诉，认为“他的言辞是对文科这一群体进行公然贬低和挑衅，作为一个文学创作者，我个人受到了严重的人格贬低和侮辱”。他索赔1元并要求道歉。

高中文理选科:我们需要陌生人来指导吗

那高中选科，我们应该如何作出判断呢?如果你稍加思考，就能知道高中选科跟未来学生考大学能选的专业和大学紧密相关，而选什么样的专业、什么样的大学对人生道路的走向，影响之大而而喻。类似人生大事的抉择上，当然会使用慢系统来谨慎分析和思考，而不是听凭网红博主的话就定了自己的终身。这里特别让人感慨的一个现象是，学生花了十几年寒窗苦读，终于考了一个分数，最后拿这个分数去考虑大学的时候，可能只用了十分钟，甚至都不到。我们去旅行还要花几个小时甚至好几天做个攻略呢，在选择人生方向这种大事上却非常草率。关键是，很多人被带偏，是因为他们本身就在使用快系统，也不知道自己在做什么。

科技与人文结合才能改变这个世界。”文理其实没有高低之分，二者术业有专攻，都是人类社会不可或缺的学科。既然文科很重要，为什么张雪峰这种极端言论能引起热议?其实这非常符合人们的认知加工规律：“认知吝啬”。它说的是，人类在长远的进化过程中，有一个保存能量的方式，那就是少用脑细胞。虽然大脑占我们身体重量的比例并不高，却是全身上下最消耗能量的地方，所以能省则省，这是基因控制的，所以我们每个人天生都是“认知吝啬鬼”。但总是很省能量也不行，有些事情就是非常复杂，需要我们深思熟虑，周全筹划。所以大脑后来还形成了超越基因控制，虽然能耗大，却是办大事很需要的系统。这就是大脑中的两个系统，一个叫快系统，一个叫慢系统。著名心理学书籍《思考、快与慢》，说的就是这两个系统。我们日常生活中，常见到的刻板印象、从众等都是大脑对一个事情快速加工决策的过程，经常造成误判。但快系统也不是总出错，多数情况下它还是对的。比如你去一个陌生的餐馆点餐，不知道选什么好，先看看周围的人都点了什么作为参考，往往是对的。不过，如果你总是随时随地，不分场合地使用快系统就值得警惕了。

到底要不要选文科?你需要考虑的是自身的情况。生涯规划虽然是个复杂工程，但是也可以简单地总结为一句话，那就是“知己知彼，百战不殆”。我有什么优势?我的兴趣是什么?我未



一座城市如何抓住游客的心?不少城市孜孜以求的现实课题,其实心理学研究者早已总结出其中奥秘。



黄彬彬

这个冬天，哪个城市最“热”?常驻热搜的哈尔滨必定榜上有名。此前，大理、淄博等城市也曾火“出圈”。现在各地文旅局蓄势待发。一座城市如何抓住游客的心?不少城市孜孜以求的现实课题，其实心理学研究者早已总结出其中奥秘。

“尔滨”出圈背后,体验型消费更让人快乐

哈尔滨冰雪大世界连夜整改、机场大厅增设更衣室、景点旁新建温暖驿站等旅游服务优化，“滨子”真诚实在的服务态度，不仅安抚了游客的情绪，甚至还让游客成了旅游宣传的“自来水”，游客们忍不住自发为哈尔滨宣传造势。

除了旅游服务水平过硬，旅游景点和活动契合民众的心理需要，哈尔滨还致力于打造激发游客亲身体验与强烈情感反应的旅游文化。研究发现，亲身体验旅游产品背后的文化能给游客营造一种轻松、满意和自在的情感氛围，这种情感上的享受不仅是视觉上的，更有触觉上的，让游客沉浸在快乐的情感中接受城市的旅游文化。

提升旅游服务才是硬道理

国内研究发现，影响游客旅游决策的因素按照重要性排序前三名分别是：旅游服务因素、社会支持因素、群体支持因素。旅游服务包括吃、住、行、游、购、娱、咨询、信息、预定、导游、售后等多个方面，旅游服务水平是人们进行旅游决策的重要依据。

满足游客多样化的心理需要

早在20多年前，已有国内学者整合国内外研究发现，游客需要通过旅游来满足自己的心理需要，换言之，能够满足游客这些心理需要的城市旅游文化更能吸引游客。具体而言，这些旅游文化更需要包括社交、尊重、自我实现、探索、冒险和复杂性需要。社交、尊重和自我实现的需要来自马斯洛需要层次理论。如果旅游的过程能让游客得到他人的尊重和接纳，感受到爱与归属感，增长新知识，提高审美能力，就能满足游客社交、尊重和自我实现的需要。哈尔滨市民自发组织车队免费接送游客，还因为“怕吓跑小土豆而人均夹子音”，让游客切实感受到“滨子”的热情，带着驯鹿转悠的鄂伦春族人、圣索菲亚大教堂的人造月亮则让游客打开了新世界的大门，看到了课本里才见到过的美好景象，令人舒适而满足。