

# 数字媒体对大学生人际关系的重塑与影响研究

吕鑫宇

上海财经大学浙江学院

**摘要:** 数字媒体融入高等教育变革,深刻改变了大学生人际关系,促进了交流方式的变革,推动人际关系模式的改变,在一定程度上带来了积极影响,包括信息获取与交流的便利化,人际关系网络的拓展与深化,情感支持与心理健康的促进。然而,它也带来了一系列负面影响,如人际交往能力的削弱、情感交流的浅薄化以及隐私泄露和网络欺凌的风险。因此,高校、社会和大学生自身需共同努力,引导和教育大学生正确使用数字媒体,提高媒介素养,以应对其潜在的负面影响,确保大学生在数字世界中建立健康积极的人际关系。

**关键词:** 数字媒体; 大学生; 人际关系

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6288.2024.11.156

A Study on the Reshaping and Impacts of Digital Media on Interpersonal Relationships among College Students

Lv Xinyu

Shanghai University of Finance and Economics Zhejiang College

[Abstract] Digital media provides convenient communication methods for college students, expands their interpersonal networks, and promotes emotional support and mental health. However, it also brings a series of negative impacts, such as weakening interpersonal communication skills, shallow emotional communication, and the risk of privacy leakage and cyberbullying. Therefore, universities, society, and college students themselves need to work together to guide and educate college students to use digital media correctly, improve media literacy, and deal with its potential negative impacts, ensuring that college students can establish healthy and positive interpersonal relationships in the digital world.

## 引言

随着信息技术的飞速发展,数字媒体已经成为当今教育体系改革的重要组成部分,改变了课堂教学方式、实践教学平台和校园生活方式,甚至大学生人际交往也发生了数字化变革。校园生活数字化极大地改变了青年大学生获取、处理、传播信息的方式,推动了信息传播的速度和范围的扩大,改进了学习方式和人际交往。在大学校园中,数字媒体的普及程度尤为显著,数字媒体的普及对大学生人际关系产生了深远影响。

### 一、数字媒体对大学生人际关系的重塑

课题组调研统计,超过九成的大学生活跃在各类社交媒体平台上,这些平台不仅成为他们获取信息、交流思想的主要渠道,更在一定程度上重塑了他们的社交模式和人际关系网络。主要表现为交流方式的变革以及人际关系模式的改变。

#### (一) 交流方式的变革

人是社会性动物、群居性动物,更是人际交往和交流的社会产物,交流在人的成长、发展过程中发挥着重要作用。数字媒体变化在高校中首先表现为:

第一,面对面为主转变为线对线为主。在传统的人际交流模式中,面对面的沟通和书信往来曾是主导,但如今,数字媒体的崛起已深刻改变了这一格局。社交媒

体平台,如微信、QQ、微博等,凭借其即时通讯的功能,让大学生们能够随时随地与亲朋好友保持紧密的联系,轻松分享生活中的点滴。这种交流方式不仅便捷快速,而且打破了地域和时间的限制,极大地拓宽了大学生的人际交往范围,让他们的社交圈不再受物理距离所限<sup>[1]</sup>。

第二,人人互动转变为数字化参与教学。在课堂教学中,数字媒体为大学生们提供了多样化的交流形式,传统的师生互动、翻转课堂更多转向数字化参与。从文字、语音到视频,大学生们可以根据自己的喜好和需求,选择最适合自己的交流方式。这种变革不仅提高了交流的效率,让信息传递更加迅速;还提升了交流的质量,使表达更加直观、生动。这种多样化的交流形式鼓励了大学生们更加开放、真实地表达自己的想法和情感,促进了彼此间更加深入、真实的交流。

#### (二) 人际关系模式的改变

数字媒体的发展重塑了大学生的人际关系模式。在传统的人际关系中,血缘、地缘、业缘等因素曾是构建和维系人际关系的基石。然而,随着数字媒体时代的到来,这些传统因素的重要性逐渐减弱,取而代之的是共同的兴趣爱好、价值观念等全新的人际连接点。

第一,数字网络关系强化。随着网络游戏、网络平台、网络群组、网络直播、短视频等兴起,个人身份转化为

数字网络现象日益明显,青年大学生是数字网络的最大参与群体,以兴趣爱好、网络店铺、知识传播等为主要内容的数字网络关系得到进一步加强,甚至比常规的社会关系更加紧密<sup>[2]</sup>。

第二,现实关系数字化。社交媒体平台为大学生们搭建了一个发现共同兴趣、结交新朋友的广阔舞台。通过加入各类兴趣群组、积极参与热门话题的讨论,大学生们能够轻松地与来自不同背景、不同领域的人相识相知,建立起基于共同兴趣的人际关系网络。这种新型的人际关系模式更加开放、多元,极大地拓宽了大学生的社交圈子,有助于他们拓宽视野、增进对不同文化的理解,并促进更广泛、更深入的思想交流<sup>[3]</sup>。

## 二、数字媒体对大学生人际关系的积极影响

智能时代取代工业时代,正如工业时代取代农业时代、游牧时代等一样,是生产方式变革的结果,极大地促进了人流、物流、信息流的重组。数字媒体打破了地理和时间的限制,使得大学生能够随时随地与世界各地的人建立联系,拓宽社交圈子,人际关系变得多元化和丰富化,对高校大学生的人际关系带来了诸多积极影响。

### (一) 信息获取与交流的便利化

随着智能手机的普及和移动互联网的快速发展,大学生们可以随时随地通过社交媒体、在线论坛、即时通讯工具等平台获取各种信息,并与他人进行实时交流。

第一,网络学习和信息检索的有益帮助。通过数字媒体,大学生们可以轻松地参与线上课程学习、查找学术资料、分享学习心得,极大地提高了学习效率和质量。同时,他们还可以利用搜索引擎、知识库等工具快速获取所需信息,解决学习和生活中的问题。

第二,随时联系即时数字互动的有益辅助。数字媒体为大学生们提供了一个开放、包容的交流平台,这种便利化的信息获取与交流方式极大地拓宽了大学生的视野,使他们能够更加便捷地了解世界、分享经验、交流思想。课题组统计,超过90%的大学生每天都会使用社交媒体平台,这些平台不仅提供了丰富的信息内容,还通过算法推荐等技术,为用户推送个性化的信息,进一步提高了信息获取的效率和准确性。同时,即时通讯工具的普及也使得大学生们可以随时随地与他人保持联系,无论是文字、语音还是视频通话,都能够实现快速、便捷的沟通。

### (二) 人际关系网络的拓展与深化

数字媒体打破了地域限制,使得大学生能够轻松与世界各地的人建立联系。无论是在国内还是国外,大学生都可以通过社交媒体平台结识新朋友,分享彼此的生活和学习经验。这种跨地域的社交不仅丰富了大学生的人脉资源,还拓宽了他们的视野,促进了文化的交流与融合。

第一,个人社会关系的体系整理。从自然人到社会人,是教育辅助个人成长发展的重要职能,而个人社会关系

的建立和完善主要是在大学阶段实现的。数字化技术的应用将以往分散的个人社会关系以数字网络的形式展现出来,并可以时时统计互动交往情况,对于大学生维护个人良好社会关系具有一定帮助<sup>[4]</sup>。

第二,人际关系网络的叠加积累。社会关系依靠交往实现,交往的艺术需要再现实生活中得到发展。在数字技术支持下,大学生可以更加开放自由地建立人际关系网络,甚至更加便捷地叠加传统社会数十年积累的社会关系,进而辅助个人成长发展。

### (三) 情感支持与心理健康的促进

数字媒体为大学生提供了便捷的情感交流渠道,一方面增进了亲戚朋友尤其家庭成员的情感陪伴,另一方面在个人隐私支持和个性心理支持方面也正在发挥积极作用,包括涉及青年大学生婚恋引导、心理问题辅助、隐私信息保护等。

第一,数字技术实现了远程情感陪伴的近程感受。通过社交媒体平台,大学生可以随时与朋友、家人保持联系,分享喜怒哀乐,获得情感上的支持和安慰。这种即时的情感交流有助于增进彼此之间的了解和信任,缓解孤独感和心理压力,促进人际关系的和谐发展<sup>[5]</sup>。

课题组调查显示,超过80%的学生表示,通过社交媒体平台,他们能够获得来自朋友、家人的情感支持,这种支持在缓解学业压力、应对生活挑战等方面起到了关键作用。例如,当大学生面临考试压力或情感困扰时,他们可以通过社交媒体分享自己的感受,寻求他人的理解和建议。这种即时、便捷的交流方式,使得情感支持更加高效和深入。

第二,数字媒体还为大学生提供了心理健康促进的新途径。许多在线平台推出了心理健康教育和咨询服务,通过专业的心理测试和个性化的建议,帮助大学生更好地认识自己、管理情绪。这些服务不仅提高了大学生的心理健康意识,也为他们提供了切实可行的解决方案。同时,数字媒体还通过传播正能量、分享励志故事等方式,为大学生提供了积极向上的情感支持,有助于培养他们的乐观心态和抗压能力。

## 三、数字媒体对大学生人际关系的负面影响

数字媒体在大学生群体中的普及,虽然极大地丰富了他们的社交方式和内容,但也带来了一系列负面影响。主要表现在以下三个方面:

### (一) 人际交往能力的削弱

数字媒体的高度发达和普及,使得大学生越来越倾向于通过社交媒体平台进行社交活动。这种虚拟化的交流方式虽然方便快捷,但缺乏面对面交流的真实性和丰富性。长期依赖数字媒体进行交流,可能导致大学生在现实世界中的人际交往能力下降,如缺乏非语言交流能力、难以处理复杂的人际冲突等。这种人际

交往能力的削弱,不仅影响大学生在现实生活中的社交质量,还可能对他们的职业发展和社会适应能力造成负面影响<sup>[6]</sup>。

#### (二) 情感交流的浅薄化

数字媒体中的交流往往以文字、图片、视频等形式进行,这些形式虽然能够传递信息,但往往缺乏真实情感的表达。在社交媒体上,人们可能会因为担心被误解或评判而隐藏自己的真实情感,导致情感交流的浅薄化。这种浅薄化的情感交流可能导致大学生在人际交往中难以建立深层次的关系,也可能使他们在面对情感问题时缺乏应对能力。此外,数字媒体中的信息过载和虚假信息也可能导致大学生在情感交流中产生误解和偏见,进一步加剧情感交流的浅薄化<sup>[7]</sup>。

#### (三) 隐私泄露和网络欺凌的风险

数字媒体中的匿名性和公开性使得个人隐私泄露和网络欺凌的风险增加。大学生在社交媒体上分享个人信息和言论时,可能会不小心泄露自己的隐私信息,如家庭地址、电话号码等。这些信息一旦被不法分子获取,就可能对大学生的个人安全造成威胁。同时,社交媒体平台上的匿名性和公开性也使得网络欺凌成为可能<sup>[8]</sup>。一些大学生可能会因为言行不当或与其他人存在矛盾而成为网络欺凌的目标,导致心理创伤和人际关系紧张。这些负面影响不仅影响大学生的身心健康,还可能对他们的学习和生活造成严重影响。

#### 四、大学生应对数字媒体对人际关系影响的建议

数字技术是新质生产力的重要组成部分,但是人才是根本,才是目的,才是主体。充分发挥技术优势,促进青年大学生的成长和发展,最大限度规避技术风险和不良后果,这也是技术发展的最终归宿。高校、家庭、社会、个人均有责任和义务来引导青年大学生合理利用数字媒体技术,以学业、实践和人际关系为重点,更好地服务个人发展。

第一,大学生需要意识到线上社交虽便利,但不能完全取代真实的面对面交流。他们应当努力在现实世界中积极参与社交活动,如团队项目、社团聚会等,以加强实际的人际交往能力。提高青年大学生媒介素养和信息辨别能力至关重要。在数字媒体时代,信息繁杂,大学生需要学会筛选和辨别信息的真伪,避免被误导或传播不实信息,从而维护良好的人际关系。

第二,政府和企业等组织要做好隐私保护和网络安全。大学生在使用社交媒体时,应注意保护个人隐私,避免过度分享个人信息。同时,要增强网络安全意识,避免点击不明链接或下载未知来源的软件,确保个人信息的安全。

第三,高校在大学生心理和情感方面应有完整的救济机制,大学生还应注重情感表达和沟通能力的培养。在数字媒体平台上,要学会以积极、健康的方式表达自己的情感和观点,并倾听和理解他人的想法和感受。尊

重他人的观点和隐私,避免使用侮辱或攻击性的言辞,以维护良好的人际关系。如果大学生在数字媒体使用过程中遇到人际关系问题或心理困扰,不要犹豫寻求专业帮助和支持。学校的心理咨询师或辅导员是宝贵的资源,他们可以提供专业的建议和指导,帮助大学生应对数字媒体对人际关系带来的挑战。

#### 结语

数字媒体无疑为大学生提供了前所未有的社交便利和广阔的人际交往空间,打破了地域限制,促进了文化交流,并提升了人际交往能力。然而,与此同时,它也带来了虚拟化、浅薄化的人际交往,以及隐私泄露和网络欺凌等风险。数字媒体对大学生人际关系的影响是深远而复杂的。在享受数字媒体带来的便利和机遇的同时,我们也应警惕其潜在的负面影响,并采取相应的措施加以应对。只有这样,我们才能确保大学生在数字世界中建立健康、积极的人际关系,为他们的成长和发展奠定坚实的基础。

#### 参考文献

- [1] 陈卓君,钟声. 智媒时代数字赋能高校网络思政教育的时代意蕴与实践路径[J]. 湖南社会科学, 2024(01): 146-151.
  - [2] 李媛媛. 数字游牧民: 复媒体环境中的社交媒体平台摇摆研究[J]. 当代青年研究, 2022(03): 27-34+98.
  - [3] 李曼丽. 中国大学促进可持续发展的理念与实践: “关系健康发展模式”及其贡献[J]. 中国高教研究, 2024(01): 50-57.
  - [4] 温欣. 积极的底层行动者: 数字无产者的形成及其对数字空间的重塑[J]. 天津行政学院学报, 2023, 25(05): 55-63.
  - [5] 王蕾,叶钰湾. 以“数字亲密”重构信任: 技术具身下青年异地恋的媒介实践[J]. 传媒观察, 2024(03): 81-93.
  - [6] 李洁,李伟. 数字异化视域下青年的时间焦虑及其破解路径[J]. 思想理论教育, 2023(11): 92-98.D
  - [7] 袁佩媛,于涛. 技术赋权与主动建构: “数字青年”的出场理路、样态透视与发展考量[J]. 理论导刊, 2023(03): 78-84.
  - [8] 刘昱伶,中小蓉. 新时代大学生网络文明培育: 内在机理、现实境遇和路径选择[J]. 思想教育研究, 2023(08): 126-131.
- 基金项目: 浙江省教育厅大学生思想政治教育专项课题“数字时代的大学生情感异化: 具体表征、危害影响与救济方案”(项目编号: Y202352726)。
- 作者简介: 吕鑫宇(1986年4月),男,汉族,吉林省白城人,硕士,讲师,金华市政协理论研究基地特聘研究员,主要从事教育管理,思想政治教育的研究。