

互联网时代大学生“单向度”风险的生成机制与教育应对研究

高丽萍

杭州师范大学经亨颐教育学院, 浙江 杭州

收稿日期: 2026年7月6日; 录用日期: 2026年8月7日; 发布日期: 2026年8月18日

摘要

21世纪以来, 以信息技术为代表的科技革命深刻影响着社会和民众, 中国全面进入互联网时代。以马尔库塞“单向度”化理论, 从分散个体注意力、束缚创造性批判力和个人社交能力的退化等三方面揭露互联网技术对学生个体的异化, 并探讨了因技术发展的负效应、大众传媒的影响作用、个体的惰性心理等因素的影响, 互联网时代下学生易沦为“单向度”化的人。新时代需要全面发展的人, 因此必须进行相应的教育策略与反思: 通过网络平台及运营者积极承担社会责任, 学生个体主动提高媒介素养, 教育部门及高校增设相关教育课程等措施使互联网技术的发展服从于个体自我价值的实现, 以消解单向度。

关键词

网络时代, 信息, 大学生, 单向度

A Study on the Formation Mechanism and Educational Responses to “One-Dimensional” Risks among College Students in the Internet Era

Liping Gao

Jinghengyi College of Education, Hangzhou Normal University, Hangzhou Zhejiang

Received: July 6, 2026; accepted: August 7, 2026; published: August 18, 2026

Abstract

Since the 21st century, the technological revolution represented by information technology has

profoundly influenced society and the public. China has fully entered the era of the Internet. Using Marcuse's "one-dimensional" theory, this paper exposes the alienation of students' individuality caused by the Internet technology from three aspects: the distraction of individual attention, the restriction of creative critical ability, and the deterioration of personal social skills. It also discusses the negative effects of technological development, the influence of mass media, and the inertial psychology of individuals. Under the Internet era, students are prone to become "one-dimensional" individuals. The new era requires well-rounded individuals, so corresponding educational strategies and reflections must be carried out: through the active assumption of social responsibilities by online platforms and operators, students' individuals actively improve their media literacy, and educational departments and universities add relevant educational courses. These measures aim to make the development of Internet technology subordinate to the realization of individual self-worth, thereby eliminating the one-dimensionality.

Keywords

The Digital Age, Information, College Students, One-Dimensional

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

互联网时代，信息洪流以前所未有的速度和规模冲击着我们的生活，它既为我们提供了前所未有的便利“自由”，也带来了深刻的挑战。基于这一背景，谨防学生沦为“单向度的人”就显得尤为重要。

“单向度的人”最早是由德国哲学家赫伯特·马尔库塞在其 1964 年出版的《单向度的人：先进工业社会的意识形态研究》一书中提出的概念。“向度”可理解为一种价值取向和批判尺度，“单向度的人”即为“丧失否定、批判和超越能力的人”[1]。马尔库塞认为，在高度发达的工业社会中，技术理性和消费文化共同作用，导致人们的思想和行为趋于单一化，失去了批判性和否定性，从而成为“单向度的人”。在互联网时代，这一现象表现得尤为突出。网络的便捷性使得信息获取变得轻而易举，但同时也带来了信息过载、信息茧房等诸多问题。在互联网的影响下，学生群体面临着沦为单向度人的风险。这些“奴役”风险表现为：第一，个体可能过度依赖网络信息，缺乏独立思考和批判性分析的能力；第二，个体易被网络文化所同化，丧失个性和创造力；第三，学生更多在虚拟世界中寻求认同，而忽视了现实世界的复杂性和深度。这些问题不仅影响个体的发展，也关系到整个社会的创新力和竞争力。

通过探讨网络时代对学生的表征影响，分析网络时代下学生易走向“单向度”化的原因，并探讨不同主体如何通过教育去应对这一危机，达成互联网时代与人的和解共生，为学生构建一个更加开放、多元和批判性的思维空间，使他们能够在互联网时代中保持思想的独立性和创造性，成为真正意义上的全面发展的人。

2. 赋能与异化：网络时代的特征及其对学生的影响

随着数字化的发展，我们正在进入一个信息高度互联、知识快速迭代、创新无处不在的全新互联网时代。它不仅重塑了我们获取、处理和传递信息的方式，也极大地拓展了我们的工作模式、学习途径和社交边界，成为推动社会进步和文明发展的重要引擎。另一方面，其信息获取和传播的便捷性、快速性和交互性等特征糖衣下也隐藏着一些潜在危害，对学生造成两面影响。

2.1. 信息过载与注意力分散

在互联网和智能手机普遍应用的今天,信息的生成和传播变得极其便捷,成千上万的信息资讯通过网络展现在人们眼前,也被诉诸于口耳之间。过去,信息被人们视作财富和权力的象征,认为掌握的信息越多,那么一个人拥有的视角也就更广泛。的确,我们无法否认信息对于个人认知发展的重要作用,但大量、劣质的信息却如同洪水泛滥般涌入充斥进人们的日常生活,造成一种新型的“信息污染”。“手机不离身”“错失信息恐惧症”是现代社会中非常普遍的一种社会现象。为了及时了解最新动态,防止错过任何新鲜事,持续的心理驱动使人们频繁检查手机,游走于各大社交平台,生怕遗漏一点风声出现信息的不对称性,落后于他人。

从教室的多媒体到手中的一部手机,网络也把学生们从辽阔的空间带入到一块狭小的电子屏幕中。移动互联网技术、自媒体手机软件的迅速发展使信息的可接触性大大增加,为当代大学生提供了巨量网络碎片化信息资源,极大便利了高校学生的学习。伴随教育数字化转型不断推进,在线学习早已成为大学生学习方式的重要组成部分,教学模式也由传统的集中教室学习向网络碎片化学习转变。诚然注意力分散可能会受到多任务处理的习惯、心理焦虑等多种因素影响,不过认知心理学家哈伯特·西蒙认为:“信息需要消耗信息接受者的注意力,过量的信息将会导致注意力的贫乏”,大学生群体有限的认知负荷与无限的信息量之间必然存在冲突。网络时代学生的注意力失焦问题,主要表现为学习者受到与当前学习无关的信息干扰,导致学习持续性减弱,学习满意度降低等。

2.2. 信息茧房效应与批判性思维的缺失

“信息茧房”是美国学者凯斯·桑斯坦在其《信息乌托邦》一书中提出的概念,这是指当个体只关注自我选择或能够使自身愉悦的内容时,同时减少与其他信息的接触,久而久之,就会像蚕一样束缚在自我编织的“茧房”之中。“信息茧房”的形成虽然依靠媒体技术的加持,但更多地表现为个体在信息海洋面前的“自缚”[2]。大学生作为信息技术和社交媒体的主要用户群体,能够很轻易地从互联网上获取到大量丰富的信息资源,但这些信息在大数据的影响下,却逐渐演变为大学生个人兴趣范围内的单调且同质化的内容,这种信息接收方式同质化可能会使大学生在学术研究中从重复的信息内容中培养一种固化的思维模式,从而导致思维能力的降低。

对于大学生来说,批判性思维不仅关系到其学术成就,还影响着个人发展和社会适应能力。首先,批判性思维可以帮助大学生客观理性地分析问题、评估证据和构建论证,以在学术领域中形成独立见解。其次,批判性思维能够培养个体的独立性和自主性,使得他们能够独立做出决策,并对自己的行为负责。此外,批判性思维也能让大学生在日后的职业发展和团队合作中进行有效沟通,增强社会适应能力。但很多时候,现代人的思想被挟持,以为自己所见所闻即是真相的全部,往往只看到符合自己立场的声音,忽视了其它不同声音,被告知“应当想什么”,却没有继续追问“为什么”“还有什么”。显然,在信息茧房下,个体往往被动接受媒介推送的信息,缺乏对信息的主动审视和思考,这不仅限制了个体的视野,也削弱了个体批判性思维的能力。

2.3. 技术依赖与社交能力的退化

“一切媒介都要重新塑造它们所触及的一切生活形态”[3]。互联网信息技术的快速发展重塑了大学生之间的互动交往模式,尤其是社交媒体的普及,俨然已成为当代大学生最主要的社交方式。这不仅为大学生提供了便捷的社交渠道和社交环境,也对大学生的社交行为和社交范围产生了深远影响。

一方面,像微信、QQ、微博等社交软件不仅仅是简单的一种社交工具,某种程度上也是一种社交关系的延伸和人类活动范围的扩大,只要满足网络覆盖的条件,可以随时随地通过私信窗口给对方留言或

是发起聊天,极大满足了大学生广泛的社交需求。但是,事物的另一面却是虚拟身份与现实自我的冲突,一些大学生在网络世界表现出“社牛”状态,而在面对面的社会交往中却社交意愿微弱、社交能力退化甚至丧失,呈现出网络“社牛”与现实“社恐”的双面状态。“交往主体都是隐藏在文字符号背后的‘面具人’,其言谈举止、音容笑貌都是数字化、符号化的存在”[4]。相比于面对面的 interpersonal 交流,他们更熟悉于通过文字或表情符号来表达自己的,认为这样不受时间和空间的限制,愿意在线上付出更多的交往时间和精力,那么也就消减了现实交往的情感欲望,导致实际社交圈层窄化以及社交能力退化甚至丧失的严重问题。

3. 遮蔽与掩盖:网络时代下学生易走向“单向度”化的原因

在智能技术和个人选择的双重影响下,人们的关注点从事实真相逐渐让位于立场偏好,网络时代在一定程度上推动了“单向度人”的再生,其产生原因可从技术负效应、大众传媒引向以及个体心理等方面加以阐述。

3.1. 技术发展的负效应

技术发展在为学生提供便利和丰富资源的同时,也带来了一些负效应,导致学生逐渐走向“单向度”化。第一,信息的质量与数量之间存在严重的不平衡,表现为质量的增长速度远远赶不上数量的增长速度。人们能够获取到的信息渠道和信息数量以正相关趋势在逐渐增加,但由于信息在监管、筛选、分类等方面尚有不足,从而出现信息质量的参差不齐,这种信息量与质的不对称性使得人们难以处理和消化信息,也难以从庞杂的信息资源中真正提取到有效信息。第二,信息生成方式目标与受众多元需求存在失焦。部分互联网平台和应用出于商业利益考虑,利用人性的弱点、借助算法的规则,为每位用户提供个性化、针对性的内容推荐,形成了从“千人一面”到“千人千面更懂你”的效果[5],久而久之让用户只能接收特定的信息内容,使得大学生逐渐丧失自主选择和独立思考的能力,轻易成为技术发展负效应下的“囊中之物”。

3.2. 大众传媒的影响作用

法国社会学家涂尔干强调,教育最基本的社会功能是实现人的社会化。高等教育作为学生由学校人向社会人转变过渡的重要阶段,大众传媒毫无疑问促进了学生的社会化进程。由于社会变迁和利益分化,大众媒体亦存在着不同声音。在商品经济浪潮下,大众媒体呈现出商业化和庸俗化倾向,大众媒体所具有的社会教育功能受到冲击与抑制,鱼龙混杂的新闻给心智尚未完全成熟的大学生带来了巨大诱惑力,学生可能因缺乏足够的判断力和社会经验而误入歧途,导致价值观、人生观扭曲,甚至走向违法犯罪的道路。这种对不良信息的盲目接受和模仿,使学生在思想和行为上逐渐失去批判和否定的维度,呈现出单向度化的趋势。

马尔库塞在其著作《单向度的人》中,曾深刻剖析了大众传媒对个体单向度化的影响。他指出,大众传媒作为灌输与操纵的力量,其传播的内容往往具有话语形态的功能,旨在塑造和巩固特定的社会观念和价值观。工业时代的媒介(如广播、电视)与网络时代的媒介(如社交媒体、算法平台)虽然均通过信息的选择性呈现影响受众的认知框架,但在塑造“单向度”个体上存在不同的机制差异。前者是“一对多”的集中式传播,受众被动接收,操控主要表现为内容统一性;后者则是“多对多”的分布式传播,操控转变为“个性化定制”,用户看似主动选择,实则被算法圈定。这一比较提示我们,新媒体时代背景下的这种影响尤为显著。学生每天接触到的各种信息,无论是新闻报道、影视剧作还是网络游戏,都可能在潜移默化中塑造他们的思维方式和行为模式。特别是当这些信息过度渲染暴力、成功学等单一价值观时,

学生可能逐渐丧失对人生意义的深刻思考和追求，转而沉迷于虚幻的成功和完美的虚拟生活场景。这种对现实生活的逃避和幻想，不仅削弱了学生的实践能力和创新精神，还可能导致他们对生命意义的漠视和对社会现实的逃避。长此以往，学生将逐渐失去独立思考和批判性思维的能力，成为马尔库塞口中的“单向度的人”。

3.3. 个体的惰性心理

诚然，互联网的便利性提高了我们获取信息的效率、能够实时或异步与他人进行沟通和交流等等，但它在带来巨大便利性的同时，也容易滋生出个体的惰性心理。一方面，惰性心理使得学生在面对问题时，更倾向于寻找快速的解决方案，而不是通过自己的努力去探索和学习。这种依赖性在网络时代表现为对搜索引擎和社交媒体的过度依赖，学生习惯于通过这些工具快速获取答案，而不是通过阅读书籍、参与讨论等方式去深入理解问题。这种快速获取信息的方式虽然简便，但却限制了他们的批判性思维和深度学习的能力，使得他们更易接受表面的信息而忽视了问题的多维性和复杂性。

另一方面，惰性心理还会导致学生在网络社交中形成一种“舒适区”，他们更愿意与观点相似的人交流，从而避免面对不同意见和挑战。这种选择性的社交模式不仅削弱了学生现实交际的时间和能力，也限制了接触不同观点的机会，使得他们的思维越来越单一，缺乏多样性和开放性。因此，惰性心理不仅影响了大学生的思维方式，也影响了他们的社交行为，依赖性和选择性的社交模式使得他们在网络时代更容易成为单向度化的人。

4. 和解与共生：规避“单向度”化的教育策略与反思

综上所述，网络时代的信息洪流下，大学生正面临着向“单向度”化的人的危险转变，即失去批判性和多元性，过度依赖或受制于某种观点、信息或技术，也模糊了虚拟与现实的界限。为了规避这一现象，可以从以下几个方面进行教育策略的反思。

4.1. 网络平台及运营者：积极承担社会责任，营造清朗的网络空间

技术发展带来的信息爆炸与信息过载、信息茧房等负效应，其背后依赖于一套算法机制。但算法这一技术工具本身并无善恶之分，其关键是使用者的用意与目的。从表面上看，我们受算法机制投其所好，受技术影响左右，但是细细探究，真正产生影响的是算法背后的价值观。照理说，如果信息茧房现象属实，信息茧房效应无疑与平台商业化目标背道而驰。长时间将同质化内容推送给用户，既削弱了用户活跃度，也渐渐磨灭掉用户的新鲜感。唯有保持内容的多元化与丰富性，方能有效激发用户的活跃度和参与度。也就是说，导致极端对立的不是信息的茧房，而是观念的茧房。由此可见，应用算法者一定要具备价值观和道德底线。平台作为算法应用者及管理者的必须承担相应社会责任以保证算法技术得到合理合规应用。

第一，在内容审核方面，根据《网络信息内容生态治理规定》，网络平台负有事先审核义务，这意味着它们需要主动审核用户发布的信息内容，以确保信息的合法性和合规性。这包括防止虚假信息、违法内容和有害信息的传播。网络平台的这种监管义务主要通过通过对信息内容的审核和管理来实现，包括对违规内容进行处理，如删除违规信息、限制相关服务的提供或关闭违规账号。第二，从算法优化角度上，建议引入“信息健康度标签”，即对推送内容的多样性、来源权威性进行量化评分，并显示给用户，提升透明度。另外，根据用户的偏好提供个性化内容的同时，赋予用户“算法选择权”，主动推送多元的观点与内容，拓宽用户浏览世界的视角。综上，网络平台和内容发布者在内容审核、算法优化、推送内容等方面承担着重要的社会责任。它们的角色和作用不仅关乎信息的传播效率和质量，也关乎社会的稳定和

健康发展。通过积极履行这些责任，网络平台和内容运营者、发布者可以为构建一个更加健康、多元和安全的网络环境做出贡献。

4.2. 学生自身：主动提高媒介素养，重视“生命自觉”的重构

大学生的世界观、人生观和价值观还不够成熟完善，面对纷繁芜杂的网络信息还缺少明确的分辨能力，如何提高学生的媒介使用技能，加强对媒介信息的理性认识是亟待探讨的一个重要课题。媒介素养是指个体对媒体信息的获取、分析、评价和创造的能力。它对于大学生正确理解和使用媒体信息，提高批判性思维至关重要。

“要想改变现状，最重要的是主体自身要具备‘破茧而出’的觉悟”[6]。对于大学生主体而言，要进行自我教育，实现媒介素养的自我提升与自我超越。一方面，增强对媒介及媒介信息的敏感性。新媒体时代下，媒体发展多元，媒介形式多样，大量信息铺天盖地充斥涌动进大学生的生活中，其中不乏高质量的信息，但由于媒介企业具有资本逐利性的特点，也出现了许多逐利而忽视受众身心健康的不良讯息。身处在新媒体环境下的大学生要擦亮眼睛，时刻保持对媒介信息的警惕性与敏锐性，不断自我提升媒介素养，科学理性地应对海量媒介信息，以警惕睿智的眼光去辨识不良媒介信息，令媒介为己所用。另一方面，提高对媒介以及媒介信息知识接收的主动性。大学生应该树立自主建构认知意识，开展自我教育，通过多途径自我提升媒介素养。只有积极学习和主动吸纳媒介及媒介信息知识，并积极利用身边的媒介资源，才能更好地接受媒介素养教育，提高媒介素养，培养批判性思维和独立思考能力，同时学会在虚拟与现实之间找到平衡点，加强现实生活中的社交活动，保持对自我真实情感和需求的关注和探索。只有这样，才能在网络时代中保持思想的多元性和开放性，避免走向单向度化。

4.3. 教育部门及高校：增设相关教育课程，提供生长沃土

人们把批判性思维看作学习中不可分割的一部分，将其与解决问题并列为思维的两大基本技能[7]。在网络时代，教育部门和高校面临着培养学生批判性思维和多元文化理解的挑战。首先，高校应将批判性思维教育纳入课程体系，这不仅包括专门的批判性思维课程，还应渗透到各个学科的教学。例如，清华大学开设了“解决问题的策略和技能”选修课，旨在培养学生的自我监控能力和思维水平。在增设课程方面，建议设计一份“数字公民与批判性思维”的前置性课程大纲，可包括算法原理与认知偏见、信息茧房的识别与突破、网络社群中的身份认同与道德责任、事实核查与论证分析等主要板块。此外，高校应加强学生信息素养培育，将信息技术课程与信息意识、信息伦理等方面相结合，以全面提升学生的信息素养。同时，高校应推动落实信息技术课程，并将其纳入学业水平考试，以促进学生信息技术能力的提升。

在多元文化教育方面，教育部门和高校应重视文化理解和尊重的培养。这可以通过课程设置实现，如开设世界历史、国际关系、跨文化交流等课程，帮助学生更好地了解不同文化。同时，高校应加强师资队伍的国际建设，引进具有国际背景的教师，并提供跨文化交流培训，以提升教师的多元文化教学能力。此外，心理健康教育也是不可忽视的一环。高校应按师生比例配备专职心理健康教育教师，并建立心理健康教育教师教研制度，以加强对学生心理健康的关注与干预。通过这些措施，教育部门和高校可以有效地帮助学生规避“单向度”化的风险，培养他们成为具有批判性思维和多元视角的现代公民。

5. 结语

综上所述，互联网时代的大学生“单向度”风险真实存在，但这一风险并非互联网技术的宿命。值得注意的是，技术的负效应并不意味着个体只能被动承受其负面影响，本文避免将技术、学生、平台简

单地置于对立面，互联网在激发学生创造力、赋能个体成长、促进多元交流和社会参与方面发挥着积极作用，也有着诸多正面案例。“单向度”倾向的形成，并非技术、学生、平台之间简单的单向决定关系，而是多重因素在特定教育生态下交互作用的结果。避免走向单向度化的关键，不在于拒斥技术或限制使用，而在于构建一种能够“兴其利，避其害”的教育机制，既帮助学生识别和抵御信息的操控性力量，又充分释放互联网作为知识共享、创意表达和社会参与的赋能潜力。唯有在辩证视野中理解人与技术的关系，才能真正实现互联网时代个体全面发展与技术进步的和谐共生。

参考文献

- [1] 赫伯特·马尔库塞. 单向度的人[M]. 刘继, 译. 上海: 上海译文出版社, 2008.
- [2] 高金国. 信息茧房的要害在于“自缚”[J]. 青年记者, 2021(2): 127.
- [3] (加)马歇尔·麦克卢汉. 理解媒介[M]. 何道宽, 译. 北京: 商务印书馆, 2000.
- [4] 饶芳. 困境中的重构: 新媒体时代青年的理想人格构建[J]. 中国青年研究, 2016(5): 27-32.
- [5] 王慧芳. 信息茧房对微时代大学生信息阅读的负面影响[J]. 出版广角, 2018(2): 69-71.
- [6] 蒋沛燕. “信息茧房”的伦理风险及对策研究[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 武汉理工大学, 2022.
- [7] 陈琦, 刘儒德. 当代教育心理学[M]. 北京: 北京师范大学出版社, 1998: 167-173.