

# 算法推荐下大学生自我破解“信息茧房”负效应的路径研究

韩春雨 徐永军

长春中医药大学马克思主义学院 吉林长春 130117

**摘要:** 算法推荐是一种新型人工智能科技,在大学生群体中的广泛使用和用户主动进行信息选择,会不断加深“信息茧房”效应。在大学生群体中,由于大学生对网络媒介依附性强、处于价值观的形成期易受外界因素影响、辩证和创新思维能力较弱等特点使得破茧负效应加强。为规避破茧负效应大学生应发挥主观能动性,主动制造信息偶遇、提高个人媒介素养,规避伪信息茧房、夯实自身理论基础,筑牢主流思想根基、提升自我实践意识,积极参与社会生活,形成多方向协同的自我破茧新态势。

**关键词:** 算法推荐;信息茧房;负效应;自我破解

## 1. 大学生“信息茧房”负效应的实质

### 1.1. 信息茧房

“信息茧房”的概念最初是由哈佛大学法学院教授桑斯坦在 2006 年出版的著作《信息乌托邦》中提出:“公众只注意自己选择的东西和使自己愉悦的通讯领域。”<sup>[1]</sup> 比喻信息传播中受众只关注自己选择的内容、使自己能安慰和愉悦的传播世界,如同“作茧自缚的蚕”。当个人长期禁锢在自己所建构的“信息茧房”中,久而久之,个人生活呈现一种定式化、程序化,长期处于过度的自主选择,沉浸在个人日报的满足中,将失去与异质价值文化群体沟通并了解不同事物的能力,在长时间积累中为自己构建“信息茧房”。信息茧房不仅仅是信息泛滥的时代产物,更反映了信息技术对我们思维方式和行为模式的深刻影响。

### 1.2. 算法推荐为“信息茧房”赋能

随着数字信息领域的不断发展,人们整体信息空间中的信息总量急剧增加,信息过载现象日益严重,导致用户在处理相关信息之外的消息时显得力不从心。这时迫切需要一个对网络信息进行整合,可以针对不同人不同需求形成个性化、精准化推动的信息系统,可以帮助用户从海量信息中精准筛选出所需要信息,算法推荐被推出。这是一种符合信息发展的新模式,也是形成“信息茧房”的历史性前提。算法推荐是一种数学算法,通过对用户在网上浏览、搜索、评论等痕迹生成专属用户画像,向用户推送定制内容。现有的算法推荐模式包括基于内容的推荐和基于协同过滤的推荐,基于算法推荐模式是通过用户的偏好推荐相同类型的内容以

达到用户的满足。基于协同过滤的推荐是将持有相同观点或态度的用户互相推荐。两种推荐算法都是在有针对性地满足用户的需求,在信息库中筛选出愿意接受的信息。但这两种推荐算法在不断强调个人和群体效应,会造成个人或群体的偏好不断放大,对于异质观点产生排斥的心理,被自己形成的同类信息所包围,促使“信息茧房”的形成和发展。

### 1.3. 用户自主选择为“信息茧房”续航

用户在信息获取和利用过程中的自主选择是“信息茧房”负效应形成的重要因素之一。虽然个体在选择信息的过程中具有一定程度的自主性,但用户的选择性接触会不断使得“信息茧房”的壁垒进一步加重。选择性接触是指用户在网络搜索时会面临海量信息,但是用户选择信息时并不是不加以区分无差地选择,而是倾向于选择与自己既立场、态度一致的信息,并且对于与自己立场想左的信息加以回避。用户选择性接触会使用户信息获取得不全面、不准确,形成信息窄化或信息猎奇化。一方面,用户在做信息选择时,只选择自己感兴趣的信息或特定信息主体发布的信息进行浏览,对于自己不感兴趣或特定主体之外的信息视而不见,这会使用户的信息获取途径变得单一化。长此以往,在算法推荐的作用下,用户获取到的信息都是同质化信息,必然造成信息窄化。另一方面,“青年人特有的猎奇心理往往使他们对负面的信息更感兴趣”<sup>[2]</sup> 对劣质信息反而更加关注。在现实生活中,青年人对于网络上的八卦、负面信息的猎奇程度往往高于对于国家时事政治的关注,往往非主流的信息会更受青年人关注。所以用户的自主选择会信息接受的同质化

甚至扭曲信息的真实性，从而加速“信息茧房”的形成。

## 2. 算法推荐下大学生破茧负效应产生因素

“信息茧房”效应会带来信息窄化、信息封闭等负效应，所以破茧迫在眉睫，但大学生对网络媒介依附性强、处于价值观的形成期易受外界因素影响、辩证和创新思维能力较弱为破茧带来挑战。

### 2.1. 大学生对网络媒介依附性强

大学生通常会在社交媒体平台上花费大量时间，包括抖音、小红书、快手和微博等。大学生会频繁检查消息、更新状态、发布照片和与朋友互动，极大可能导致社交媒体成瘾。根据《第 52 次中国互联网络发展状况统计报告》显示：截至 2023 年 6 月，我国网民规模达 10.79 亿人，互联网普及率达 76.4%，其中 20-29 岁网民占比为 14.5%，由此可见我国大多数青年人都使用网络媒介。而我国网民的人均每周上网时长（人均每周上网时长：指过去半年内，网民一周七天平均每天上网的小时数乘以 7 天）为 29.1 小时，较 2022 年 12 月提升 2.4 个小时。由此可见，网民每天有 4.16 小时在上网，并呈现不断上升趋势。另一方面，大学生依赖网络媒介获取信息，包括学术资料、新闻、娱乐和生活技巧。网民多数会使用搜索引擎、新闻网站、博客和社交媒体来获取信息。我国搜索引擎用户规模达 8.41 亿人，较 2022 年 12 月增长 3963 万人，占网民整体的 78.0%。由上述数据可知，网络媒介提供了便捷、实时的信息获取方式，大部分的网民使用网络媒介进行搜索问题信息。随着通讯设备的发展，大学生对网络媒介的依附性越来越强。

### 2.2. 大学生处于价值观的形成期易受外界因素影响

价值观是个体基于主客观认知形成的价值取向，对个体的成长与选择有着深刻的指导意义。<sup>[3]</sup>而大学生是处于刚刚成年并刚刚脱离父母生活的重要阶段，因此培养其正确的价值观对于大学生成长成才至关重要。习近平总书记在全国高校思想政治工作会议上强调：“高校立身之本在于立德树人，”<sup>[4]</sup>而立德树人就是要帮助大学生养成积极向上的健康心理状态、坚定正确的社会主义核心价值观。但是随着算法推荐的不断进步，“信息茧房”负效应不断增强，深刻影响着大学生正确价值观的形成。一方面，在良莠不齐的网络环境下，在大数据算法推荐技术的不断精进，“信息茧房”会使得大学生认知出现文化割裂，导致出现主流文化与非主流文化并存的现象，而非主流文化以其标新立异的特点更吸引

大学生的注意力。而在这些非主流文化中往往蕴含着个人主义、享乐主义、权力至上、消费、躺平等负面观点，这些观点在大学生“信息茧房”中聚集，造成大学生认知逐渐窄化，导致个体价值观出现偏差。另一方面，在信息茧房中，大学生接触到的信息往往受到算法推荐和过滤的限制，可能会导致大学生形成狭隘和偏见的观点，而未能全面理解不同观点和文化的多样性。大学生未能真正体验到多元化社会的复杂性，这对于大学生的成长和发展可能构成潜在威胁。

### 2.3. 大学生的创新思维能力较弱

对于大学生而言，创新性思维较为重要。习近平总书记指出：“生活从不眷顾因循守旧、满足现状者，从不等待不思进取、坐享其成者，而是将更多机遇留给善于和勇于创新的人们。”<sup>[5]</sup>总书记的话深刻阐释了创新性思维的重要性。而在算法推荐的智能时代，个性化的信息推送虽然摆脱了信息过载的问题，但是随之而来的大量的同质化的信息和观点使大学生的思维活动局限于固定的思维空间内，限制了大学生接触多元化信息的机会。大学生在面对网络上的海量信息，大学生不仅要学会筛选、辨别出有用信息，同时还应该学会如何使用现有信息创造出新的信息和新的知识。往往只会看到与自己观点相符的信息，享受片面的信息带来的愉悦感，而不容易接触到不同的观点和思想，不利于培养学生的发散思维和创新能力，不断造成认知窄化，导致认知的片面性和局限性，限制自己创新创造的能力。

## 3. 信息茧房负效应自我破解路径

“信息茧房”的负效应对大学生的影响深远，需要多方合力帮助大学生破茧，在破茧过程中大学生要不断发挥主观能动性，主动制造信息偶遇、提高个人媒介素养，规避伪信息茧房、夯实自身理论基础，筑牢主流思想根基、提升自我实践意识，积极参与社会生活，早日破茧成功。

### 3.1. 发挥主观能动性，主动制造信息偶遇

大学生“信息茧房”效应是由于算法推荐下大学生常根据自己的偏好对信息进行过滤和筛选产生的，而破解“信息茧房”就要在帮助大学生充分认识自身身处“信息茧房”效应的前提下，不断增强大学生的主观能动性，增强内生动力，自觉扩大信息接受渠道，树立科学信息意识、提升信息利用能力，发挥自身理性自觉，不断规避“信息茧房”负效应侵蚀。一方面，随着网络环境的高速发展，社交媒体成为许多人获得信息的首选渠道。因此，大学生应清醒认知自己

处于“信息茧房”环境中的弊端，并具备自我意识想要打破现有的局限性的主动性，主动在社交媒体与传统媒体之间取得平衡，综合使用电视新闻、政府官方网站、广播等多种互联网手段，多渠道接收信息，打破信息窄化桎梏，增加信息偶遇机会。另一方面，大学生应该不断努力提高信息处理和分析能力，面对不同渠道搜集到的海量信息，大学生不仅要清楚了解信息的来源，还要学会如何理性地处理信息，不盲从算法推荐，而是自主思考，对信息进行深入的分析和评估，不受极端观点的影响。

### 3.2. 提高个人媒介素养，规避伪信息偶遇

媒介素养是人们认识、评判、运用传媒的态度与能力，直接反映出人民面对媒体的选择能力、质疑能力、思辨性反应能力等。大学生陷入“信息茧房”的原因多是由于大学生个人媒介素养不足导致，大学生针对网络上海量信息缺乏甄别能力，目的是要寻找有用信息，但实质处于被动盲目地位。因为所接触到的信息是被算法推荐计算过带有个人偏好的内容。而破解大学生“信息茧房”负效应需要从认知、方法、评价等维度展开。首先，大学生需要积极提升甄别信息的能力，不轻信不负责任的信息，应该学会辨别真假信息，了解信息传播的背后动机，并保持批判性思考。其次，适度减少对社交媒体和网络新闻的依赖，增加与传统媒介的互动，如阅读报纸、杂志、书籍等，以获取更广泛和深入的信息，减轻信息茧房的影响。最后，破解大学生“信息茧房”负效应要不断激发大学生对美好生活的热爱和憧憬，让大学生懂得运用传统媒介和社交媒介不断发展自我，不在局限于算法推荐下的信息，而是学会获取多元化信息内容，加强对于信息的辨别能力。

### 3.3. 夯实自身理论基础，筑牢主流思想根基

大学生在算法推荐下产生的“信息茧房”效应中，每天接触大量的娱乐信息和一些网络思潮，尤其是借助网络环境对大学生进行思想入侵的外来文化、西方文化，其中包含了大量的利己主义、个人主义、摆烂等不良思想。因此对于大学生来讲不断夯实自身理论基础，切实增强抵制外来不良文化侵袭的能力，树立正确的思想观念，不断增强辩证思维和理性思维尤其重要。首先，大学生应该大学生应积极参与政治理论学习，自觉加强对于马克思主义理论的学习，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引，通过新闻联播、官网信息等多关心国家大事、了解国家政策和核心价值

观，以保持对社会和政治事件的理性看待，不受极端观点的影响，形成坚定的政治社会共识，增强个人的政治意识和政治观念，坚持社会主义核心价值观的引导。另一方面，要在生活中不断夯实主流思想，自觉树立正确的价值观念，将社会主义核心价值观的全部内容融入日常生活中，在生活中营造风清气正的良好氛围，并自觉做中国特色社会主义的建设者和可靠接班人。

### 3.4. 提升自我实践意识，积极参与社会生活

随着互联网和数字技术的迅猛发展，大学生们常常陷入信息过剩的境地，而丧失了与现实社会相互连接的能力，大学生自我破解“信息茧房”是当今社会中一项重要而迫切的任务。因此，大学生们需要不断提升自我实践意识，积极参与社会生活，以应对这一挑战。首先，要提升自我实践意识，这也是打破“信息茧房”的重要一步。大学生们应该意识到，在课堂之外的现实生活中，可以获得更多的知识和经验，认识来源于实践，只有在实践中才能获得真理，不断将理论与实践相结合，在实践中运用真理指导实践。其次，积极参与社会生活也是十分重要的，大学生不应该局限于虚拟世界，而应该主动参与社会生活，例如参加社会活动、俱乐部、学生组织、公益活动等。这类活动有助于大学生建立社交关系，拓宽视野，增强社会责任感。大学生应该融入社会，与社会各方面人群互动，了解社会问题和挑战，推进实践基础上的理论创新，在实践中总结事物发展规律，以新的理论更好地指导实践。

### 参考文献：

- [1] 凯斯·桑斯坦. 信息乌托邦：众人如何生产知识 [M]. 毕竞悦，译. 北京：法律出版社，2008.
- [2] 张正光. 提升思想政治教育亲和力的有效路径 [J]. 思想理论教育导刊，2017(05): 139-141.
- [3] 韩俊，张同舟. 网络圈群文化视域下大学生社会主义核心价值观教育探析 [J]. 现代职业教育，2023,(30):37-40.
- [4] 习近平. 把思想政治工作贯穿教育教学全过程 开创我国高等教育事业发展新局面 [N]. 人民日报 2016-12-09(01)
- [5] 中共中央文献研究室. 十八大以来重要文献选编(上) [M]. 北京：中央文献出版社，2014:279

### 作者简介：

韩春雨（1997—），女，汉族，吉林省长春市，马克思主义学院 2022 级研究生，研究方向：马克思主义中国化；

徐永军（1974—），男，汉族，吉林省长春市，教授、研究生导师，法学博士研究生学历，研究方向为马克思主义中国化与马克思主义理论教育教学。（吉林 长春 130117）

本文系吉林省高教学会高教科研课题“大学生“信息茧房”的深层逻辑及其自我破解的精准路径研究”（项目编号：JGJX2023D205）研究成果。