

## 让教育通过情感抵达每位学生的内心

# 治愈系！上外老师这堂课“破圈”了



上海外国语大学新闻传播学院广播电视系主任高凯博士最近主编了一本书，名为《透过屏幕的情感：社交媒介如何影响我们的情感世界》。书中收录的32篇学生作品，都是他所开设的“数字媒体与社交网络”课程班学生所讲述的真实情感和故事。这堂课上，高凯会鼓励学生们勇敢讲出他们的心理话，陪伴他们一同走过这段关于青春、成长和情感的人生旅程，引导学生透过各自不同的人生经历，挖掘出更深层次的问题，共同探索、不断思考。这本历时一年半终获出版的小书，也成为师生间双向奔赴的最好见证。

青年报记者 刘晶晶

### 以情感为切入记录学生真心

“数字媒体与社交网络”是高凯为上外新闻传播学院本科生开设的一门专业方向课。学生们都说，在他的课堂里，没有生硬的对错评判，没有狭隘的好坏区分，所有真挚的表达与真情的流露都被视作珍贵的思想结晶，得到充分的尊重与接纳。这种“安全、舒适、开放、包容”的课堂氛围，拂去学生心中的顾虑与胆怯，使他们的心路逐渐开阔。

随着与学生们的互动交流日益增多，高凯发现真正能够触动他们内心的，往往是那些与自身情感息息相关的议题。于是他将课程重心进一步聚焦，以当代大学生的情感经历为切入点，深入探讨社交媒介如何塑造人们的情感世界。

而这一改变为课堂注入了新的活力，学生们变得更加积极主动，他们热衷于分享自己在社交媒体上的亲身经历，坦诚地讲述在数字世界中如何缔结、呵护乃至割舍各种情感纽带的真实故事。这些故事，有的温馨动人，有的充满曲折，但每个都透露出深沉而真挚的情感，以及对生活的独到见解。正是透过这些故事，传统课堂中人与人之间交流的藩篱被打破，课程班的每一名学生都能如此真切地被看见、被支持。学生们的真心就这样在高老师的课程中被“一笔一划地记录下来”。

这本书一经上架广受好评。在新书分享会现场，著名音乐广播节目主持人罗毅与大家分享她在阅读过程中产生的感动：“有些同学的文笔很动人，给我留下了很深的印象，让我想要反复阅读。”她表示，在当今这个时代，这本书把大家的生命中一部分赛博遗产变成了白纸黑字，这是件“极致浪漫的事”。

### 在课上感觉被治愈了

“这门课、这本书，本身就是我们的生活，我如今走的每一步都是印证。”课程班学生夏梦露这样表示。在她心中，这门课真正走进了她的生活。“我感受到这门课在我生活中的延续，结课后当我开启一段网恋时，我一下子就想到了这门课，我感受到我的生活与这门课形成了一种完美的闭环。”

不少同学评价高老师的课程为“治愈系课程”，而在学生评教环节，更是取得了100%的满分佳绩。对学生而言，这门课更像是一个心理咨询师，引领他们探索如何与情感相处，慢慢学会如何去理解他人，去学会如何去爱与被爱。

“我觉得不能仅仅把这三个月定义为一门课程，这还是一段我大学期间印象最深刻的沟通交流，一场奇妙有趣的思想旅行，一场洞悉生活、反思自我的深度思考。”课程班同学焦心悦认为，这门课让她重新审视了亲



“数字媒体与社交网络”课程班学生和高凯老师合影。

本版均为受访者供图

密关系，也重新寻找了自我，三个月的学习时光是她最难忘的课程体验。课程班同学张君仪则补充道：“感谢高老师告诉我们‘珍惜所有自己的想法，应该认为自己最重要，也要看到自己的闪光点’，我确实感知到自己心中有更多东西被种下了。”

### 毕业后依然念念不忘

在学生心中，高凯老师的课程不仅治愈着课堂上的他们，更是支撑他们走好人生之路的力量源泉。那份课堂中的感动始终悠长且动人。

已毕业的上外学生刘心雨

说：“毕业后，每当我感到落寞时，我都会想起高老师对我说的那句‘我们仍在共享同一个世界’，这句话像一个无形的精神支柱一直支撑着我一路向前。”刘心雨是高凯老师第一届研究生课程班的学生，在新书分享会时返校是想送给高老师一份惊喜，“今天重回母校看到学弟学妹，很是羡慕，他们还能继续上高老师的课，而我已经毕业。但我知道只要回到上外就能看到高凯老师，在他的课堂上还会有和我们一样的一群学生。有这样一群有爱的人存在，本身就能给到我力量。”

“数字媒体与社交网络”课程班的何承锐表示：“课上谈到的话题一直都在生活中启发我思考，现在在社交媒体上点赞、评论都会情不自禁去想是什么驱使我这样做的。特别是老师启发了我，用已学知识不断与自己和解，去‘平静地生活’。”

上海交通大学智能传播研究院院长李本乾教授认为：“情感即教育，屏幕即情感。”他表示，这门课实现了对教学方法的创新，让教育通过情感抵达每名学生的内心，同频共振，同堂共情，让大学课堂重新“活”起来。

## 怎样让青年公益人才茁壮成长？

### 华东师大试水了一门特别的“生涯课”



同学们开展课堂讨论。

青年报记者 刘昕璐

本报讯 策划阅读活动、管理爱心暑托班……临近岁末，华东师范大学光华书院试水了一学期的公益生涯课画上句点，课程外更结

出了暖心“果实”——多名学生与公益组织负责人结对，在公益实践中主动服务、破界学习，为自己的生涯发展打开另一种可能。

“我深刻感受到公益的意义和自己所学专业的社会价值”

“我见到了许多对公益满怀热忱的公众，不仅对公益行业有所了解，更加深了对自己的认识”……这是参与公益课后华东师大学子的切身体会，他们在公益实践与生涯体验的交互中扎根真实社会，提升自我认知和社会认知，培养公益品格。

陈致懿同学参与了上海益优青年服务中心“来自大山”项目，她的任务是少数民族孩子在上海的夏令营和民族汇演提供坚实的后勤保障。“这不仅仅是对我的一次工作挑战，更是我与项目共同成长的机会。”她在实习后满怀热忱地说道。

实际上，这门贯穿一学期的“生涯课”，除了突出实践特色为学生提供公益实践的平台外，还融入了理论讲授、案例分享等微课，并持续在光华书院开展，希望以此为契机，以公益育人的方式为学生打开更广阔的成长机会，

在关注社会议题中找到自己的兴趣，发展和培育出公益团队来。

那些参与公益实践的同学们也化身“小导师”，与公益行业前辈们一同面向大一新生，继续传递着公益理念和公益体验中的故事，带领更多新同学启蒙生涯成长路径。

从担任志愿者到成立自组织，从华东师大的学生到成为公益组织的创始人，上海闵行区团起青少年服务中心理事长崔乾临为同学们讲述他在求学生涯中的公益历程。“公益服务有着因为自己的热爱去做利他工作的可能、让自己所学知识在公益的田野里发光的可能、让我们的大学生涯更加快乐的可能、尝试做一次项目发起人的可能。”上海多阅公益文化发展中心理事长周洋这样启发同学们。

“公益体现着‘大爱’的情怀，也可以成为同学们生涯发展的一

种选择或生涯历练的一类渠道，为促进自由而全面的发展提供更多可能。”公益生涯课的发起人之一、华东师大光华书院辅导员杜源恺说，“我们以培养学生公益品格、提升学生社会与情感能力为导向，将公益理论课、实践课、研讨课相结合，创新公益实践体验、项目共创，不断汇聚着公益的热爱者和践行者，着力为学生打开生涯发展的不同可能。”

华东师大光华书院副院长谢雨杉告诉记者，光华书院将“人际交往与情感力”“主动服务与领导力”等作为养成教育的目标能力，发挥公益组织和项目特有的育人价值，注重学生的体验式和实践性成长，开展了卓越公益人才成长计划、科学传播人才成长计划、沪澳大学生数智社会公益创新训练营等一系列项目。未来，学校还将持续为推动卓越公益人才培养探索新的路径。