

2017 即将完结, 你的 flag 怎么样了?

实习记者 / 艾楠涵 何斌

无论是朋友圈还是在日常沟通, 经常能用到“我设立了一个 flag”的语句。实际上, flag 本是计算机语言编程概念, 网络的传播使其有了新的含义——小目标。2017 年就要过去了, 相信每个人都曾在这一年中立下过或大或小、或多或少的 flag, 那些 flag 后来怎么样了? 是事与愿违, 还是梦想成真了呢?

那些事与愿违的 flag

我一定要早睡!
毛小鱼同学希望将生活划分为一个一个个可完成的 flag, 借此激励自己有条不紊地学习和生活。于是在她刚进入大学的时候就立下了一个早睡早起的 flag。

我想在大学里保持规律作息, 过上健康的生活, 早睡早起是所有 flag 的基础。”初定计划的毛小鱼 flag 满满。

毛小鱼曾经的确认真地遵照 flag, 每天早上七点起床, 晚上十点睡觉。但是时间不长, 这个 flag 便自己倒了, 小鱼早上直接睡到上课前半小时才手忙脚乱地起床, 晚上十二点依旧磨磨蹭蹭不想睡觉。

谈及原因, 她抓了抓自己日渐稀疏的头发, 略显苦恼地说: “没想到上了大学的事情这么多。作业、学生工作忙来忙去, 再加上睡前总要奖励自己放松一下看会儿手机, 这样一来就很少能在十二点以前睡觉的时候。我也知道熬夜的危害很大, 但是想要做到早睡早起真的太难了。”毛小鱼曾于餐桌上早睡早起的 flag, 说道: “本来以为把目标列出来会激励自己, 但是感觉反而让我有了种‘就算没早睡早起, 好歹我曾经立过 flag’的想法。”

在南开的校园里, 像毛小鱼同学这样把早睡早起当成一个小目标的人还有不少。总在朋友圈或者其他地方看到诸如“我今天晚上一定要十一点之前睡觉”的话, 但是真正做到的又有多少呢? flag 似乎在毛小鱼一样的同学身上并没有发挥它作为一个小目标的激励作用, 反而成为一种心理暗示, 使自己形成一种“不管结果怎么样, 至少我曾经立过 flag 就算是努力过了”的心理, 从而使自己懈怠, flag 也因此倒下。

我要打卡背单词!

英语期末考、四六级、托福雅思……英语对于每一个大学生来说都非常重要。在这种情况下, 英语成绩平平的李燃同学立誓努力学习英语。在老师同学的建议下, 李燃同学打算

从词汇量的增加做起, 打牢基础, 稳步提高自己的英语水平。”

李燃同学每周立了个每天背单词的 flag, 并通过腾讯单词、百词斩等 app 的打卡功能来监督自己每天完成计划。开始几天坚持得很好, 把打卡的结果分享出去之后, 我获得的成就感也很大。于是, 李燃停顿了一下, 颇为无奈地展示了一下这个月空了一个月的打卡日历, “后来有一天忙得忘了打卡, 便开始给自己找各种借口, 像‘今天太累了, 休息一天没什么’之类的, 然后就过到现在这个样子。有时候我也会想问自己, 为什么 flag 没有完成。”

短暂的坚持打卡可能非常容易做到, 但长期坚持下去, 成就感总会随着时间的流逝而逐渐消退, 而惰性则会随着时间的流逝而增长, 像背单词这样很难坚持到成功的事情, 我们很容易感到懈怠, 最终放弃, flag 自然也倒下了。

除了这些, 还有……我今天一定不玩游戏! 我要每天坚持跑步减肥! ……

类似早睡和背单词这样事与愿违的 flag 还有许许多多, flag 已经立起来了, 但如果只是一味地嘴上说说, 每天在拖延症和惰性的驱使下放纵自己, 那么 flag 必倒无疑, 结局一定是事与愿违。

那些愿望实现的 flag

我要上南开!

程见复同学从小一直崇拜着周恩来总理, 佩服周总理在国际外交事务上的睿智, 感激周总理在国内的辛劳。高二的时候, 她在自己心里立下了一个 flag: “我要考上南开大学! 我要成为周总理的小学生!”

于是她把“南开大学”四个字写在了自己的桌子上, 每天不论是上课还是下课都要看这四字, 借此来激励自己努力学习。此后的每一天, 她把高考放在第一的位置上, 心中默念着“南开大学”, 不断借此激励自己, 心无旁骛地认真学习。终于, 她在高考中成功考出好成绩, 来到了南开大学, 实现了自己的愿望, 收获了很大的成就感。实现 flag 的美好, 也激励着她不断努力下去。

和立志早睡的毛小鱼一样, 程见复也想立 flag 发挥它的激励作用, 也都采用了贴小纸条的方法来激励自己。但是在俩人的结局却大相径庭, 究其原因, 在程见复的 flag 给了她积极的心理暗示, 给了她不断坚持努力下去

去的动力, 因此她的愿望得以实现。



我要靠自己赚钱旅游!

“我一直有一个愿望, 就是想自己独立赚到一笔钱, 然后坐飞机去自己想去的远方旅游一次。”陈畅的心里一直渴望着独立与自由, 于是他把要独立赚钱旅游的 flag 当成自己的一个小目标, 并不断寻找契机。在今年的暑假, 高考过后的他成功找到了一份家教的工作。通过一个月辛苦地奔波, 陈畅成功拿到了人生中的第一份属于自己的工资。利用这笔不算太少的钱款, 陈畅按照自己的心愿享受了一场快乐的旅行。

提到了完成心愿的感慨, 他说: “在自己的努力下完成了自己的 flag, 最大的感觉就是开心吧, 非常有成就感。”这种成就感, 也将不断激励着他继续努力下去, 不断实现自己的 flag。

我想说, 我要加入自己喜欢社团! 我要说! ……

像这样的 flag 还有很多很多, 俗话说的好“光说不练假把式”, flag 也是如此。既然自己已经立了 flag, 就意味着决心要做好一件事, 并为此付出努力, 那么 flag 定可以成功的实现。通过实现 flag 而不断收获的成就感也将激励着你继续努力。如果觉得自己努力实现比较困难, 那么不妨找上几个小伙伴一起, 互相监督互相鼓励, flag 一定能屹立不倒。

你是否对即将到来的 2018 年有些许期许或者目标呢? 你是否有想在 2018 年立的 flag 呢? 无论你的回答如何, 希望 2018 年的你的 flag 都不会倒, 你的心愿都能实现。

图 1 你现已完成并预计打卡多少公里了? “你已经在累计打卡多少公里了?”这一问题的统计结果显示, 问卷填写者中, 已完成路程未到达 50 公里的学生高达 61%, 同时, 只有不到一成的同学已完成任务(跑步公里数达到 90 公里以上)。

图 2 打卡次数有多少? 有关打卡次数的统计结果显示, 有七成以上受访者打卡次数低于 15, 学生们打卡次数集中于 5-15, 约四成学生打卡次数在这个区间内。

根据以上两个统计结果, 我们基本可以看出, 这几个月中, 学生的任务完成情况并不算高。基于此, 我们说

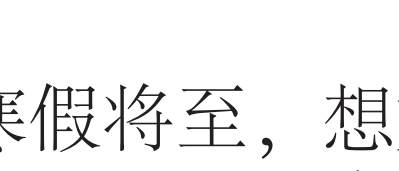


图 3 你觉得打卡完成的任务合理吗? 不过, 也有相当一部分学生表示任务是能完成的。问卷结果显示, 44.5% 学生认为“努力一点还是可以”, 加上认为“太多了”的 1.4% 学生比例, 45.9% 的总占比与认为“任务完不成”的占比基本持平。学校定下的满分标准有一定挑战性。

关于刷题, 他们还说……实际上, 对于使用代步工具的行为, 不少同学并不反感, 甚至将其作为工具“合法化”的认为。部分学生认为, 计公里数不一定非要跑步, 骑车、增重等方式其实都可以, 可以通过增加骑车的方式平衡运动量。有同学表示: “骑车也是一种锻炼身体方式, 或许可以改成骑车两公里与跑步一公里的对等。”

两个月前, 南青做过有关体育的线下问卷调查, 我们从将近 300 名受访学生对创意 APP 的评分中计算出 5.94 分的平均分(满分 10 分), “计不上步数”“闪退”等问题被频频提起, 而这将近 300 名没接受调查的学生中有 36 人表示自己从未遇到过问题。

本次线上调查中, “闪退”“计不上步数”等问题依旧存在。一位同学无奈地说: “希望不要有太多影响体验的 bug”“不过, 随着 APP 的不断更新和人工后台的协助, 本次调查中, 学生对创意 APP 的抱怨之声比体育竞赛类刚实行时小了很多。”

刷题考核实行中存在的问题不只有关问卷调查中囊括的这一部分, 但由统计结果仍可看到学生的一些态度、看法和他们指出的问题。教育改革在不断推进着。旧问题在大家的关注下得以消减, 新问题又在各个方面萌生, 需要改革主导者的不断引导和参与者的耐心共同解决。

创意刷题将在约一个月后上交主体的答卷, 那么今天, 你的答卷完成了多少?

图 4 在你完成打卡路程中有划水情况存在吗? 受访学生中, 只有不到三成的学生在做任务时一点也没有划水, 而 70.6% 的学生在刷题时或多或少划过水, 不过这约七成学生中有恰好一半表示自己已在完成的打卡路程中只有“很少一部分”存在划水情况的, 在总人数中占比 35.3%, 加上“一点也没有”划水的 29.4% 的学生, 实际上有 64.7% 的受访学生在刷题过程中是基本不划水, 主要靠自己的力量的。当被问及划水的原因, 学生回答最多的理由是“确实太忙了, 没时间跑”, 占比 37.6%。

第二大因素是“跑累了太累”, 想放松自己”。有同学抱怨道: “每天都要熬夜写作业两点睡, 跑步太久真

学期余额不足一月, 你的创高刷完了吗?

记者 / 刘文洁 制图 / 刘文洁

计了一些问题以调查原因。

满分标准是否太高?

50.5% 的学生认为学校定的任务“不合理, 太多了, 完不成”。其中, 很多人觉得这个难以完成的任务和季节有关, 冬季的冷空气和雾霾实在不适合跑步, 而 100 公里的任务放在这个大部分学生是冬季的学期来完成并不合理。

有不只一位学生表示, “冬天气温太低, 天气变冷雾霾天不宜跑步, 建议冬天和夏天里程数不一样”, 应该“根据季节天气减少任务”。

而跑完后的身体不适也为一部分同学带来了困扰。一位学生留言说: “如果天没那么冷, 我还是愿意去跑, 但是天又冷, 风又大, 跑起来太辛苦了, 跑完水管不舒服, 会一直咳嗽, 起码要一两个小时才能缓过来。”

通过交叉分析, 我们发现, 认为创高存在划水 bug “当然是好事”的学生占比和划水次数(区间值)的大小呈正相关关系。

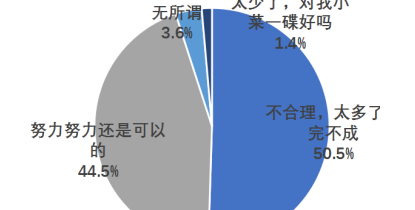


图 6 你觉得创高存在 bug 让学生可以划水你是否好理解? 图 7 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 8 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 9 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 10 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 11 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 12 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 13 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 14 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 15 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 16 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 17 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 18 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 19 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 20 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 21 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 22 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 23 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 24 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 25 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 26 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 27 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 28 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 29 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 30 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 31 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 32 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 33 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 34 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 35 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 36 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 37 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 38 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 39 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 40 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 41 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 42 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 43 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 44 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 45 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 46 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 47 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 48 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 49 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 50 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 51 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 52 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 53 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 54 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 55 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 56 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 57 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 58 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 59 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 60 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 61 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 62 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 63 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 64 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 65 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 66 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 67 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 68 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 69 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 70 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 71 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 72 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 73 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 74 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 75 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 76 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 77 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 78 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 79 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 80 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 81 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 82 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 83 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 84 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 85 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 86 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 87 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 88 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 89 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 90 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 91 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 92 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 93 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 94 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 95 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 96 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 97 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 98 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 99 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 100 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 101 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 102 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 103 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 104 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 105 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 106 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 107 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 108 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 109 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 110 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 111 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 112 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 113 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 114 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 115 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 116 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 117 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 118 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 119 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 120 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 121 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 122 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 123 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 124 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 125 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 126 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 127 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 128 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 129 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 130 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 131 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 132 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 133 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 134 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 135 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 136 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 137 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 138 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 139 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 140 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 141 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 142 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 143 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 144 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 145 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 146 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 147 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 148 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 149 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 150 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 151 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 152 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 153 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 154 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 155 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 156 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 157 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 158 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 159 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 160 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 161 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 162 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 163 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 164 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 165 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 166 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 167 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 168 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 169 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 170 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 171 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 172 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 173 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 174 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 175 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 176 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 177 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 178 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 179 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 180 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 181 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 182 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 183 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 184 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 185 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 186 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 187 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 188 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 189 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 190 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 191 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 192 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 193 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 194 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 195 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 196 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 197 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 198 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 199 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 200 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 201 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 202 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 203 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 204 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 205 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 206 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 207 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 208 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 209 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 210 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 211 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 212 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 213 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 214 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 215 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 216 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 217 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 218 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 219 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 220 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 221 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 222 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 223 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 224 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 225 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 226 你认为创高存在 bug 是否合理?

图 227 你认为创高存在 bug 是否合理? 图 228 你认为创高存在 bug 是否合理?