



# 网络时代与“手机自我”

王俊秀

【摘要】从1G时代到4G时代，人们越来越离不开手机，手机已经从沟通工具演变为一种生活方式。在拉近时空关系的同时，手机也拉开了人际距离。在实现“身披全人类”梦想的同时，手机也导致了“自恋流行病”的产生，这一现象值得我们深思。

【关键词】网络时代 时空关系 沟通方式 【中图分类号】G20 【文献标识码】A

## 随着通讯技术的变革，人们对手机的依赖性越来越强，并逐步建立了“手机自我”

可能没有人否认，自己和手机越来越亲密了，人们在手机上消耗的时间在不断增加，手机上的应用越来越多。可见，手机已成为人们日常生活中最重要的、无法离开的随身物品之一。

对于中老年人来说，他们亲身经历了手机从第一代（1G）到第四代（4G）的变化，以及这一变化过程中人们的生活方式和心理、行为的改变。如今，5G时代即将来临，第五代移动通讯将会给人们的生活带来怎样的改变？这一定是超出普通人想象的。回首1G时代到5G时代，短短三十多年带给人们生活的影响是出乎预料的。从移动通讯产生的1G时代，到已经进行试运行即将开启的5G时代，一方面反映出通讯科技的不断进步，另一方面也展现出中国通讯科技和中国经济的快速发展。

模拟技术的一代移动通讯产品，例如“大哥大”，因为使用价格高昂很难进入寻常百姓家。在那个时代，还有另外一种过渡品——寻呼机，通讯还离不开刚刚进入家庭的固定电话。因此，1G时代被人们称为语音时代，移动电话也仅是移

动的电话机，通话几乎是其唯一的功能。

进入2G时代，数字技术的使用让手机更便于携带，使用成本的下降使得手机很快进入了百姓的生活。除了通话功能外，2G手机还增加了短信、简单的WAP网页浏览，以及拍照、音乐播放和游戏等功能。由于网络流量费用很高，很少有人用手机上网，这个时期的通话费用也不低，于是每条1毛钱的短信成为人们经常使用的沟通方式。因此，2G时代也被称为文本时代。这个时期产生了另外一种非沟通的表达方式——短信段子，一些搞笑、嘲讽的热门段子由此在手机之间传播，并逐渐产生了文本形式的资讯推送和获取方式，如手机报、文本格式的小说等。但受限于网络 and 手机技术，这个时期手机的功能依然有限，应用范围也较为狭窄。

3G手机的出现带来了革命性的变化，这一变化是以互联网的快速发展为动力的。因此，这一时代可以称为网络时代。网络容量的增加、网速的提升使得手机浏览网页变得流畅，电子邮件办公、音乐和视频下载也随之流行起来，QQ、微信等社交应用软件开始流行和普及。移动网络功能满足了人们日常工作、学习、社交的需要，手机成为人们不可或缺的生活工具。

4G时代被称为视频时代，更快的网络速度、更高的网络质量、更低的网络费用使得以网络购物、网上支付等为代表的手机消费大受欢迎，越来越多的用户和商家在网络平台聚集，手机进入了生活的各个领域，彻底重塑了人们的生活形态，重置了人们的生活方式，也在悄悄改变着人们的心理和行为。可以说，人们生活在手机上，并正在建立“手机自我”。

## 手机最大限度地满足了人们交流的需要，却又拉开了人际距离

自古以来，沟通和联系始终是人类社会的基本需要。在



传统社会，人口流动性很小，活动范围不大，一个家庭和家族往往生活在同一个地方，或者相邻的地方，人与人的交流多以面对面的形式进行，话语成为人际交流的唯一方式。传统社会也有在外赴任、去异地他乡谋生的人，与家人、朋友分离后，最主要的联系方式就是书信。受路途、气候、时局等因素的影响，这样的沟通非常不容易，例如唐代诗人杜甫就在《春望》一诗中写道，“烽火连三月，家书抵万金”。现代科技催生了新的沟通方式，实现了即时沟通，但电话的普及速度并不快。直到20世纪90年代，书信依然是一种重要的人际联络方式。


从人类历史的长河看，人际沟通方式的发展是缓慢的。从原来双方在场的面对面交流，到艰难实现鸿雁传书的双方不在场的交流，再到科技的进步使得不在场的双方可以通过固定电话实现语音即时交流，人类的沟通质量有了显著的跃升。这虽然是人类社会的巨大进步，但依然摆脱不了电缆的束缚。2G时代的到来，让人际沟通实现了时时“在线”。从“在场”沟通到“在线”沟通，再到即时“在线”，人和人的时空距离从来没有这么近过。例如飞机降落，人们纷纷打开手机给家人报平安，便利的通讯方式能够带给人们安全感。到了4G时代，人们虽身在异地，也可以进行视频通话，实现了虚拟的“在场”。

与此同时，人与人面对面的交流却越来越少。麻省理工学院心理学教授雪莉·特克尔认为，“人们通过移动设备把自己牢牢地拴在网络上，从而获得自我的新状态。第一种状态是‘逃离现实世界’：也许他们正在你身边，但他们的精神已经游离到了另一个世界”。她指出，“现如今，人与人之间的联系并不取决于我们之间的距离，而是取决于我们可以使用的交流技术。大多数时候，我们随身携带着这些科技手段。事实上，孤单也许看起来更像是群聚的前提，因为当你心无旁骛地、不受干扰地盯着你的屏幕时，可能更有利于交流。在这一套新规则里，一个火车站（又比如一座飞机场、一间咖啡馆、一所公园）不再是一个公共场所，而是一个社交聚集之地：人们在此相聚，但并不相互交谈。每个人都‘拴’着一台移动设备，这台设备就像一扇大门，使他们与更多的人和地方联系在一起”。

的确，在众多的联系方式中，我们往往会根据不同的关系选择安全感最强的方式，人们直接电话联系的频率大幅下降，打电话前可能需要通过短信和微信确认一下，避免突兀。手机拉近了时空距离后，人们获得了联系的自由，但还是希望保持独处的空间。

## 手机实现了“身披全人类”的梦想，却产生了“自恋流行病”

德国著名哲学家阿诺德·盖伦在讨论人类技术进步的社会心理问题使用了“器官代替”的概念，这类似畜力代替人力，机器代替畜力，通过使用代替技术完成了超越个体器官潜力的事情。著名传播学家麦克卢汉从传播学角度阐述了人体机能扩展的思想，在他看来，任何发明和技术都是人体的延伸，电子技术使人延伸出活生生的中枢神经系统模式，他有一句名言：“在电子时代，我们身披全人类，人类就是我们的肌肤。”4G时代的手机基本上实现了麦克卢汉所说的“身披全人类”的梦想。手机集成了大量的应用功能，取代了照相机、摄像机、银行卡、公交卡、会员卡，等等，成为生活工具的集大成者，给了人们无限的便捷和无穷的底气。

也许是源于“身披全人类”的自信，“自恋文化”开始流行。4G时代的手机为分享和自我表现提供了便利，人们逐渐把现实中的自我和手机中的自我分开，许多人的“手机自我”表现出“自恋流行病”。某些手机因为美颜功能强大而大卖，许多人陷入虚拟游戏而痴迷于体验“双重人生”。一些人在微信朋友圈发出经过美颜的照片，炫耀自己的高档消费，在小视频中分享自己的旅行生活，把经过整饰后的生活展现出来，希望得到别人的点赞。正如雪莉·特克尔所说，“自恋时并不是指那些爱自己的人，而是指脆弱的个性，拥有这种个性的人需要源源不断的外界支持来进行自我确认……自恋者仅以量身定做的表达来与别人交往”。

（作者为中国社会科学院社会学研究所社会心理学研究室主任、研究员、博导）

【注：本文系国家自然科学基金重大项目“社会心理建设：社会治理的心理学路径”（项目编号：16ZDA231）的阶段性成果】

### 【参考文献】

- ① [美] 雪莉·特克尔著，周适、刘菁译：《群体性孤独：为什么我们对科技期待更多，对彼此却不能更亲密？》，杭州：浙江人民出版社，2014年。
- ② [加] 马歇尔·麦克卢汉著，何道宽译：《理解媒介：论人的延伸》，北京：商务印书馆，2000年。

责编 / 王妍卓 美编 / 李祥峰