Does social media cause people to lose empathy for others?

Introduction

随着智能手机的普及，社交媒体很大程度上成为了人们（尤其是年轻人）沟通情感、了解世界的主要渠道。在这个时代背景之下，人们面对面的交流便略显格格不入，表情、肢体语言等可以辅助传达感情的非语言媒介也因此被限制，人与人之间的交流相较之前或许会显得更加冷淡。在这种情况下，一个严重的社会现象应运而生，社交媒体是否让人们渐渐对他人失去了同理心？

Main

社交媒体一定程度地降低了人们获取他人不幸信息的成本。这有机会引发一种名为幸灾乐祸的情感。“Research suggests that affective reactions towards the distressed other depend on the self-other social distance.” 我们会更愿意去目睹对手的不幸 “Social media, designed to connect people, are rich in cues with implications for perceived interpersonal distance.” 人们会更容易地通过兴趣爱好、事件观点甚至政治立场把自己分入具体的小团体中，当人们目睹对立面的失败时便会更容易幸灾乐祸而不是保持同理心。而且由于获取信息的成本变得低廉，即使在很近的社交距离中，人们也会开始权衡应该对何种事件表现出更多同理心，这也导致了人们对一些事情表现的很冷漠.

同时在社交媒体上，每个人的信息具有隐私性和虚拟性，人们对于自己的言论并没有现实交往中那样小心翼翼，因此显得更加冷漠。更有甚者，一些心态扭曲的人在不违背法律的前提下，肆无忌惮地对他人进行评论并逃避了惩罚。当他们尝到甜头后，一旦在生活中遇到挫折，他们便会更有概率去攻击网络中分享自己不幸的受害者，以取得自己变态的满足感。

社交媒体也可以滋生众多耸人听闻的谣言。社交媒体“disseminate erroneous, alarmist, and exaggerated information that can cause fear, stress, depression, and anxiety in people with or without underlying psychiatric illnesses.” 在这种情况下，人们会对自己在社交媒体上获取的信息心存戒备，导致人们在表现出同理心前会显得更加谨慎和忧虑重重。

但是这并不意味着社交媒体一定使得人们对彼此冷漠，恰恰相反的是，社交媒体的广泛使用有时会使得更多的人关注一件不幸的事，那些社交距离相对较近的人会通过安慰的方式使得受害者更快地走出心理阴影，或者通过集体舆论的方式使得正义在不公平的事上得以伸张。这使得社会氛围变得更加公正，也是受害者有机会获得更多的援助。这是在传统社交方式中很难实现的，因此通过社交媒体，社会的个别曾经无解的问题也因此得到了解决。

事实上，社交媒体并不是人们冷漠的主要诱因。性别、年龄、收入阶级、教育水平、心理状态都会影响人们对待他人的方式。调查显示，虽然性别对人们变得冷漠的影响并不明显，但是年龄对同理心有负面作用；在高收入高学历的人群中，同理心相较其他人群显得更高；焦虑的心理状态会很明显地降低同理心，但是焦虑人群中在社交媒体上获得更多支持的会表现出更多的同理心。因此，将当代人们交往缺乏同理心归罪于社交媒体显然是片面的。

社交媒体给予了每个人发声的机会，而且强大的科技支持使得它的信息量大大增加，其表现形式相较于报刊等更具有具体感。因此当人们以照片、动态图和视频的方式记录自己的状态时，可以更全面地反映事件的信息，使得他人切身处地地体会当事人的心情与感受，从而更容易产生同理心。与实际社交生活不同的是，这些记录的状态可以反复回放，扩大了受众面积，也避免了口耳相传导致的信息失真。这种表现方式多样化的潮流，增加了人们了解信息的趣味性，也更有利于一些重要信息的传播，从而可以进一步引起人们的同理心。

在这个COVID-19传染病大流行的时代，社交媒体更表现出了其激发人们同理心的作用。当新冠疫情爆发在中国的不同地区时，人们总会自发地通过社交媒体相互联系，在封控区成立各类微信群组，共同面对封锁导致的物资短缺等问题，人们在此时团结了起来，互相理解了彼此，关心帮助彼此渡过难关。同时，政府工作人员也会在主流社交媒体上听取群众的意见，这使得管理者对人民的同理心得到增强，从而更有利于上下一心同舟共济。由此可以看出，在一些情况中，社交媒体的流行促进了人们对彼此的同理心，也推动了政府工作的进程。

Conclusion

综上所述，虽然社交媒体的流行会使得信息真实性变得扑朔迷离，人们会对他人产生很强的戒备之心，但这对于任何一种社交方式都是无可避免的。社交媒体总体上并不是人们失去同理心的主要原因，因为同理心与众多客观因素都有联系。恰恰相反的是，社交媒体的广泛使用，不仅使得通过少量信息产生同理心变得更加可实现，还使得人们对他人产生同理心的范围变得更广。同时，在新冠疫情期间，社交媒体对疫情物资和信息的支持更可圈可点，全国上下都彼此理解彼此帮助，体现出了很强的同理心。因此整个问题的结论似乎变得很明显，社交媒体并没有使人们失去同理心。