辩论 杂记

互联网使人际关系疏远

危险，见光死，容易产生误会

越来越丰富，越来越花哨，它太好玩了，我们越来越在意跟手机电脑的交流，我们已经忽视了我们人与人之间的交流，而且我们在一块吃饭的时候，一桌子人，大家都各玩各的手机，反而没什么交流。到一个地方，拍照发朋友圈；吃个东西，拍照发朋友圈；参加个活动，拍照发朋友圈。。。微信你加这个加那个，可能好几百个，但是微信里边的好友那么多，真的是朋友的有几个呢？加快认识的速度，并不能更亲近。互联网会给人带来负担，一打开很多条消息，大多都是无效消息。

这个声称连接世界上任何一个角落任何一个陌生人的互联网世界，却并没有让人和人之间的距离更近一些，并没有让交往变得更真实，更容易一些。你是否看着微信联系人中那么长的名单，却没有几个能毫无压力地约出来吃个饭，喝个酒，聊个天。

你所看到的我只是我想被你看到的我。我们太忙以至于没有时间思考，面对面交谈，甚至连结巴的时间都没有。

你是否有删朋友圈空间的经历，是否常常谨言慎行，点个赞都要纠结很久。害怕孤独，恐惧社交，经营账号浪费了很多时间，这些平台让我失去自我，

“我们应该花费多少时间在社交上” “我该怎么礼貌而不失任性地退出群聊”

“什么工具可以大批量单删好友” “怎么才能发现好友删了自己”

之类镜像问题，啼笑皆非，社交焦虑

TED曾这样描述社交与人的关系：我们都活成了社交时代的一座孤岛。

当演讲者雪莉·特克尔问沉迷于社交软件的人们：为什么不选择面对面交谈？

答案如是：面对面交谈是实时发生的，这种情况下没法控制自己要说些什么。

而社交软件不同，任何人可以通过社交软件向别人呈现出接近完美的样子，朋友圈可以编辑删除润色，微信聊天可以斟酌撤回，图片和视频也可以滤镜处理

个人形象在社交当中可以保持一种美好的状态：不多不少，岁月静好。

我们为了简便的联系而放弃与人面对面的沟通，到了真正面对面沟通时，却忘记了本来要说的话。那个二次元各种甩表情包的好友，见面拘谨内向，习惯了”屏交“却不习惯面对面交谈的愉悦。雪莉·特克尔总结：我们对科技的期望变得越来越多，对彼此的期望却越来越少。社交最吸引我们的地方，恰好就是我们最脆弱的地方：我们很孤独，却又害怕亲密关系。手机是会给我们带来错觉的。

我们本以为自己可以把精力分配到任何我们想关注的地方：新闻，时事，娱乐，八卦，好友圈……总会有人在那倾听我们，我们永远都不用独自一人，可也渐渐忘记了“独处”也有意义。

社交平台的好友，并不代表着“好朋友”。“有很多朋友”的假象，实际上，不过是微信联系人罢了。不少人习惯性地标榜着自己与某一号人物的关系，“哎嘿，我跟他是微信好友呢”。可实际上有的只是点赞之交，甚至点赞都没有，挥挥手不留下一点云彩。我们习惯了社交生活，渐渐地发现自己的恐慌：聊天记录里的99＋、看不完的陌生人朋友圈……社交信息的平衡感甚至存在于：你不让我看，我也不让你看的比较衡量。据调查显示：朋友圈三天可见的人的心理，有一部分是因为想要看其他人的朋友圈，结果发现对方是三天可见，于是自己下意识选择打开三天可见的开关。许多人十分庆幸微信7.0没有更新如同微博的“已读功能”，否则我们更加无处遁形。于是在这样一个可以隐藏的空间里，大众都迫切地寻找一个情绪宣泄口，以为只要在网络平台上抒发了就能得到认同。可不少人也忽略了一点，追求在社交平台上尽善尽美的我们，其实很难做到迎合每一个人。

我们深陷社交不可自拔，却忘记了真正重要的那些人被淹没在了信息洪流里，许久都没有联系了。从前车马很慢，一生只够爱一个人。现在信息很快，可我们却活成了社交时代的一座孤岛。事实上，三两好友一碗酒，真的不难。

整理总结：我方认为互联网使人际关系疏远

1. 社交网络会占据我们大量的时间和精力，反而忽视了我们人与人之间的交流。互联网越来越丰富，越来越花哨，我们本以为自己可以把精力分配到任何我们想关注的地方：新闻、时事、娱乐、八卦、好友圈……可是它太好玩了，我们越来越在意和手机电脑的交流，而忽视了跟身边人的交流 —> 一起吃饭的时候，一桌人，各玩各的手机。
2. 社交网络只是加快人认识交流的速度，更没有让人和人之间的距离更近一些，就拿微信来说，你是否有删朋友圈的经历，是否常常谨言慎行、点个赞都要纠结好久，你是否看着微信好友那么长的列表，却没有几个能毫无压力地约出来吃个饭，喝个酒，聊个天？你以为的“很多朋友”、“好朋友”只不过是“微信联系人”而已。
3. 互联网只是一个工具，并不能对人际关系产生实质性影响。你说你们互联网上的聊天使你们更亲近，但是说，我就是个喷子，我到处怼、到处骂，你要加我是吧，好，我看你不顺眼就杠，你能说是互联网导致我们关系变差吗？不，是人的善恶，互联网只是个媒介而已。
4. 互联网世界的危险性：探探、陌陌、soul上被骗的例子比比皆是。
5. 害怕孤单却又恐惧社交。人与人的面对面交谈是实时发生的，你没法控制你要说什么；发消息，发邮件，贴照片，发状态，所有这些都能让我们向别人呈现出我们想要变成的样子，我们可以编辑，这意味着我们可以删除，可以修改和润色。脸，声音，甚至我们的整个形象，不多，也不少，刚刚好。长此以往，我们就会忘了，或者说意识不到这种情况的存在，这会损坏我们自我反省的能力。I'd rather text than talk. 人们习惯于自欺欺人，逃避真实的交流。害怕独处，当我们独处时，即使只有几秒钟，他们也会变得焦虑，恐慌，坐立难安，因而转向那些电子设备，想想人们在排队的时候，等红灯的时候，独处像是变成了一个亟待解决的问题，所以人们试着用联系别人的方式解决它，但是这种联系更像是一种症状而不是真正的解决方法，它表达着我们的焦虑却没有解决问题。为什么联系会导致自我隔绝呢？因为你没有培养独处的能力，一种可以与外界分离，集中自己思想的能力，在独处中你可以找到自己，这样你才能很好的转向别人，与他人形成真正的联系，当我们不能独处时，我们联系别人仅仅是为了减少焦虑感或者表示自己的存在感，这时候，我们并不真正地欣赏别人，而好想别人当做支撑我们脆弱的自我感的工具，我们简单地认为总和别人保持联系能让我们不那么孤单，但事实恰好相反，如果我们不能学会独处，我们会更加孤单。