在当今科技如此发达的时代，几乎人人都拥有一部手机。哪怕是偏远地区的农村大爷大妈也都是人手一部手机，以此来方便他们与外界的练习和沟通。他们甚至还可以直接在手机上看看视频、听听音乐、买买东西等等，以此来调节一下在农村时不时单调或是乏味的生活。

可想而知，现如今手机不仅仅作为一种科技产品而存在，还作为一种集通讯与娱乐休闲为一体的多功能产品而存在，并且普及于大众。

如今，我们几乎每天都要用上手机，要么用它来同外界进行沟通和交流，要么用它来进行休闲于娱乐，要么用于学习工作等等…….总之，在某种程度上可以说，它不仅增加了生活方式的多样性，也确确实实给我们带来了很大的影响。

毋庸置疑，手机确实给我们的生活带来了很多便利和好处。与此同时，随着科技的不断进步和发展，手机的功能越来越多，将来它会给我们的生活带来更大的影响。然而，事物都具有两面性，而这个影响在某种程度上来说也是有利有弊的，但也不是绝对的。

手机对生活影响的两面性在于我们在有权利即时获知最新消息，免费的使用各种文案、音频、视频资源，能享受融媒体中声、色、影共同带来的感官体验的同时，饱受着灵魂困扰之苦。这“苦”其具体表现在我们渐渐地，不知不觉地习惯了碎片化的信息获取方式导致一定程度上的浅度阅读和思考，无法抵抗它的诱惑力而鬼使神差地一步一步走向无法摆脱对它长时间的依赖的情境之中。

“碎”指多而且杂乱，镜子或者玻璃碎了是散落一地的而不是形状规整的，每次看手机的时长是不固定的，唯一能确定一天或者一段时间中这种行为是多次出现的，“片”当然是一种水过地皮湿的表面文章，是浮于一件事情表面现象而不是能够深入其中探索的行为。“碎片”使得我们只能够在局限于获得一定的信息和使感官得到放松上有所收获。诚然碎片化的阅读适合现代快节奏的生活方式，的确方便了工作忙碌的群体在小憩之时稍微放松并且获得一点新闻消息，然而现在讨论的是人们在放假等有着大量的自我支配时间的时间里，该怎么利用手机的问题，也就是怎样处理“人”与“手机”关系的问题，其中生存压力和情感压力较小的青年人是使用手机最多的一类群体，也是受碎片化侵袭最严重的一类人。

手机的诱惑力让我们对它产生很强烈的依赖。一天当中，从睁开眼开始，我们就要摸索手机，穿梭在各种文字流和视频流里，我们一遍又一遍刷新着想要拽出来一些能满足我们微妙的神经需求的新信息，抑或不断下滑想看到一些有趣的东西，躺在床上不停看啊看，最终终于被一些不痛不痒的内容吞噬掉了精力，顺便带走你的时间，当你意识到时间的存在之时已经是深夜，满怀懊恼和悔恨地睡觉，空洞而且自我厌恶，偶尔在夜里起誓也只不过是间歇性的满腔热血，毫无疑问明天依然会陷入恶性循环中。

我们一边摸索地行走在白昼黑夜交错里，一边使用手机——与其说是我们在使用手机，还不如说是手机在使用着我们。

暴露在人手一个手机的时代下，人人都面对着的不可回避如何处理手机与人的关系问题，我不敢说什么观念，更不敢说一种倡导，因为在手机几乎如空气一般必不可少的情况下说扔掉它更像是一种名目，大到办理各种手续、提交各种作业以及听网课，小到出行导航、亲人朋友之间的联系甚至吃一顿饭付个款，手机的的确确方便了我们的生活，抛下这些功能不谈——这是我们对手机的刚需，是手机存在的必要性，除了少许的、有时间控制的、保持清醒的、固定时间安排的娱乐以外，还企图手机给我们带来什么呢？

咱们以当下的初高中学生为例，最令老师头疼的一件事就是对学生手机的管理问题。虽然学校明令禁止学生不能携带手机进教室，但是依然有很多学生置若罔闻，也从来不上交手机，甚至直接把手机带进教室。这种现象我认为还是比较普遍的，就我的经历而言，我还清楚的记得，最夸张的一次我们班在一周之内连续被缴了十部手机，把班主任给气的半死，还特别用了一节课当作班会严厉批评了这些被缴了手机的同学，这件事儿着实让我记忆犹新。

其实呢，大部分学生藏匿手机，把手机偷偷带进教室，都是用手机做一些与学习无关的事情。他们要么玩游戏，要么看小说，要么看娱乐视频等等。时不时还能听到不少任课老师的调侃：你们成功避开了手机在关于学习方便的所有积极功能。事实也确实如此，我敢肯定，不会有学生把手机带到教室只是为了用手机查阅有关学习的资料。因为在中学时期，在这个年龄段，玩心占据了大部分学生的很大一部分心思。手机对于这个时候的学生来说，就是一个好玩而且上瘾的“玩具”，而不是一个真正能够给学生带来积极作用或者是创造价值的“工具”。

说完学生，我们不妨也谈谈手机对老师的影响吧。其实老师也喜欢玩手机，这是我一位语文老师那里得到的原话：“手机对于我来说，它不仅方便了我的工作，同时也方便了我的生活。”这又从何处开始谈起呢？以下：

“首先，比如我在工作上，主要利用手机表现在：其一，我主要利用它来接收学校的重要通知和信息，以此来方便我与学校及同事们的交流与沟通；其二，我充分利用它来查阅有关语文方面的课件和资料作为辅助资料，并在整理后可以用于教学；其三，我也充分利用手机来阅读文章和其他的文学作品，并以此提高自己的文学素养，充实自己；其四，我还充分利用它来写作和发表文章，以此来提高自己的写作水平和写作能力，至今为止我已经用手机写了50多篇文章，七万多字了。”

“另外，比如我在生活上，主要利用手机体现在：其一，我主要利用他来与家人进行联系和沟通，了解家人的基本情况以及作为交流情感的需要；其二，我也利用它来娱乐和放松自己，比如工作之余看看电影、听听音乐、追追剧、分享一下动态、偶尔也会玩玩游戏等等，让自己的心情在某种程度上得到舒缓和放松；其三，我也会利用它来购物、买买东西什么的，比如网购一些生活用品、买买零食、电子产品、服饰鞋帽等等，算是简单的享受一下生活的乐趣吧；其四，我还利用它来看看新闻咨询，了解最新的时事热点新闻或者关注一些娱乐八卦新闻，尽量多了解一些社会上的最新资讯，也尽量做到不与社会的发展脱节吧。

因此我们不难发现，其实手机的存在，没有绝对的利与弊或是好与坏，其关键还是在于如何好好的利用手机这个工具，如何发挥它的最大价值和作用，从而将其为我们所用，而不是反过来让手机使用我们，这才是最为关键和重要的，不是吗？