

阿呆和他的新媒体朋友: 技术支撑传播武器库 数据打造理性运营手

WCplus作者阿呆 微信: [wonderfulcorporation](#) 公众号(点击打开二维码):数据部落 网站:[askingfordata.com](#)

加入WC社群获得工具更新推送(好友验证请备注 WCplus用户+昵称 否则通过率低)

数据来自微信公众号平台,WCplus仅作转化工具,版权或使用问题请联系原公众号。请勿将数据用于任何商业用途,WCplus对此不承担任何法律责任

## 世界那么大，你只在朋友圈看

原创：咪蒙 咪蒙 2017-04-11



(viv1姑娘 作品)

“每隔3分钟，我就要刷一次朋友圈。”

你对什么上瘾？

我身边很多人，都对朋友圈上瘾。

每隔3分钟刷一次，生怕错过任何信息点。

睡前告诉自己只玩10分钟，后来变成3小时。

连拉屎都要刷朋友圈，哪怕有时候裤子已经脱了，发现没带手机，又穿上去，回去拿。仿佛朋友圈和屎之间有因果关联。

也许你会觉得，刷一下朋友圈也没什么大碍吧，顶多是浪费点时间嘛。

**问题是，刷朋友圈会让你变笨。**科学研究显示，总是刷朋友圈，会消耗你的脑力，增加认知负荷，让大脑在参与信息处理的过程中，变得越来越“肤浅”。

**刷朋友圈，还会降低你的幸福感。**看到曾经很挫的高中同桌，平均3.5天秀一个新包，平均3.5个月秀一个八块腹肌的新男友，顿感自己人生失败中年失意胸部下垂。

所以，咱们必须对微信干点什么。

比如，学会几个动词：

## ／ 拒绝 ／

朋友圈都快变成陌生人圈了。

经常刷到一些极其生疏的名字，完全是懵逼的。

这到底是谁呀。

然后点进他的朋友圈，想看看照片，辨认一下。

哦漏。

脸也不认识。

完全想不起来是什么时候加他的，也想不起来为什么当时忘了备注了。

尤其是有些人，从来没跟我们聊过天，一开始还依稀记得他是谁，后来他换了昵称，换了头像，就变成了通讯录的陌生人。

一个朋友说，她最近终于进入了梦想中的上流社会。

她的朋友圈，有8个总监，19个经理，他们每天轮流给她点赞。

尤其是剪头发的Tony总监，和租房子的高大盛经理，尤为热络。

我还有个同事，去年去割了个双眼皮，加了整容医生的微信。

开始还没太大问题，只是他每天都在发各种欧式双眼皮。

后来，这个医生转做胸部整形了。

哦漏。

他发的照片，就是一场胸部博览会。

有平胸、八字胸、下垂胸，以及且八字且下垂胸。

同事说，每天打开朋友圈，一堆各种款式的大小胸部扑面而来，总让她忍不住哼起一首“怀旧金曲”：

冷冷的奶子在脸上胡乱地拍。

其实不是每个要求你加微信的人，你都需要答应的。

很多时候，明明对对方完全不感兴趣，碍于面子，我们勉强加了，只会让自己的朋友圈变得不伦不类。

有朋友说，他每次遇到不想加的人，就直接说，手机没电了，或者我的微信已经加满人了。

没办法，被逼的。

## ／ 拉黑 ／

我同事有个大学同学，特别关注她的一举一动。

只要我的公号推送里，提到了公司的任何福利，她都会及时发微信，向我同事表达冷嘲热讽。

有一次我提到公司的工资，她就跟我同事说：

你们加班一定很多吧？

经常熬夜，你也不怕猝死。

不过，万一出了什么事，你工资这么高，还可以给家人多留点钱……

我擦。

还能更恶毒吗。

我同事看了这条微信，气得发抖，决定做点什么，比如放下手机，去冷静一会儿。

我们气炸了。

每个月至少拉黑一个人，应该成为当代文明的重要规则。

有的人，每天给你发一句，“给我第一条朋友圈点赞”，“土豪，来个红包呗”。

有的人，不提前打招呼，动不动就把你拉进一个群。

有的人，直接把你们的聊天记录截图，发到朋友圈。

这些人不拉黑，留着以后逢年过节，定时给你添堵吗？

还有一种人，不仅经常在朋友圈发一些流氓视频、色情动图，还会单独发给你，不知廉耻，污染视线.....  
我们必须更加严厉地对待他们。  
比如，把他们设为星标好友。

## ／ 屏蔽 ／

你见过晒娃的，见过晒狗的，你见过晒金龙鱼的吗。

你见过每天晒8次金龙鱼小视频的吗。

几年前，有个朋友养了一条金龙鱼，每天实时直播这条金龙鱼的日常，包括，金龙鱼吃午饭啦；金龙鱼撞到玻璃缸啦；金龙鱼拉屎啦.....看多了她的朋友圈，我有一种优越感油然而生，毕竟，这个世界上不是每个人都有这个运气，见过金龙鱼的屎的。

那时候，我甚至打算写一篇论文，《论金龙鱼的屎与它的健康状况及性生活质量的相关性》，感觉凭这篇，我可以斩获诺贝尔生物学奖了呢。

后来我朋友又给金龙鱼找了个女朋友，一条娇小的银龙鱼。

于是，接下来她发小视频的频率翻倍了，每天发16条，直播两条鱼波澜壮阔的恋爱史。

目睹了全过程的我，认为她实在太无聊了。

于是我屏蔽了她。

据说故事的结局是，金龙鱼把银龙鱼吃了，发现自己的女朋友很美味。

好吧，我想说的是，其实我们没有必要浪费精力，去关注那么多不在乎的人的朋友圈。

至于他们的孩子成绩棒不棒，小狗什么时候交配，她刚纹的眉毛到底是韩式半永久还是朝鲜半永久，关我们什么事呢。

其实，最高级的生活，就是删繁就简的过程。

要节省我们的注意力，不要搞什么无效社交。

有这个时间，做点有意义的事情，该多好？

比如，读本书，看个片，减个肥。

我们公司最近就在搞减肥大赛，所有胖子都要强行参加。

关键是，我们还买了会说话的体重秤，你一上称，它就会一个字一个字地播报：

您。的。体。重。是。一。百。三。十。一。点。五。斤。

试问，我的老脸往哪搁？

我都不得不开始节食了好吗。

我的减肥方法就是，每天中午不吃主食，每天晚上只吃水果，喝酸奶。

你一定会问，我喝的到底是什么酸奶呢（你知道的，广告马上就要来啦）。

**伊利畅轻有机酸奶。**



我们的生活，要减少无效社交。

我们的生活，要清除多余脂肪。

畅轻有机酸奶，让身心更轻盈，还原身体和心灵轻松。

它远离污染，拒绝添加，是让身体无负担的健康美味。

它还含有3种丹麦进口Pro-ABB专属益生菌，全程冷链低温保存，低温活菌才能带来真正肠道消化力，这一点，特别稀缺，特别难得。



- 畅轻有机好酸奶
- 730天有机牧场土壤净化
- 306项专业检测
- 三种丹麦进口Pro-ABB专属益生菌
- 一罐一码 全程有机可追溯

对了，畅轻有机酸奶还独家冠名了江苏卫视第三季《我们相爱吧》。

点击“[阅读原文](#)”玩H5，这是一个关于爱情心理测试的小游戏，玩这个就可以抽奖赢取第三季《我们相爱吧》明星见面会入场券哦。

广告



微信号：咪蒙

长按指纹  
一键关注



微信 ID: mimeng7

[阅读原文](#)