

# 你的微信

社会心理学家曾经做过一项研究：人的一生中，同时交往的朋友数极限分别为10个、30个和60个，也就是说，一生中你真正的朋友不会超过10个……

听起来这数字虽然少，但这10个人，是会在你陷入困境时及时出现想方设法帮你、为你兜底的人。那30个，则是会不时联系的朋友，人生路上可能会渐行渐远，但一通电话、几条信息，知道彼此过得好也就够了。最后那60个，就是关系虽淡但还能称之为是“朋友”的人，至于这10、30、60个以外的，基本上都可以归于“匆匆过客”类，无需浪费你的时间精力。

“你的微信朋友圈还有没有朋友”这个题目，主要是基于微信建立之初，强调的是“熟人社交”并在此基础上发展起来的，但随着微信对使用者的黏性越来越大，“熟人社交”的交互模式并没如愿走下去，反而越来越被“陌生人社交”取代，进而引发出各种使用者的困扰及不可预料的影响，导致了诸如虚伪、假面等各种内心投射，关闭朋友圈、设置朋友圈三天可见等“封闭”行为也随之衍生。

越来越多的人对于发朋友圈丧失了兴趣，在强势的“陌生人社交模式”下不愿、不想展现自己真实的生活状态也属正常，那么被“陌生人社交模式”所“侵占”了的朋友圈里的那些人还能称为好友吗？这中间又投射出哪些心理上的问题？——正是我们本期想要试图探讨的话题。

不管是微信朋友圈还是现实朋友圈，其实我们往往有一些误区和误解，以为越热闹就拥有越多，而不联系、不互动就是失去，但事实上，我们或许应该将自己的角色适当抽离出来，客观面对并审视现实，那些显得像“朋友”的人，可能不一定是“朋友”；而一些能被称为是“朋友”的人，可能并不那么像“朋友”，朋友圈的“友谊”，喧嚣、浮夸、并不走心，如大浪淘沙，需经得起时间洗礼。



## 1 从“熟人社交”到“陌生人社交”

任何开始时比较单纯美好的事物，都有可能在发展过程中变得复杂多样，微信朋友圈也没例外免俗——最初是基于朋友、熟人之间的即时交流工具，随着自然推演而逐渐成为黏性日益强高的工作通信工具，“熟人社交”模式早已向“陌生人社交”模式过渡转化，而一幕幕人际交流的肥皂剧，也正不断在微信朋友圈中上演……

如果将微信朋友圈比作一个活动屏幕，其中的内容，如一个人自编自导的人生连续剧，如果放在“熟人社交”的模式场景下，剧情或许会较为真实、真诚，但随着微信“陌生人社交”功能的日益强势，一个“分裂”的自我，便可能开始出现在你的微信朋友圈当中，甚至与现实中的自我差距越来越大，成为一个相对割裂而单独的存在。

在朋友圈里看，微信上的小雅无疑是“事业成功女性”的代表，名牌服饰

加身，谈起吃喝玩乐的路数如数家珍，整天出入各大星级酒店，一时可能飞去美国开会，一时又在迪拜购物，与各种成功人士拍照合影脸带微笑……然而事实上，她说：“我微信上的大多数人，其实都不能算是真正认识的人，大多是因工作缘故直接加了微信，甚至连面都没有见过，谈不上是‘朋友’。”

作为一名在大都市当中努力打拼事业的大龄女青年，她接受自己的普通和默默无闻，却依然在朋友圈里维护着自己的所谓“人设”，哪怕与真实状态下的自己表现出两种截然的状态，她说：

“反正我

微信朋友圈里所谓的‘朋友’，也不过是通过网络连接在一起的陌生人，我真有什么事情他们也不一定会施以援手，我也不一定向他们求助，大家不过是走个过场，彼此给些风光看看罢了。”

真正的“朋友”不在微信里，在现实中，这一点小雅看得十分清楚，只有现实中的朋友，才能见到小雅疲惫和略带颓废的一面，像那种坐街边麻辣烫小店一边吃一边认真P好一张在纽约拍的自拍图然后发到

朋友圈并配上一句“心灵鸡汤”的行为，也只能存在于微信朋友圈，

“微信朋友圈对我来说确实带点那种‘割裂’的生活状态，属于‘报喜不报忧’的宗旨，只给人呈现好的一面，我想反正这些人一辈子可能不一定能见着面，就算见了面也不一定能走得更近，无所谓。”她若有所思地说。