

手機馴化的在線慣性與在線警覺： 《永久在線，永久連結》

韓義興*

書名：*Permanently Online, Permanently Connected: Living and Communicating in a POPC World*

編者：Peter Vorderer, Dorothee Hefner, Leonard Reinecke, & Christoph Klimmt

出版日期：2017年

出版社：New York, NY: Routledge

手機是我們手中的托魯克靈鳥，連結馴化了以後，它宛如電影【阿凡達】的情節，領我們遨翔天際，在網路世界裡帶我們悠遊學習、談情說愛，我們也在其中上演英雄傳奇。然而，連結靈鳥與連結手機最大的不同之處，也像傳播科技進展與媒介使用習慣演變的寫照，從有線傳輸進展到無線傳輸，從有限的在線到永久的在線，從有限的連結到永久的

投稿日期：106年9月15日；通過日期：106年9月22日。

* 韓義興為輔仁大學新聞傳播學系助理教授，e-mail: 134880@mail.fju.edu.tw。

本文引用格式：

韓義興（2017）。〈手機馴化的在線慣性與在線警覺：《永久在線，永久連結》〉，《新聞學研究》，133: 199-207。

連結。

Watzlawick、Bavelas 及 Jackson 在 50 年前即提到，傳播的原理之一是「人不可能不溝通」（“One cannot not communicate;” Watzlawick, Bavelas, & Jackson, 1967, p. 51）。今日，行動通訊更具像地呈現此一原理。隨時隨地滑手機的在線慣性，害怕錯過網路人際新鮮事的在線警覺，使我們低頭沈浸在小螢幕觸動的另一個世界裡。抬起頭來時，心裡也還掛念不已。的確，我們看得見、測得著手機數據傳輸的數量，得以知道我們連線多久？連線到哪兒？可是，我們看不見，也測不著與我們心理間的在線關係。究竟是我們因連線馴服了手機，還是手機連線馴服了我們？在永久在線與永久連結的新環境中，是需要學會新的多工溝通法則（multitasking）去適應（Xu, Wang, & David, 2016）？還是因手機使我們更孤獨，需要重拾面對面的對話（Turkle, 2015）？

師承媒介娛樂與媒介心理學大師 Dolf Zillmann，現為德國曼海姆大學傳播學教授的 Peter Vorderer 在 2013 年即提出了永久在線與永久連結的概念，挑戰過去以離線為主、上線為輔的在線視野。過去，可能被視為上網成癮的症兆，目前則是一種「新常態」，成為傳播環境的基本預設。想想，當我們想要暫時離線時，是不是還需特別找個合理藉口去解釋、告假一番？Vorderer 等人（2017）在《永久在線，永久連結》一書中指出，從離線世界到在線世界的轉移，顛覆了個人的思考、感受與行為，我們已無法回到從前。其對個人與社會的影響之大，如同 19 世紀末至 20 世紀初電力普及、汽車發明及公路網建置所帶來的改變。社會層面的影響顯而易見，但 Vorderer 等人更進一步想要探知「永久在線，永久連結」的環境對個人心理的影響為何？個人又該如何適應？

從見林到見樹的在線研究

與世隔絕，遺世獨立所面臨的心理衝擊，向來是小說與戲劇深具張力的題材。《魯賓遜飄流記》或是電影【浩劫重生】（*Cast Away*），都是著例。今年八月，英國的第五頻道（Chanel 5）推出了一個實境電視劇，內容是將 4 位志願者及 1 位節目工作人員分別單獨禁閉 5 天於貨櫃屋裡，雖然日常所需一應俱全，但禁帶手機，與外界斷絕通聯。¹其中一位參與者不到 4 小時就崩潰棄權，另一位甚至嘔吐難過，撐不過第一天。觀眾紛紛抗議這不啻為折磨，對參與者過於殘酷。

把場景拉回日常生活中，行動通訊促成在線慣性的「永久性」，也使個人心理預設從決定是否上線轉換成決定是否離線。許多重要的傳播研究議題相應而生，影響廣泛，舉例而言：其對公共領域及政治辯論場域影響為何？對市場及消費者行為的影響為何？對人際溝通的影響？對兒童及青少年發展的影響？對媒介娛樂使用者經驗及感受的影響？以及攸關健康傳播的相關議題，尤其是壓力調適等等。《永久在線，永久連結》一書針對這些問題一一回應。

見樹或見林，常為研究者的兩難。然而，身為傳播研究者，閱覽此書最感興趣者，便是發現 Vorderer 等人不僅聚焦於行動通訊裝置的使用習慣，更進而探究永久連結經驗對個人心理影響的理論意涵，從見樹到見林。

¹ <http://www.mirror.co.uk/tv/tv-news/solitary-viewers-accuse-cruel-channel-11073269>

「永久在線、永久連結」的心態：在線警覺與在線期待

根據 Vorderer 等人的看法，永久在線、永久連結的心態可以分為兩個層次：第一個層次說明個人內在自我與手機之間的連結，也就是，手機所提供隨時隨地聯繫得到的功能，讓使用者感受到與手機及溝通環境間緊密、熱切，甚至朝夕相伴的親近關係。第二個層次則說明手機重度使用者與外在社交場域的連結，換言之，因重度手機使用行為所生的期待，會影響使用者如何接近及詮釋當下情境、問題解決、情緒規範、社會互動、決策等等社會生活裡的重要面向。

其中，「在線警覺」（online vigilance）是永久在線、永久連結的心態核心（core mindset），分別由突顯性（salience）、回應性（reactivity）及監探（monitoring）三個面向組成。

突顯性是指我們隨時隨地都在關注在線環境，即便我們不是真的在連線狀態，例如正在工作、居家、運動、與朋友碰面、排隊等待，但身在曹營心在漢，仍會把部分心力放在當下情境以外的線上環境。滿腦子依然想著，友人與同事可能在聊什麼？我可能錯過了什麼？我應該要打卡或是改一下狀態嗎？我現在應該玩寶可夢（Pokémon Go），或其他遊戲嗎？突顯性像是將在線環境放在離線真實生活上的雲端，所以我們可以隨時隨地投入其中。

回應性則是對手機顯示的動態及行動線上溝通的即時反應程度。智慧型手機加上各式的應用程式，帶給了使用者諸多正面的使用經驗，例如滿足了工作、娛樂、家庭及社交聯繫的需求，再藉由正面酬賞及負面懲罰的制約，使我們被馴化。例如，當我們在 Line 上面立刻回覆時（即使只是隨便放個貼圖），便受到肯定，但當我們已讀忘了回時，便

會遭到排擠或責難。我們被馴化，被制約，以至於必須時時注意，並對手機上的某些訊息立即回應。很多時候，我們情願暫時「離開」離線狀態，「回到」在線狀態，以免來不及回應。

監控則是持續地觀察自己認知的數位傳播環境。舉例而言，我們總是不希望錯過臉書上的通知、最新消息、狀態更新、訊息，Instagram 上的通知，推特上的訊息等等，習慣性地滑一下手機，看看有什麼新鮮事沒有。身處在永久在線、永久連結的環境，不僅是經常想到線上場域（突顯性）和對線上世界的任何動態立即反應（反應性），更是經常主動進入線上場域，為要掌握線上世界的動態。

根據 Vorderer 等人的看法，第一層次的認知結構要素（突顯、反應、監控）配合上第二層次因重度使用而生的期待，是許多特定社會情境裡影響個人行為及社會互動的重要因素。第二層次的期待最重要的有三項：第一是期待永遠可以接上個人社會網絡及取得必要的資訊，就像是對於 Google 大神與臉書大神的深信不疑，並認為所有的線上朋友都在線上待命。第二是期待社交網絡裡的參與者也一直在關注自己，意識到自己會有一群永遠在線的觀眾。因此有時會因受觀眾肯定而開心，有時卻又擔心按讚率不佳而感到壓力。第三，期待線上參與者彼此間持續不斷的溝通，也就是認為即使自己離線時，線上的其他友人仍在互動，深怕自己錯過重要的訊息（missing out; Przybylski, Murayama, DeHann, & Gladwell, 2013）或是擔心網路的人際排斥（cyber-ostracized; Vorderer & Schneider, 2017），也因此強化主動參與的動機。一般而言，參與網路社群的經驗讓我們學到，只是單純上線並不能保證我們能參與在線社群的所有活動。

樂觀的在線主義與批評

Vorderer 等人對永久在線的發展是樂觀的，此從書中最後一篇的篇名即知：「勇者的新世界」（*Brave New World*）。這份高度樂觀主義，讓 Vorderer 等人將手機可以讓我們逃離無聊也列為因永遠在線而產生的期待，例如等車時、聆聽無聊的演講時、排隊等待時，手機被視為去除無聊的解藥（Matic, Pielot, & Oliver, 2015）。

然而，這樣的樂觀主義，難免引來批評，但 Vorderer 等人並不鬆口。例如，許多研究者認為突顯性對離線生活構成威脅（Rosen, Whaling, Rab, Carrier, & Cheever, 2013），會耗損思考能力（Stothart, Mitchum, & Yehnert, 2015）及容易拖延離線事務（Meier, Reinecke, & Meltzer, 2016）。Vorderer 等人則認為這些批評的文獻都需要更進一步系統性的研究及觀察，甚至強調，許多的重度在線者仍然有能力將離線的社會生活處理得有條不紊，在他們的心裡面，個人在線場域仍然包括了離線的生活。

研究者亦就回應性提出批評，例如對於面對面對話者不禮貌的「低頭族」（phubbing）、分心、部分注意力等現象（Chotpitayasunondh & Douglas, 2016; David, Kim, Brickman, Ran, & Curtis, 2015）。Vorderer 等人則認為，從多工媒介使用的概念出發，此僅為注意力分配的應用，若直接認定重度使用手機會干擾離線生活，似乎過於簡化了手機使用者的媒介使用行為。譬如，年輕的族群對於突然的低頭行為，覺得稀鬆平常，少了一份被輕蔑感，甚至在對話時自動地忽略低頭者，或同樣低頭，並不影響他們的人際溝通。

賦權與壓制？

手機使人又愛又恨。然而，就像手機公司的行銷詞，「超越無限我實現」（中華電信）、「享受改變未來的新起點」（台灣大哥大）、「讓愛遠傳」（遠傳），總是運用賦權的自主論述行銷，但又令人心存懷疑。Vorderer 等人認為，重度手機使用者會因永久連結所帶來的正面效應，如增加解決問題的能力、減少孤獨感或去除負面狀態的成就感，而讓人有被賦權的感受。然而，這些認知結構的改變，同時也帶給人壓力，被壓制而喘不過氣。例如應接不暇的回應需求、朋友及線上團體大量的溝通需求、以及認知到持續被觀察的社會壓力。

顯然，Vorderer 等人的樂觀主義，不得不在此駐足，承認重度手機使用者所可能面對的風險，值得更多研究關注，包括因年齡差異、性格不同、線上世界的（負面）經驗、或低估永久在線世界裡可能產生的負面影響。然而，樂觀也好，悲觀也罷，我們已經，或將要永久在線。

就像 Reinecke（2017）在書中第廿二章所言，永久在線、永久連結所探討的在線環境與個人心理間的關係，多數是從早期網路時代延續而來，如此一看，未免是舊酒裝新瓶，新意嫌少。然而，Vorderer 等人藉著行動通訊，以他過往緊抓著享樂感為媒介娛樂效果核心的研究路線，另創以在線警覺為永久在線、永久連結的心態核心，試圖聚焦研究重心，於媒介娛樂理論之外展開新的媒介心理學研究面向，並為後續實證研究者提供了具體的理論論述，確實有其貢獻。至於在線警覺的理論模型是否能一再被驗證，或是有無跨文化的差異，也有待後續研究推敲了。

另外值得一提的是，由於此書設定的讀者群是傳播研究者，若在方

法上有意琢磨的讀者，不妨參考 Reich 與 Reinecke (2017) 在第四章所強調研究方法上的難題及建議採用「經驗抽樣方法」(Experience sampling method; Larson & Csikszentmihalyi, 1983)，用以解釋當下情境影響，的確是方法上的突破。

參考書目

- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, *63*, 9-18.
- David, P., Kim, J. H., Brickman, J. S., Ran, W., & Curtis, C. M. (2015). Mobile phone distraction while studying. *New Media & Society*, *17*(10), 1661-1679.
- Larson, R. & Csikszentmihalyi, M. (1983). The experience sampling method. *New Directions for Methodology of Social and Behavioral Science*, *15*, 41-56.
- Matic, A., Pielot, M., & Oliver, N. (2015, September). Boredom-computer interaction: Boredom proneness and the use of smartphone. *Proceedings of the 2015 ACM International Joint Conference on Pervasive and Ubiquitous Computing* (pp. 837-841).
- Meier, A., Reinecke, L., & Meltzer, C. E. (2016). “Facebocrastination”? Predictors of using Facebook for procrastination and its effects on students’ well-being. *Computers in Human Behavior*, *64*, 65-76.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, *29*(4), 1841-1848.
- Rosen, L. D., Whaling, K., Rab, S., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). Is Facebook creating “iDisorders”? The link between clinical symptoms of psychiatric disorders and technology use, attitudes and anxiety. *Computers in Human Behavior*, *29*(3), 1243-1254.
- Stothart, C., Mitchum, A., & Yehner, C. (2015). The attentional cost of receiving a cell phone notification. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, *41*(4), 893.
- Turkle, S. (2015). *Reclaiming Conversation: The power of talk in a digital age*. New York, NY: Penguin Press.
- Vorderer, P., & Schneider, F. M. (2017). Social media and ostracism. In K. D. Williams, & S. A. Nida (Eds.), *Ostracism, exclusion, and rejection* (pp. 240-257). New York, NY: Routledge.

手機馴化的在線慣性與在線警覺：《永久在線，永久連結》

- Watzlawick, P., Bavelas, J. B., & Jackson, D. D. (1967). *Pragmatics of human communication: A study of interactional patterns, pathologies and paradoxes*. New York, NY: W. W. Norton & Company.
- Xu, S., Wang, Z. J., & David, P. (2016). Media multitasking and well-being of university students. *Computers in Human Behavior*, 55, 242-250.

• 新聞學研究 • 第一三三期 2017 年 10 月