

# 虚拟场域中人设塑造的戈夫曼印象管理研究

白佳卉

重庆工商大学法学与社会学学院 重庆 400000

**摘要：**随着互联网的兴起，其虚拟性和匿名性给人们提供了丰富的手段和技术来打造自己的形象，打造“人设”现象在我们的生活中屡见不鲜。本文以戈夫曼的社会学理论为视角，分析了目前普遍存在的打造“人设”现象及其动因，并针对此现象提出了几点思考。

**关键词：**互联网；人设；戈夫曼；印象管理

## 引言

在数字技术重构社会互动的今天，个体通过滤镜修饰、AI生成内容、虚拟形象定制等手段精心塑造“网络人设”的现象已渗透至社交媒体、职场平台甚至人们日常交往场景中。而“人设”不仅是个人身份的符号化投射，更成为个人争夺注意力资源、实现社交资本积累的核心策略。这一现象与戈夫曼提出的印象管理理论形成了跨越时空的对话：当现实社会的“舞台”迁移至虚拟空间，表演者如何操控“前台形象”？数字工具如何解构并重构传统的印象管理策略？这些问题的探讨不仅关乎社会心理学理论的当代延伸，更触及数字时代自我认同、社会信任与伦理秩序的深层矛盾，因此值得我们深入剖析与研究。

## 一、网络“人设”：建构的自我

随着互联网时代的到来，网络将人际交往从线下的单一维度扩展到了线上的多元复杂层面，改变了人们建立联系、维系关系、获取信息和支持的方式。并且这种新兴的媒介还能塑造出独特的符号意义，从而重塑和改变了人们的交往方式，人们不仅能够扩大自身的社交范围，破除时空障碍，实现在全球范围内与他人进行实时交流和互动，更重要的是，互联网具有匿名性，人们可以通过创建虚拟身份来表达自我，正是这种特性改变了人际交往中的自我展示方式和社会互动模式。

“人设”的全称是人物设定，原意是指动漫、小说等艺术作品中虚拟角色的基本设定，包括外貌特征、性格特点和行为方式等。但在目前网络文化、娱乐圈以及社交媒体环境中，其已经从原本文学创作和影视角色设定的概念延伸到对个人形象与身份的塑造上<sup>[1]</sup>。在网络空

间里，每个用户都可以根据自己的喜好、性格特点或者期望的形象，通过发布内容、选择互动方式以及自我描述来塑造一个虚拟的身份形象，即“人设”。

在互联网时代，由于互联网的开放性和便捷性，使得我们每一个人都可以借助符号打造“人设”，从而产生了新的媒介景观，除了明星等公众人物之外，日常生活中的普通个体也往往会利用人设打造自身形象，并为自身谋取利益。“人设”将个体自身的特质概念化、标签化，从而表达自己的个性特征，如“学霸”、“吃货”、“小鲜肉”等等。但“立人设”并非仅仅是为了娱乐，更重要的是，它其实是一种彰显自身价值观和阶层地位的一种手段，人们通过塑造出来的形象，来满足自己物质、心理和精神的需要。如，青年群体追求塑造“精致”人设，以迎合流行的价值观和自身精神上的满足感，为此，他们不惜花超出自己实际能力范围的资金购置物品，只为拍摄几张精致的照片来换取形象标签，但实际上，这些精致的人看似在享受生活，实际只是希望能更多地获得他人的关注和认可。还有企业家、明星等公众人物也会借助网络为自己包装“人设”，以赢得大众的口碑和喜爱，提升个人影响力，利用人们的追捧来换取商业价值，但值得注意的是，这种“人设”一旦崩塌，其形象会迅速瓦解，与之相关的一系列商业价值也会立即消失，带来严重的后果。

在此需要指出的是，与传统媒介社会中，人们的“前台”表演和“后台”自我泾渭分明不同，互联网的出现，更多是模糊了前台和后台的界限，后台即现实生

活被越来越多地当作表演的场景。比如，拍摄视频时，人们往往为了维护自己的形象，则会在现实生活中尽可能寻找最佳的拍摄地点和角度，以呈现最佳的状态，也

就导致了后台对前台的闯入，人们不仅要在前台展示自己，在后台也要有意无意地维护自己塑造起来的形象，这导致了一种虚拟真实，让自己的现实生活空间不断受到挤压，模糊了现实世界的真实性和可靠性，增强了人设的不稳定性。

## 二、溯因：何以建构网络“人设”

### （一）寻求身份认同

戈夫曼认为，当个体扮演某种角色时，他会要求观众认真对待他在观众面前建立起来的印象，如护士在工作中表现出认真负责、爱护关心病人的态度，这时，护士这一角色的角色扮演者就是“真诚”的个体，又或者学生、教师、军人等等都应该表现出与角色相符的行为模式。因此，人们树立人设可能并非仅仅是想要获得财富或名利，而是想要获得精神及情感的认同。戈夫曼认为社会互动是一种表演，在这个社会的大舞台上，每个人都是演员，通过精心设计自己的行为及言语等来向公众展示一个理想化的自我，因此，我们为了长期获得他人认可，维持自己的权力和地位，我们就需要开发新的人设来迎合大众需求，以获得他人的尊重和认同。

人作为一种社会性动物，我们总是在向周围的观众进行表演，我们渴望被社会认同和接纳，而在目前的新媒体环境下，微博、朋友圈等公众平台恰恰为我们提供了绝佳的展示自我的机会，我们可以通过包装、修饰自己来引起他人关注并获得认可，同时，戈夫曼认为道具会对展示自己有极大的帮助，而现在的网络、P图软件等就已经成为了我们可以利用的道具和情景设置。

### （二）展示正面形象，实现自身目标

戈夫曼的拟剧理论中，“剧本”、“前台”、“后台”等都是重要的关键概念，他认为人们的表演就是造就出一个表演中的世界，使观众暂时忘记现实地存在而全身心地投入到这个表演出来的世界中去，跟着演员所呈现出来的那个角色去体验另一种生活。那么借助图片和影像构造出来的情景则是当今“人设”的剧本，人们也倾向于在前台装点自身的形象，展示正面的、积极的形象，而我们所呈现的种种形象，都是自我的再创造、再呈现。或许互联网上的自己已经成为了自己新的归宿，是一个新的理想化的自己。

并且在戈夫曼的社会学理论中，个人前台又可以分为外表和举止两方面，外表是“告诉我们表演者的社会身份”的标志。那么在网络世界中，我们便可利用各种技术和手段来展示自己的地位，给外界留下良好的印象，

每一次的展示都能增强自身的满足感和社会存在感，期待能够得到他人的回应，满足自我实现的需求，实现自我价值。人们会依据外界环境来改变和表达自己的态度，因此还有可能让自己的潜在优势和能力被发现，以获得机会，这样的人设便可为自身谋取利益。

### （三）寻求自身心理满足

在网络中打造出的“人设”，是在互联网兴起背景下的一种新兴现象，它是在虚拟情景下建构出的自我形象，它虽不会满足个体客观现实生活中的现实需要，但这种构造出的自我形象，则可以让人们跳脱出现实生活，疏解自身情绪，为人们摆脱心理问题提供了新的解决方式。

由于社交媒体上的行为规范和主流文化影响着用户如何构建自己的人设，为了符合某一社群的标准或期待，个体可能会调整自己的网络形象以求得群体接纳和归属感。并且在如今快节奏的社会中，合理创设自身形象，也能够带给自己全新的感受，寻求自身价值的满足。

因此，人们展示自己在台前的角色，保持一定的神秘感和新鲜感，一定程度上可以缓解现实生活中的焦虑，能够宣泄自己的情绪，寻求精神寄托和解放。

## 三、影响：对于建构网络“人设”的反思

### （一）促进交往，获取社交资本

戈夫曼认为为了呈现理想化的表演，个体或群体的行为要考虑他人的反应，这是一种人际交往的礼仪，有助于人们在面对面的互动中能察言观色，及时地调整自己的言行，使人们之间的交往和互动能够顺利地进行下去，从而建立真诚的人际关系。与传统媒介下，人们线下面对面交往一样，人们建构人设同样更多是为了获得他人认可，获得关注度，而这比面对面的人际交往来得更直接和快速，以顺利进入自己想要进入的圈层。若能建立起一个成功的人设，便能换取直接的社交资本，这弥补了个人在现实生活中社会资本不足的问题，在目前互联网环境中，是一种有效社交的手段。

个体通过种种印象管理的手段，并辅以互联网匿名性的特点，能够更多地展示有利于自身的形象，而隐藏不利于自身的信息，更便捷地获得多元的交流渠道和丰富的社交体验，也能维持自身“人设”的稳定性和一致性。

### （二）可以塑造积极自我认同，向上提升自己

戈夫曼认为，人们之间的互动更多地是通过第一印象来主观地相互认识，为了能留下好的第一印象，我们开始摆脱赤裸裸的欲望和言行，而是变得越来越有修养、

含蓄。因此从现实到网络,人们可以利用技术和手段打造一个新的、理想化的自我,在这个过程中,人们也可以重新认识自我,在主动进行人设建构的同时,也会不断地进行思考和反思,更加明确“我是怎样的”认知。随着个体根据人设进行的行为得到积极回馈,那么他们会更倾向于维持这种行为模式,形成正向的自我反馈循环,持续向上提升和发展。

并且当个体按照自己设定的人设行事并得到他人认可时,会增强其对自身能力的信心,从而提高自我效能感,促使他们在所扮演的角色中更加自信和投入。如果能够做到现实身份和虚拟自我愈发统一,那么人们不仅能够更加认同自己建构出的人设,也更能认同真实的自己,从而建立起积极的心态,不断向上发展。

因此,基于戈夫曼的印象管理理论,个体通过打造人设来管理和控制他人对自己形成的印象,同时也影响着自我认知和认同的形成。因此,在一定程度上,建立积极健康的人设确实有助于个体塑造积极的自我认同,并推动自我成长和提升。

### (三) 失去真实自我以及自己与他者的真实关系

“人设”归根到底是一种符号化的存在,它不可能完全等同于真实的自我,也并非自己所拥有的真实身份。正如在戈夫曼看来,人们在日常生活中所呈现的自我并非真实的自我,所进行的表演也是一种角色扮演行为,为的是让自己的设定符合大众的期待和认可。因此,我们或许并未把真实的自我展现在他人面前,而展示的是建构下的自我。如果我们不能够正视“人设”的存在,不能将真实的自己和建构的自己和谐共存,则有可能导致自己的分离和异化,从而产生负面效应,使二者之间的差距越来越大。

对于网络上建构的“人设”来说,他人更多是基于此“人设”进行互动,如果我们不能保持“人设”的一贯性和稳定性,产生偏离和偏差,则很容易造成他人对于自己的质疑,质疑自己的真实性。在此情况下,人设崩塌则成为了必然结果,造成自己与他者的虚假关系被打破,也会影响个人的形象和声誉。同样,也不利于真实世界中的人际交往和人际关系的健康发展,会造成理

想化与现实的巨大反差,从而影响自我与他者的关系。

### 结论

互联网的产生和兴起,不仅为人们的生活带来了巨大的便利,而且也成为了人们日常生活中的重要组成部分,给了我们参与其中的自主性,个人可以有选择地流露信息,以为自己创造形象。在这自我呈现过程中,人们不仅根据自己的目的选择合适的印象管理策略,同时也对自己进行观察,以便更好地呈现自我。

因此,树立起的“人设”可以为人们谋取更多的利益。但戈夫曼曾提到过“后台”是指不让观众看到并且不让观众和局外人进入的舞台部分,后台因为对观众可以隔离,所以表演者可以不考虑外表和形象的限制。但在互联网时代,前台与后台界限日益变得模糊,所以如何维持“人设”的长久性和稳定性是一个值得探讨的话题,若“人设”与自身实际相差太大,则很容易崩塌,从而造成信任危机,对自身和他人对自己的评价有很大的影响,所以,如何合理地正视和建构人设,如何合理地进行表演,如何让人设符合主流的、正面的价值观念,是我们每个人应该思考的问题。

### 参考文献

- [1]段俊吉.打造“人设”:媒介化时代的青年交往方式变革[J].中国青年研究,2022(04):31-39.DOI:10.19633/j.cnki.11-2579/d.2022.0048.
- [2]苏宏元.网络人设的符号化建构、表演及反思[J].人民论坛,2022(10):88-91.
- [3]周瑞春.网络“人设”中的自我认同及其伦理之维[J].天府新论,2020(01):131-138.
- [4]刘中起,风笑天.“虚拟镜像中的真实”——网路人际互动者的自我呈现[J].安徽科技,2002(07):47-48.
- [5]周湘鄂.网络“人设”的传播特征、动因探析[J].编辑学刊,2023(01):116-120.
- [6]于海.社会是舞台人人皆演员——读戈夫曼《自我在日常生活中的表现》[J].社会,1998(01):47-48. DOI:10.15992/j.cnki.31-1123/c.1998.01.028.