

去留之间：B 站中辍 up 主“主客我互动机制”研究^{*}

——基于“赛博遗言”的文本分析

—
丁
汉
青

朱

婧
—

【内容摘要】 从有过中辍行为 up 主(简称中辍 up 主)的“赛博遗言”(up 主自我报告中辍心路历程的告别视频)中发现,中辍 up 主的“客我”由“难以琢磨的算法技术”“边界模糊的观众”以及“流动的数字平台”组成,具有模糊、高要求、不稳定且内部分裂的特点。复杂的“客我”触发焦虑、高压、纠结的“主我”,令一众 up 主罹患身心健康问题。“数字分身”的可舍弃、可重组性驱动 up 主尝试通过转移型中辍策略或调适型中辍策略恢复主客我互动平衡,造成“断更”“弃号”现象的频繁发生。由此可见,媒介化浪潮下涌现的“数字分身”在拓展个体自由度的同时,也令其交往的关系网络变得更加复杂。

【关键词】 中辍;主客我互动;数字分身;大众生产

DOI:10.19997/j.cnki.xdcb.2024.08.015

一、问题的提出

“大众生产”概念自提出伊始就被赋予了“自由,平等,延伸人的美德”^①等美好想象,然而在实际运用中人们却发现其背后同样存在着不可忽略的问题与局限。其中就包括因合作停止而造成的大众生产失败。分散的资源、不集中的调配促使大众生产无法像官僚制般持久、高效运转,当大众生产的个体大批停止贡献,就会引起大众生产合作的失败。^②2023 年 5 月,B 站就曾因大批量博主宣布停更而掀起引发全网关注的“停更潮”。尽管事后此“停更潮”被认为有媒体炒作夸大的成分,但数字平台创作者“弃号”“断更”的中辍现象在近些年来屡见不鲜。倘若数字平台继续忽视此问题,大众参与数字创作的繁荣景象恐怕难以持续,取而代之的将是由头部创作者领衔、专业 MCN 机构垄断

的“小众生产”。而大众生产所颂扬的“去精英化”将转向“再精英化”。与此同时,在缺少了大众的助力后,大众生产所蕴藏的“无组织的组织力量”^③也将被大大削弱。基于此观察与忧思,本研究聚焦 B 站有过中辍行为的 up 主(以下简称中辍 up 主),通过分析其“赛博遗言”文本,探究其产生中辍行为的内在动因,期冀将底层创作者所面临的内心挣扎展露于“阳光之下”,推动平台及其他相关方采取改良措施以维护“技术向善”的伦理。而所谓的“赛博遗言”,是指 up 主自我报告中辍心路历程的告别视频,常发布于 up 主决定断更之际,是 up 主决定离开前留给互联网的“最后一句话”,具有“情真”“意切”的特点,具体表现在以下两个方面:一方面,由于停更 up 主发布这类视频的初衷多为取得粉丝谅解,以便为将来“可能的”回归埋下伏笔,因此其内容往往饱含真情实感;另一方面,由于这类视频内容多涉及到 up 主对创

* 本文系国家社科基金后期资助重点项目“机制与效能:大众生产场域研究”(项目编号:21FXWA003)的研究成果。

作经历的回望,以及对外部环境和平台规则之于个体意义的思考,因而也彰显出媒介生命史的意涵^①,是关照当下数字创作者的一种新型资料依托。因此本研究决定借助对“赛博遗言”文本的分析来探究B站up主中辍背后的心理动因。

二、平台创作者中辍的两种研究视角

中辍行为的关注起源于埃弗雷特·罗杰斯(Everett M. Rogers)的创新采纳理论,由于大多数用户在初始采纳后并未持续使用,采纳—使用间的不一致造成了理论解释途中的空洞,于是研究者开始将目光转移至中辍行为。^②罗杰斯提出,在任何一个年份,首次采纳创新的使用者有多少,中辍者就有多少^③,中辍与采纳对创新而言同等重要。过往数字创作者的中辍研究可以分为两种视角:一为政治经济学研究视角,聚焦“平台”与“算法”对创作者的“剥削”及“异化”导致创作者身心受损害后中辍的过程。二为个体经验视角,从微观、个体出发解析创作者中辍的背后原因。

(一)政治经济学视角下的创作者中辍研究

内容创作者进入内容生产场域中率先遭遇算法与平台,大多政治经济学视角下的研究认为算法对内容创作者构成驯化,平台及背后资本对其施行剥削^④,致使内容创作者逐步在创作中丧失自我主体性,身体与情感受到伤害^⑤,最终失去继续生产创作的热情与动力,导致中辍^⑥。具体来看,算法通过“流量奖励”与“不可见的威胁”来掌控内容创作者的创作自主权及内容生产^⑦,引导其依照想象的算法偏好开展内容创作,由此构成一种算法驯化。而“算法想象”在其间扮演着重要角色,所谓算法想象,指的是用户通过想象算法来弥合他们对日常算法系统理解上的差距,并从中抉择应如何使用算法^⑧,人们思考的向度包括“算法是什么”“应该是什么”“它们是如何运作”^⑨。在创作领域,

人们通过想象算法、揣测算法意图来开展创作实践。^⑩当人们都依照“算法”开展创作时,算法便超脱技术,构成一种“算法文化”,进而促使人的思想、行为、组织和表达方式都融入在数据逻辑中,造成算法代替文化,驯化个体重塑社会的局面。^⑪

在平台层面,研究认为平台对内容创作者构成剥削,剥削可以细分为经济剥削与情绪剥削。经济剥削为以低酬或无酬的形式占据创作者的数据生产劳动^⑫;情绪剥削为利用声誉和人情胁迫内容创作者从事“情绪劳动”,接受资本的情绪剥削,并逐渐成为“情绪怪物”^⑬。除此之外,申玲玲等研究发现平台还会与算法结合对内容创作者施行深层剥削。具体操作路径为平台推出扶持政策,以“流量”为诱饵引导创作者加入,在初步遴选后,网络平台便开始通过算法指标对内容生产新手施行规训。^⑭而创作者要想被流量赋能,就需要按照平台规则调整自我的创作内容,以适应其需求进而得到扶持。无形之中,内容创作者在内容生产及分发环节都需要接受资本、技术及规则的驯化。^⑮

关于驯化与剥削的危害,戴颖洁等通过访谈发现带货主播深陷主体价值降级、主体自我他塑、主体认同迷失、主体间竞争等情况,其能动性、自主性、创造性全方位下降。^⑯陆新蕾等在对农村妇女博主的探究中同样发现其背后的多重宰制力量,包括平台、性别权力、社会结构,造成了众多的“脱离者”,但人们习惯将之归因为“没有抓住风口”,却忽视了其背后因流量规训、迎合大众审美旨趣所承受的压力。^⑰以上诸多研究都揭示出创作者在面临规训与剥削时所承受的巨大压力,造成其主体性丧失,身体与情感受到伤害,最终不堪其负,迈向中辍。

(二)个体经验视角下的创作者中辍研究

相对政治经济学视角下的广泛研究,个体经验视角下的研究较少。萨拉·索恩利用拉康的精神分析法说明内容创作者因“不知他者之欲为何欲”而深陷焦虑困顿中,从而导致中

辍。^①吕鹏等通过对超级网红的消亡史探究,发现当网络直播无法处理自我认同中媒介自我身份所带来的冲突时,“自我的悲剧”使网络主播的媒介生命走向陨落。^②李艳红等对13名主播的生命故事访谈发现迅猛的平台商业化进程遮蔽并抑制了青年群体在短视频平台发展公共参与之主体性的可能。^③

政治经济学视角与个体经验视角研究数量的对比悬殊形成了系列问题。第一,将不同力量对创作者的影响视作平行关系,忽略其交织影响,由此对外界给予创作者的内在压力考虑不足。第二,外在因素考虑过多,内在因素如内容创作者自我感受探究较少,由此陷入个体被动论中,忽略了创作者能动的自主思考与判断意识。第三,对持续内容创作者关注较多,对中辍者探究较少,缺乏对困境中的创作者更多的关注。基于此,本研究拟采用个体微观视角的主客我理论分析中辍up主的客我、主我,探究创作者的客我如何影响主我,进而导向其中辍。

三、理论视域:主客我理论

查尔斯·霍顿·库利(Charles Horton Cooley)在《人类本性与社会秩序》中率先提出了“镜中我”的概念,认为人的行为取决于自我认识,这种认识是经由与他人的互动,从而形成他人对自己的评价、态度形成。人们以他人的印象为“镜子”认识自我。^④

社会学家乔治·赫伯特·米德(George Herbert Mead)在镜中我理论的基础上发展出“主客我理论”,提出人类不仅有能力将其他行动者表示为客体,同样有能力象征性地把自我对象化。^⑤于是自我意识出现了分化,形成“主我”与“客我”。“主我”是意愿和行为的主体,“客我”则是他人的社会评价与社会期待的组合。完整的自我既包括“主我”又包括“客我”,是“主我”与“客我”的统一。自我在“主客我”的不断互动中被塑造,互动的介质是有意义的象

征符。

在当下深度媒介化的背景下,自我的构成变得更加复杂,既包括现实世界存在的自我,亦包括线上延展的“数字分身”^⑥。“数字分身”的塑造同样经由主客我的符号互动,然而互动结果又因其“分身性”而拥有了更高的自由度,致使个体始终面临着持续经营“数字分身”、开辟其他“数字分身”或抽身回归现实的三种选择。当“客我”的规范愈严苛,内部分化也就愈加剧烈,主我将面临着更大的束缚与压力,并在“创作行为”上产生摇摆,造成中辍的频繁发生。“主客我理论”为透视内容创作者心路历程提供新的思路,符号互动论的诠释框架为创作者中辍行为赋予了新的解释路径,有助于了解创作者遭遇创作瓶颈、中辍背后的深层内在因素。

基于此,本文具体研究问题为:第一,B站中辍up主“数字分身”的“客我”构建来源有哪些?第二,“数字分身”的“主我”对“客我”有何心理反应?第三,“主我”的心理反应何以引起中辍的行为反应?

四、研究方法

本研究采取的是广义上的文本分析法,指的是对任何形式的文本数据进行系统的检查和解释,旨在从中提取有用信息和见解。^⑦广义的文本分析法涵盖了多种分析方法和技术,包括自然语言处理、内容分析、话语分析等。本研究采取文本分析法的具体操作过程如下:

第一,以“停更”与“断更”为关键词在B站中检索,共获得99+“赛博遗言”视频内容。基于时间和精力成本考虑,本研究仅从中调取与内容创作者中辍行为直接相关的前100条视频,标准为是否剖析自我在“更”与“不更”间游移的心路历程,对“为什么停止更新”的问题有所回应,并且被证实确实存在停更行为而非只是为了博取关注。通过内容分析法,本研究发现发布“赛博遗言”的中辍账号粉丝量大多在

50w以下,占比74.7%,其中1w以下、1w~10w、10w~50w的账号分别占比18.1%、30.3%、26.2%。从类型来看,中辍账号类型较为多元,涉及到B站包括知识类、时尚类、生活类等不同类型博主。

第二,利用视频文案提取网站获取“赛博遗言”文案,最终整理出16万字的原始文本材料,然后对这些材料展开分析。

五、内容创作者“数字分身”“客我”的建构来源

米德的“主客我理论”提出“客我”是由他人的态度组织而成。^②他人的态度决定了个体的自我意识,包括“我是怎么样?”“我应该成为怎样的‘自我’?”。内容创作者的“数字分身”脱离于真实环境处在流动的数字平台中,获知的评价来源于技术、观众及平台运营者三端。

(一)“难以琢磨”的算法技术

准社会交往理论认为媒介使用者会与媒介产生联结,并形成某种依恋,发展出一种想象的、单向的人际交往关系。^③晏青等人研究也发现用户在使用技术过程中会不断评估自我与技术关系,防范沉溺现象的发生。^④以上发现都表明,人与技术的交往始终发生在个体的媒介使用行为中,技术对个体的“评价”也构成“客我”形成的主要来源。

在中辍up主生产内容的过程中,算法会裁定他们创作的内容,并据此决定是否推荐流量分配数额。^⑤算法技术的态度一目了然,推荐表示认同,拒绝则表示否定。此态度被中辍up主内容视为价值确认的第一环,也是关键一环。虽然B站与抖音、快手、小红书、今日头条同属算法平台,但B站的交互功能在这些平台中最为多样(包括发弹幕、关注、分享、点赞、投币、收藏、评论、不喜欢等)。^⑥随着平台互动方式多样化,其算法背后依据这些互动数据的计算也随之变得复杂。据B站网页介绍,推荐排序会综合考虑播放、点赞、投币、收藏、关注、分享、点

踩、不感兴趣等不同维度的正负倾向,最终融合排序。然而复杂的计算机致使众多中辍up主认为这种评价标准带有模糊性与偏倚性,难以指导“主我”自我完善,顺利融入平台。就模糊性而言,中辍up主认为算法技术并不总以视频质量来评价视频,而是带有随机性。如“月牙有点萌”所说:“谁能明白呀,我认认真真做了一些旅游的视频,播放量惨不忍睹,什么几十、几百的,然后死活不给推荐。随便唠嗑的视频播放量竟然破千了。”与此同时,相似内容“推荐”与“不推荐”的对比也在数据结果比较下造成中辍up主对算法“不公正”的感知,众多中辍up主认为算法带有偏倚性,偏好“大博主”轻视“小博主”,偏好“短视频”轻视“长视频”。如“海南弱电小胡”称:“就像一些小的up主,他做的其实是跟那些大的up主做的视频质量差不多,只不过咱没有一开始的粉丝基础,那这个视频它就推不出去了,(如果都推不出去)以后谁还会去做视频呢。”又如“kei和marin”所说:“虽然15分钟的视频投入了创作者更多的心思,但反而一分钟视频会推给更多人。可能在算法眼里,15分钟长视频的价值不如那个吧。”

算法作为创作内容的核心“把关人”,居于内容创作者“客我”构建的轴心,取悦“算法”开展创作成为当下诸多up主苦心钻研的创作技能。^⑦然而不同于“现实我”中的“客我”所展现出来的反应稳定性及情感共通性,技术在up主的“赛博遗言”中是“不稳定”且“冰冷”的存在。模糊的推荐规则、不公平分配的认定造成创作者对“算法技术评价”的倦怠感以及流量分配“失利者”对技术评价结果的心理落差感和“流量被剥夺感”,削弱其进一步开展创作的动力。

(二)边界模糊的观众

米德认为在“客我”构建中存在“泛化他人”,“泛化他人”所体现的态度、价值观念、期望与观点会影响个体价值观念的形成。^⑧然而不似“现实我”栖居于相对稳定的社会群体中,“数字

分身”在形塑过程中面临着更广阔且模糊的大众群体。一方面想象中的“广阔观众”让中辍up主总是憧憬着“一举成名天下知”,然而实际的“籍籍无名”往往会破灭中辍up主的幻想,消弭其创作的意义感,造成“不被期待”的失落感;另一方面因观者数量扩大而增加的观念冲突、对峙亦令中辍up主深陷“众口难调”的生产困境中。如“皮卡兔兔 Cartoon”感慨的:“毕竟哪个博主没被骂过呢。”足见观念分歧所造成冲突已渗透到内容创作者的创作日常中。

首先,数据可见性所营造的“共在感”令用户具有更广阔的“他者想象”,然而他者的广泛存在与自我关注度的低迷对比会令中辍up主感到“不被期待”。如“墨妈爱生活”所说:“我很迷茫,我甚至有时候都不知道自己该拍些什么,然后(也不知道)我说的这个有没有人听啊,我感觉好尴尬呀。”其次,价值观念悬殊的广阔群体往往容易引起观念纷争,并将“矛头”对准中辍up主,对up主进行攻击与辱骂。被曲解与被误读的经历同样会降低中辍up主对“数字分身”的自我评价。如“天名董事长”所说:“曾经,我遭受了漫长的网络暴力。(都是)一些很过分的话。后来,我澄清了一切,不过,我还是因为过去的阴影,选择了停止更新。”又如“一块电路板”称:“当你看到满屏弹幕都在骂你,都在指责你,即使你知道你不是他们口中说的那样,你也不能说,因为任何一丝丝辩解都可能会成为攻击你的武器,招致更多的谩骂。”

由此可见,与构建“现实我”“客我”的观众具有“初级群体”与“次级群体”的层次划分不同^⑤,“数字分身”的观众由于数额庞大难以形成错落分级,不同成员都以类同的方式与“数字分身”开展交往,给予评价,形塑客我。观众的“无差别化”导致普通网络成员随意置予的“负面评价”都可能扭曲up主“客我”,并影响其“主我”的意愿与行动。

(三)“流动”的数字平台

数字平台的奖惩机制在不断变动、内容审

核机制也在变化^⑥,导致内容创作者陷入“不知道期待什么”的茫然以及“不知道该如何‘创作’”的困惑中。在奖励机制的变动问题上,“翔宇 Tristan”称:“现在创作激励也基本砍没了,砍了好几波,第一波砍的时候一下砍得太多了,砍到我们都惊讶了,就搞得好多人就直接停更。”B站在近几年多次下调奖励机制,自2024年视频创作激励年度计划生效后,up主的收入出现了明显的下滑,令一众up主叫苦不迭。社会学家涂尔干(Emile Durkheim)曾提到,外界条件的恶化会给人以强烈的不适感,并且会降低人们对事物前景的预估,由此产生的痛苦促使个体宁愿选择放弃也不愿意体验在更低条件中的状态。^⑦而关于不稳定的审核机制,诸多内容创作者在视频中都透露曾在创作途中遭遇平台“错误裁定”的情况,并需要多番申诉才能被平台审核通过。与此同时,一些用户的恶意举报同样会令平台将创作内容视作“问题视频”而不予以曝光。

热点的快速迁移也进一步增加了个体对外部环境认识的不稳定性。B站近几年来最急剧的变化便是长短视频的迁移,B站原本以长视频著称,集聚了一众擅长于长视频创作的用户,当全平台都在向短视频倾斜后,B站亦紧随潮流对长短视频形式做出重新布局。这种突如其来的交替令已习惯长视频叙述模式的up主无法适应,如“kei和marin”所述,他能够了解长视频向短视频迁移是随着现代生活节奏变快而必然发生的趋势,也能理解长视频数据变差是大势所趋,但他认为:“对于我一个拍横屏长视频十多年的人来讲,我真的太不习惯短视频的节奏了。”与此同时,平台不断更新、快速迭代的热点也加剧着“客我”接受的困难。如“是你的霹雳”所说:“说真的,互联网现在流行的彩妆趋势我已经看不懂了,就是感觉大家的鼻影越画越深,然后这个卧蚕越画越肥厚,我自己呢也有过尝试,只能说画出来的结果,我个人啊不是很喜欢。但是呢,这种风格又很火,我就一点一点地陷入一个

不停自我内耗的恶性循环。”

在“现实我”的构建中,感知到的外界规范是“客我”形成的关键,人们通过迎合外界规范与主流趋势来实现自我保护与获益。然而相对于现实情境的规则稳定性与热点周期性,数字平台的规则与热点呈现出流动性与快速迭代性,导致内容创作者的“客我”需要不断更新来适配平台的要求及追赶平台发展的趋势,此举增加了“客我”感知外界与调整对外界态度认识的负担。

总的来说,内容创作者“数字分身”的“客我”构建来源包括技术、观众与平台三方,他们的态度经“数字分身”有结构地组合形成了“客我”。与栖居于真实世界中的“现实我”的交往对象都是享有共通意义符号与情感的社会成员不同,交往对象被大大扩展的“数字分身”“客我”表现出异于“现实我”“客我”的特征:一则算法技术的融入让预测他人的反应并依据他人反应行事变得困难,因为算法技术“难以琢磨”且“不通人情”,所以技术所影响的“客我”含糊且不确定,对“主我”的指导意义大大减弱;二则广阔观众扩大了个体交往的边界,原本观念大相径庭、背景身份悬殊、不被纳入形塑“客我”来源的人员也被吸纳进来,增加了“数字分身”调和各方态度的难度;三则平台作为与“现实我”栖居的“社会”类同的存在,并未形成稳定的规范,“朝令夕改”也为“数字分身”感知外界、塑造“客我”提出了更高的要求。因此由“算法技术”“广阔观众”“平台”构建的“客我”与“现实我”的“客我”相比,具有模糊、高要求与不稳定的特征。

六、“数字分身”“主我”对“客我”的心理反应

“主我”是个体对外界态度集合的反应,这种反应首先表现为心理反应。^⑧“数字分身”“主我”对“模糊”“高要求”“不稳定”的“客我”的心理反应包括焦虑、高压、纠结等。

(一)“主我”的数据焦虑

算法的“技术评价”冲击着中辍up主的“主我”,不稳定的评价结果造就中辍up主的数据焦虑。数据的多寡与变化不断牵动着用户对创作作品的价值感知。除此之外,数字评价与内容创作者的收益、商业合作直接关联的价值规则又进一步加剧了用户对数据结果的焦虑。而这种“焦虑”表现为不断观察数据变化并反思数据变动原因,对数据下降的结果感到不安与紧张,并伴随强烈的挫败感。如“杨真直”所说:“我长期害怕数据不好,恐惧到甚至不想更新了。(并认为)只要我不更新了,数据就不会变差。”而对于以视频创作为业的up主而言,数据下降乃至会降解其人生意义,使其失去奋斗的意义感。如“努力的悉尼小猪猪”称:“当我不知道该拍啥以及视频数据下降时候,(我就感觉)仿佛生活中唯一一件有价值和意义的事情就此破灭。”

中辍up主对数据的过分关注造就出一种“数据本位”的伦理观念,排除并驱逐人本主义价值,促使用户以数据交往代替个体交往,形成人的普遍异化与本真危机的发生。^⑨而中辍up主长期数据焦虑的状态即印证着这种数据异化现象,亦暴露出不稳定的技术评价结果的负效应。

(二)“主我”的强创作压力感

为了迎合观众期待,中辍up主一方面试图制作精良的视频内容以获得更多观众的关注与喜爱;另一方面谨慎地自我审查,避免不当的情绪反应所造成的攻击谩骂,试图满足“广阔观众”期待的“主我”深陷巨大的创作压力中。

首先,中辍up主尝试用“精益求精”的策略来赢得更多粉丝。具体体现在从选题、收集素材到拍摄再到剪辑都期望能融入自我的构思设计,此举加大了创作的成本,同时削弱了创作的可持续性,构成其创作的第一层压力。如旅行类博主“404”所说:“两周没更新,(担心)如果只是更新深圳的一些vlog视频,怕你们不买

账,想憋个大。但又想不出拍什么,所以压力很大。”又如“沧桑丸”所说:“我现在做视频很难受,经常坐在电脑前半天,却一段文案也写不出来,每次写完觉得不好笑,又删掉。”此外,中辍up主还需通过周期性更新来迎合观众对新内容的期待,持续性的输出、不间断的更新令创作者始终处在高强度的创作负荷下来试图满足观众不断衍生、并不可能被彻底满足的观看欲望。^⑩

其次,中辍up主需要不断自我审查所创作的内容,尤以审查自我在视频中情绪展露为代表。持续性、高要求的自我审查构成up主第二层压力,衍生出精神内耗、情绪失调等系列问题。^⑪如点读机女孩“高君雨”表示自己现实状态实际非常差,但为了“屏幕形象”仍努力在镜头前维持积极的状态,因此其在镜头下承受着巨大压力,最终不得不选择停更,其称:“每次我都在拍摄的时候展现非常积极的状态,但其实有很多被剪掉的部分是我很难受不停地喘着粗气录下来的,所以你们虽然看到的视频里面都是我积极阳光的样子,但其实我现实状态非常差。”后证实其患有脑癌,但其又因混乱患癌时间线博取流量而被全网封禁,“数字分身”无法再次启用。又如博主“我是秋秋菌”所称尽管遭遇了人生的“至暗时刻”,但其在“赛博遗言”中称仍需在互联网上扮演好情绪稳定的成年人来“糊口”。

(三)“主我”在分裂“客我”下的纠结

平台原本应以“底线规则”形式存在,承担起平衡各方的“仲裁者”角色,但是不断变化的平台态度不时会与算法、观众的期待相互冲突,导致“数字分身”“客我”频繁的内部分裂,引致纠结的“主我”。具体而言,平台不断提高的规范性的要求与观众猎奇的期待形成对冲,热点的变化趋势又与观众对视频博主的定位形成矛盾,致使内容创作者不得不反复权衡来应对分裂的“客我”。

首先,平台规范性的要求与观众“猎奇心

理”形成对冲,促使中辍up主宛如“走钢丝”似的创作,一方面把握平台底线要求,另一方面又反复试探如何能最大限度赢得关注。然而“钢丝试验”时常会在以审核严格著称的B站上以失败告终,B站的审核是机器与人工结合,特点一为速度慢,据“麻薯波比呀”称:“抖音一般不会超过10分钟,但B站慢的时候2~3小时都出不来”。并且up主如果曾有过违规行为,未来多期视频都会被复审,又进一步延长了审核的时间。特点二为反馈机制中包含“返工”项目,这意味着即便内容在初始通过审核,B站亦可以通过锁定要求up主二次返工。此举会导致流量中断,收益削减,被up主诟病为“反复无常”。特点三为客服过于“官方”,不够人性化,回应up主提出的审核问题大多“照章办事”,并没有展现出“一事一议”的灵活变通性。封号、停播的频繁发生将内容中辍型用户置于无力感与绝望感中,形成“寒蝉效应”^⑫。如“飞奔之大猪”所称:“我抢救过的视频也被举报后,我就知道这条路堵死了。”符合规范却被驳回的现象也会导致up主对平台创作体验的不满。如美食博主“我又把面包烤糊了”所说:“一个视频被驳回三次,每次理由还不一样,别的平台都能正常发,B站审核是不是太过严苛了。”

其次,热点的快速变换又致使内容创作者需要转型、追热点以赢得更多的算法流量,但保守型观众难以接受内容创作者的风格切换。倘若up主“抱残守缺”又会引起追求新鲜感观众的“审美倦怠”,也不利于其搭乘热点的“东风”,招揽新的粉丝。如何有限度地既迎合平台潮流,又最大程度满足观众对内容的期待令up主难以抉择。

由此来看,观众、技术、平台组建的“客我”压抑着“主我”,平衡各方、经营虚拟身份,并反哺到“现实我”令up主疲于奔命。焦虑、压力、纠结的精神状态威胁着个体的身心健康,众多中辍up主由于患上严重的身体、心理健康疾病而无法继续创作。如“孟小夏 emm”所说:“巨

大的压力已经让我产生被迫害妄想症和严重的身体不适了。所以,停更了,再不停更估计会没了。”从中足见“主我”在模糊、高要求、不稳定且内部分化的“客我”下所产生的“自我危机”。

七、中辍:“主我”应对“客我”的行为反应

(一)转移型中辍:调整“客我”对象,释放“主我”压力

海德的认知平衡理论认为,在人的认知系统中存在着令这一系统达成一致的情绪压力,促使人们不断采取行动使不平衡状态重新归于平衡。^③这种“不平衡”显现为“主客我”协调的失衡,为了恢复平衡,部分内容创作者选择调整“客我”建构对象,行动路径为重归现实或分裂其他“数字分身”,形成转移型中辍。

在与粉丝告别的“停更视频”中,部分用户在视频中表达了自己将离开账号,并表示没有复更计划,想从做视频博主转移到另一种身份,放弃当下的“数字分身”。如动画类博主“沧桑丸”所说:“停更之后,我想做一些更感兴趣的事情。旅游,购物,打游戏,还有兼职。(此外)我一直都想去密室逃脱当店员。总之我想做(一切被up主身份所搁置的事情)。”

另一些中辍up主则虽离开账号却不终止创作,而是策略性转移、调整“客我”对象以摆脱当前的困境,体现为更换账号及转移到其他平台。在他们的认知中,“客我”的分裂源于“客我”局限于“一端”的问题,消除部分“客我”的构成对象即可终止“主客我”的失衡状态。诸如不被关注与被恶意评价的内容创作者选择改头换面,更换“数字分身”来脱离不友好的观众。又如感知算法的“偏倚”与平台不公正的用户则迁往其他平台,面向不同的平台与算法。因为在他们感受中,不同平台在算法和规则上存在巨大差异。^④因而,中辍up主会认为转移平台即可更换“客我”构成对象,获得不同的“主客我”互动体验。于是当“主我”在一

种技术、一个平台下负载过重时,他们便会选择转移至其他平台,与另一种算法互动,接受另一套规则。如知识分享类博主“卡卡银行”向粉丝告别时称决定停止在B站更新,但还是会在其他平台继续分享与上传,希望粉丝继续持续关注。

由此,“主我”过载的压力令中辍up主不堪其负,“数字分身”的“客我”构成对象可更替性与“分身”的可舍弃性令部分内容创作者在压力下选择重置“客我”构建对象来削减“主我”的负累。

(二)调适性中辍:调整“主我”认知以纾解压力

相较转移型中辍行为通过消极转移的方式来解决期待与实际间的认知落差,调适型中辍up主往往通过调适“主我”来放松自我,重获与“客我”互动的动力,这就促成他们口中俗称的“给自己放个假”。具体来看,调适型中辍up主会在视频中明确表示未来会重新更新,并恳请粉丝能够接受自己短暂的离开。如up主“LKS”所说:“全职周更了这么久,我终于决定按下暂停键,给自己来一个小小的休假。”并表示希望能够利用休假的时间调整一下心理状态,重新思考创作选题的问题。在视频末尾,调适型中辍up主会主动强调未来恢复更新的意愿,有的还会直接道明恢复更新的具体时间。如游戏类up主“YUYU阿玉”所说:“不一定是永别,相信我们还是会再见的,那我们下期视频再见了,拜拜!”

从文本分析情况来看,近九成内容创作者仅为调适型中辍,只有一成的用户选择转移型中辍,但二者比例的悬殊亦可能源于样本选取方法造成的谬误,即众多转移型中辍up主通常选择暗自退出而未发布停更视频。然而从中仍能看出内容创作者“主客我”互动中的失衡及“主我”“重获平衡”的尝试,亟待外界重新反思数字交往中的“自由”与“不自由”,对“自我”的发展究竟是起到“释放”抑或“压抑”作用等系列问题。

八、结论与讨论

米德在《心灵、自我与社会》中曾提到:“自我,作为可成为它自身对象的自我,本质上是一种社会结构,并产生于社会经验中。”^{④5}在当时的现实背景下,米德考虑的更多为“现实我”,然而随着媒介化进程的不断加快,创建数字账号,形塑“数字自我”已经变得愈发稀疏平常。由此,“数字分身”成为可能,自我变得更加复杂和多层次。^{④6}“数字分身”如同“现实我”般经历着“主客我”互动,同样在外部镜像(他者)中塑造着“自我”,完成自我确认。^{④7}然而互动的对象却由初始“重要他人”组建的小范围交际圈扩展到了包含广阔大众的大范围交际圈群,同时还融入了非人类实体——技术与平台。当交往对象被无限拓展后,“自我”并没有如技术乐观主义所畅想的获得更多的自由、潜能得到充分开发。^{④8}与之相反,个体的“自我”如斯图亚特·霍尔(Stuart Hall)所预感的那样变得不再自主、理性,而是趋于碎片化与不完整。^{④9}也如肯尼斯·格根(Gergen Kenneth)所忧虑的那般被无甚关联的社会关系网络扯来扯去,演这演那,以至于真正的“自我”反而消泯了。^{⑤0}众多“数字分身”的拥有者表示其因遭遇技术异化、平台钳制、观众指摘多重权力关系的规训和塑造^{⑤1}而身处不安、焦虑的精神困境中,需要以中辍来缓解这种紧张的状态。

具体来看,创作者的“数字分身”的“客我”建构来源存在算法技术、观众与平台三个面向,与“现实我”的“客我”是稳定且内部统一不同,“数字分身”的“客我”模糊、高要求、不稳定并且内部还出现了分裂,由此造成“主我”的焦虑、压力与纠结。up 主“主我”对“客我”的上述心理反应促使其尝试用两条路径调整自我状态,一条为转移型中辍,改变“客我”的构成对象,回归现实或打造其他“数字分身”;另一条为调适型中辍,短暂休憩来缓和“主我”紧张状态,继续原“数字分身”的经营。

“主我”中辍行为反应的分化与个体“现

实我”与“数字自我”的互动有关。倘若“现实我”或其他“数字分身”相对当下的“数字分身”被认为能赋予个体更多的意义,创作者便倾向于放弃负载的“数字分身”,投身到其他“自我”经营中。假使“现实我”或其他“数字分身”中创造的意义不足,创作者则会继续原“数字分身”的经营,并通过调整“主我”认识来化解“主客我”的不平衡。由此使得创作者在主客我互动失衡状态下做出不同的行为选择。然而这两种行为选择都可能会随着个体认识变化而不断切换,使“自我”始终处在液化和流动状态下。^{⑤2}韦伯(Max Weber)认为,人的行动总是为意义驱动。^{⑤3}米德又认为姿态、顺应反应及社会动作的结果三合一的关系是意义的基础。^{⑤4}线上世界确为摆脱身体局限、开拓人的生命意义提供了新的可能,但人们不应该忽略在失去具身的前提下,获得更多交往自由后的、被来源多样的“客我”所束缚的不自由,这在拓宽了意义的路径的同时,却又增加了调和“主客我”平衡来汲取意义的困难,以及所造成的当下自我不断分裂、逐渐失去稳定性的现状。由此来看,创作者“中辍”的频繁发生与“停更潮”的出现并非偶然,而是人们拓展“数字分身”过程中处理“主客我”互动关系,构建“数字人格”中所暴露出的问题。要解决这一问题,需要算法、观众及平台多方合力回应且明晰“客我”对“主我”的期待。具体来看,算法技术需要更合理、更具有创作者关怀意识地分配流量,避免用“黑箱式”的数据分配模式消泯普通创作者的创作积极性;观众则需要“换位思考”,调动“共情心理”给予 up 主更多的包容与肯定;平台则需要完善政策,避免大幅调整引起创作者的强烈不适感。如此才能更好指引 up 主“主我”有效完善“数字分身”,削减“数字分身”的压力并帮助 up 主在内容分享与形象塑造中得到更多的积极反馈,从而延展自我潜能、丰富精神世界,构建出更完满的“自我”。

【责任编辑:刘 俊】

注释:

- ① Benkler Y, Nissenbaum H. *Commons-Based Peer Production and Virtue*. The Journal of Political Philosophy, vol. 14, no. 4, 2006. p. 419.
- ② Kreiss, Daniel, Megan Finn, Fred Turner. *The Limits of Peer Production: Some Reminders from Max Weber for the Network Society*. New Media & Society, vol. 13, no. 2, 2011. p. 253.
- ③ [美] 克莱·舍基:《人人时代 无组织的组织力》, 胡泳、沈满琳译, 浙江人民出版社 2015 年版, 第 1 页。
- ④② 吕鹏、葛孝:《一个超级网红的消亡史:网络主播的数字劳动、身份认同及治理——基于 MC 天佑的媒介生命史研究》,《国际新闻界》, 2023 年第 8 期, 第 159、155 页。
- ⑤ Cao X, Sun J. *Exploring the Effect of Overload on the Discontinuous Intention of Social Media Users: An S-O-R Perspective*. Computers in Human Behavior, vol. 81, 2018. p. 10.
- ⑥ Everett M. Rogers. *Diffusion of Innovations (4th Editions)*. New York: Free Press, 1995. p. 161.
- ⑦ Duffy, B. E., Wissinger, E. *Mythologies of Creative Work in the Social Media Age: Fun, Free, and “Just Being Me”*. International Journal of Communication, vol. 11, 2017. p. 4663.
- ⑧ Arriagada, A., Ibáñez, F. “You Need at Least One Picture Daily, If not, You're Dead”: Content Creators and Platform Evolution in the Social Media Ecology. Social Media & Society, vol. 6, no. 3, 2020. p. 2056305120944624.
- ⑨ Ahmad, P. M., Hikami, I., Zufar, B. N. F., et al. *Digital Labor: Digital Capitalism and the Alienation of YouTube Content Creators*. Journal of Asian Social Science Research, vol. 3, 2021. p. 179.
- ⑩ 顾楚丹、杨发祥:《驯化抑或互构——社交平台“数字灵工”的算法实践》,《探索与争鸣》, 2023 年第 5 期, 第 88 页。
- ⑪③ Zhang, W., Chen, Z., Xi, Y. *Traffic Media: How Algorithmic Imaginations and Practices Change Content Production*. Chinese Journal of Communication, vol. 14, no. 1, 2020. p. 62, p. 70.
- ⑫ Bucher, T. *The Algorithmic Imaginary: Exploring the Ordinary Affects of Facebook Algorithms*. In *The Social Power of Algorithms*. Routledge. 2019. p. 41.
- ⑬ Benkler, Y., Nissenbaum, H. *Commons-Based Peer Production and Virtue*. Journal of Political Philosophy, vol. 14, no. 4, 2006. p. 398.
- ⑭ 胡泳、年欣:《自由与驯化:流量、算法与资本控制下的短视频创作》,《社会科学战线》, 2022 年第 6 期, 第 148 页。
- ⑮ Duffy, B. E. (Not) Getting Paid to Do What You Love: Gender, Social Media, and Aspirational Work. Yale University Press. 2017. p. 136.
- ⑯ 于天宇:《时间剥削与情绪剥削——平台资本主义生产劳动过程分析》,《社会科学战线》, 2023 年第 1 期, 第 42 页。
- ⑰ 申玲玲、向爽:《价值共创视角下自媒体平台内容创作者扶持政策研究》,《出版科学》, 2021 年第 5 期, 第 87 页。
- ⑱ 翟秀凤:《创意劳动抑或算法规训?——探析智能化传播对网络内容生产者的影响》,《新闻记者》, 2019 年第 10 期, 第 5 页。
- ⑲ 戴颖洁、吕梓剑:《数字劳工的主体性及其发展走向——基于品牌带货主播异化劳动的研究》,《新闻与传播评论》, 2022 年第 5 期, 第 72 页。
- ⑳ 陆新蕾、单培培:《可见与不可见:短视频平台中农村女性的身体叙事研究》,《新闻与写作》, 2022 年第 11 期, 第 49 页。
- ㉑④⑩ Thorne, S. *Emotional, Exploitation & Burnout in Creator Culture*. CLCWeb: Comparative Literature and Culture, vol. 24, no. 4, 2023. p. 7, p. 7.
- ㉒ 李艳红、孔翔:《建立一个“创业自我”:数字商业化语境下青年主播的身份工作》,《新闻记者》, 2023 年第 12 期, 第 37 页。
- ㉓③⑤ [美] 查尔斯·霍顿·库利:《人类本性与社会秩序》, 包凡一、王湲译, 华夏出版社 2015 年版, 第 129、145 页。
- ㉔③④⑤④ [美] 乔治·H. 米德:《心灵、自我与社会》, 赵月瑟译, 上海译文出版社 2018 年版, 第 197、86、24、193、55、88 页。
- ㉕ 杜骏飞:《数字交往论(2):元宇宙,分身与认识论》,《新闻界》, 2022 年第 1 期, 第 69 页。
- ㉖ Krippendorff, K. *Content Analysis: An Introduction to Its Methodology*. Sage Publications. 2018. p. 24.
- ㉗ Horton, D., Wohl, R. R. *Mass Communication and Para-Social Interaction: Observations on Intimacy at a Distance*. Psychiatry, vol. 19, 1956. p. 216.
- ㉘ 晏青、陈柯伶、杨帆:《“自我—技术”关系感知与调适:短视频观看中间歇性中辍行为研究》,《国际新闻界》, 2022 年第 11 期, 第 100 页。
- ㉙ Glatt, Z. *We're all Told Not to Put our Eggs in One Basket: Uncertainty, Precarity and Cross-Platform Labor in the Online Video Influencer Industry*. International Journal of Communication, vol. 16, 2022. p. 3854.
- ㉚ 洪杰文、常静宜:《“有意”“无意”之间:B站青年的算法身份建构研究》,《新闻记者》, 2023 年第 12 期, 第 43 页。
- ㉛ Gillespie, T. *Custodians of the Internet: Platforms, Content Moderation, and the Hidden Decisions that Shape Social Media*. Yale University Press. 2018. p. 111.
- ㉜ [法] 涂尔干·埃米尔:《自杀论》, 冯韵文译, 商务印书馆 1996 年版, 第 233 页。
- ㉝ 黄月琴、黄宪成:《粉丝公益传播中的时空套利与“数据人”异化:数据主义批判的视角》,《新闻与传播研究》, 2023 年第 7 期, 第 74 页。
- ㉞ Hochschild, A. R. *The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling*. University of California Press. 1983. p. 135.
- ㉟ Liang, J. “Dancing in Chains”: Chilling Effects of Content Creators on Chinese Social Media. Deviant Behavior. 2024. p. 4.
- ㊱ Heider, F. *The Psychology of Interpersonal Relations*. Wiley. 1958. p. 182.
- ㊲ Narayanan, A. *Understanding Social Media Recommendation Algorithms*. Knight First Amendment Institute: Algorithmic Amplification and Society. 2023. p. 8.
- ㊳ Brooks, D. *The Social Animal: The Hidden Sources of Love, Character, and Achievement*. Random House. 2011. p. 275.
- ㊴ Lacan, J. *The Four Fundamental Concepts of Psychoanalysis* (A. Sheridan, Trans.). Norton & Company. 1978. p. 9.
- ㊵ Liu, J., Burkhardt, J. M., & Lubart, T. *Boosting Creativity through Users' Avatars and Contexts in Virtual Environments-A Systematic Review of Recent Research*. Journal of Intelligence, vol. 11, no. 7. 2023. p. 144.
- ㊶ Stuart Hall. *Critical Dialogues in Cultural Studies*, Routledge. 1996. p. 225.
- ㊷ Gergen Kenneth, J. *The Saturated Self: Dilemmas of Identity in Contemporary Life*. Basic Books. 1991. p. 6.
- ㊸ Foucault, M. *Discipline and Punish: The Birth of the Prison* (A. Sheridan, Trans.). Vintage Books. 1995. p. 27.
- ㊹ 施畅:《制造分身:现代性主体的自我危机与分离想象》,《南京社会科学》, 2024 年第 6 期, 第 105 页。
- ㊺ [德] 马克斯·韦伯:《新教伦理与资本主义精神》, 赵勇译, 陕西人民出版社 2009 年版, 第 19 页。

(作者丁汉青系北京师范大学新闻传播学院副院长、教授、博士生导师;朱婧系北京师范大学新闻传播学院博士研究生)