

只用了17天，B站涨粉从0到1000+，我做对了什么？

2022 年 12 月 17 日

不好意思，我拖更了，而且一拖就是大半个月。

我不仅停止了写文章，还停止了阅读，取而代之的是刷视频。

嗯，是的。就是刷那些如同毒品一样让人欲罢不能的优质视频，沉浸到那个曾经让我排斥的「奶头乐」里。

但是不得不说，这些视频制作者是真的很厉害，能牢牢地黏住观众的注意力，从我点开的那一刻，不知不觉就看到了最后。有种时间被「偷」走的感觉。

这也让我才意识到，我之前写的这些文章涉及面比较庞杂，阅读体验也不太友好，因此对读者的注意力要求，那是想当的高！

所以，那些愿意逐字逐句看完的朋友，也就是正在看这段文字的你，真的感谢，能包容我之前肆意地书写自己想说的话。

（在注意力严重稀缺的时代下，能遇到你们是我很大的幸运！）

为啥我会沉迷在视频里呢？

这一切的起因是，我在看到了饭饭的一篇文章。



提前开始你一年的回顾和总结

- 「后悔」是最差最差的情绪，用两个月的时间给自己不后悔的一年。
- 不要总想着写要给别人看，说到底人生是自己的，与他人无关。

为什么要提前开始总结？

很多人会等到年底了再做总结，但那个时候不管总结出什么都为时已晚，一切都只能从下一年开始。但马上会被过年放假好好休息的念头冲散，然后总结出来的问题都抛诸脑后被淡忘，新的一年继续犯同样的错误。

他建议大家，要提前开始做年度总结，这样可以利用「后悔」的情绪，推动自己用剩余的时间给自己一个不后悔的一年。

我的第一反应是，觉得今年对我而言，最大的遗憾就是没有把视频做起来。如果你看过我之前的文章，你应该知道我对视频制作处在一种摆烂的状态。

所以，我开始认真地把做视频当成一个自己主要的事情来做。这段时间，我也对自己的认识更清晰了——我确实是个单线程的人，一次只能专注在一件事上。

（所以我就断更了，哈哈哈哈哈）

在11月30日，我发布了重振后的第一个视频——《[裸辞做自媒体后，我想放弃做B站up主了](#)》，视频内容大致讲的是我如何做视频如何受挫，处在很颓丧的状态，但是我自己想通了一些事，开始决定认真做视频。

其中有个弹幕说：“本来我开始想劝你放弃，但是看到了最后，我知道你是不会放弃的。”

视频发布后，数据表现还是如往常一样，有比较少的人看。但是与之不同的是，鼓励我加油的评论明显比以前多了。

在第二天的晚上，我随意打开B站一看，震惊地发现右上角有四五十条新消息。这之后不久，我的视频播放量超过了500，当时老开心了。但是好消息还在继续，随着视频的播放量越来越高，有更多对我特别有用的评论涌现出来。我就贪婪地吸收着来自过来人的真诚建议。这个视频的热度持续了大概四五天，这个热度我也没浪费，我带着许久未有的兴奋感，一连做了两个视频。蹭着第一个视频的流量势头，完成起初的冷启，也有了不错的数据。



疫苗三针，五线城市，还是阳了.....感染新冠后的第1天症
358 18小时前



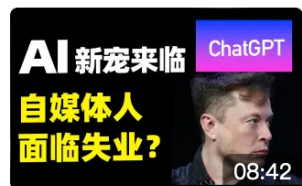
【老好人】你有底线吗？建立边界感的7条建议，讨好型人
1267 12-14



裸辞8个月0收入，我后悔了吗？让打工人戳心的3个时刻
1.1万 12-10



三年职业自述！大龄卷王裸辞回家??不想再做打工人了，拜
2552 12-9



【ChatGPT】马斯克被惊吓，AI取代人类劳动力，自媒体将
2万 12-5



半年前就知道这些该多好？活得通透其实很简单|倦怠人生
2万 12-3



裸辞做自媒体后，我想放弃做B站up主了
6.8万 11-30



【角色自洽】你对选择的态
度，比选择更重要
1510 11-18

从11月30日到12月16日，在这17天里，我一共上传了7个新视频，收获了1100多个关注者。对于之前视频一直没做起来的我，已经算是很大的突破和进步了。

我也想把这段时间对视频制作的心得整理出来，给一些想要尝试视频自媒体的朋友一些参考。

1、要先有up主的身份认同

我觉得之前很拧巴，总想一瓜多吃。就是如果我能花时间写一篇文章出来，如果这个文章大家喜欢，我就可以把文章稍微改改，润色，改编成一个视频。

这里的内在矛盾点是，我始终觉得自己是一个写文章的人。视频只是文章的翻译工具和内容的放大器。对于能看文章的人来说，这样的视频无疑会更利于内容吸收，但对于不习惯看文章的人来说，这种视频就味同嚼蜡。

更深沉的原因是什么呢？就是我对视频博主、up主这个身份的不认同和不接纳。

这种不接纳带来的显著害处就是，我会很做得很累。

如果要写一篇5000字以上的深度文章，需要我花三四天的时间去看书，两三天的时间消化和输出。如果再把它换成视频稿，那基本上两周才能出一个。这样高成本的产出，换来的却是无人问津的窘境。这种负反馈会降低我做视频的积极性，以至于我无法跳脱出写文章的思路，完成到视频叙述逻辑的转换。

其次，因为身份的不接纳，还会导致我对自己的等级错估。

由于我也输出过受人认可的文章，这让我觉得，我的内容迁移到视频里，应该不用从零做起。我看到一些知识区的up，他们花了几十分钟讲解一本书，获得了很多关注。但是我忘记了自己是一个新人up，并且在内容的趣味性上也差了不少。所以，即使我花了很多时间成本，也仍然没有人从一开始就相信我，愿意看下去。况且，我也不像那些拥有几十万关注的up，从一开始就能有天然的冷启触发。

后来和朋友交流时，我假装不经意地调侃道：做知识类视频，重点不在于知识的教授，而是通过“表演”供人消遣。

这个过程对于我而言，就是打破再重塑的过程。因为它背离了我之前不少价值取向：要产出深度、系统性的内容；分享最近对自己最有触动的信息。

但是，辞职后7个月一直没有收入的我，不可能再以我为主地产出只有少数人能看明白的“干货”。如果我想做好「自媒体」，取悦受众是最基础的一步。

在最新的视频里，我尝试分享一些日常的内容，也是希望自己不局限于以知识分享为主，但是不管戏路再宽，也都是围绕我这个人展开。

我是真的想通过视频去记录自己的生活 and 思考，也越来越愿意接受up主的这个身份。

小建议：不同的平台，对内容调性的要求不一样。你也可以给自己定位的是小红书博主。重要的是，你只选择以一个平台为主。不然会产生评判体系紊乱的情况。

2、把控视频叙述逻辑

接纳了up的身份后，我才开始正视一个事实：「视频叙事逻辑」和「文章叙述逻辑」完全不一样。

我们都知道，阅读时，人可以跳读、略读，也可以按照时间顺序细读。大多时候，我们会先浏览一遍全文，然后再看有没有看的必要。

但是看视频的时候做不到，你顶多做到加速播放，但这同样是线性的逻辑。

所以，这样就对视频的内容要求更高。

你要细抠的不是每一句话，而是每一秒的视频呈现。

但是！对呈现的优化不是说，你加点表情包、加点梗、加点动效和音效就行了。这只是表面功夫。对呈现逻辑的设计，应该倒推到最初写视频稿时。

也就是说，在写视频稿的时候，你的脑子里就要去预演自

己在镜头面前的表现。包括说话的语气、肢体语言、眼神、氛围和节奏。

更重要的，是传递情绪。看综艺获得快乐情绪，看鬼片获得恐惧情绪，看竞技比赛获得愤怒的情绪.....

如果你的视频内容没有情绪，用户就无法产生「共情」。

而情绪不能一直不变，如果从头到尾一直丧，没有反转，就没有张力。如果我「放弃做up」的那个视频，如果我从头到尾一直都在说我在失败、没量，然后抱怨平台流量分配不均，最后结束时说一句：我不干了，拜拜。这样的情绪线就很平。

如果最后加上了正向和希望，一开始的负面情绪在此刻，都会成为正面情绪的势能。

但是，这就引出了下一个问题：情绪需要怎么传递？

答案是用真实的经历来传递。

3、暴露真实的自己

随便去举一个书里的别人的案例，不如举自己亲身经历的案例。在那个时刻，你一定是有情绪点的。你要把它在镜头面前释放出来，让观众被代入进去。

为什么一定要展示真实的自己？因为这是你做视频呈现最大的价值。

因为你的表情、声音都已经暴露出来了，如果你不加以运用，来引导关注情绪，真的太浪费了！（说实话，我的表

情也比较平)

但是，我和一些朋友交流后，发现不少人，尤其是女孩子，不希望自己在镜头面前出丑，害怕被人评判。

这里我说真心话，如果你希望自己能成为关注量不小的up，就需要迈过这个心理坎

我目前看到的很多如「秀芹在此」、「LORIII阿姨」、「侯翠翠」等知名up，她们都不太care展现自己的素颜，相反，有的up还会通过做一些相对夸张的表情去诠释当前的情绪。

在《[老公，请你评价我的外貌](#)》里，up拉着她的男友一起做了外貌焦虑的测试，那时候的up呈现出了极端真实的状态，观众非但没有在弹幕上去攻击up，反而弹幕上尽是鼓励和认可。当你愿意展示真实的自己时，在观众眼中，你精心打扮后的美，也更让人感觉立体和鲜活。

暴露真实的自己，说起来简单，做起来很难。毕竟谁愿意让自己的经历和外貌被流量消费？

但说得鸡汤一点，让自己的缺点暴露，也算通过镜头去接纳更完整的自己。它也是每一个个人视频博主需要面对的难题。一旦跨过去，之后做视频时心里会轻松很多。

当然，你也可以选择不暴露自己，这需要你有足够震撼人的信息，以及引人入胜的节奏，还有足够的运气。

震撼人的信息需要你平时多积累，或者具有很强的信息搜集和整合能力；运气这事儿也不可控。那只剩下「引人入胜的节奏」了。

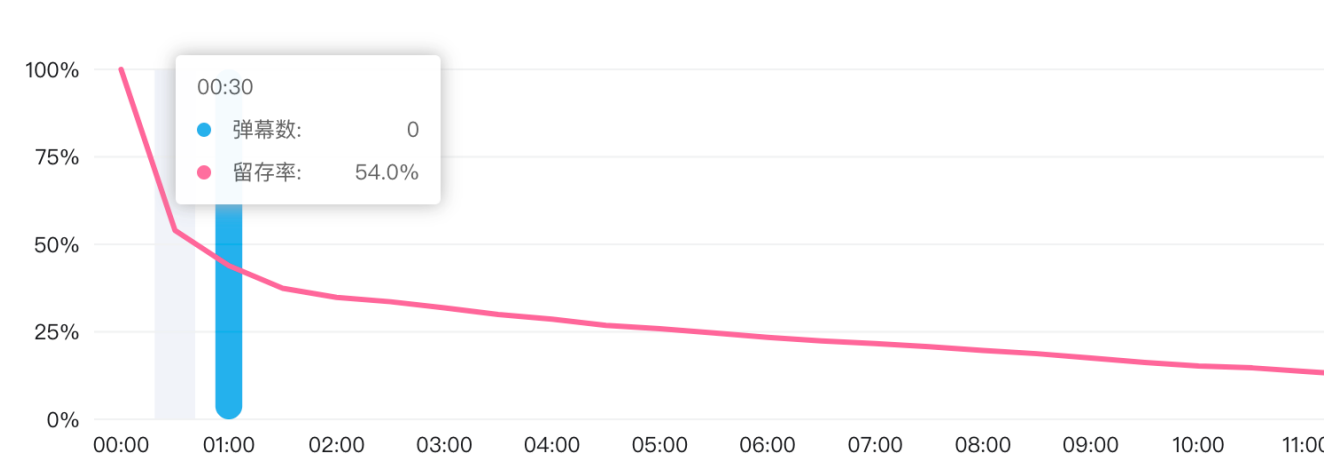
4、设计引入入胜的节奏

在我刚发布了《放弃做up》的视频后，一位热心的知乎博主给了我不少帮助和反馈（表示感谢）。她对我的形容很贴切，就是一个「不太高兴的大学老师」，营造出的氛围给人感觉很低欲。

这个形容我觉得好贴切。我也重新站在了外部视角去审视自己过往的视频。

这也让我意识到，如果我的文本不够有趣，话题不够刚需，再加上我这种拖沓低欲的节奏，很难留住观众把我的视频看下去。

我带着一个不耐烦、赶时间的观众去看我之前的视频时，我竟然发现，我连前1分钟都坚持不下来。

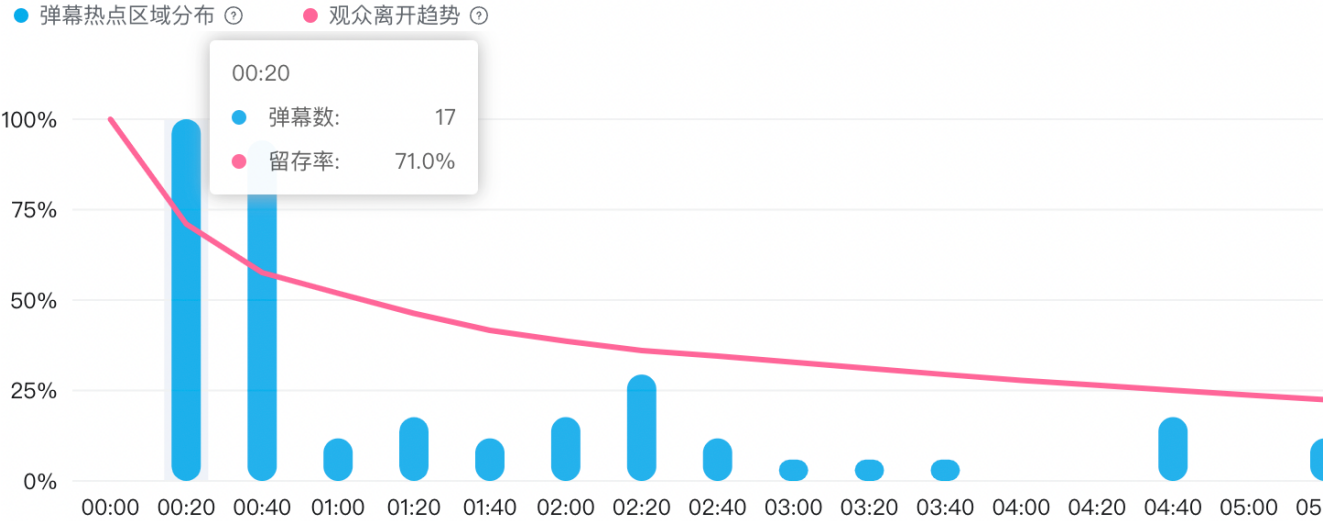


（《打开心智的3个实用心态》的观看留存率）

这里的重点是：我怎么能给用户营造出引人入胜的节奏？

对我而言，我当时只做了一个调整。就是在写完稿子后，反复问自己，观众看到文章的每一段话会是什么反应？有没有能吐槽的地方？如果逻辑断掉了，有没有其它方式来

补救（比如新生另外一个角色与自己对话）？



（《活得通透其实很简单》的留存率）

如果你能把每一个环节的互动感都搞定，完播率自然就会提升了。

最后，对于节奏来说，最重要的就是开头的前30秒。

如果你前30秒没有完成主题阐述、悬念引发，前1分钟内完成弹幕互动，那视频被推起来的可能性就小很多了。

结语

以上就是我最近梳理出的一些心得。但是既然是在平台上进行，一定要在观众与视频的每一个触点进行优化。

标题和封面一定要吸引人，不要怕因为夸张被人说是标题党。因为与此同时有很多人都在用标题党与你竞争。这是观众点开你视频的第一步，也是最重要的一步。

再就是，做视频一定是一个不断输出和外放的过程。这就更需要我们养成多输入、多思考的习惯，一旦涉及到自己

曾经做过的选题，才不会错过对应的热点。

最后，祝你在视频自媒体的道路上，一帆风顺。

如果中途有什么心得和经验，也欢迎回信与我分享。

还有！虽然12月已经过了一半了，但是离春节不还有一些时间嘛~

所以，你可以现在就开始做年度回顾，然后让自己过一个不后悔的春节！

感谢阅读，如果你不想错过我的更新，欢迎订阅我的[newsletter](#)。