



学校代码：10272

学 号：2021210061

上海财经大学

SHANGHAI UNIVERSITY OF FINANCE AND ECONOMICS

硕士学位论文

MASTER DISSERTATION

论文题目	“账号即墓碑”——丧亲者的网络哀悼行为研究
作者姓名	潘怡
院(系所)	人文学院
专 业	新闻学
指导教师	乔睿
完成日期	2023 年 4 月 25 日

摘要

本文基于在线社会支持理论,对当下互联网世界出现的“账号即墓碑”现象,即丧亲者建立社交媒体账号对逝者进行哀悼的行为展开研究,探究此类网络哀悼行为的在线互动机制、对哀悼者带来的情感转变过程及其社会功能价值。本文采用观察与深度访谈的质化研究方法作为主要研究方式,选择小红书、抖音等社交媒体上符合条件的网络哀悼账号进行深入观察,并对其中 9 位开设账号的丧亲者进行了深度访谈。文章对上述“账号即墓碑”现象的主要呈现形式进行了总结,也对丧亲者使用媒介进行账号构建、网络哀悼、并获取社交能量的全过程进行了归纳。

本文研究结论如下:

(1) “账号即墓碑”式网络哀悼无法根本上造成绝对性的情感转变结果,但“账号即墓碑”数字哀悼实践是充满情感的数字实践。其中情感在不同强度的展示和流动中往往是中心地位,在丧亲者和观看者中的情感实践和情感劳动活动能够较大程度上促进情感转变,于意义构建中发挥独特作用,并用线上反哺线下,改变传统的哀悼仪式的社会关系网结构,并构建以丧亲者本人情感为中心的社交关系、进行意义互动。

(2) 结合在线社会支持理论,“账号即墓碑”式网络哀悼给哀悼者带来情感转变的方式为:同质互动减弱负面情绪、获得社会互助、重塑认知产生积极信念和行为、心理支撑、面对网暴质疑等。

(3) “账号即墓碑”式网络哀悼中的媒介使用能够建立社会支持空间,通过信息流推荐机制彼此连接,通过征集功能完善叙事,通过网络的在场弥补身体的缺席。在减少负面情绪影响,提升积极情绪上有较好的作用,但与此同时也有吸引网络质疑声音的负面作用。

基于此,本文认为促使在线网络支持空间形成、加强在线社会支持氛围引导和管理、信息流推流机制优化、丰富网络社会支持外的支持形式,转变哀悼观念能够更好地引导哀悼者哀伤情绪疗愈,发挥在线社会支持的正面作用,构建良好氛围地网络哀悼环境。

关键词: 网络哀悼 ; 哀伤疗愈 ; 在线社会支持

Abstract

Based on online social support theory, this paper investigates the phenomenon of "accounts as tombstones", i.e., the behavior of bereaved people who set up social media accounts to mourn the deceased, and explores the online interaction mechanism of such online mourning behavior, the emotional transformation process of mourners and its social function value. This paper uses qualitative research methods of observation and in-depth interviews as the main research method, and selects eligible online mourning accounts on social media such Little Red Book and Tiktok for in-depth observation, and conducts in-depth interviews with nine of the bereaved people who have opened accounts. The article summarizes the main forms of the "account as tombstone" phenomenon, and also summarizes the whole process of bereaved people using the media to construct accounts, mourn online, and gain social energy.

The findings of this study are as follows:

(1) The creation of "account tombstone" cannot fundamentally cause the result of emotional turn, but the digital mourning practice of "account tombstone" is a digital practice full of emotions. Emotions are often central in the display and flow of different intensities, and the emotional practices and emotional labor activities among the bereaved and the viewers can contribute to emotional transformation to a greater extent, play a unique role in the construction of meaning, and use online to feed offline, change the social network structure of traditional mourning rituals, and build social relationships and meaningful interactions centered on the bereaved's own emotions.

(2) Combining Online Social Support theory, the "account-as-tombstone" type of online mourning brings emotional transformation to mourners in the following ways: homogeneous interaction and weakening of negative emotions, reshaping of cognition to generate positive beliefs and behaviors, gaining psychological support, realizing the meaning of mutual support, and facing the questioning of online violence.

(3) The use of the "online tombstone" medium can establish a social support space, connect each other through the information flow recommendation mechanism, improve

the narrative through the collection function, and compensate for the absence of the body through the presence of the network. It has a good effect on reducing negative emotions and enhancing positive emotions, but at the same time, it also has a negative effect on attracting skeptical voices online.

Based on this, this paper argues that prompting a shift in the design of the functional space of social platforms, strengthening the guidance and management of the community atmosphere, optimizing the information flow pushing mechanism, enriching the forms of social support, and changing the concept of mourning can better guide mourners to heal their grief and build a more favorable atmosphere for online mourning.

Keywords: online mourning ; grief healing ; online social support

目 录

第一章 绪论.....	1
第一节 研究背景.....	1
一、网络哀悼——哀悼仪式的网络化.....	1
二、网络哀悼的类型与意义.....	1
第二节 文献综述.....	2
一、网络哀悼的相关研究.....	2
二、研究理论基础.....	5
第三节 问题提出与研究思路	10
一、问题提出	10
二、研究思路.....	10
三、研究对象与方法.....	10
第二章 账号即墓碑:一种新的网络哀悼形式	13
第一节 “帐号即墓碑”式网络哀悼的定义	13
一、在线墓碑——网络哀悼的雏形.....	13
二、“账号即墓碑”——社交媒体时代的网络哀悼新形式	14
第二节 “账号即墓碑”的立碑者:不沉默的守墓人.....	14
一、自传性质的“帐号墓碑”	15
二、纪念性质的“帐号墓碑”	15
第三节 “账号即墓碑”网络哀悼的成因	16
一、线下交流机制缺失.....	16
二、互联网的发展与“永远在线一代”的诞生	16
三、客体获得社交互动性情感能量.....	17
四、主体获得合成情感的代偿.....	18
第三章 “账号即墓碑”的在线社会互动	19
第一节 “账号即墓碑”哀悼的内容形态与叙事特征	19
一、图片:反模因化呈现.....	19
二、视频:声音与画面的哀悼仪式	20
三、文字:多样化叙事下的情感表达	21
第二节 “账号即墓碑”式哀悼的在线互动机制	24
一、丧亲者获得情感支持——受众的共情式参与	24
二、丧亲者获得情感支持——受众的联想式参与	25
三、丧亲者获得信息支持——受众的建议式参与	26
四、丧亲者获得工具支持——受众蔓延至线下的现实生活参与	26
五、丧亲者获得负面支持——受众网暴式参与	27

第三节 在线社会支持的功能意义	28
一、连接功能:信息流推荐机制补充推荐与观看呈现	28
二、征集功能:被遗忘的和被留存的	28
三、在线抵达:身体的缺席与网络的在场	28
第四章 在线社会支持促进的情感转变	30
第一节 促进情感转变的原因	30
一、观看者的“治疗师”扮演引导	31
二、丧亲者的想象与构建	31
第二节 走出还是停留?——丧亲者的情感变化	32
一、在线聚集——通过同质互助减弱负面情绪	33
二、提供支持——实现社会互助意义	34
三、接受支持——重塑认知、产生积极信念和行为、获得心理支持	35
四、负面影响——迎接质疑	37
第五章 反思与展望	40
第一节 国内外社交网络平台的哀悼规制	40
第二节 国内社交平台哀悼功能与空间设计具体现状	41
第三节 发挥哀思的力量:平台网络哀悼制度进路探索	42
一、促使在线网络支持空间形成	42
二、加强在线社会支持氛围引导和管理	43
三、信息流推流机制优化	44
四、丰富网络社会支持外的支持形式,转变哀悼观念	45
引用参考文献	48

第一章 绪论

第一节 研究背景

一、网络哀悼——哀悼仪式的网络化

根据 Walter(2015)的概括,死亡与悼念形态随历史变迁可分为不同的阶段,依次是(1)前工业化时期的“传统型死亡”,(2)在家庭和社区范围内的公开死亡和悼念,(3)更加私密的“现代型死亡”,(4)20 世纪后期至 21 世纪初期的“后现代型死亡”。在第四阶段,随着社交媒体的兴起,悼念变得更加社区化和虚拟化,出现了网络哀悼的新现象,呈现出一幅 Walter 所描述的图景——“所有人都能看到送葬者,所有人都能听到敲钟声”,以及“所有人都可以纪念”。¹

网络作为现实的延展性空间,也作为新兴媒介,不仅是哀悼内容的承载渠道,更重要的是影响哀悼的实践形态与仪式。哀悼仪式是人类社会的重要的仪式之一,其间包含着人类情感、传播关系结构、社会结构,按照传统习俗,随着网络发展,哀悼仪式打破了发生在固定时空地点的物理桎梏,互联网成了重要的哀悼场所。

二、网络哀悼的类型与意义

网络哀悼自互联网和社交媒体兴起以来,已在国内外有了广泛的实践。根据哀悼对象的不同,发展出对公众人物的网络哀悼和对普通人的网络哀悼。前者包括国内网络空间对于科学家袁隆平、疫情吹哨人李文亮、娱乐明星高以翔等公众人物逝去的网络追思,以及世界范围内网民对于摇滚明星大卫鲍伊、篮球运动员科比、科学家霍金的网络纪念活动。后者的形式更加多样,例如游戏玩家在游戏中为亲人建造虚拟墓碑;网络社区用户组织成为公墓小组,自发为友邻建造怀念空间;微博用户建立专用于发布不知名网友逝去消息的专用帐号等等。网络哀悼的发生场域除了上述所说的社交媒体、电子游戏、网站等网络媒介,还包括新近出现的线上会议、线上“死亡咖啡馆”等。例如,随着新冠疾病的大流行,在国

¹ Walter, T. (2015). New mourners, old mourners: Online memorial culture as a chapter in the history of mourning. *New Review of Hypermedia and Multimedia*, 21(1-2), 10-24.

第一章 绪论

外，线上葬礼的形式开始出现，人们会通过会议软件来线上出席葬礼。此外，“死亡咖啡馆”等关于死亡意义的讨论活动也在线上出现，成为网络哀悼与对死亡意义探索的新形式。

可以发现，对于公众人物，尤其是对具有传奇色彩或英雄式人物的悼念更容易在网络上形成共通性社会空间，发展成为媒介事件。但是，对于个人的悼念在当代互联网上也有机会嬗变出新的意义空间，更多普通人的“电子墓碑”对个人及家庭具有重要的支点作用，这种由个人构建的网络媒介，承载着独特的仪式观、意义观与对生死的理解。

第二节 文献综述

一、网络哀悼的相关研究

（一）网络哀悼的概念界定

随着互联网的兴起，网络哀悼现象的出现引起了关注，从上个世纪末起，国内外学者对网络哀悼进行了广泛的研究。Brubaker、Hayes、Dourish（2013）²强调了网络对哀悼的影响：互联网可能在根本上重新定义纪念，使之成为“一个可持续的过程”，一个“依赖于信息达到永恒而非依靠物理环境达到永恒”的过程。随着社交媒体的发展，新近研究更多聚焦于发生于社交媒体平台上的网络哀悼，例如，Van den Bulck 和 Larsson（2019）关于英国摇滚歌手大卫·鲍伊的网络哀悼研究中³指出，以 Twitter 为代表的社交媒体提供了一个哀悼者的虚拟聚会场所，通过此类场所，他们会表达对失去的情感。

（二）网络哀悼的情感研究

不少学者对于名人的网络缅怀展开研究，社交媒体作为虚拟哀悼空间的地位得到了确认。这些研究的共性之一是强调了基于社交媒体的网络哀悼的情感

2 Brubaker, J. R., Hayes, G. R., & Dourish, P. (2013). Beyond the grave: Facebook as a site for the expansion of death and mourning. *The Information Society*, 29(3), 152-163.

3 Van den Bulck, H., & Larsson, A. O. (2019). 'There's a Starman waiting in the sky': Mourning David# Bowie on Twitter. *Convergence*, 25(2), 307-323.

第一章 绪论

价值。不止一项研究发现,发生于网络上的公祭或公众人物哀悼仪式会形塑社会公众的集体记忆、集体情感体验。例如,席妍、罗建军(2022)⁴指出,网络作为独特的舆论空间与舆论场,随着事件发展,哀悼空间中的民间记忆与官方建构的集体记忆会逐渐走向融合,诞生一种新的记忆秩序。Bingaman(2020)⁵对 NBA 运动明星科比逝去后的网络哀悼现象进行研究,指出网民在网络上对名人的哀悼属于“准社会”行为,即人们把大众传媒中的人物(如体育明星科比)当作真实人物做出反应,并与之形成一种“想象中的”准社会关系。他指出,准社会关系中哀悼需要长期关注并研究,因为其间的伤感情绪的消化和真实世界的伤感情绪具有一致性。周葆华和钟媛(2021)⁶以计算传播的研究方法,得出了网络哀悼的准社会互动能够延伸情感空间的观点。Smith 等人(2018)则关注了对于丧亲者的访谈研究是否会带来打扰,进而在情感等方面产生负面影响⁷。综合来看,认为网络哀悼对于参与者产生了正向情感作用的研究居多。在研究伦理方面,目前大多数研究表明丧亲者对于此类研究的参与是可以接受的,并且一定程度的与研究者沟通也能够对其产生积极影响,这为本文的研究扫清了心理障碍。

(三) 网络哀悼的仪式特征

通过对 2014-2018 年发表于 SSCI 期刊上的文章梳理,学者刘建明和班志斌(2020)发现⁸,在西方仪式传播研究中,新媒体对仪式传播的影响,尤其是网络哀悼仪式,是重要的研究趋势。在这一趋势下,发现网络哀悼仪式的相关研究有两个特征,一是聚焦于普通人而非名人,二是常以比较视角切入,例如比较网络哀悼仪式与传统哀悼仪式的异同(或变化),或是不同代际之间的哀悼仪式。

首先,关于网络哀悼的仪式特征研究,多见于对普通人(即非名人)的网络哀悼研究。仪式对于传统哀悼同样非常重要,Hamid 和 Jahangir(2020)⁹指出,

4 席妍,罗建军.社交媒体哀悼空间中的记忆书写与话语实践——基于@xiaolwl 微博评论的分析[J].新闻界,2022(02):40-48..

5 Bingaman, J. (2022). “Dude I’ve never felt this way towards a celebrity death”: Parasocial grieving and the collective mourning of Kobe Bryant on Reddit. OMEGA-Journal of death and dying, 86(2), 364-381.

6 周葆华,钟媛.“春天的花开秋天的风”: 社交媒体、集体悼念与延展性情感空间——以李文亮微博评论为例

7 Smith, K. V., Thew, G. R., & Graham, B. (2018). Conducting ethical internet-based research with vulnerable populations: A qualitative study of bereaved participants’ experiences of online questionnaires. European Journal of Psychotraumatology, 9(sup1), 1506231.

8 刘建明,班志斌.西方仪式传播研究:动向与启示[J].新闻与传播评论,2020,73(05):89-101. x

9 Hamid, W., & Jahangir, M. S. (2022). Dying, death and mourning amid COVID-19 pandemic in Kashmir: A qualitative study. OMEGA-journal of Death and Dying, 85(3), 690-715.

第一章 绪论

无法执行、仪式会增加悲伤感，导致丧亲者的悲伤时间延长，并影响幸福感。Irwin（2015）¹⁰通过对国外社交媒体软件 Facebook 上的死者纪念墙（一种为逝去的人的账号设立的纪念互动形式）进行内容分析，归纳了网络哀悼的主题内容，认为网络哀悼仪式是对传统哀悼仪式的一种补充。相比于前辈，年轻一代更愿意公开地进行悼念，表现自己的脆弱性。

其次，相关研究常以比较视角切入，关注网络哀悼仪式中的变化。如吴海荣，赵天照，伍艺涛（2022）¹¹指出在网络悼念行为带来的权力结构变化：悼念的去私密化和去在场化导致了悼念的去等级化和去中心化。网络哀悼的仪式感对于现实世界具有补偿作用。樊奕（2022）¹²结合传播仪式观的视野，研究了网络上对袁隆平院士的哀悼行为，分析哀悼仪式化传播的社会意义与价值。同时也有少部分文章立足于文章的网络悼念折射出的人的观念变化，蒲俊杰，胡艳娜（2022）¹³，指出“Z 世代”偏好将死亡话题去禁忌化，在直面死亡的同时又会赋予死亡以浪漫的新观念。

（四）网络哀悼的媒介研究

国内对于网络哀悼的分析目前更偏媒介学，如学者周裕琼，张梦园（2022）分析下，在线公墓实质上是一种情动媒介¹⁴，从技术、身体体验和集体情动仪式这三个维度来解读，深刻论证了在网络哀悼中情感“发生”这个环节和媒介仪式的转变，但相对应地缺少对于实际功效地分析和研究。

国外新闻传播学者的研究具有强烈的新媒体转向趋势，国外新闻传播学者的研究中，新媒体对仪式传播的影响，尤其是网络哀悼仪式，是重要的研究趋势，在 104 篇仪式传播研究文章中，与新媒体相关的有 33 篇。

10 M. D. Irwin. Mourning 2. 0—Continuing Bonds Between the living and the Dead on Facebook. OMEGA-Journal of Death and Dying, 2015, 72(2): 119-150.

11 吴海荣,赵天照,伍艺涛.媒介准入与象征哀悼:数字时代集体悼念的仪式与情感[J].青年记者,2022(14):51-53.

12 樊奕.网络哀悼的仪式化传播研究[D].扬州大学,2022.

13 蒲俊杰,胡艳娜.从网络哀悼行为探析“Z 世代”的死亡观[J].青年研究,2022(03):63-73+95-96.

14 周裕琼,张梦园.数字公墓作为一种情动媒介[J].新闻与传播研究,2022,29(12):32-52+127.

第一章 绪论

根据国外学者 Blaß、Graf-Drasch 和 Schick (2022)¹⁵ 的总结研究, 针对数字时代的哀悼与悲痛, 有两项¹⁶¹⁷ 研究关注丧亲者在社交媒体上的行为, 尤其是他们的社交网站和他们的用户生成的内容。这两个研究都与 Facebook 相关, 通过研究, 他们认为网络哀悼让死者永远不会真正死去; 而是永远处于对话边缘的数字状态。这两个研究侧重内容分析, 详细地介绍了网络哀悼空间里的细分主题和内容, 但缺少对于其具体积极意义的具体把握。

除了 Facebook 外, 也有学者对 Instagram 上的媒介哀悼实践展开分析, 呈现从正式和制度化的仪式转向非正式和个性化的本地实践的转变, 展现了不同的媒体平台所产生的差异, 以及社交媒体与哀悼的地点、事件和仪式日益相互影响的动态纠缠趋势。¹⁸

总体来说, 对于无论是对于网络哀悼的研究, 还是社交媒体的网络哀悼研究, 前人都已经做出的丰富的研究成果。相比较之下, 国外将两个议题紧密结合的研究更多, 对数字哀悼的理解、认知更深入。国内则会更偏爱对于名人的网络哀悼研究, 而对个人的网络哀悼现象缺乏足够深入的关注, 与社交媒体这一议题也结合不够紧密。

二、研究理论基础

本文意图对网络哀悼这种新的数字媒介实践所带来的情感变化进行研究, 为了弄清楚情感变化的流向与动因, 首先需要对情感的原点进行探寻。在本文中, 研究的原点为丧亲者的哀伤感情, “帐号墓碑” 扮演着情感中介的角色, 在表达身份关系中不断切换, 储存的中介化记忆也在过去未来中轮回, 是一种将逝者数字中介化到过去和未来中的行为。本文希望以“在线社会支持”作为媒介感情流动的桥梁与结果, 故在文献综述中, 我们对心理学的哀伤理论发展历程进行总结

15 Blaß, M., Graf-Drasch, V., & Schick, D. (2022). Grief in the Digital Age-Review, Synthesis, and Directions for Future Research.

16 Bouc, A., Han, S. H., & Pennington, N. (2016). “Why are they commenting on his page?”: Using Facebook profile pages to continue connections with the deceased. *Computers in Human Behavior*, 62, 635-643.

17 Kern, R., Forman, A. E., & Gil-Egui, G. (2013). RIP: Remain in perpetuity. Facebook memorial pages. *Telematics and informatics*, 30(1), 2-10.

18 Gibbs, M., Meese, J., Arnold, M., Nansen, B., & Carter, M. (2015). # Funeral and Instagram: Death, social media, and platform vernacular. *Information, communication & society*, 18(3), 255-268.

第一章 绪论

归纳，在巨人的肩膀上理解现代人的哀伤，又借以社会支持理论来解释和分析现代媒体环境下对具体的人造成情感流向促进的来源和具体变化。

（一）哀伤疗愈理论的发展

从 1917 年开始，心理学者对于哀伤理论展开了研究，在近百年的研究中，哀伤的病理名称“延长哀伤障碍”得以确认，对于哀伤的审视也变得理性，人们逐渐意识到情绪的复杂性与多动性，参考刘新宪的书籍《哀伤疗愈》¹⁹对于哀伤研究的分类，可以分为以下四个阶段：

1. 第一个阶段：1917 年-20 世纪 60 年代末

哀伤研究伊始，心理学家 Freud “哀伤工作”的“切割”理论盛行，认为唯有在和逝者在精神上和情感上彻底“切割”开，丧亲者“就能够重新变得自由和不受约束”。这一理论受到同时期 Lindemann 和 Bowlby 的认同。在赞成弗洛伊德的“切割”研究结论基础上，Lindemann 发现了急性哀伤的负面作用：（1）急性哀伤可能导致病理性哀伤，病理性哀伤虽然跟抑郁症不同，但它可能引发抑郁症和自杀。（2）通过专业干预，急性哀伤可以转变为正常哀伤。哀伤的负面作用第一次得到了学理上的重视和确认。

Bowlby 作为 20 世纪 100 位最著名的心理学家之一，则从依恋关系角度剖析了哀伤的来源——人为什么会哀伤？他认为深刻的依恋关系会造成分离的哀伤，反之如果感情淡薄，哀伤就会丢失蔓延的基石。²⁰

2. 第二个阶段：20 世纪 60 年代末—80 年代末

这一阶段，Kubler-Ross（1969）针对癌症病去世前的质性研究提出了的五阶段论，认为癌症病人死亡之前会经过拒绝、愤怒、讨价还价、沮丧抑郁、痛苦不绝、接受五个阶段。²¹由于简单明了，五阶段理论红极一时，并广泛应用于哀伤理论的研究概括，成为学界和社会工作者普遍接受的观点。²²但随着实证研究的深入，五阶段理论不仅在数据上缺乏支持，在临床应用中也具有非常大的局限性和误导性。

19 刘新宪，2021-01-15，《哀伤疗愈》，中国人民大学出版社，附录二 哀伤研究回顾

20 Bowlby. Attachment and Loss(1969). Vol.1: Attachment[M]. New York: Basic Books.

21 Kübler-Ross, E., Wessler, S., & Avoli, L. V. (1972). On death and dying. Jama, 221(2), 174-179.

22 Kübler-Ross, E., & Kessler, D. (2005). On grief and grieving: Finding the meaning of grief through the five stages of loss. New York: Simon & Schuster.

第一章 绪论

与此同时，Silverman 的“同质互助”理论在得到实验证明后开始流行，由于此类将具有相同经历的人聚在一起的方式得到了良好的效果，“同质互助”理论和方法也被写入了美国哀伤咨询师标准教材。由 J. William Worden 博士写作的世界上第一本哀伤辅导教科书《哀伤咨询与治疗》²³出版，提出了丧亲者的哀伤疗愈过程的“四任务论”。四任务分别为接受丧亲现实、处理哀伤之痛、适应变化后的世界、切断与逝者的联结并建立新关系。

3. 第三个阶段：20 世纪 90 年代-21 世纪初

到 20 世纪 90 代，越来越多的研究者 (Shutcher, Zisook, 1993²⁴; Klass, 1996²⁵; Janoff-Bulman, Frantz, 1997²⁶) 发现，无论是哀伤的内容还是发展过程，和僵硬的四阶段论都有区别。哀伤的过程不一定是按照阶段发展的，而哀伤的反应也并不一定会随着时间的发展而逐渐消失，丧亲者也会有其他诸如慢性哀伤、复杂哀伤、延长哀伤等需要更多关注的情况。

比如一旦与依恋的对象分离，个体便可能产生应激反应，体验到愤怒、焦虑、抑郁、哀伤等种种复杂的情感，而丧失亲朋好友，更是会干扰到个体对整个世界的认识，甚至有可能颠覆原先对自己、他人或者世界的理解，丧失生存意义 (Neimeyer, 2001²⁷)。

Field 等人 (2003)²⁸发展了 Klass (1996) 提出持续性联结理论 (Continuing Bonds, 简称 CB)，指出了一种人们走出丧亲者哀伤的惯性模型²⁹。该理论认为生者和逝者保持持续性联结是正常的，合适的联结方法将有助于生者重新安置逝者在自己心中的位置，并适应逝者已逝的生活。持续联系的现象包括保留逝者的

23 Worden, J. W. (1982). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. springer publishing Company.

24 Shuchter, S. R., & Zisook, S. (1993). The course of normal grief. M S Stroebe & W Stroebe & R O Hanson, *Handbook of Bereavement*.

25 Klass, D. (1996). Ancestor worship in Japan: Dependence and the resolution of grief. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 33(4), 279-302.

26 Janoff-Bulman, R., & McPherson Frantz, C. (1997). The impact of trauma on meaning: From meaningless world to meaningful life.

27 Neimeyer, R. A., & Hogan, N. S. (2001). Quantitative or qualitative? measurement issues in the study of grief. , 89-118.

28 Field, N. P., Galoz, E., & Bonanno, G. A. (2003). Continuing bonds and adjustment at 5 years after the death of a spouse. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 71(1), 110

29 Janoff-Bulman, R., & McPherson Frantz, C. (1997). The impact of trauma on meaning: From meaningless world to meaningful life.

第一章 绪论

遗物、与逝者进行持续性对话、内化逝者的价值观与道德观念，并践行该价值观，该保持心理或物理上的沟通。

该理论对 Freud 的“切割”理论进行了完全否定，也受到了学界认可，影响了哀悼研究其他学者的观点，Worden 在其 2002 年《哀伤咨询与治疗》（第 3 版）中，把第四个任务由“切断与逝者的联结，建立新关系”修改为“在生活中安置好逝者在自己心中的位置”。

在接受“持续性联结”理论的前提下，学者对有益的联结展开了广泛探索，罗伯特·内米耶尔于 1998 年提出了“建构主义”的意义重建理论。鲍尔·王 (Paul Wong) 于 1998 年提出了“意义中心咨询” (center meaning counseling, CMC) 的理论和方法，鼓励在哀悼过程中提供积极干预和引导，这些有益措施至今还为实践研究提供者指导。对哀伤的测量也走向科学化，复杂性哀伤量表 (ICG) 等量表开始出现。

而对于丧亲的哀悼，Strobe 和 Schut 于 1999 年提出的双程论模型³⁰进一步解释了哀悼情感涌动的复杂性和随机性。她提出哀悼者的情感不是有固定阶段的，而是在“丧失导向”和“恢复导向”来回摆动，随机停留。如果丧亲者长久地陷于某一个导向中，或不能处理好两种导向中的某个或若干个压力因素，就很有可能引发延长哀伤障碍。采用适当的应对方式可以有助于丧亲者缓解哀伤，并降低罹患延长哀伤障碍的风险。

4. 第四阶段：21 世纪初至今

认知行为疗法 (CBT) 早已被广泛应用于心理治疗，同时也被越来越多的学者用来做哀伤咨询和治疗。CBT 则是通过帮助丧亲者建立正确的认知，进而调整行为，以应对丧亲之痛。Margaret Strobe 博士的哥伦比亚大学团队于 2005 年开发了“复杂哀伤治疗”程序，作为认知行为疗法的一种，也得到了广泛应用。

（二）在线社会支持理论

社会支持理论是指社会关系与资源，为个人提供帮助与支持的理论，对于此类支持的研究，一般广泛存在于社会学与心理学，但当传播学自身发展以及与社

30 Stroebe, M., Schut, H., & Stroebe, W. (2005). Attachment in coping with bereavement: A theoretical integration. *Review of general psychology*, 9(1), 48-66.

第一章 绪论

会学深度融合后,传播社会支持理论应运而生,主要研究如何运用传播方法和媒介资源,对个体在社会互动中面临的信息、认知和情感方面问题,给予帮助和支持,以满足其达成现实需求、解决面临的现实困扰³¹。

我国通常把社会支持分为物质支持、精神支持、工具性支持和信息支持四种类型。³²按照这一定义,社会支持中的精神支持、工具性支持和信息支持与传播学有着密不可分的关系,从而为传播社会支持理论的形成提供了重要基础。传播学中,传播社会支持与社会支持的方式有所不同。社会支持是立足于个体与环境调适,并给予个体以信息、情感和物质等资源的支持,帮助个体更好地适应环境。传播社会支持给予援助的资源只能是媒介,而不可能是物质。研究社会支持的传播学学者关注的主要问题是:(1)人们用来寻求和提供支持的实际讯息;(2)构成寻求、提供和接受支持过程的互动与相互影响;(3)支持性互动所建立的关系。³³

结合传播社会支持理论,我们将来自网络的社会支持定义为在线社会支持。在线社会支持理论的发展,是在媒介越来越深入影响现实世界带来的必然影响,这既是现实的必然,也是理论的必然。有研究表明,由于不受限于时间与地域制约,在线社会支持并不逊于传统面对面的社会支持,它能提供给人们更加方便快捷的所需帮助支持³⁴。目前来看,新闻传播学界对在线社会支持理论结合实际的研究,关注到了社会中各个群体在网络上获得的情感支持和文化影响,以及对行为产生的具体影响,但相关研究也指出了目前在线社会支持理论存在的理论性不足,即用户贡献行为形成机制的理论研究尚待完善³⁵。大多研究以特定的人群和社区为研究对象展开研究,忽略了目前在线社会支持形成的最新形式,如信息流推荐机制等带来的变化。在线社会支持理论亟待在新的社会环境中获得进步与完善。

31 胡雪瑾.论传播社会支持理论渊源与重构[J].中国出版,2016(12):13-16.

32 左习习,江晓军.社会支持网络研究的文献综述[J].中国信息界,2010(06):75-77.

33 潘文静,胡敬凡.网络社区中的社会支持:理论模型与实证研究分析[J].新闻春秋,2020(02):72-82.

34 Trepte, S., Dienlin, T., & Reinecke, L. (2015). Influence of social support received in online and offline contexts on satisfaction with social support and satisfaction with life: A longitudinal study. *Media Psychology*, 18(1), 74-105.

35 秦敏,李若男.在线用户社区用户贡献行为形成机制研究:在线社会支持和自我决定理论视角[J].管理评论,2020,32(09):168-181.

第三节 问题提出与研究思路

一、问题提出

本文的研究目的是通过对“网络哀悼”的形式进行研究，探索以“账号即墓碑”为代表的网络哀悼行为对个人的意义。具体的研究问题为：

1. “账号即墓碑”式网络哀悼是什么？
2. “账号即墓碑”式网络哀悼中的在线互动机制
3. “账号即墓碑”式网络哀悼的情感转变
4. 对目前“账号即墓碑”式网络哀悼有何反思与展望

对于“账号即墓碑”式网络哀悼的研究将从社会支持理论的角度深入，结合哀伤疗愈理论，融入技术的多元视野，研究现象本质。由于将“帐号墓碑”定义为建立在社交媒体平台上的网络哀悼行为，因此本文选取的研究对象主要来自目前中国互联网平台最大的图文分享社区小红书和短视频社区抖音。

“账号即墓碑”是一种较新的网络哀悼形式，通过对于该现象的研究，可以一定程度上弥补个人网络哀悼的研究的空白，为该议题补充新视野、新发展；微观层面，也可以获得关于生死观念的新认识、新思考，从而指导人们更新观念、更好地利用技术合理使用媒介，来为感情疗愈发展发挥更多积极作用。

二、研究思路

本文将以观察与深度访谈的质化研究方法作为主要研究方式，来探究参与者的情感变化过程。深度访谈对象选取互联网上账号式墓碑的创立者，总体上用“案例+观察+访谈”的方法，通过对该现象实践者的深入交流和账号建立过程的观察，对现象进行深入分析，分析社交网络呈现的过程，结合在线社会支持理论，呈现“帐号墓碑”式网络哀悼的图景，探究情感转向的具体方面，并给予一定的思考与反思。

在观察对象的选择上，由于“账号式墓碑”的主要建立者为丧亲者群体，因此本文将研究对象聚焦到丧亲者的网络数字实践，具体研究社交媒体的上的“账号式墓碑”社交媒体呈现和情感转变。故在此情况下，选择小红书和抖音这两个国内主流社交媒体平台的对象来进行访谈与观察分析。

三、研究对象与方法

第一章 绪论

目前，研究中深入访谈+观察对象共 25 人，其中与 9 位进行了语音或线上访谈。在访谈中，着重对以下问题进行了探究，其中大部分使用开放性问题的，鼓励对方对账号建立、在线互动内容和心理变化展开叙述。

主要问题如下：

a) 在丧亲期间进行“账号即墓碑”式的哀悼的动机。(b) 在丧亲期间使用社交帐号的影响因素，以及(c) 在丧亲期间进行“账号即墓碑”式哀悼的干扰因素。也向访谈者提出了一些具体的问题，例如：(a) 个人能否在网上表达他们在其他地方可能无法表达的悲痛和损失的感受？(b) 在线分享悲痛是否有助于自己减轻悲痛并走出情绪？什么样的互动能够让自己感觉更好(c) 个人在现实生活中是否习惯与身边的人讨论丧亲的悲痛情绪？在现实和网络中分享情绪各有什么利弊？(d) 网络分享是否有帮助进行一定的意义构建？叙事复述有没有帮助形象构建？(e) 印象深刻的互动（正面和负面）。

目前的访谈中，包含各类型的丧亲者，具体类型为失去父母（4 人），失去孩子（2 人），失去丈夫（1 人），失去隔代长辈（2 人），年龄跨度为 22-60 岁，大多为女性，访谈每次持续 30-60 分钟。平台上来说，5 位用户来自小红书，4 位用户来自抖音。在访谈内容、主题题材对象发生重复、且没有新话题内容出现时，停止了新访谈对象的联系和接触。

研究伦理方面，本文所引用的访谈内容、账号内容均已获得访谈者的授权。

表 1.1 访谈者基本信息

编号	年龄	账号建立时长	所属平台	观察时长	丧亲类型
a	23	两年及以上	小红书	一年	隔代长辈
b	22	半年及以下	小红书	半年	父母
c	21	半年及以下	小红书	半年	隔代长辈
d	36	两年及以上	小红书	3 个月	父母
e	52	一年	小红书	半年	成年子女
f	32	两年及以上	抖音	一年	幼年子女
g	27	半年及以下	抖音	3 个月	父母
h	34	两年及以上	抖音	一年	伴侣
i	60	半年及以下	抖音	3 个月	父母

第一章 绪论

观察账号则内容上更为广泛，在联系访谈对象的过程中，遭遇了许多观察对象的拒绝。这些账号与访谈对象有相似的经历背景，但也有着不同的情感表达，具体的情感表达形式与差异将在研究内容部分呈现，对观察对象的研究结果也同样会在文内进行阐述。

在观察账号中，其中一半的账号的建立并集中发布时间在1年之内，即亲者离开时间不超过1年，账号内容更新为10条以上。仍有一半的账号亲人离开已经长达1-2年。3/4的账号建立者为女性，在观察的整体“账号式墓碑”的立碑者中，也是女性居多。在观察账号中，处于急性哀伤阶段的有4位，有较为明显的负面念头和生理反应，如呕吐等，处于延长性哀悼阶段的有2位，甚至坦言如果亲人刚离开痛苦程度是5分，现在已经达到了8分。适应性哀伤阶段5位。在访谈邀约中，有相当一部分人拒绝了访谈，对他们而言，“树洞式”的倾诉更符合心理需求，接受访谈与他人谈论逝者缺乏情绪屏障，反而会打破自身感情情绪的平衡。

第二章 账号即墓碑：一种新的网络哀悼形式

第一节 “帐号即墓碑”式网络哀悼的定义

一、在线墓碑——网络哀悼的雏形

“帐号即墓碑”的网络哀悼与“在线墓地”的概念有所不同。

随着网络诞生，网络墓地的概念也随之兴起。WBE2.0 时代，网络工程师迈克·科比（Mike kibbee）在 1995 年为自己创立网络墓碑的实践中，首次提出了全球公墓（The World Wide Cemetery）的概念，并建立了全球公墓网站³⁶。他认为，通过在网络来建立在线墓碑的方式不仅可以再现人们在线下的哀悼仪式：如送花、发送吊唁信息等，也可以进一步显现网络“地球村”的便利——人们不必远行，就可以在网络上足不出户地来悼念自己的亲人。

在最初的“在线墓碑”形式出现之时，它的功能与形式仅仅是现实中哀悼仪式的复写。21 世纪之前，互联网、智能设备普及率较低，互联网的主要内容传输形式是文字，而非图片与视频。数字账号还没有成为人们普遍拥有的资产，使用者也尚未培育起在网络上留下各种数字信息的习惯，因此“在线墓碑”呈现形式和内容较为单薄。打开网站可以看到，全球公墓网站的纪念形式与西方传统纪念形式相似——照片、铭文、生平构成了悼念页面的基础信息，但增添了一个留言互动版面，在这个版面里，可以看到从 1995 年到 2023 年的悼念者留言。

直至现在，全球公墓网站已经运营了 27 年，建立之初，全球公墓网站曾引起了媒体的诸多关注，美国的探索频道拍摄过创始人并曾为网站做宣传，欧洲和美国的报纸也对创始人做了专题报道，但现在，新建的在线墓碑个数寥寥，在全球公墓网站上，新增于 2022 年的在线逝者墓碑只有 1 个。

36 Mike kibbee,1995, The World Wide Cemetery | The oldest online memorial site [EB/OL]. <https://cemetery.org/>

二、“账号即墓碑”——社交媒体时代的网络哀悼新形式

在社交网络媒体兴起的 WEB3.0 时代,网站已经不再是人们互动的核心焦点。随着个人中心的社交网络时代到来,社媒兴起和智能手机、电脑设备的普及,人们开始在网络上产生实质性的数字资产,这些数字资产可能是一些关于生活的图片、视频,也可能是一些社交媒体的发言和“猜你喜欢”的推荐型信息流所个人写就的用户画像,甚至包括一个人创作的数字作品。这些都可以被用来支持一种持续联系的记忆构建。

以用户名和密码为区别,不同的账号可以放置不同的数字资产,成为了不同真实人类的数字侧写。这些账号有为自己建立的,也有为他人建立的,在这两种情况下,当账号实质拥有人,或者账号纪念的人为逝世状态时,实际上,账号已经成为了墓碑。而当这些账号又恰巧是社交帐号、且能承担一定的互动功能时,一种新的网络哀悼形式和载体也就诞生了。他们的存在并非像最早的“在线公墓”一样来自刻意设计,而是当网络深刻融入生活后产生的社会现象。

在此定义之下,如疫情中的吹哨人“李文亮”医生的微博账号,无数民众在评论区互动,他的微博账号是“账号墓碑”;微博帐号@逝者如斯夫 dead 在微博中定期发布已经逝世网友的微博账号,供大家缅怀,他所发布的账号也是“账号墓碑”;在女儿离去后于小红书上建立账号的母亲,账号里都是她关于逝去女儿的文字、视频、感想。这样的账号也无疑诠释了“账号即墓碑”的定义:一方面,账号拥有数字遗产,另一方面,账号的社交功能能够承担起哀悼和缓解悲伤的社会功能。这两方面构成了“帐号墓碑”存在的先决条件。

第二节 “账号即墓碑”的立碑者：不沉默的守墓人

谁在建立“账号墓碑”?根据立碑者的不同,“账号墓碑”可以分为两种类型:一种是自传性质,账号此前完全由纪念者本人书写;另一种是纪念性质,账号由纪念者的亲近者接替书写,或者完全由非纪念者的他人撰写。两种类型的账号书写者都扮演了“不沉默的守墓人”这一特殊角色。

一、自传性质的“帐号墓碑”

社交软件的死亡用户们组成的数据群早已成为了无形墓地，早在 2007 年，国外社交软件 Facebook 就开始将已故用户的账号改为纪念状态，并不断优化对待死亡用户的方式。如果按照每年 15% 的用户量增长和正常死亡速率计算，作为全球用户量最大的社交软件，在 21 世纪末，Facebook 将会有 36.8 亿个人页面成为纪念页面。根据牛津大学的最新研究³⁷，这一数字已经扩充到了 50 亿。这些不再更新的非活跃账号无法为自己发出一句祷文，但将永久的沉寂，作为数字痕迹佐证人的存在。

二、纪念性质的“帐号墓碑”

在纪念性质的账号中，非公众人物的大部分账号都是由被纪念者的亲友建立，悲痛往往是建立者建立账号的主要情感动因。纪念性质的账号需要长期的运营，心理学家认为，在亲人离去后，特定的物品容易使人陷入复杂性哀伤，即一种打乱生活和社交秩序的高浓度悲动情感。在这种情感中，人们会在很长时间内难以接受“失去了某个人”。³⁸Cleiren(1993)就曾指出，哀伤的内容决定了哀伤的体验。哀伤不是一个需要“处理”的过程，而是个体不断卷入，学会如何适应丧失重要他人后的现实的过程。

Freud 1917 年曾在《哀悼与抑郁》中提出，走出哀伤的最好办法是主动切断与丧失客体的情感连接，从而将精力投入到新客体上去，从而完成“哀伤工作”，走出悲痛。³⁹显然，“账号即墓碑”式哀悼里所蕴含的数字媒体资料也是情感联结的物体之一，但进行“账号即墓碑”式哀悼的人更希望从建立和重温与客体连接的方式来适应“客体丧失”，以和弗洛伊德所建议的相反的方式走出伤痛。

纪念性质的哀悼账号是本文的主要研究对象，也是本研究的主要素材来源。在国内，这种建立纪念性质的账号来进行网络哀悼的行为广泛地分布于抖音、小红书、快手等社交媒体平台。

37 Oxford,2019,<https://www.ox.ac.uk/news/2019-04-29-digital-graveyards-are-dead-taking-over-facebook>

38 耿瑞杰,季建林.复杂性哀伤治疗的研究进展[J].心理学通讯,2020,3(02):91-94.

39 Bradbury, M. (2001). Freud's mourning and melancholia. *Mortality*, 6(2), 212-219.

第三节 “账号即墓碑” 网络哀悼的成因

基于对“账号即墓碑”式哀悼的观察与访谈的结果，可以发现哀悼者多数因“极度悲痛”“需要不被认识的人打扰的私人空间”分享而来到社交平台建立账号，此外，常见的原因还有“固有的社交媒体使用习惯”、“希望利用网络永远保存与亲人相关信息”“网络更能整理自己的思绪”。在零散化的表达背后，折射出社会与媒介环境、丧亲者自身、参与互动者等多重动因。

逻辑上来说，根据在线社会支持理论，紧扣代表媒介化特征的“在线”二字，永远在线一代的诞生和线下交流机制的缺失是网络哀悼的媒介成因。在社会支持理论里，社会支持的主体即社会支持的施者——“账号即墓碑”式哀悼的观看者、受众们，她们会获得合成情感的代偿感。社会支持的客体即指社会支持的受者，即在网络上获得帮助的丧亲者哀悼者，会从社交互动里获得情感能量。媒介的进化、双方情感予求需求的存在，共同促进了“账号即墓碑”式网络哀悼的形成。

一、线下交流机制缺失

线下与亲人间应对丧亲交流机制的缺失也是促进“帐号墓碑”诞生的原因。最初，大部分人只是抱着：需要一个倾诉的树洞来为亲人建立起了帐号墓碑。访谈者 b 提及：“自己和母亲在父亲离开后情绪都不太好，但彼此之间都不会过多的去谈论。只知道她会失眠，我也会失眠。隐约知道她也有在网上一个地方自己说话，但我是不知道她的账号的。亲人间都只想在别人面前呈现最好的一面，反而不会互相交流。访谈者 c 说：“爷爷走后，奶奶很快接受了爷爷离开的事实，认为他不需要住院受苦了，是在享福。好像只有我留在了原地，没办法接受爷爷不在的事实，每次想到都会很难过。”访谈者 f 也是出于类似的原因建立了“在线墓碑”账号，她说：“每次想和别人说，别人都说你怎么还没走出来，别人不能理解你为什么还在因为儿子的离开伤心，因为他们没办法感同身受。自己后来也不好意思提，只能在网上说。”

二、互联网的发展与“永远在线一代”的诞生

第二章 账号即墓碑：一种新的网络哀悼形式

当我们结合在线社会支持与哀伤疗愈理论，把心理学的疗愈解读目光投向日新月异的媒介领域，能够看出媒介以及媒介的发展如何为情感疗愈提供能量与支持。“永远在线一代”（always online generation）⁴⁰由世界技术专家在想象互联网中心的第五次“互联网的未来”调查中分享预测，这个概念指出：2020年，从小到大大一直生活在互联网中，通过信息保持联系的年轻人，将成为更灵活处理信息的一代，将会用完全不同于长辈的方式来处理问题。

然而现在的网络技术已经把所有年龄段的人都变成了“永远在线者”，人们在社交网络上开始精心建立网络形象并交流，善于运用多媒体技术来记录自己的生活、用社交网络来传达自己的主张。

英国心理学家 Caskate 在书中提到，网络空间可能是唯一一个让人们能够自在地表达悲伤或者谈论死者的地方，因为在家中，可能或明或暗的规则反对这样的做法，而网络哀悼如同解毒剂，可以消除伴随死亡而来的沉默以及孤立的苦痛。⁴¹也就是说，在现实生活中，关于死亡的讨论、陈述与表达，会受到组织环境、固有文化的影响，在许多地方，畅谈死亡、随时随地表示悲伤，容易被视为不合时宜的行为。但网络给“永远在线者”们一个可以“永远在线”、随时参与的情感表达空间，只有在这里，人们可以拥有最大程度表达情感的自由。例如，访谈者 c 谈到，每到生活的重要节点，都会来到账号更新信息，就像和家人还在保持联络一样。对于她来说，账号墓碑是一个永恒的在线分享空间。

三、客体获得社交互动性情感能量

传播学者 Collins 在其著作《互动仪式链》⁴²中指出“互动（即仪式）是社会动力的来源”，并提出“情感能量”这一概念。他认为“情感能量”是长期稳定的社会情感力量的核心要素，正是有了“情感能量”这一核心要素的存在，才给群体成员们带来一种归属感，以此增加了群体成员之间的相互认同，从而增强群体成员之间的团结。

参与一个账号的互动，实际上就成为了哀悼群体中的一员，对于丧亲者来说，无论是社交账号机制中的评论互动、还是点赞互动，正向情感的互动也会在网络

40 Anderson, D. (2012). *Elon studies the future of" Generation Always-On-.*

41 伊莱恩·卡斯凯特著.张淼译.《网上遗产:被数字时代重新定义的死亡、记忆与爱》[M].福建:海峡文艺出版社.2020:59.第237页。

43 兰德尔·柯林斯,2021,《互动仪式链》,商务印书馆,第85、第170—173页。

第二章 账号即墓碑：一种新的网络哀悼形式

哀悼仪式中给他们带来正向的情感支持，从而获得持续更新的动力，这也是“账号即墓碑”式网络哀悼得以维系的重要原因。

四、主体获得合成情感的代偿

对于受众来说，“账号即墓碑”式网络哀悼又意味着什么？我们可以用“合成情感”来解释账号互动者和观看者这些受众的意义。情感社会学家斯宾塞认为，合成情感最重要的一个组成部分，即“替代性情感”⁴³。在大众媒介时代，流行文化会为我们提供感官刺激——电视剧会轻易地为观众提供合成情感代偿，也就是说，人们无需真实地体验剧中人的生活，但依旧可以体会剧中人的情感，并且和他们共情。这种共情在影像的加持下是比文字更为真实、生动的情感体验。但依旧是艺术加工后的影视作品产物，而现实生活中的人们自主创造地账号，则是摒弃艺术家加工的、更为直接、真实的情感刺激素材。正如在某一“账号即墓碑”式的哀悼中，因此账号的评论里，有人留言：“看完您的账号，我一直泪流满面，希望您早日走出伤痛！”

远方的苦难在互联网的帮助下更直接地触达到了受众，这也被视为合成情感地重要当代表现。过往，远方的苦难大多由新闻媒介呈现给我们，如电视节目转播葬礼、报纸报道世界偏远地区地战乱新闻。而现在，这些苦难的情感代餐则会连接到远方的个人，由个人作为叙述者向受众呈现，给予情感共鸣。

43 乔纳森特纳（Turner, J.H.）.情感社会学[M]孙俊才,文军,译.上海：上海人民出版社，2007，第144页。

第三章 “账号即墓碑” 的在线社会互动

对哀悼者使用“帐号墓碑”来进行网络哀悼的行为和路径，总结对于这一行为模式的基本模式，包括心理动因、目的、产出内容、影响因素。在这一总结中，我们可以看到哀悼者如何怀着固有的悼念模式来进行网络账号墓碑建设，又如何在网络社交媒体的媒介互动中，获得区别于线下传统哀悼仪式的体验，进而对情感产生影响。

第一节 “账号即墓碑” 哀悼的内容形态与叙事特征

“账号即墓碑”式哀悼的内容产出形式遵循社交媒体平台媒介规则，如小红书以图片+文字为主，抖音则以视频为主。而“账号即墓碑”式哀悼的内容产出也具有一定的规律性。如图片情感直白，图片选取符号反模因倾向；视频注重声音、文字的装饰与配合；文字则根据叙事方式可以分为倾诉式叙事、回忆式叙事、补全式叙事。

一、图片：反模因化呈现

Baudrillard 曾在《象征交换与死亡》中提出了仿像的五个序列，并指出超真实的拟向已成为当今文化的主流。⁴⁴这是属于批判学派符号学和资本消费主义的概念，但也精准地指出了人们习惯以抽象化的语言符号来呈现感情的交流习惯——网络人际传播环境下，特殊的图像会成为网络居民们的主流表达形式，在此基础上诞生的“meme 文化”更是舆论狂欢信息传播生态的中坚力量。

在“账号即墓碑”式的哀悼里，交流中使用图像不会引向高昂的“模因文化”情绪狂欢，而是直白地呈现着自己的情感需求，与受众发出深沉的情绪共鸣，如同古钟相撞，大声息音。以图片为主的社交媒体账号墓碑中，图片是视觉展示视觉锤的核心，也是受众观看的第一要素。哀悼者们在建立“帐号墓碑”的过程中，除去选择生活中的真实照片外，普遍选择一张具有代表性的图片来作为主要图片，图片的主题一般可以提炼为“守护”“陪伴”“思念”“悲伤”。

44 [法] 鲍德里亚：《象征交换与死亡》，车槿山译，南京：译林出版社，2006 年，序言。

第三章 “账号即墓碑”的在线社会互动

在访谈和观察的账号中，有一些图片被反复运用。如一张 2012 年拍摄的“伊拉克小女孩粉笔画妈妈”照片，照片中孤儿院的孩子蜷缩在自己用粉笔画的妈妈的怀中，这张图片包含着“传达着亲人的不在场”和“哀悼者内心的亲情依赖”情感诉求，亦是哀悼者本人的情感投射。此外，哀悼者也常常选择能够触动情绪的照片保存下来当哀悼图片，如两个小猫亲密依偎在一起，影视作品和动漫中与被离开亲人相关的截图……

作为线下哀悼仪式的衍生，眼泪、蜡烛、花也是图片中常出现的元素，不同年龄的哀悼者们在图片的选择上会有不同偏好，如年纪较小的哀悼者们会用卡通、萌宠风格的图片来作为主要图片，而年纪较大的哀悼者们会把较大的汉字覆盖在色彩饱和度高的纪念图片上。

有一个类型的图片经常不约而同地出现在不同年龄阶段的哀悼者中，即如果被哀悼者具备完全的媒介使用能力，哀悼者们常常把与逝者的 APP 内聊天记录对话、互动经过筛选、编辑后发出，当人们离世，APP 内的聊天记录与照片等媒介一样成为了可追忆的情绪载体，成为数字遗物。媒介为人们塑造了一个拟态环境，这一拟态环境的“真实性”与“纪录性”也逐渐得到了人们的认可。

二、视频：声音与画面的哀悼仪式

流动的影响记录着无法流动的情感，在以视频为主的社交平台，承载着哀悼功能的短视频内容呈现着这样的共性：文字+图片编辑成的图文视频诉说着一声声思念与哀悼，情感歌曲的歌唱也一句句传递着哀悼的悲苦。

在视频作为主要画面的社交媒体平台，如抖音、快手，哀悼者们会把想说的话编辑成段覆盖在图片上，而在短视频平台真人的出现、本人的出镜会更多，于是我们经常可以看到字+真人的图片组合出现在帐号墓碑的悼念内容之中，或哭或悼念。

歌曲式悼念是视频哀悼的另一主要形式，一些特定主题的悼念歌曲被反复传唱，或被制作成歌曲封面来营造仪式感。如《下辈子还要和你在一起》《你在天堂还好吗？》。在传统文化中，奏哀乐是哀悼仪式不可或缺的一部分，人们群集一起，在聆听哀乐中完成缅怀。在账号墓碑里，哀乐的声音仪式也未缺席，“丧乐”由一个人奏，也只为一个人鸣，只是沉默的在线听众们不再切身地群聚在一起，电子分身由汹涌的流量推送而来，也随着滑动切出离去。

三、文字：多样化叙事下的情感表达

文字不仅是哀悼情绪的有力载体，也是哀悼文化的继承者和传播者。从柳永的雨霖铃“执手相看泪眼，竟无语凝噎”，到贺铸的“梧桐半死清霜后，头白鸳鸯失伴飞”。即使是在国内文化中都有许多经典哀悼诗篇流传，纸笔媒介记录了人们或借景抒情，或融情于景的抒情文字。对于帐号墓碑的立碑者们来说，文字也是在线祭拜的第一选择，或被覆盖于图片之上，或跟在图片后大段陈述，文字叙述的优先性总是优于图片与视频。

而在帐号墓碑里，持续更新的动态更偏日常，细碎的、连续的内容支撑起了一段段完整的回忆时间，也有着不同的叙事方式。

（一）倾诉式叙事

倾诉式叙事一般以第一人称为对话方式，多为和逝者直接对话的“永恒沟通”。倾诉身边日常、倾诉思念之情，哀悼者图文并茂地描述着身边发生的事情、变化。“你还好吗？”是最常见的问候语。

“宝贝儿，这是你离开的地方，妈妈来了，……明天是你的祭日，今天我在

广场上大声喊你的名字，告诉你，宝贝儿女儿，妈妈来了。妈妈来带你回

家。你听到了吗？”（访谈对象e账号内容）

在倾诉式的叙事中，逝者会成为一个可对话的客体，这与亚洲的关怀文化不无关联，认为逝者仍存在于某种精神领域，需要我们持续以某种方式照顾他，如烧纸。逝者会以某种存在方式“旁观”现实世界的发展，亦或由倾诉者本身来充当旁观的桥梁，通过文字倾诉式叙事的方式，传达信息，弥补现实的不在场。

“昨天开车带姥爷去看病。走到高速上，想起以前我和你爸爸开车拉着你在

高速上，你非得要回家，我的泪扑簌簌的流下来。开始还是默默的流泪，后

来实在控制不住了，必须得使劲儿吼出来……我实在太想你了。儿子，妈妈

好愧疚。妈妈多么希望你能在妈妈身边呀！”（摘自观察对象账号）

第三章“账号即墓碑”的在线社会互动

从内容来看，倾诉式叙事多讲述现在发生在身边的事情，这些事情包括家里人的最近状况，熟悉的人的最新情况，内容上占比最多的则是单纯的、各种情境下的思念“我想你”。

（二）回忆式叙事

回忆式叙事以第三人称为主要对话方式，内容以事为主，忆及往昔，哀悼者通过持续回忆和书写，能够更好地整理思绪。被访谈者 c 说，每次去线下墓碑前，自己总是紧张得没有思绪，呆呆的站在那里，心里非常麻木。离开祭拜场所，才有空整理心情。

如前文文献综述的总结，生者对逝者的情感依恋称为“持续性联结”，丧亲初期（剧痛期）会不停地思念逝者，不断接触逝者的遗物来怀念逝者。访谈中发现，在回忆式叙事中，哀悼者会获得痛苦，甚至部分访谈者会把痛苦感当成保持持续联结的方式。然而在哀伤疗愈理论中，处理好联结关系是至关重要的。有益于哀伤疗愈的持续性联结更注重内在的联结，而不是仅仅依靠外在的形式。

“今天来看了你，阳光真好，在正对你的地方种了郁金香，你喜欢花花绿绿的花，以前我给你看我美甲上的郁金香，你说很好看，我说我很喜欢郁金香，你说那就在我们院子里种一片，我说好，我出种子你出时间。现在我把它们种在你目光正视的前方，你会第一个看到它花开的吧”（访谈对象 c 账号内容）

例如在访谈对象 c 的账号内容中可以看到，在回忆式叙事中，思念逝者时，正向的持续性联结里，除了哀伤，还能感到新生命所象征的温暖和愉悦。

（三）补全式叙事

补全式叙事则是指将叙事补全的权力交给受众，如账号 k，在抖音上持续征集与逝者相关的传播传统文化的视频发布在账号中。在许多自我书写、回忆书写中，哀悼者也会不断发现此前忽略掉的细节，补全逝者的个人叙事。继而继承逝

第三章 “账号即墓碑”的在线社会互动

者的心愿，做会让他感到骄傲的事情，来达成与逝者心灵力量上的互相支撑，这些均为哀伤疗愈理论中所建议的有益于哀伤疗愈的持续性联结。

这种行为在心理学上也属于一种意义构建的治愈路径。目前，心理学方面的研究者们通过研究总结，认为丧亲者的意义建构主要有三种阶段：意义找寻、丧失获益和身份转变。

其中，身份转变是意义构建的关键环节。学者们认为人的身份感也是由自我构建的。身份改变是通过生活目的和意义来达到的，具有灵活性。丧亲事件破坏了个体自我叙事的连贯性，因此会对丧亲者生活方式产生影响。如果丧亲者借由新的身份发展出了一个明确的生活“目的”或者“意义”，就可以促进丧亲后的身份认同，缓解或者改变哀伤的痛苦程度。在文字的不同叙事视野中，补全式叙事，也是意义构建的一种。

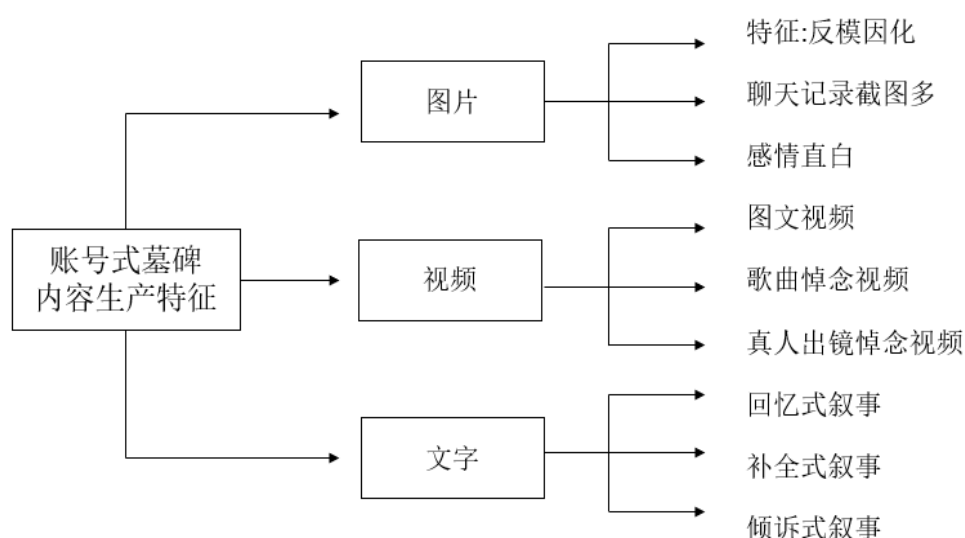


图1 账号式墓碑内容生产特征模型图

借由媒介的多重表现形式，部分本土化哀悼的网络仪式在网络哀悼中重现或演变。网络中的哀悼既是对现实的反映，也是对现实的重构。因此，从图片、视频与文字几个方面出发，我们初步总结出“账号即墓碑”式（也称帐号式墓碑）的哀悼中内容生产的基本特征模型图。在这样一种网络哀悼的内容生产场域中，内容哀悼者的书写空间、是情感与意义的载体、也是在线互动开始的起点。

第二节 “账号即墓碑”式哀悼的在线互动机制

结合在线支持理论，受众参与形式可总结为共情式参与、联想式参与、建议式参与和蔓延至线下的现实生活参与、网暴式参与。

一、丧亲者获得情感支持——受众的共情式参与

情感支持即传递表达关怀的情感信息，让丧亲者感受到尊重、关心与理解。“节哀”“一路走好”这样的词语是共情式参与的常见词汇。参与者在观看后会留下情绪抚慰的话语，来希望哀悼者的情绪获得正向转变。

“宝贝 妈妈没法直接和你对话 所以妈妈想了个办法 化作无数陌生网友的留言 他们所有的所有都是妈妈 你感受到了吗 妈妈也很想你 妈妈也在尽力向你传达我的爱”

（摘自观察对象评论区）

“阿姨，要带着女儿去看世界，我希望一直看到你更新，看这美丽的世界”

（摘自访谈对象 a 评论区）

无论是模拟妈妈的语气，还是代入女儿的视角，受众的共情式参与均从丧亲者发布的内容角度出发，安慰丧亲者、宽解情绪，或者是努力唤起丧亲者的正向情感，这些都是力图扮演“互联网心理医生医生”所努力做的，面对萍水相逢的网友，共情式参与是陌生人善意与道德感的最大公约数侧写。

“你听说过庞加莱重现吗？组成世间万物的粒子是不断运动的，但当经过无限长的时间之后，总有一个瞬间所有的粒子会再次回到最初的状态，这个时候整个宇宙会重新按照曾经变化的轨迹，再来一次。宇宙不过是一场循环，很多事情已经重复很多遍了。我是想说，也许一个人现在去世了，但在某个我们不知道的未来或过去，他依然存在。所以你的父亲下辈子还是你的父亲，在经过无限长的时间后，你们总会再次相遇的。”（摘自访谈对象 g 评论区）

第三章 “账号即墓碑”的在线社会互动

如何去解释离别、如何去合理化离别，如何解释死亡，如何让人接受死亡，又或者作为匆匆浏览信息的互联网过客，如何驻足表示自己对生命的尊重和对逝者离去的惋惜、悲哀，是共情式参与的书写母题。

二、丧亲者获得情感支持——受众的联想式参与

第二种参与在评论中表现为集中于自己的经历，来安慰哀悼者的互动。首先会联想到自己的感情，完成共情体验，随后分享自己联想到的内容。账号式墓碑的内容具有强烈的情绪传染性，本质上还是由于共同经历引起的情绪共鸣，进而由他人及己，转换为联想式参与。

“阿姨您好，我也是一名重度抑郁症患者，我也曾跳过楼，我能理解您女儿的心情，因为对于我们而言可能死亡才是最后的解脱，不过幸运的是我已经走出来了阿姨你要是有什么难过的事你可以跟我说你也可以把我当成你的女儿”（摘自访谈对象 e 评论区）

“大晚上看这些，我也是奶奶带大的。自闭了，很怕有一天爷爷奶奶的离开，这段时间焦虑死了。前几天才心悸，现在又不敢哭的太激动。”（摘自访谈对象 a 评论区）

“我也是太想我姥爷了，今年 100 岁，陪伴五十年，因为太伤心了，不断的看同悲痛贴，感觉才有人理解我的痛。”（摘自访谈对象 c 评论区）

如上摘选的评论，由逝者经历联想到自身经历，由哀悼者经历联想到自身经历，或本身就是出于寻找情感支撑和安慰的目的来进行互动，都是联想式参与的常见表现形式，也是情感互动达成共鸣后的一种真挚分享：因为了解你的痛苦，所以更愿意披露自己的情感，告诉对方你并不孤单。

三、丧亲者获得信息支持——受众的建议式参与

信息支持即提供建议、方案指导等有用信息，帮助他人解决难题、激发新思路或做更优决策。

第三种建议式参与会给出切实的建议，包括告诉哀悼者如何去走出情绪、如何应对处理哀伤，呼吁哀悼者走入现实生活等。这类评论通过提供现实路径来引导哀悼者，属于在线网络支持中的信息支持，也是评论区常见的参与方式。

“妮，我是你隔壁村的姐姐，老是刷到你视频，很心疼你，知道你的心里痛无人替代，但你只有坚强起来，别老念着孩子，这样孩子走得不安心，没法往生，对孩子来说并不好，把思念和爱压心底，把对他的爱转移到别的孩子上，让他走得安心”

（摘自观察对象评论区）

“我会把我处理姥爷疾病的信息都放在账号里，也会主动告知网上刷到的和我姥爷有相似情况的人，怎么去找药，怎么去在有限时间里去抢夺更多生机，如果真的可以帮到他们，也会让我心里更好受。（摘自与访谈对象 a 的访谈记录）

不仅受众，丧亲者本人也会进行建议式参与。如访谈对象 a，建议式参与同样是她本人的情感疏解途径之一。

四、丧亲者获得工具支持——受众蔓延至线下的现实生活参与

在社会支持理论中，工具支持即提供行为或服务的有形物质，而在网络用户支持中，则更多表现为线上互动蔓延到线下的现实生活参与，不同于单纯的网络慰问与互动，这些互动会由线上到线下，成为实际生活中产生互动的一个个小环节、关系扭生出新的互动能量。

“账号墓碑”在社交平台的曝光机制下，个人的情感与哀悼也有被陌生人看到的机会，从而形成广泛的情感共鸣。此外，也会帮助他们寻找到同质互助的群体，在线网络支持会成为他们连接的桥梁。

访谈者 e 谈到：

第三章 “账号即墓碑”的在线社会互动

“我在网上又几乎拥有了一个女儿，逢年过节她都会给我祝福、寄礼物，也是一个小姑娘。都是陌生人，但是特别暖。”（摘自访谈对象 e 的访谈记录）

访谈者 c 也有类似经历，大约有 300 个人向她发送过私信来安慰她，也认识了有相同经历的朋友，两个人处境相似，亲人相继离世，从建立账号墓碑到访谈时的 100 余天中一直保有联系，寄送礼物、互相安慰。

五、丧亲者获得负面支持——受众网暴式参与

死亡消费是一则伪命题，但极易催生网络暴力。在公共领域的公众任务哀悼过程中，常会出现“哀悼警察”（Grief Police），强迫人们呈现哀伤反应，反而让哀悼不自由。在个人“账号即墓碑”式哀悼的网络实践中，则会出现“反哀悼警察”，质疑一切哀悼的动机和原因，不尊重他人的哀悼方式。

由于个人空间和公共空间在信息流推流机制之下，界限被打破，私人的个人情感遭受了公共空间不同信仰、经历和世界观的公众审判。也就为道德审判提供了可能。

因此在在线网络的互动沟通中，在线墓碑的呈现和推送机制的随机性，带来正向反馈共情的同时，也会有负面质疑声音的出现。如在访谈者 d，在账号分享过程中，也会遇到质疑的声音：“问我为什么亲人遭遇了这种事情，还有心思在网上进行分享”。

负面支持出现比例并不低，在 9 位访谈对象中，共有 7 位遭受过不同程度的质疑，在 25 位观察对象中，可见的负面支持出现比率也高达三分之二。轻者是评论区一句轻飘飘的质问，重者是私信、对话中的激烈指责与争吵、甚至是网络暴力。此外，将被信息流推荐“账号式墓碑”视为不吉利现象的人也不在少数，这些都使以网暴式参与为代表的负面在线网络支持成为不可忽视的在线支持部分。

实际上，哀悼者需要的往往是共情而非同情，同情是非自觉的情绪索要，共情只是理解和尊重，是情绪共鸣方式，在哀悼理论逐渐走正常接纳的今天，哀悼自由也同样重要，无论是被旁观者还是哀悼者，从心底认同哀悼方式的自由，才能更好的解开自己心理的枷锁，达成与逝者的内心联结，走出哀痛。作为重要引导角色的旁观者，具备独特的社会责任，同样也是社会支持重要部分。

第三节 在线社会支持的功能意义

一、连接功能：信息流推荐机制补充推荐与观看呈现

数字哀悼从互联网诞生就开始出现，但直到技术更迭、媒介进化，信息流推荐机制的完善，才为帐号墓碑的完善补全最后一块拼图。在当前的媒介机制下，“账号即墓碑”式的哀悼是一个集个人倾诉机制和受众参与机制为一体的公众互动空间，而将个人缅怀的帐号墓碑与观看者连接在一起的，就是信息流推流机制的影响与连接作用。

社交媒体集中精力于将每个人的孤岛连接成陆地，于是一个账号墓碑被视为一个社交主体被信息流推流机制推给了陌生的、毫无关系的受众，也就有了参与和互动的空间。它提供了一个区别于现实生活，但又可以和社会受众保持接触与参与的域，从而为受众旁观转化为受众参与，进而转变成广泛社会参与与社会支持提供了空间。

二、征集功能：被遗忘的和被留存的

如何缅怀一个人？如何记住一个人？如何去让自己的怀念变得更有意义？这涉及到对怀念素材的取舍，在帐号墓碑中常见有逝去的人相关的物体、回忆碎片整理，也有人帮逝去的亲人继续征集亲人表演片段，来完成亲人推广民俗文化的遗愿，代表另一个维度的转变，完成从单纯的缅怀情绪到继承意志行动的过渡。也是正向的内在联结哀悼过程的生动呈现。

帐号墓碑的在线悼念中，也不乏关于恢复聊天记录、找寻删除照片的求助，媒介资料成正逐渐成为个人记忆的重要佐证与留存资料。利用社交网络力量，在社会上去征集逝者生前素材、征集如何保存素材的办法，构建更完整的逝者形象，让被遗忘的不被遗忘，被数字技术遗弃的重新生动，是“账号即墓碑”式哀悼的重要作用，也是社会支持的显著功能。

三、在线抵达：身体的缺席与网络的在场

相见时难别亦难，此前的面对疫情紧急封控中，亲人的相聚和离别变成了比以往更难的事情。疫情让线下仪式中“实际的在场”变得普遍，继而转变为“在

第三章 “账号即墓碑”的在线社会互动

线的抵达”完成缺席的仪式。告别仪式是社会性行为，而在线的哀悼实质上是以网络替身的身份完成了社会仪式，媒介为网络哀悼提供了抵达的工具支持，者也是社会支持的一种。

访谈者 d 在亲人去世时正处于国外，深感震惊的情况下选择在线来完成哀悼，访谈者 c 在亲人去世时正逢封控，无人为亲人收尸，无人能当面哀悼，她写下一封封信，最后又变成网络上一段段文字。访谈者 j 的亲人遗体截至访谈前，已经过了 5 个月，但仍在殡仪馆中。

早期的哀悼理论曾从依恋角度出发，剖析亲人离世让哀悼者难以接受的原因，离别时的相见也是对依恋关系的良好告别。Weiss (1973)指出，孤独感具体源于依恋对象的缺，而其他人在场的在场不能完全缓解。⁴⁵目前接受采访的采访者也无一不表示自己与逝者的感情之深。因此感情越深，现实在场的愿望越强烈，而在现实条件的种种条件下，在线抵达也就更为普遍的选择。

45 Weiss, R. (1975). Loneliness: The experience of emotional and social isolation. MIT press.

第四章 在线社会支持促进的情感转变

第一节 促进情感转变的原因

在一系列“账号即墓碑”式哀悼的建立流程中，最终社交媒体行为会导向两方面的情感转变，一种为延续悲痛，使悼念变成长期的悲痛，但另一种是通过社交分享，逐渐走出情绪，促进情绪的正面转向，由悲痛期向接受期平稳过渡。

在其间，情感劳动是不可忽视的情感转变原因之一。情感劳动（或称情动劳动）来源于马克思主义政治经济学，是“劳动者在情感劳动的实践中不断地肯定自己，发挥自己的才智，以喜爱和激情作为驱动力，构建社群网络，获得极度自洽的认同感。在此过程中，劳动实践是一种主体性生产，在劳动过程中不断地获得自己的本质力量的确证。

情感劳动是情感消费中的既定事实，而非期望结果或初始目的。哀悼情感劳动并非以喜爱为驱动力，而是以悲痛为原动力，受众以共情为桥梁，共同完成网络哀悼的数字实践。负向情感同样能够推动情感转向和实践。

建构主义认为悲伤辅导是一个帮助居丧者重建意义世界的过程。临床工作者可以运用意义重构的策略，帮助居丧者促进意义建构和建立连贯的自我叙事。在悲伤辅导中，叙事复述、治疗性写作、隐喻都是简易可行的意义重构策略⁴⁶。在“账号即墓碑”式哀悼过程中，这些意义重构策略都会无意识的被反复运用在其中，成为自我开解的途径之一。

但与传统的“悲伤辅导”不同，一般意义上悲伤辅导会由专业的情感治疗师来进行情绪引导，叙事复述中，丧亲者通过叙事复述过程重新理解丧亲的经历，将丧亲经历再理解，融入有意义的叙事，再整合到生命叙事之中；治疗师通过倾听丧亲者的叙事复述，协助他们重写一个全新的意义重构故事，帮助丧亲者形成健全自我，重新建构积极的生活意义与态度。治疗性写作里，同样也是由指导师，来在文字表达过程中将情绪与意向转换为主导叙事，帮助丧亲者进行情绪辅导、症结所在，而在“帐号墓碑”的构建过程中，这一无意识的自我疗愈过程里，账号的观看者、共情者则更多地自发扮演着疗愈者的形象。

46 Hall, M., & Irwin, M. (2001). Physiological indices of functioning in bereavement.

一、观看者的“治疗师”扮演引导

观看者如何引导意义的构建？在社区氛围良好的社交平台中，不乏受众主动帮助丧亲者进行意义构建的尝试。本文同样关注数字实践中情感公众的形成，也就是“通过情感的表达而被动员和连接、被识别和可能被隔绝的网络化公众。

“账号即墓碑”式哀悼的网络观看者、参与者就是情感公众的典型代表。

一方面，作为观看者，他们享受着“合成情感的代偿”，通过浏览社交平台，观看他人的苦难获得情感刺激与共情，另一方面观看者的责任也让他们会自发地引导丧亲者去进行意义构建，成为丧亲者意义构建的参与者。访谈对象 b 和 f 谈到：

“许多人会私信我最近过得怎么样，有没有好一些。”（访谈对象 h）

“有一个网友建议我把和爸爸相关的聊天记录都彩印下来塑封，我听她的建议做了以后，经常会去翻看这本聊天记录。”（访谈对象 b）

在属于丧亲者和陌生网友的双向沟通中，作为观看者的网友是丧亲者叙事复述的旁观者，也是叙事复述的参与者，对丧亲者的固有叙事经历、文本进行反复观看，并在其中寻找共情点，与正向意义构建的机会点。

二、丧亲者的想象与构建

而对于丧亲者本人，在反复叙事中，除去健全自我意识外，也在藉由反复的回忆、遗物整理完整地再构建自己心中地亲人形象，生活中的细节与过往经验成为打造亲人理想人格的素材，丧亲者会进入显化逝者优点的回忆阶段，将零碎的叙事在反复的讲述中变为完整的叙事，从而获得心理安慰。例如访谈者 f 提及，她在整理文字并发出来的过程中，反复搜寻与长辈的在线聊天资料，会想起许多以前忽略掉的事情，这些事情表示着她的长辈是一个非常有担当、报喜不抱忧的好人，但在此之前，她从来没有这样强烈的意识到这一点。

此外，一些来自观看者的讲述带来的想象也给予着访谈者莫大的安慰，正如东亚传统文化的习俗，人们会将逝者当作“还存在”的对象进行交流，f 的私信里有人和她讲述自己家人埋葬得地方旁边种了两棵树，毫不知情家人去世的亲

第四章 在线社会支持促进的情感转变

威说被托梦梦到和他说住在树旁，打电话问她真假。这样的对于逝者“以另一种方式还存在”的想象，也成为在特定时期的心理依托之一。

与逝者进行交流的愿望显著存在于丧亲者之中，除去建立“账号墓碑”，部分丧亲者也会通过模拟对话的软件，将对方的角色设置为自己的离开的亲人来完成对话。如采访者 g，她在 glow 软件上模拟和爷爷进行对话，来给予自己心理慰藉，这样的对话同样被她上传至帐号墓碑中。媒介被普遍用来承载情感，人们根据自己的需要选择媒介，在这样的过程中，媒介进化过程里逐渐显现趋向性，即莱文森所说，媒介的内外环境发生变化时，技术与人的需求会促进媒介进行变化和转换。

第二节 走出还是停留?——丧亲者的情感变化

在柯林斯的分析中，互动仪式会产生包括虚拟群体团结、个体情感能量迸发、代表群体的符号诞生和道德感规训落成者四种仪式结果⁴⁷，其中个体的情感能量体现为互动可以带动人的情绪，让人获得社交能量，从而产生积极情绪或消极情绪。丧亲者因为公众互动仪式的参与而获得告慰，也会加深对于媒介使用与互动的依赖。在社会支持理论中，情感支持也是传播社会支持中重要的一环。

在观察与访谈的对象里，有 6 位亲人在 6 个月内离开，4 位亲人离开已经 6 个月以上。通过对于账号动态的观察与访谈，大部分仍处于“延长哀悼”阶段，尤其以丧亲父母为主，对于他们来说，持久不停歇的账号分享，意味着走出丧亲情感依旧非常困难。

“账号墓碑”的建立某种程度上意味着丧亲者本人不愿意走出的意愿，他们的账号名，即墓碑名也彰显着这一点。访谈者 c 将自己的“账号墓碑”命名为 12.18 日，这是她亲人离开的日子。访谈者 a 的账号名称则叫“永远怀念爸爸”。

访谈者 a 提到：“个人的痛苦无法得到真正意义上的消解，难受的情绪依旧是自己的。”“但大家的互动就像黑夜里洒下来了一点点光”。访谈者坦言：“心情不好的时候回去搜索有相同经历的人的账号去看，有时候沉浸在情绪里一不小心就会看很久。”

47 [美]兰德尔·柯林斯.互动仪式链[M].林聚任译.北京:商务印书馆,2021,第85页。

第四章 在线社会支持促进的情感转变

社会学家 Walter 认为，哀悼分为“关怀文化”和“记忆文化”，我国就是典型的“关怀文化”，会认为逝者仍存在于某种精神领域，需要我们持续以某种方式照顾他，如烧纸。但在西方更多的是“记忆文化”，“记忆文化”更多地认为我们需要明确逝者已去地事实，以记忆语言来进行缅怀。但这两种哀悼都建立在持续联系的前提之下，也就是说，在不同的文化中，都会对于与逝者保持联系、或保存逝者记忆有要求。“账号即墓碑”式的网络哀悼正好承载和满足了这样的文化与情感上的需求。

一、在线聚集——通过同质互助减弱负面情绪

在信息流推荐机制下的社交媒体，以提供在线聚集的方式，为同质互助提供了土壤，使丧亲者能与受众进行双向互动，减弱负面情绪。

根据访谈内容发现，双向互动具有良好的减弱负面情绪效果。正向情绪的互动会收获正向情绪反馈。被访谈者的负面情绪包括亲人离去后感到孤独痛苦、亲人离去缺乏安全感。双向交流的渠道包括私信、评论、成立群聊，而双向交流提供了一个对话的渠道，允许丧亲者交流丧亲感受，形成情感共鸣，获取在现实生活中所缺乏的情感互动。

双向互动能够减弱负面情绪的重要一点是，这些双向互动大部分属于和丧亲者本人有类似经历的人，大部分访谈者也表示，在生活中有朋友会给予安慰，但如果朋友没有相似经历，会感觉其实并不能够相互理解。如果倾诉过多，变为“祥林嫂”式发泄，也会造成朋友回避的状态。缺乏相似经历、避免负面印象，都是丧亲者接受现实安慰时感觉有心理屏障。

有相似经历的人互相倾诉、抱团取暖，在哀伤疗愈中，这种互助方式叫“同质互助”，在临床中曾取得非常好的效果。而目前社交媒体高度的可关联性（Associability），也容易让有相同经历的人在线被动聚集，从而达成一定程度的疗愈效果，帮助丧亲者跨越在现实生活中难以跨越的倾诉障碍，建立能够通过互动维持，获得在线社会支持的“哀悼共同体”。对于这些互动，访谈者这样表示：

第四章 在线社会支持促进的情感转变

“有一些评论真的非常暖心，和他们聊天会让你从情绪里抽离出来……你能感觉到他们是真的在为你想。而且大家如果有相似的经历……交流起来比较没负担。”

(访谈者 c)

“评论区里有很多相似经历的人，他们自己的账号也不会总是发动态，但愿意在你账号下留言，去讲自己经历的事情，也是信任你才这样做……如果没有经历过一样的事情，说实话我们的这种痛苦别人肯定是不能感同身受。”(访谈者 h)

什么类型的留言互动能够最大程度减轻负面情绪？访谈者 g 也分享了她的感受：

“一般来说，会有很多节哀、抱抱之类的简单的安慰的话，我很感谢他们的留言，但我觉也觉得那些话对我的情绪都影响不大。反而是那些很长的，很真诚的话，能够让我感受到他们作为一个陌生人，是真的希望你可以心情更好，会非常触动我。重要的不是评论的量，而是互动的质量。”

二、提供支持——实现社会互助意义

对部分丧亲者来说，建立帐号墓碑的同时，不断地互动，与相似情感经历的人相互帮助，也是促进情绪转向，实现自我价值和社会价值的途径，从而实现社会支持的传播。在以丧亲者以帐号墓碑为中心的社交关系网络中，丧亲者既是善意的接收者，也是正向情感能量的散发者，对于他们来说，给予帮助是自我救赎，也是自我赎罪，是对曾经没有好好照顾亲人愧疚的补偿。

1. 信息支持

访谈对象 a 和访谈对象 c 在社交网络上给别人的留言甚至比自己收到的留言还要多。E 坦言，她的亲人在新冠疫情后去世，在这期间她一直在整理如何帮助老人应对疫情的消息：

第四章 在线社会支持促进的情感转变

“在我亲人的离开这段时间里，我一直在网上留言去帮助和本人有类似经历的人，疫情等类似疾病，年轻人可能会不知道如何去处理和应对，大数据给我推荐了多少个人，我就留了多少次言，……他们有亲人还在的，也有亲人不在了的，根据不同情况，我会去发很长的话告诉他们怎样做更好。通过这种方式，我觉得我能获得更多的安慰。”

访谈对象 a 谈到，亲人离开 50 天，大约给 300 余人留言互助过，如果留言不能解决问题，还会通过私信持续沟通。留言之中，她会主动提及自己的经历，来获取信任，从而最大程度上去帮助他人。

访谈者 g 接受了更多形式的帮助，不仅是情绪上的，还有处理哀悼事宜。作为刚上大学的学生，她需要独自处理亲人的后事，如何火化、如何登记死亡信息，都是由在线互动所获得的社会支持，从而帮助她独立完成了本不熟悉的后事处理过程。

2. 情感支持

访谈者 e 的女儿因为抑郁症去世，她的评论区会有许多相同心理状况的年轻女孩向她寻求帮助，诉说负面情绪，她往往因此保持许久的私下沟通。甚至加入了许多抑郁症相关的社群，“能劝一个是一个”。

前文所谈到的互动模式中共情式参与也是情感支持的重要形式，我们可以看到，在“账号式”墓碑的网络哀悼媒介实践中，并不只是观看者在实现在线社会互助，哀悼者本人也在借由此种方式，来实现自身意义的书写和情绪的调整。

三、接受支持——重塑认知、产生积极信念和行为、获得心理支持

1. 重塑认知

沉浸在哀伤情绪之中时，由于突然遭受打击，在连续的不健康、不合理的情绪、想法、心境、的行动的影响下，丧亲者容易深陷痛苦之中，出现许多错误认知的想法，处于急性哀伤阶段之时，很多时候的想法是极端的，包括“想随逝者一起离开世界”，甚至会出现呕吐、食欲不振的抑郁反应。21 世纪流行的行为

第四章 在线社会支持促进的情感转变

认知疗法（CBT）和“复杂哀伤治疗”程序中，重塑认知和引导积极情绪的产生都是哀伤疗愈的重要环节。

《延长哀伤治疗手册》中建议，在面临亲人的离去的哀痛的时候，比起留一双碗筷的外在联系，更有效的是内在联系，即去完成逝者生前想做的事情，延续逝者的美好品格，让丧亲者在内心中感受到逝者的力量，从而完成内在联系。

2. 产生积极信念和行为

双向互动中评论的有意引导，也有助于丧亲者产生积极信念和行为。情感支持让个体更有勇气去接受亲人的离开，和扩大和社会的接触面，提供了更多社会化互动的机会，从而让积极信念可以变成积极行为。当丧亲者沉浸于哀伤中时，有些人提醒丧亲者其他社会角色的存在，从而唤起丧亲者本人的社交积极性，和社会角色属性（大多情况下，丧亲者的哀伤情绪会依托于家庭角色属性），也有人提出类似建议逝者完成内在联结，从而完成意义构建，如有人在动态下留言：

“姐妹，爷爷的血脉还传承在你的身上，他的习惯还倒映在你的行为举止里，要努力生活，把爷爷的优良传统传承下去，这样的话，爷爷也是以另一种形式存在于这个世界上呀。”（摘取自访谈对象c 账号下留言）

这条建议就是典型的内在联结构建。此类建议不仅会帮助建立账号墓碑的丧亲者本人，也同样帮助了那些因为有相同经历而搜索信息，看到评论的其他丧亲者，比如这条留言下就有“谢谢你的留言，你的话开导了我”的其他用户留言。

“他们会喊我去参加那种群，说里面都是失独家庭，大家可以在一起说话，心里好受点。”（访谈对象h）

3. 获得心理支持

沉默的陪伴、认真聆听，这些行为被认为是合适的来帮助丧亲者走出哀悼的方法。当这些沉默的倾听者在网络上，则对应表现为一些互动数据，如点赞、收藏、关注。虽然没有语言上的互动交流，被观看同样是互动支持的一部分。

更容易被忽视的是，除去双向互动外，发生在相同经历者之间的互联浏览的行为，也可以为相同经历的人带来心理支撑，这里的支撑并非减弱消极情绪的支

第四章 在线社会支持促进的情感转变

撑作用，而是消灭孤独感，让丧亲者意识到：和自己有类似经历的人很多，命运并非只在为难一个人。

“当时不是在看手机，就是在看小红书，人不能闲着……忍不住点开大家的点赞一遍遍看，最开始发不是为了这些数据、点赞，到后面感觉已经成为了一种习惯，不是一种情绪的变化，就是感觉，心理有支撑。”（访谈对象 c）

某些时候，丧亲者也会转向一些玄学心理支撑，访谈过程中听到的学说包括“高维灵魂”“量子力学”等，脱实向虚的其他假说也会成为获得的心里支撑之一。宗教、佛学，心灵与信仰上的解说成为开释的原理，在国外的相关研究中，会将此类支撑解释为“spirituality”的支持⁴⁸。

四、负面影响——迎接质疑

质疑是丧亲者会接收到的负面影响之一，在部分拥有“情感消费”和“哗众取宠”的思维框架的公众眼中，情绪分享天然带有诱导消费和引导流量的原罪，个人的行为一定要与商业逻辑脱钩才能“清白”，在这样质疑下，分享的动机被污名化，也为丧亲者带来了一定的负面情绪影响。

年轻的受访者会比年长的受访者拥有更强的情绪抵御能力，对网络暴力有更强的处理力：

“就当狗在乱叫吧，支持我的网友还是更多。”（访谈对象 b）

“直播、带货的话都是为了丈夫离开后补贴家用，但是还是会有很多人觉得你好像老公不在了，就不能发一点正能量的东西，赚钱还很不道德一样。”（访谈对象 h）

但对于较为年长的哀悼者来说，摆脱网络暴力的负面影响会更为困难。访谈对象 e 今年 52 岁，女儿因为抑郁症离世后一直在自责、内疚的情绪中“每天都在问自己为什么，每天都在埋怨自己为什么没有早点发现女儿的心理问题”，交谈中把个人经历的偶然性都归结于自己的错，将自己置于被审判者的位置。女儿

48 Bouc, A., Han, S. H., & Pennington, N. (2016). "Why are they commenting on his page?": Using Facebook profile pages to continue connections with the deceased. *Computers in Human Behavior*, 62, 635-643.

第四章 在线社会支持促进的情感转变

已经离去一年，但对于失独的 F 来说，直到现在仍觉得自己稍微幸福一点，都对不住逝者。

有相关研究曾表明，失独家庭的父母会比其他父母更难走出情绪障碍，在这样的情况下，她在为女儿所建立的帐号墓碑中倾诉中，迎来了一次网络暴力。攻击者认为亲人离世完全是她一个人的错误，她不应该说让女儿保佑自己过得更好的言语。哀悼者本人心中的“有罪假定”和痛苦感情被成倍放大，她说后来她删除了曾经发过的一些动态，陈述即使知道他们的言语是不了解实情的、不负责任的，但还是无法不遵从他们的想法去谴责自己，甚至很长一段时间都不再进行网络哀悼行为。自责的情绪缠绕之下，痛苦有增无减，与亲人刚离世的情绪相差不多，并且更为激烈。她说：“你看我的账号当时多久没有发布过新动态，就知道我大概多久没有走出来。”笔者后查阅动态，其间整整隔了 6 个月。

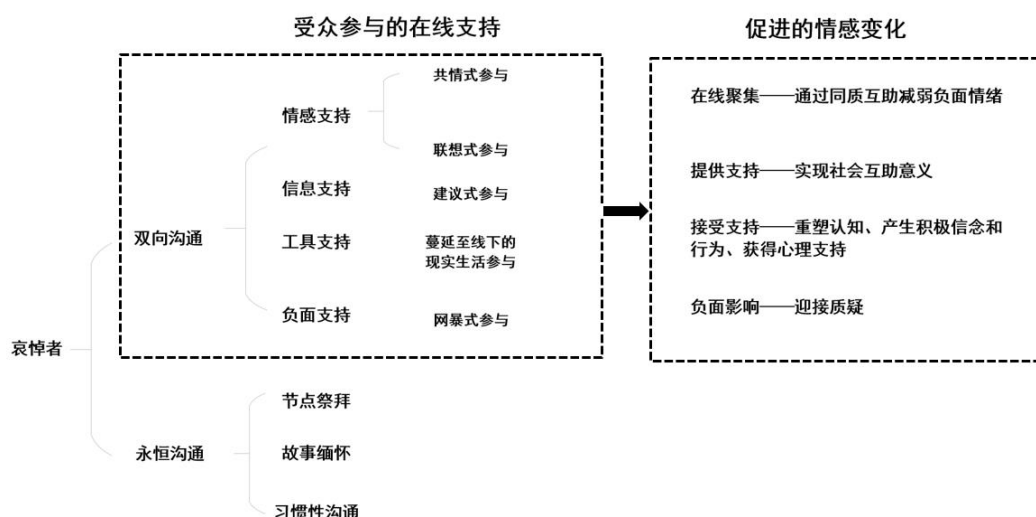


图 2 “账号式墓碑”网络哀悼在线互动机制模型图

根据前文分析，我们可以初步形成“账号式墓碑”网络哀悼的在线互动机制模型图。在达成因果条件，导向建立在线墓碑的行为结果之后，互动会分为“双向沟通”和“永恒的沟通”。双向沟通的互动形式表现为其他“账号即墓碑”式哀悼的观看者的评论、私信沟通，大多为与非亲友的更广泛的悼念团体去讨论死

第四章 在线社会支持促进的情感转变

亡问题，分享情感共鸣经验。“永恒的沟通”为“帐号即墓碑”式哀悼中图片等信息外的语言，多为哀悼者给亲人之间交流，包括持续性的节点性祭拜，逝者故事信息分享，习惯性沟通的言行。根据这一模型图可以看到，受众的参与的在线网络支持与丧亲者的双向沟通密不可分，共同促进了丧亲者的情感变化。

“账号即墓碑”式哀悼无法根本上造成情感转向的结果，但这一数字哀悼实践是充满情感的数字实践，其中情感在不同强度的展示和流动中往往是中心地位，在丧亲者和观看者中的情感实践和情感劳动活动能够较大程度上促进情感转变，于意义构建中发挥独特作用，并用线上反哺线下，改变传统的哀悼仪式的社会关系网结构，并构建以丧亲者本人情感为中心的社交关系、进行意义互动。

第五章 反思与展望

第一节 国内外社交网络平台的哀悼规制

本节结合媒介可供性视野，介绍和归纳所能观察到的，国内外社交网络平台上各种逝者账号的制度设计，并归纳总结其中的同与不同，以及其中的规律。

社交媒体平台并不构成与其他社会空间脱节的孤立的新的哀悼空间，在社交媒体平台上所呈现的往往是媒介化的情感。正如“媒介可供性”（technological affordances）的观点认为，数字技术由于某些天然的特征，而拥有左右人的认知、态度、情感乃至行为的特殊效应，这种效应在很多时候是主导性的。互联网是情感公众形成的重要条件之一⁴⁹，当流动的网络公众开始依附于平台构建自我叙述空间，其表达形式和内容不仅会受现实世界的情感规则的影响，也会受到特定的媒介“可供性”规则约束。

每个社交媒体平台都有自己独特的交流风格、分享逻辑和制度规则、推荐制度，在生产可供性、社交可供性和移动可供性上都各有差别。这可以被视为构成了独特的“平台规训”，比如视频平台和图片平台、信息流推荐平台与人工推荐平台会有不同的平台规训。这些规训来自于特定社交媒体平台的承受力、表现方式，社交媒体平台的硬件和软件中所包含的规则，都限定了网络哀悼的表达或行动模式。

整体来看，国外的社交媒体账号被与哀悼活动媒介规则设定下，更多地从顶层被设计为一个“共享”型的哀悼空间，首先在功能上保证该空间的哀悼空间唯一性，即从产品功能设计上进行功能保障。如 Facebook 的“纪念页面”，在社交帐号主人离开后，该页面可以由家人、朋友共同编辑内容，进行缅怀。这样的哀悼空间是多方参与互动的，参与者在网络上复制着被缅怀者生前的社交网络，维持以被缅怀者为中心的社交关系，且以“熟人”强关系为主，他们不仅可以以被缅怀者为对话对象，也可以与其他被缅怀者的关系网内活跃成员达成充分的互动。

49 刘洋.群体焦虑的传播动因:媒介可供性视角下基于微信育儿群的研究[J].新闻界,2020(10):40-49+59..

第五章 反思与展望

以图片为主的个人社交媒体平台，公共空间的建立，即建立个人账号互动空间一般有三种形式，一种是内容导向的聚合，会以话题和标签 tag 为形式。“#”号后面加上特定词语即可构成特定的话题分享空间，再由账号进行参与；另一种为账号的聚合，将个人账号集合成立特定的小组，构建以小组成员为核心的分享空间。第一种以 Instagram 为例，人们集中在“#Funeral”这一话题标签下来分享经历、上传照片，以图片的形式呈现自我在线下丧礼、哀悼仪式的“在场”，再以配文的形式分享感悟。内容话题互动的活跃基于内容本身的知名度，因此这样的话题下的哀悼互动更多适用于公众人物的哀悼。

第二种聚合小组，表现为 Facebook 的悼念群组，或者是豆瓣的“小组”功能、贴吧的“贴吧”功能，群组的成员相对固定，进入会有一定的审核机制，内容半公开半私密化，如豆瓣的豆瓣公墓小组，就是国内聚合悼念群组的代表。

第三种为信息流推荐聚合。目前国内的社交媒体平台多为信息流推荐聚合模式，部分会兼具话题聚合功能。在信息流推荐聚合的形式之下，个人账号的受众参与界限被打破，不再依赖于特定的搜索指引，与现实关系铺垫，哀悼内容会根据信息流随机推送向个人，这意味着哀悼行为的观看者不需遵循特定的固有现实的关系网就可以观看内容，在个人与个人的哀悼仪式互动中打破了社交关系限制，和以往人们需要媒体报道、自行搜索才能参与在线哀悼行为来说。也减少了参与成本。受访者 a 就提到：“自己的社交媒体首页会推送许多失去亲人的账号与内容，这些人和自己并不认识，但内容很容易引起共鸣，经常不自觉地观看很久。”

第二节 国内社交平台哀悼功能与空间设计具体现状

在论文最初，我们对网络在线哀悼行为进行了分类，认为帐号墓碑的创立分为自传性质的帐号墓碑与纪念性质的帐号墓碑，使用者去世的账号都可被视为自传性质的帐号墓碑，从数量上来说，应该比纪念形式的账号数量更庞大，但很少出现在人们的视野当中，这样关注的失衡是制度引导下的自然现象，但仍旧有进一步思考、探索进路的空间。

以国内的社交平台现状来说，至多为哀悼设计了表达哀悼的功能点，但并未为哀悼设计单独的承载空间，使得自传性质的账号本身无法和人们自发建立的哀悼空间相接续，甚至会“像丢掉遗物一样丢掉账号”。在个人叙述上，我们看

第五章 反思与展望

到的是断裂的叙事线，哀悼者所建立的逝者哀悼空间，与具体的人并不直接相关，如非刻意保留与指引，观看者只能看到哀悼者的数字哀悼空间，但看不见逝者本人的数字痕迹。

在国内的网络社交平台中，哔哩哔哩于 2020 年 12 月，推出“纪念账号”服务，也就是将离世用户的账号列为“纪念账号”，并且可以拥有账号内容保护、账号权限限制、展示缅怀信息等服务，具体来说，会呈现来自 B 站官方的一行简单的悼词：“请允许我们在此献上最后的告别，以此纪念其在哔哩哔哩留下的回忆与足迹。”。2021 年 8 月，视频社交平台抖音上线逝者“纪念帐号”功能，可以在个人主页显示缅怀标志，并对逝者帐号设置保护状态。也同样是在 2021 年，豆瓣 App 7.0 版本上线了“悼念逝者”的功能。当打开已故用户的主页时，页面上方会显示“用户已故，此账号已被锁定保护”的说明，同时该用户头像下方会出现送花功能选项。在这样的设计中，人的存在和哀悼最终以送花符号功能来画上休止符。

另有一个严峻的事实，即更多的社交媒体平台公司，为了账号资源优化配置等原因，会选择直接删除账号，非活跃账号与逝者账号会被回收，投入再分配中，供新用户抢占用户名或账号。

与之相比，国外的社交媒体平台，如 Ins 和 Twitter，大多设计的制度与国内相同，Facebook 则一直都更进一步，除开会链接上专门的纪念页面外，还可以指定联系人，来对账号进行增删、改变。国内则更多的强制将这一步列为直系亲属的专利，必须由直系亲属提供信息，还可以获得对帐号的控制权。

第三节 发挥哀思的力量：平台网络哀悼制度进路探索

一、促使在线网络支持空间形成

我们常看到这样的画面，当一个人去世，人们涌向他的社交账号，并开始最新一条动态上留言……“很遗憾以这种方式认识你”。对最新一条动态的选择性留言，实质上是由于纪念页面的确实，人们不得不选择一个最方便、最近的渠道去留下自己的悼言，完成缅怀的仪式。

任何互动的机制设计都有可能成为一个哀悼的地方，从便宜角度来说无可厚非，但另一角度来看，这也是平台设计的失职。社交平台没有必要为每一种仪

第五章 反思与展望

式来拥有单独设计，但当商业化设计成为唯一取向，如带货、直播、礼物打赏更迭速度快，但涉及生命、情感安置的功能设计滞后（近两年来，社交媒体平台在哀悼与在线遗产方面并无更新），社交平台依靠情感交流吸引用户、维系感情的功能已经悄然向依靠金钱塑造价值观取向、平台功能取向转变。

因此对于网络社交平台来说，开辟尊重逝者生前意愿、能够妥善处理逝者社交网络感情的空间，尊重个人对账号的所有权，设立用户个人具有主动权的用户协议是社交网络平台所应该做到的事情。在数字技术发展下，信息流已经能够完整地了解一个人的喜好、特色，ChatGPT 等 AI 工具也能够模拟人类进行流畅对话，实际上已经具备了生成个人数字人的底层技术条件，网络账号作为重要的个人人格、基本信息呈现机制，会成为虚拟人格技术的重要资料提供。可以设想，当模拟数字人成为人类重要情感依托的时候，对于账号的轻率处理会招致更大的道德与伦理上的问题，而在这样的现实来临之前，对社交平台的干预引导，呼吁其重视情感能量传播转向、引导留存重要用户资料可能更是当务之急。

二、加强在线社会支持氛围引导和管理

一个社区的哀悼氛围不仅与用户有关，也与管理引导有关，这些都对促进在线社会支持的形成起着重要作用。在网络社区氛围较好的时候，无论是何种在线互动行为，都容易得到良性互动，如答疑解惑、汲取正向能量，也更容易获得在线社会支持。算法技术的发展让人们的交流与信息获取不再只有把关人牵引，而是走向随机和碎片化，正如社会学家 Howard Berman 说“一切坚固的东西都烟消云散了”，但一些蓬勃的、也在共生，在分离之时赋予新的力量。

管理的缺失也极易让任何一个社区氛围恶化乃至消逝，在社区氛围恶化的前提下，对于哀悼者、仪式、情感都是极大的破坏。我们可以这样理解，社区的范围不再是社交网络平台规制下的特定班、组、话题群体，而是由任何话题聚集在一起的人群范围，这些话题不会存在特定的标签下，而是存在于偶然的谈话、动态间，人们不需要登报、新闻账号就可以在信息流碎片化推流机制下聚集大部分的讨论者。

在与“豆瓣公墓”的管理员对谈时，他提到，由于豆瓣用户群体变化的原因，他对于豆瓣公墓小组的管理越发乏力，近两年来充满了暴戾、负能量、发泄式的情感宣泄，并且屡禁不止。在早期，这样一个由豆瓣用户自发组建的、对各种事

第五章 反思与展望

物进行哀悼的小组充满了平静、理性的哀悼，更像是文明社会对于死亡本身的致敬与回报，甚至充满着物哀之内敛含蓄之美，在此前研究中也可以看到，出现最多的用户感受为“平静”“安心”，本文的“账号即墓碑”式哀悼的研究对象相比，情感波动更为强烈，形成机制也更为偶发。豆瓣在线公墓成员的加入会有一定审核机制，为前文所说的小组式构建，来到小组的成员都是怀着同样的悼念的心情，与边界意识，但“账号即墓碑”式哀悼充满更多的随机性。

访谈对象 j 曾谈到，她的账号下出现成堆的负面言论“厄运退散”时，她的第一反应是感觉对方像“在你家门外登堂入室后，理直气壮对在家休息的你吐唾沫”这样的行为，自我领地受到了侵占。一方面，受众的媒介素养低、对缺乏哀悼缺乏正确认知的时候，会用狭隘的“霉运”来理解人的正常生理感情，另一方面，平台的准入机制“我不感兴趣此类信息”虽然没办法筛选出认识缺陷人群，但其实也可以通过情感取向监测帮助人们更精准的获得自己想要的信息。

社交媒体平台有一定的介入责任，以 B 站为例，最早 B 站纪念账号来自于为“卡夫卡松饼君”和“虎子的后半生”两位 UP 主设置特别的纪念。这两位 UP 主与网络哀悼者一样，分享癌症抗病生活，是希求获得网络正能量和来自网络的社会支持，但到最后，陷入了自证漩涡，观看者的不信任、质疑将舆论风向带向了发布者有口辩白无人信、观看者网络暴力的漩涡，对 UP 主本人心理健康也造成了一定程度的损害。如果平台不利用自身公信力发声，个人力量很难对抗负面向社区氛围。在社区形成更为零落的社交平台，对用户质量圈层的筛选、信息流推荐匹配度的提高等途径均可以帮助良好社区氛围的形成，于现在“同类聚集”的信息流推荐机制下，目前网络哀悼于帐号墓碑的互动氛围尚还良好，但仍旧有负面因素干扰，加强社区氛围引导塑造，才能让情感回归初心，社区可持续性发展，提高社区活跃度。

三、信息流推流机制优化

媒体平台会有不同的交流规则，比如抖音为熟人社交，小红书则以陌生人社交为主。在正向引导角色向观看者身上转移时，实际上反应了信息流推荐机制的缺位，信息搜推机制是重要的社交媒体平台机制，在访谈过程中，访谈者们提及，被推送和自己有相同经历的人是常态，大家都有相似的经历和情感共鸣，但是不会给你推荐关注个人心理状况、走出悲痛情绪的方法帖子。虽然哀悼者本人或许

第五章 反思与展望

情感上并不希望走出悲痛，而是借以怀念，但目前关于哀悼理论的研究中，引导缓解在哀悼者悲伤情绪转变中已经占据了越来越重要的部分，社交媒体的推流机制仍旧在以“趣缘”为逻辑核心聚集同类人群，不得不说是一种两种不同逻辑的错位。

即使是信息流推荐机制的社交平台中，也会有强制推流的位置存在，在网页时代，这一位置叫做“banner”页，而在APP时代，这一位置叫“开屏”页。信息搜推有分散的同时，一定有聚合，如在甲流流行的期间，小红书的开屏会随机出现“春季甲流预防指南”的互动界面，搜集医疗界意见领袖意见、用户真实经历来帮助人们预防甲流影响。开屏页面是受众打开APP所见到的第一个页面，是毫无疑问的视觉锤、第一眼注意力资源的核心。联动相关心理专家，识别丧亲者本人的心理健康状况，并弹射特定的开屏页，聚合专业的心理指导于真实的正向用户分享经历，或后台通过官方账号推送信息，都能体现平台本身的能动性。

访谈中也会发现标签属性给帐号墓碑观看者带来的人群区别，如k的丈夫因为抑郁症去世，则他的观看者会出现更多的抑郁症患者寻求帮助、心理安慰，访谈者j的姥爷因为疾病去世，则她的评论中或出现更多的安慰人群。即使k与j的账号哀悼内容相似，k提及抑郁症的占比非常小，也依旧会被强标签属性对受众产生较大影响。

“同情疲劳”是常见于心理咨询师的问题，同情疲劳主要表现在两个方面：职业倦怠；“替代性创伤”，也被称为“次级创伤”或继发性创伤。接受过多类似信息对专业的心理咨询师会产生影响，社交网络中观看者也容易出现相似感情创伤，因此控制信息推荐机制，如何以合理的方式将此类信息推荐给观看者也是应当把握的问题。

四、丰富网络社会支持外的支持形式，转变哀悼观念

哀伤疗愈领域的先驱Baill曾指出，对哀伤的压抑会妨碍一系列痛苦的情绪反应，除非允许其自然发展，否则会导致心理和身体的不健康，但遗憾的是，无论是哀悼者本人还是其他人，很少有人知道这一点。

流感、疾病，让面临死亡变成越来越多人的必修课，如何处理哀伤感情、如何面对死亡也正成为脱口秀、综艺和社会上的常见话题。我们期待这样一个社会：媒介对逝者的个人资料信息足够尊重、社会对于哀悼者的情绪抒发足够包容，哀

第五章 反思与展望

悼者本身对自己的情绪足够关注。任何一环的缺失，都会诞生循环往复的负面互动。文明社会下，哀悼应该是一股平静但有力的力量，但也应该对任何大开大合的情绪给予容纳空间。正如本文研究对象中对哀悼者给予支持的网络群体，我们进步的媒介素养也正稳步提升着哀悼者的哀悼疗愈素养。

除开线上社会支持，线下也同样应该丰富社会支持的形式。在现实生活中，我们会有哀悼仪式、追悼会、地方音乐伴奏来丰富离别形式。但感情并不会随着仪式结束而结束，生活中需要面对的问题也不会随着仪式的停止而减少。在线哀悼者的共性是在生活中无法获得哀悼的空间，这是哀悼者的常态之一。

社会、企业、学校应该给予相对应的应对指导，此外哀悼者本人的“依靠痛苦才能维系和逝者的联系”这样的观念也应当在社会氛围的引导中得到改变。正如哀悼至于理论的发展，寻求更多的内在联结，而非外部依赖，才能帮助哀悼者找到更多的正向意义。

有研究曾表明，丧亲事件负面影响会随受教育程度增加而减轻。研究认为原因可能是受教育程度高者会拥有更多的资源缓解悲伤情绪。同时个体的文化水平越低，对疾病和死亡的认识越不够客观、越迷信，死亡对个体带来的冲击和应激可能越大。⁵⁰帐号墓碑的哀悼形式也属于缓解悲伤情绪的资源之一，其间同样会拥有数字鸿沟，在某种意义上，是教育程度更高的人的专利。我们研究发现，现实世界交流空间的缺乏是建立帐号墓碑的重要因素之一，在我们可见的交流缺乏者之外，还会有更多的有同样际遇的丧亲者，缺少足够的线下支持来聆听他们的心事。因为媒介使用原因，也会缺少线上的在线社会支持。这意味着现有的社会机制仍需健全，挖掘出沉默的大多数哀悼者的心理需求，并给予足够的关注。

通过本文的研究，我们可以确认在线社会支持发挥的独特作用，俗话说三个臭皮匠，顶个诸葛亮，三个给力网友，作用也许就形同一个专业的心理咨询师。现代人不仅不会“无处话凄凉”，更有网络社会支持的帮助来获取更大范围内的宽慰。不再会是“千里孤坟”，不思量，自难忘。但常思量，也并非不能走出逝者离去的情感。

在未来，或许我们可以见到像哈利波特中的灵魂体一样的逝者形象出现在坟墓边，来帮助哀悼者走出情绪。又或许媒介技术的发展已经为哀悼者构建了更

50 叶盈,杨可,傅静.丧亲事件对丧亲者的影响及相关因素分析[J].中国全科医学,2018,21(29):3611-3615.

第五章 反思与展望

完善的哀悼空间，“账号即墓碑”式哀悼作为社交媒体时代阶段性产物也会成为过去式，但人的哀悼情感依旧会遵循自然规则，进行或长或短的疗愈过程。期待未来技术发展，帮助我们更好理解情感，也更好地去接纳情感，毕竟连接只是媒介的手段，而联结才是使用媒介的最美好愿景。

引用参考文献

引用参考文献

- [1] 伊莱恩·卡斯凯特著. 张淼译. 网上遗产:被数字时代重新定义的死亡、记忆与爱[M]. 福建:海峡文艺出版社. 2020.
- [2] [法]鲍德里亚:《象征交换与死亡》, 车槿山译, 南京:译林出版社, 2006 .
- [3] [美]兰德尔·柯林斯. 互动仪式链[M]. 林聚任译. 北京:商务印书馆, 2021.
- [4] 刘新宪,《哀伤疗愈》; 出版社:中国人民大学出版社, 2021.
- [5] 乔纳森特纳 (Turner, J.H.). 情感社会学[M]孙俊才, 文军, 译. 上海:上海人民出版社, 2007.
- [6] Bowlby .Attachment and Loss(1969).Vol.1:Attachment[M].New York :Basic Books.
- [7] Freud S, Mourning and Melancholia[M]// The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud:14.StracheyJ, trans. Strachey J, ed. London:The Hogarth Press, 2001.
- [8] J.William Worden, 1982,《Grief Counselling and Grief Therapy》, Tavistock
- [9] 陈媛君. 社会支持理论视角下妇科疾病患者自我披露与社会网络研究[D]. 华中师范大学, 2022.
- [10] 陈爱辉, 鲁耀斌. SNS 用户活跃行为研究:集成承诺、社会支持、沉浸成本和社会影响理论的观点[J]. 南开管理评论, 2014, 17(03):30-39.
- [11] 樊奕. 网络哀悼的仪式化传播研究[D]. 扬州大学, 2022.
- [12] 耿瑞杰, 季建林. 复杂性哀伤治疗的研究进展[J]. 心理学通讯, 2020, 3(02):91-94
- [13] 胡雪瑾. 论传播社会支持理论渊源与重构[J]. 中国出版, 2016(12):13-16.
- [14] 李可人. 新媒体对来华留学生跨文化适应的影响——在线社会支持的视角[D]. 山东大学, 2022.
- [15] 刘建明, 班志斌. 西方仪式传播研究:动向与启示[J]. 新闻与传播评论, 2020, 73(05):89-101.
- [16] 刘建鸿, 李晓文. 哀伤研究:新的视角与理论整合[J]. 心理科学进展, 2007, No. 97(03):470-475.
- [17] 刘建明, 班志斌. 西方仪式传播研究:动向与启示[J]. 新闻与传播评论, 2020, 73(05):89-101.
- [18] 刘洋. 群体焦虑的传播动因:媒介可供性视角下基于微信育儿群的研究[J]. 新闻界, 2020(10):40-49+59. .
- [19] 吕培瑶, 关于社会支持理论研究的综述[J]. 时代教育(教育教学), 2010(04):109.
- [20] 马征, 卢佩, 网络悼念的传播学解读[J]. 青年记者, 2007(14):146-147
- [21] 蒲俊杰, 胡艳娜. 从网络哀悼行为探析“Z世代”的死亡观[J]. 青年研究, 2022(03):63-73+95-96.
- [22] 潘文静, 胡敬凡. 网络社区中的社会支持:理论模型与实证研究分析[J]. 新闻春秋, 20

引用参考文献

- 20(02):72-82.
- [23] 叶永青. 互动构建的时空延展和情感变迁——电子哀悼多模态语类特征[J]. 天津外国语学院学报, 2020, 27(01):59-68+159.
- [24] 叶盈, 杨可, 傅静. 丧亲事件对丧亲者的影响及相关因素分析[J]. 中国全科医学, 2018, 21(29):3611-3615.
- [25] 杨馨. 情感劳动的传播政治经济学批判——以 L 后援会为个案[J]. 新闻记者, 2020(09):14-24.
- [26] 闻吾森, 王义强, 赵国秋, 孙建胜. 社会支持、心理控制感和心理健康的关系研究[J]. 中国心理卫生杂志, 2000(04):258-260.
- [27] 席妍, 罗建军. 社交媒体哀悼空间中的记忆书写与话语实践——基于@xiaolwl 微博评论的分析[J]. 新闻界, 2022(02):40-48.
- [28] 辛自强, 池丽萍. 快乐感与社会支持的关系[J]. 心理学报, 2001(05):442-447.
- [29] 周葆华, 钟媛. “春天的花开秋天的风”: 社交媒体、集体悼念与延展性情感空间——以李文亮微博评论为例
- [30] 左习习, 江晓军. 社会支持网络研究的文献综述 [J]. 中国信息界, 2010(6):144
- [31] 周裕琼, 张梦园. 数字公墓作为一种情动媒介[J]. 新闻与传播研究, 202229(12):32-52+127.
- [32] 周林刚, 冯建华. 社会支持理论——一个文献的回顾[J]. 广西师范学院学报, 2005(03):11-14+20.
- [33] Bingaman, J. (2022). “Dude I’ve never felt this way towards a celebrity death”: Parasocial grieving and the collective mourning of Kobe Bryant on Reddit. *OMEGA-Journal of death and dying*, 86(2), 364-381.
- [34] Bouc, A., Han, S. H., & Pennington, N. (2016). “Why are they commenting on his page?”: Using Facebook profile pages to continue connections with the deceased. *Computers in Human Behavior*, 62, 635-643.
- [35] Blaß, M., Graf-Drasch, V., & Schick, D. (2022). Grief in the Digital Age-Review, Synthesis, and Directions for Future Research.
- [36] Bradbury, M. (2001). Freud's mourning and melancholia. *Mortality*, 6(2), 212-219. Anderson, D. (2012). Elon studies the future of "Generation Always-On."
- [37] Brubaker, J. R., Hayes, G. R., & Dourish, P. (2013). Beyond the grave: Facebook as a site for the expansion of death and mourning. *The Information Society*, 29(3), 152-163.
- [38] Bingaman J. (2022). “Dude I’ve never felt this way towards a celebrity death”: Parasocial grieving and the collective mourning of Kobe Bryant on Reddit. *OMEGA-Journal of death and dying*, 86(2), 364-381.
- [39] Clabburn, O., Knighting, K., Jack, B. A., & O’Brien, M. R. (2019). The use of digital legacies with people affected by motor neurone disease for continuing bonds: An interpretative phenomenological analysis study. *Palliative medicine*, 33(7), 812-822.
- [40] Field, N. P., Galoz, E., & Bonanno, G. A. (2003). Continuing bonds and adjustment

引用参考文献

- at 5 years after the death of a spouse. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 71(1), 110.
- [41] Gibbs, M., Meese, J., Arnold, M., Nansen, B., & Carter, M. (2015). # Funeral and Instagram: Death, social media, and platform vernacular. *Information, communication & society*, 18(3), 255-268.
- [42] Hall, M., & Irwin, M. (2001). Physiological indices of functioning in bereavement.
- [43] Hamid, W., & Jahangir, M. S. (2022). Dying, death and mourning amid COVID-19 pandemic in Kashmir: A qualitative study. *OMEGA-journal of Death and Dying*, 85(3), 690-715.
- [44] Janoff-Bulman, R., & Mcpherson Frantz, C. (1997). The impact of trauma on meaning: from meaningless world to meaningful life.
- [45] Kern, R., Forman, A. E., & Gil-Egui, G. (2013). RIP: Remain in perpetuity. Facebook memorial pages. *Telematics and informatics*, 30(1), 2-10.
- [46] Klass, D., Silverman, P., & Nickman, S. (1996). Continuing bonds: new understandings of grief. Taylor & Francis Usa.
- [47] Kübler-Ross, E., & Kessler, D. (2005). On grief and grieving: Finding the meaning of grief through the five stages of loss. New York: Simon & Schuster.
- [48] Mike kibbee, 1995, The World Wide Cemetery | The oldest online memorial site [EB/OL]. <https://cemetery.org/>
- [49] M. D. Irwin. Mourning 2.0—Continuing Bonds Between the living and the Dead on Facebook. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 2015, 72(2):119-150.
- [50] Neimeyer, R. A., & Hogan, N. S. (2001). Quantitative or qualitative? measurement issues in the study of grief., 89-118.
- [51] Oxford, <https://www.ox.ac.uk/news/2019-04-29-digital-graveyards-are-dead-taking-over-facebook>
- [52] Shuchter, S. R., & Zisook, S. (1993). The course of normal grief. M S Stroebe & W Stroebe & R O Hanson, *Handbook of Bereavement*.
- [53] Stroebe, M., Schut, H., & Stroebe, W. (2005). Attachment in coping with bereavement: A theoretical integration. *Review of general psychology*, 9(1), 48-66.
- [54] S. Lipp N., & O'Brien, K. M. (2022). Bereaved College Students: Social Support, Coping Style, Continuing Bonds, and Social Media Use as Predictors of Complicated Grief and Posttraumatic Growth. *OMEGA - Journal of Death and Dying*, 85(1), 178-203.
- [55] Smith, K. V., Thew, G. R., & Graham, B. (2018). Conducting ethical internet-based research with vulnerable populations: A qualitative study of bereaved participants' experiences of online questionnaires. *European Journal of Psychotraumatology*, 9(sup1), 1506231.
- [56] Trepte, S., Dienlin, T., & Reinecke, L. (2015). Influence of social support received in online and offline contexts on satisfaction with social support and satisfaction with life: A longitudinal study. *Media Psychology*, 18(1), 74-105.

引用参考文献

- [57] Van den Bulck, H., & Larsson, A. O. (2019). 'There's a Starman waiting in the sky': Mourning David# Bowie on Twitter. *Convergence*, 25(2), 307-323.
- [58] Worden, J. W. (1982). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. Springer publishing Company.
- [59] Walter, T. (2015). New mourners, old mourners: Online memorial culture as a chapter in the history of mourning. *New Review of Hypermedia and Multimedia*, 21(1-2), 10-24.
- [60] Weiss, R. (1975). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. MIT press.