

# 大学生群体社交账号分身的媒介实践与动机研究

新闻2102班：张敬如 指导教师：马可 论文类型：毕业论文

**摘要：**随着社交媒体的深度渗透，大学生群体中社交账号分身现象已成为一种显著的媒介实践。本研究基于自我呈现理论、隐私管理理论和技术可供性理论，通过问卷调查与深度访谈，探讨了大学生使用社交账号分身的动机、行为特征及其影响。研究发现，账号分身行为在大学生中高度普遍，用户通过创建多个账号实现社交圈层隔离、多元身份探索和情感宣泄。在动机层面，身份实验表现为通过小号尝试不同的社交角色与兴趣表达；情绪宣泄功能显著，用户将小号视为安全的情绪释放空间；隐私保护需求突出，尤其是女性用户更注重通过小号管理敏感信息。平台选择呈现差异化特征，强关系平台主要用于社交边界维护，而弱关系平台则成为兴趣表达和内容创作的场域。研究揭示了分身实践的双重影响，积极方面，小号有助于缓解社交压力、提升自我表达自由度；消极方面，多重账号管理可能增加认知负荷，并引发身份碎片化焦虑。最后，本文从平台设计、用户实践和教育引导三个层面提出建议以促进更加健康理性的社交媒体使用生态。

**关键词：**社交账号分身；大学生群体；自我呈现；隐私管理；社交小号

## 1 绪论

### 1.1 研究背景与意义

伴随社交媒体深度渗透，大学生群体中社交账号分身现象日益普遍。截至 2024 年 1 月，全球社交网络用户达 50.41 亿，中国社交网络用户 11.01 亿，占网民总数 99.3%。大学生作为“数字原住民”，为应对社交倦怠、隐私危机等问题，普遍拥有多个社交账号。

本研究理论上补充了单一数字身份研究的不足，揭示了虚拟身份流动性；实践中为多平台账号分身特征分析提供数据支撑，为平台优化和用户指导提供参考。

### 1.2 国内外研究综述

国内研究集中在类型特征、行为影响、动因及心理学社会学分析，但存在平台狭隘、心理学分析浮于表面等局限。国外研究聚焦身份建构、社交互动及心理健康，但依赖 Instagram 生态，样本局限。

### 1.3 研究方法

采用个案访谈法和问卷调查法。访谈选取 21 名大学生，转录文本约 7 万字；改编成熟量表，问卷回收 125 份有效样本，信效度检验显示 $\alpha$ 为 0.879，KMO 值 0.828，具有良好的信效度。

2 大学生群体社交账号分身实践的行为特征

2.1 多重账号实践呈现普遍化趋势

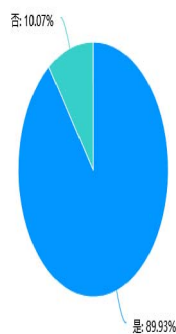


图 2-1 受访者是否使用小号

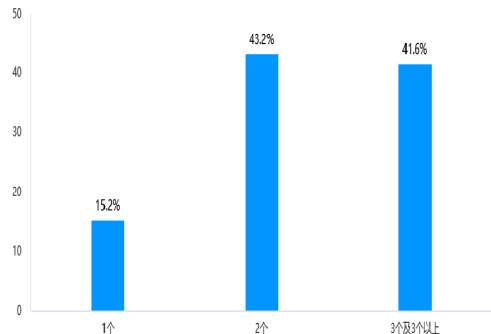


图 2-2 受访者拥有小号的数量

89.93%的受访者拥有社交小号，84.8%有 2 个及以上。账号功能专门化，使用周期持续性，是数字原住民对复杂社交网络的适应性策略。

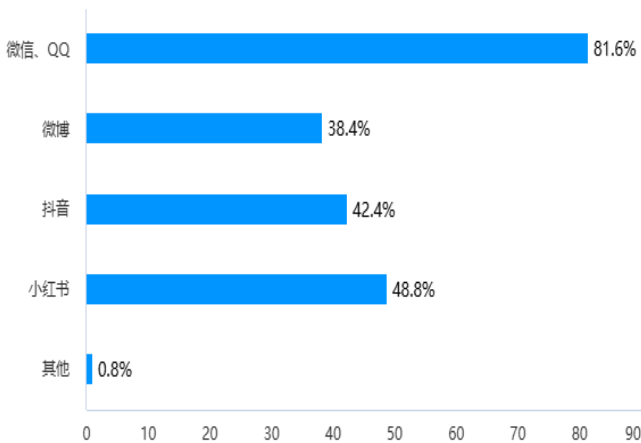


图 2-3 受访者使用小号的平台分布

2.2 社交平台使用呈现层级分化特征

表 2-1 社交小号的具体分类

平台类型	主要关系强度	内容属性	分身主要功能	典型行为
微信/QQ	强关系	私密社交	圈层隔离	设置可见门槛
微博	弱关系	半公开兴趣社区	身份实验、数字工具	亚文化圈层互动、情绪宣泄、资料获取
抖音/小红书	算法主导	公开内容生产	人设管理	内容分区

注1）：算法平台的关系强度会随用户互关现实好友比例升高而转化。

即时通讯类平台使用率81.6%，用于圈层隔离；内容社区类平台用于兴趣探索；

微博38.4%用于情绪宣泄，反映了平台属性对社交策略的影响。

2.3 账号使用频率呈现两极分化态势

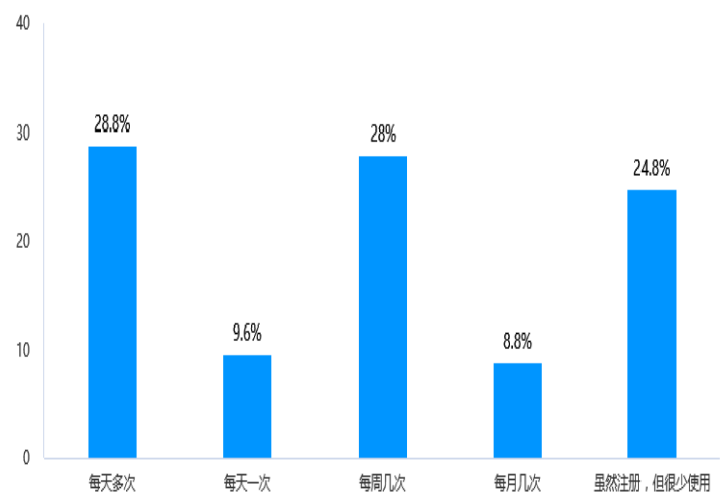


图 2-4 受访者使用小号的频率

28.8%用户每天多次高频使用，24.8%低频使用，体现“补偿性媒介”理论，用户根据需求动态调整使用模式。

3 大学生群体社交账号分身实践的深层动因

3.1 身份实验：多元自我的主动探索

表3-1 身份探索维度描述性统计

	N	最小值	最大值	平均值	标准差
我的社交小号关注细分领域内容，用来探索个人爱好	125	1	5	3.85	1.040
我通过社交小号尝试探索与主账号不同的社交角色	125	1	5	3.74	1.115
在关注者更少的社交小 号上，我更愿意尝试展 示真实的兴趣偏好或个 性特质，无需担心他人 评价	125	1	5	4.07	1.025
有效个案数(成列)	125				

通过小号尝试不同社交角色，关注细分领域内容，在低压力环境展示真实自我，均值达3.74-4.07，体现数字时代身份建构的灵活性。

3.2 情绪树洞：压力释放与情感代偿

表3-2 情感树洞维度与社交小号使用频率相关分析

			在社交小号上，我能够更自由地表达如悲伤、焦虑或愤怒等负面情绪。	我将社交小号视为安全空间，可以更自在地倾诉在现实生活中的真实想法。	通过社交小号宣泄后，我能感受到明显的情绪释放和轻松感。
斯皮尔曼 Rho	您使用社交小号的频率是？	相关系数	-.307**	-.213*	-.305**
		显著性 (双尾)	<.001	.017	<.001
		N	125	125	125

使用频率与负面情绪表达呈显著负相关（Rho=-0.307，p<0.001），小号成为安全的情绪宣泄空间，缓解现实社交压力。

3.3 隐私边界：个人信息的主动防护

表3-3 隐私边界维度与性别的独立T检验分析

题目（行为条目）	性别	个案数	M (SD)	t	p	Cohen's d	95% CI（置信区间）
使用小号发布敏感内容	男	31	3.55 (1.34)	-3.264	0.001	-0.68	[-1.10, -0.27]
	女	94	4.23 (0.89)				
避免小号暴露真实信息	男	31	3.55 (1.41)	-3.721	<0.001	-0.78	[-1.20, -0.37]
	女	94	4.33 (0.85)				
因担心扩散而使用小号	男	31	3.45 (1.39)	-3.687	<0.001	-0.75	[-1.15, -0.35]
	女	94	4.20 (0.81)				

女性在隐私保护行为上得分显著高于男性（p<.001），反映社会规训对数字行为的影响。

3.4 促进条件：用户与技术双向赋能

表3-4 促进条件维度的描述性分析

	N	最小值	最大值	平均值	标准差
我拥有管理多个社交账号所需的资源（如设备、时间、网络）	125	1	5	4.03	.888
对我来说，创建和切换社交小号的操作非常简单	125	1	5	4.18	.901
我使用的社交小号可以与其他软件无障碍关联，无需切换主账号。	125	1	5	3.87	1.077
有效个案数(成列)	125				

用户对管理多账号资源充足性评价均值达4.03，账号创建切换简易性4.18，技术降低了分身门槛，形成需求与供给的良性互动。

4 大学生群体社交账号分身实践的双重影响

4.1 积极影响

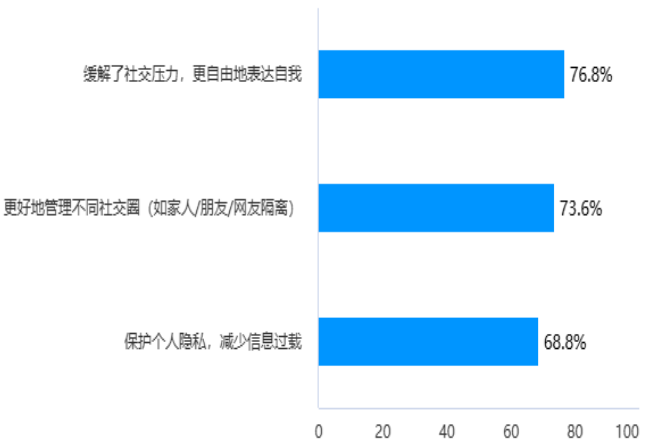


图 4-1 积极影响

4.1.1 社交情境的解放与自我表达拓展

开小号“表达自我更自由”，这构建了戈夫曼提出的“前台——后台”的表演空间。

4.1.2 受众分割视角下的社交关系频道化管控

小号能够“更好地管理不同社交圈”，这实质上是一种“战略性受众分割”。

#### 4.1.3 增强隐私信息的可控性管理

设置社交小号的目的是为了“保护个人隐私”，形成动态隐私管理策略。

#### 4.2 消极影响

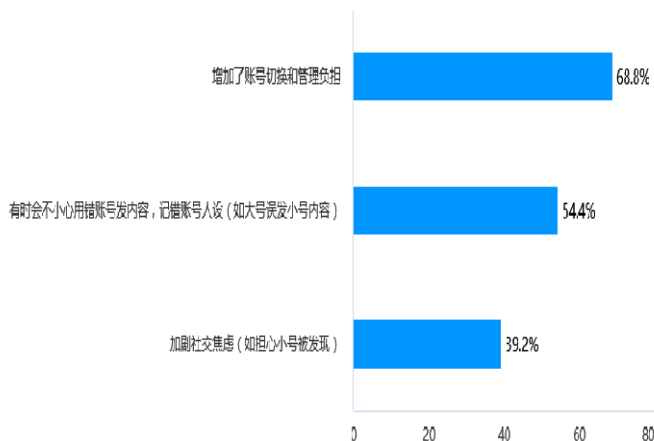


图 4-2 消极影响

##### 4.2.1 增加账号管理负担与认知负荷

使用小号“增加了账号切换和管理负担”，反映了多重账号管理对用户认知资源的消耗。

##### 4.2.2 加剧信息茧房与认知窄化

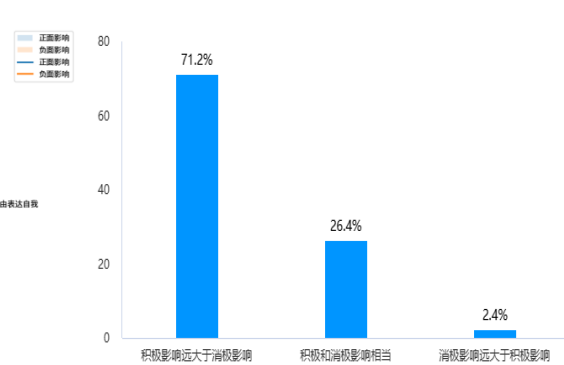
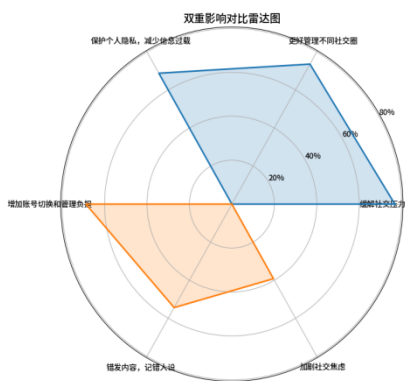
社交账号分身行为重塑信息获取模式，“账号信息茧房”效应出现，这是用户主动参与建构的结果。

##### 4.2.3 提高身份协调的心理成本

小号在使用过程中有适应压力，社会比较理论揭示，身份协调上的心理成本增加是数字时代自我呈现的新问题。

#### 4.3 社交账号分身的综合影响评估

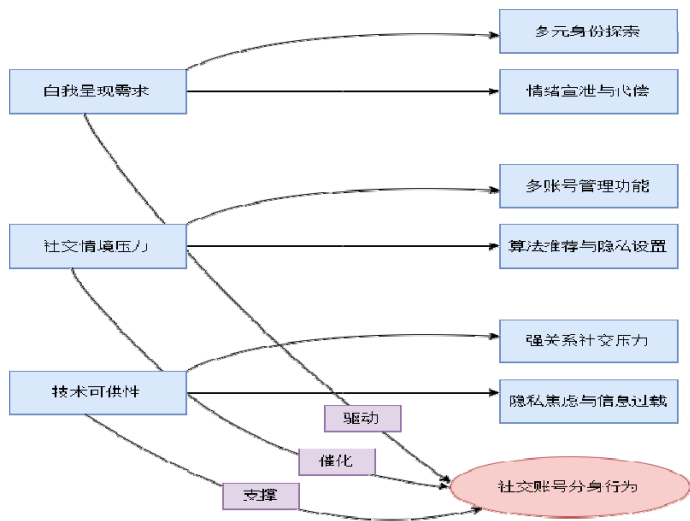
由图4-3可见，71.2%的学生认为账号分身实践的好处远大于弊端，账号分身是大学生应对社交环境的有效策略，但需警惕潜在风险。



## 5 结论与建议

### 5.1 研究发现

本研究揭示的账号分身现象，可构建“身份流动性——情境隐私——平台架构”的三维解释模型图5-1。



#### 5.1.1 自我呈现的多元化与情境管理

小号成为探索多元自我的“数字实验室”，验证了鲍曼“液态身份”理论。

#### 5.1.2 情绪宣泄的代偿功能

作为现实社交的心理缓冲，补充了传统情感表达渠道。

#### 5.1.3 隐私边界的动态调整

隐私控制变得弹性化，用户主动构建分层隐私保护体系。

#### **5.1.4 技术可供性的双刃剑效应**

平台功能既赋能身份管理，又因算法推荐挑战隐私边界。

### **5.2 实践建议**

#### **5.2.1 对社交媒体平台的建议**

健全隐私保护体系，优化多账号管理功能。

#### **5.2.2 对大学生用户的建议**

科学规划账号体系，提高隐私防护意识。

#### **5.2.3 对高校与社会的建议**

开设数字素养课程，倡导理性使用社交平台。