

网络暴力背后的心理学成因及对策

聂洪爽

福建师范大学心理学院, 福建 福州

收稿日期: 2023年10月16日; 录用日期: 2023年12月18日; 发布日期: 2023年12月27日

摘要

近年来, 网络暴力愈演愈烈, 已经成为了扰乱社会道德基础的不稳定因素。本文重点从心理学角度对网络暴力发生的原因进行了探究, 阐明了群体极化, 网络去抑制效应以及心理宣泄这三种机制对网络暴力行为所产生的推动作用, 并针对当下情况对网络暴力的解决提供了切实可行的对策。

关键词

网络暴力, 群体极化, 网络去抑制, 心理宣泄

Psychological Causes and Countermeasures behind Cyber Violence

Hongshuang Nie

School of Psychology, Fujian Normal University, Fuzhou Fujian

Received: Oct. 16th, 2023; accepted: Dec. 18th, 2023; published: Dec. 27th, 2023

Abstract

In recent years, network violence has become more and more intense, and has become an unstable factor that disturbs the social moral foundation. This paper focuses on exploring the causes of cyber violence from a psychological perspective, clarifying the promoting effects of three mechanisms: group polarization, network disinhibition effect and psychological catharsis on cyber violence, and providing psychological solutions to the current situation of cyber violence.

Keywords

Network Violence, Group Polarization, Network Disinhibition, Psychological Catharsis



1. 引言

随着科技的发展,网络世界的大门开始向我们敞开,越来越多人涌入网络世界,带动了自媒体、网络直播等多个行业的诞生与发展,也由此推动了诸多行业开始转变商业模式以适应当前的新时代。不可否认,互联网的发展极大地推动了社会发展,但是,新鲜事物在带来诸多利好的同时也会带来诸多问题,网络暴力就是网络高度发展所带来的不良影响之一[1]。“网络暴力”是网络技术风险与网下社会风险经由网络行为主体的交互行动而发生交叠,继而可能致使当事人的名誉权、隐私权等人格权益受损的一系列网络失范行为。早在2016年,中国内地男演员乔任梁因抑郁自杀一事便已将大众对“网络暴力”的口诛笔伐推至风口浪尖。但是时至今日,网络暴力不仅没有得到有效遏制,反而愈演愈烈[2]。2022年1月,“寻亲男孩”刘学州遭网暴自杀[3];2022年4月,上海女子给跑腿打赏200元被网暴跳楼;95后女孩因染粉色头发被网暴,其与爷爷分享研究生录取通知书的照片被诸多营销号盗用并传播,也引发重重流言,2023年2月,该女生因抑郁自杀离世……这一条条鲜活的生命因网络暴力而被迫按下结束键,但是网络暴力绝不会因此而结束,如果不加以控制,下一个被网暴者可能就是你我。

在学术界,关于网络暴力形成的原因众说纷纭。从传播学的角度讲,网络平台作为一种新的社交平台极大地丰富了人们的生活,我们可以足不出户看见世界,接触不一样的生活。但是网络传播过程中,不同的思想、真假难辨的报道、畅所欲言的网络环境氛围以及网络传播的特点,为网络暴力的发生埋下了种子,使网络暴力的出现成为可能[4]。从法律学角度讲,目前针对网络暴力的立法还不够全面、取证存在困难、执法较难开展,网民无法按照法律规范自己的言行,网络施暴者也很难得到应有的惩戒。长此以往下去,网络世界会变成一片法外之地,网络暴力的发生也就不足为怪了[5]。

除了网络传播以及法律监管对网络暴力的推动作用之外,我们不可忽视施暴者的心理因素对网络暴力的影响。本文将从心理学的角度对网络暴力的成因进行分析,深入施暴者的内心世界来探求网络暴力出现的原因,以期有针对性的为网络暴力问题的解决出谋献策。

2. 网络暴力产生的心理学原因

网络暴力的主体是施暴者,只有弄清楚施暴群体的心理,我们才能够对症下药,从根本上解决网络暴力问题。我们通过群体极化、网络去抑制效应、心理宣泄三个角度入手,尝试对网络暴力产生的原因进行分析。

2.1. 群体极化与“乌合之众”

群体极化这一概念最早由凯斯·桑斯坦在《网络共和国:网络社会中的民主问题》一书中提出。1976年,拉姆和迈尔斯首次对群体极化的概念进行了定义,即群体讨论后形成的群体态度相较于讨论前的态度均值更趋向于极端化[6]。近年来,网络世界中的群体极化现象愈演愈烈。对某一观点持有不同意见的群体在网络平台获得了充分的表达自己的机会,但是群体极化现象的出现却让讨论失去了意义。不同群体争相论证己方的观点,甚至采用编造论据的形式来证明自己观点的正确性,这样的讨论让群体间对不同观念的误解更深,而这往往为网络暴力的出现埋下伏笔。

无独有偶,法国著名社会心理学家勒庞在《乌合之众》一书中也提出了类似的概念。书中指出,当一群人聚合在一起,构成所谓的“心理群体”时,此时他们不再是原来的自我,也不是个体的简单累加,

他们会表现出迥异于个体的特征，这样的群体被称为“乌合之众”[7]。如果说群体极化还未脱离理性讨论的范围，那“乌合之众”的出现就意味着讨论已经失去理性，向着失控的局面发展，讨论即将演变为攻击。当下网络暴力的主力军显然就是这样失去理性的“乌合之众”。

群体的力量与特性在“乌合之众”中得到体现。当个体孤立时，他往往没有能力做出某些违背社会道德和规则的事情，即使受到诱惑也会自觉抵制这种诱惑。当在某件重要事情的影响下，原本孤立的个体开始构成一个整体，一旦个体意识到自己处于群体之中成为群体的一份子时，他就能体会到群体给他的力量并倾向于表相处孤立时无法表现出的行为。当群体形成后，群体的无意识行为代替了个人的有意识行为，有意识人格消失，无意识人格得势，思想和感情开始变质，隐藏在心中的暗示的观念开始出现转化为行动的倾向，个体不再是他自己而变成了一个不再受自己意识支配的玩偶，这也可以解释为什么网络暴力常常以群体暴力的形式出现[8]。

2.2. 网络去抑制效应

在心理学领域，“抑制”是指个体行为会受到自我意识和他人评价的约束和影响，而“去抑制”则表现为社会规范和内心准则的减弱和消失[9]。Joinson 最先对网络中的去抑制行为(disinhibition behavior)展开研究。他认为，在互联网的环境下，个体对自我表现和他人评价的关注有所减少，容易做出那些不受约束或控制的行为。这种现象被定义为“网络去抑制效应”(online disinhibition effect)[10]。网络去抑制的形式有两种，分别为良性去抑制与恶性去抑制。良性去抑制表现为，人们倾向于在网络中表现出不同寻常的善良和慷慨，用他们自己的方式去帮助别人。恶性去抑制表现为，人们倾向于表现出隐藏着的恶劣个性特征，将邪恶念头在网上付诸实现。这种恶性的网络去抑制为网络暴力的发生埋下了隐患[11]。

网络世界与现实世界有一个极大的不同点，那就是匿名性[12]。在现实社会中，我们每个人都有自己的一系列的身份认证，指引了我们的身份、职业、阶层等等一系列信息，如果我们在现实社会中做出了与社会规范相违背的行为，我们的各类信息可以帮助执法机关轻松的找到我们并做出相关处罚。但是网络世界是相对宽容的，身份对于网民来讲是模糊的，网民很少有办法自主确定另外一个人的身份是什么样子。这样的匿名性与包容度促成了极大的网络去抑制效应，现实中不敢讲的东西可以在网络上讲，现实中不敢做的事情可以在网络上做[13]。正如上文所说，揭开内心的善对网络世界来说自然是一股清流，但是若是内心的恶开始肆意流淌，网络暴力的发生也就近在眼前了。

2.3. 心理宣泄

随着社会的发展，个体承受的社会压力也越来越大。在现实生活中，个体难以找到合适的出口时释放自己的压力，网络的出现很好的填补了心理宣泄需求的空白。心理宣泄指的是一种通过一定的行为或语言等方式，来减缓或释放心理压力，有正面和负面之分。正面的心理宣泄在释放压力的同时不会造成负面影响，比如运动、倾诉等。而负面的宣泄往往伴随着一系列负面影响，如打骂、破坏等。网络社交媒体的发展给予了普通人更多进行心理宣泄的途径，但是同时也意味着大量负面信息涌入网络[14]。

网络匿名性打破了身份、等级的差别，普通民众获得了在现实生活中无法拥有的话语权、表达权，他们把对现状的不满和生活的压力在网络虚拟的世界中尽情地宣泄排解，他们沉浸在自己的心理狂欢以及压力释放所带来的心理快感中，不但不会考虑这种宣泄是否符合道德要求甚至不考虑这种宣泄是否符合现实法律要求。这种心理宣泄往往会脱离个体本身的控制肆意发展，衍生出极端言论，最终演变为网络暴力。

3. 网络暴力的对策

网络暴力是网络世界的毒瘤，严重破坏了网络世界的和谐与美好。对网络暴力放任自流，一方面会

助长施暴者的嚣张气焰，让他们继续胡作非为下去；另一方面，也会有越来越多的人成为网络暴力的受害者，过往的悲剧将不断重演。不仅如此，网络暴力的愈演愈烈已经影响到了现实世界的和谐美好。不论是当事人因所遭受网络暴力而引发的恶果和不良舆论氛围还是施暴者因不断被强化错误的正义感导致网络暴力事件一次又一次重演，抑或是网络暴力所引发的一系列道德危机都将成为社会不稳定因素，对社会精神文明建设有着很大的负面影响。为此，我们提出以下对策。

3.1. 加强心理健康教育，提高网民道德素质

网络暴力由人而起，从长远看，保持个体的心理健康、提升网民的网络道德素质是遏制网络暴力的根本手段。政府有关部门应大力宣传社会主义核心价值观，弘扬中华民族的传统美德，引导广大网民树立网络伦理道德意识；学校应重视学生的心理健康教育和思想品德教育，引导青年学生培养积极健康的内心世界、树立良好的网络伦理道德意识；网民应加强自我的道德修养，通过阅读经典等多种方式提高自己的道德素质和网络道德责任，面对生活压力时要能够学会找到积极的宣泄方式排解情绪，维持自己的身心健康，将维护绿色网络环境作为自己的责任[15]。

3.2. 严格网络传播管控，抑制网络暴力扩散

网络服务提供者与监管者需要在网络传播这一层面发挥管控作用。“乌合之众”的出现和群体化的加剧很多时候是因为监管不严导致，这就要求网络服务提供者与网络监管机构能够时刻洞察网络中出现的不良趋势，能够在网络言论出现群体极化现象的苗头时及时进行干涉，通过封号、禁言等多种操作有效阻断网络暴力的酝酿。

3.3. 完善网络法律法规，保障网络安全规范

网络暴力现象的存在与相关法律法规不完善有着很大的关系。因此，应通过立法推动网络实名制进程，以削弱网络去抑制效应，使网民能够像在现实世界中一样能够在网络世界中自觉规范自己的言行；其次，应进一步明确网络暴力的判定标准，加速网络暴力取证规范化、流程化，畅通网络暴力的投诉通道，以铁腕手段对网络暴力行为给予严厉打击。此外，还应建立健全的网络暴力相关法律法规，明确网络空间内的行为规范，使相关部门能够依法惩处网络暴力犯罪分子[16]。

4. 结语

网络是一把双刃剑，一方面网络让大家能够畅所欲言，让以往难以交流的思想有了便捷的沟通渠道；但另一方面，不断碰撞的思想在网络上愈演愈烈，网络暴力的出现很大程度反映了当前国民的新思想与旧思想的不和谐碰撞。网络环境的治理不可追求毕其功于一役，其必然是一个漫长的过程，我们需要不断地从心理学角度对施暴群体进行剖析，并从法律的角度对网络行为进行监管，对施暴者进行严惩，肃清网络环境。当下，网民素质问题、网络暴力取证问题以及网络暴力的认定标准问题已经成为了网络暴力难以合理合法解决的重大难题。

2023年9月25日，最高人民法院、最高人民检察院、公安部印发《关于依法惩治网络暴力违法犯罪的指导意见》[17]。《意见》是国家治理网络暴力制度化、机制化的一项成果，标志着我国网络立法进程又迈出了重要的一步，对实现网络世界法治化有着重要的意义。网络世界不是法外之地，相信在国家的正确干预下，在群众的严格监督下，网络世界必将在不久的将来绽放出新时代网络文明之花。

参考文献

- [1] 陈婷. 自媒体时代网络暴力行为及其治理探究[D]: [硕士学位论文]. 哈尔滨: 哈尔滨工业大学, 2020.

-
- [2] 陈霄盈, 李佩珊. 网络舆论下对名人道德绑架的规避策略——以乔任梁事件为例[J]. 新闻传播, 2017(23): 83-84.
- [3] 药琦, 谢紫怡. “心惊暴”迷思: 从刘学州事件看世俗媒体批评[J]. 新闻记者, 2023(4): 3-13+96.
- [4] 彭兰. 如何认识网络舆论中的暴力现象[N]. 中国社会科学报, 2009-08-25(006).
- [5] 周国平. “网络暴力”何时休? [J]. 中国信息界, 2006(13): 46.
- [6] 章瑞, 钱敏. 追随、缄默与群体极化: 突发事件网络舆情中的羊群效应[J]. 铜陵学院学报, 2020, 19(6): 65-67+86.
- [7] 黄群. 疫情之下“乌合之众”群体现象分析[J]. 中国报业, 2020(10): 50-51.
- [8] 王屹恺. 《乌合之众》群体的两极分化——勒庞的局限性与预见性[J]. 新楚文化, 2023(5): 73-76.
- [9] 朱旖旎. 网络交往去抑制性行为研究[D]: [硕士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2008.
- [10] Joinson, A.N. and Gackenbach (1998) Causes and Effects of Disinhibition on the Internet. *The Psychology of the Internet*, 43-60.
- [11] 喻微. 特质愤怒对大学生的网络欺凌的影响: 愤怒反刍和网络去抑制信念的作用[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 华中科技大学, 2023.
- [12] 窦国昊. 自媒体传播环境下的网络匿名性探究[J]. 西部广播电视, 2013(19): 59.
- [13] 张凯. “沉默的螺旋”视角下网络暴力的形成机制[J]. 青年记者, 2018(32): 101-102.
- [14] 詹鎏, 徐宏飞, 任俊, 等. 心理宣泄究竟是有益还是有害?——宣泄的心理干预效果及潜在危害[J]. 心理科学进展, 2020, 28(1): 22-32.
- [15] 牛斐. 虚拟世界环境对中学生道德教育的影响及防范举措[J]. 新课程研究(下旬刊), 2011(6): 181-182.
- [16] 张帆. 论网络暴力的法律规制[D]: [硕士学位论文]. 哈尔滨: 黑龙江大学, 2021.
- [17] 乔文心. 依法惩治网络暴力犯罪 共建网上美好精神家园[N]. 人民法院报, 2023-09-26(002).