

马克思主义异化劳动理论视域下电商主播的劳动困境研究

单雨涵

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2025年8月11日; 录用日期: 2025年8月22日; 发布日期: 2025年9月8日

摘要

数字经济的蓬勃发展推动电商平台成为新型劳动空间, 电商直播带货是近年来发展势头最强劲的新兴行业。基于马克思主义异化劳动理论, 对电商主播的劳动过程展开研究, 发现其在劳动产品、劳动活动、人类本质及人际关系四个维度呈现出劳动异化, 使得电商主播面临劳动困境。这些异化产生的主要根源在于平台资本的逐利性、算法技术的控制、主播自身的认知局限等。为规范以电商直播为代表的新业态, 进一步为电商主播营造良好的职业生态环境, 需要完善相应的法律法规、以技术治理破除算法的控制逻辑、提升主播素质从而突破其个体局限性。

关键词

数字时代, 电商直播, 电商主播, 异化劳动

Research on the Labor Dilemma of E-Commerce Live Streamers from the Perspective of Marxist Theory of Alienated Labor

Yuhan Shan

School of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Aug. 11th, 2025; accepted: Aug. 22nd, 2025; published: Sep. 8th, 2025

Abstract

The rapid development of the digital economy has propelled e-commerce platforms to become new

文章引用: 单雨涵. 马克思主义异化劳动理论视域下电商主播的劳动困境研究[J]. 电子商务评论, 2025, 14(9): 700-706.
DOI: 10.12677/ecl.2025.1492967

spaces of labor. Live-streaming e-commerce has emerged as one of the most vigorously growing industries in recent years. Based on Marx's theory of alienated labor, this study examines the working conditions of e-commerce streamers, revealing their alienated labor across four dimensions: product of labor, labor activity, species-essence, and human relations, resulting in significant labor dilemmas. The fundamental causes of this alienation stem from three key factors: the profit-driven nature of platform capitalism, the control of algorithmic technology, and streamers' own cognitive constraints. To effectively regulate this new employment model epitomized by live-streaming commerce and cultivate healthier professional ecosystems for streamers, we must: strengthen legal frameworks and regulations, eliminate the algorithmic control logic via technical governance, and enhance streamers' professional competencies to transcend individual limitations.

Keywords

Digital Era, E-Commerce Live Streaming, E-Commerce Live Streamer, Alienated Labor

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

互联网技术的飞速迭代催生了数字经济的多元形态，电商直播作为其中最具活力的商业模式之一，已深度融入社会生产与消费机理。电商主播群体作为连接商品供给与消费需求的关键节点，其劳动实践不仅重塑了商品流通链路，更创造了可观的经济价值。然而，在行业繁荣的表象下，主播群体正面临着劳动时间异化、情感消耗加剧、价值分配失衡等多重困境。马克思主义异化劳动理论作为剖析资本主义生产关系下劳动本质的经典框架，为解读电商主播的劳动困境提供了深刻的理论工具。通过这一理论视角，揭示主播劳动异化的表现形态与生成逻辑，不仅有助于深化对数字时代劳动形态变迁的理解，更为改善主播劳动境遇、推动行业健康发展提供了理论参照与实践路径。

2. 马克思主义异化劳动理论的四重维度

马克思在批判、继承和超越黑格尔异化理论的基础上，受费尔巴哈人本主义的影响，探究了异化在政治经济学领域的消极方面，将其从纯粹的精神领域转移到现实的劳动实践领域。马克思在《1844 年经济学哲学手稿》中系统阐述了异化劳动理论[1]，提出了劳动异化的四个基本维度，构成了对资本主义生产关系下劳动本质的深刻批判。这四重规定性不是彼此孤立的，而是相互关联的有机整体，共同揭示了资本主义条件下劳动的异化本质。

2.1. 劳动者与劳动产品的异化

马克思在《1844 年经济学哲学手稿》中揭示了一个根本性悖论：“工人生产的财富越多，他就越贫穷。”[1]这一悖论式表述深刻揭示了资本主义生产关系下劳动产品异化的本质。劳动产品作为劳动者本质力量的对象化存在，本应属于劳动者并确证其主体性。然而在资本主义私有制条件下，劳动产品不仅不被劳动者所占有，反而成为资本的积累形式，转化为剥削劳动者的物质力量。劳动者生产的商品价值越高，其自身的劳动能力就越被贬低为商品，形成“物的世界的增值同人的世界的贬值成正比”的异化悖论，最终导致劳动者在劳动产品面前的主体性完全丧失。

2.2. 劳动者与劳动活动的异化

劳动活动本应是人的“自由自觉的活动”，是确证自身类本质的核心方式，但在异化劳动中，劳动对劳动者而言“变成了外在的东西，变成了不属于他的本质的东西”。在资本主义生产过程中，劳动不再是劳动者自我实现的方式，而成为维持肉体生存的不得已手段。劳动者在劳动过程中感受到的不是自我确证，而是自我牺牲和自我折磨；不是自由地发挥自己的体力和智力，而是使自己的肉体受折磨、精神遭摧残。马克思指出，“智力成为资本支配劳动的权力”[2]，资本通过技术垄断将劳动过程异化为压迫性工具。劳动者的自主决策空间被压缩至近乎为零，劳动过程从“目的性活动”异化为“被迫的强制劳动”。

2.3. 劳动者与类本质的异化

马克思在《1844年经济学哲学手稿》中提出：“人的类特性恰恰就是自由的自觉的活动”[3]，即人通过有意识、有目的的劳动改造自然并确证自身存在的类特性，揭示了人类通过创造性劳动实现本质力量的理想状态。然而在资本主义生产方式下，异化劳动“使人的类本质——无论是自然界，还是人的精神的类能力——变成了对的人来说是异己的本质，变成了维持他的个人生存的手段”。这意味着，劳动者通过劳动不仅无法实现自身的类本质，反而使其类本质被异化、被否定。劳动从体现人的创造性、社会性的根本活动，降格为单纯的谋生手段，在资本逻辑下退化为纯粹的工具性实践，劳动者失去了作为“类存在物”的根本特性，导致人的本质力量的全面萎缩。马克思关于类本质异化的理论，深刻揭露了资本主义制度对人性的根本性歪曲。该理论阐明，唯有让劳动挣脱资本逻辑的束缚，重新回归到“自由王国”的创造性实践时，人类所固有的本质力量才能够获得真正意义上的解放。

2.4. 人与人之间关系的异化

作为前三重异化的必然结果，人与人之间的关系在异化劳动中发生根本扭曲。马克思指出：“人同自己的劳动产品、自己的生命活动、自己的类本质相异化的直接结果就是人同人相异化。”在资本主义制度下，雇佣关系的异化重构了社会存在的基本结构，社会关系被物化为商品交换的逻辑。马克思在《资本论》中指出雇佣关系看似是基于自由契约的平等往来，实则掩盖了劳动者对资本的深层依附和实际上的不平等。劳动者为维持生存，不得不将自身劳动力作为商品出售，而原本丰富的社会互动，也被简化为纯粹的利益权衡与计算。在资本主义生产关系中，本应处于平等地位的劳资双方，其关系却异化为物与物之间的关系。这种异化不仅发生在劳动者和资本所有者之间，而且渗透到整个社会关系的各个层面，使人的社会本质被扭曲，造成普遍的社会关系的物化和人际疏离。马克思的异化理论揭示了资本主义私有制下社会关系的物化本质。只有通过废除资产阶级私有制，建立以公有制为基础的“自由人联合体”，才能为实现人际关系的真正解放创造历史条件。

3. 电商主播劳动困境的具体表现

电商主播作为数字时代新兴劳动群体，其劳动形态虽有别于传统工业劳动，但在异化劳动理论视域下，仍呈现出鲜明的异化特征，且因平台经济特性衍生出新形态。

3.1. 与劳动产品的异化：从数据创造者到数据附庸

在电商直播的数字化劳动空间中，主播作为内容创作者的身份发生了根本性的异化转变。如今通过网络直播的方式带货不仅增加了人们生活的趣味，而且在一定程度上刺激了消费，促进经济的发展。但是在市场经济以及商业逻辑的双重驱动下，电商主播的劳动产品逐渐成为电商主播的“对立物”[4]。为了满足用户的需求和流量的变现，主播每日需要投入大量的情感与智力劳动，而这些劳动所创造的数据

资产——包括直播内容、互动记录、粉丝画像等数字劳动成果，其所有权与控制权完全被平台资本所攫取。这种异化最显著的特征在于，主播从数据的创造者异化为数据的附庸，其劳动价值被平台通过精密的算法体系转化为可量化的数据指标。这些数据指标反过来成为支配主播劳动的外在力量，形成一种数字化的规训机制。主播不得不持续调整自身的内容创作策略以适应算法的评判标准，陷入“创作-数据反馈-调整”的循环困境。并且主播难以自主分配劳动所创造的效益，平台支付给主播的劳动报酬与其创造的劳动产品给平台带来的收益相差甚远。即主播创造劳动产品愈多，平台的收益愈高，主播所得收入与本应获得的劳动报酬之间的差距也愈大。

3.2. 与劳动活动的异化：从自主劳动变为强制规训

相较于传统的劳动用工形态，电商主播的劳动过程看似具有“时间自由”“空间灵活”的特征。从时间维度来看，电商直播不用遵守传统的工作时间，可以随时根据主播的时间进行直播；从空间维度来看，电商直播打破了地理空间的局限，通过数字技术直播可以在任何一个场所展开[5]。但是电商主播的劳动过程实际上被平台算法与资本规则深度控制，主要表现在以下三方面：首先，主播的整个劳动过程都处于算法的严密监控和调控之中，从直播时长的安排、话术的运用，到互动的节奏、情绪的展现，无不受到算法偏好的深刻影响。这种算法支配使得主播的劳动丧失了自主性和创造性，沦为一种被迫的、机械的重复活动。其次，电商直播要求主播进行持续的情感劳动，必须按照观众期待和算法偏好来表演特定的情绪状态，如亢奋、亲切、幽默等，这就造成了主播真实情感与工作角色之间的严重分裂。主播不得不戴着人格面具进行劳动，真实的自我体验与外在的工作表现之间产生巨大鸿沟。最后，平台通过精心设计的排名机制、流量激励等方式制造激烈的时间竞争，迫使主播不断延长劳动时间，许多主播的工作强度远超合理限度。这种时间殖民使得主播的生活完全被工作占据，丧失了劳动与生活的合理边界，进一步加剧了劳动过程的异化程度。

3.3. 与自身类本质的异化：从创作性主体退化为符号工具

人的类本质在劳动中体现为自由自觉的创造性，而电商主播的劳动则将这一本质异化为对“流量符号”的依附，表现为人的主体性向工具性的深刻蜕变。作为具有创造潜能的类存在物，主播本应在劳动中实现自我发展和社会价值，但在平台资本的运作逻辑下，这种类本质被系统性地扭曲。一方面是创作主体性的消解，优质直播本应体现主播对商品价值的独特解读，但在“流量至上”原则下，主播的个性化表达被迫让位于算法优化的内容模板，独特的创作风格被标准化的流量密码所替代。在这种情况下，劳动者的思考能力、审美判断等类本质属性被算法压制，劳动沦为“重复他人经验”的机械活动。

另一方面是主播身体的工具化，为了维持现有的流量和吸引更多粉丝，平台会过度强调主播的颜值、身材等身体属性，并为其打造“人设”。表面上来看，一些头部主播消费者粘性高，竞争优势大，在业内拥有更多自由选择的空间。实际上，头部主播在竞争中的良性循环很大程度上依赖于主播面向目标客户群体营造出的公众形象。进入信息化时代，人们对信息的辨识与捕捉呈现出碎片化、符号化的特征，往往更容易被简单直接的零散信息所吸引，这使得对具体个体的认知变得片面而抽象。电商主播敏锐地把握了受众的这一认知特点，主动向目标群体展示自身的“信息标签”，即将符号化的自我呈现在受众面前，以此换取受众的认可与接纳[6]。这种符号化的个人形象成为吸引流量的工具，使人的精神属性被边缘化，从而限制了主播自身的发展。

3.4. 人与人关系的异化：从社会联结异化为利益博弈

电商直播业态中的人际关系呈现出深刻的异化特征，真实的社会联结被系统地扭曲为纯粹的利益计算。数字平台潜在地“将劳资矛盾转化为劳客矛盾”[7]。即将主播的劳动报酬与直播间的点击量、关注

数、评论数等数据相关联,通过这种量化方式,推动主播主动去调和与观众之间的互动关系。主播与观众之间的关系被数据化和商品化,情感联结被简化为金钱交易。主播根据观众消费能力差异化回应,观众则通过消费换取关注,真实的情感交流被商品逻辑所取代,信任关系异化为利益交换。在劳资矛盾转移之后,竞争机制注入了主播的劳动过程,主播间的竞争日趋激烈。平台通过“PK赛”“排行榜”等机制有意制造主播群体内部的竞争态势,使原本可能形成的行业共同体被瓦解,同行之间难以建立真诚的协作关系。头部主播凭借资源优势挤压中小主播生存空间,甚至出现一些不正当竞争,行业内的互助关系被对抗取代,群体凝聚力在资本逐利中瓦解。这种竞争加剧了电商主播劳动环境的不稳定性,使得部分电商主播长期处于焦虑不安的状态。

4. 电商主播劳动困境的成因分析

电商主播劳动异化问题的产生有其复杂的原因。具体来说,主要是平台资本的逐利性、算法技术的控制、主播自身的认知局限等因素合力作用、相互影响的产物。

4.1. 平台资本的逐利性

马克思指出:“资本不是物,而是一定的、社会的、属于一定历史社会形态的生产关系,后者体现在一个物上,并赋予这个物以独特的社会性质。”[8]即作为生产关系的资本需要通过货币这一中介物来发挥作用。随着大数据与智能终端技术的飞速发展,数字资本逻辑已然成熟,并且催生出数字劳动这一与之相适配的新型劳动形式,以此来达成其追逐利润的目的[9]。目前,这一逻辑在电商直播中得到显著体现。在资本逻辑的支配下,直播平台将主播视为实现价值增值的数字工具,而非具有主体性的劳动者,通过对劳动过程的控制实现剩余价值的最大化。平台将主播的劳动纳入标准化的生产体系,通过制定流量分配规则、抽成比例与绩效要求,将劳动价值的实现严格绑定于资本增殖目标。资本的逐利性使得劳动过程不断被压缩与简化,主播的创造性劳动被剥离为可量化的流量指标,劳动时间的延长与强度的提升成为常态,而劳动报酬的分配则始终向资本方倾斜。

这种逐利性还表现为对劳动异化的主动强化:平台通过宣传少数头部主播高收入的话题吸引劳动力进入,同时以“末位淘汰”“流量惩罚”等机制制造生存焦虑,迫使主播接受不合理的劳动条件。资本的短期收益导向进一步排斥对主播劳动权益的保障,将劳动风险完全转移给个体,最终使主播陷入“劳动越多,依附性越强”的困境。

4.2. 算法技术的控制

随着数字应用技术的不断升级,人工智能衍生出新的技术要素——算法。算法是一种“基于数据分析来实现程序目标的途径和方法”[10]。算法作为平台实现劳动管理的核心工具,对电商主播的劳动过程实施全面控制。数字平台借助算法控制与流量分配机制,迫使主播不得不顺应平台的规则与要求,进而陷入一种看似“自愿”、实则被操控的劳动境地。这种控制具有极强的渗透性:从劳动时间的安排到内容生产的范式,从互动方式的设计到收益计算的标准,均被算法预设的参数所规训。更深层的控制在于算法的不透明性,主播无法理解流量分配的具体规则,只能通过试错来揣测算法的运作逻辑,这种不确定性加剧了主播的焦虑感和劳动过程的盲目性。算法还会根据商业目标随时进行调整和优化,而主播则被迫不断适应新的算法环境,导致劳动技能需要持续更新。在这种技术控制下,主播的自主性和创造性被严重压制,为了留住流量必须日复一日地保持高强度劳动,最终沦为算法系统的执行终端。

4.3. 主播自身的认知局限

主播群体的认知局限也是劳动困境形成的主观因素,这种认知局限主要体现在以下三点:首先,许

多主播对行业本质缺乏清醒认识，将平台塑造的成功神话内化为个人奋斗的目标。他们盲目地崇拜平台带来的流量，将数据指标视为衡量自身价值的唯一标准，导致自我认同完全依附于外部评价。主播还常常高估个人努力的决定性作用，低估平台规则和算法机制的形塑力量。这种认知偏差使其陷入“自我剥削”的陷阱，开始主动接受资本与算法的控制，将超长劳动、情感透支等异化现象合理化，甚至通过强化自我规训来适应压迫性劳动条件。

其次，情感劳动的特殊性造成了认知扭曲。主播为了迎合受众情感投射和满足受众情感需要，往往需要通过自我标签化为观众展现独特且相对稳定的形象[11]。特定的标签不仅设定了主播本人的价值定位，也向观众传达着直播间的形象定位，从而更容易对目标受众进行情感规训[12]。但是这种直播方式可能会使其将表演性情感误认为真实自我的一部分，难以建立健康的职业心理边界。

最后，主播对劳动权益的认知不足也削弱了其抗争能力。由于缺乏对劳动关系、法律规范的系统了解，多数主播难以识别资本与平台的剥削手段，在遭遇权益侵害时往往选择被动承受而非主动维权。这些认知局限使主播难以跳出平台设定的游戏规则，反而通过自我规训不断强化异化劳动状态，最终陷入难以自拔的困境循环。

5. 缓解电商主播劳动困境的应对策略

研究电商主播的劳动异化现象，追溯异化问题产生的根源，最终目的都是为了缓解主播的劳动困境，实现直播带货行业的高质量发展。针对电商主播劳动中的困境，需要从制度、技术、劳动者自身三个方面着手。

5.1. 完善法律法规，构建数字劳动权益保障体系

数字时代的新型劳动关系呼唤与之匹配的法律保障体系。针对电商主播这一新兴职业群体，亟需从立法层面明确其劳动权益边界，填补当前法律规制的空白地带。政府应制定和完善相关的法律法规，对主播的职业属性进行法律界定，厘清其与平台之间的法律关系性质，是劳动关系还是合作关系，这直接关系到各项劳动保障措施的适用性。在立法内容上，需要特别关注数字劳动的特殊性，将“情感劳动”、“数据劳动”等新型劳动形态纳入保护范围，规定合理的工作时长上限和强制休息制度，保障电商主播的基本权益。在监管机制方面，设立专门的数字劳动监察机构，打击平台“算法歧视”“不合理抽成”等行为，规范行业竞争秩序。同时，应当完善劳动争议解决机制，设立适应数字劳动纠纷特点的快速仲裁通道，降低维权成本。通过构建这样一套完整的数字劳动法律保障体系，可以从制度层面约束平台资本的过度逐利行为，为电商主播提供坚实的权益保障后盾。

5.2. 加强技术治理，破除算法技术的控制逻辑

在数字时代，算法已经深刻嵌入人们的日常生活，塑造人的行为方式与感知。当下，算法对主播的全程监控在一定程度上束缚着主播的自由。破解算法对主播的技术控制，需从算法透明化、规则共治与技术赋权三个维度推进治理革新。其一，应建立算法审查与公开制度，要求平台向监管部门与行业协会提交算法核心逻辑说明，对涉及流量分配、绩效评价的关键参数进行公示，消除算法“黑箱”带来的不确定性，使主播能够清晰把握劳动评价标准，减少盲目试错式劳动。其二，需构建算法规则的多元共治机制，吸纳主播代表、工会组织、法律专家参与算法设计的讨论与修订，将劳动保护条款嵌入算法规则，例如设置每日直播时长上限、禁止深夜强制直播等算法红线，平衡商业效率与人文关怀，防止算法沦为资本压榨劳动的工具。其三，可通过技术赋权提升主播的反制能力，支持第三方机构开发算法解析工具，帮助主播识别算法陷阱与优化策略，减少对平台算法的绝对依赖，重塑劳动过程的自主性。

5.3. 提升主播素质，突破主播的个体局限性

主播群体的认知水平和职业素养提升是缓解劳动困境的内在动力。现实中，不少主播对行业运行规律缺乏深刻理解，职业规划意识相对薄弱，这种认知局限往往使其不自觉地陷入平台设计的商业逻辑之中。要扭转这一局面，关键在于构建多层次、系统化的职业培育体系。在培训内容上，不仅要教授直播技巧，更要着重培养主播对行业的整体认知能力。通过系统性的行业知识普及，帮助主播理解平台经济的本质特征和潜在风险，形成更加理性的职业判断。同时要加强法律常识普及，提升主播的合同意识和维权能力，使其在面对不公平条款时能够有效维护自身合法权益。在技能培养方面，鼓励主播突破单一的表演技能，发展内容创作、用户运营、产品知识等多元化能力，增强职业适应性和抗风险能力。在心理健康教育方面，要重视主播的心理建设，帮助他们正确把握职业角色与真实自我之间的关系，学会在表演性工作中保护真实的自我认同。通过这些素质提升措施，可以增强主播在数字劳动环境中的主体性和适应性，使其从被动接受规则转变为主动塑造职业生涯。

6. 结语

网络直播的兴起弥补了传统社交空间的不足。在平台经济蓬勃发展的背景下，电商直播对传统产业结构转型升级、消费方式升级以及缓解社会就业压力等都有促进作用。但是在平台资本的逐利性、算法技术的控制、主播自身的认知局限等多种因素作用下，电商主播在劳动过程中面临着与劳动产品、劳动活动、自身类本质以及人与人之间关系的异化困境。这些困境不仅损害了电商主播的切身利益，也阻碍了电商直播行业的可持续发展。因此，政府、平台、主播需要共同努力，不断完善相关行业法律法规和平台算法，提升主播素质，合理关切电商主播现实诉求，共同营造“清爽健康”的电商直播环境。只有这样，才能实现电商主播劳动价值与个人发展的有机统一，让电商直播行业在数字经济时代发挥更大的作用。

基金项目

本文系 2025 年江苏省研究生科研与实践创新计划项目 Postgraduate Research & Practice Innovation Program of Jiangsu Province。“跨文化传播视域下中华文化主体性的建设研究”(项目号: KYCX25_1293)阶段性成果。

参考文献

- [1] 马克思, 恩格斯. 马克思恩格斯选集: 第一卷[M]. 北京: 人民出版社, 2012.
- [2] 马克思, 恩格斯. 马克思恩格斯全集: 第二十一卷[M]. 北京: 人民出版社, 2003: 459.
- [3] 马克思, 恩格斯. 马克思恩格斯全集: 第四十二卷[M]. 北京: 人民出版社, 1979.
- [4] 谢小英. 网络主播劳动现实困境及解决路径——基于马克思劳动异化理论的考察[J]. 科技创业月刊, 2023, 36(7): 69-73.
- [5] 薛孚, 付珍. 网红直播的数字劳动异化现象分析及其应对策略[J]. 科技智囊, 2025(2): 72-78.
- [6] 董前程, 黄韵. 网络直播带货的“异化”现象与“扬弃”进路[J]. 哈尔滨师范大学社会科学学报, 2024, 15(5): 142-148.
- [7] 吕鹏. 线上情感劳动与情动劳动的相遇: 短视频/直播、网络主播与数字劳动[J]. 国际新闻界, 2021, 42(12): 53-76.
- [8] 马克思, 恩格斯. 马克思恩格斯文集: 第七卷[M]. 北京: 人民出版社, 2009: 922.
- [9] 龙香. 马克思主义异化理论视域下网络直播异化问题探析[J]. 唐山学院学报, 2023, 36(2): 52-56.
- [10] 彭兰. 认知、关系: 算法将如何改变我们[J]. 新闻界, 2021(3): 45-53.
- [11] 梅笑. 情感劳动中的积极体验: 深层表演? 象征性秩序与劳动自主性[J]. 社会, 2020, 40(2): 111-136.
- [12] 李敏, 王佳榕, 皮雪雁. 塑造主动劳动者: 电商直播平台的用户培养——基于东方甄选“去董宇辉化”事件的讨论[J]. 传媒论坛, 2025, 8(6): 30-33.