

“养成系UP主”，是25岁的朱羿文(网名：叉叉)为自己贴上的标签。高考后，她如愿踏入心之所向的上海，进入同济大学建筑系学习。机缘巧合下，她创建了B站账号“塑料叉FOKU”，自此踏上了内容创作之旅。从引爆网络的美妆理念分享，到妙趣横生的生活切片，她用天马行空的视频吸引了众多粉丝。

八年时光流转，上海见证了这个热爱分享的学生蜕变为拥有百万粉丝的内容创作者。她穿梭于城市的肌理之间，将奇思妙想凝结成一个又一个视频作品。这座城市，是滋养她灵感的沃土，是包容她天性的自由世界，默默记录着她成长的每一帧画面。

青年报见习记者 林千惠



在上海八年，叉叉将许多古灵精怪的创意变成了作品。

受访者供图

在上海，做个不被定义的UP主

憧憬 早早种下向往的种子

对上海的憧憬，早在叉叉的少女时代便悄然萌芽，其源头竟是一个普通的井盖。原来，初二那年，叉叉从山东远赴这座国际化大都市参加新概念作文大赛。在上海交通大学徐汇校区对面，井盖上整齐摆放的猫粮瞬间击中了她：“在上海，连流浪的小生命也被温柔以待。”同时，身为二次元文化爱好者，上海高水准的漫展和浓厚的二次元文化氛围更添了一份吸引力。

“高考结束，志愿表上毫不犹豫地填了上海的学校。”叉叉的母亲回忆道。九月，这位学霸踏入同济大学建筑系。大学成为她接触互联网创

作的起点。“许多学长学姐投身自媒体，大家彼此鼓励，互相认可。”叉叉难忘那种自由欢快的氛围。在这份包容下，她鼓起勇气，在B站创建了自己的账号“塑料叉FOKU”。

起初，B站只是被她当成了另一个“朋友圈”，生活点滴随意分享，更新全凭兴致。2020年，转机降临。她在知乎发布的一篇拍照心理学分析意外引爆流量。叉叉敏锐地捕捉到视频化的巨大潜力，连夜拍摄剪辑，次日发布于B站。视频果然一炮而红，播放量突破百万。自此，自媒体意识真正觉醒，她正式踏上互联网内容创作者之路。

包容 更舒展地投入探索

“上海是一个见怪不怪的地方，给人非常自由的空间。”说到上海，叉叉和妈妈王女士不约而同地感慨。

在这里，叉叉各种精灵古怪的想法总能落地生根。她的首条B站视频，是身着cos服在同济大学樱花大道起舞。“弹幕都在问‘背景是不是合成的’‘路人怎么不回头’。”叉叉笑着说，“但这正是上海的魅力——包容你，也引导你。”拍摄时的些许“羞耻感”，在路人的习以为常中烟消云散。

这份包容，成为她挣脱束缚的翅膀，以更舒展的姿态投入“探索”。此后，大学校园录制宅舞、挑战“黑皮妆”出街等创意视频层出不穷。最令她难忘的是《当亲戚老师跟别人吹你

是个“大”UP主》。灵感源于真实经历：一堂专业课上，老师突然当着全班的面，播放她的视频；期末汇报时被导师当众介绍为“粉丝众多的UP主”。“虽然‘社死’，”叉叉坦言，“但老师把我的创作当作值得分享的好事，给了我莫大鼓励。”叉叉一次又一次感受到校园对互联网内容创作的包容。

上海本身便是取之不尽的素材宝库，总能给予她无限的灵感。视频里的她，时而体验沉浸式戏剧乐园，时而走进老式理发店复刻上世纪80年代的发型。“带着笔记本出门，咖啡馆落座，突然来灵感了，就立刻打开备忘录。”叉叉描述着创作日常。

沉浸 用压力浇灌快乐

如同所有创作者，叉叉坦言灵感之外，更新压力如影随形。“稿子难产，要写半个月”“脚本字斟句酌”是常态。从策划、拍摄到剪辑，多年来她独自承担制作全流程。作为高效的行动派，她习惯速战速决：“如果构思成熟，又是短视频，我会在一天之内把它拍掉。”

UP主生涯，被她形容为“处在全脑沉浸状态”：吃饭时写文案，如厕时剪视频，沐浴中构思，睡前脑海里仍在复盘。即便休息，感官也很难放松下来。就连平时追剧，她都会不自觉地分析其中精妙的拍摄手法，想要借鉴

和学习。这种压力却又给她带来无与伦比的快乐：“对我来说，拍视频特别有意思。”

个人成长亦推动创作转型。叉叉的选题渐渐从趣味分享转向深度思考，更重“利他性”。“我更愿意做利他的内容，将为别人提供情绪价值放在第一位。”她说。于是，在她的视频里多了对身处“能量低谷”的网友的关怀，还有对“大学成长干货”的一系列分享。她也更坦然面对自己：“以前即便情绪不好，我也会做一些让人愉快的内容。但现在，我会分享自己如何走出情绪低谷，陪伴处境相似的人。”

坚定 已与上海血脉相连

从2017年到2025年，上海这座城市已经占据叉叉生命中的八年光阴。除了去深圳实习了两个月，叉叉一直扎根在这儿，从未离开。这座城，早已成为这个北方姑娘心中真正的“家”。创作、生活、情感，皆与上海血脉相连。“现在每周都和朋友来场City Walk，探索城市的各个角落。”叉叉语气轻快。

母亲则感受到，女儿对选择上海“越来越坚定”。无论是创作氛围还是扶持政策，上海对自媒体人的重视清晰可见，“这里是创作者最肥沃的土壤，新

出台的‘沪九条’，更让大家备受鼓舞”。

上海吸引着叉叉这样的创作者，又通过她的镜头，向更多“Z世代”展现独特魅力。每年高考季，叉叉都会收到私信——通过她的视频，粉丝也向往上海，渴望来此求学，甚至目标同济。说起来有些浪漫主义色彩，但是，的确有许多人从她视频描绘的上海图景与梦想中汲取力量，被鼓舞着前行。从憧憬到扎根，从记录到创作，叉叉与上海，是一场默契的“双向奔赴”。这座城市，既是梦想的起点，也是她与无数年轻创作者梦想成真的舞台。

“很多观众告诉我，他们高中时开始看我的视频，后来如愿考上理想大学，甚至像我一样来到上海。他们感觉在和我共同成长。学校氛围和整座城市的包容接纳，给我的创作提供了巨大空间，这是上海给我最深刻的惊喜。”

——叉叉

