

数字异化背景下艺术类大学生精神焦虑的美育调适研究

黄珊

成都艺术职业大学, 中国·四川 成都 611433

摘要: 数字媒介深度介入艺术学习与创作, 算法推送、量化评价和虚拟交往, 不断重塑艺术类大学生的审美经验, 并引发评判依赖、价值失范和情感疏离等心理焦虑。本文采用文献分析法和逻辑分析法, 探究数字异化对美育功能的作用机制。结果表明, 数字异化削弱深度体验、独立判断、价值认同和真实交往, 对此, 应强化具身艺术体验、提供多元理解途径、完善创作过程评价、构建真实的审美共同体, 以重建审美经验, 稳定审美意识, 缓解精神焦虑。
关键词: 数字异化; 艺术类大学生; 精神焦虑; 美育调适

A Study on the Aesthetic Education Adjustment of Mental Anxiety in Art College Students under the Background of Digital Alienation

Huang Shan

Chengdu Art Vocational University, China Sichuan Chengdu 611433

Abstract: Digital media deeply penetrate into art learning and creation, with algorithms' push notifications, quantitative evaluations and virtual interactions constantly reshaping the aesthetic experiences of art students. This also triggers psychological anxieties such as reliance on judgment, value distortion and emotional detachment. This article employs literature analysis and logical analysis methods to explore the mechanism of digital alienation on the educational function of art. The results show that digital alienation weakens deep experience, independent judgment, value identification and real interaction. In response to this, it is necessary to strengthen embodied artistic experience, provide multiple understanding approaches, improve the evaluation of the creative process, and build a real aesthetic community to restore aesthetic experience, stabilize aesthetic consciousness and alleviate mental anxiety.

Keywords: Digital alienation; Art college students; Mental anxiety; Aesthetic education adjustment

0 引言

数字异化是指数字技术由服务个体的工具逐渐转化为影响甚至支配主体认知、判断与行为的外在力量, 使个体在算法规训、数据评价和平台依赖中出现主体性弱化、判断依赖、行为趋同与情感疏离。艺术类大学生长期处于数字媒介环境, 其审美感知、创作判断和价值认同更易受到算法推荐、流量指标及虚拟交往影响, 并可能诱发精神焦虑。2025 年《教育部办公厅等三部门关于开展 2025 年高雅艺术进校园活动》提出强化学校美育功能, 为艺术实践拓展提供政策依据。现有研究对数字异化、精神焦虑与美育调适之间的关联探讨不足。基于此, 有必要厘清焦虑成因及美育困境, 探索相应调适路径。

1 数字异化背景下艺术类大学生精神焦虑的美育审视

1.1 数字媒介变迁重塑高校艺术美育生态

随着移动终端、算法平台和创意技术在教育领域的应用, 高校美育的资源形态、参与方式以及评价机制都有了

新的变化^[1]。艺术类大学生可以便捷地接触多样作品, 创作形式及呈现渠道也得到拓展, 但平台推送持续切割注意流程, 并进一步波及审美判断, 作品接受容易由整体观照转向快速扫描, 创作、鉴赏、品评限定于高频更新的数字场景, 身体感受、情境氛围及深度认知受到削弱。

1.2 美育功能弱化加剧精神焦虑生成

美育原本能够借助艺术理解、情感表达和创作实践, 为艺术类大学生提供整理经验、安顿情绪与确立价值观念的空间。数字异化持续介入审美过程后, 美育容易偏向资源展示、技能训练及成果宣传, 对内心感受、创作过程及心理状态的关注逐渐淡化。艺术学习若长期受热度排名、即时反馈和标准化审美支配, 个体便难以在作品中形成稳定的精神性体悟, 创作中的迟疑、挫折也缺少适当疏解。

2 数字异化背景下艺术类大学生精神焦虑的美育困境

2.1 审美感知碎片化, 深度艺术体验受阻

短视频推送、图片瀑布流与即时切换模式, 导致艺术

类大学生长期处于高密度的视觉刺激中^[2]。作品欣赏容易停留在作品形式、情绪符号和感性认知层面,无法对创作背景、语言表达方式以及审美价值进行深度解读。感知节奏被平台更新速度牵引后,观看、聆听及思考缺少必要停顿,身体经验及情感记忆也难以进入审美理解,碎片化接受虽然丰富了艺术信息来源,却削弱了个体对单一作品的完整把握。

2.2 算法偏好固化,个体审美判断弱化

当艺术信息的获取路径逐渐由算法分配,个人兴趣便容易被历史点击记录、停留时间和互动数据反复塑形,平台持续推送相近题材、风格和表达方式,表面上增加了内容的相关性,实际上压缩了接触陌生艺术形式和多元审美观念的机会。艺术类大学生长期置身于单一的信息场域下,容易将高频出现、传播广泛的作品作为标准模板,进而依赖平台热度判断艺术价值。原有的独立认知、专业判断和个性选择受到削弱,作品鉴赏与创作决策逐渐趋向安全化、模板化。

2.3 量化评价渗透,创作价值认同失衡

点赞量、浏览量、转发量与榜单排名逐渐被纳入艺术创作评价后,作品价值容易被压缩为可见的数据结果。艺术类大学生在创作过程中,可能过度关注传播效果、分数及外界反馈,忽视自身经验、情感表达及艺术形式上的自我创造。部分具有探索性和实验性的作品因难以迅速获得认可而被否定,迎合流行风格的表现形式反而成为相对安全的选择。评价尺度由专业分析转向数字比较,容易使创作目的偏离审美探究,个体价值判断也容易随数据变化而失去稳定性。

2.4 虚拟交往扩张,艺术情感联结疏离

网络评论、弹幕与线上社群扩大了艺术交流空间,但未必能形成稳定而深入的情感反馈。艺术类大学生使用数字技术进行作品呈现及创意表达时,交流信息常被简化为点赞、表情及短评,难以充分传递创作激情、情绪起伏与审美感受。缺乏面对面的语言辨识、身体反馈和现场共鸣,容易导致理解偏差与情绪阻滞。个体虽保持频繁在线,却可能缺乏真实陪伴和持续对话,在创作过程中遇到的障碍与困境也难以获得及时回应与有效支持。

3 数字异化背景下艺术类大学生精神焦虑的美育调适路径

3.1 强化具身艺术体验,修复深度感知能力

具身艺术体验能够把游离在显示器中的感知力重新引回身体、材料与空间,使感知由快速识别转向持续体察^[3]。

高校美育应降低纯线上观摩比例,将观察、触摸、聆听与手工操作嵌入审美体验过程,设置“慢观看—细描述—再创造—反思记录”的学习链条。教师可要求学生关闭移动终端,在限定时间内凝视作品、辨识材料变化、感受空间氛围,并通过素描、声音录制或材料实验转化感受。评价重点应关注感知是否具体、体验是否持续、表达是否源于真实经验。

以某高校视觉传达专业“校园旧物再设计”课程为例,教师没有直接安排学生在网上搜索相关资料,而是组织学生进入校史馆、旧教学楼和材料工作室,观察磨损桌椅、废旧票据及淘汰印刷工具。每名学生选择一件旧物,记录表面纹理、质地、触感及使用磨损状况,再以拓印、裁剪拼贴和手工装订完成作品。初期,部分学生习惯依赖手机搜索,面对实物时难以展开描述。经过两次现场考察和实践探索后,创作逐渐由模仿流行样式转向个人经验表达。

3.2 开展多元作品阐释,培育自主审美判断

面对算法推荐造成的审美窄化,高校美育需要把结论式讲授转化为事实支撑下的多元阐释。教师可围绕作品形态、创作背景、媒介属性和个人经验设置观察维度,引导学生先独立记录感受,再依据画面、声音、动作或叙事细节说明判断来源。课堂讨论的目标在于引导学生以作品的构成因素及表现手法为依据,通过比较、质疑与修正,逐步形成合理的自主审美判断。数字资源可用于补充版本、历史材料以及评述资料,但应限制热度榜单和平台短评对课堂判断的干预^[4]。

以某高校戏剧影视专业“孤独意象阐释”专题课为例,教师选取蒙克《呐喊》、霍珀《夜游者》和一部学生创作的无对白短片,要求各组从色彩关系、空间距离、肢体姿态和声音留白等方面进行深度解读。课前不提供网络评分与大众解读,课堂中每组提交“观点—证据—疑问”记录表。在初次讨论中,部分学生沿用“悲伤”“治愈”等平台化标签,难以解释判断依据。经过作品并置、细节分析和观点互证,学生逐渐发现同一题材可通过扭曲线条、封闭空间与环境静默形成不同表达。

3.3 完善创作过程评价,稳定艺术价值认同

单一的结论性评价容易将艺术创作压缩为成品比较,难以呈现构思调整、材料试验和表达深化的实际价值。高校美育可形成贯穿创作全过程的评价机制,将选题理由、草图方案、试演录像、修改说明和日志记录等内容作为评价依据,形成“分段展示—教师评价—方案改进—自我阐

释”的闭环过程。评价标准应包括意图阐释、探究能力、媒介运用、修改理由及个人成长等维度,减少对传播数据和横向排名的依赖。教师反馈应具体指出作品已经形成的独特经验,并围绕具体问题提出改进建议,避免以笼统分数否定尚未成熟的探索。

以某高校舞蹈编导专业“日常空间中的身体叙事”课程为例,教师要求学生围绕宿舍、食堂或候车区完成三分钟舞蹈小品。评价档案包括动作素材来源、练习影像资料、同伴互评和三次修改说明。初稿展示中,一名学生因表演形式较为单一而产生明显挫败感。教师没有直接评定优劣,而是结合录像指出其停顿节奏与实际状况之间的联系,并建议重新设计路线,强化动作重复。经两轮练习后,作品逐渐形成清晰的情绪递进。课程评分依据创作动机、完善程度及舞台表演情况综合确定。

3.4 构建真实审美共同体,增进情感交往联结

真实审美共同体强调以面对面交流、协作创作和持续回应补充单一的线上交流,使艺术经验重新进入具体的人际关系^[5]。高校美育可通过工作坊、研讨会、跨界演出和小型展演,建立稳定的审美交往小组。活动中设置倾听、陈述、反馈与协商环节,要求参与者围绕作品表达感受、说明理由、反馈情绪变化,避免以点赞量或笼统评价代替深入交流。教师承担维护交流秩序和协调成员关系的职责,关注沉默、回避及过度自我否定等表现,为不同表达创造安全空间。

以某高校音乐表演专业“声音与记忆”共创活动为例,教师将声乐、器乐及作曲方向的学生分为若干小组,围绕一段个人生活记忆完成八分钟声音作品。成员分别承担口述采集、旋律设计、音色选择与现场演奏任务。每周进行一次无设备围谈,交流创作感受和合作困难。其中一

名学生因担忧表达不被接受,仅愿意通过群聊提交片段。小组成员在排练中反复复述其创作意图,并以现场试奏回应情绪线索,逐步形成稳定的交流模式。作品完成后,评价集中于倾听质量、情感表达及协作变化。

4 结语

数字异化并非单纯的技术使用问题,而是会持续改变艺术类大学生的感知方式、价值判断标准与情感交往,进而放大精神焦虑。高校应借助具身体验、多义解读、过程性评价和真实交往,重塑审美厚度、主体性和情感温度,为改善艺术学习状态、稳定创作认同提供可行依据。受研究范围与材料条件限制,相关分析尚未充分区分不同艺术专业、媒介类型及焦虑程度的差异,对改善效果也未作进一步研究追踪。后续工作可利用调查访谈、教学观察及实证研究等方式,细化分类干预方案,检验美育调适的长期成效,推动数字环境中的艺术教育形成更具弹性与人文关怀的运行方式。

参考文献:

- [1] 沈丽. 多元文化背景下大学生美育问题与对策研究[J]. 才智, 2022(33):66-69.
- [2] 蒋慧. 数智时代高校审美教育创新发展: 机遇, 挑战及对策[J]. 江苏高教, 2025(12):105-112.
- [3] 李彬彬, 许洪帅. 数智时代学校美育教学的样态呈现, 潜在问题及进阶路径[J]. 福建教育, 2025(20):11-16.
- [4] 任梦婕, 姜梦雨. 数字技术赋能美育课堂让技术与艺术达成“共谋”[J]. 才智, 2025(27):105-108.
- [5] 李如密. 数智时代课程美育的机遇, 挑战及其应对策略[J]. 湖北教育, 2025(32):28-30.

作者简介: 黄珊(1987-), 女, 汉族, 四川巴中, 研究生, 讲师, 文章方向: 思想政治教育教学研究。