

# 数字化语境下身体记忆的价值重塑与设计研究

董乾乾

罗马大学, Piazzale Aldo Moro 5, Roma, Italia, 00185;

**摘要:** 如今智能科技时代, 数字化设备的出现, 给人类带来了巨大的改变。在人人都离不开智能设备的状态下, 智能设备也对人类进行数据化。本文的研究思路是从“好学生思维”的相关概念影响引出当代“奴性”的表现和影响, 在探究“当代奴性”的来源, 寻找与数字化时代有关联的因素, 旨在揭示数字化对人的控制及影响, 并引起重视。

**关键词:** 数字化生存; 身体记忆; 好学生思维

**DOI:** 10.64216/3080-1516.25.08.037

## 引言

在中式教育背景下, 许多学生习惯于沉默、不敢表达且容易自我怀疑, 这并非单纯的性格问题, 而是源于延续千年的奴性文化。过去的奴性文化并没有消失, 只是潜藏于看似正常的行为中。这种当代奴性思想通过重复形成了固定思维模式, 深刻影响着人们的意识。与此同时, 数字技术迅速发展, 智能设备极大便利了信息获取与社交互动, 使人们越来越依赖于它们。然而, 在使用过程中, 设备也在采集用户数据并试图进行操控。所以在智能时代, 数字设备是否成为了新的“奴役主”, 使用者是否正被“数字化奴役”, 我们又应如何面对这种看不见的控制与影响。

## 1 从数字规训到身体顺从

### 1.1 数字化的发展脉络及其对人的控制逻辑

随着科技的快速发展, 数字化设备与人的关系越来越紧密, 双方相互影响、相互依存。

数字化智能设备的发展经历了四个阶段: 从依赖机械加工和生产经验的机械化阶段, 到由信息技术推动、能按预设条件自动执行的自动化阶段, 再到基于人工智能具备学习决策能力的智能化阶段, 最终演进至以大数据和物联网高效互联与数字虚拟技术推动优化的数字化阶段。在此过程中, 物联网和人工智能的进步赋予了设备更多的自主权, 但伴随发展也带来了数据安全与隐私保护的双重挑战, 亟需通过技术创新与政策规制协同应对。

与此同时, 人机结合日益普及, 深刻影响着人类社会。作为设备的设计、制造和使用的主体, 人类通过智能设备进行数据交互与信息沟通, 但设备本身也在潜移默化地改变人类。例如智能手机、可穿戴设备等终端持

续采集用户数据, 于数字端形成对应的“虚拟实体”。这些虚拟实体(如社交媒体算法根据用户浏览、点赞等行为生成的个性化推荐机制)已能实质性地影响现实个体的信息获取与行为, 仿佛存在一个“虚拟的你”在辅助或“操控”实体的你。这种现象对人文主义强调的“人类是衡量万物的尺度及人类思想的社会历史依赖性”提出了挑战, 人类的主体性地位正受到来自虚拟世界的深刻影响。

### 1.2 分析“好学生”思想与“当代顺从”心理

#### 1.2.1 顺从性格的心理机制

顺从思想是一种内化为自身主动性、自觉性的意识与行为, 表现为无思想的接受性, 导致个体丧失自我判断意识。当潜意识中顺从依附占据主导地位时, 人会丧失主体性与独立性, 且甘愿服从他人意志。此种思想并未随社会发展消失, 而是更隐蔽地存在于潜意识中。

潜意识是我们未能察觉到的心理活动, 受到先天遗传和后天行为、环境、文化教育等的影响, 存储了大量的经验信息, 并因果性地决定着意识。

在数字化智能时代, 智能设备通过信息采集进行精准内容投放, 使用户沉溺于舒适体验, 逐渐丧失独立思考与判断能力, 形成无意识的依赖与依附。这个现象实质上历史奴性思想在新技术条件下的新表现: 人们为高效便捷与减压娱乐付出的代价, 是心理与行为的深度依赖。

#### 1.2.2 “好学生”思想的文化内化

“好学生思维”的核心特征是为满足他人期望而调整自身言行, 目的是塑造符合外界期待的“好学生”形象。其性质有: 1. 强烈的风险规避倾向; 2. 高度的遵从性; 3. 习惯性迎合行为; 4. 过度关注外部评价; 5. 精神内耗严重; 6. 规则遵循优先于规则探究; 7. 过高的道德

感和责任感。

传承千年的儒家文化，以其核心思想“仁”（爱人，维系道德秩序）、“礼”（社会规范）及“中庸”，深刻塑造了现代价值体系。儒家主张“仁礼一体”，通过道德规范（如孝悌、五伦、三纲五常）为古代维护社会稳定提供理论基础。虽然其中部分观念已不适用于现代社会，但其强调高道德感与责任感的特质已内化为文化基因，至今仍在无形中约束和引导着人们的言行。

### 1.2.3 家庭、教育系统中的服从结构

作为推动文明进步的核心力量，教育历来备受重视。中国古代教育从“学在官府”到私学兴起，再到官私并存，科举制度更延续千年，对中国乃至东亚、全球都产生了深远的影响。现虽已废除，但科举的痕迹犹存，现代高考就有着非常明显的科举的影子。高考初衷本为发展心智与个性，如今却过度聚焦成绩排名，忽视身心健康，扼杀个性，使学生为外在目的学习，丧失内驱力，加剧了社会功利化。此外，国内分层教育理念表面“因材施教”，实则强化学生等级划分，固化“好/坏学生”标签，加剧了竞争压力与焦虑。学生为了满足师长期待，逐渐默认自身价值在于取悦他人、遵循规则。

社会的发展带来教育水平提升，使得高学历人才增多，但产业结构（尤其第三产业占比低）未能提供足够高质量岗位，导致人才供需错配。许多学生将就业困境归咎于自身能力不足，陷入自我否定。即使找到工作后，也习惯性的讨好领导，且高度服从。

激烈竞争压力不仅作用于学生，更引发家长焦虑。

父母对子女抱有高期待值，在投入巨大成本后无法接受失败，从而更加严格控制孩子执行其规划。以此循环往复，好学生不停地满足父母的高要求高期待，失去了寻找自我价值的机会。

“好学生思维受害者”长期处于学校、父母等社会单一评价标准的压制中，失去了自我判断意识，一切行为只为了满足别人的要求。这样的好学生“无思想”地接受着别人给的价值观，潜意识里已经认为自己是好学生，自愿维护着这个身份和地位，宁愿压抑内心需求、牺牲自我感受，也要选择顺从外界。

## 1.3 身体记忆与技术媒介

### 1.3.1 身体和心灵的记忆结构

身体记忆是由长期不断重复一个动作形成的、存储于肌肉与神经组织的自动化反应能力，使特定动作无需意识控制即可执行，表现为无意识状态下的行为。因为

身体的记忆特性，可以反映个体的环境与文化背景。

一些哲学家和心理学家认为，心灵和身体是互相联系、互相影响的，并不能分离作为个体存在。凯瑟琳·海勒主张心灵中心论，心灵可以独立存在，身体仅为心灵的外部控制客体。而莫里斯·梅洛·庞蒂则强调身体的主体性，身体是进行知觉和理解活动的主体，是体验世界的基础。笔者认同后者，需要重视身体的感知与存在价值。

### 1.3.2 数字媒介参与身体记忆

即使身心可分离存在，身体也可凭借其记忆能自主活动并产生意识。在数字化时代，人类长期依赖智能设备的后天行为，通过影响潜意识塑造了新的行为习惯与身体记忆。当智能设备采集数据时，存储了新的行为习惯和身体记忆，此时身体意识实质上已被智能设备控制，标志着“数字奴化”的最终实现。

### 1.3.3 小结

当前，数字技术的飞速发展使智能设备日益先进，在为人类提供便利的同时也建立了深度依赖关系。这种依赖具有两面性，但设备通过数据采集构建的“虚拟实体”正操控“现实个体”，导致主体性从主动转向被动。这促使我们亟需反思依赖性的本质，并探讨未来人机共存之道。

## 2 从社会规训到空间表现：设计的介入方式

### 2.1 调研方法和对象

基于百度指数显示20-29岁群体对“数字化”兴趣最高，且年轻人对智能设备接受度高、消费力强，因此调查对象将聚焦该年龄段。

采用“问卷+深度访谈”结合的方式，得知年轻人普遍存在智能设备强依赖，影响集中于三方面：行为习惯改变（如高频使用）、身体特征变化（如健康损耗）、思想意识重塑（如认知与态度分化）。积极趋势是多数人已意识到问题并渴望改变，后续需通过有效方式强化问题呈现，引发动向。

### 2.2 多维度的设计方向

#### 2.2.1 感官交互：人机连接的桥梁

人与智能设备通过视觉、听觉及触觉三感官交互。根据心理学家赤瑞特拉关于人类获取信息来源的心理实验得知出人类获取信息83%来自视觉，11%来自听觉。视觉主导信息获取，设计中色彩、形状等元素可高效传递信息与情感；听觉辅助环境理解与沟通，声音设计能

增强作品沉浸感；触觉通过皮肤接触形成物体感知与记忆。

感官不是互相分离的，钱钟书先生在《通感》中指出感官具有连通性，多感官协同可深化认知与体验，提升设计说服力与印象。

### 2.2.2 行为观察与健康损害

用户与设备的肢体互动是重要关注点。年轻用户普遍存在心理依赖，脱离设备易引发焦虑，高频使用导致典型健康问题：颈椎负担（长时间低头导致颈部前倾）；肩部劳损（长期肌肉紧张导致酸痛疲劳）；腕部压迫（手机重量导致腱鞘炎）；视觉损伤（屏幕蓝光与过度用眼导致干涩、视力下降，增加病变风险）；体态失衡（错误姿势增加腰椎压力造成体态变形）。若具象化这些行为，会让观众主观代入，引发观众共鸣，增强体验沉浸感。

### 2.2.3 情绪的双向影响

智能设备的使用伴随积极情绪与消极情绪。积极情绪能提升幸福感与创造力，促进社交稳定。而智能设备的蓝光会影响大脑判断，抑制褪黑素分泌，让身体持续兴奋，造成生物钟紊乱，从而导致失眠、情绪失控等消极情绪的产生。把情绪融入设计可强化作品表现力，通过情感共鸣传递设计理念。

## 2.3 视觉呈现研究

### 2.3.1 设计策略：基于身体异化的视觉隐喻

在数字化时代，智能设备的使用和虚拟实体的出现，导致用户主体性消解。年轻群体会无意识使用智能设备，改变了先天行为习惯，导致形成新的身体记忆。视觉层面最显著特征为低头导致的颈椎前倾、手指关节变形及富贵包的形成，体态病变显化，而头部、颈部、手部也是受设备侵蚀最严重的生理单元。

### 2.3.2 视觉主体构建逻辑

选择头、颈、手作为核心视觉元素，以此体现奴性思想支配下的身体记忆异化。当新的身体记忆被数字化奴性思想控制后从人的主体意识上分离出来，变成了数字化元件，元件在有限的虚拟网络上被重复地浏览挑选，逐渐模糊变得“统一”。模糊、扭曲且统一成为主要特征。可以通过动态影像体现数字技术对生理结构的影响。

### 2.3.3 装置艺术的必要性

选择实体互动装置作为呈现方式，融合视觉、听觉、触觉，多感官协同。观众可以通过肢体互动触发装置响

应，深化对“数字奴化”的具身体验。并且立体结构容纳声光电媒介，可以激发对技术伦理的批判性讨论。

## 3 结语

在数字技术重塑行为惯性的时代，身体记忆维系主体完整的核心价值正遭受技术异化，颈椎变形、无意识刷机等生理行为揭示了“数字奴性”对主体的消解。本研究开创性融合身体记忆理论与数字批判框架，提出以多感官互动装置将隐性奴役转化为显性批判，唤醒主体意识。但受限于年轻群体取样，未来需拓展更多科学实证。后续将推进人机交互、公共互动装置及伦理教育宣传等的实践，为未来人类与智能设备的相处提供借鉴意义，唤起更多人对人类自我的寻找和摆脱对智能设备的依赖。

### 参考文献

- [1] 陈怡. 科举制度的评价[J]. 法制博览, 2015, (11): 203-204.
- [2] 张曙光, 耿联. 传承创新: 中国文化“生生不息”[N]. 新华日报, 2014-06-11 (B07).
- [3] 阿米娜·热合木吐拉. 中国古代教育史上的科举制度与现代素质教育之比较[J]. 延边党校学报, 2009, 24(06): 101-102.
- [4] 孙淑桥. 弗洛伊德精神分析哲学的人学意蕴[D]. 广西师范大学, 2007.
- [5] 孙淑桥. 透过弗洛伊德潜意识来探索人的本质[J]. 陇东学院学报, 2009, 20(04): 75-78.
- [6] 张灵, 姚本先. 奴性: 文化心理学视域下的诠释[J]. 学理论, 2009, (27): 226-227.
- [7] 曾令剑. 奴性文化之于社会发展的作用研究[D]. 湖南大学, 2010.
- [8] 石变梅. 奴性人格: 创新的人格性障碍[J]. 社科纵横, 2013, 28(05): 138-140.
- [9] 现代奴性[J]. 管理学家(学术版), 2013, (12): 61.
- [10] 叶浩生. “具身”涵义的理论辨析[J]. 心理学报, 2014, 46(07): 1032-1042.
- [11] 张爽, 周易. 记忆身体的诊所[J]. 中华手工, 2017, (10): 114-117.
- [12] 曾岑. 身体作为媒介: 一个文化记忆研究的盲点[J]. 中国报业, 2023, (04): 92-93.

作者简介: 董乾乾(2002/10/24), 女, 汉族, 山西太原人; 硕士研究生在读; 研究方向: 视觉传达专业。