

从“情感按摩”到“审美现代性”：乡村短视频的田园美学与中产焦虑的视觉纾解

马楠¹, 金昊², 谢东科³, 李邯彤⁴, 张弦², 刘雪洁⁴, 陈心怡⁵, 付勤⁵, 陈苗⁵

¹赤峰大学文学院, 内蒙古 赤峰

²阿勒泰职业技术学院冰雪学院, 新疆 阿勒泰

³阿勒泰职业技术学院乡村振兴学院, 新疆 阿勒泰

⁴阿勒泰职业技术学院旅游学院, 新疆 阿勒泰

⁵阿勒泰职业技术学院马克思主义学院, 新疆 阿勒泰

收稿日期: 2026年3月10日; 录用日期: 2026年4月3日; 发布日期: 2026年4月14日

摘要

乡村振兴战略与短视频平台的崛起, 共同催生了以乡村生活为内容的短视频创作热潮。这类视频通过符号化的田园景观建构, 形成了一种独特的美学表达, 并意外地成为城市中产阶层缓解现代性焦虑的视觉载体。本文综合运用情感理论、审美现代性与符号学等分析框架, 探讨乡村短视频如何通过“桃源叙事”“日常叙事”等不同美学策略, 实现对都市受众的“情感按摩”与焦虑纾解。研究发现, 乡村短视频的田园美学既是对“速度美学”主导的现代性困境的审美反抗, 也隐含着“拟态环境”与真实乡村之间的符号断裂。在平台推荐算法与电商逻辑的驱动下, 乡村被重构为可供消费的“乡愁消费品”, 其美学表达在治愈都市焦虑的同时, 也面临着审美异化的风险。

关键词

乡村短视频, 田园美学, 中产焦虑, 情感按摩, 审美现代性

From “Emotional Massage” to “Aesthetic Modernity”: Pastoral Aesthetics in Rural Short Videos and the Visual Alleviation of Middle-Class Anxiety

Nan Ma¹, Hao Jin², Dongke Xie³, Handan Li⁴, Xian Zhang², Xuejie Liu⁴, Xinyi Chen⁵, Qin Fu⁵, Miao Chen⁵

¹College of Arts, Chifeng University, Chifeng Inner Mongolia

文章引用: 马楠, 金昊, 谢东科, 李邯彤, 张弦, 刘雪洁, 陈心怡, 付勤, 陈苗. 从“情感按摩”到“审美现代性”: 乡村短视频的田园美学与中产焦虑的视觉纾解[J]. 新闻传播科学, 2026, 14(4): 128-133. DOI: 10.12677/jc.2026.144095

²School of Ice and Snow, Altay Vocational and Technical College, Altay Xinjiang

³School of Rural Revitalization, Altay Vocational and Technical College, Altay Xinjiang

⁴School of Tourism, Altay Vocational and Technical College, Altay Xinjiang

⁵School of Marxism, Altay Vocational and Technical College, Altay Xinjiang

Received: March 10, 2026; accepted: April 3, 2026; published: April 14, 2026

Abstract

The strategy of rural revitalization and the rise of short video platform have jointly spawned the upsurge of short video creation with rural life as its content. This kind of video forms a unique aesthetic expression through the symbolic pastoral landscape construction, and unexpectedly becomes a visual carrier for the urban middle class to alleviate the anxiety of modernity. Based on the analysis framework of emotional theory, aesthetic modernity and semiotics, this paper discusses how rural short videos can achieve emotional massage and anxiety relief for urban audiences through different aesthetic strategies such as "Taoyuan narrative" and "daily narrative". It is found that the pastoral aesthetics of rural short videos is not only an aesthetic resistance to the modern dilemma dominated by "speed aesthetics", but also implies the symbol fracture between "mimicry environment" and the real countryside. Driven by the platform recommendation algorithm and e-commerce logic, the countryside is reconstructed into a "homesick consumer product" for consumption, and its aesthetic expression not only cures urban anxiety, but also faces the risk of aesthetic alienation.

Keywords

Rural Short Video, Pastoral Aesthetics, Middle Class Anxiety, Emotional Massage, Aesthetic Modernity

Copyright © 2026 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

移动互联网的深度嵌入，使短视频成为记录与传播乡村生活的新型表达方式。据统计，截至 2021 年年底，某短视频平台粉丝量过万的“三农”创作者超 4 万人，“三农”相关视频日均播放量超 42 亿次[1]。从具有国际影响力的李子柒，到意外走红的藏族少年丁真，再到记录东北乡村日常的张同学，乡村短视频不断拓展着新的叙事空间，成为网络流量的“担当”[2]。

这一现象的背后，是一个值得深究的文化悖论：那些被城市化进程甩在身后的乡村，为何反而成为城市中产的精神寄托？那些真实的农耕艰辛与生存压力被选择性遮蔽的田园影像，何以能够引发如此广泛的情感共鸣？本文尝试回答的核心问题是：乡村短视频建构了怎样的田园美学？这种美学如何实现对城市中产焦虑的视觉纾解？在这一过程中，乡村形象经历了怎样的符号化重构？

当前，学术界对乡村短视频的研究已从多维度展开。曾一果、时静以李子柒短视频为案例，提出“情感按摩”概念，指出现代社会是一个不断加速的世界，个体被卷入竞争与效率的漩涡，而李子柒的视频从视觉、心理和审美等不同层次“按摩”焦虑中的观众，激活其对田园世界的情感，并建构新的“情感结构”[3]。有学者从“审美现代性”视角切入，指出“田园风”短视频的流行蕴涵着对“速度美学”的反抗，是“审美现代性”观照的产物[4]。廖子萱则从“拟像”理论出发，认为田园生活类短视频通过虚构

理想化的田园景观,为都市孤独者提供治愈性的怀旧想象[5]。陈文敏、杨瑾将乡村短视频叙事概括为“雅、俗、朴”三重景观,为理解其多元美学提供了有益参照。有研究从符号学视角考察乡村短视频的意义生成机制,指出其通过对人物符号、场景符号、道具符号的建构,将乡土记忆转化为媒介记忆,勾勒出“乡音、乡情、乡土”交相辉映的理想图景[6]。刘晓燕、韩俊峰等学者也指出,媒介化乡村存在单一化、同质化、滤镜美化等问题[7]。国外相关研究则揭示了平台经济与国家治理在乡村数字表征中的“共谋”关系。综上所述,现有研究为本研究奠定了坚实基础,但对田园美学与中产焦虑的作用机制、不同美学类型的差异化回应,以及疗愈功能的批判性反思仍有待深化。

2. 研究目的与意义

2.1. 研究目的

通过对不同风格创作者的系统考察,归纳“雅”“俗”“朴”等不同美学策略的叙事逻辑与视觉语法,厘清乡村短视频田园美学的核心特征与类型谱系。借鉴“情感按摩”理论,分析乡村短视频如何从视觉、心理和审美等不同层次缓解都市受众的现代性焦虑,揭示田园美学与中产焦虑之间的作用机制。在肯定其情感疗愈功能的同时,批判性审视媒介化乡村对真实乡村生活的遮蔽,以及“审美异化”的潜在风险,反思乡村短视频的美学建构与乡村真实之间的张力。

2.2. 理论意义

本研究在传播学与美学的交叉地带展开探索。一方面,将“情感按摩”与“审美现代性”理论引入乡村短视频研究,拓展了媒介情感研究的理论视野。另一方面,通过对田园美学的类型学分析,丰富了对数字时代乡村审美实践的理解。研究有助于深化对“媒介化乡村”建构机制的认识,为平台社会背景下的乡村传播研究提供新的分析框架。

2.3. 实践意义

在乡村振兴战略深入实施背景下,乡村短视频已成为数字乡村建设的重要载体。本研究对乡村短视频美学表达与真实呈现之间张力的揭示,有助于引导创作者在“滤镜美化”与“客观记录”之间寻求平衡,避免乡村形象的同质化与标签化。同时对中产焦虑纾解机制的剖析,也可为都市人群理性看待媒介化的乡村提供反思视角。

3. 乡村短视频田园美学的三重维度

3.1. “雅”的维度：桃源叙事与前现代想象

“雅的乡村”以李子柒为典型代表。这类视频立足于传统田园诗想象,将村落地景与自然风光推至前台,以农家的采摘、烹饪、手作为主,记录人与自然联结的家园故事。其美学特征表现为:娴熟流畅的画面剪辑、典雅精致的视觉呈现、含蓄自洽的人物形象、清新淡雅的配乐编排。

值得注意的是,这类视频刻意消隐现代性的痕迹——电器、灯光等象征城市的器物被有意排除在镜头之外,以达成对“自然”的理想情境定义。创作者通过对蜀绣、古法酱油、蚕丝被等传统工艺的完整呈现,建构了一个远离工业文明的“前现代”农耕世界。这种“神秘化表演”营造的美颜化和滤镜化乡村,恰恰满足了都市受众对“桃花源”的浪漫想象。

3.2. “俗”的维度：土味叙事与反城市文化

与“雅”的精致相对,“俗的乡村”以土味叙事为特征。这一类型内部经历了演变:早期的土味叙事

以身体展演和嘈杂喊麦放大低俗感，刻意渲染贫困落后的底层形象，通过“审丑”博取眼球，体现出与城市文明的分立。2020年后，新型土味叙事转向对都市品味的混搭拼贴——社会摇、喊麦、乡村维密秀等，通过“戏仿”强调戏谑都市的滑稽感。这类视频虽在美学格调上不及“雅”叙事，但其对城市文化的戏仿与解构，同样为都市受众提供了情感宣泄的出口。在笑声与猎奇中，现代性压力获得另类释放。

3.3. “朴”的维度：日常叙事与平凡美学

“朴的乡村”是雅与俗的中间状态。这类视频聚焦普通农人的平实日常，如张同学记录东北乡村生活、蜀中桃子姐展示家庭烹饪、大庆赶海呈现海边捡拾。其美学特征在于对“日常生活的审美化”，通过对平凡细节的凝视，实现对雅的去魅和对土的反拨。

丁真的意外走红是“朴叙事”的典型案例。这一案例也超越了单纯的“朴”，呈现出复杂的“凝视”与“奇观”特征。他青涩的笑容、不流利的汉语、腼腆憨实的形象，满足了都市受众对西部异域、自然原生态的“香格里拉化”想象，其身体与生活环境被建构为一种可供远方城市受众消费的“奇观”。这类视频的魅力在于其“此时此地此身”的在地感，观众从他人的真实生活中窥见自身经验难以触及的真实，获得替代性的满足。

4. 田园美学与中产焦虑的作用机制

4.1. 加速社会中的“情感按摩”

现代社会是一个不断加速的社会，个体被迫卷入竞争、效率和速度的漩涡，普遍的现代性焦虑由此而生。城市中产阶级身处这一加速漩涡的中心——他们既享受着现代性的便利，也承受着时间的贫困、关系的疏离与意义的迷失。西美尔曾指出，都市人“用头脑代替心灵做出反应”，发展出克制的、冷漠的器官以保护自己，这种反应使器官变得麻木不仁。

正是在这一背景下，乡村短视频的田园美学发挥出其独特的“情感按摩”功能。它从三个层次介入受众的情感世界：视觉层面，舒缓的画面节奏、柔和的色彩调性、自然的景观呈现，形成对视觉疲劳的抚慰；心理层面，传统手工艺的完整展示、慢节奏的生活呈现，对抗着都市生活的碎片化与速朽感；审美层面，田园意象所唤起的怀旧情感，为原子化的个体提供象征性的归属空间。

4.2. 怀旧想象与精神故乡的建构

田园类短视频通过影像构建出拟态的故乡景观，以怀旧审美平衡个体生存的疏离感。与回忆不同，怀旧“必定是美的，它既是一种有距离的审视，也是一种虚构与想象”。受众从未在乡村生活过，却可以从这类视频中实现怀旧审美——因为视频所展现的乡野景观，本身就是创作者用传统田园文化符号拼贴而成的“拟像”。

在这种怀旧想象中，传统手工艺的制作过程成为叙事中心。手工制品及其制作过程所饱含的情感与魅力，恰是对流水线化工业生产的象征性抵抗。本雅明认为手工劳作可以“让人的精神与感性和谐，成为一个‘完整的人’”。当受众观看李子柒用数月时间完成一床蚕丝被的制作，或目睹山白复原濒临失传的文房四宝技艺时，他们获得的不仅是视觉愉悦，更是对“完整的人”的替代性想象。

4.3. 审美现代性对速度美学的反抗

从更深层看，乡村短视频的流行是“审美现代性”对“速度美学”的反抗。现代性主导的“速度美学”推崇效率、革新与加速，而田园美学所呈现的慢节奏、重复性劳作、季节性节律，恰恰构成对速度崇拜的审美抵抗。这种抵抗不是激烈的革命，而是温柔的“退场”——它为不堪速度重负的现代人提供了

一个象征性的喘息空间，使其得以在想象中暂时逃离加速漩涡。

5. 反思与批判：美学表达与乡村真实之间的张力

5.1. 拟态环境与真实乡村的断裂

乡村短视频建构的田园图景，本质上是一种“拟态环境”。以李子柒为代表的“雅叙事”刻意消隐现代性痕迹，将乡村呈现为前现代的“桃花源”；而以张同学为代表的“朴叙事”虽力求真实，仍不免经过剪辑与编排的选择性呈现。有学者指出，这种媒介化处理使乡村生活世界的整体性被解构为流动的符号碎片，受众对乡土社会的认知被锚定在超真实的拟像秩序之中。

由此带来的问题是：当媒介建构的“拟态环境”与现实乡村产生碰撞时，认知失调难以避免。农村面临的生存压力、社会关系张力、公共服务资源匮乏等结构性困境，往往被选择性遮蔽。这既影响受众对乡村的客观认知，也可能导致更深层的文化误读。

5.2. 平台资本主义与乡村的符号化收编

乡村短视频的美学表达，并非纯粹的艺术创作，而是深嵌于平台资本主义的逻辑之中。平台通过算法推荐机制对内容进行筛选与引导，优先推送符合“绿水青山”政策导向或具备“治愈”潜力的内容，以最大化用户停留时间与流量。同时，电商直播与广告植入的商业逻辑，也深刻影响了“雅、俗、朴”不同美学风格的创作走向。研究揭示，抖音等平台的流量分配机制优先推送符合政策导向的内容，三农网红对扶贫政策的主动呼应，实则是平台流量算法、商业变现模式与国家文化治理的共谋结果[8]。乡村被重构为城市中产的“乡愁消费品”，其符号价值被最大限度地开发。

在这一过程中，创作者的创作取向呈现出策略分化：部分锚定生活美学范式，追求诗意化呈现；部分转向奇观化展演，通过审丑获取流量资本。无论何种取向，都难以摆脱对城市凝视的迎合。乡村在媒介再现中日益被异化为符号化的“他者”，都市受众始终处于审视者的地位。

5.3. 审美异化与乡村社区的双重影响

对审美异化的警惕亦不可缺席。有学者指出，部分乡村短视频以“土”“怪”“俗”的视听符号单向度地引起主体的感官愉快，失去反映现实乡村生活的艺术反作用，使得主体异化为数字技术的“感官假体”和被流量规训的“同质机器”。当创作日益同质化，乡村不再是独具魅力的“活生生”的所在，而是向标签化靠拢，受众兴趣终将断崖式下跌。

与此同时，短视频经济对乡村社区本身也产生了“赋能”与“异化”的双重影响。一方面，它为返乡青年和留守村民提供了新的就业机会与收入来源，促进了地方特色产品的销售与文旅资源的推广，在一定程度上激活了乡村经济。另一方面，部分村民为追逐流量而进行过度展演，甚至陷入同质化竞争，原有的乡村人际关系与生活节奏被重塑，乡村青年的职业选择也可能从多元变得单一。如何在美学表达与真实呈现之间寻求平衡，如何在满足城市受众想象的同时避免乡村形象的刻板化，如何在平台逻辑与文化使命之间找到契合点，是乡村短视频可持续发展必须面对的核心问题。

6. 结论

乡村短视频的田园美学，既是加速社会中产焦虑的视觉纾解方案，也是数字时代乡村形象重构的文化症候。它以“情感按摩”的方式抚慰着现代性的创伤，以怀旧想象为漂泊的都市灵魂提供精神故乡，以审美现代性抵抗着速度美学的霸权。然而，当乡村被收编为平台资本主义的流量资源，当田园被简化为可供消费的符号拼贴，当真实被滤镜所遮蔽——我们或许需要追问：被治愈的究竟是谁的焦虑？被呈

现的又是谁的乡村？

乡村不应只是城市中产投射想象的审美客体，更应是其自身发展逻辑的承载主体。在“看见”乡村的同时，如何“看清”真实的乡村，如何在审美表达与社会关怀之间找到平衡，是创作者、平台与受众共同面对的课题。唯有如此，乡村短视频才能真正成为连通城乡、激活记忆、赋能发展的文化力量，而不只是拟像时代安放归乡想象的短暂驿站。

参考文献

- [1] 刘晓燕, 韩俊峰. 理性看待走红的乡村生活短视频[N]. 光明日报, 2022-01-27(02).
- [2] 陈文敏, 杨瑾. 俗雅之间: 乡村短视频叙事的三重景观及其文化生态[J]. 传媒观察, 2023(4): 97-105.
- [3] 曾一果, 时静. 从“情感按摩”到“情感结构”: 现代性焦虑下的田园想象——以“李子柒短视频”为例[J]. 福建师范大学学报(哲学社会科学版), 2020(2): 122-130+170-171.
- [4] 丁莉丽. “田园风”短视频: 媒介景观的美学功能研究[J]. 未来传播, 2022, 29(6): 66-72+134.
- [5] 廖子萱. 在拟像中安放的归乡想象——田园生活类短视频的审美特征[J]. 社会科学前沿, 2021, 10(6): 1599-1603.
- [6] 勾云怡. 乡土的溯寻: 乡村短视频中的田园符号建构与乡村记忆书写[J]. 新闻世界, 2023(5): 7-10.
- [7] 吕帆. 农村题材短视频还须厚植生活基础[N]. 光明日报, 2022-07-29(03).
- [8] Wang, Y.L. and Wang, H. (2025) Constructing Ideal *wanghong* Villages on Social Media: The Rural Aesthetics, e-Commerce Livestreaming, and Digital Representations of Chinese Rurality. *Journal of Rural Studies*, 5, Article ID: 103782. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2025.103782>