

打开社交媒体,从短视频弹幕、朋友圈文案到群聊互动,“夯爆了”“背手负鼠”“大脑降噪”等网络热梗几乎无处不在。这些短平快、辨识度高的流行语,以简洁的方式传递情绪、确认身份、制造共鸣,迅速成为不少青年的“社交通用语”。

然而,近期一项媒体调查显示,53.3%的

受访青年感觉近几年自己的语言文字表达能力下降,47.1%的受访青年感觉自己词汇量匮乏、表达单一。在群聊里用热梗刷屏的人,写工作总结时却常感“词穷”,走亲访友时也可能不知如何得体表达。这种“有感难言、有言无文”的状态,被一些研究者称为“网络失语症”。

热梗本身并非洪水猛兽。它既可以成为

青年调节情绪的出口、确认群体身份的标识,戏谑化表达也具有一定的心理调适功能。但当固定句式逐渐替代具体描述,当高度浓缩的情绪标签挤压更丰富的语言表达,语言的精确性和个性化空间可能受到影响。不少青年开始思考:在“玩梗”与准确、丰富地表达之间,如何找到平衡?

从“绝绝子”到“词穷” 53.3%的受访青年自感表达能力下降 玩梗很省力 表达却失语 是该“好好说话”了

热梗之外 还能如何表达

面对热梗泛用带来的表达困惑,一些高校和青年群体已经开始尝试回应。

在高校,写作与沟通类课程越来越受到重视。清华大学“写作与沟通”课程于2018年秋季学期开课,采用“主题式、小班制、全过程深度浸润”的教学模式,通过研究性说理文写作等方式,训练学生的逻辑思维和创新能力。黑龙江省青年讲师团曾在呼兰青年夜校开设“‘言’值即战力”口才课程,通过有针对性的沟通训练,帮助青年提升表达能力。

在上海一所理工类高校读大二的学生吴越,上学期选修了“公共表达”课。第一节课做自我介绍,他站起来说了三句话就坐下。学期末的课堂展示,他花了十分钟讲小时候随父亲去工地过暑假的经历:工棚里的汗味、父亲用安全帽给他扇风、夕阳把脚手架照成金色……

“我不是突然变得会说话了,是有意识地训练过。”吴越说,“课程一直在做一件事:把一个模糊的感受拆成具体的细节,再用完整的句子串起来。”

比课程更灵活的,是年轻人自发组织起来的互助行动。某互联网平台“文字失语者互助小组”成立于2021年1月,截至2024年已聚集超过38万名成员。成员通过“看图说话”、语句练习、书籍分享、阅读打卡等方式进行“文字复健”,尝试以更丰富的表达替代单一的网络流行语。一位常年在小组发帖的网友,通过写脱口秀段子练习语言应用,一天写10个段子,再整理归档。他说:“整理的过程中,哪里不足、哪里有进步,一目了然。”

环境提供支持,社群营造氛围,一些曾经习惯依赖热梗的年轻人已经行动起来:林然增加了线下聊天的频次,不再用一句“人麻了”一带而过,而是试着把感受展开,多说几句;刘畅每次开口前刻意慢两秒,把第一个蹦出来的热梗“按住”,再调用更准确、规范的语言表达;周雨晴每天睡前用手机备忘录写一段话,不用热梗,只尽力说清楚当天印象最深的一件事,哪怕只是加班时同事的一句话,或是楼下咖啡店换了豆子。

他们并没有停止玩梗,而是在热梗之外,为自己重新积累另一套语言储备。

据光明日报

青年人在上海的鲁迅公园参加文学活动。

新华社发

热梗为何成了“默认选项”

北京大三学生陈雨桐与朋友聚餐,一道创意菜造型精致、口感特别,她的第一反应是拍照发朋友圈,配文“绝绝子”。“发完之后觉得有点不对劲,这词儿用了无数遍了。”她翻出大一时的朋友圈,发现那时形容一碗面,她还会写“汤头浓郁、面条筋道”。“不是不会形容,是脑子里的第一个选项自动变成了热梗。”她感叹。

为什么热梗会成为越来越多青年人交流表达时的“默认选项”?

首先是“快”。有媒体评论文章指出,今天的青年社交呈现即时性、低成本情绪交换的特征。网络社交强调即时互动,信息交换节奏不断加快,人们往往希望用尽可能简洁的语言完成情绪传递。在不少年轻人看来,“绝绝子”显然比仔细描述一道菜“外酥里嫩、层次丰富”更快、更省力。

除了“快”,热梗还提供了一种低成本的身份确认方式。在上海一家互联网公司工作的“95后”青年张铭说,新同事进群,大家先丢一轮表情包和热梗,“接得住”的人很快就能融入,“接不住”的则需要更长的磨合期。

“我们开会时很正经,但只要工作群里有一人发了‘包的’,整个群的氛围就松下来了。”在张铭看来,热梗像一把钥匙,能迅速让人敞开“心门”。有学者提出,从某种角度看,网络热梗也是青年群体内部的一种“身份密码”:说着相同的“梗”,彼此就更容易确认身份、降低社交门槛。

在更深的心理层面,热梗也为青年提供了情绪调节的通道。26岁的律师林然加班到凌晨,不会发“今天很累但很有收获”,而是发一句“人麻了”;

为寻找证据折腾了一整天,她只打出3个字:“破防了。”“那种时候,‘破防了’比任何描述都合适,朋友们一看就懂,马上在评论区抱成一团。”她说。

便捷,让热梗“省力”;身份认同,让热梗“有用”;情绪共鸣,又让它更容易被反复使用。多重因素叠加,热梗渐渐成了不少人的“默认选项”。

“玩梗”多了“词穷”了

然而,当“绝绝子”承包了形容各种美好事物的场景,“破防了”覆盖了不同的情绪波动,一些年轻人的困惑也随之出现:“我想说得更准确一点,但除了热梗,一时又想不到别的词。”

一种便捷的表达方式被过度依赖,语言表达的丰富性会不会随之受到挤压?

“什么都是‘yyds’,什么都是‘我人傻了’,说一句完整的话都得想半天。”北京一家体育培训机构的教练周雨晴在接受记者采访时,被要求不用热梗、用一句话形容自己的说话和写作状态。她想了几分钟,仍不知如何表达,最后不得不求助人工智能工具。这是记者采访中遇到的一个较为极端的案例。周雨晴告诉记者:“写作可能更严重,以前写东西是顺的,现在是断的。”

这种感受并非孤例。中国社会科学院语言研究所学者梁鑫渊指出,网络语言在规范性、积累性与文化承载力等方面存在局限,过度依赖这类表达,可能使个体在复杂情感表达、正式书面写作和长逻辑论述时,出现词语贫乏、表达趋同、语句碎片化、逻辑混乱等问题。

西北师范大学外国语学院教授曹进认为,“文字失语症”与碎片化传

播,带来了表达惰性和长期浅层化的语言使用。这些情况相互叠加,往往表现出表达同质化、逻辑深度不足、文化语感弱化等特征。

词语匮乏、表达不够精确是较为直观的表现。在广东广州一所高校读大四的学生陈怡参加面试时,被要求“用一两分钟介绍一个最近关注的社会话题”。她脑子里蹦出的全是“这也太顶了”“我真的会谢”之类的碎片化表达,最后含混说了几句,“自己都不知道在说什么”。

不同场景之间语言体系的切换,同样困扰着一些年轻人。

在北京某高校读研二的学生刘畅,上学期论文汇报,PPT上写的是“本研究发现该变量对结果有显著影响”,现场陈述时却脱口而出:“这个变量的重要性直接拉满。”散会后导师发来消息:“你平时写论文挺规范,怎么一开口全是网络用语?”

刘畅事后反思,他从大三开始高频刷短视频、用热梗聊天,正式表达的“肌肉”似乎“萎缩了”。“不是不会说,是那个精准、规范的语言系统太久没用,切换到它需要额外的时间。”

梁鑫渊等学者还提醒,“文字失语症”正呈现场景泛化、对象低龄化的趋势。网络用语已经从社交平台进入课堂作文、公开演讲,甚至学术写作等场景,对书面语言的规范使用带来一定影响。

记者翻开周雨晴大学时的随笔,里面有一段写上海秋天的梧桐:“叶子黄得不均匀,有的还绿着,有的已经卷了边,风一过,沙沙的,像在说悄悄话。”

她读了好几遍,有些恍惚:“我现在在写不出这个了。现在我可能会说,上海的秋天很绝,梧桐yyds。”