



沟通交流是人际互动的重要方式。语言和文字表达的背后是思维和认知。随着网络媒介的发展，依靠流行语、表情包就能“直抒胸臆”，但这种浅白直接的输出方式，让一些复杂深邃的表达逐渐被遗忘。在离开网络环境、需要进行规范化表达时，一些年轻人只剩下了干瘪的文字和磕绊的语言。近日，中国青年报社社会调查中心的一项调查显示，超半数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。为什么在青年群体中出现了“词穷”的现象？如何丰富自己的语言，让“梗阻”的表达顺畅起来？中青报·中青网记者采访了多位年轻人和相关领域专家，共同探讨这一问题。

中青报调查显示，过半受访青年感觉语言文字表达能力下降

这些年年轻人为何“词穷”

中青报·中青网记者 王志伟

“你来给大家说几句吧。”春节期间的一次家庭聚会上，00后李思超成为家人关注的焦点。他的家庭人数比较多，每到过年会聚到一起，图个热闹的氛围。在被点名发言时，李思超感觉脑子有点“短路”，虽然有很多话想说，但吭哧了半天，也没说出完整的句子。

李思超的情况不是个例。今年春节期间，社交平台上诸如“有哪些表达祝福的词汇”“拜年时怎么说显得有新意”的帖子引发很多关注。走亲访友不知该说什么、拜年信息要复制粘贴……不少年轻人觉得自己“词穷”了。

“一些年轻人语言文字表达能力下降，反映出互联网时代‘文字失语’的现实问题。”暨南大学中文系副教授郑焕钊认为，互联网技术让生活更便捷的同时，也对人们的思维方式、价值观念及表达方式等产生深层影响，年轻人的“词穷”问题应当引起重视。

近日，中国青年报社社会调查中心联合问卷网（wenjuan.com）发布的一项有1333名青年参与的调查显示，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。过半受访青年认为阅读量少和依赖网络语言及表情包是“词穷”的主要原因。

近半数受访青年感觉自己词汇量匮乏、表达单一

李思超在南京某高校读研究生，在校期间时常要作汇报。每次汇报，让他比较头疼的是老师提问环节，“有时话就在嘴边，但不知道怎么说，磕磕绊绊的，显得底气不足”。

北京95后张然对自己工作后的第一次汇报印象深刻。虽然认真作了准备，但发言时她一度“大脑空白”，有想法却难以完整地表达出来，“脑子里有许多零碎的词汇，但连不成完整的句子，‘卡壳’了好几次”。这让张然意识到，写和说完全是两回事，想要流利表达并不容易。

“我遇到过提笔忘字的情况，原本会写的字突然想不起怎么写了，只能求助网络。”在杭州工作的90后刘源觉得，自己不仅语言表达能力下降，书写能力也在下降。工作上，偶尔要提交文稿，会让他感到比较吃力，经常需要花很多工夫才能完成。

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了。47.1%的受访青年感觉自己词汇量匮乏、表达单一，43.2%的受访青年表示用笔写字变少，41.5%的受访青年遇到过词不达意，难以准确表达想法的情况。

合肥00后王雨菲感觉，网络流行语已经成为一种重要的线上社交用语。“平时和朋友聊天，大家都喜欢用表情包和网络流行语，如果谁发了一大段文字，反而会显得很奇怪。”她觉得，碎片化的表达方式能够活跃气氛，网络用语在一定程度上像某种“暗号”，接得住“梗”代表“我懂你”，能快速拉近彼此的距离。“但如果线下这样说话，难免会让人觉得尴尬。”

调查显示，37.9%的受访青年有过提笔忘字的情况，35.0%的受访青年觉得写作困难。其他还有：表达逻辑比较混乱（34.9%），经常使用网络用语（31.1%），过于依赖表情包（22.8%），越来越懒于表达（14.1%）等。



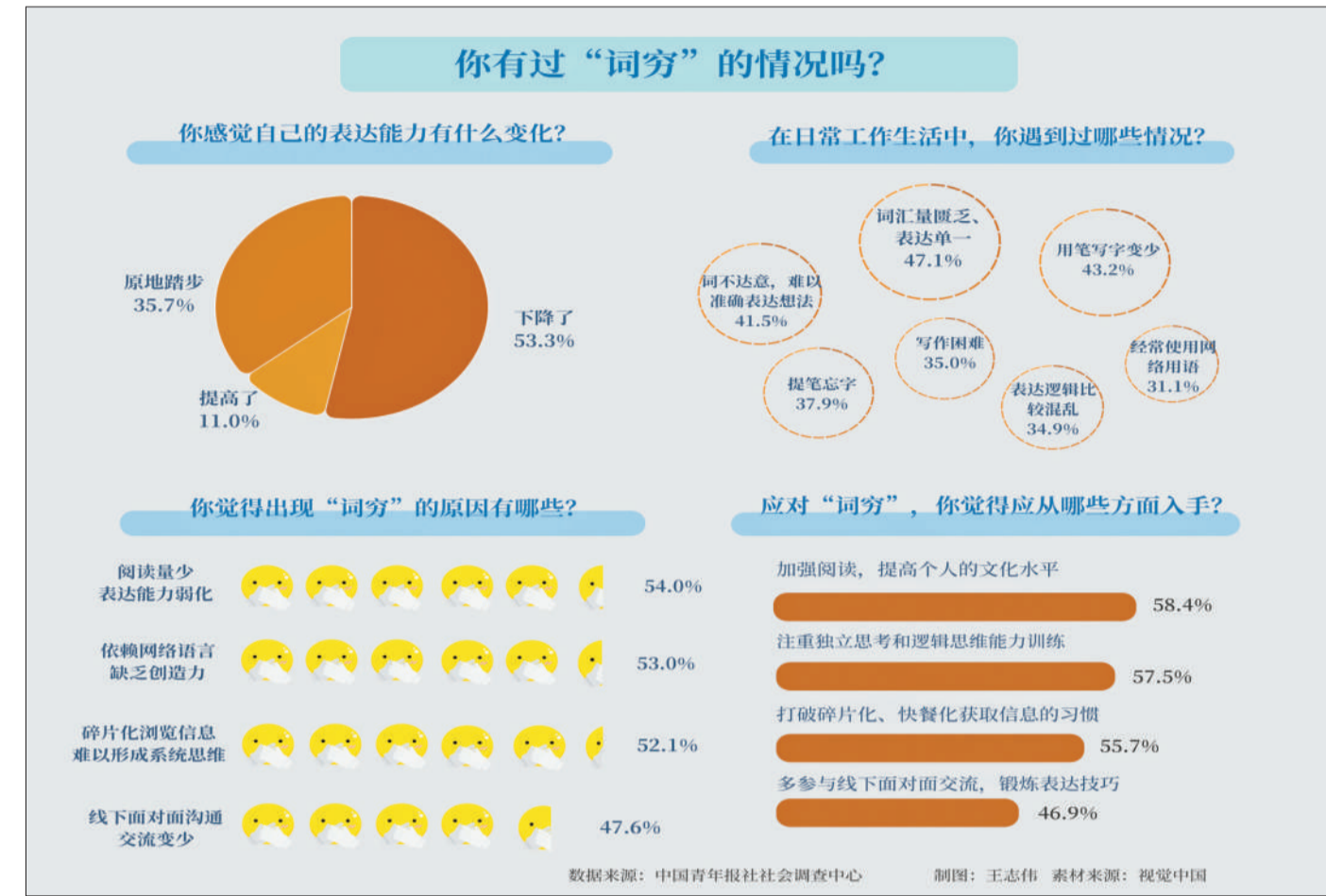
重庆大学新闻学院教授郭小安

中青报·中青网记者 王志伟

语言文字是沟通的基础，如今不少年轻人却时常感到“有话说不出口”“说得不够准确”，甚至慢慢变得“无话可说”，是什么困住了年轻人的表达？日前，中青报·中青网记者采访了重庆大学新闻学院教授郭小安，对这一现象进行了探讨。

中青报·中青网记者：说不出口、词汇匮乏，不少年轻人觉得自己“词穷”了，您如何看待该现象？

郭小安：“词穷”更应重点讲叫“语梗”，即语言文字表达好像被梗塞住了，表达能力萎缩。其他年龄段群体也不同程度的存在“词穷”现象，但在年轻人中表现得尤为突出。作为生活在互联网时代的群体，年轻人的语言表达习惯在潜移默化中发生



“从根源上说，语言贫乏是由精神贫乏导致的”

“如今手机已经成了生活的一部分，大家越来越习惯在网上交流，而且基本是打字、发表情包，打电话都很少了，说话交流的机会在减少。”刘源觉得，互联网改变了原来的说话写字方式，输入法也简化了文字的输出方式，比如一句诗，输入法也简化了文字的输出方式，比如一句诗，过去需要完整背出来，但现在只要打出前面几个字的首字母，就会出现整个句子。“互联网技术在给人们带来便利的同时，也让人懒得记忆和思考了。”

王雨菲平时与朋友交流基本在线上，“群里经常会出现各种表情包，甚至靠表情包就能了解别人的意思”，但王雨菲感到，过度依赖线上交流，会让线下交流变得困难，自己在线下的场合就不太爱说话，担心说话没法“撤回”。

对于“词穷”现象产生的原因，调查显示，阅读量少、表达能力弱化排在首位，获选率为54.0%，之后是过度依赖网络语言和表情包，缺乏创造力（53.0%），碎片化浏览信息，难以形成系统思维（52.1%），获选率均超过了半数。

张然发现，工作后自己的社交圈越来越小，和朋友线下见面的次数也变少了，“大家平时都比较忙，很难约到时间”。

提到“词穷”问题，张然觉得自己不是不会表达，而是越来越不想表达了，“现在能够深入交流的人越来越少，渐渐地自己的分享欲就下降了，遇到事情最多和朋友在微信上聊几句，不太会讨论比较有深度的话题”。

“词穷”产生的原因还有：线下面对面沟通交流变少（47.6%），“短平快”的表达方式盛行（34.4%），快节奏生活让人难以沉下心来思考

（33.1%），与人交流的欲望下降，不想表达（17.6%）。

郑焕钊认为，一些年轻人在现实生活中感到孤独和“社恐”，这让他们更倾向选择虚拟社交。在线上，网络“梗”及其他网络语言符号成为年轻人共同的社交语言，这是他们获得文化身份认同和表情达意的方式之一。但这种方式对规范性、逻辑性和书面化的表达方式造成了冲击，进一步影响了语言表达背后的思维方式，也在一定程度上影响了年轻人精神世界的深度与广度。“从根源上说，语言贫乏是由精神贫乏导致的。”

“语言是人类的精神家园。它不仅是一个民族文化基因的重要组成部分，也是一个民族文化凝聚力的基础。”郑焕钊认为，“欲说却词穷”的文字失语问题会对传统文化产生冲击，导致个体思维方式的简单化和粗糙化，也会对集体性的民族文化产生负面影响，而且网络语言符号圈层化带来的代际文化区隔，会在一定程度上削弱集体性文化的凝聚力。

如何找回“表达能力”

在那次不太顺畅的工作汇报后，张然开始有意识地锻炼自己的表达能力。每次汇报前，她会先练习几遍，直到能完全顺下来。“平时会读一些与工作相关的书籍，积累专业知识，这样表达时会更专业，更有底气”。

李思超觉得，书面语言和口语表达有很大不同，在加强阅读的同时也要多交流，让别人听得懂是一项重要能力。

“在互联网时代，保持独立思考很重要。”刘源认为，现在在很多信息看完就忘，主要是因为没

有深入探究和思考，而这往往是消化吸收信息的重要一步。在日常生活中，刘源比较关注社会民生类新闻，遇到热点事件会主动搜集信息，了解事件的前因后果，增强思辨力，理性表达。

“多参加线下社交对提升表达能力有一定帮助。”王雨菲觉得，面对面交流时，一方面要倾听对方的话语，感受对方的情绪，另一方面，还要调动自己的经历和知识，组织好语言，回应对方，这样的互动和交流是线上打字、发表情包所不具备的。

调查显示，应对“词穷”，58.4%的受访青年认为要加强阅读，提高个人的文化水平，57.5%的受访青年建议注重独立思考 and 逻辑思维能力训练，55.7%的受访青年认为要打破碎片化、快餐化获取信息的习惯。其他还有：多参与线下面对面交流，提升表达能力（39.5%），辩证看待和使用网络流行语（20.3%）。

“帮助年轻人走出‘词穷’困境，需要从改善互联网语言环境开始。”郑焕钊认为，一方面要加强网络内容的精品化建设，尤其是语言文字的准确性、丰富性和美感，打造内容优质的网络人文新经典；另一方面，要引导各类互联网媒体规范语言文字表达，承担文化引导和审美引导的责任，比如打造高品质的语文学社软件、节目等。另外，学校及家庭要提高对青少年人文经典诵读的重视程度，加强对年轻一代语言表达和思维的训练。

“解决年轻一代的‘词穷’问题，还要改变其网络生活习惯。”郑焕钊建议，相关部门要帮助年轻人减少对虚拟环境的依赖，鼓励年轻人多参与线下活动，获得更多具体的生活体验。

此次调查的受访者中，00后占14.1%，95后占21.0%，90后占40.7%，85后占14.9%，80后占9.3%。学历为初中及以下的占1.3%，高中/中职的占8.8%，大专/高职的占25.7%，本科占61.7%，硕博研究生占2.5%。

中青报·中青网记者 王志伟

如今，AI领域的变化日新月异，文字生成、图片扩展、视频制作都可以借助AI工具完成，找资料、作策划、写报告，只需要动动手指，就可以“一键”实现。然而，AI工具在给人们的生活带来便利的同时，也带来了一些挑战。近日，中国青年报社社会调查中心联合问卷网（wenjuan.com），对1333名青年进行的一项调查显示，73.5%的受访青年担心AI工具的普及会让个人表达能力变差。

“AI工具比较高效，能帮我省去不少时间。”家住厦门的00后大学生苏毅飞（化名）对AI工具使用得比较熟练，他在运营自己的个人公众号发布内容时会借助AI工具搜集、整理信息，他觉得这样可以提高效率。

95后张然在北京一家文化公司从事产品策划和营销工作。张然偶尔会用AI工具辅助完成一些工作任务，比如搜集资料、提供文案参考等。“使用AI工具的过程，更像是复盘自己思考的过程，通过将大的问题不断拆解成小问题，从中找到合适的答案。”

“新技术会在一定程度上对原先的工作、生活产生冲击，比如生活方式、思考方式，甚至带来表达方式的变化。”张然觉得，随着技术的不断更新和迭代，AI工具会越来越普及，但当大家习惯向AI工具寻求答案，而不是与身边人交流时，可能会影响个人的表达方式和表达能力，会变得更不擅长表达。

调查显示，73.5%的受访青年担心AI工具的普及会让个人的表达能力变差，其中，20.9%的受访青年表示非常担心。

“目前来看，AI工具以自然语言的互动为入口，以大规模数据计算为基础，对人类书写和表达带来了根本性的变革。”暨南大学中文系副教授郑焕钊表示，如果说表情包、网络流行词和浅白的网络口语文化是媒介影响下人类书写符号的变化，对人类思维和表达能力的影

响更多体现在思维的精致性向粗糙化转变的话，那么AI工具的高度智能化，对人类的语言表达和文字书写方式已经具有了替代性。“从这个层面来看，AI工具对人们表达能力的影响，已经触及到创造性思维的层面。”

“AI工具让工作生活变得更高效便利的同时，也可能让人变得懒得思考和表达。”在杭州工作的90后刘源觉得，AI工具生产出来的内容创新性不足，独特性和想象力存在局限，“我们经常会被别人精彩的发言而叫好，因一段真挚的文字而感动，这是语言文字表达的魅力，背后的深刻意义是AI工具不具备的”。

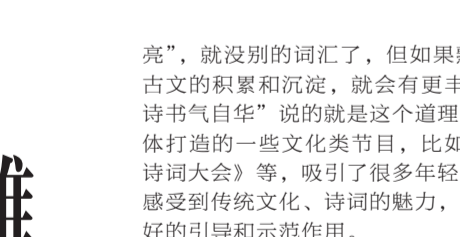
苏毅飞觉得，AI工具让复杂的工作变得简单了，比如之前要找相关文献可能需要翻看很多资料，现在能节省一些时间，但他认为，这并不会让自己放弃思考，反而会激励自己更全面地看待问题，“比如当我看到AI工具显示的内容，会先判断是否准确，逻辑是否存在问题，进一步去考虑如果是自己回答，可能从哪方面入手、怎样完善等”。

调查显示，随着AI时代的到来，85.6%的受访青年认为拥有独立思考和自我表达的能力更重要了。进一步分析发现，80后受访者认同的比例更高，为92.7%，其次是00后（90.4%）。

“面对AI工具的便捷性和智能化，我们无法单纯地拒绝、反抗，而应该思考如何与人工智能的表达和写作共存。”郑焕钊认为，AI工具可以使人们从日常的繁琐事务中解放出来，进行语言文字的创造性工作。“这意味着我们要提高媒介素养，具备运用智能工具的能力，同时也要培养语言文字表达素养，提高体验性、感受性和创造性语言文字的表达能力。”

此次调查的受访者中，00后占14.1%，95后占21.0%，90后占40.7%，85后占14.9%，80后占9.3%。

你担心AI工具的普及会让个人的表达能力变差吗？



亮”，就没别的词汇了，但如果熟知唐诗宋词，有古文的积累和沉淀，就会有更丰富的表达，“腹有诗书气自华”说的就是这个道理。近年来，主流媒体打造的一些文化类节目，比如《朗读者》《中国诗词大会》等，吸引了很多年轻人的关注，让观众感受到传统文化、诗词的魅力，这类节目起到了很好的引导和示范作用。

其次，要提高年轻人的文化鉴赏力。古诗词很多人都背过，但对文字的语言感和审美却没有养成。提升语感需要大量阅读，提升审美则需要知道哪些是美的，哪些文字是精品、经典，学会用比较美的文字去表达。提升语言表达能力，要在教育过程中进行引导，帮助年轻一代养成语言审美，提升对美的鉴赏能力。

此外，还需要从文字的规范性入手。现在的“火星文”“网络用语”很普遍，而且各个年龄层的“梗”不一样，容易导致群体之间的交流障碍。我们一方面要正视年轻人玩“梗”的需求，网络流行语是他们的放松方式之一，但也需要加以引导，倡导必要的文字规范性，培养和提升年轻一代的文字基本功。

中青报·中青网记者：您一直强调互联网技术对年轻人表达能力的影响，如何应对科技带来的挑战？

郭小安：我们如今的生

七成受访青年担心AI会让个人表达能力退化

至要求学生尽量不带电子产品，鼓励他们携带经典著作。从2016年起，我会不定期地举办读书沙龙，就是希望巩固学生的专业基础，培养学术专注力和深度思考能力。当前，学界已经开始关注“反连接”“数字排毒”“媒介倦怠”“社交媒体斋戒”等现象，这是对当下过度媒介化的一种思维矫正。

中青报·中青网记者：近几年，“互联网嘴替”成为热词，“嘴替”代表着别人说出自己的心声。您如何看待“互联网嘴替”的出现和流行？

郭小安：“互联网嘴替”引发年轻人共情，从积极方面来说，反映了年轻人在高度紧张、充满内耗的情况下，获得了一种情绪宣泄方式，能够缓解生活压力。但也应当注意，“嘴替”受到欢迎只是得到某些群体的认同，一旦你的“嘴替”与我的“嘴替”意见相左，可能会产生群体之间的争论、互撕，引发网络暴力。

“嘴替”的出现，也反映出有一部分年轻人放弃了自我表达、自我思考，是一种自我权利剥夺。背后的原因值得深度剖析和思考，如果是不想说、不敢说、不愿说，则需要为年轻人提供敢于表达的

社会环境。

中青报·中青网记者：应对“词穷”问题，您觉得可以从哪些方面入手？

郭小安：首先，要丰富文化积累。“词穷”现象反映出当下的年轻人对中华优秀传统文化的积累太少，比如形容某个事物好看，除了说“美”“漂