

“发疯”何以成为社交语言？

——大学生“发疯文学”的生成语境与话语策略

秦臻宇

（珠海科技学院，广东 珠海 519000）

摘要：“发疯文学”是近年兴起于中文社交媒体的一种青年话语实践。本文以大学生群体为考察对象，运用话语分析方法，对微博、小红书、朋友圈等平台收集的典型文本进行考察，揭示其语言形式与社交功能。研究发现，“发疯文学”并非无意义的情绪宣泄，而是一套具有内在规则的“社交方言”：通过极端化与重复、正经与崩溃的突兀转折、自我降格与物化修辞、互文性与圈层编码等话语策略，青年大学生在戏谑化表达中完成情绪释放、身份协商与群体认同。这一话语形态的流行，与绩点竞争、就业焦虑、意义感缺失等结构性压力密切相关，可视作青年应对规训的一种柔性抵抗与过渡性主体实践。

关键词：发疯文学；大学生；话语策略；青年亚文化；情绪表达

DOI: <https://doi.org/10.68249/jrtnla.2026.0011>

1. 引言与文献综述

近年来，“发疯文学”作为一种带有癫狂色彩的网络话语形态迅速流行于微博、小红书、微信朋友圈等社交平台。它以情绪充沛、逻辑跳跃、修辞夸张为特征，成为当代青年尤其是大学生群体自我表达的重要方式。表面看来，“发疯文学”充斥着“想死”“杀杀杀”“彻底疯狂”等极端化表达，似是无意义的情绪宣泄；然而，若将其置于青年亚文化与网络语言的视域中加以考察，便会发现它是一种有章可循的“社交方言”，承载着特定的社会心态与群体认同功能。

从既有研究来看，学者已从多重理论视角对“发疯文学”展开探讨。燕道成、蒋青桃基于福柯“自我技术”的视角指出，“发疯文学”实质上是当代青年面对社会规训与结构压力时采取的一种主体性实践与话语策略，青年通过创造性、戏谑化的话语方式重构自我身份、管理内在情绪，展现从接受规训转向“关心自我”的生存智慧。付家豪、靖鸣则考察了其话语传播的现实表征与生成逻辑，认为“发疯文学”呈现出“情绪宣泄”“意义生发”与“圈层社交”的表征样态，并提出“情绪缓冲”与“表达政治”的概念。

郑春风、齐心园从情动理论视角切入，强调“发疯”情动由交流行动前置性的权力、情感困境触发，“发疯文学”凭借对语言符号的解域导向情感质料的堆叠，使个体在“生成他者”中彰显自身实体存在。晏青、郭京运用批判性话语分析方法，指出“发疯文学”将媒介“中间地带”视作狂欢情境，是社会症候的直观体现，同时也表现了青年情绪调节方式的创新。吴建平则认为，“发疯文学”具有无逻辑、碎片化、用词简单、情感充沛等特征，是青年用自嘲、调侃、无厘头方式表达当下状态的新型自我表达方式。上述研究为理解“发疯文学”提供了丰富的理论资源，但多从宏观的文化逻辑切入，对其具体语言形式的系统分析仍相对薄弱。本文试图在前人研究基础上，以话语分析为方法，聚焦大学生“发疯文学”的文本特征，追问：“发疯”何以从病理话语转变为社交语言？其话语策略如何运作？它又回应了怎样的社会语境？

2. 研究方法 with 样本

本文采用批判性话语分析方法，对2023年至2025年间在微博、小红书、微信朋友圈等中文社交媒体平台流通的“发疯文学”文本进行收集与整理。为保证样本的典型性与代表性，研究以“发疯文学”“大学生精神状态”“早八”“期末周”“鼠鼠”“吗喽”等为关键词进行检索，并通过滚雪球抽样方式补充圈层内部流通的文本，最终筛选出约四十条具有鲜明“发疯”特征的文本作为分析对象。

作者简介：秦臻宇(1994—)，男，硕士，研究方向为文化人类学；

通讯作者：秦臻宇，邮箱：1239969690@qq.com

在具体分析中,本文借鉴话语分析的常用维度,从词汇、句式、修辞与互文性四个层面对文本进行考察。与此同时,根据样本的主题指向与修辞特征,可将其初步划分为学业考试压力型、动物化自我降格型、正经与崩溃转折型、摆烂虚无型、互文改编型与自我贬抑物化型等六类(见表1)。需要说明的是,样本均来自公开或半公开的社交媒体空间,研究过程中已对可识别个人信息进行匿名化处理。

本研究的样本收集大致经历了三个阶段。第一阶段为关键词检索,在微博、小红书和微信朋友圈中以“发疯文学”“大学生精神状态”“早八”“期末周”“鼠鼠”“吗喽”等为检索词,浏览相关话题、帖子和评论区,初步筛选出语义完整、情绪鲜明且转发量较高的文本。第二阶段为滚雪球补充,通过追踪热门帖子下的互动用户、相关话题标签以及二次创作内容,补充圈层内部流通的文本,以尽可能覆盖不同平台、不同情境下的表达。第三阶段为编码与筛选,研究者独立阅读全部文本,先按主题进行开放式编码,再合并为学业压力、动物化降格、正经与崩溃转折、摆烂虚无、互文改编、自我贬抑物化等六类,最终保留典型性和分析价值较高的文本进入正式讨论。编码过程中出现分歧的部分通过讨论协商确定

表1 “发疯文学”样本分类及典型例句

样本类型	核心特征	典型例句
学业考试压力型	围绕早八、期末、论文、四六级等场景,情绪堆叠	“早八人,早八魂,早八都是特困生。”“期末群童欺我老无力。”
动物化自我降格型	自称鼠鼠、吗喽、牛马等动物,完成卑微化身份重构	“鼠鼠我啊,真的顶不住啦。”“吗喽的命也是命。”
正经与崩溃转折型	前半段模仿公文、学术语体,后半段突然情绪失控	“关于本学期绩点情况的说明:本人已精神失常,特此通知。”
摆烂虚无型	以摆烂、躺平姿态消解压力,表达无意义感	“房子着火我拍照,人生乱套我睡觉,大不了我就上吊。”
互文改编型	挪用经典文学、影视、网络梗进行改写	“横竖就拿那么一点工资,还要24小时使唤人了。”
自我贬抑物化型	将自我降格为尸体、垃圾、废物等无生命物	“我只是学术垃圾。”“我的试管蒸发了,它比我更想退学。”

3.话语策略分析

3.1 极端化与重复:情绪的强度放大

“发疯文学”最显著的文本特征之一,是对极端化词汇的高频使用与堆砌式重复。“想死”“杀杀杀”“毁灭吧”“彻底疯狂”“救命”“蚌埠住了”等表达反复出现,形成情绪强度的逐级放大。这种重复并非冗余,而是一种节奏化的情绪编码方式。通过高密度堆叠负面情绪词,言说者将日常挫折转化为具有戏剧张力的“崩溃事件”,迅速唤起读者共鸣。

在学业考试压力型样本中,这一现象尤为突出。例如,“早八人,早八魂,早八都是特困生”以“早八”为题反复咏叹;“期末群童欺我老无力”则借用古诗句式戏谑期末压力。又如,“每天学到凌晨,咖啡当水喝,头发一把一把掉,好想尖叫、好想扭曲、好想在地上阴暗地爬行”通过排比式重复将备考焦虑层层推高。付家豪、靖鸣指出,“发疯文学”的话语传播呈现出“情绪宣泄”的表征样态。郑春风、齐心园进一步指出,其凭借对语言符号的解域,导向情感质料的堆叠。重复与极端化使“发疯文学”成为一种情绪放大器,以最小的语义成本获得最大的情感表达效果。

3.2 正经与崩溃的突兀转折:秩序边界的戏谑跨越

“发疯文学”的另一重要策略,是在庄重、规范的话语样式中突然插入情绪崩溃的表达,形成强烈反差与喜

剧效果。文本前半部分常模仿公文、学术语言或理性陈述，后半部分骤然崩塌为失控宣泄。例如，“关于本学期绩点情况的说明：本人已精神失常，特此通知”“经研究决定，即日起对本人进行退学处理，原因是不想活了”等表达，以一本正经的语体包装荒诞内容，制造“正式地胡说八道”的效果。

这种突兀转折具有双重功能。一方面，它通过戏仿主流话语的庄重形式，消解了正式制度与规范话语的严肃性，将压抑性的制度符号转化为可供玩笑的素材；另一方面，转折本身模仿了青年“表面正常、内里崩溃”的精神状态，使读者在荒诞中照见自身。晏青、郭京指出，“发疯文学”将媒介“中间地带”视作狂欢情境，突出强调情绪与状态而不具备清晰表意对象，整体给人以“对空言说”之感。这种“对空言说”恰恰通过形式戏仿获得政治性：它不对抗具体权力，却以戏谑方式暴露现代制度对个体情绪的挤压。

3.3 自我降格与物化：身份的卑微化重构

在“发疯文学”中，言说者常主动将自我降格为动物、尸体、废物或低级物品，如“我是下水道的老鼠”“只是一具尸体”“学术垃圾”“早八尸体”等。动物化自我降格型样本中，“鼠鼠我啊，真的顶不住啦”“呜喽的命也是命”“牛马的命也是命”等表达尤为典型。这些话语表面是否定自我价值，实则是一种情绪缓冲与身份保护机制。

通过将自我客体化、动物化，言说者将失败与焦虑从“我”身上部分剥离，转移至被戏谑化的“他者”形象。燕道成、蒋青桃认为，“发疯文学”可视为典型的自我贬抑类网络流行语，青年通过创造性、戏谑化的话语方式重构自我身份、管理内在情绪。这种自我贬抑并非真正的自我否定，而是“以退为进”：言说者主动承认“无能”“废物”状态，既表达无力感，又避免他者对真实能力的负面评价。吴建平也指出，“发疯文学”是青年用自嘲、调侃方式表达当下状态，并在建立真挚、平等的感情联盟基础上呼唤新型心态秩序。

3.4 互文性与圈层编码：隐性同盟的建立

“发疯文学”的大量表达建立在对既有文化符号、网络梗、影视剧台词、表情包等资源的挪用之上。互文改编型样本中，“横竖就拿那么一点工资，还要24小时使唤人了”“这聊天秒回是单给我一个人儿的，还是别的姑娘都有？”等化用《红楼梦》林黛玉语气的表达广为流传。另有样本改编郭沫若《天狗》诗句：“我是一条天狗呀！我把古代文学来吞了……我的我要爆了！”这些互文性引用构成“发疯文学”的符号库存。

言说者通过调用共享符号，迅速与“懂的人”建立默契，完成圈层认同筛选。这种互文性不仅体现为具体语汇引用，更体现为特定表达范式的习得与再生产。例如，“鼠鼠我呀”“呜喽的命也是命”等将动物形象与自嘲叙事结合，形成固定模板。付家豪、靖鸣指出，“发疯文学”的话语传播呈现出“圈层社交”的表征样态，其话语生成是“结构矛盾”“心态变迁”与“媒介展演”的多重逻辑合谋助推的结果。互文性使“发疯文学”成为隐性社交货币，只有熟悉符号规则者才能真正进入这场话语游戏。

4. 语境与功能讨论

“发疯文学”的话语策略并非凭空产生，而是深刻嵌入当代大学生的生存语境。在优绩主义盛行的当下，大学生面临绩点竞争、保研压力、就业焦虑、同辈比较等多重结构性压力。社交媒体的高度渗透使个体生活被不断展演化，情绪表达既需要被看见，又需规避“负能量”“矫情”等标签带来的社交风险。在此背景下，“发疯文学”以其戏谑化、间接化的表达方式，成为安全的情绪宣泄口。

当代大学生的焦虑并非抽象的情绪状态，而是被一套精密的时间管理制度生产出来的。绩点、综测、保研率、就业率这些指标，把大学四年切割成连续的考核周期：大一适应、大二刷分、大三冲刺、大四抉择。在这种结构中，时间很少被体验为“自己的”，而更像一种需要不断兑换成简历资本的资源。于是，熬夜复习、赶论文、投简历成为常态，而休息、娱乐、社交则被压缩成需要愧疚感来购买的奢侈品。当努力与回报之间的关系变得不确定——“卷”了未必能保研，投了也未必能入职——焦虑便不再指向某个具体任务，而是弥散为对整个生活秩序的无力感。

社交媒体进一步放大了这种焦虑。小红书、微博、朋友圈早已不只是生活记录空间，而是被算法重新组织过的“成功展演场”。保研经验帖、大厂实习vlog、考研上岸通知以极高密度涌入信息流，形成一种同龄人正在“全速前进”的集体印象。更关键的是，这些平台要求情绪也必须可观看、可点赞、可转发。直接表达疲惫或失败，很容易被贴上“负能量”“矫情”“不够努力”的标签。“发疯文学”的戏谑化表达恰好提供了一种缓冲：它足够夸张，以至于不会被当真；又足够真实，足以让有过相似经验的人立刻识别出其中的情绪底色。换句话说，它是一种“被允许的情绪”——既完成了宣泄，又规避了社交风险。

这种表达策略与更早的“丧文化”和“躺平”有相似之处，但又有明显区别。“丧”更多是一种低能耗的消极认同，通过对万事无所谓来维持心理距离；“躺平”则试图从竞争逻辑中直接退出，以拒绝参与作为抵抗。相较之下，“发疯文学”并不真正退出——它是在承认竞争无法回避、压力无从消解的前提下，用荒诞和自嘲来维

持一种最低限度的表达主体性。它不是解决问题,而是把无法解决的问题转化为一个可以被转发、被共鸣、被共同言说的文本。这种姿态更接近詹姆斯·斯科特所说的“弱者的武器”:不公开对抗权力,却在日常话语中松动规训的严肃性。

然而,这种抵抗也有其内在限度。由于“发疯文学”高度依赖碎片化的网络梗和即时性的情绪共鸣,它很难形成稳定的组织或持续的行动议程。一条“发疯”帖子可能在短时间内获得大量转发,但热度消退后,个体仍将回到原来的压力结构中。此外,戏谑化的表达方式虽然能够缓解情绪,却也可能将结构性问题转化为个人心理议题,使青年的注意力从“为什么压力如此之大”转向“如何用更幽默的方式承受压力”。从这个意义上说,“发疯文学”既是一种抵抗,也是一种适应;它让青年在规训中获得片刻喘息,却未必能撼动规训本身。

与此同时,“发疯文学”还在评论区和转发链中形成了一种特殊的情感共同体。当一个人发布“鼠鼠我啊,真的顶不住啦”时,他未必期待具体问题的解决,而是在发出一个信号:我在这里,我很累,有人和我一样吗?而评论区则通过“我也是”“我也是鼠鼠”“抱抱”等简短回应,将这种孤独的压力体验转化为可被分享的群体经验。这种互动不需要深交,甚至不需要彼此认识,却能在短时间内产生一种“原来不止我这样”的释然感。在这个意义上,“发疯文学”不仅是一种表达策略,也是一种连接技术:它用最低社交成本,把散落在各个寝室、教室、图书馆里的个体,暂时聚拢成一个“共同发疯”的想象共同体。当然,这种共同体是松散的、临时性的,一旦情绪消退或话题转移,连接便随之弱化。但它至少证明,在高度原子化的校园生活中,年轻人仍在寻找某种不被评判的共鸣方式。

值得注意的是,“发疯文学”内部并非均质。不同性别、专业、家庭背景的学生,所面临的“疯”的内容与强度并不相同。工科学生可能更多围绕实验、代码、论文 deadline 崩溃;文科学生则可能因就业方向模糊、实习无着而焦虑;女生群体的“发疯”文本中常混杂外貌焦虑与婚恋压力,而男生群体则更倾向于用“摆烂”“躺平”来消解竞争挫败。这些差异提示我们,“发疯文学”虽然共享一套话语模板,但其填充的内容始终与具体的社会位置相关。如果仅将其视为一种统一的青年情绪宣泄,便可能忽略其背后更细密的权力纹理。

从功能层面看,“发疯文学”首先实现了情绪的“缓冲”与“外化”。青年将内在的焦虑、无力、愤怒转化为夸张化的语言表演,通过“发疯”完成低成本的情绪排毒。晏青、郭京指出,“发疯文学”能够向外宣泄以脱离压力源,向内调节以增强掌控力。其次,“发疯文学”构成了一种“弱者的抵抗”。它并不直接挑战造成压力的社会结构,而是通过戏谑、反讽、降格等方式,在日常话语层面松动规训的严肃性,为主体赢得片刻精神喘息。燕道成、蒋青桃将其概括为从接受规训转向“关心自我”的生存智慧。

再次,“发疯文学”强化了群体联结。在共同表达范式中,个体意识到自身困境的普遍性,从孤独的压力体验走向群体性共鸣与互助。吴建平强调,其在建立真挚、平等的感情联盟基础上呼唤新型心态秩序。然而,也应看到其限度:燕道成、蒋青桃提醒,碎片化、戏谑化的“发疯文学”可能会削弱青年群体的系统和深入思考,表现出重情绪宣泄轻实际行动的特征。作为一种过渡性的主体性实践,它能够缓解情绪、凝聚认同,却难以单独承担社会变革的功能。因此,对这一文化现象的理解,既要肯定其积极意义,也要关注其背后折射出的结构性压力与青年困境。

5. 结语

综上所述,“发疯文学”并非无意义的疯话,而是一套嵌入当代大学生生存语境的“社交方言”。通过极端化与重复、正经与崩溃的突兀转折、自我降格与物化、互文性与圈层编码等话语策略,青年在戏谑化的表达中完成了情绪释放、身份协商与群体认同。它既是对绩点竞争、就业焦虑与意义感缺失的回应,也是在社交媒体展演压力下一种“被允许”的情绪出口。

然而,“发疯文学”的抵抗是有限的。它依赖碎片化的网络梗与即时性的情绪共鸣,难以形成稳定的组织或持续的行动议程;戏谑化表达在缓解个体情绪的同时,也可能将结构性压力转化为个人心理议题。此外,“发疯文学”内部并非均质,性别、专业与家庭背景的差异意味着它并非统一的青年情绪宣泄,而是不同社会位置的话语折射。

本研究仅以有限平台文本为分析对象,样本规模与类型划分仍有探索性质。未来研究可进一步拓展样本来源、开展历时性考察,并与“丧文化”“躺平”等相近青年话语展开比较,以更全面地理解当代青年的情感结构与生存策略。理解“发疯文学”,或许正是理解当代青年如何在规训与自由之间维持表达可能性的一个切口。

参考文献:

- [1] 燕道成,蒋青桃. “发疯”作为一种自我技术: 网络空间“发疯文学”的话语实践与主体建构[J].新媒体与社会.
- [2] 付家豪,靖鸣.表征、逻辑与反思: 网络青年“发疯文学”的话语实践考察[J].青年记者,2025,(6):92-99.
- [3] 郑春风,齐心园.“我不发疯发什么”: 情动理论视角下的网络“发疯文学”研究[J].国际新闻界,2025,47(5):24-46.
- [4] 晏青,郭京.青年群体的情绪危机与调适: 网络“发疯文学”的批判性话语分析[J].湖南师范大学社会科学学报,2024,53(3):49-59.
- [5] 吴建平.当代青年新型自我表达方式探析[J].人民论坛,2024,(6):82-85.

Why Does "Going Crazy" Become a Social Language?

The Generative Context and Discursive Strategies of College Students'

"Feng-style Literature"

Qin Zhenyu

Zhuhai College of Science and Technology, Zhuhai ,Guangdong, China

Abstract: "Feng-style literature" (feng wenxue, literally "going-crazy literature") is a youth discursive practice that has emerged on Chinese social media in recent years. Taking college students as its research subject and employing discourse analysis, this study examines representative texts collected from platforms such as Weibo, Xiaohongshu, and WeChat Moments, so as to reveal their linguistic forms and social functions. The findings indicate that "Feng-style literature" is not meaningless emotional venting, but rather a "social dialect" governed by internal rules. Through such discursive strategies as extremization and repetition, abrupt shifts between seriousness and breakdown, self-degradation and reification rhetoric, and intertextuality and community-specific coding, young college students achieve emotional release, identity negotiation, and group identification through playful expression. The popularity of this discursive form is closely related to structural pressures such as GPA competition, employment anxiety, and a sense of meaninglessness, and may thus be regarded as a form of flexible resistance against disciplinary norms and a practice of transitional subjectivity among youth.

Keywords: "Feng-style literature"; college students; discursive strategies; youth subculture; emotional expression