

# 滿屏都是“我emo了” 網友們到底在說些啥？

鋪天蓋地的“破防”沒火多少時候，網友們的口頭禪迅速迭代，“emo”成了年輕人的新寵。“我emo了”一下子成了萬用語句，四六級過不了錢、工作一直加班怎麼都忙不完……任何不順心的事都可以“emo”一下。這個並沒有啥明確含義的單詞，成為了網友們的新一代精神寄托。專家表示，網友對於“emo”的熱衷，其實是在尋找情緒共鳴。只是，負面情緒也會“傳染”，保持情緒健康，還是盡量減少對“emo”的關注為妙。

## “emo”成為網友“互聯網情緒”代名詞

“快樂的人有着相似的快樂，emo的人却似乎各有各的emo。”“四六級過不了錢，我emo了。”“怎麼一直有加不完的班，我emo了。”這一階段，你一定可以在微博或是朋友圈裏看到這樣的句子。頻頻出現的“emo”到底是什麼意思呢？真的去考證源頭的話，“emo”這個詞其實“年紀不小”，根據網友的考證，從上世紀90年代末00年代初開始，“emo”就已經存在。祇不過，在那個時間段，“emo”指代的含義還比較單一，是emocore的簡

寫，全稱是Emotional Hardcore，即情緒硬核或情緒化硬核。這個詞條有着專門的解釋，是一種與朋克相似的搖滾樂，最初從Hardcore Punk(硬核朋克)中派生出來，但包含更為複雜的改編曲，歌詞更多觸及情感主題。

“emo”原本是一種情緒化的音樂風格，但到了互聯網世界裏，被網友們衍生出“喪”“憂鬱”“傷感”等多重含義。也有網友將“emo”解釋為英文emotional(情感的，情緒激動的)的縮寫。在悲傷的基調下，一切的情緒不穩定皆可“emo”。網絡上流行的“我emo了”主要是指情緒上不穩定的人，相關意思可以延展為“我頹廢了”“我鬱悶了”“我傻了”“我不開心了”等等。

其實emo文化一直都存在，每個時代都有着不同的表達方式。一位網友總結，70後的“emo”是在日記本裏摘抄詩歌和文字來抒發無處安放的情懷；80後則是聽着民謠和搖滾表達對生活的無奈；90後“emo”的陣地是QQ空間，留下了自己的非主流青春……

在社交平臺上，還有人專門教你如何營造“emo”氛圍感：照片一定要憂鬱，同時還要配上一句悲傷的文案，emo氛圍感呼之欲出。互

相聊天時，emo表情包也成為了年輕人的新寵，無論是互相調侃還是發泄情緒，動不動就來emo一下。

## 如何度過emo時刻？網友們開始互相支招

在有關“emo”的話題趨勢中，有一個很有意思的現象——晚上八點到次日凌晨一點之間話題熱度會呈現出一個高峰。一到深夜，網友們就愛胡思亂想。

滿屏emo，到底應該怎麼辦？看不下去的網友“橘子海”在豆瓣開出了一個話題“如何度過emo時刻”，得到了幾百位網友的熱烈回復。“融小墨”寫下了自己對抗情緒問題的方法：“讓精神能量流動起來，就是在增加好的氣場。不要熬夜了，不要掏空自己。睡前的護發、拉伸、塗護手霜和唇膏、閱讀，都可以讓身心都放鬆下來。”“融墨海”建議網友們尋找能夠打發時間的辦法，“去運動去早點休息去做美容去看個有深度的劇去獨自發一會呆，自己努力產生的多巴胺，才比較踏實長久。”

“橘子海”也分享了自己與情緒和解的過程：最近讀《蛤蟆先生去看心理醫生》，感覺正在慢慢地

與自己和解了。如弗洛伊德所說，“未表達的情緒永遠不會消亡。它們祇是被活埋，並將在未來以更加醜陋的方式涌現。”否認，無視，壓抑情緒，其實是在傷害自己。凡是存在，皆為合理。正視并接受自己所有的情緒好了，這樣才算是一個完整的我啊。歡樂就歡樂，悲傷就悲傷。

也有網友表示，情緒“emo”的存在，得學會正視。“為什麼要逃避這個時刻，為什麼要擺脫這個時刻？人的情緒是多樣化的，為什麼要對抗呢，為什麼不能是好好享受emo時刻呢，就像享受快樂一樣。”

## 專家：網友熱衷“emo”，其實是在尋找情緒共鳴

滿屏都是“我emo了”，現在的年輕人到底都怎麼了？為什麼都愛在深夜情緒泛濫？東南大學附屬中大醫院心理精神科主治醫師劉曉雲解釋道：“一個人在深夜或者獨處的時候經常會回顧讓自己感覺不太好的片段，在心理學上，這叫思維反芻，即像動物反復咀嚼已經吞下的食物一樣，不斷思考、消化和沉溺於消極負面的情緒。”

當人們說emo的時候，到底在

表達什麼呢？劉曉雲認為，愛說“我emo了”的網友中，不乏“求流量，求關注”的群體，“通常來看，emo是在表達一種抑鬱的情緒，但也有部分網友祇是調侃，追求潮流，用emo來尋求情緒上的共鳴，希望得到關注。”

“emo”之所以可以被用以尋找共鳴，是因為它很複雜。“一個簡單的emo往往雜糅了多種多樣的情緒，有的人也許是不開心，有的人是感動，不同的人說emo時所表達出的意思有時大相逕庭，我們需要根據語境來分析說話者的情緒。而那些不能領會說話者真正想表達意思的人，也許就被排除在說話者所尋找的共鳴群體之外了。”劉曉雲解釋道。

也正是因為emo的複雜，網絡上的emo往往“真假難辨”。很多人說一句“我emo了”也許是出于調侃，但說者無意，聽者有心，也許瀏覽的人就會產生誤解，進而接收到了負面情緒。“負面情緒就像心靈感冒，很容易傳染，尤其在網絡上，傳染速度更快。”劉曉雲特別建議，“考慮到現在使用emo這一網絡熱詞的人多是青少年，家長們在平時也可以多多給予一些關注。不能讓負面情緒‘傳染’。”

# 北大博導學歷竟遭學生嫌弃，“師資還不如中學”

近期，一名自稱達到保研標準的大四學生發帖稱“無法相信北大會有這麼差的師資”。其列出的第一名北大數學學院博導碩士畢業于地方院校，這名學生據此稱“招的老師水平不如深圳中學”、“希望北大能整頓下師資”等。

這也讓圍繞着“第一學歷”的激辯在輿論場上延宕。

新華日報評論理論部公號10月11日發文稱，“第一學歷”光鮮，就一定優秀嗎？未必。高考分數祇能代表學生在高考選拔中的水平，經過三年或四年的學習，他們的能力發展得怎麼樣，不完全取決于學校的牌子，而是一個動態的結果。事實上，“第一學歷”崇拜的罪魁禍首，就是一些用人單位，在人力資源供大於需的“買方市場”，人為設置門檻、抬高選人標尺，導致“第一學歷”論甚囂塵上。這實際上是一種學歷上的“出身論”“血統論”。

文章稱，看看活躍在各個領域的社會精英、能人才俊，并非所有

人都有耀眼的“第一學歷”。我們景仰的錢穆、陳寅恪等一代大師，都是沒什麼學歷而自學成才的範例。中科院院士、南京大學地球科學與工程學院教授沈樹忠畢業于浙江煤炭工業學校；生態學專家方精雲畢業于安徽農業大學；生物化學與分子生物學家王恩多畢業于曲阜師範大學。國內近千名青年企業家中，祇有10%畢業于北大、清華、復旦等名校；80%均畢業于國內普通的大中專本科院校；其餘10%的青年企業家，學歷從小學到高中不等。但很多學歷低而能力強的學生，就在用人單位的“有色眼鏡”之下，失去了“敲門磚”和“入場券”，被扼殺了人生的諸多可能性。

“當然，用人單位甚至社會對於‘第一學歷’的迷信，也并非毫無來由。”這篇文章也提到，這種歧視和偏見，實際是一種社會心態。隨着大學擴招，一些高校的辦學質量屢屢被人質疑，特別是一些非全日制教育中的種種亂象，也給人留下了“注水”“混文憑”的印象；而研究

生、博士生的大幅擴招，也讓碩士學歷缺少了以往的光環。因此，打破“唯學歷論”的社會觀念，非全日制教育和研究生教育要進一步提高教學質量，提升學歷的含金量和說服力。同時，還要千方百計擴寬就業渠道，讓更多出身普通的學生有機會脫穎而出、嶄露頭角，用實際效果打破“第一學歷”的迷思。

紅網評論文章則提到，被“質疑”的教授叫胡俊，從北大數學學院官網來看，顯示其碩士畢業于湘潭大學數學系，博士就讀于中國科學院數學與系統科學研究院。從胡俊教授碩士畢業院校來看，湘潭大學確實并非211、更非985，然而該同學僅憑這一點，便能斷言胡俊教授的水平不行嗎？

據公開信息，胡教授發表相關領域的論文50餘篇，是國家傑出青年基金獲得者和中國計算數學最高獎項馮康科學計算獎得主，還是獲得德國洪堡研究獎學金的洪堡學者，現任三個國際期刊的編委和北京計算數學學會秘書長。一

個同時擁有杰青、洪堡學者和馮康計算獎這3大名頭的學者，足以敲開全國所有大學的大門并被奉為座上賓。

文章稱，正所謂“英雄不問出處”，名校出來的未必都是人才，普通院校出來的未必不是人才。況且不看學校等級，僅從學術水準來看，湘潭大學的數學系實力不弱，甚至要強于絕大多數的985名校，僅從學校名氣來否定這位教授顯然沒有任何道理。

在文章作者看來，當前許多初出茅廬的年輕人深受“學歷出身論”的茶毒，以為唯有出身名校才有學問。但作為當代大學生，該同學是否知道，在選擇導師時，多方位地了解導師，有什麼研究成果，從事領域與自己的研究興趣是否契合，這比一味關注老師的本科出身重要的多。

教育部曾回應：沒有“第一學歷”這個概念 此前，教育部針對網友提問

“請問專升本(非成人高招專升本)畢業後的第一學歷是專科還是本科?”進行答復稱：

學歷是指人們在教育機構中接受科學文化教育和技能訓練的學習經歷，國家教育行政部門相關政策及文件中沒有使用“第一學歷”這個概念。我們在管理過程中所說“學歷”通常指的是個人獲得的最高或最後的學歷。

值得注意的是，這并不是教育部首次回應“第一學歷”問題。早在7年前，教育部就曾對“第一學歷”的問題做過回應。

2014年8月，教育部在答復“我高中畢業後參軍，在部隊考上中專軍校成為幹部，請問我的第一學歷是高中還是中專”的提問中回復：學歷是指人們在教育機構中接受科學文化教育和技能訓練的學習經歷，我們在管理過程中所說“學歷”通常指的是最高或最後的學歷，沒有使用“第一學歷”概念。如果一定要強調“第一學歷”，小學、中學也是學歷。

## 星星油漆 ★ 裝修

<http://www.TwinStarPainting.com> 9-022

內外油漆	裝修地室	浴室廚房	磁磚地板	屋頂門窗	陽台圍欄	高壓清洗	免費估價	質量第一	專業執照
------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

301-613-5596(中) 301-404-5119(英)

## 华府櫥柜

WASHINGTON Cabinetry

急招！厨卫櫥柜设计师/销售。待遇优！ 571-279-3494(黃先生)

厂家直銷当天取 高档櫥柜平民价

电话: 703-466-5388 传真: 703-476-8485

www.Wcabinet.com Email: frontdesk@wcabinet.com

地址: 45448 E Severn Way, Ste. 100, Sterling, VA 20166

## 何佩芬稅務師事務所

P&G Accounting & Tax Services 联邦執照注册稅務師 EA MSF

稅務諮詢、計劃、申報(全美50州) 稅務交涉 外國人報稅  
財務諮詢、分析、管理 申請工卡 公司建立、建賬  
簿記報表 薪資發放 生意買賣合同

Tel: (571)551-1118 Fax: (703)956-2881  
Email: PandG.ats@gmail.com  
203 Yoakum Parkway #1118, Alexandria, VA 22304

## 李興會計師事務所

FINANCIAL & ACCOUNTING TAXES SPECIALISTS, INC

您是否付出太多稅金呢？新的稅法專業知識一定可以讓我們 幫您節省稅金 30年以上個人及公司財務、稅務專業的豐富經驗

- 三十年以上個人及公司行號專業的豐富經驗，包括成立公司、全美五十州個人及公司報稅、會計、財務、稅務、投資、移民投資、合資、商業及店面買賣、住家、出租、商業房屋、貸款、退休、遺產、員工福利、子女教育基金等策劃。承辦大陸、臺灣、東南亞、歐洲、美國等各種商業貿易、移民投資合資等，國外公司在美國成立分公司的經營市場策劃諮詢。
- 承辦全美各州各種公司組織成立，有限公司、合資人、非盈利公司以及個人各種商業、貿易等。
- 承辦全美五十州州稅、聯邦稅、特別行政區、個人、公司及合資人等，各種商業稅務、非營利公司、新移民與國外資產稅務申報。
- 承辦公司行號，每月、每季、每年簿記、員工薪資、零售稅、資產稅、建立會計制度、電腦設計、節省稅務策劃等。

●馬州蓋城 7831 Muncaster Mill Road, Gaithersburg, MD 20877 301-556-2997 or 301-519-2277 or 301-250-8001  
●馬州巴爾的摩(Towson, MD) ●馬州哥城(Columbia, MD) 1-888-888-6128(免費電話) 傳真: 301-963-0026  
●維州(Falls Church, VA) 1-888-888-6128(免費電話)

C/O MR. ANDY LEE  
請看我們的網站及諮詢  
www.FATSIFILES.com  
Email: faatsi@gmail.com  
辦公時間: 1:00pm-8:00pm  
一星期七天為您服務(請先預約)