

家庭沟通类迷因的多维探析

徐钰尧, 赵平

新疆大学中国语言文学学院, 新疆大学新疆民汉语文翻译研究中心, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2025年11月21日; 录用日期: 2025年12月12日; 发布日期: 2025年12月24日

摘要

本文以家庭沟通类网络迷因为研究对象, 运用多模态话语分析与符号学方法, 剖析其生成与传播机制及社会文化意涵。该网络迷因在传播中经历了从具体关怀行为到抽象文化符号的语义嬗变, 揭示了代际认知差异与沟通困境。该现象既是青年亚文化进行“柔性抵抗”的实践, 也为反思与改善代际关系具有重要启示。

关键词

家庭沟通类迷因, 人际沟通, 网络迷因, 代际关系

A Multidimensional Analysis of Family Communication Memes

Yuyao Xu, Ping Zhao

Xinjiang University Research Center for Translation Studies of Chinese and Ethnic Minority Languages, School of Chinese Language and Literature, Xinjiang University, Urumqi Xinjiang

Received: November 21, 2025; accepted: December 12, 2025; published: December 24, 2025

Abstract

This study examines family communication-themed internet memes as its research subject, employing multimodal discourse analysis and semiotic methods to dissect their generation and dissemination mechanisms alongside their sociocultural implications. During dissemination, this meme undergoes a semantic transformation from concrete acts of care to abstract cultural symbols, revealing generational cognitive differences and communication challenges. This phenomenon represents both a practice of “soft resistance” within youth subcultures and offers significant insights for reflecting on and improving intergenerational relationships.

Keywords

Family Communication Memes, Interpersonal Communication, Internet Memes, Intergenerational Relationships

Copyright © 2025 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

近期,以“丝瓜汤”为代表的家庭沟通迷因在社交平台获得了现象级传播。该迷因源自博主@累子创作的家庭情景视频,视频中母亲反复劝儿子喝丝瓜汤,在儿子多次明确拒绝并最终情绪爆发时,母亲将其归因于“肝火太旺”,并再次强调“喝点丝瓜汤降一下火气”,构建了一个以“为你好”为前提、却回避问题本质的沟通闭环。据千瓜数据平台统计,截至2025年第3季度,该话题近90天热度超9000万[1]。这一数据充分印证了该类迷因引发的广泛社会共鸣及其在多场景下的强大传播力。这些迷因通过展现现代际沟通中的典型情境,如“家长让孩子喝丝瓜汤降火气”“家长让孩子穿秋裤”等场景,精准呈现了家庭中常见的沟通模式,催生大量二次创作,形成覆盖多场景的传播现象。

近年来,随着互联网技术的普及与网络文化的蓬勃发展,学界对网络迷因、代际沟通与青年亚文化的研究日益丰富。在迷因研究领域,理查德·道金斯(Richard Dawkins)于1976年首次在《自私的基因》提出迷因(Meme)概念,将其定义为文化传播的基本单位,通过模仿而非遗传的方式在人际间复制与传播[2]。希夫曼(Shifman)(2014)进一步指出,网络迷因通常包括一系列的文本素材,而不是像传统迷因那样仅仅是一个单一的思想或行为[3]。窦东徽、刘肖岑(2013)从社会心理学视角深化了这一认识,指出网络迷因的传播深植于个体寻求社会认同的心理需要,是一种复杂的“心理选择”而非简单的内容复制[4]。代际沟通方面,Annie Junghyun Ahn认为代际沟通本质是两代人之间的认同与观念差异[5]。陶贤都、孙雨桢(2025)提到,类似表情包这样的数字符号的使用差异,是代际间技术适应、文化资本与沟通意愿的综合体现[6]。在青年亚文化相关研究上,晏菁菁(2025)通过剖析“猫meme”Vlog的传播机制与社会心理,发现此类迷因是青年群体情感需求与社交习惯的生动反映[7]。闫翠娟(2020)提到“当代青年亚文化不再表现对某些特定风格的信奉和坚守”[8]。

然而,从语言学角度系统解析家庭沟通类迷因的生成机制及其社会文化意义的研究尚显不足。本文运用多模态话语分析方法,从语义符号学与社会语言学维度,解析家庭沟通迷因的多模态协同建构、符号语义嬗变及其作为青年亚文化与代际沟通表征的多重社会意义。

2. 家庭沟通迷因的生成与传播

2.1. 多模态叙事: 视觉、听觉与语言的协同表达

短视频平台作为数字时代的重要叙事场域,其多模态特性为家庭沟通迷因的情感传达与意义建构提供了丰富的符号资源。这一网络迷因的传播效果不仅来自于其幽默讽刺的内容本身,更源于视觉、听觉与语言符号系统的精密配合与协同表达,共同构建了一个具有强烈代入感与情感共鸣的代际沟通叙事空间。

在视觉符号的运用上,该类视频通过精心设计的人物造型、表情和动作体系,构建了一套完整的代际权力表征系统。长辈角色的视觉塑造极具符号学意义:通常身着朴素的家居服或略显过时的印花上衣,发型整齐而不苟言笑,这种造型立即在观众心中建立起一个“传统家长”的视觉原型。更为关键的是其

面部表情与肢体语言的精心设计——紧锁的眉头、锐利的眼神、不时拍打桌面的手掌，这些视觉符号不仅传递了角色的情绪状态，更通过符号的累积使用构建了一个不容置疑的权威形象。

与之形成鲜明对比的是晚辈角色的视觉呈现。年轻一代通常以低头回避眼神接触、身体微微后倾、手臂交叉于胸前等防御性姿态出现，这些细微的身体语言生动地表现了在代际沟通中的无力感与退缩姿态。从符号学视角看，这种视觉上的二元对立不仅仅是个体情绪的展现，更是家庭权力结构的具身化表达。长辈的前倾姿势与晚辈的后仰姿态构成了一种视觉上的“推拉关系”，象征着代际间的话语权争夺。特别值得注意的是场景设置的家庭性——厨房或餐桌这一日常生活空间的选择，使得权力关系的展演更贴近观众的经验记忆，增强了叙事的真实感与代入感。

听觉符号的精心设计进一步增强了叙事的情感张力与权力不对等关系。长辈角色的语音处理呈现出系统的声音特质：较高的基音频谱、较快的语速节奏、较强的音量控制，这些声学特征在听觉心理学上易于引发紧张感和压迫感。特别是在重复关键台词时，语音的韵律模式呈现出明显的强化趋势——音调逐步升高、语速逐渐加快、重音位置更加突出，形成了一种情感上的累积效应与心理压迫。

相比之下，晚辈角色的声音设计则呈现出完全相反的听觉特征：低沉的基础频率、缓慢的语速节奏、逐渐衰减的音量控制，这种声音特质不仅表现了角色的情绪状态，更象征性地反映了年轻一代在家庭对话中逐渐被消解的话语空间。从听觉符号学的角度看，这种声音设计的对立构建了一种“听觉权力层级”，高音调、快语速的声音被潜意识地解读为权威与掌控，而低音调、慢节奏的声音则被理解为服从与退让。

背景音效的设计同样别具匠心，此类视频并未采用写实的环境声音，而是巧妙地运用了一系列突兀的游戏或电子提示音效，以此外化并呼应每位发言者的内心活动。当长辈以权威口吻进行说教时，画面外可能会响起一声清脆的“金币掉落”或“升级”音效，戏谑地映射出其内心对“正确教育”的自我肯定与成就感。与之相对，当晚辈表现出无奈或沉默时，则可能配以滑稽的“游戏失败”或“电量警告”音效，生动地刻画出其内心的挫败感与能量耗尽的状态。这种将人物内心独白转化为可听音效的手法，不仅制造出强烈的幽默反差，更创造了一种“内心戏外放”的独特听觉体验，让观众直接感知到对话表层之下的心灵博弈。

语言符号的选择与组合则体现了更深层的文化逻辑与代际认知差异。创作者巧妙地将传统养生术语嵌入日常对话，这些专业术语在传统文化中具有特殊的权威性，其使用不仅是一种修辞策略，更是一种话语权力的展示。当长辈使用这些术语时，实际上是在调用一种传统文化赋予的知识权威，从而强化自身话语的合法性与说服力。同时，现实议题的引入，又将对话锚定在具体的生活场景中，增强了叙事的生活感和真实感。这种专业术语与日常用语的混合使用，创造了一种既熟悉又陌生的语言效果：熟悉的是日常生活的对话场景，陌生的是传统话语对现代问题的解释框架。这种语言上的张力正好对应了代际沟通中的认知差异——老一辈试图用传统的认知框架解释新一代的行为模式，而年轻一代则在两种话语体系的夹缝中寻求表达空间。

当视觉、听觉和语言符号以高度一致的方式传递相同的情感指向时，就产生了一种“符号共振”效应，极大地强化了内容的情感冲击力与传播效果。在此类视频中，长辈锐利的眼神(视觉)、高昂的声调(听觉)与权威性的传统术语(语言)形成了符号的协同强化；而晚辈躲避的眼神(视觉)、微弱的声音(听觉)与简短的回应(语言)则构成了另一组协同表达。这种多模态的高度一致性使得观众能够快速理解并深度共情于所呈现的代际沟通情境。从传播效果来看，这种多模态的叙事方式不仅提高了内容的感染力，更通过符号的多样化组合，为不同背景的观众提供了多元的理解路径与认同入口。

2.2. 迷因变异：从家庭场景到多场景泛化

家庭沟通类迷因在传播过程中呈现出显著的变异特征，其意义并非固定不变，而是如雅克·德里达

(Jacques Derrida)所揭示的文本“播散”，无中心且不断变化[9]。在这一过程中，迷因不存在一个封闭的意义中心，其理解与诠释随着不同文化语境、个体创造性表达以及传播媒介的特性而持续衍生。这种变异不仅体现在内容层面的重新解读，也表现在形式与表达方式的多样化调整，从而不断生成新的文化意涵，实现跨场景的意义延展。

在职场场景的变异中，该迷因的核心逻辑——即将复杂问题归因于简单因素并以标准化方案应对——被移植到职场权力关系中。当“上司将工作矛盾归因于个人状态，并提出简单化解决方案”时，原有的家庭沟通模式被转化为职场中的权力话语。这种变异脱离了代际沟通的范畴，转而揭示了现代职场中类似的情感逻辑：将系统性问题简化为个人状态问题。

在亲密关系场景的转化中，该迷因通过角色关系的调整进一步展现了其超越代际沟通的解释力。亲密关系版本中“一方将复杂的情感矛盾归因为生理因素，并提出标准化建议”的叙事，保留了原框架的“问题简化”机制。这种变异表明该迷因的解释力已经突破了代际沟通的边界，触及了更广泛的人际互动模式。

朋友间的调侃版本则展现了该迷因的另一种变异路径。当朋友以简单化的归因提出建议时，沟通的严肃性被幽默感取代。这种变异显示了迷因传播过程中的“情感中性化”趋势：随着应用场景的扩展，原本在沟通中可能带有特定文化批判色彩的迷因，逐渐演变为一种通用的社交修辞策略。

在这些变异版本中，迷因的应用范围已从特定的代际沟通场景，泛化为涵盖职场权力关系、亲密关系互动和朋辈交往的多场景沟通工具。这一泛化过程丰富了迷因的表现形式，同时也使其逐渐远离了最初作为代际沟通分析工具的具体语境，转而成为一种更具普适性但同时也更为泛化的社会沟通模式的分析框架。

3. 语义符号学分析：符号的转义与重构

3.1. 从具体符号到文化符号的语义嬗变

叮嘱“穿秋裤”以御寒等行为，本是一种基于关怀的情感表达，是长辈对子代身体健康的具象化呵护。然而，在迷因的传播与演绎过程中，这些具体行为符号的意义发生了根本性的转义，完成了从生活实践到文化隐喻的蜕变。

青年群体通过语义的转喻与重构，建立起“催穿秋裤 = 忽视个体自主”的符号等式，从而系统性地解构了长辈所秉持的“物质关怀即充分爱护”的传统逻辑。在这一新的认知框架下，“秋裤”不仅是御寒衣物，而是演变为一种文化符号，象征着代际沟通中那种以物质关怀掩盖精神交流缺失、以表面呵护替代实质理解的沟通模式。这种符号意义的扩张与泛化，使得此类迷因能够超越具体情境，成为指涉更广泛代际隔阂与沟通困境的隐喻载体。

3.2. 代际认知差异的符号化呈现

家庭沟通迷因的流行，本质上是一场代际认知差异的符号化展演。父母辈多成长于物质相对匮乏的时期，其关怀逻辑自然聚焦于基本生存需求的满足——“穿秋裤”为了保暖，“喝汤”为了健康，“吃饱穿暖”即是爱的核心表达。而子女辈身处物质丰裕的时代，其需求层次已转向对情感共鸣、个人边界与自我实现的追求。

这种因时代背景而产生的认知鸿沟，导致双方对同一符号行为产生截然不同的解读。对父母而言，“逼你喝汤”是爱的责任，是代际关怀的正当传递；而对子女而言，同一行为却被体验为个体意志的压抑与情感对话的阻隔。迷因通过“丝瓜汤要不要喝”“秋裤穿不穿”等极具张力的场景再现，将这种认知差异符号化、戏剧化，并将其隐喻为一种以“为你好”为表、实则固守单向输出逻辑的沟通闭环。这一隐

喻框架的构建，不仅揭示了代际之间的理解错位，也深刻折射出中国传统文化中关怀伦理与现代个体自主意识之间的内在张力。

4. 社会语言学分析：青年视角下沟通迷因的多重意义

家庭沟通迷因的传播历程生动展现了在保持“问题简化 - 标准化解决方案”核心逻辑，同时通过场景和角色的不断创新，实现了文化批判力的持续扩展。这种跨场景的泛化现象扩大了迷因的传播范围，也反映了当代社会中存在的沟通困境。无论是在家庭、职场还是社交场合，人们都面临着类似的沟通挑战：个人表达与权威话语之间的冲突以及复杂问题与简单方案之间的落差。该迷因的各种变异版本之所以能够持续引发共鸣，正是因为它们以不同的形式触及了这些深层的社会心理悖论。在此基础上，可以从青年视角进一步挖掘其多重意义。

4.1. 青年亚文化的柔性抵抗

家庭沟通迷因的广泛流行，实则是青年亚文化对主流文化的一种柔性抵抗。在数字技术深度融入生活的当下，年轻一代熟练运用媒介技术，以戏谑、反讽的方式巧妙争夺话语定义权。他们不再像传统代际冲突中那样，以激烈的争吵来对抗长辈权威，而是通过这种更具智慧和趣味性的方式，解构长辈的固有权威。这种“柔性抵抗”是媒介化时代青年处理代际关系的一种创造性实践。它并非意在颠覆，而是通过戏谑的方式解构权威，既表达了异议，又维系了关系，展现出青年在代际博弈中的话语智慧。

4.2. 集体认同与情感共鸣的构建

当网友们纷纷在评论区分享自己与长辈类似的沟通经历时，原本属于个人的挫折体验迅速转化为集体体验，形成了“共同的痛苦”。在这个过程中，大家相互理解、相互慰藉，找到了情感上的共鸣，这种强烈的认同感，让该迷因成为了区分“我们”（那些理解沟通困境的人）与“他们”（不理解这种困境的人）的边界符号，进一步强化了群体内部的凝聚力。

4.3. 作为代际对话的间接渠道

部分网友别出心裁，将相关的迷因视频转发给父母，试图以这种新颖的文化符号为媒介开启对话。比如有长辈看到视频后作出回应，虽然沟通效果可能并未完全达到预期，但却形成了现实与网络的有趣对照。这种“线上吐槽，线下分享”的模式，既避免了正面冲突可能引发的情绪对抗，又通过第三方案例的参照，巧妙地揭示了沟通模式中存在的问题。这种媒介化的沟通尝试，体现了数字原生代在处理代际关系时的创造性智慧，虽然其效果仍有局限，但无疑为改善代际沟通提供了值得探索的新路径。

5. 沟通启示：从符号狂欢到代际理解

尽管家庭沟通类迷因源于代际沟通的负面体验，但其现象级传播为社会提供了一次集体反思代际关系的宝贵契机，展现出超越网络狂欢的积极意义。

5.1. 双向审视

该迷因的流行促使两代人开始双向审视自身的沟通方式。对父母辈而言，这促使他们反思“为你好”这一话语背后的伦理立场——爱的表达是否需要以尊重子女的主体性为前提，关怀如何避免异化为“甜蜜的负担”。对子女辈而言，则需历史性地理解父母沟通模式的形成语境，认识到其背后深层的风险规避动机与代际创伤记忆。这种双向审视打破了过去单向指责的沟通困境，为建立相互理解的对话创造了可能。

5.2. 沟通哲学的范式转型

两种沟通哲学呈现出深层价值分野：单向度的关怀哲学旨在改变对方以适应既定期待；而共情式陪伴哲学则侧重于通过支持性行动与“非评判性在场”构建平等的情感联结。这种共情式陪伴，为代际沟通的转化提供了新的可能。

5.3. 求同存异的共生智慧

在价值多元的现代社会，代际之间无需也难以强求完全一致，“平行共生”或将成为更为可持续的相处之道。其核心在于尊重彼此的边界，在差异中寻找共识。具体而言，可探索在轻松的氛围中主动交流，用真诚的表述替代对抗性的指责，其穿透代际隔阂的力量，远胜于带有对抗意味的网络迷因。

尽管家庭沟通类迷因折射出深刻的代际沟通困境，其所引发的讨论为关系改善提供了契机，但实现真正的沟通转型仍面临现实阻力。双向审视要求父母反思“为你好”背后的控制倾向，子女理解父母行为的历史语境，然而长期形成的认知定式与情感表达习惯难以迅速改变。共情式陪伴哲学虽理想，却在快节奏生活中面临实践挑战；而“平行共生”所倡导的边界尊重，也需要双方具备较高的情绪管理与沟通能力，这在情绪化的现实冲突中往往难以持续。这些阻碍提醒我们，代际沟通的改善是一个需要持续努力的过程，而非一蹴而就的方案。

6. 结语

本研究从多模态话语分析与符号学切入，考察了家庭沟通迷因的生成、传播与意义重构过程。分析表明，此类迷因通过视觉、听觉与语言符号的精妙协同，成功地将私域的家庭沟通模式转化为可供公共讨论的文化议题，映照出代际间在认知框架、情感表达与权力关系上的深刻张力。

迷因在变异过程中，其意义从具体的日常生活符号，升华为指涉普遍代际沟通困境的文化隐喻，凸显了传统文化规范与现代个体自主意识之间的冲突。作为青年亚文化的一种实践，它以戏谑而非对抗的方式，实现了集体认同的构建与情感的柔性宣泄，甚至成为触发代际间双向审视与反思的潜在契机。

然而，必须认识到迷因作为沟通工具存在明显局限性。第一，其戏谑与简化的表达方式，虽易于传播共鸣，却可能将复杂的代际问题简化为二元对立的符号，强化刻板印象。第二，迷因构建的“我们-他们”边界，在强化群体认同的同时，也可能固化和加剧代际对立，使理解初衷演变为情绪宣泄。第三，迷因受算法驱动，生命周期短暂，难以持续推动深度对话与关系改善。未来研究可进一步追踪此类迷因的长期文化影响，开展跨文化比较，并关注其在不同社会群体中的接收差异，从而更全面评估其在代际调适中的潜力与局限。

尽管迷因现象为反思代际关系提供了契机，但实现真正的沟通转型仍面临认知定式、情感习惯与现实阻力等挑战。最终，我们应超越“符号狂欢”，呼唤一种基于相互尊重与深度倾听的沟通智慧，以持续努力推动代际对话走向平等与有效。

参考文献

- [1] 千瓜数据. 小红书热点内容解读(2025年第3季度) [EB/OL]. 2024-11-13. <https://wap.qian-gua.com/blog/detail/3245.html>, 2025-10-10.
- [2] Dawkins, R. (1976) *The Selfish Gene*. Oxford University Press.
- [3] Shifman, L. (2013) *Memes in Digital Culture*. MIT Press. <https://doi.org/10.7551/mitpress/9429.001.0001>
- [4] 窦东徽, 刘肖岑. 社会心理学视角下的网络迷因[J]. 北京师范大学学报(社会科学版), 2013(6): 38-48.
- [5] Ahn, A.J., Kim, B.S.K. and Park, Y.S. (2008) Asian Cultural Values Gap, Cognitive Flexibility, Coping Strategies, and Parent-Child Conflicts among Korean Americans. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology*, 14, 353-363.

<https://doi.org/10.1037/1099-9809.14.4.353>

- [6] 陶贤都, 孙雨桢. 家庭传播中的数字代沟与弥合策略: 基于表情包使用的研究[J]. 现代传播, 2025, 47(2): 159-168.
- [7] 晏菁菁. 迷因理论视域下“猫 meme”Vlog 的传播机制与社会心理研究[J]. 视听, 2025(2): 116-120.
- [8] 闫翠娟. 青春图谱与时代镜像: 社会变迁中的青年亚文化[M]. 天津: 天津人民出版社, 2020: 70.
- [9] (法)雅克·德里达. 论文字学[M]. 汪堂家, 译. 上海: 上海译文出版社, 2005.