

2025 年十大流行语发布

1 韧性

“韧性”源自生态学术语，指“弹性”“恢复力”或“抗逆力”。进一步引申，“韧性”可指“在不改变自身基本状态的前提下，有效对抗外部干扰，抵御外部冲击，实现可持续发展的能力”。

2 具身智能

具有物理载体的智能体，与离身智能（如大语言模型 DeepSeek）不同。具身智能（如人形机器人）通过物理身体与物理环境的动态交互自主学习与进化，从而实现感知、决策和行动一体化。具身智能的出现，标志着人工智能进入了一个新的发展阶段。

3 苏超

“江苏省城市足球联赛”的简称。自5月10日揭幕以来，该联赛迅速火爆出圈，成为2025年度国内最具热度的群众体育赛事之一。

4 赛博对账

“赛博”是 cyber 一词的音译，意思是与网络有关的，最近成为描述高科技、数字化和网络化现象的词语。赛博对账，是指在中美两国网民之间进行的一场跨文化交流对话。

12月2日，《咬文嚼字》编辑部发布“2025年十大流行语”。“苏超”“数字游民”“赛博对账”“从从容容、游刃有余、跌跌撞撞、连滚带爬”等流行语入选。

发布说明

“2025年十大流行语”沿袭一贯的“双标准”原则，即坚持社会学和语言学评选标准。“韧性”位居榜首，“苏超”“赛博对账”也高票入选，这说明这一年度的大事要事、社会热点，都得到了社会的广泛关注。分析“2025年十大流行语”，以下几点值得关注：

智能时代已经来临，汉语词库更新加速，增添了大批与人工智能相关的语词，语言打上了明显的智能时代的烙印，比如进入榜单的“具身智能”“活人感”，我们已关注到的“智能体”“数字人”“深度学习”，以“智能”为词根的“智能设备”“智能驾驶”“智能家居”“智能产品”，等等。这说明，人工智能在深刻改变这个世界的同时，也正在重塑我们的语言结构。

新质生产力加速发展，产业结构持续优化，经济转型升级加快，就业方式呈现出多元化态势。汉语中随之出现了大量与之匹配的新词新语，比如进入榜单的“谷子（经济）”“数字游民”，进入备选条目的“竖店”（反映短剧的兴起），以“经济”为词根的“低空经济”“上门经济”“悦己经济”，等等。语言是社会的产物和符号载体，社会生活在这一年度的发展变化，在语言中得到了相应体现。

语言是心灵的窗口，语言反映社会情绪，进入今年榜单的“xx基础，xx不基础”“从从容容、游刃有余、匆匆忙忙、连滚带爬”“预制xx”，以及进入备选条目的“最棒的小羊”“高能量的一天”“丝瓜汤文学”“邪修”等等，都从不同侧面反映了普通民众的生活状态、价值观念、情感诉求和审美取向。普通民众的百态人生，都在这些语言成分中得到了呈现。

据中国新闻网

5 数字游民

没有固定的办公场所，利用现代信息技术远程办公、具备良好自我管理能力的群体，以年轻人为主。他们多从事软件开发、内容创作、创意设计等创造性工作，在不同地区自由流动，打破了传统职业的地理限制。

6 谷子

英文单词 goods 的音译，本义为商品，流行语中特指动漫、游戏等二次元文化的衍生产品，如海报、卡片、挂件、人物立牌、玩偶、徽章等。“谷子”原本只是在二次元亚文化圈层中流行，近年逐渐走向大众市场，受到越来越多年轻人的追捧。

7 预制 × ×

预制，意为“预先制作”，与西贝餐厅引发的一系列有关预制菜的公共话题密切相关。根据官方定义，预制菜是以一种或多种食用农产品及其制品为原料，经工业化预加工制成的预包装菜肴，符合产品标签标明的贮存、运输及销售条件，加热或熟制后方可食用。

8 活人感

指的是个人在社交媒体或日常生活中展现出的真实、生动的特质，它能给人一种“鲜活如生”的直观感受。在智能时代已然来临的背景下，社交媒体上充斥着经过精心修饰的图片、程式化的文案，这些内容经由算法筛选和推广，营造了一种经过“包装”的、“完美人生”的假象。

9 × × 基础 × × 不基础

某穿搭博主在社交平台上发布了一条题为《基础款显贵公式》的视频，其中提出：想要提升穿搭整体时尚感，应避免全身都穿基础款，比如遵循“上身基础，下身就不基础”之类的搭配原则。此后，网友将此原则扩展为调侃日常生活的一个万能句式，迅速席卷网络。

10 从从容容、游刃有余 匆匆忙忙、连滚带爬

台湾地区一民意代表，用夸张的肢体语言和顿挫有力的语调批评台北市的市政管理混乱，视频上传网络后，被大陆音乐人改编成歌曲《没出息》，其魔性旋律搭配上演唱者戏剧化的情绪表达，迅速在网络上走红。