



5分钟看完一本书,两天追完一部54集电视剧,甚至玩游戏也要调快时间……如今,很多年轻人给生活开启了“倍速模式”——

“倍速生活”,更高效还是更浮躁

本报记者 吕依霖 摄影报道

上周末,刘筱雪点开一部电视剧的第一集。电视剧开篇便设下迷局,让她看得十分入神。看了不到两集,刘筱雪开始失去耐心。为了快点揭开电视剧中的谜团,刘筱雪按下了1.5倍速键。凌晨1点半,她终于看到了最后一集。

记者采访中发现,不少年轻人喜欢“倍速模式”。在他们眼中,追剧、看书甚至学习都可以按下“快进键”。

“倍速”追剧和阅读给生活按下“快进键”

聊起“倍速”两个字,25岁的刘筱雪有她自己的想法。一方面,她觉得自己没耐心。另外一方面,她觉得有些内容不需要花费太多时间去看。

“我下班后刷视频,就是为了放松放松。那些短视频博主把电视剧中有意思的片段剪辑到一起,制作成三四分钟的浓缩版,少了冗长的铺垫和其他不重要的情节,看起来能节省不少时间。”刘筱雪告诉记者,当她看到不感兴趣的情节时,便会将视频调成1.5倍速。加速后,视频中的声音听起来“叽里呱啦”,甚至还有些刺耳,但不会影响她了解剧情的基本走向。一部54集的电视剧,刘筱雪两天就能刷完。

市区27岁的高川也会根据视频内容确定是否加速。有时,为了加入朋友间的聊天,他也会用倍速看一些内容。

“倍速读书”现象也十分普遍。不少平台推送的文章包含“5



分钟读完一本书”“高效阅读”“一天榨干一本书”等字眼。记者点进去后发现,文章内容多为列出书的目录、主旨以及故事梗概,再总结出几句高度凝练的“金句”。记者观察到,这类文章的收藏量和点赞量比较高。

正在为公务员考试做准备的赵晴告诉记者,她刷课程视频时,就会开启2倍速模式。“备考时间有限,我这样压缩时长,是为了让自己对所有的考点有一个大体的认知,再在其中选取重点,着重学习。”赵晴表示。

除了视频、阅读可以加速,游戏也能开启“倍速模式”。市民马女士告诉记者,她平常喜欢玩

一款通关类游戏。每次通关后,屏幕上都会出现一段画面,她就将这段画面的速度调为2倍速。

“倍速”之后更高效还是更浮躁

记者发现,不少平台也在为这样的“倍速模式”提供方便。

记者打开手机里的几款视频App,随机点开一部电视剧后发现,屏幕右下角有一个“倍速”按钮,可以将视频速度调成1.25倍速、1.5倍速、2.0倍速、3.0倍速(上图)。

此外,一些社交平台上发布的

短视频也可以开启加速模式,最快可调至2倍速。还有一些短视频平台上的博主将电影、电视剧剪辑成几分钟的短片,一集集更新。

对于这样的“倍速生活”,大家有着不同的看法。有人觉得这样可以在最短的时间内达到自己想要的目标,做事更高效。有人认为这样会变得做什么事都沉不住气,会让生活、学习和工作变得更浮躁。

已习惯开启“倍速阅读”的李佳欣很赞同这样的加速模式。“做事应该讲究效率。‘倍速阅读’让我掌握了高效的阅读方式,能让我在同样的时间内吸取更多内容。”李佳欣表示。

也有一些人对这样的“倍速生活”持反对意见。

“不知道从什么时候开始,我好像没有耐心去完完整整看完一部电影或者追完一部电视剧了。我现在打游戏都老想快进,根本享受不到游戏时放松的心情和乐趣。”小张很无奈地说,其实,他一直倾向于“慢”生活,可是每天被工作与家庭中的琐事裹挟,每件事都需要抓紧去解决,他想慢也慢不下来。小张觉得,开启“倍速模式”后,他的心态比以前浮躁了很多。

慢还是快 适合自己最好

国家二级心理咨询师刘文媛表示,如今,大家处于一个信息迅速更迭的时代,难免被烙上“时代的印记”,在不自觉地给自己“提速”。对于这种生活方式,有人适应,有人觉得不舒服。其实,人们是倾向于“倍速模式”还是更钟意“慢慢来比较好”,可以自主选择。每个人都有适合自己的生活速度,我们要做的是找到最舒适的模式,而不必过分在意速度本身。一旦处于自己舒适的速度之中,浮躁的感觉也会相应减轻。

刘文媛提醒大家,凡事都需要把握一个度,高效与浮躁之间随时可以转换,很多事并不是“越快越好”,欲速则不达。大家需要根据自己的事情性质、目的来选取最优“速度模式”,享受生活,认真工作。

不文明行为曝光台

市区部分小区 飞线充电屡禁不止

本报讯(记者 吕依霖)近日,记者走访了市区内部分小区,看到有些居民楼仍然有飞线充电的情况,存在安全隐患。

近日,记者来到市区农林宿舍1号楼1单元附近。楼道口旁停着一辆电动三轮车,楼上窗户里垂下一根黄色电线。电线一头连着插线板放在三轮车上,上面插着电动三轮

车的充电器。这根黄色电线大约有4米长,一部分电线被缠在墙体上面的半截管道上。

在市区欣怡小区也存在同样问题。记者看到,欣怡小区21号楼南侧的小窗户里伸出一根电线。一辆电动三轮车正在充电。约半米长的电线随意“躺”在地上。

市区金三角小区“飞线充电”的问题较为突出。记者在

金三角小区3号楼东侧看到,一根从顶楼伸出的电线顺着墙体垂下来。电线另一头,一辆电动三轮车正在充电。这根电线经过架在空中的线缆,存在安全隐患。

随后,记者在市区工行宿舍1号楼3单元看到,楼道口旁边挂着一个插线板,一辆电动自行车正在充电。



为文明点赞

荒地突然失火

黄骅热心夫妻蹚水去灭火

本报讯(通讯员 刘阔 记者 马晓彤)日前,黄骅市吕桥镇新港村附近的荒地突然起火。所幸新港村村民刘文刚和妻子闫凤香合力将火扑灭,及时消除安全隐患。

刘文刚住在村边。前几天的一个晚上,他发现不远处的荒地上有若隐若现的火苗。刘

文刚立即给村干部打电话说明情况,又叫上妻子闫凤香拿上铁锹等工具赶往现场。

路上,刘文刚和闫凤香被一条沟渠挡住去路。为了节约时间,刘文刚和妻子蹚过齐腰的水,赶到失火现场。蹚水时,刘文刚的手机不慎进水。

起火的地方是一片荒地。

当时风很大,火势越来越猛。夫妻俩立刻将附近的柴草挪走,又用铁锹铲土覆盖明火。经过两人近两个小时的努力,火势终于得到控制。

原来,荒地附近一间毛坯房内的电线老化短路,引燃了周边荒草。

“高价”香烟 偷偷拿一盒 换来5日拘留

本报讯(记者 崔春梅)近日,青县一名男子去当地一家超市时,偷偷拿起1盒香烟藏在口袋内,最终受到行政拘留5日的处罚。

前几天的一个上午,一名男子到青县盘古镇一家超市内买烟。看到超市老板在里屋,货架附近没有人看守,那名男子便拿起一盒玉溪牌香烟放在上衣口袋内。随后,超市老板听到动静后走了出来。那名男子拿起一瓶

矿泉水后付款离开。

约两个小时后,超市老板发现少了一盒玉溪牌香烟,便立刻报了警。

民警赶到现场后,经过调取公共视频、调查走访,掌握了那名男子的体貌特征,很快找到了那名男子。面对民警询问,那名男子交待了事情的经过。根据相关规定,青县公安局对这名男子做出行政拘留5日的处罚。



近日,新华区欣怡社区请来茶艺师,为居民讲解茶文化。

姚连红 摄