**近期我国青年“躺平”风抬头的原因分析及其应对措施**

李佩洁 王声啸 黄宝竹 张志强 王小军 毛顺宇

【要报要点】本期《要报》提出，“躺平”风虽引起了广泛热议，并未形成广泛共识。其原因在于，行业竞争格局面临“内卷化”，职业规划生涯走入“瓶颈化”，外部压力逐步“内部化”，社会分配结构呈现“差异化”，价值理念追求逐步“平淡化”，日常生活休闲趋向“娱乐化”。因此，应对“躺平”风，关键在于坚持思想引领为主，疏通职业上升通道，合理控制地产价格，提供生育配套措施，倡导健康生活方式。

1. 青年“躺平”风抬头的总体判断

“躺平”一词，是由于一篇百度帖子《躺平即是争议》而引发广泛热议，特别是引起了部分青年的共鸣。此次“躺平”风之所以能够在我国广大青年群体中有一定影响力，其中存在复杂的经济社会原因，与去年流行的“内卷”存在一定关系。总体而言，此次“躺平”风虽引起了广大青年的关注，但只是小部分青年对此表示认可，大部分青年仍是积极向上的，仅停留在“吐槽”、“诉苦”层面，并未完全认同此观点，甚至主动批判。

“躺平”风往往用于描述青年人的状态或心态，存在多重含义，主要有两种。第一种是，表达对社会现实的无力感，希望改变个体与社会之间的关系，但难以改变，放弃了奋斗拼搏；第二种是，表达对社会现实的“无所谓”，即与世无争，不想在激烈的社会竞争中过度追求，只是关注个体生活圈子。虽然表述方式有所差异，但实质都是对追求人的自由发展的病态解读。

近期相关媒体关于躺平的调查中，超过一半被调查者表示“愿意躺平”，少于三分之一表示“迫于生活无法躺平”，只有不到十分之一表示“不能躺平”。“躺平”风主要存在于高校学生、职场新人等特定群体，往往处于社会广泛认为“最需要奋斗的年龄段”，也是学业压力、工作压力、社会压力等聚集的年龄段。因此，减轻青年的心理压力、生存压力、发展压力刻不容缓，必须要采取相应的措施，为青年奋斗者创造良好的社会环境。

二、近期我国青年“躺平族”兴起的原因分析

1.行业竞争格局面临“内卷化”。“躺平”并非某个国家特有现象，欧美的“尼特族”和日本的“低欲望社会”均具有相同的表象，本质上是社会经济转型阶段阶级关系分化的产物。社会经济结构调整带来的人才资源、资金资源更加集中于部分行业、企业的趋势，表现为行业内、行业间的“内卷”的严重。在这种趋势下，青年往往面临巨大的“可替代性”压力，因此只能以更长的工作时间来面对更加激烈的内部竞争，也要面对破除同质化的巨大创新压力，才能够在行业中生存下来。过度内卷导致青年人缺乏长远规划，主动躺平。哈佛大学一项为期几十年的调查表明，这个世界上27%的人没有目标，60%的人目标模糊，10%的人有清晰短暂的目标，3%的人有长期且非常清晰的目标。

2.职业规划生涯走入“瓶颈化”。越来越多青年对于职业发展渠道收紧的预期，加剧了“躺平”的传播。形成青年职业发展渠道瓶颈的机制主要表现在三个方面。其一，随着高等教育普及，作为就业后备军，青年一代的知识水平较上一辈有明显提升。但日趋紧张的就业机会导致部分青年在进入就业市场初期，不能够获得与自己学位和专业相匹配的工作。其二，社会经济结构，已经形成较为固化的职业发展路径，青年在职业道路前进过程中面临了严峻的发展压力。市场的逐渐饱和以及与上一辈不同等级的竞争条件导致青年职业发展瓶颈期提前，给青年带来高负荷的职场压力。其三，部分年轻人放弃选择职业的规训而选择自主创业，但初创企业的竞争劣势以及创业成长阶段的高风险性为选择创业青年的职业前景蒙上了一层阴影。

3.外在各方压力逐步“内部化”。在各种外在压力挤压下，广大青年的心态和处事等方式发生了变化。工作中，一方面是岗位少就业难、高工资工作难找，另一方面是工作时间长、高负荷运转、竞争激烈，还被教导“996是福报”、面临裁员风险。青年在生活中同样面临住房、育儿、教育、医疗等诸多压力。根据相关企业的媒体报告，房价收入比最高的的深圳的普通居民家庭需要27年不吃不喝才够买起一套房。此外在放开二孩政策伊始，曾有一名父亲在网上贴出生养一个孩子的花费竟高达268万。年轻人处于两方面的夹层中，一面是要求去努力、去奋斗、去拼搏致远，另一面却是事倍功半、广种薄收、竹篮打水。

4.社会分配结构呈现“差异化”。职业、生活中的高负荷压力导致部分青年群体倒向了“躺平”心理，其中部分压力来源于占社会大部分中产阶级对社会分配结构差异化的认知。根据统计局公布的数据，2018年我国的基尼系数达到0.474，超过了国际0.4的警戒线。而同一时期多数发达国家的基尼系数则在0.24到0.36之间。原本认为的多劳多得、按劳分配思想与现实生活的差距，使得年轻人正确对待工作的心理和价值观出现了异化。特别是伴随着信息时代的发展，媒体从精英化转向平民化，对于上层阶级金钱的关注以及娱乐化明星天价身价的探讨充斥着互联网世界，这对以辛勤劳动赚取生活资料的普通青年产生了一定引导，社会收入分配不公、憧憬不劳而获的不良思潮逐渐抬头。

5.价值理念追求逐步“平淡化”。青年的价值理念追求逐步“平淡化”，主要体现在对集体价值的关注让步于聚焦自我发展、对长远目标的践行让步于获得短期成效、在精神层面的追求让步于享受物质层面的满足这三个趋势上。这一转变是青年对同辈内卷、前途不明的消极应对，“无能为力”感是造成“躺平”的直接原因。平台适应于人转变为人向平台妥协，个人主体地位日益丧失剥夺了青年自我价值实现的满足感，自我满足感的缺失使青年的注意力逐步转移至自身，从而打消其对更高价值理念追求的热情，选择消极的“躺平”。

6.日常生活休闲趋向“娱乐化”。根据对“白领”各项生活支出的调查，除去占比超四分之三的房租饮食，社交应酬、衣物等支出约占五分之一，用于学习充电的部分不超过7%。造成这一现象的原因之一是同辈竞争的加剧导致上升渠道日渐拥挤，当代青年生活休闲日益从自我提升转向追求娱乐。“娱乐化”使青年得以收获自我解放的满足，但究其本源，资本一直在其中推波助澜。“种草”软件为青年定制理想的生活，直播带货与商品美学吸引他们作出购买决定，手机等耐用品易耗化加快产品研发与出货。“躺平”则成为他们丰富精神世界的主动选择，看似是青年自我选择的结果，但不能忽视的是，青年“娱乐化”倾向的形成过程处处有资本影响。

三、应对青年“躺平族”兴起的相关措施

1.坚持思想引领为主，唱响拼搏奋斗基调。我们要以积极的价值观增强青年奋斗的动力，社会和媒体应更多关注平凡中的伟大，宣传脚踏实地爱岗敬业的身边人，推崇在普通岗位上做出可贵成绩的工匠们，赞美在各个领域默默奉献价值的劳动者。企业要充分重视各类型工作岗位的价值，更加重视青年的归属感和自我实现动机，让不同岗位员工的努力都能得到应有的认可，让奋斗者收获满意的成果。学校教育应始终坚持正确的价值观导向，引导学生认同奋斗的价值，促进在青年当中达成“奋斗最光荣”的共识，引导青年珍惜韶华、奋发有为。

2.疏通职业上升通道，鼓励青年奋发向上。一方面需要各地各企业加强对于毕业生就业和职业规划的引导，善于发现和引导新时期下的机会窗口期。强化企业内部对青年才俊的发掘机制，深化“大众创业，万众创新”的理念，为青年人职业发展扫清障碍。另一方面，要从思想和舆论上对青年人的就业观进行引领，用青年人开拓创新，勤劳致富的案例为普通年轻人树立努力必有回报的价值观念，充分发挥示范效应。要让青年群体认识到奋斗始终是中华民族的行事哲学，强化他们共同建设社会主义现代化国家的使命和信念。

3.合理控制地产价格，确保基本居住保障。高额房价通过挤压青年收入结构带来了生活的无尽压力。因此，要合理控制房地产价格，确保居者有其屋。第一，房产价格过高的一大原因是有效供给不足，增加住房供给能缓解供求矛盾，减缓房价上涨。既要适当修建保障性住房满足低收入群体的居住需求，又要扩大城市群构建，加快中小城市发展，通过城市的扩大增加城区住房供给。第二，严格区分投机性购房与消费性购房，抑制住房投机，对于投机性购房要提高首付比例、征收房产税并限购、限制转让时间，坚持“房子是用来住的，不是用来炒的”，降低房地产的金融属性。第三，降低地方财政对土地出让金的依赖程度，合理供应土地，控制土地成本；第四，房价高是相对于收入水平而言，为青年人提供更好的工作机会、畅通晋升渠道，提高其收入水平也是保障居住的重要一环。

4.引导正确生育观念，提供配套支持措施。首先，要保障女性就业合法权益，提供更多适合女性就业的岗位，不能因生育子女而解聘或降职；通过远程运作、设置弹性工作时间等方式满足雇员兼顾工作和育儿的需要。其次，从经济上补贴帮扶有子女的家庭，减轻抚养子女的经济压力，如对多子女家庭给予住房政策支持、发放儿童津贴、儿童补助金等，并且补助随孩子年龄及子女数量的增加而增加。再次，对于人们普遍关注的教育问题，一要发展普惠托育服务体系，提供更多高质量看护幼儿的托管场所，二要完善各地方中小学教育配套设施，合理分配教学资源，推进教育公平与优质教育资源供给，同时将教育的主力放归学校，减轻家长在子女学业上的负担。此外，还要合理加强适婚青年婚恋观、家庭观的教育引导。

5.倡导健康生活方式，引领正确价值追求。健康的生活、强健的体魄是一切价值追求的前提，正确的价值追求是其不再“躺平”的根本保障。社会各界应积极为此创造便利条件。企业应改依法改善工作条件，合理安排工作节奏和工作时长，确保工人劳逸结合而不至于过早透支体力，特别是对临时工要予以更多关照，保障其权益。机关单位、科研院所应依据具体情况改进考核制度，努力在考核绩效与保障权利间寻找平衡点，兼顾效率公平。相关部门要加大对面向青年人的媒介进行监管、引导，从根源上消除丧文化的传播，培养积极向上的价值追求。