

宏观不确定性背景下的青年就业韧性

——基于青年就业观的视角

袁晶 范锐雪 杨玲

[摘要] 在宏观不确定性持续增强的背景下，青年就业面临总量压力与结构性挑战等困境。本文突破传统“就业难”的单一叙事框架，提出“青年就业韧性”概念，将其定义为青年群体通过就业观的动态调适，在与结构性要素互动中维系就业连续性与发展可能性的能力。研究基于多个大型综合性调查数据及2023~2025年期间开展的多个一手调研，进行相互印证分析，发现就业韧性表现在三个方面：心态层面呈现短期承压和长期乐观的认知张力；价值层面表现为相信努力价值和重释工作意义并存；策略层面体现为求稳倾向强化与多元路径探索双向发展。主观韧性的有效转化依赖三大结构性要素支撑：劳动力市场弹性提供缓冲空间；家庭代际支持与婚育延迟共同延长“喘息期”；我国区域梯次差异提供回旋余地。青年就业韧性是应对不确定性、维持就业稳态的重要社会心理机制，亟需抓住治理窗口期，改革劳动就业制度，破除劳动力流动壁垒，减轻个人和家庭负担，并完善青年就业支持体系、提升相关政策的精准性和有效性。

[关键词] 青年；不确定性；就业韧性；就业观；就业支持体系

中图分类号：C913.2 文献标识码：A 文章编号：1004-3780(2026)02-0052-11
DOI：10.13583/j.cnki.issn1004-3780.2026.02.005

一、研究背景与问题

青年就业是关乎国家长远发展和社会稳定的重大民生问题。近年来，党中央、国务院高度重视青年就业工作，《中华人民共和国国民经济和社会发展第十五个五年规划纲要》发布，提出“深入实施就业优先战略，坚持扩大就业容量和提升就业质量相结合，健全就业促进机制，构建就业友好型发展方式。”在全球宏观不确定性加剧、结构性矛盾凸显的背景下，青年“就

基金项目：国家社会科学基金青年项目“零工经济背景下劳动形态变迁对生育行为的影响及对策研究”（项目编号：25CRK009）；广东省哲学社会科学规划2025年度常规项目“‘Z世代’青年就业脆弱性及改善路径研究”（项目编号：GD25YSH09）。

作者简介：袁晶，博士，浙江大学公共管理学院助理研究员、浙江大学共享与发展研究院助理研究员；范锐雪，浙江大学社会学系2024级博士研究生；杨玲（通讯作者），博士，中山大学社会学与人类学学院副教授。

业难”问题成为多国面临的挑战^[1]。既有研究普遍聚焦“就业难”的成因与对策，多从宏观压力^[2]、供需错配^[3-6]、机会公平^[7-9]、制度缺位^[10]等视角展开，却未能充分解释为何在持续承压的就业环境中，我国青年就业仍能保持一定的社会“稳态”。

本文认为，“稳态”反映的是青年群体通过就业观的动态调适与结构性资源的积极利用，所呈现出的“就业韧性”。基于对现有研究的反思与拓展，本文提出“青年就业韧性”作为理解当前就业图景的理论视角，其核心在于青年通过心态、价值与策略层面的持续调适，在宏观不确定性中主动维系就业连续性与发展可能性。本文旨在回应以下问题：在宏观不确定性背景下，青年如何通过就业观的韧性调适应对压力？该韧性形成的内在机制与外部结构性支撑为何？本文尝试通过理论与实证相结合的分析，弥补现有文献对青年积极适应行为与机制关注的不足，为理解青年就业问题提供新的解释路径，并为相关政策提供理论依据。

鉴于国内系统追踪青年就业心态与行为的公开数据有限，本文综合使用了多个不同来源的数据资料，结合了大型抽样调查及笔者自行开展的一手调查，包括：第一，采用中国家庭追踪调查（CFPS）2018、2020和2022的三轮调查数据，选取其中关于就业类型、就业单位等问题展开分析并加以对比。第二，笔者及团队2023年面向长三角H市青年群体开展的抽样调查问卷^①，共回收2858份有效问卷，其中设计了一组问题调研青年就业观。第三，2023~2025年笔者面向多个青年群体开展的参与式观察、座谈和深度访谈等田野研究，其中深度访谈以半结构化方式进行，单次访谈时间1~3小时，并依据学术伦理准则，对受访者的相关信息进行匿名化处理，且按照职业类别：青年白领（W）、青年产业工人（I）、返乡就业创业青年（R）、高校毕业生（G）对受访者进行分类编号。

二、青年就业面临的宏观不确定性

不确定性即行为主体无法预测未来事件发生状态，既包括宏观现象（如经济增长）的不确定性，也包括微观现象（如企业增长率）以及非经济事件（如战争和气候变化）的不确定性，是一种“对未知的未知（Unknown unknowns）”^[11]。本研究侧重宏观层面的不确定性，指的是来自全球和国内的多重因素叠加导致的宏观不确定性，是当代青年共同面临的系统性结构特征。

当前全球经济正处于深度结构性调整阶段，传统产业升级与新兴产业成长不均衡导致劳动力市场供需矛盾凸显，企业更倾向于优化人力资源配置，显著推高青年失业风险与人力资本错配概率^[12]。同时，以自动化、数字化、人工智能为代表的技术变革迭代加速，其就业效应非线性且高度依赖行业、区域与组织形态^[13]，对就业岗位结构、技能需求及工作性质产生深刻重塑，这种技能结构的系统性变化从多个路径加剧了青年就业的困难程度^[14]，带

^① 课题组综合H市青年就业类型及单位分布，设定抽样框，共发放3668份问卷，根据出生日期筛选出14~35周岁的青年群体，依据填答时间和填答情况剔除无效问卷，共回收2858份有效问卷。

来了数智时代的新的就业风险^[15]。零工经济的兴起更是彻底改变了传统的劳动过程、劳资关系和职业路径,导致就业形态碎片化、原子化^[16-17]。

我国正处于深度转型阶段,结构性变革迅速和制度性转型滞后之间的张力加剧了不确定性。与西方世界缓慢自主的现代化进程不同,东亚社会在几十年内经历了现代性的变革过程,形成了传统与现代交融、外来与本土文化共存的压缩现代性^[18]。过去四十多年,我国经历了从计划经济向市场经济、从农业社会向工业社会的剧烈转型,逐渐从“确定性社会”到“风险社会”的转变,生活的连贯性和可预测性被瓦解,相比于父辈,当代青年更易感知对未来的“失控感”,被迫在缺乏明确参照系的社会中进行自我规划与风险承担^[19]。职业的“终身制”构筑的稳定感被解构,工作稳定性降低,人与工作的关系趋于短期化、灵活化与非制度化,加剧了青年就业迷茫与不安全感^[20]。与此同时,劳动就业与社会保障制度的改革滞后于实践发展,现行制度主要基于传统雇佣关系设计,难以有效覆盖和保障日益庞大的灵活就业、新就业形态群体,在应对就业不稳定性上升方面存在不足^[21]。在新技术革命加速迭代的背景下,针对个体的赋能和兜底保障机制构建相对滞后,个体在较大程度上需要自担风险。

三、青年就业观视角下的就业韧性

就业观是影响个体职业选择和发展的核心观念系统,它既是个人心理特质的反映,更是个体在与社会结构、制度环境、文化规范持续互动不断调适中形成的。就业观所涉范畴较广,没有统一的内涵界定,本文借鉴相关研究,从心态(认知与预期)、价值(目标与意义)、策略(行为模式与选择)三个相互关联的维度考察青年就业观^[22-23],并分析青年在宏观不确定性背景下如何构筑就业韧性。心态指的是青年的就业预期和当期就业感受,它关乎青年对于“我认为当前如何”和“我希望未来如何发展”的态度。价值涉及个体在工作中追求满足的需求和目标,关乎“工作为了什么”“工作的意义是什么”等根本性问题,引导着个体的职业发展和选择。策略涉及个体在职业选择和发展中的行为模式,关乎“我要找什么样的职业”“我如何找到这样的职业”。

(一) 心态韧性:短期信心减弱,长期期望较高

短期来看,宏观形势变化及同辈就业经历削弱了青年的发展信心。对于H市青年的问卷调查显示,38.35%的被调查青年对就业形势持较为悲观的预期。对应届高校毕业生的访谈发现,他们普遍感觉到学历竞争白热化,优质岗位门槛持续提升。一名求职屡屡受挫的高校硕士生表示,“许多岗位将研究生学历设为基准门槛,且倾向于在头部高校毕业生中择优选拔”(G8)。对于人工智能、数字经济等新兴领域的快速发展对就业机会的影响,有毕业生认为,“这些领域虽然机会众多,但普通人不知道如何入场”(G1)。此外,新就业形态青年的失业预期较高,36.08%的新就业形态青年认为自己在半年内很有可能失业,远超平均水平,这主要是由于该群体就业的不稳定性较强,风险感知更为明显,且近几年外卖、网约车等行业从业人员增多,竞争压力加大,调研中一位青年产业工人表示:“公司、工厂效益不好,我

们不少人转行送外卖、开网约车，抢到好订单越来越难”（I5）。

中长期来看，青年对自身社会经济地位变化持较高的期望。据课题组面向H市青年的调查，对于5年后自身社会经济地位的预期，按照1~10从低到高，81.04%的青年认为自身社会经济地位评级在5及以上。进一步比较其与青年当前社会经济地位之间自评的差值发现，30.2%的青年认为5年后自身社会经济地位会上升1个层级，同时有14%的青年认为5年后自身社会经济地位会上升2个层级，说明青年群体有较高的向上社会流动预期。这种乐观源于中国过去四十多年快速发展形成的“发展惯性”认知，有青年表示，“短期看，经济面临下行压力，就业竞争大，生活成本高，但是我相信总会进入下一个周期，那时会快速复苏乃至增长。随着经济复苏和制度完善，这些问题也会得到改善”（G2）。青年虽因现实压力调整短期目标，但仍愿意为“未来更好”保持中长期信念。

“短期现实承压”与“中长期期望未泯”的并存状态，构成了中国青年心态韧性的核心。它意味着中国青年具备一定的心理缓冲能力，愿意为长远发展承受短期困难。但这种张力本身也蕴含着压力，对国家中长期发展提出了更高的社会心理预期。

（二）价值韧性：相信努力价值，重释工作意义

就业价值关乎青年就业的根本动力，且价值观念随着社会变迁不断迭代。传统中国社会，工作价值是在“身家群国世”“家国一体”的社会秩序中生成的，促使青年通过个体的努力实现家庭乃至整个家族的向上流动。新中国成立以来，我国的职业叙事常常强调人们的奋斗是国家建设的一部分，鼓励个体加入时代洪流，在为国家奋斗中找到自己的价值^[24]。改革开放以来，特别是全球化浪潮之下受西方工业资本主义社会秩序的影响，职业（career）概念应运而生，通过劳动实现向上流动的功绩制逐步建立，青年可以通过获得专业知识和技能、勤奋工作来提升自身在职场的竞争力，从而获得更好的职业机会和经济回报^[25]。

调研表明，当前青年相信努力奋斗的价值，面向H市青年的调查显示，64.41%的青年认同“只要努力就一定能获得回报”，69.6%的青年认同“青年不应该躺平”，有青年表示，“身边多数人都很拼很卷，没有几个真正躺平的，我看那些在企业实习的同学，朋友圈会发‘居然可以在天黑前下班’”（G5）。然而与此同时，青年也正在经历深刻的价值反思。访谈中，有青年表示，“有意义的努力是奋斗，没有意义的努力是内卷”（R1），“人生是旷野不是轨道”等网络热语引发诸多青年共鸣，这意味着青年正解构单一的“向上流动”成功叙事，他们更倾向于将“工作”（work）和“职业”（career）区分开来，其中“工作”只是短期的、重复性的劳动，而“职业”是一个长期的、自我实现的路径。部分访谈对象对“躺平”持中立或积极解读，有青年认为这是追求工作生活平衡，“我觉得生活是比工作更重要的，我追求我想要的生活，但这个‘生活’在主流趋势中被定义成了‘躺平’”（W9）。还有青年指出“躺平”是对于系统规训的反思，“躺平其实是逃离系统，不愿意一味被系统设定好的，一直向上攀爬的规则所驱动”（G7），“最主要的就是你未来想成为什么样的人，而不是说把你自己放在一个系统里，说我今天要到十八级，明天要到三十多级。你人生的故事，你是写字的那个人”（G6）。还有青年认为如果缺失了自我意志，看似不躺平的努力也没有意义，“如

果没有真正喜欢的,只是卷入社会大潮流,别人在奋斗,不躺平,我也一定要这样努力地工作,其实只不过是一个大型机器上面的螺丝钉”(G3)。部分青年将“躺平”视为对单一向上职业阶梯的反思与觉醒,渴望在既有“系统”之外探索自我意志和人生意义。

由此,青年群体内生出价值韧性,他们在坚守“努力”的同时,对“努力的目标”和“工作的意义”进行主动反思与多元化定义,通过不断拓展横向价值空间,如追求工作生活平衡、个人志趣满足、社会价值实现等来重构奋斗的动力和生活的意义感。一位从事时尚领域的青年表示,“我想要让(我从事的)时尚行业慢下来,那我可能就要放弃很多,比如说大公司的 Title,在你奋斗的同时,你肯定要抛弃掉一些没有那么想要的东西”(W2),另一位选择返乡创业的青年表示,“读书时以为追求学术目标就是意义,返乡创业之后,慢慢发现经过风雨洗礼的意义,才是自己真正想要寻找的,前者就像是象牙塔般的意义,后者则是实践的意义,是活着的意义”(R7)。值得重视的是,过度的自我反思和对自我意志的追求,在可能导向有意义人生的同时,也易使部分青年迷失方向。一旦青年面临社会系统和内心世界的冲突,难以实现自洽甚至陷入“意义贫困”“持久内耗”,亦容易产生新的发展困境。这种状态可能进一步影响其发展轨迹,例如部分青年在职业生涯的关键起步阶段,难以获得与自身能力、志趣相匹配的工作机会,继而延长待业时间或逐渐处于社会边缘状态。这既不利于青年个体的成长与社会流动,长远来看也可能对社会整体活力与可持续发展构成挑战。

(三) 策略韧性: 求稳倾向明显, 多元路径显现

在行为层面,青年的求稳心态与多元选择共同构筑了策略韧性。一方面,青年就业策略越来越趋向于风险规避和稳健选择,求稳心态突出。从就业单位类型来看,中国家庭追踪调查(CFPS)数据显示,2018~2022年,青年在政府部门/党政机关/人民团体、事业单位就业的占比均有所上升,私营企业就业及个体工商户占比则有所降低。智联招聘2024年的调研数据进一步佐证了强烈的“求稳”偏好:期望进入国企的毕业生比例连续5年上升,从2020年的36%持续上升至2024年的47.7%;而期望进入民企的毕业生连续5年下降,从2020年的25.1%持续下降至2024年的12.5%。“稳定最重要”成为仅次于“薪酬福利”的第二大求职考量因素(51%),且偏好度较上年提升了10个百分点^[26]。研究表明,即便是一流高校毕业生也愈发倾向于求稳的求职策略^[27]。

但另一方面,青年并非全盘接受或被动卷入激烈竞争,部分青年反思性地进行职业规划,更突出选择的自主性,强调“我想做什么”“适合我的是什么”,显现选择的多元路径。有的通过继续升学以延续人力资本投资,有的选择成为数字游民乃至自由职业者,有的通过“慢就业”“缓就业”实现以时间换空间。多元路径选择不等同于放弃职业追求,而是青年充分利用既有资源进行试错,以最大化自主选择空间。在这一背景下,青年职业形态日益多样化,雇佣方式、劳动形态都发生了转变。以数字游民群体为例,其打破工作地域的禁锢,依靠移动通信等便携技术实现了高度灵活的游牧式生活,如湖州安吉数字游民社区,2023年有1400多位插画师、程序员、设计师等数字游民先后加入,该群体平均停留时间为58天,并且调查发现越来越多的青年群体向往这种新型就业和生活方式。

表1 2018、2020、2022年16~34岁青年就业单位类型分布 (%)

单位类型	2018年	2020年	2022年
政府部门/党政机关/人民团体	3.61	4.46	4.25
事业单位	7.02	8.03	9.23
国有企业	11.00	11.10	10.55
私营企业/个体工商户	67.27	65.59	64.72
外资/港澳台资企业	3.36	2.61	3.00
其他类型企业	0.58	0.65	0.65
个人/家庭	3.40	2.73	2.57
民办非企业组织/协会/行会/基金会/村居委	0.74	0.76	1.25
其他	3.03	4.08	3.77

数据来源：中国家庭追踪调查 CFPS(2018, 2020, 2022)

上述两方面体现了青年在压力环境下采取双向并行的适应性策略：一方面通过进入体制内等相对稳定领域规避风险；另一方面积极开拓升学、灵活就业、数字游牧等多元化路径，展现了策略选择的弹性空间和主体性。这种策略分化虽在短期内可能维持了劳动力市场的韧性，但也反映出值得关注的趋势：其一，就业形态的变化引发组织形态变革。青年正在日益脱离原有依托于就业单位的稳定组织化渠道，更多融入基于兴趣、创意和志向等形成的社群组织；其二，差异化选择导致青年群体加速分化。求稳和多元的路径选择，其实质是截然不同的就业、生活方式和价值取向，由此同一世代青年之间的分化将不断加大。

四、青年就业韧性的结构性支撑要素

青年在心态、价值、策略层面展现的韧性，是其主观能动性在面对宏观不确定性时的动态调适。然而，这种主观韧性要有效转化为现实的就业稳定性和适应性，离不开关键结构性要素的支撑。基于已有研究和田野调研，本文提出以下核心支撑要素。

（一）劳动力市场弹性提供缓冲与风险并存空间

20世纪70年代末80年代初，伴随着劳动力市场的去管制化和新自由主义全球化的建立，西方国家“标准就业关系”逐渐向“不稳定工作”转变^[28]。随着技术变革，除了传统以临时工、

短期工等为代表的非稳定就业形态，劳动力市场的时空限制也被打破，诞生了依托互联网和新兴科技的媒介作用提供即时劳务的新型零工群体^[29]。零工劳动并非是对标准雇佣方式的补充，而是一种日益普遍的趋势，其根植于资本主义弹性积累体制的深化，并随着资本的全球自由流动迅速扩张。前工业化时期，资本通过家庭分包体系实现劳动力的弹性控制；进入福特主义时代，大规模标准化生产要求相对稳定的雇佣关系；数字时代，资本通过平台技术和算法驱动，实现劳动力供给的弹性化、短期化，形成庞大的劳动后备军^[30-31]。当前零工经济成为全球重要的经济模式之一，当前全球线上零工劳动者已达4.35亿^[32]。

在中国，零工劳动者的规模也越来越庞大，且增长迅速。除了广受关注的依托平台经济的零工就业之外，笔者近年来在长三角、珠三角等地的调研发现，制造业同样呈现零工化趋势。有研究利用第四次全国经济普查数据和第七次全国人口普查数据，估算制造业用工中派遣工规模约为4000万人，占制造业从业人员的31.12%^[33]。在电子制造类企业，零工占比达到50%，旺季甚至更高。零工用工周期一般是3个月左右，近年来短工化趋势愈发明显，以月乃至天为单位的工作岗位屡见不鲜。

零工就业等非标准就业形态的扩张为青年提供了即时进入市场、维持基本生计、探索职业可能性的缓冲空间，构成了策略层面多元路径探索的重要现实基础。但也存在潜在风险隐患，如劳动关系难以清晰界定易导致社会保障缺失，社会风险日益个体化，青年缺乏明确的职业发展路径和预期，容易陷入短工化带来的短期主义取向。访谈中，当谈及就业状况和未来预期时，青年工人多使用“上一个15天”“下个月”等表述。这表明短周期用工模式使其惯于以“天”或“月”为单位计算工作量，难以预期未来进行长期规划。并且，当工人频繁在不同的工厂之间辗转“掐尖式”获得短期内的高工资之后，他们令忽视那些需要长久投入和积累才能获得的收益，更倾向于选择眼前“看得见的”“马上到手的”高收益，这导致零工就业更易成为“陷阱”而非通向稳定工作的“桥梁”，低技能青年在此问题上面临的风险尤为突出^[34-35]。

（二）代际托举与个体化张力延长“喘息期”

改革开放以来，中国家庭在形态、功能与观念层面经历了深刻变迁，呈现出传统家庭主义与现代个体化进程相互交织的复杂图景^[36]。这种变迁为青年就业韧性提供了独特而关键的支撑，但也蕴含着内在张力。一方面，家庭依然发挥着重要的代际支持功能，特别是向下的代际投入不断增加。在现代化进程中，社会阶层跃升的欲望被充分调动，防止阶层滑落的焦虑日益凸显。这使得代际支持，特别是向下的资源投入，成为维系乃至提升子代社会地位的关键机制。中国家庭追踪调查（CFPS）数据清晰地印证了这一点：2018~2022年间，父母为成年子女提供经济帮助的平均比例从23.9%上升至27.8%。这种“举全家之力托举下一代”的模式，在青年应对就业不确定性时扮演了至关重要的“缓冲带”角色。调研发现，青年选择“慢就业”“缓就业”期间的生活开销，绝大多数依赖原生家庭的经济支持。家庭支持力度直接决定了青年应对就业压力时可调动的资源多寡、承担风险的“底气”强弱以及策略选择的空间大小。正如前文所述，价值反思和策略调整的成本，高度依赖家庭的托举。家庭部

分承担了失业缓冲、职业过渡期支持，成为个体与劳动力市场之间的重要中介。

另一方面，与代际支持强化并存的是个体化进程中青年婚育推迟现象，从而形成青年转型进程中较长的“喘息期”。第七次全国人口普查数据显示，男性平均初婚年龄为 29.4 岁，女性为 28.0 岁，2010~2020 年 10 年间男性推迟 3.6 岁，女性推迟 4 岁^[37]。初婚、初育年龄的不断后移，意味着青年在职业生涯初期暂时规避组建核心家庭带来的直接经济压力、育儿责任和约束，以获得相对自由的“喘息期”和“探索期”，使其能够将更多精力投入到人力资本积累、职业探索或应对短期就业挫折，客观上支持了策略层面多元路径探索的可能性和心态层面承受短期压力的能力。访谈中，许多青年明确表示，未婚未育使得自己保有相对自由的选择权利，在一定程度上为他们尝试不确定性职业路径或进行价值反思创造了空间。

家庭代际支持的强化与婚育推迟共同构筑的“喘息期”，构成了青年就业韧性的基础。然而，这种支撑模式也内蕴风险挑战。长期依赖家庭支持可能削弱部分青年的独立性和抗风险能力；向下代际支持的持续高强度投入，对父辈的经济和精力构成压力，尤其在中低收入家庭中更为明显，一旦家庭支持能力减弱或中断，其韧性可能难以为继。家庭支持能力的差异可能导致青年就业起点和发展机会的不平等被代际传递和放大。与此同时，就业的不稳定性本身可能进一步强化婚育推迟的趋势，导致青年在面临成家需求时承受更大的累积压力，甚至难以建立稳定的亲密关系和家庭生活，长远看可能影响社会人口结构和社会稳定。因此，家庭支撑虽为青年个体提供了宝贵的韧性空间，但其可持续性和公平性潜藏隐患。

（三）区域发展梯次构筑多元选择的回旋余地

中国所具有的广阔地域、显著的区域发展梯次、城乡差异以及由此形成的多样化机会结构，为青年提供了在不同层级城市间进行策略性流动的可能性。这种客观存在的差异性，构成了青年进行人生规划时所面对的结构情境。青年并非被动接受这些差异，而是能够在此基础上，通过跨地域的空间选择，主动寻求个人发展路径与生活状态的适配。对返乡就业创业青年的深入调研表明，返乡流动已成为青年多元动机与意义重构的实践场域，深刻体现了价值韧性与策略韧性的结合。发展型返乡青年洞察到乡村振兴战略下的乡村蕴含的巨大潜力和蓝海市场，带着技术、资本或新理念主动返乡，将乡村视为“干一番事业、做一点事情”的广阔舞台。他们返乡后成为当地产业升级、新业态发展的带头人，其选择体现了对“工作意义”和“职业价值”的主动建构。重构型返乡青年厌倦了城市高强度竞争和“内卷”压力，反思主流成功叙事，将返乡视为寻找身心归属、实践理想生活方式的途径。他们更注重生活质量和个人志趣的满足，在乡村创造和推广新的生产生活模式，体现了价值层面对单一“向上流动”叙事的解构。退守型返乡青年因在城市就业受挫、生活成本高企或难以融入，选择将家乡作为暂时的“避风港”或低成本栖身地。乡村的低生活成本优势和熟悉的社会网络，为暂时失意的青年提供了宝贵的动力积蓄空间。

青年在面临结构性就业压力时，通常会寻找更适合自身价值取向和当前境遇的就业和生活空间。正如有青年所说，“如果你在上海有 5~10 年的工作经历，回到二三线城市，你的存款、工作经历和当地的房价，都可以让你的生活达到相对比较理想的水平。中国有这么多可供选

择的城市，这是很多小国没有办法提供的”（W6）。拥有在发达地区工作经验的青年，返乡或下沉到二、三线城市时，其积累的技能、经验和储蓄往往能获得相对溢价，更容易在当地实现相对体面的生活水平和发展机会。跨区域流动，成为许多青年应对一线城市高压力的有效策略，缓解了其心态层面的焦虑。

无论是主动选择乡村蓝海，还是寻求低成本的生活缓冲，抑或在城市层级间转换，这种空间流动性本身就是一种重要的韧性机制。它使得青年不必被禁锢在单一的高压环境中，可以通过空间转换来重新配置资源、调整预期，寻找新的意义锚点或等待更好的时机，为国家和社会分散、化解就业压力提供了地理上的“后备地带”和“减压阀”。

五、结论与讨论

本文聚焦宏观不确定背景下青年群体就业观的演变，尝试从宏观环境变化、个体主观能动两个维度，探讨青年如何在多重风险中发展出具有适应性和延展性的就业韧性。研究表明，青年就业韧性是主观能动性与结构性支撑互构的产物。在宏观不确定性持续强化的背景下，青年通过就业观的调适构建韧性：心态层面，以短期承压与长期乐观的认知张力缓冲即时压力，维系发展动力；价值层面，在相信努力价值的同时，解构单一成功叙事，重释工作意义；行动策略层面，以求稳与多元探索的双轨策略拓展生存空间。主观韧性的有效转化，依赖结构性要素的支撑，特别是零工经济等非标准就业的增长提供缓冲空间；家庭经济托举延长了青年职业探索期，婚育延迟创造“喘息空间”；区域梯度差异为青年提供了地理层面的策略回旋余地。

本文超越了当前“就业难”的单一叙事，所探讨的青年就业韧性既是积极的适应性机制，亦凸显了宏观不确定性下的潜在风险隐患。传统“学校—工作”线性成年转型路径的瓦解，迫使青年在制度滞后与风险个体化的夹缝中探索新的生存策略。同时，还需看到，青年就业韧性具有双重性，需警惕其隐含的代价。家庭代际支持部分替代社会保障的功能，意味着风险向私人领域转嫁。婚育推迟缓解短期压力，但可能加剧人口结构危机。长期处于心态张力状态可能引发焦虑和内耗，使就业韧性异化为“心理困境”。若仅以失业率“稳态”或个体“抗逆力”解读韧性，可能错失治理窗口期；若以“躺平”“内卷”等标签化青年选择，则会遮蔽其应对困境的复杂能动性。

基于此，我们既要珍视青年就业韧性的价值，更要正视其隐性代价和实质问题，主动利用宝贵窗口期，通过前瞻性的制度安排和政策干预为青年个体和家庭减负，让青年就业韧性拥有更坚实的支撑。一是改革劳动就业制度。充分认识就业形态变革的常态性，加快劳动法律与社会保障制度的适应性调整，提升制度包容性。特别是破解零工劳动关系认定模糊、社保参保与转移接续便利性不足等问题，为选择多元就业路径的青年提供基本的安全网。二是持续激活大国空间潜能。加大力度破除劳动力流动的隐性壁垒，如各类年龄门槛，性别、学历歧视等，为青年创造更公平的竞争环境和发展通道，保障青年自由畅通流动。三是减轻青

年个人和家庭负担。促进居民减负和增收双管齐下，持续释放民生政策红利。构建能力提升与风险兜底的双重保障机制，关注技术变革引发的技能迭代需求，建立敏捷普惠的终身职业技能培训体系，缓解青年的技能过时焦虑。对家庭经济困难青年、就业困难高校毕业生、长期失业青年等重点群体，提供更具针对性的帮扶措施。

参考文献

- [1] YEUNG W J J, YANG Y. Labor Market Uncertainties for Youth and Young Adults: An International Perspective [J]. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 2020 (1): 7-19.
- [2] 夏璋煦, 丁守海, 吴迪, 等. 经济周期中就业波动与就业调整——兼论经济复苏下的就业促进 [J]. *经济问题探索*, 2025 (5): 142-156.
- [3] 都阳. 新一轮科技革命对劳动力市场的冲击与应对 [J]. *探索与争鸣*, 2025 (3): 55-58.
- [4] 赖德胜. 高校毕业生结构性就业矛盾及其政策应对 [J]. *新视野*, 2024 (6): 13-23.
- [5] 张良驯, 付成梅. “孔乙己文学”背后的青年就业困境与疏解 [J]. *中国青年社会科学*, 2023 (4): 11-20.
- [6] 杨克, 王玉香. 走不下“高台”: 大学生就业社会适应困境的社会空间理论分析 [J]. *中国青年研究*, 2024 (1): 14-20.
- [7] 王卓, 苏贝贝. 中国青年就业状况及其影响因素研究——基于 CGSS2017 数据的实证分析 [J]. *西北人口*, 2022 (4): 42-53.
- [8] 李朝婷, 李雪慧, 禹心郭. 中国女性青年就业趋势、挑战与应对 [J]. *当代经济管理*, 2025 (5): 73-85.
- [9] 王笑非. 我国青年就业新特征、新挑战与应对策略——基于中国家庭追踪调查 (CFPS) 数据的考察 [J]. *青年探索*, 2025 (1): 51-62.
- [10] 文军, 刘雨婷. 新就业形态的不确定性: 平台资本空间中的数字劳动及其反思 [J]. *浙江工商大学学报*, 2021 (6): 92-106.
- [11] BLOOM N. Fluctuations in Uncertainty [J]. *Journal of Economic Perspectives*, 2014 (2): 153-176.
- [12] CHU J, FANG J. Economic Policy Uncertainty and Firms' Labor Investment Decision [J]. *China Finance Review International*, 2020 (1): 73-91.
- [13] 郭凯明. 人工智能发展、产业结构转型升级与劳动收入份额变动 [J]. *管理世界*, 2019 (7): 60-77.
- [14] TAHLIN M, WESTERMAN J. Youth Employment Decline and the Structural Change of Skill [J/OL]. *European Societies*, 2020 (1): 47-76.
- [15] 王兆萍. 数智时代我国面临的主要就业风险及治理路径 [J]. *北京社会科学*, 2023 (3): 88-98.
- [16] 许弘智, 王天夫. 劳动的零工化: 数字时代的劳动形态变迁及其形成机制探究 [J]. *经济学家*, 2022 (12): 25-34.
- [17] ZHOU Y. Trapped in the Platform: Migration and Precarity in China's Platform-based Gig Economy [J]. *Environment and Planning A: Economy and Space*, 2024 (4): 1195-1210.
- [18] 张庆燮. 压缩现代性下的韩国: 转型中的家族政治经济学 [M]. 司炳月, 孙彤彤, 译. 南京: 江苏人民出版社, 2024.
- [19] BECK U, BECK-GERNSHEIM E. Individualization: Institutionalized Individualism and its Social and Political Consequences [M]. London: SAGE Publications, 2001.
- [20] 刘保中. 新兴青年的特征与属性: 基于职业、文化和阶层的三重理解 [J]. *青年探索*, 2025 (3): 51-60.
- [21] 张振宇, 王清华, 朱赫. 新业态青年群体的现实境遇、价值观念及引领路径 [J]. *青年探索*, 2025 (5): 93-103.
- [22] SUPER D E. The Structure of Work Values in Relation to Status, Achievement, Interests, and Adjustment [J].

Journal of Applied Psychology, 1962 (4) : 231-239.

[23] TOREEV V B. Youth Employment Strategies [J]. Sociological Research, 2016 (2) : 138-147.

[24] 于志强. 晚期现代性青年的境遇及其社会心态 [J]. 中国青年研究, 2024 (6) : 5-13.

[25] YOUNG R A, COLLIN A. Introduction: Framing the Future of Career [M]. // COLLIN A, YOUNG R A. The Future of Career. Cambridge: Cambridge University Press, 2000: 1-18.

[26] 智联招聘. 大学生就业力调研报告 [R/OL]. (2024-05-08) [2025-12-01]. http://www.ce.cn/xwzx/gnsz/gdxw/202405/08/t20240508_38995105.shtml.

[27] 方洁, 翁馨. “上岸”偏好: 一流高校毕业生走向体制内的就业选择——基于理性选择理论的分析 [J]. 中国青年研究, 2023 (5) : 34-41.

[28] KALLEBERG A L. Precarious Work, Insecure Workers: Employment Relations in Transition [J]. American Sociological Review, 2009 (1) : 1-22.

[29] 谢富胜, 吴越, 王生升. 平台经济全球化的政治经济学分析 [J]. 中国社会科学, 2019 (12) : 62-81.

[30] 崔学东, 曹樱凡. “共享经济”还是“零工经济”?——后工业与金融资本主义下的积累与雇佣劳动关系 [J]. 政治经济学评论, 2019 (1) : 22-36.

[31] 汪建华. 灵活用工与资本劳动力经营职能的发展——基于弹性积累体制的分析 [J]. 社会学研究, 2025 (1) : 203-225.

[32] THE WORLD BANK. Working without Borders: The Promise and Peril of Online Gig Work [EB/OL]. (2023-09-07) [2025-12-01]. <https://openknowledge.worldbank.org/entities/publication/ebc4a7e2-85c6-467b-8713-e2d77e954c6c>.

[33] 张丹丹. 不可忽视的制造业零工经济趋势 [EB/OL]. (2025-02-14) [2026-01-10]. <https://opinion.caixin.com/2025-02-14/102288207.html>.

[34] STANDING G. The Precariat: The New Dangerous Class [M]. Bloomsbury Academic, 2011.

[35] 姚建华, 苏熠慧. 回归劳动: 全球经济中不稳定的劳工 [M]. 北京: 社会科学文献出版社·群学出版社, 2019.

[36] 许琪. 论中国式大家庭的现代化转型与伦理重构 [J]. 江苏社会科学, 2024 (6) : 103-111.

[37] 张现苓, 盛亦男. 1990 ~ 2020 年中国的婚育推迟: 变化趋势与典型特征 [J]. 人口研究, 2023 (5) : 88-101.

责任编辑: 罗飞宁