

# 语言躺平与情感回归的青年一代\*

——从躺平的话语流变谈起

宓淑贤

(上海师范大学哲学与法政学院社会学系, 上海 200234)

**[摘要]**“躺平”成为新时期青年形象的一种重要表达,也是青年一代缓解自身焦虑的方式。躺平可以分为行动式和语言式两种类型。研究发现,当代青年处在语言式躺平-行动式躺平的连续统之中,且呈现出语言式躺平更为普遍的趋势。青年一代并未真的放弃对美好生活的追求。获得感成为躺平话语中的核心理念,低获得感让青年感到不安,通过逃离消费式生活样态来暂时性地选择躺平。躺平青年以躺平的状态为自己的行动立论,从拒绝内卷到拒绝任何意义上的竞争。躺平是上无老赡养下无儿抚育的青年群体的一种短时间内的选择,同时,他们逐渐回归于情感式责任,重拾家庭情感价值,获得生产者之外的生活意义。躺平青年以“家”为后盾,成为去义务化的一代,展演着内心的跌宕与冲突。躺平实际上是一种无奈之举,他们仍然是为自己和他人负责的一代。家成为部分躺平青年的背后支撑,也是代际共享责任理念的空间承载,两代人都认为成家是责任的体现,父辈需要子辈成家以传递责任,子辈自认为无法为他人负责任而暂时性躺平。同时,父辈对子辈的态度在家庭和社会两个领域是不同的,前者是一种资源的传递,后者则成为一种竞争关系。躺平青年成为当代青年的一个镜像,呈现出社会变迁洪流中青年人的心态变化。

**[关键词]**语言躺平 情感回归 青年 话语流变 代际支持

**[中图分类号]** C912.63 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 2096-983X(2025)01-0107-09

## 一、研究问题

2021年4月17日,贴吧“中国人口吧”出现《躺平即是正义》一文,迅速成为受到青年人追捧的热帖,作者“好心的旅行家”因此文被网友们奉为“躺平学大师”;5月15日,光明时评发表《拒绝“内卷”,年轻人开始信奉“躺平学”了?》<sup>①</sup>一文,网络热词“内卷”加入到对“躺

平”青年的分析之中。<sup>①-②</sup>5月4日青年节这一天,腾讯公关总监张军微博的发言“当我们忙着做各种致敬青年的策划时,青年们正在睡觉”被推上了热搜,青年网友群起而攻之,称“难道各种致敬青年的策划不是青年们做的吗”,甚至认为,“对青年最大的敬意就是让青年好好睡个觉”。仔细分析可知,原本对青年群体形象的讨论,逐渐演变为青年人对上一代不理解他们的

收稿日期:2024-06-18;修回日期:2024-09-24

\*基金项目:2024年上海师范大学工会(妇女)理论研究与调查研究课题“再嵌组织:高校青年教师共同体构建中的工会职能研究”(GHKT202401)

作者简介:宓淑贤,讲师,主要从事文化人类学、农村社会学研究。

①[https://politics.gmw.cn/2021-05/15/content\\_34847222.htm](https://politics.gmw.cn/2021-05/15/content_34847222.htm)。

人之间的抗争,而上一代人正在占据主要的社会资源,成为资本的具身化呈现。

涂尔干认为,劳动分工的重要功能就在于建立了一种二人或多人之间的团结感<sup>[3](P332)</sup>。社会功能上的相互依赖却加大了人们之间的情感距离,新一代青年面临着现状堪忧、前途渺茫的未来,他们在同事关系中受到精神暴力。<sup>[4]</sup>在高房价、高生活成本与“996”成为常态的生活现实中,这些生活于异地的“打工人”<sup>①</sup>不仅在物质条件上极度缺乏,还要面对“无人问我粥可温,无人与我立黄昏”<sup>②</sup>的情感孤独感,<sup>[5-6]</sup>他们对自己生活状态不满意,竞争过程压力威胁个体的幸福感,促使其选择逃避补偿策略,<sup>[7]</sup>也正是基于此,“躺平”一词一经产生,立马引起很多青年人的追捧,迅速成为一种青年现象。

近年来,关注青年群体生活样态和群体心理等网络热词的流行,实则暗含着代际之间的冲突。中年一代看不惯年轻人“只知道抱怨”“不奋斗”的样子<sup>③</sup>,声称“上一代人有上一代人的苦”“奋斗才是青春的底色”,但在青年人看来,这是上一代人的“爹味十足”,他们恰是那个从自己兜里掏钱的傲慢“资本”。一些人将“躺平”与拒绝竞争、不思进取的消极态度进行比对与等同。“躺平”已经成为一种新的话语。然而,这一代“躺平”青年是否真的成为丧的、不求进取的一代了吗?

## 二、文献回顾

### (一) 青年形象变迁

中国“青年”以一个群体性正式登场至今已逾百年,作为一个重要群体的“青年”,之所以成为一种现象,与社会变迁息息相关,这是工业革命以来社会结构及其变动的产物,青年

的成长不仅仅是在国家与社会的夹缝中,<sup>[8]</sup>同时,他们也游离在家庭与社会之间。不同时期,处于时代潮流中的“青年”被定位为各种类型,如激进青年、造反青年、革命青年与世俗青年等等。<sup>[8-9]</sup>

与互联网相伴而成长起来的一代新人被称为Z世代,作为特定“社会代”,其所形成的结构背景与社会条件主要是家庭结构的小型化与少子化、物质条件的相对充裕、社会的长期稳定、人际关系的个体化与自主性以及国家的稳定与发展等。<sup>[10]</sup>

### (二) 收编于“亚文化”

1947年弥尔顿·戈登(Milton Gordon)首次提出了“亚文化”(sub-culture)的概念,<sup>[11](P40-43)</sup>他认为亚文化是被视为民族文化的再划分加以使用的,是基于种族、经济、宗教和地区等不同社会要素而产生的差异文化。作为一种处世态度的“躺平”一词兴起时,人们将之划归于亚文化中,<sup>[12]</sup>“躺平青年亚文化”呈现为一种世界性的存在,<sup>[12]</sup>与近年来网络热词如“佛系青年”“卷”等勾画串联起来,成为一种文化现象。躺平、佛系等词汇共通性较强,都是青年一代借助网络社交媒介发出的差异化声音。<sup>[13-14]</sup>也就是说,“躺平”这些形容某类青年特征的词汇统一被划归于“亚文化”体系中,其内涵中呈现出的随意性、消极性、流动性等,使得具有话语权、占据一定社会地位的权力者无法给予其正当性,因为这不属于主流文化。

“躺平”意指以“低欲望”和“低姿态”的顺从消解社会现实困境和获取内心世界的平和。<sup>[15]</sup>目前学界对“躺平”的讨论,主要针对其成因进行分析,有偏个体与偏社会结构两条解释路径,也有部分学者的分析综合个体与社会结构两个层面。有学者认为“躺平”是个体情绪的一种表达,是厌倦了“内卷”的自我反抗式

①打工人,网络流行语,为很多上班族的自称。走红于网络红人“抽象带篮子”用“加油,打工人”等句子来表明自己打工人、保安、大专生的身份,逐渐成为很多上班族的自称。

②网络流行语,形容没有依赖、没有亲朋陪伴、过着“空巢”生活。

③如杨忠达.年轻人别一直“躺平”,云南日报.2021-06-14(003);陈兆平.“内卷”和“躺平”:网络热词的情感表达.国家电网报,2021-06-11(005).

逃离,是一种个人选择的生活方式,<sup>[13]</sup>体现了当代青年在内卷化的社会压力下所产生的精神焦虑和现实无力感,<sup>[1]</sup>是一种“新犬儒主义”的体现,需要提出一些政策、手段来规绳青年人的消极心理,<sup>[2]</sup>需要通过加强网络新媒介的监管营造风清气正的网络文化。也有学者认为“躺平”是社会结构的倒逼,<sup>[15]</sup>是时间体制和社会加速对人与人、人与社会、与时间空间,以及与自然关系改变的不得已选择<sup>[13]</sup>。

### 三、躺平话语的流变

与马克斯·韦伯的“异化”理论相似的是,“躺平”一词从其诞生那天起,含义逐渐背离原意,从最初的对权力、资本的无能为力到拒绝竞争的另一极端,躺平青年也从拒绝内卷到拒绝任何意义上的竞争。工作中的青年不再追求升职加薪,而是热衷于“划水”,<sup>[6]</sup>学习中的青年不再追求学习上的进步,而是以“内卷”的标签对抗竞争,以躺平的状态来为自己的行为立论。

#### (一) 语言式躺平的普遍化

作为一种放弃生活式的“躺平”生活状态之所以能够成为网络热议的话题,重要原因在于其不是以一种实践意义上的行动式躺平而存在的,而是以一种语言式躺平激荡着人们的内心,也就是说,当代新生代青年并未选择真的从行动上放弃对美好生活的追求,并没有真正放弃奋斗,只是在追求美好生活的过程中遭遇到结构性的挫折,<sup>[16]</sup>正因为如此,他们的生活需要作为一种言语上抚慰心理挫折的“躺平”。

“躺平”以其舒适的姿态感在话语上慰藉青年人的心灵。但是,真正从行动上实践者却是少数人,大多数人仍然以“躺平”式自我揶揄作为谦虚或减少竞争的话语而自处。于是,在社会现实中,躺平逐渐有了类型上的划分,外延不断扩大,从最初涉及人数较少的行动式躺平到更为宽泛的语言式躺平。同时,躺平往往成为某一时间点或者时间段的暂时选择,作为一种奋斗生活中的调剂。“考研期间,早出晚归。

偶尔选择躺平,发现可以释放一段时间以来积蓄的压力。但是偶尔躺平没问题,长期躺平不可取”。

具有慰藉作用的语言式躺平之所以能够成为一个社会热词,主要有两个原因:其一,行动式躺平太过激进,行动者基本上抛弃全部的物质欲望,脱出原有的社会交际网络,必然无法成为大多数人的选择;其二,躺平所承载的精神力量对青年的影响要高于其行动指南式的形式,对成功的追求仍然是社会所鼓吹的重要目标,在竞争中处于失败境地并不少见,甚至是可以预见的,竞争在“卷”的社会背景下变得异化,无效竞争的形式让青年一代为之疲倦。

受市场经济和全球化的影响,社会结构性地被货币经济所渗透,传统儒家价值观和社会主义价值观均被这种价值观所挤压,不再成为规范个体行为的关键理念。我们对价值的判断逐渐由金钱来度量,从这个意义上说,青年面对的是价值单一的社会衡量体系,成功与金钱的挂钩成为社会普遍的意义所在。货币的量僭越了价值本身,成为人们追寻的目的了,其他的价值已经显得不那么重要,也无法成为人们普遍的追求,人们之间的关系变得功利化,而不再是温情脉脉。<sup>[17](P178-179)</sup>

躺平逐渐与不参与竞争、短暂休息等勾连,适用范围更广,成为当代青年自我调侃与自我状态调整中的言语慰藉。在实际的实践之中,行动式—语言式是处于一种连续统的状态,有些人完全处于行动式躺平的状态,有些人处于行动式—语言式二者之间,更多的人主要以语言式躺平为主要形式。

#### (二) 获得感:躺平话语的核心理念

习近平总书记2015年在中央全面深化改革领导小组第十次会议上首次提到“获得感”,强调要把改革方案的含金量充分展示出来,让人民群众有更多获得感。“获得感”是指因物质层面和精神层面的获得而产生的可以长久维持下来的满足感,<sup>[18-19]</sup>是为个体需求获得满足后而产生的积极心理体验。<sup>[20]</sup>在对生活满意度进行

判断时,人们会将即时的情感状态作为重要的判断依据。<sup>[18]</sup>对于很多持躺平言论者,他们对生活中的部分或者部分的生活是不满意的,不满意的原因之一便是认为个体被裹挟进入得不到合理回报的劳动之中,在劳动中没有获得足够的物质性回报、自我的价值与生命的意义,而只是在与同阶层、同工种之人的无效竞争中“便宜了”更高阶层的人。

在这个过程中,青年一代逐渐形成的具有消极特点的低获得感让其感到不安与绝望,社会问题逐渐以心理学的方式被感知,私人领域变得具有反思性。<sup>[22](P108)</sup>躺平便是“一种解决自我压抑的方式”。通过躺平,青年人丢弃了休息羞耻感,获得了更多可支配时间,对时间和自我的控制感得到了加强,从而使获得感得到了提高。

#### 四、躺平式抽离:暂时性的生活选择

##### (一) 逃离消费式生活样态

百度贴吧“躺平吧”中一个代表性评论是这样说的,“一月10.5k,每天加班到晚上十二点多,早上九点上班,全靠中午和下午一个小时睡眠补觉,结果到头来发现一月就剩个一千多,吃饭两千多,别杠,杠就是你来试试,一碗最普通的牛肉面18(元),一份最普通的套餐20,房租两千三,话费五百,偶尔出去聚餐AA制一月一千,不去又不行,被同事说孤僻被孤立,抽烟五百,水电费三百左右,毕业两年多了,有时候想想干个锤子干,真想回去躺着”。这段话包含五个内容:第一,每日工作时长达13小时,加班更是成为日常工作的常态;第二,日常消费包括吃饭、日用品、房租水电、日常同事交际等;第三,每月收入结余只占收入的10%左右,心理层面认为这样的生活缺少价值;第四,相较于工资来说,逐步攀升的日常消费十分高昂,心理层面上不得已的日常交际花费较高;第五,回老家躺平是生活选择之一,老家的工作所得收入盈余甚至可能高于在异地的这份工作。

该讨论的关键词是“生活水平”,强调的是生活的“质感”,这份质感不仅仅是基本的食物获取和完备的基础设施所能满足的,更多自由的支配时间、可供自由支配的收入是新生代青年追求生活品质的新表达。摒弃自由的工作伦理<sup>[22](P6)</sup>已经无法在为青年人的工作提供足够的意义支撑。新生代青年已经不愿意节衣缩食,一方面,他们认为生活的意义在于当前;另一方面,不得已的人际交往花费较多,而这些交往人群往往是在工作场域中有关系的他人。可见,这样的人际交往并非基于情感,而是“不得已的社交”,会让其变成工作伦理中的工具人,而这也正是青年人“心累”的重要原因之一。

“躺平”与“佛系”心态类似,“有也行,没有也行,不争不抢,不求输赢”之“与世无争、无欲无求”,<sup>[23]</sup>面对高房价、消费主义、“996”的“打工人”,“不想再被资本收割的年轻人,纷纷选择躺下”。新一代青年对物质的欲望逐渐被心理层面的“累”所降低,靠着经济条件满足的物质欲望被压抑。研究表明,自我时间越少,越受到科层化社会时间的制约,<sup>[24]</sup>“躺平”青年反抗以压缩自由时间换取经济收益的工作方式,在内卷的无效竞争中挣扎。因此,通过抛弃工作而“躺平”,就可以获得更多可自由支配时间,也便能够“让生活回归生活”。于是,符号性消费的意义被悬置,元意义重新凸显。“躺平”青年开始将“吃饭”等事情回归其最初的意义,认为“吃饭就是垫饱肚子”,没有必要去消费其他的物品。对于“躺平”青年而言,“能够保证自己的生活,不会挨饿就可以了”。

“躺平”青年将自己的情感抽离出来,他们以一种“佛系”的状态生存,让自己无过分的情感波动,实际上就是将自己从对父母、对子女的家庭责任感抽离出来,他们“无感情,看淡一切”“放过自己,接纳自己”,将自己的生活物质需求最低化,承认自己能力不足,不再追求事业上的成功与阶层上的飞跃,因为“不奋斗、不上班真的快乐”,他们不再压抑人性以获得物质储蓄,以减少人际往来的方式来降低自己对他人的

责任,更加看重个体心理层面的舒适与满足。

## (二) 回归于情感式责任

青年群体的逃避心理源于现代社会的竞争压力、身份认同困境、教育就业焦虑和网络文化传播的影响。<sup>[14]</sup>“躺平”青年在全球化过程中遭受到西方价值观的裹挟,又在传统儒家文化中接受和谐关系的思想,中国新一代青年是处于集体主义与个体主义的一代,<sup>[1]</sup>对于这一代青年人来讲,他们的父母还不需要赡养,是否拥有需要其承担责任的配偶与需耗费精力养育的下一代则是他们需要考虑的问题。个体意识增强的这代青年,选择“躺平”并非是抛弃他人、躲避责任。他们也认同父母对子女的责任与义务,所以很多青年只是选择暂时性的放弃婚姻与生子,此时他只需要对自己负责,是一种更具现实生存哲学的表现,即先安顿好自己,再做生活选择。因此,“躺平”是个体短时间内的临时性选择。

目前的青年研究以及相关话语中,青年被定义为消费者、劳动者,而他们所关注与重视的情感与价值却被忽略,选择躺平的青年一代开始重拾自己的家庭情感与情感价值。如一位在国企的员工宣告“躺平”,具体策略是“每天准点上下班,倍儿爽”“领导不敢PUA,直接怼”“分外的活不再接,划清界限”“无效社交不去理,乐得清静”等,“以前特把领导的话当回事,一件事情领导让今天干完一定不会拖到明天,加班加点是家常便饭,熬夜点灯也习以为常。自从知道埋头苦干没有出路、有关系有背景会抱大腿才有升职希望后,一改往日作风。八小时内认真干,八小时内干不完的麻溜儿留到第二天干。到点就关电脑下班,留着时间回家吃饭、陪家人、散步健身保养身体”。从这个案例中可以看到,躺平者并没有放弃自己的工作职责和生活责任,而是将生产者的角色期待降低,放大自己的情感责任,更好地控制自己的时间,关注自己的情感责任,从中获得更多的生活意义。以生活意义消解工作高投入-低产出的不确定感,从而达到思想和情感上的平衡。

## 五、家之于不同类型躺平者

### (一) 支撑: 有地可躺

“想咬咬牙拿首付,结果牙都咬碎了,首付也拿不出来,全给人家交房租了,现在已经一身病了,经常腰疼,直起身子那种眩晕感”<sup>[7]</sup>。面对城市生活的艰难和自身条件的窘迫,难以企及的房价、越来越长的工作时间、逐渐收窄的上升渠道,越来越提前的年龄焦虑、容貌焦虑,“老家”成为新生代青年躺平的关键地域指向,也就是说,家庭中的代际支持还表现在给予青年一代退路,家庭仍然是其心灵和生活的港湾。“今年干完就回老家了,没钱了就出来挣点钱,再回去继续躺”。

在这类青年看来,老家有着父母的“承接”,他们可以短暂性地避世,可以花费较少劳动获得更多幸福感、生活质感与心理舒适感。近年来被广泛关注的“三和”青年,属于鲍曼笔下的“常规劳动者”,他们的临时性与可替换性让这类群体无法团结起来、不具备反抗性,作为劳动力市场中替换性强的“三和青年”无法融入城市生活,对生活丧失信心,工作只是一种生存必须,却不是生命意义的体现,因为面子和道德压力等不愿意回到父母身边,他们无人可啃,在三和做着日结的工作,以维持最基本的生存。<sup>[25](P273)</sup>比较二者可知,是否有“地”可“躺”成为重要区别之一,表现为是否有父母的托举和这些青年自己是否在主观上接纳自我。

躺平青年之所以能够付诸行为,在社会上以降低自己消费的手段来应对上一代人给予他们的压力与竞争,前提是家庭内部父辈在经济上予以支持,不论这种支持是主动的还是被动的。因为在这个风险社会,家庭成了承担风险的最后防线。<sup>[26]</sup>那些行动式躺平的青年,多是住在父母提供的房子里,享受着父母对其基本物质生活的支持与日常照料,降低的是消费社会所鼓吹的其他物质需求。也就是说,躺平青年中的实践派享受着上一代人在家庭内部为其提供的代际支持。选择躺平的青年被指“背后有

父母提供的住宿和饮食”，有“老”可啃，没有生活在父辈要求回报的道德和经济重压之下。换句话说，实现躺平者，代际支持是一个基本条件。

降低消费水平和不外出参与社会活动的特点与“宅男”形象类似，但“那些是生活一团糟的人”，虽然降低了消费，“只是一堆宅男，并不是真正的躺平”，因为宅男对自己毫无责任感。在“躺平吧”中，网友们比较了躺平青年和宅男的区别，一个典型描述是，“躺平是基于生活压力之下的无奈之举，不是懒惰，至于勤劳干活得到的报酬去哪里了，为何越做越穷，这才是最根本的导火索”。也就是说，对美好生活的追求，很难再像父辈那样通过艰苦的奋斗来实现，躺平是一些人客观上的“无奈之举”，而在主观认识上，躺平青年仍然是为自己和他人负责任的人，并不是自己主动地放弃生活。

## （二）责任：共享理念

代际冲突的研究多存在于家庭生活中，但实际上，两代人之间的冲突以群体的形式隐藏在日常话语体系之中。“青年人”“中年人”等词汇就是将人群进行年龄划分，受不同社会化过程与不同生活经历的影响，占据不同的社会位置、拥有不同数量的社会资源，作为社会中坚力量的两代人纠缠在一起，又逐渐相互对立。

对于上一代就业公民来说，“单位”具有异乎寻常的重要意义。因为个人是“归属于”单位的，国家对社会进行直接行政管理的组织手段和基本环节就是通过单位来实现的，整个社会的运转不得不依靠单位组织形式。<sup>[27]</sup>上一代人对单位有个人情感归属，而这一代青年人的单位却不再是一个对员工全面负责的组织形式，企业家马云的“九九六工作制”为福报的说法就在一定程度上反映了“资本”对人性的忽视与漠视。新生代青年人职业流动性强，对单位的依赖性差，他们与单位之间是剥离的。

成人处于特定群体或社会之外部，是否婚配成为一个节点性标志事件。对“成人”这一概念社会化的具身化理解，青年被这样一种中间

状态所隔离开来，却从另一层面上提供了可供个体选择的空間，是否选择做一个为他人负责任、为家庭承担重任、为社会作贡献的人，不再是一种人生必备，而是成为一个备选答案。具体表现为是否努力工作以达到社会性意义上的成功和是否结婚生子。传统社会对人的划分的重要指标之一就是婚姻与否，这是界定一个人是否成人的标志，<sup>[28]</sup>而以年龄为指标被划分为某一特定群体的青年人，作为一种新生群体横亘于“成年人”与“未成年人”之间。<sup>[8]</sup>

不论是否婚配，对于父母辈的“大人”（成年人）来说，他们仍然是“孩子”；对于未成年的“小孩”来说，他们已然成为“大人”（成年人）。不论是对于上一辈还是青年一代，介于“大人”与“小孩”之间的身份，都让这些青年人处于一种中间地带，也就是范热内普所讲的隔离状态。<sup>[29](P22)</sup>这种隔离状态使得个体既脆弱又强大，不管每个人多么个体化，总还是有某种集体的东西，这就是过分个体化所引起的消沉和忧郁。<sup>[30](P346)</sup>

传统的中国人仍然认为结婚生子是一个人是否“成功”的重要指标。经济收入的提高、社会地位的上升与和睦的家庭串联在一起，成为青年人成为合格成年人所需要承担的。同样，对于躺平青年来说，建立新的家庭，意味着更多的责任，这份责任开始于纳入更多的家庭成员，这样的经济与精力重负让他们觉得难以承担，不得不面对“成年人的生活”。

受马克思主义教育的青年一代，对资本和劳动有着敏感的自我认知，那些对青年生活具有能量的“权威”已经占据了大量社会资源，成为工作岗位上对自己有所控制的上一代人。李锋亮<sup>[8]</sup>、俞敏洪等人认为年轻人要奋斗，这些话均被以青年人为主体的网友进行话语围攻。对青年一代来说，奋斗并不能带来他们所期待的成功，上一代所生活的时代，成功相对容易，所以上一代人认为这是年轻人不负责任的态度，他们这么做是对不起父母（上一代人）。年轻人听不得毒鸡汤，埋怨这些人抢占了资源，

是利益既得者。他们企图用自己青年时期社会化时接受到的激励法鼓动青年人“多奋斗”“多吃苦”，但却被青年人冠之以“画大饼”与“假大空”。两代人生活境遇的不同造就了其价值观上的差异。“只要奋斗就有好结果”与“拼了命努力也无能为力”的挂念对峙成为两代人观念冲突的典型代表。追求个体幸福感与奋斗无效感在青年人内心中对峙，“为谁而活”不仅是“个体化”的理论内核，也成为影响家庭代际关系的关键要素。<sup>[31]</sup>躺平青年并不是纯粹的为自己而活，他们认同婚姻、生育是需要为他人负责任的大事，认同有家庭很难，没有家庭也很难，所以他们选择不婚不育或者在结婚、生育之前做好一切经济和心理上的准备。

作为一种社会事实，代际关系是由社会群体成员尤其是长辈成员根据其所处时代的价值观或生活意义建构起来的<sup>[31]</sup>。新生代青年的父母以60后、70后为主，在社会巨大变迁的背景之下，新青年与其父辈的关系开始有所变化。对颠覆与重构亲子关系的文化反哺还是反向社会化等研究，学者们关注的都是社会变迁之下发生在家庭内部的子代对父代的“教化”，而家庭内部以血缘关系为基础的代际关系会影响年长一代在工作单位等场景中出现的与年轻一代的代际关系。<sup>[32]</sup>虽然年长一代已经可以心平气和地接受自己的子女“比自己强”，且引以为傲，却无法在面对可能丢失面子的情况下接受其他下一辈的“反哺”，也就是说，在家庭以外的其他场所，上一代人对下一代的“反哺”是持排斥态度的，因为，此时两代人之间存在竞争，有着利益关系。而同时，青年也无法对这些中年人充满敬意，因为中年人的现在已经不是青年的未来，他们无法从经验上给予指点，也不愿意在利益上给青年人“分一杯羹”。青年人的未来与其同龄群体、同阶层群体相似性更高，同一年龄组的青年人由于生活方式、人生阅历等相关性与相似性，在互联网上也以群体的形态而显现。今天的青年人虽然无视中年人已经定下的规则，但也无法成为下一代的榜样，因为他们所面对的

未来是不同的，两代人所面临的具体事务是有区别的。

## 六、结语

新生代青年既追求生活的质感，又在竞争愈烈的社会生活中，丧失了对生活的支配感，只能在“躺平”中应对被父辈占据的社会资源、被同辈群体“内卷”出来的无效劳动所带来的无奈与空虚感，同时，他们又在家庭内父辈的代际支持中获得行动式“躺平”的物质基础，换句话说，青年一代并未真的不负责任，话语式躺平的发展趋势体现了青年一代只是通过语言的形式来慰藉自己的心理，并未真正放弃永久的奋斗。从这个意义上说，“奋斗”仍然是青年人生活的底色，只不过一些青年选择通过流回“老家”来“躺平”式来放慢生活的节奏，发生在家庭内部的事实保持着制度结构的延续性。<sup>[21](P133)</sup>

躺平青年成为当代青年的一个镜像，呈现出社会变迁洪流中青年人的心态变化，并对此中暗含的代际关系予以刻画。以语言式躺平为主要存在形态的新生代青年，他们在“躺平”中不争不抢、不服不辩。正如齐美尔所言，“我们的反抗会使我们感到，我们并不完全是环境的牺牲品”。<sup>[24](P24)</sup>躺平实则起到了安全阀的作用，通过话语的形式释放郁积于心的敌意与不快，缓和了个体与社会、代际之间的关系，而暂时性的让身体与心灵休息，适时性的悦纳自己，也是这一代青年人慰藉自我的一种新形式。

### 参考文献：

- [1]相雅芳. 祛魅与重构：“躺平文化”的社会根源及文化反思[J]. 新疆社会科学, 2021(5): 146-152, 164.
- [2]令小雄, 李春丽. “躺平主义”的文化构境、叙事症候及应对策略[J]. 新疆师范大学学报(哲学社会科学版), 2022, 43(2): 124-139.
- [3]埃米尔·涂尔干. 社会分工论[M]. 渠敬东, 译. 北京: 生活·读书·新知三联书店, 2024.
- [4]ZHANG Xiaoying. Mental violence and Chinese new educated youth: A study of workplace conflict in modern China[D]. Loughborough: Loughborough

University, 2012.

[5]何绍辉.“空巢青年”群体的多维解读[J]. 中国青年社会科学, 2017, 36(3): 40-45.

[6]陈友华, 宗昊. 致“郁”与治愈: 当代城市独居青年“吸猫”生活实践[J]. 福建论坛(人文社会科学版), 2023(7): 168-180.

[7]王汪帅, 易颜熙, 罗芷薇, 等. 内卷还是躺平? 竞争压力如何影响心理补偿[J]. 心理科学进展, 2024, 32(7): 1057-1072.

[8]周晓虹. 中国青年的历史蜕变: 国家与社会关系的视角[J]. 江苏社会科学, 2015(6): 71-78.

[9]陈映芳.“青年”与中国的社会变迁[M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2007.

[10]何绍辉. Z世代青年的形成背景与群体特征[J]. 中国青年研究, 2022(8): 14-20.

[11]GORDON M M. The concept of the subculture and its application[M]. London: Routledge, 1997.

[12]张丽军. 从觉醒、佛系、躺平到新觉醒: 百年中国青年问题的现实流变与未来路径[J]. 广州大学学报(社会科学版), 2022, 21(4): 54-63.

[13]马中红.“躺平”: 抵御深度异化的另类姿势. 探索与争鸣, 2021(12): 54-62, 178.

[14]覃鑫渊, 代玉启.“内卷”“佛系”到“躺平”——从社会心态变迁看青年奋斗精神培育[J]. 中国青年研究, 2022(2): 5-13.

[15]付茜茜. 从“内卷”到“躺平”: 现代性焦虑与青年亚文化审思[J]. 青年探索, 2022(2): 80-90.

[16]林龙飞, 高延雷.“躺平青年”: 一个结构性困境的解释[J]. 中国青年研究, 2021(10): 78-84.

[17]西美尔. 货币哲学[M]. 陈戎女, 等, 译. 北京: 华夏出版社, 2002.

[18]谭旭运, 董洪杰, 张跃, 等. 获得感的概念内涵、结构及其对生活满意度的影响[J]. 社会学研究, 2020, 35(5): 195-217, 246.

[19]张品.“获得感”的理论内涵及当代价值[J]. 河南理工大学学报(社会科学版), 2016, 17(4): 402-407.

[20]皮常玲. 民宿经营者职业价值观、情感劳动与获得感研究[D]. 泉州: 华侨大学, 2020.

[21]乌尔里希·贝克. 风险社会[M]. 何博闻, 译. 南京: 译林出版社, 2004.

[22]齐格蒙特·鲍曼. 工作、消费主义和新穷人[M]. 郭楠, 译, 上海: 上海社会科学院出版社, 2021.

[23]赵翠翠.“佛系”: 当代社会私人化心态研究[J]. 江苏行政学院学报, 2019(5): 70-78.

[24]ZERUBA VEL E. The French republican calendar: A case study in the sociology of time[J]. American Sociological Review, 1977(42): 868-877.

[25]田丰, 林凯玄. 岂不怀归: 三和青年调查[M]. 北京: 海豚出版社, 2020.

[26]YAN Yunxiang. Neo-familism and the state in contemporary China[J]. Urban Anthropology, 2018(4, 3): 1-44

[27]路风. 单位: 一种特殊的社会组织形式[J]. 中国社会科学, 1989(1): 71-88.

[28]宓淑贤. 中国农村青年婚姻的社会性意义——从“中国式逼婚”谈起[J]. 当代青年研究, 2020(6): 118-123.

[29]阿诺尔德·范热内普. 过渡礼仪[M]. 张举文, 译. 北京: 商务印书馆, 2010.

[30]埃米尔·迪尔凯姆. 自杀论[M]. 冯韵文, 译. 北京: 商务印书馆, 1996.

[31]袁同成. 隔代照料中的代际冲突与合作——基于“小木虫”论坛育儿版块的内容分析[J]. 北京科技大学学报(社会科学版), 2020, 36(5): 50-57.

[32]周晓虹. 从颠覆、成长走向共生与契合——文化反哺的代际影响与社会意义[J]. 河北学刊, 2015, 35(3): 104-110.

【责任编辑 史敏】

## The Language Lying Flat and Emotional Return of the Young Generation: Starting from the Discourse Evolution of Lying Flat

MI Shuxian

**Abstract:** “Lying flat” has emerged as a significant expression of the image of young people in the contemporary era and serves as a means for the younger generation to alleviate their anxiety. Lying flat can be categorized into two types: action-oriented and language-based. Research reveals that contemporary youth exist within a continuum ranging from language-based to action-based lying flat, with a tendency towards the prevalence of language-based lying flat. The younger generation has not genuinely abandoned the pursuit of a better life. The sense of gain has become a core concept within the discourse of lying flat, and a low sense of gain causes unease among young people. Contemporary youth are in a state of withdrawal

through lying flat, temporarily opting for it by escaping the texture of consumerist lifestyles. Lying flat youth justify their actions based on the state of lying flat, moving from resisting involution to rejecting competition in any sense. Simultaneously, lying flat is a short-term choice for the youth group with no elders to support and no children to raise. They are gradually returning to emotional responsibilities, rediscovering the value of family emotions, and attaining a sense of life beyond production. Lying flat youth, with “home” as their backing, have become a generation liberated from obligations, showcasing the fluctuations and conflicts within their hearts. Lying flat is an act of helplessness, yet they remain a generation that is responsible for themselves and others. Home serves as the support behind some lying flat youth and constitutes the spatial carrier of the intergenerational sharing of responsibilities. Both generations believe that establishing a family represents responsibility. The elder generation requires the younger generation to marry and form a family to pass on responsibilities, while the younger generation temporarily lies flat, considering themselves unable to be responsible for others. Additionally, the attitude of the elder generation towards the younger generation differs in the domains of family and society. The former involves the transfer of resources, while the latter becomes a competitive relationship. Lying flat youth have become a mirror image of contemporary youth, presenting the mental changes of young people in the torrent of social transformation.

**Keywords:** language lying flat; emotional return and attention; youth; discourse evolution; intergenerational support

---

(上接第85页)

## The National Technical Security List: Concept Definition, Legal Nature, and Improvement Path

*LIU Wenlong*

**Abstract:** The outline of the 14th Five-Year Plan points out to establish a management system of National Technical Security List, to strengthen the systematic management of important technology and the censorship of technology export. As an important basis of regulation, the National Technical Security List refers to a rule that enumerates and explains sensitive technology to prevent technology outflow risk. The government have an authoritative policy tool created by the government under legal authorization to maintain national security. In legal character, the National Technical Security List is an interpretive administrative rule combines the functions of regulation and self-restraint, which has three characteristics involving the normativity of form, explanatory of content, and dualities of effect. It plays a bridging role in the regulatory system of national technical security, not only conveying and reflecting the requirements of the law system, but also supporting and regulating the operation of enforcement system. However, the National Technical Security List has some problems in practice, such as errors and omissions in institutional content, flaws in decision-making process, and powerlessness in judicial review. Those problems weaken the legality and optimality of the list and administration according to the list, while hinders the full play of institutional functions. To ensure administration in according with law, the National Technical Security List should be improved from three directions, involving explaining the regulatory matters and rules in content, embedding and balancing diverse knowledge in decision-making, and optimizing the criterion of prosecution and trial in administrative litigation.

**Keywords:** national security; technical security; national technical security list; national technical security list management system; administrative rules