

# “内卷化”冲击下的新时代青年 奋斗精神及其培育理路

■ 张雪梅 吴炜生

(上海交通大学 马克思主义学院,上海 200240)

**【摘要】** 青年“内卷化”现象呈现了当代部分青年重复内耗但并未真正实现自我发展的非理性且低效竞争样态,折射出当前“内卷青年”的现实生活困境和矛盾心理诉求。在社会环境和心理机制的双重催动下,部分青年在竞争行为、需要满足、发展能力和价值取向方面表现出“内卷化”症候,“内卷化”导致部分青年产生奋斗意识被消磨、奋斗动力被侵蚀、奋斗自觉被削弱和奋斗信念被动摇的精神危机。因此,有必要从资源供给、理论武装、能力培养和思想引领四个方面着手,培育青年形成埋头务实、矢志艰苦、开拓创新和接力持续的奋斗精神,助力新时代青年的全面发展。

**【关键词】** 新时代青年 “内卷” “内卷化” 奋斗精神 培育

DOI:10.16034/j.cnki.10-1318/c.2022.04.006

2020年,“内卷”概念因几张名校学霸骑自行车看书写论文、床上堆满书籍的照片曝光而开始引发青年群体的热议,随后又因一篇题为《绩点为王:中国顶尖高校年轻人的囚徒困境》的文章推动而走红网络,入选《咬文嚼字》“2020年度十大流行语”。不同于意指事物不断重复地向内复杂化之过程的最初学术话语,“内卷”一词几经演变,现已成为青年群体广泛使用的社交热词,在日常语境中多指非理性的内部竞争。当“内卷”持续加剧化为一种恶性竞争,“内卷化”现象也就随之产生。“内卷化”不仅反映了部分青年的生活样态和复杂心态,而且折射出其背后的社会根源,展现了部分青年奋斗观念和发展能力的时代特征。自从“内卷”概念从哲学论域逐渐渗透到其他领域,人类学、经济学、政治学、社会学、教育学等多个学科从文化现象、农业生产、经济发展、国家政权、制度变迁、社会治理、教育过程等方面都对此开展了研究。近年来,“内卷”开始进入中国青年的叙事场域,吸引了青年研究领域的关注。有学者从“内”“卷”“化”三个维度把握其基本内涵,认为“内卷化”产生的根本原因是难以突破框架的束缚、相关资源的叠加投入、受效用假象影响而产生惯性<sup>[1]</sup>;有学者从内生动力着手,指出是人们“自我异化”“自我剥削”“自我压榨”的主动选择导致“内卷化”<sup>[2]</sup>;有学者关注到外在表征,认为“内卷”是一种网络文化症候和符号化表意实践,需将“内卷”文化的抗争性转变为青年对于社会责任的创造性承担<sup>[3]</sup>;有学者则从社会心态变迁的角度剖析“内卷”机理,提出聚合国

收稿日期:2022-05-12

作者简介:张雪梅,上海交通大学马克思主义学院教授,博士生导师,政治学博士,主要研究党的建设、马克思主义中国化、当代中国政治发展;

吴炜生,上海交通大学马克思主义学院博士研究生,主要研究马克思主义意识形态理论与实践问题。

基金项目:本文系上海市哲学社会科学规划“研究阐释党的十九届六中全会精神”专项课题“新时代全面深化改革开放研究”(课题编号:2021ZQH008)的阶段性研究成果。

家、社会、高校、家庭和青年的多重力量来培育青年的奋斗精神<sup>[4]</sup>；也有学者批判对教育“内卷化”的泛化理解，认为教育“内卷化”的本质是全民教育焦虑<sup>[5]</sup>；还有学者以“文创青年”为典型个案，讨论“去内卷化”的可能性<sup>[6]</sup>。值得注意的是，现有研究成果中存在着将“内卷”和“内卷化”等同理解和不加区分交替使用的情况。这提醒我们有必要思考以下问题：当下社会对“内卷”是否存在泛化理解？“内卷”是否一定会演化为“内卷化”？究竟什么是青年“内卷化”？在“内卷化”的冲击下，新时代青年的奋斗观是否遭遇消解危机？如何培育新时代青年的奋斗精神以探寻“去内卷化”的可能？这些问题的解决需要我们聚焦“内卷”的实质及其对青年发展的理论解释力才有可能找到有效思路。因此，有必要梳理“内卷”的叙事演变，明晰从“内卷”到“内卷化”的演化机理，剖析部分青年“内卷化”的表征及其成因，进而思考如何培育新时代青年应有的奋斗精神，助其将个人奋斗融入中华民族伟大复兴的历史洪流，争当伟大理想的追梦人，争做伟大事业的生力军。

## 一、“内卷”与青年“内卷化”

### （一）“内卷”的叙事流变

探寻“内卷”概念的演变是准确分析“内卷化”现象生成与发展的必要前提。“内卷”概念滥觞于哲学家康德的“内卷理论”，意指人类社会演化中出现的不断重复地向内复杂化的“锁定状态”<sup>[7]</sup>。随后，人类学家戈登威泽运用“内卷”术语描述一种文化模式发展到最终形态后，既无法稳定下来，也无法转变到新的形态，从而在内部日益精细化、复杂化的现象。之后，人类学家格尔茨借用戈登威泽的“内卷”概念，在分析印度尼西亚生态变迁的过程中提出“农业内卷化”的概念。爪哇岛因行政障碍和资本缺乏，不得不使越来越多的劳动力填充到有限数量的土地中进行水稻生产，因水稻种植过程有相对稳定的边际劳动生产率，即使投入大量的劳动力也不至于导致人均收入急剧下降，格尔茨将这种精耕细作的“自我战胜模式”称为“农业内卷化”<sup>[8]</sup>。其后，社会史学家杜赞奇借用并发展了格尔茨“内卷化”的概念，将其运用于政治学领域，分析了国家经纪体制经济效益随国家政权向地方机构扩张而出现递减的“政权内卷化”现象<sup>[9]</sup>。20世纪80年代起，黄宗智在对中国华北和长三角地区的农业生产和农村经济的研究中分析了“无发展型增长”的情况，认为单位劳动投入报酬严重递减是农业生产“内卷化”的实质。虽然有学者对格尔茨提出的“农业内卷化”和黄宗智对格尔茨“内卷化”概念的解读提出质疑，但“内卷化”概念经由黄宗智进一步阐释后，确实得到多个学科领域的接纳和应用。当前，“内卷化”概念已渗透进农业经济领域之外的诸多领域，被用来说明几乎是任何无质变而仅有愈发紧密的劳动投入和边际回报递减的现象，如政策措施“内卷化”、社会活动“内卷化”、教育体系“内卷化”等<sup>[10]</sup>。

实际上，随着社会的快速发展尤其是信息技术的更新，“内卷”一词在当下已然出现被泛化理解和使用的趋势，人们习惯于将“内卷”等同于“内卷化”，以此泛指所有“竞争白热化”的社会现象，且往往蕴含个体情绪宣泄的指向，此时“内卷”概念已从最初的中性概念向贬义概念倾斜。这种泛用现象本身已不是学术事件，而成为准社会学与准传播学事件<sup>[11]</sup>。“内卷”之所以泛化为表达当代中国人焦虑感的语言符号，在某种程度上折射的是生产方式快速变革引发的竞争、就业矛盾给人们带来的现实压力与心理压力，在现实压力难以有效快速解决之时，人们急需一个情绪宣泄口来自我调解甚至反抗，以获得平衡。至于这一不断抽打自我的过程是徒然空转耗能，还是能够适当解决问题，意见并不一致。人类学家项飙把“内卷”形象地描述为一种“不断抽打自己的陀螺式的死循环”<sup>[12]</sup>。不过，溯源“内卷”的概念谱系并遵照其现实语境，真正

意义上的“内卷”，应是指在一定的社会经济限制条件下，社会有机体发展到某种特定程度而出现的原有方式不断精细化和复杂化的过程，其有效性与否跟“内卷”本身并不能简单划等号。

## (二)“内卷化”之于青年的理论解释力

应该看到，当前学界及社会对“内卷”概念的泛用，大多没能摆脱黄宗智“没有发展的增长”这一理解的影响，即将“内卷”当然“化”为无效竞争、无效努力，认为“内卷”即“纯粹量的增长”“边际效用递减”“技术升级封闭”“非内卷化的产业转型进路”，将效用递减直接纳入评价体系。然而，一方面，黄宗智把“内卷化”定义为“劳动力边际报酬递减”的观点是否有依据存在争议<sup>[13]</sup>；另一方面，现今“内卷”的发生图景也已经不完全如当初西方学者所描述的那样。其一，从生成环境看，与传统“内卷”发生的农业环境不同，数字化时代的到来导致现今“内卷”萌发和蔓延的形势更为复杂多变；其二，从行为倾向看，人们受限于封闭环境，在传统“内卷”中不断重复着与过去相似的活动，而现阶段人们其实有创新突破的空间，但却选择了追求同一目标且接受同一评价的竞逐之路；其三，从竞争状态看，原初语境中的“内卷”意指重复的、缺乏经济意义竞争的结构性的困局，而当代社会的诸多“内卷”现象却带有过度竞争的特质；其四，从主体意识看，在农业社会中，竞争对人们自我意识的影响并不明显，但当下的“内卷”则扩散到人们生产生活的各个阶段和各个方面，并且成为人们展现复杂情绪的特殊表达。因此，需要高度关注的不是“内卷”本身，而是“内卷化”现象带来的否认奋斗、否认竞争的扭曲认识，尤其是对青年奋斗精神带来的不利影响和危害。

事实上，“内卷”作为一种经济生产方式，把握好“卷”度，也是有可能成为适应生产力要求的良性“内卷”而推动生产力发展的，因为依据质量互变规律，事物在发生质变之前，必须有量变的积累，而“精细化”的投入在一定意义上也是产生质变的必要准备。当“精细化”的量变达到一定程度时，就有可能产生技术和工艺进步的质变，这也是我们今天倡导“工匠精神”的原因。也正因如此，格尔茨在分析爪哇岛社会中的“内卷化”时主要是强调其内部细节过度精细化而使其经济形态变得僵化，却并未预设“内卷化”经济的方向。

由此观之，虽然各领域中的“内卷”都有萌生过度竞争的风险，但并非所有的竞争都是“内卷”。只有当“内卷”演变为不合理的“内卷化”，才形成了过度且低效的竞争。“内卷”是事物发展存在的一种客观状态，而“内卷化”则是在外部环境和内在需求共同催生下所形成的一种非良性“内卷”，是“内卷”的持续加剧。从外部环境看，资源占有的差异化确实易引发劳动力之间相互争夺，由此加重了非理性竞争蔓延的态势。“鸡娃”“社畜”“996”“007”形象描述出一个人从幼儿园一路“卷”到职场的行为和处境。从内在需求看，在竞争过程中，某些个体受到外界环境的干扰或因自身价值的偏差，以“末班车心态”参与甚至推动相互排挤和倾轧的行为，从而追求自我满足和社会认同，抑或寻求焦虑感的缓解和安全感的获得。由此我们可以认为，“内卷化”指的是在特定发展阶段呈现出无休止的“内在耗能”却并未产生“实质变化”的虚假发展、低效发展甚至无效发展的动态过程。不加分辨地泛用“内卷”概念，把“内卷”直接等同于“内卷化”，在批判过度竞争和低效竞争的同时走向反对一切竞争的极端，一方面容易抹杀“内卷”中“精细化”劳动的合理性，也是对合理竞争的污名化；另一方面则易模糊“内卷”的边界，形成“万物皆在卷”的错觉，从而滋生“奋斗无用论”的错误论调。

当“内卷化”已成席卷之势，身处其中的每个人或多或少都会遭受冲击。而青年群体在其中又表现出不同姿态：有的人适应规则，游刃有余，成为“斜杠青年”；有的人化身“时间管理大师”，在各种升学、评奖、求职、婚恋、育儿中疲于奔命，力求获取自我利益的最大化；有的人迫于各方压力而被动盲目跟风，额外付出却收效甚微，自嘲为“小镇做题家”“985废物”，等等。“揭开漂亮的指标、体面的成功，这些中国最聪明的年轻人在极度竞争中，成功压倒成长，

同伴彼此PK,精疲力竭”<sup>[14]</sup>,这即是青年“内卷化”现象,是一种受所处环境的制约,青年对单位资源的投入不断精细化、复杂化,但并未真正实现自我发展的非理性且低效的竞争现象。“内卷化”作为社会文化构镜中的话语表达,体现着部分青年的现实生存困境,也反映出这些青年的矛盾心理诉求。

## 二、部分青年“内卷化”的表征及其成因

在社会环境和心理机制的双重催动下,青年“内卷化”作为现阶段的新兴亚文化样态,表征出部分青年在竞争行为、需要满足、发展能力和价值取向方面的“内卷化”症候,折射出其背后深刻的社会根源和矛盾的社会心态。

### (一) 转型压力中的资源恐慌引发部分青年的竞争行为“内卷化”

随着我国社会主要矛盾的转化,人民对美好生活的期盼既强烈又多元,但同时制约人民日益增长的美好生活需要的问题也更突出和复杂<sup>[15]</sup>。世界进入新的动荡变革期的不确定性对青年思想和行为的影响巨大,青年在升学考评、求职就业、住房消费、子女教育等方面也仍有明显压力,若无法在社会资源有限供给和个人需求无限增长的矛盾中进行调适,就容易遭遇竞争行为“内卷化”的困境。第一,恶性竞争阻隔共同进步的空间。一些青年为在竞争中占得先机,不惜铤而走险破坏规则。这种从个人利益最大化出发所作的选择,离弃了共同利益之下的最优方案,从而陷入“囚徒困境”,抹杀了从竞争中收获进步的可能。第二,封闭圈层隔绝信息互通的渠道。由于网络媒体的助推,在过度竞争中相互倾轧的青年因志趣相投或情感共鸣而聚集形成亚文化群落。其中一部分人隔断自身与外界的交往通道,不满“卷王”角色制造了徒增的超额劳动,不断煽动圈层内成员抗拒一切竞争活动,增强对“佛系”“躺平”心态的认同;而另一部分人则极力宣扬“内卷至上”,对意图退出“内卷”的成员予以鄙视和批判的道德绑架。这种封闭式圈层囿于认知成见和思维误区,无法辩证区分良性竞争与非良性竞争,从而阻断不同群体沟通互助的进路,严重影响共同体的构建。

### (二) 资本裹挟下的符号消费招致部分青年的需要满足“内卷化”

资本的逐利触须延伸至数字化领域,使得“商品拜物教”与“数字拜物教”合谋,衍生出非理性竞争的乱象。第一,资本标榜的符号幻象致使部分青年消费精神的畸形化。资本逻辑裹挟下的消费主义在青年群体中肆意扩散,以流量宣传、算法推荐、产品定制等多元形式误导青年通过追求名牌衣物、出入高端会所等“炫耀性消费”塑造自己的身份符号,以实现自我地位的“他者”认同。符号消费所崇尚的拜金主义不仅掩盖了个体生存与发展的本真需要,而且极易激化青年群体不切实际的攀比心理。第二,资本营造的竞争假象引致部分青年成长需要的功利化。以教育领域为例,在名校学位总体有限而学生需求与日俱增的态势下,资本炒作“不卷你就输了”“考上名校就能找到好工作”等错误理念;教育培训机构大肆鼓吹竞争的紧迫性,为兜售课外辅导产品而制造教育焦虑甚至是教育恐慌。在此困局中的育人取向呈现出功利化特质,青年易深陷“快餐式教育”的泥潭而迷失主体的价值觉醒。教育焦虑化和育人功利化的相互交织,容易加深教育行业的“内卷效应”,加速教育生态的恶化。

### (三) 突破乏力后的固化模式引致部分青年的发展能力“内卷化”

作为实现中华民族伟大复兴的先锋力量,中国青年更好成长、更快发展才能为党和国家事业的发展提供源源不断的力量。《中长期青年发展规划(2016—2025年)》明确提出“到2025年,广大青年思想政治素养和全面发展水平明显提升”<sup>[16]</sup>的总体目标。但需注意的是,当下有部分青年受制于竞争思维和成长理念双重固化的藩篱,执拗于对单一资源的重复化加码投入,在造

成精力浪费和虚耗的同时,自身的发展能力却并未得到实质性提高。这种发展能力“内卷化”的现象在高校学生中表现得尤为明显。例如,部分青年难以从目标单一和评价单一的成长模式中抽离出来,忽视理论知识的积淀和实践水平的培养,从而导致自身的发展能力没能获得实质性的提升。很多高校学生为争得高绩点排名,在选课时全都极力避开难课,追捧“水课”,以至于漂亮成绩单的背后实则并无太多专业知识。这种“绩点为王”的单一“内卷化”背离了高校立德树人的宗旨,不利于学生的全面发展。再如,部分高校学生精心做足“攻略”,放弃原本感兴趣的研究方向和心仪的实践活动,只在易刷绩点的课程学习里和易为简历添彩的学生工作中盲目投入时间和精力,没能依据个人志趣和特点设计符合自身实际的生涯规划,因而难以发掘自身的发展潜能,最终导致在求职和就业的长期考验中屡屡碰壁,个人的发展能力无法适应时代的变化和要求。

#### (四)自我为中心的发展定位导致部分青年的价值取向“内卷化”

作为社会主体的人,其价值理念的生成与自身的成长经历、理论思维、代表立场休戚相关。在“自我中心主义”的逻辑驱使下,部分青年的价值取向呈现出“伪精致”和“利己主义”的倾向,背离了党和国家的育人要求。第一,“伪精致”理念的萌发,干扰了部分青年的价值判断。真正精致的生活本应表现为主体对生命意义的求真精神、对生存价值的求善境界和对生活质量的求美态度。但当代部分青年把自我价值的实现建立于加速赶超他人,以此来实现自我满足。有些人即使生活“一地鸡毛”,仍然在朋友圈等社交媒体精致晒图呈现自己过度包装的生活状态。这种“伪精致”理念在某种程度上恰恰反映出“内卷青年”应对现实挑战时的空虚和审思人生价值时的迷茫。第二,“利己主义”观念的渗透,扭曲了部分青年的价值追求。新时代的青年本应深植家国情怀,与国家同呼吸、与人民共命运。虽然追求自身利益发展也是社会进步的表现和必然,但如果错持“利己主义”,在考量就业去向时只以自我发展为先,忽视党和人民的需要,不愿到基层一线辛苦历练,则与国家人才培养目标和社会发展需求相悖。如果任由这一现象在青年群体中蔓延,势必影响国家社会发展大计。

### 三、“内卷青年”奋斗精神面临的消解危机

身处“内卷化”困境的青年在理想与现实的落差里无法调适,在自我认同和社会认同的失衡中难以协调,在个人能力与社会需要的不匹配下陷入迷茫,在个人追求与时代要求的脱节上丢失担当,从而产生了奋斗意识被消磨、奋斗动力被侵蚀、奋斗自觉被削弱和奋斗信念被动摇的精神危机。

#### (一)丰满理想与骨感现实的落差消磨奋斗意识

理想与现实的矛盾是每个青年成长之路上无法回避的客观问题,其不仅在社会层面表现为理想图景与现实场景的落差,也在个人层面体现为理想自我与现实自我的冲突。“内卷青年”的最初愿景中既饱含着对国家长治久安的期待,也蕴涵了对自身实现抱负的要求。然而,当美好的实践规划与残酷的竞争现状难以调和时,部分青年就容易在丰满理想与骨感现实的交相博弈中陷入虚无。一方面,拥有更优越的发展环境和更广阔的成长空间的新时代青年相信能凭社会资源和自我投入改变命运,实现阶层跃升;但另一方面,就业领域不稳定等因素导致青年群体就业的压力依然较大。据报道,2022年高校毕业生规模预计1076万人,同比增加167万<sup>[17]</sup>,再加上新冠肺炎疫情的影响,部分青年一旦遭遇预期与实际的巨大落差冲击,容易被消磨主动奋斗的意识,产生“奋斗无用,不如躺平”的消极念头。值得注意的是,这种情况也导致“内卷青年”在不同程度上出现心理亚健康问题。壹心理《2021心理健康行业年度报告》

的研究表明,近7成年轻人有不同程度的焦虑情绪,而18-25岁年轻人的焦虑水平明显高于其他年龄段<sup>[18]</sup>。

### (二)自我认同与社会认同的失衡侵蚀奋斗动力

马克思主义认为,人的本质是一切社会关系的总和。自我认同是个体在自我与他人的社会交往中逐渐形成的关于自我定位和自我价值的思考,自我认同的理性建构需要在自我认知和社会评价的矛盾中不断协调,回答清楚“我是谁”“我在社会中的合适定位”“我应有的发展去向”“社会对我的评价”等问题,努力调整自我认同与社会认同的偏差。当自我认同能在与社会认同的磨合中维持相对平衡的状态,个体就会生成源源不断的奋斗动力,推动自我的发展与社会的发展同频共振。然而,互联网及信息技术的迭代更新使人们获取和交流信息的方式发生转变。中国互联网络信息中心(CNNIC)发布的第49次《中国互联网络发展状况统计报告》显示,截至2021年12月,我国网民规模达10.32亿,互联网普及率达73.0%。其中20-29岁、30-39岁网民占比分别为17.3%和19.9%,明显高于其他年龄段群体<sup>[19]</sup>。高度网络化的社交形态促使一批现实生活中的“卷王”凭兴趣爱好的匹配和身份情感的共鸣而汇集出一个个网络圈层。而网络信息传播的“信息茧房”效应和圈层信息互通的狭窄单一特质却会导致这些青年群体的思维认知出现片面性的危险,甚至有可能引发网络群体极化的危机。这种相对封闭性和片面性的群体交际使得身居其中的青年易受他人煽动,无法客观审视自身的实际情况,理性分析社会现象,往往只凭碎片化的信息就对当下的系列“内卷”现象予以非理性批判,萌生愤慨或低迷的情绪,丧失了奋斗的动力。“内卷青年”在无端消耗精力的过程中,错失了发挥主观能动性以完成自我理想角色的设定行动,同时也导致自我认同偏离了社会认同的方向。

### (三)个人能力与社会需要的失配削弱奋斗自觉

实现中华民族的伟大复兴已进入不可逆转的历史进程,新时代的中国青年既拥有施展才华、实现抱负的出彩机遇,也肩负着建设社会主义现代化强国、实现中华民族伟大复兴中国梦的时代重任,而青年个人能力的提升只有与社会发展的需要相匹配,才能共圆个人梦和国家梦。一方面,随着中国教育事业优先发展的不断深化,大学毕业生数量逐年增加,为我国经济的发展提供了强大的人才保障和智力支持。近年来快速兴起的新业态也催生了电竞选手、网络主播等大量新职业,为青年提供了更丰富多元的职业选择。但另一方面,有些用人单位抱怨招不到合适的大学生,一些岗位甚至出现“无人应聘”的尴尬境况。有调查显示,有八成大学生在选择“最愿意工作的两类企业”中首选国有企业,首选国企的人中半数同时也倾向于“政府机构”的工作机会<sup>[20]</sup>。就业难与用人荒并存现象的背后,反映的是部分青年个人能力与社会需求不相匹配的问题<sup>[21]</sup>,这一问题已经成为日益突出的青年群体结构性就业矛盾。面对这一矛盾,一些青年选择“学历避险”和“慢就业”,但也有一些青年人不懂得结合自身的性格特点、能力优势和发展目标进行合理选择规划,不注重了解学习党和国家发展大政方针,忽略了对相关行业和用人单位人才需求及招聘政策的分析,要么随大流,要么一条路走到黑,导致“无业可就”“有业不就”。在“供需脱节”“人岗不适”的持续困境中,这部分青年很容易迷失有效参与竞争的方向,导致消解持续奋斗的自觉意识。

### (四)个人追求与时代要求的脱节动摇奋斗信念

中国青年是实现中华民族伟大复兴的先锋力量。得益于国家经济实力、科技实力和综合国力的不断提升,新时代中国青年的发展基础日益厚实,不仅物质发展环境更为优越,精神成长空间也更加富足。立足于新的历史方位,社会的发展需要理想坚定、身心健康、知识丰富、品德优良的社会主义建设者和接班人,这要求广大青年要厚植爱国情怀,勇挑重担、堪当大任,在

党和人民最需要的地方释放奋斗的激情和青春的活力。然而,当前仍有部分青年将个人发展的需求仅仅局限于提高个人生活水平、提升社会地位之上,部分青年沉迷于个人物质条件的追求和虚荣心的满足而无法自拔,不敢在急难险重任务中冲锋在前,轻视平凡岗位的奉献精神,缺乏将“小我”融入祖国和人民的“大我”之中的思想觉悟和行动毅力,导致个人追求与时代要求遗憾脱节。例如,一些年轻干部错把享乐当成人生目标,背离全心全意为人民服务的宗旨,在刚刚成为单位骨干或是刚刚走上领导岗位时就步入以权谋私的歪道,不仅自毁前程,更给党和国家造成严重损失。这种现象发生的根源归根到底还是部分青年干部理想信念崩塌、价值观错位扭曲的问题<sup>[22]</sup>。

#### 四、培育新时代青年奋斗精神的可行路径

青年“内卷化”是社会环境和内在机制共同作用的结果。帮助“内卷青年”实现“去内卷化”是一个需要满足、思维建构、心理调适和价值塑造的复杂过程,既离不开外部条件的完善,又需要内在精神的支撑。中华民族从积贫积弱一步一步走向发展繁荣,离不开一代又一代人自强不息的拼搏奋斗。习近平总书记强调,“实现我们的发展目标,需要广大青年锲而不舍、驰而不息的奋斗。”<sup>[23]</sup>培育新时代青年的奋斗精神,既是保证中华民族兴旺发达的时代要求,也是青年有力应对“内卷化”负面效应的内在诉求。要破除青年“内卷化”的危机,就要以奋斗精神唤起劳动的价值理性在青年意义世界的全面复归。从资源供给、理论武装、能力培养和思想引领四个方面着手,培育青年形成埋头务实、矢志艰苦、开拓创新和接力持续的奋斗精神,这有利于引导青年树立正确的奋斗观,破除错误竞争观的干扰,助力青年在挣脱“内卷化”中逐渐趋于全面发展的境界。

##### (一)完善资源供给,培育青年埋头务实的奋斗精神

“人们为之奋斗的一切,都同他们的利益有关”<sup>[24]</sup>，“内卷化”现象的产生与传播折射出青年群体面对社会资源有限而个人争夺无力的焦虑心理。当基本的需求难以满足,人就极易遭遇物质缺乏和精神贫乏的双重困境,部分青年也易陷入非理性竞争的道德虚空境地。因此,完善资源的有效供给、及时回应青年发展的合理诉求就成为化解青年“内卷化”危机、维护社会和谐发展的首要前提。党的十八大以来,中国特色社会主义进入新时代,以习近平同志为核心的党中央大力倡导青年优先发展理念,新时代青年迎来难得的发展际遇。2021年,超过2500万贫困青年彻底摆脱贫困,中国青年的生活水平实现质的提升。同时,覆盖学前教育至研究生教育的学生资助政策体系也已建成且日趋完善,2020年资助资金总额超过2400亿元、资助学生近1.5亿人次,更多青年得以开启通往成才的大门<sup>[25]</sup>。随着图书馆、博物馆、文化馆等惠及青年的公共文化设施的不断完善,青年的精神需求也得到更好的满足。另外,当前我国日益完善的中国特色社会主义法治体系有效维护了青年发展的合法权益,“科教兴国”“人才强国”“健康中国”等国家重大战略为青年发展提供顶层设计支持,中国共产主义青年团、中华全国青年联合会、中华全国学生联合会等组织围绕青年和关照青年,为青年服务。这些都为青年的成长成才提供了坚强有力的保障,使青年无后顾之忧,能安心开展理论和实践学习。

同时,针对当下部分青年秉持“急于求成”的奋斗观和“急功近利”的竞争观,丧失对个人价值和社会价值的崇高追求这一现象,有必要通过奋斗精神的培育,引导青年形塑严谨务实的劳动态度和苦干实干的实践品格。既要通过学校教育、社会教育和家庭教育的相互配合,教育引导青年克服心浮气躁的不良作风,不被外界纷纷扰扰的杂音干扰,又要引导青年加强自我教育管理,静心且耐心地锻造“求真学问,练真本领”的品质,“甘于坐冷板凳,勇于做栽树人、挖井人”,树立正

确的世界观、人生观、价值观,增强自身的志气、骨气和底气,在自我历练与服务社会的过程中彰显劳动意义和人生价值。正如习近平总书记强调的那样,青年既要在学习增长见识,丰富学识,通晓天下道理,掌握事物发展规律<sup>[26]</sup>,同时也要注重在实践中加强磨练,增长本领<sup>[27]</sup>。

### (二)强化理论武装,培育青年矢志艰苦的奋斗精神

习近平总书记多次强调新时代的奋斗幸福观,深刻揭示出“幸福都是奋斗出来的,奋斗本身就是一种幸福”<sup>[28]</sup>之深厚意蕴。实现中华民族的伟大复兴之路依然面临挑战,这需要我们付出更为艰苦的努力。国家的希望在青年,民族的未来在青年。青年作为社会中最积极、最有生气的力量,要“坚持艰苦奋斗,不贪图安逸,不惧怕困难,不怨天尤人,依靠勤劳和汗水开辟人生和事业前程”<sup>[29]</sup>。

首先,要通过强化理论武装,着力培育新时代青年矢志艰苦的奋斗精神,引导青年形成正确的奋斗认知,帮助青年辩证看待得失,养成奋斗自觉,引领青年在奋斗中发挥主体性,体悟奋斗所带来的获得感和幸福感,锻造奋斗自信,以抵御“佛系”“躺平”等社会心态的消极影响,避免部分青年受客观环境的制约和自身思维的牵制,在社会激烈竞争的“内卷化”席卷中因无法企及自我的实现与社会的认同,而生成片面甚至是错误的奋斗观念。其次,要以马克思主义的奋斗观指导青年廓清自身奋斗观的误区,熔铸矢志艰苦的奋斗意志,“立鸿鹄志,做奋斗者”。最后,要引导青年时刻坚持自我革命,以奋斗为美,吃苦为乐,磨练勇于吃苦、敢于吃苦、乐于吃苦的意志品质,而不仅仅关注消费行为上的艰苦朴素。只有如此,青年才能受挫而不短志,经得起一切不良风气的考验和不良行为的诱惑,真正成为堪当民族复兴重任的时代新人。在新冠肺炎疫情防控斗争中,一大批青年人成为主力军,不畏艰险、挺身而出,在国家抗疫史册上留下亮丽的青春底色,这就是最鲜活的例证。

### (三)激发发展活力,培育青年开拓创新的奋斗精神

开拓创新的奋斗精神是中华民族永葆生机活力的法宝,也是当代青年应该磨砺的宝贵品质。这种奋斗精神所生发出的创新力是人所特有的一种创造性的理论思维和实践能力。进入新时代,创新已成为引领社会发展的第一动力,而驱动创新的关键是人才。“拥有一大批创新型青年人才,是国家创新活力之所在,也是科技发展希望之所在。”<sup>[30]</sup>因此,必须培育青年开拓创新的奋斗精神,助力青年生成突破“内卷化”的发展活力。

首先,要激发青年的创新思维和创造才能,防止青年困于主体迷思,沦为劳动意义上虚空的“打工人”。当前,不断扩展的精神文化生活空间使青年的见识阅历更加广博,也为青年培养创新创造的能力提供了必要支撑。然而,当前部分青年被禁锢于特定的“内卷化”圈层,圈层社交中片面甚至极化观点的侵蚀极易诱发青年形成“沉默的螺旋”心理,消解了青年创新性思考的意识和创造性实践的能力。为此,有必要多鼓励支持青年的创造之维,“用欣赏和赞许的眼光看待青年的创新创造,积极支持他们在人生中出彩”<sup>[31]</sup>,只有努力增强教育服务创新发展的能力,才能“培养更多适应高质量发展、高水平自立自强的各类人才”<sup>[32]</sup>,这正是新时代劳动教育要“以教会能动创新为根本目标”<sup>[33]</sup>的体现。其次,要引导青年破除观念趋同和行动从众的圈层壁垒,指引青年聚焦事关党和国家全局性、根本性、关键性的重大问题,激发思维活力,发掘创新潜能,努力在基础研究和前沿工程中刻苦攻关、施展才干,为国家创新驱动发展战略的实施贡献力量。当前,得益于党和国家的政策支持,已有一批青年创新人才在各行各业中脱颖而出,“北斗卫星团队核心人员平均年龄36岁,量子科学团队平均年龄35岁,中国天眼FAST研发团队平均年龄仅30岁”<sup>[34]</sup>。这些先锋力量为新时代青年刻苦学习本领、大胆创新创造树立了榜样。最后,要鼓励青年开拓国际视野,汲取文明智慧,在日益激烈的国际竞争中始终保持推陈出新的干劲,善于抓住创新创造的机会,传播好中国声音,让世界感受到中国青年的创新



型活力和创造性力量。这不仅是中国提升发展动力和国际竞争力的必然要求,也是青年应对竞争挑战,用智慧才干描绘事业蓝图的内在诉求。

#### (四)突出思想引领,培育青年接力持续的奋斗精神

追梦需要激情和理想,圆梦需要奋斗和奉献。“实现中国梦是一场历史接力赛”<sup>[35]</sup>,离不开一代代青年的接力奋斗。这既是党和人民对青年成长发展的殷切期望,也是青年将自己的人生理想与祖国的前途命运紧密相连的应有价值取向。因此,要教育引导新时代青年在实现民族复兴的赛道上奋勇争先,以实现中华民族伟大复兴为己任,不负时代,不负韶华。针对部分青年受多元社会思潮的冲击,将个人主义奉为奋斗的圭臬,崇尚个人利益至上,缺乏奉献担当情怀的不良现象,要帮助青年在服务他人和造福社会的过程中规避“可怜、有限、自私”的乐趣,寻求更高层次的获得感和幸福感,以抵御“精致利己主义”的侵蚀,真正用行动践行马克思在中学毕业论文《青年在选择职业时的考虑》中所说的完美境界:“人只有为同时代人的完美、为他们的幸福而工作,自己才能达到完美”<sup>[36]</sup>。

此外,立足中华民族伟大复兴战略全局和世界百年未有之大变局,青年既有读懂中国大局和世界变局的渴求,也有找准历史坐标和发展定位的困惑,如果不能及时回应青年的诉求并解答青年的问题,部分青年就容易迷失前进的方向,丢失建功立业的接力棒。因此,培养青年的接力奋斗精神,还要带领青年在对党的百年成就经验的总结反思中,认清历史发展的大势,体悟到个人与国家、国家与世界的联系,从而明确自身的历史责任,增强历史定力,胸怀“国之大事”,“把对祖国血浓于水、与人民同呼吸共命运的情感贯穿学业全过程、融汇在事业追求中”<sup>[37]</sup>。

正如习近平总书记强调的那样,“只有当青春同党和人民事业高度契合时,青春的光谱才会更广阔,青春的能量才能充分迸发。”<sup>[38]</sup>“没有广大人民特别是一代代青年前赴后继、艰苦卓绝的接续奋斗,就没有中国特色社会主义新时代的今天,更不会有实现中华民族伟大复兴的明天。”<sup>[39]</sup>

### [ 参 考 文 献 ]

- [1] 王 红 陈 陟:《“内卷化”视域下“双减”政策的“破卷”逻辑与路径》,载《教育与经济》,2021年第6期。
- [2] 赵 洁:《“自我异化”与人的复归:“内卷化”的实质、成因和纾解》,载《理论导刊》,2021年第10期。
- [3] 付茜茜:《从“内卷”到“躺平”:现代性焦虑与青年亚文化审思》,载《青年探索》,2022年第2期。
- [4] 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》,载《中国青年研究》,2022年第2期。
- [5] 杨 磊 朱德全 樊亚博:《教育真的内卷了吗?——一个批判分析的视角》,载《内蒙古社会科学》,2022年第2期。
- [6] 张庆梅 风笑天:《文创青年:一种“去内卷化”的实践逻辑——基于典型个案的质性研究》,载《中国青年社会科学》,2021年第6期。
- [7] 康 德:《判断力批判》,邓晓芒译,北京:人民出版社2017年版,第213页。
- [8] 周大鸣 郭永平:《谱系追溯与方法反思——以“内卷化”为考察对象》,载《世界民族》,2014年第2期。
- [9] 杜赞奇:《文化、权力与国家:1900—1942年的华北农村》,王福明译,南京:江苏人民出版社2010年版,第55页。
- [10] 黄宗智:《小农经济理论与“内卷化”及“去内卷化”》,载《开放时代》,2020年第4期。
- [11] 徐英瑾:《数字拜物教:“内卷化”的本质》,载《探索与争鸣》,2021年第3期。
- [12] 《人类学家项飙谈内卷:一种不允许失败和退出的竞争》, [https://www.thepaper.cn/newsDetail\\_forward\\_9648585](https://www.thepaper.cn/newsDetail_forward_9648585)
- [13] 彭慕兰 史建云:《世界经济史中的近世江南:比较与综合观察——回应黄宗智先生》,载《历史研究》,2003年第4期。
- [14] 徐菁菁 郭子介:《顶尖高校:绩点考核下的人生突围》, <https://www.lifeweek.com.cn/article/110945>
- [15] 吴炜生 陈锡喜:《习近平关于马克思主义大众化的重要论述的战略思维与实践意蕴》,载《北京教育(德育)》,2021年第5期。

- [16] 《授权发布:中共中央 国务院印发〈中长期青年发展规划(2016—2025年)〉》, [http://www.xinhuanet.com/ttgg/2017-04/14/e\\_1120806695.htm](http://www.xinhuanet.com/ttgg/2017-04/14/e_1120806695.htm)
- [17] 《教育部:2022届高校毕业生规模预计1076万人,同比增加167万》, <https://view.inews.qq.com/a/20211228A05XB900>
- [18] 《单身易抑郁,已育最幸福?〈心理健康行业年度报告〉》, <https://m.xinli001.com/info/100481390?from=search>
- [19] 《第49次〈中国互联网络发展状况统计报告〉》, [http://www.cnnic.net.cn/hlwfzyj/hlwzxbg/hlwtjbg/202202/t20220225\\_71727.htm](http://www.cnnic.net.cn/hlwfzyj/hlwzxbg/hlwtjbg/202202/t20220225_71727.htm)
- [20] 《求解青年就业难题》, [http://www.cfen.com.cn/dzb/dzb/page\\_3/202111/t20211125\\_3768883.html](http://www.cfen.com.cn/dzb/dzb/page_3/202111/t20211125_3768883.html)
- [21] 胡永青:《大学生就业能力结构与社会需求的差异研究》,载《国家教育行政学院学报》,2014年第2期。
- [22] 韩亚栋:《年轻干部违纪违法问题引关注 警惕成长黄金期成贪腐危险期》,载《中国纪检监察报》,2021年12月18日。
- [23] 中共中央文献研究室:《十八大以来重要文献选编》(上),北京:中央文献出版社2014年版,第280页。
- [24][36] 《马克思恩格斯全集》(第一卷),北京:人民出版社1995年版,第187、459页。
- [25][34] 《〈新时代的中国青年〉白皮书》(全文), <http://www.scio.gov.cn/ztk/dtzt/47678/48169/48177/Document/1723487/1723487.htm>
- [26] 中共中央党史和文献研究院:《十九大以来重要文献选编》(上),北京:中央文献出版社2019年版,第651页。
- [27] 中共中央文献研究室:《习近平关于青少年和共青团工作论述摘编》,北京:中央文献出版社2017年版,第53页。
- [28] 习近平:《在北京大学师生座谈会上的讲话》,北京:人民出版社2018年版,第12页。
- [29] 中共中央文献研究室:《习近平关于社会主义文化建设论述摘编》,北京:中央文献出版社2017年版,第146页。
- [30] 中共中央文献研究室:《十八大以来重要文献选编》(中),北京:中央文献出版社2016年版,第27页。
- [31] 习近平:《在纪念五四运动100周年大会上的讲话》,北京:人民出版社2019年版,第16页。
- [32] 《习近平看望参加政协会议的医药卫生界教育界委员》, <http://jhsjk.people.cn/article/32044476>
- [33] 张雪梅 胡露露:《新时代青年劳动教育的特点及趋势》,载《中国青年社会科学》,2021年第5期。
- [35][38] 习近平:《在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上的讲话》,载《人民日报》,2022年5月11日。
- [37] 《习近平在中国人民大学考察时强调:坚持党的领导传承红色基因扎根中国大地 走出一条建设中国特色世界一流大学新路》,载《人民日报》,2022年4月26日。
- [39] 中共中央党史和文献研究院:《十九大以来重要文献选编》(中),北京:中央文献出版社2021年版,第31页。

(责任编辑:张 丹)