



“冷词热传”反映的社会心态及内在逻辑

王俊秀

【摘要】近期，“内卷”“打工人”等相继成为流行语。人们日常讨论中的“内卷”与学术概念“内卷”用法不同，其中最大的差异在于前者讨论的是个体或群体的行为或处境。“打工人”流行需要关注的是“打工人”的泛化，其实质是一种社会地位焦虑。“内卷”与“打工人”的流行其内在逻辑是一致的，反映的也是一种地位焦虑。“内卷”最能激起人们共享现实感受的是，人们对资源有限而竞争激烈的升学、求职、晋升、婚恋等与个人社会地位有关的经验。“内卷”“打工人”等词语的“同义反复”值得社会关注。

【关键词】“内卷”“内卷化”“打工人”地位焦虑 共享现实

【中图分类号】C912.6 【文献标识码】A



近期，“内卷”“打工人”等相继成为流行语，这些热词的出现是偶然现象吗？使用这些流行语的大多数是年轻人，他们要用这些热词表达什么？这些热词的流行反映了怎样的社会心态？其背后是否具有一致的内在逻辑？这些现象具有什么样的社会意义？

人们日常讨论中的“内卷”与学术概念“内卷”的用法明显不同，最大的差异在于不是讨论制度和文

化，而是讨论个体或群体的行为或处境

人们日常讨论中的“内卷”与学术概念“内卷”的用法明显不同，最大的差异在于不是讨论制度和文

化，而是讨论个体或群体的行为或处境

不断填充到有限的水稻生产中，农业内部变得更精细、更复杂。格尔茨用“农业内卷化”来概括这一过程。

“内卷化”引起中国学术界的关注，是由于黄宗智在著作《华北的小农经济与社会变迁》和《长江三角洲小农家庭与乡村发展》中分析过去几个世纪中国农村状况时，借用了人类学家的“农业内卷化”概念。他用“农业内卷化”概念来说明劳动密集化带来单个劳动日报酬递减，表现为没有发展的增长，“内卷的要旨在于单位土地上劳动投入的高度密集和单位劳动的边际报酬减少，近世以来还存在着‘过密型商品化’”。

总的来看，以往学术界对于“内卷”的讨论基本上是在制度、文化层面进行的。从制度变迁角度看，

变迁被概括为演化、革命和内卷三种典型形态：演化是指一种连续性的、增进性的、发散性的或沿革式的社会变迁；革命是一种间断性的、突发式的或者说剧烈的社会制度的改变与更替，是从一种社会制度跳跃式地改变为另一种社会制度；而内卷则是一个社会体系或一种制度在一定历史时期中、在同一个层面上内卷、内缠、自我维系和自我复制。与演化相比，内卷表现为自我重复而没有增进。如果用登山来比喻，演化就像是走盘山路，螺旋上升，不断缩短与山顶的距离；而内卷则是在山脚下或半山腰不断循环，永远无法登顶。

人们日常讨论中的“内卷”与学术概念“内卷”相同吗？从网上一些流行文字中可窥一斑。有人说，“什么叫作内卷？说白了就是过剩的人口投入到有限资源的争夺之中”。有人把“内卷”用在了教育竞争上，如“招生名额是一定的，报考人数也是一定的，但有的学校开始补课，其余学校担心考分落后都跟着补课，结果所有人的考分都提高了，但录取分数线也随之提高了”。也有人把“内卷”用于职场竞争，如一些人为了在领导面前表现努力工作，经常不按时下班，其他人也如法炮制，最后形成大家都故意加班的局面。事实上，“内卷”的话题已经覆盖了人们生活的各个方面。2020年10月31日，《澎湃新闻》发布了一篇关于“内卷”的基于微博、知乎文章的分析报告，从这个分析报告中可以比较全面地了解“内卷”一

词的用法。报告中的高频词包括“资源”“发展”“资本”“生产力”“制度”“蛋糕”“分配”“市场”等与社会背景相关的词汇，“竞争”“努力”“剥削”“抢夺”“陷入”等动词，“生活”“加班”“高考”“教育”“公司”“学校”“消费”“内耗”“收入”等与个人生存发展相关的词汇，以及“打工”“孩子”“劳动者”“学生”“老师”“女性”等涉及身份的词汇。可以看出，人们日常讨论中的“内卷”与学术概念“内卷”的用法明显不同，最大的差异在于不是讨论制度和文

化，而是讨论个体或群体的行为或处境。

基于共享现实理论，共同的“被内卷”感受形成一种社会气氛，人们共同感受到一种强大的压力，并选择了同样的“内卷”生活方式

“内卷”一词之所以在社会大众特别是青年群体中流传，是因为它所描述的社会现象引起了他们的共鸣。青年群体通过“内卷”这面镜子既看到了投射其中的自己以及自己的生活，也看到了那些和自己有相同命运和处境的人；他们都对“被内卷”的现状感到不满和无奈。这种现象在社会心理学中被称为共享现实。共同的“被内卷”感受形成一种社会气氛，人们共同感受到一种强大的压力，并选择了同样的“内卷”生活方式。

按照共享现实理论，共享现实是人们基于寻求一种与他人共有关

于这个世界内在状态的动机而形成的。该理论认为，共享现实有四个条件。第一，人们要共享的是一种内在的心理状态，而不是要去经历他人在形成这种内在状态时所经历的事情，因此人们需要去了解或参照他人的内在状态。第二，这种共享现实是以他人的感受为参照的。例如，当公司职员在讲述他们的“内卷”处境时，农民工、教师也会从各自的体会中寻找类似的感受。第三，人们有建立共同的内在状态的动机。当人们从各自的生活经历中体会到“内卷”的处境时，这种共同心态的联结对于个体而言是重要的，即个体能够通过他人获得心理慰藉——自己的处境并不孤单，进而寻求对现状的改变，发出共同声音，引起社会关注。第四，有过与他人共享的经历。个体会把自己归属于一个“内卷”的身份群体之中，而这种归属是以共同享有的现实为基础的。

共享现实理论在一定意义上可以解释流行语为什么广为传播。按照共享现实理论，信息是由交流者共同建构的。“内卷”概念被使用时其原初含义会发生偏移。我们看到，流行语的传播者具有共享观念，使得他们能够知觉到内在状态的一致。之所以会产生这样的结果，是因为达成共享现实的方法之一就是调节自己的观点，使之与别人的观点相近。个体都有合群的动机，这种动机越强，越会根据别人的看法来调整自己的观点，以得到共享现实感。很多时候，人们并不去深究这种共



享现实多大程度上是真实存在的,而事实上,仅凭个人主观感受是难以作出客观判断的。因此,共享现实感越强,越可能会促发和增强人们的共同感受。个体越是认同“内卷”的存在及其无法超越性,越会进入“被内卷”的状态,进而在客观上强化这种现实。

“打工人”一词的流行源于“打工人”对自我身份的认同,他们希望得到社会的关注、承认和尊重

就像“内卷”源于“内卷化”,“打工人”也不完全是新词,“打工人”源于20世纪改革开放初期的“打工”“打工仔”。随着改革开放的推进,出现了一个新群体——“打工族”。这个群体不属于传统的农民、国企职工、商人、国家公务人员。他们一般来自内地,到沿海开放城市去务工,多数人的户籍在农村,农忙时节还会回去务农。他们一般学历较低,从事薪水较低的艰苦工作。“打工族”中比例最大的是那些流入城市的农村劳动力,他们被冠以一个矛盾的称谓——“农民工”。改革开放40多年来,农民工更新换代,出现了“农民工二代”“打工二代”,也出现了新的表述——“新生代农民工”。为了消除身份上的歧视,政府管理部门用“新市民”来称谓城镇化背景下的这一群体。“打工人”成为流行语,据说源于某一网红发布的一些视频,他用黑色幽默的方式吹捧自己打工人、保安、大专生的身份,之后被广泛传播和模仿,

越来越多的人发起了打工语录。

从“打工仔”到“打工人”,这一词语的流行显然不是因为一字之差,而是因为这些“打工人”对待自己身份的态度改变——认同自己“打工人”的身份,一改几十年来打工群体都要面对的身份尴尬和认同危机。“打工人”语录几乎都是“两段论”的表述,“先抑后扬”或“先扬后抑”。虽然他们也倾诉和抱怨自己打工生活的辛苦和艰难,用自嘲、调侃和讽刺的方式来表达自己的处境,但他们并不悲观失望,而是接受自我、接受现实,并且不断地鼓励自我。他们希望社会承认他们的价值,希望得到社会的关注和尊重。新一代打工者的这种态度不仅激励着与他们身份相同的“打工人”,也激励着与他们身份不同的人,得到了社会的广泛关注。

对“打工人”身份认同的挣扎,实质上体现了一种对社会地位下沉的焦虑

可以看到,从“打工仔”到“打工人”,由他称变成了自称,其内涵也从外来务工人员泛化到为了生活辛苦打拼的工薪阶层。“打工人”等同于劳动者,不仅包括农民工、蓝领工人,也包括办公室的白领、IT界的“码农”等。

“打工人”流行真正需要关注的是“打工人”的泛化。那些“996”工作制下的“码农”、终日为绩效所困的白领、承受教学和科研双重压力的“青椒”、自我命名为“985废

物”的学霸们,许多并非传统意义上的打工者,却将自己认同为“打工人”。这种身份认同包含着无奈与不甘,这种无奈与不甘是一种与“打工人”境遇相似的无奈与不甘。这种身份认同的挣扎实质上体现了一种对社会地位的焦虑,即对自己社会地位下沉的焦虑,自称“打工人”是对自身要时刻保持危机感的提醒。

地位焦虑是一个普遍现象。每个人对于社会地位的预期都是向上的,所以现实中如果感受到自己的社会地位没有上升或者可能下降时就会出现焦虑;如果感受到的是社会地位已经下降,则焦虑的情绪更甚,出现恐慌或者其他更为严重的消极情绪。以2017年中国社会科学院社会学研究所社会心理学研究中心的社会心态全国调查为例。该调查要求被调查者对自己五年前、现在(调查时)和五年后,以及下一代的社会地位进行评价,社会地位评价用从1到10的阶梯表示(1最低,10最高)。被调查者回答的五年前的等级较低,平均等级为3.44,现在的平均等级为4.45,五年后的平均等级为5.89,而下一代的平均等级为6.76,平均等级不断增加,且幅度较大。从等级分布上看,五年前社会地位评价整体分布不均衡,集中在低等级的一端,主观社会阶层评价为1至5的合计占85.2%,而7至10的合计占7.5%。对现在的社会地位评价整体分布比较均衡,低等级的1至5合计占76.3%,中间等级的6至8分别占14.4%、5.7%和2.0%,高等级的9

和 10 分别占 0.5% 和 1.1%，与五年前相比出现大幅度地向上移动。对五年后社会地位的预期则高于现在的社会地位评价，出现了一个较为理想的阶层分布形态，低等级的 1 到 5 合计占 40.5%，中间等级的 6 至 8 合计所占比例达到了 51.6%，高等级的 9 和 10 分别占 3.7% 和 4.2%。而对于下一代的社会地位预期则更高，低等级的 1 至 5 合计占 27.1%，中间等级的 6 至 8 合计占 52.0%，而高等级的 9 和 10 分别占 8.6% 和 12.3%。

从调查结果可以看出，人们感受到了社会地位的上升，对自己未来社会地位的预期持续上升，且预期上升的速度较快。但是，我国经济在经历了几十年的快速增长后开始逐渐放缓，特别是 2020 年受新冠肺炎疫情的冲击，经济的不利影响逐渐传导到个人的就业和收入，使得人们感受到生活的困难与艰辛，也影响到他们的社会地位评价。新冠肺炎疫情和经济下行叠加带来的不确定性，使一些人感受到了就业、升迁的艰难与不稳定，一些原本比较优越的群体开始觉得自己的处境与“打工人”类似，出现了向下流动的恐慌。

关注“内卷”“打工人”等词语的“同义反复”，警惕“内卷化”对社会资源的消耗、对社会信心的挫伤，关怀青年成长，消解他们的地位焦虑

“内卷”的流行与“打工人”的

流行其内在逻辑是一致的，对“内卷”处境的言说所表达的也是一种地位焦虑。“内卷”最能激起人们共享现实感受的，是人们对资源有限而竞争激烈的升学、求职、晋升、婚恋等与个人社会地位上升有关的经验。尽管自我的提高不一定带来地位的上升，但在周围人都努力完善自我的情况下被动选择“内卷”而努力避免自己下沉成为多数人的生活策略。

向上流动是每个人的愿望，但这种愿望的实现却是困难的。并不是每个人都能感受到自己社会地位的上升，因此身份认同带来的社会地位焦虑是广泛的，很容易成为众人共享的现实，这也是“打工人”流行如此之广的原因。

如何消除地位焦虑，不同人的态度、做法不同。自嘲、调侃、讽刺、恶搞等成为年轻人经常使用的方式，反映在不断花样翻新的流行语上，而其实质却是每隔一段时间的“同义反复”。不久前流行的“小镇做题家”“985 废物”“社畜”表述的是年轻人在社会竞争中的不如意，其实质也是在言说“内卷”环境下的地位焦虑，与“打工人”“内卷”不同的是，其共享现实的群体人数有限。同样地，那些“被困在系统中的人”也是在描述“被内卷”而社会地位无法上升的人。

“内卷”“打工人”等词语的“同义反复”值得社会关注，要认识到这一现象释放的信号意义，警惕“内卷化”对社会资源的消耗、对社会信心的挫伤；要关怀青年成长，消

解他们的地位焦虑。这不外乎两条路径，一是社会的路径，一是个体的路径。社会的路径就是真正落实以人为本的发展理念，努力创造适应社会成员发展的社会环境，努力为每一位奋斗者提供公平上升、追求发展的通道。个体的路径就是鼓励和引导个体自身及其家庭合理规划发展路径和未来预期，以实现不断发展。

人民论坛

（作者为内蒙古师范大学心理学院教授，中国社会科学院社会学研究所社会心理学研究室主任、研究员、博导）

【注：本文系国家社科基金重大项目“社会心理建设：社会治理的心理路径”（项目编号：16ZDA231）阶段性成果】

【参考文献】

- ①刘世定、邱泽奇：《“内卷化”概念辨析》，《社会学研究》，2004 年第 5 期。
 - ②吴莹、杨宜音：《社会心态形成过程中社会与个人的“互构性”——社会心理学中“共识”理论对社会心态研究的启示》，《社会科学战线》，2013 年第 2 期。
 - ③陶塑、许燕：《共享现实理论：社会认知研究的新视角》，《学习与探索》，2014 年第 3 期。
 - ④王俊秀：《居民需求满足与社会预期》，《江苏社会科学》，2017 年第 1 期。
 - ⑤《年轻人为何会有内卷情绪》，《中国青年报》，2020 年 11 月 5 日。
- 责编 / 孙渴 美编 / 杨玲玲