

马尔库塞虚假需求理论视域下“内卷”现象的评述

刘人铭

南京林业大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2025年6月9日; 录用日期: 2025年6月30日; 发布日期: 2025年7月11日

摘要

本文以马尔库塞的虚假需求理论为分析框架,对当代社会的“内卷”现象展开深入探讨。研究背景方面,随着中国社会主要矛盾的转变,人们对高质量生活的追求催生出内卷现象,其本质是非理性的内部竞争,而马尔库塞的理论为剖析这一现象提供了独特视角。马尔库塞虚假需求批判理论指出,在资本主义社会,技术、商品与消费逻辑结合,通过大众媒介制造虚假需求,使人们陷入对物质的狂热追逐,失去真实需要和反抗欲望,这种需求是外部强加的,服务于资本增殖,导致社会不公平持续存在。当下的内卷现象可分为“享受型”和“功利型”,前者是个体积极主动参与竞争并以过程为价值实现,后者则是基于利益计算、以结果为导向的策略性竞争,反映了市场化社会中个体应对压力的不同策略。从生成逻辑看,虚假需求制造了过度竞争目标,将“成功标准”标准化、量化,使个体陷入单向度思维;同时通过意识形态和技术理性维持内卷机制,让个体主动内化竞争法则。不过,随着个体主体意识觉醒和社会制度性反思,虚假需求在内卷中有消散迹象,但资本也在以新话语重构虚假需求。

关键词

马尔库塞, 虚假需求理论, 内卷

Commentary on the “Involution” Phenomenon from the Perspective of Marcuse’s Theory of False Needs

Renming Liu

College of Marxism, Nanjing Forestry University, Nanjing Jiangsu

Received: Jun. 9th, 2025; accepted: Jun. 30th, 2025; published: Jul. 11th, 2025

Abstract

This article takes Marcuse's theory of false needs as an analytical framework to conduct an in-depth exploration of the "involution" phenomenon in contemporary society. In terms of the research background, with the transformation of the principal contradiction in Chinese society, people's pursuit of a high-quality life has given rise to the involution phenomenon, which is essentially irrational internal competition. Marcuse's theory provides a unique perspective for analyzing this phenomenon. Marcuse's critique of false needs theory points out that in capitalist society, technology, commodities, and the logic of consumption combine to create false needs through mass media, leading people to become obsessed with material possessions and lose their true needs and desire for resistance. These demands are externally imposed and serve the accumulation of capital, perpetuating social inequality. The current involution phenomenon can be divided into "enjoyment type" and "utilitarian type". The former involves individuals actively and voluntarily participating in competition and valuing the process as a means of achieving value, while the latter is a strategic competition based on interest calculation and result orientation, reflecting different strategies individuals adopt to cope with pressure in a market-oriented society. From the perspective of the generation logic, false needs create excessive competition goals, standardize and quantify the "success criteria", trapping individuals in one-dimensional thinking; at the same time, they maintain the involution mechanism through ideology and technological rationality, making individuals internalize the competition rules voluntarily. However, with the awakening of individual subject consciousness and social institutional reflection, there are signs of the dissipation of false needs in involution, but capital is also reconstructing false needs with new discourses.

Keywords

Marcuse, Theory of False Needs, Involution

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 研究背景

改革开放以来,我国社会迎来了飞速的发展,人民物质生活水平显著提高。随着中国特色社会主义进入新时代,我国社会目前的主要矛盾已转变为人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾。一方面,人民群众期盼着更高质量的生活;另一方面我国发展不平衡不充分的问题仍然存在。这一矛盾的转变既是对改革开放以来我国发展成就的充分肯定,也指明了新时代我国发展的努力方向。与此同时,对高质量生活的追求导致了内卷现象的产生,“内卷”本是一个学术名词,常用作“内卷化”,最初用于描述内部不断精细化的文化现象[1]。但是在当代语境中,内卷被赋予了新的内涵,现被广泛用于描述一种非理性的内部竞争状态,通常指在资源有限的环境中,个体或群体通过不断自我加压、过度竞争以获取相对优势,但最终导致整体效率下降、个体疲惫不堪的现象。马尔库塞在《单向度的人》中提出的“虚假需求”理论,为剖析现代社会中资本与技术合谋下的需求异化提供了独特视角。通过梳理马尔库塞虚假需求批判理论的核心内涵,结合我国内卷现象的具体表现,揭示二者在需求异化、价值扭曲、主体束缚等层面的内在关联。

2. 马尔库塞虚假需求批判理论的核心内涵

资本主义社会经过了工业革命后，社会生产力得到了飞速的发展，人们的物质生活水平也得到了巨大的提升。马尔库塞认为，正是技术、商品与消费逻辑结合在一起，并延伸到人的本能领域，从而使人们失去了真实需要的动机和反抗的欲望，并且将资本主义统治的新形式更深地植入到当下社会中。具体来说，消费社会通过制造各种虚假需求实现了需要与商品的一体化，并导致了人们对物质的虚假需求的狂热追逐[2]。这里的“虚假需求”是马尔库塞在《单向度的人》中所多次提到过的概念，他指出，为了特定的社会利益而从外部强加在个人身上的那些需要，使艰辛、侵略、痛苦和非正义永恒化的需要，都是“虚假的”需要[3]。在充满虚假需求的现实生活中，人们难以区分什么是虚假需求，什么是真实需求。概言之，虚假需求是相对于真实需求而言，区分二者的根本标准是该需求是否与人类幸福有必然联系。有必然联系的称之为真实需求，反之则为虚假需求[4]。

虚假需求使得不公平的乱象在社会中长期存在下去。这些需求并非来自于个体的意愿，而是由社会这一外部的力量来控制和决定的，是统治阶级实行压迫的工具。它产生的根本动因就是为了满足人们对物质的极度追求而产生的资本增殖。当代资本主义一个典型的特征就是通过电视、电影等大众媒介连续地全面地制造虚假市场，使得一些有利于资产阶级实现价值增殖目的的观念深入人心。因此，人们在没有意识到他们所认为的需求是否符合自身的需要之际，在外界所制造的心理压力之下，对社会绝对服从，从而陷入消费陷阱之中。这就是当代资本主义生产出来的“富裕与痛苦并存”的新世界，每个人都患上了“不幸中的欣快症”[5]。

到了数字资本主义时代，数字技术与资本逻辑联系紧密，进一步强化了虚假需求的产生和演变。数字资本通过对消费者数据的收集与分析，能够精准定位消费者的潜在需求和心理偏好，进而利用数字平台和数字营销手段，有针对性地向消费者推送商品和服务信息，激发消费者的购买欲望。

数字平台为虚假需求的传播提供了广阔的空间。社交媒体平台上的网红营销、直播带货等形式，通过营造消费氛围、制造消费热点，引导消费者跟风消费。网红推荐的产品往往并非基于产品本身的质量和消费者的实际需求，而是受到商业利益的驱动，从而诱导消费者产生虚假需求。数字技术的发展使得虚拟商品和服务大量涌现，如网络游戏中的虚拟道具、数字艺术品等，这些虚拟产品的消费更多的是满足消费者的心理和精神需求，而这种需求很容易被数字资本所操纵和塑造，导致虚假需求的产生。数字资本主义的发展使得消费主义文化盛行，消费被视为人生价值的体现，进一步推动了虚假需求的膨胀。

马尔库塞的虚假需求理论虽然完全否定了技术进步对社会发展的意义，存在着根本性的缺陷，但是对于我们现实生活来说还是具有深远的意义的。首先这一理论揭示了资本主义社会的阴暗面，在资本家的操控下，人成为了物的奴隶，虚假需求的满足并没有给人们带来真正的幸福。展开来说，虚假需要是资本通过大众媒介向人们传播的，强加在人身上的需要，这种需要的满足只是表面上的满足，往往会让人忽视其本质的需要，是对精神上的自由和解放的剥夺。其次，在此基础上虚假需求理论让我们看到了科学技术的双面性。一方面科学技术的进步给我们的生活质量带来了极大的提升，另一方面技术的发展使得异化现象泛滥，所以我们要发挥科学技术的积极作用，端正使用科学技术时的态度，使科技造福于人类。最后，马尔库塞的虚假需求理论推动了社会的发展，为解决一些社会问题提供了新路径，就比如对下文所提到的内卷现象的缓解。

3. 内卷现象的基本阐释

内卷的英文名叫 *involution*，它的前缀 *in* 是向内的意思，跟 *evolution* (进化) 相比，这个单词的意思就是向内部发展。内卷这个词最早可以追溯到康德的《判断力批判》这本书，书里说“事物的演化可以向内演化，也可以向外演化”。

美国人类学家克利福德·格尔茨将其引入社会学领域，描述农民在人口压力下不断增加种植的劳动投入，却因劳动的边际报酬递减，形成“没有发展的增长”。后经由杜赞奇、黄宗智等人的运用，“内卷化”逐渐成为中国历史学研究中的一个重要概念[1]。当代社会的内卷现象可划分为“享受型”与“功利型”两种典型形态：前者表现为个体以积极自主的姿态参与竞争，将过程本身视为价值实现，典型如“斜杠青年”通过多元技能与职业身份的探索，在兴趣与事业的动态平衡中获得满足；后者则具有鲜明的工具理性特征，参与者基于精确的利益计算，以结果为导向展开策略性竞争，常伴随得失焦虑。这两种形态折射出市场化社会中个体应对压力的差异化策略——享受型内卷体现了后物质主义价值观下对自我实现的追求，功利型内卷则反映了绩效社会对行为模式的制度性塑造，二者的分野不仅关乎竞争参与者的主观体验，更深刻揭示了当代青年在社会结构约束下发展出的适应性生存智慧。

4. 虚假需求理论对内卷现象生成逻辑的解释

4.1. 虚假需求制造过度竞争目标

现代社会的控制不再依赖于暴力手段，而是通过意识形态的方式将虚假需求自然化，让人主动的去接受内卷的规则。资本主义意识形态将竞争塑造成“人性本能”，将内卷归因于“个体不够努力”，而非社会资源分配的结构性问题。在职场上，首先，劳动者所创造的劳动成果往往被资本方完全占有；其次是企业通过制定 KPI 考核将劳动者降格为可量化的数据单元；最后，职场中流行的标签化认知剥夺了劳动者的类本质。这些职场上的异化现象与当代内卷现象存在着深刻的辩证关系，塑造了以职位等级和薪资水平为核心的虚假需求，将劳动者卷入无意义的竞争中。在内卷现象中，竞争目标往往并非基于个体的真实发展需要，而是依托于虚假需求所构建的“成功标准”。这种标准化的评价机制垄断了社会对“成功”的解释权，将人的主体性量化为可计算的数据，迫使个体在既定的量化框架内展开博弈，从而丧失对多元价值取向的想象能力与批判意识，陷入“单向度思维”的困境之中。这一分析揭示了内卷现象的深层本质：当竞争目标被虚假需求所操控，其非理性扩张必然导致社会资源的低效消耗与人性发展的全面异化，而突破这一困境的关键，在于重新锚定需求的真实性，重建以人的自由全面发展为导向的多元竞争体系。

4.2. 虚假需求维持内卷机制

在马尔库塞社会批判理论的视域下，虚假需求对内卷机制的维持本质上是资本主义对于意识形态的控制。在话语权建构层面，通过电视、电影、广播等大众媒介，将竞争逻辑掩盖成为具有历史必然性的发展规律，这种话语体系将“内卷”视为自我价值实现的必经之路；其次，在主体塑造层面，通过“绩效主义”和“卓越话语”的规训技术，建构起一套具有道德强制性的评价体系。这种机制产生了两重异化效果：一方面使劳动者将结构性压力误认为自我实现的内在动力；另一方面则实现了福柯所揭示的“自我技术”治理效果。在这种治理模式下，个体主动将资本主义的竞争法则内化为自我规训的准则，形成“自我优化”的伪自主性。

通过虚假需求的维系，资本主义不仅消解了阶级意识，更通过“内卷-异化”的闭环系统，系统性地封闭了批判反思的可能空间。这种意识形态操控已发展为当代资本主义社会控制的高级形态，它不仅实现了对劳动过程的直接控制，更完成了对劳动者意识和需求的深度殖民，使个体成为自愿参与异化劳动的主体，从而确保内卷机制得以持续运转并为资本主义体系源源不断地输送剩余价值。

5. 破除内卷的路径

从马克思主义理论视角来看，内卷现象本质上是资本主义生产方式下异化劳动的极端表现，其根源

在于生产资料私有制与资本增值逻辑的支配。要破除这一难题，必须从生产关系的根本变革入手：首先，推动生产资料的社会化占有，通过建立以公有制为主体的经济制度和劳动者合作企业，打破资本对生产资料的垄断，使劳动成果真正由创造者共享，从而消除因资源垄断导致的恶性竞争；其次，必须彻底变革劳动组织形式，通过立法严格限制工时并逐步缩短劳动时间，同时大力发展自动化生产技术，将劳动者从重复性、异化性的工作中解放出来，为实现“各尽所能，按需分配”创造条件；更为关键的是要重构社会价值评判体系，破除将人的价值等同于市场竞争力的异化观念，建立以人的全面发展为核心的评价标准，使教育、医疗等基本社会资源分配摆脱资本逻辑的束缚。这一系列变革的实现，不能寄希望于资本主义体系的自我改良，而必须依靠劳动者阶级的自觉组织与斗争，通过建立真正代表劳动者利益的政治经济制度，逐步限制并最终消除资本的支配地位。在这一过程中，国际工人阶级的联合斗争尤为重要，因为资本的全球化必然带来剥削的全球化，只有打破民族国家的界限，建立国际性的劳动者联合阵线，才能有效对抗跨国资本的压榨。中国特色社会主义实践表明，通过坚持公有制主体地位、实施共同富裕政策、完善社会保障体系等方式，可以在一定程度上缓解内卷现象，但要彻底解决问题，仍需向更高级的社会形态过渡。最终，内卷现象的彻底破除，有赖于实现共产主义的社会理想，即建立一个人人平等、生产资料公有、劳动成为第一需要的自由人联合体，在这样的社会中，个体不再为生存而被迫参与无效竞争，而是能够根据自身兴趣和社会需要进行创造性劳动，真正实现人的自由全面发展。换句话说，从事何种劳动完全是个人的自由选择，我劳动是为大家，大家劳动是为了我，每个人的自由而全面的发展是人类自由而全面发展的前提，在此条件下“内卷化”自然消失[6]。这一目标的实现虽然需要长期的历史进程，但马克思主义理论为我们指明了方向：只有通过生产关系的革命性变革，才能从根本上破除内卷这一资本主义的痼疾，为人类开辟真正自由发展的新纪元。

参考文献

- [1] 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): 4-13.
- [2] 王朔. 马尔库塞“虚假需求”理论述评[D]: [硕士学位论文]. 沈阳: 辽宁大学, 2007.
- [3] 马尔库塞. 单向度的人[M]. 刘继, 译. 上海: 上海译文出版社, 2014: 6
- [4] 兰俏枝, 高德步. 基于“虚假需求”理论的当代资本主义批判[J]. 人民论坛·学术前沿, 2018(6): 92-95.
- [5] 赵敦华. 现代西方哲学新编[M]. 北京: 北京大学出版社, 2001: 176.
- [6] 杜龙, 刘友田. “内卷化”的主流表达、产生根源与消解途径——基于社会分工理论的分析[J]. 理论观察, 2023(9): 121-127.