

弗洛姆消费异化理论及其当代价值

张璐瑶

新疆大学马克思主义学院, 新疆 乌鲁木齐

收稿日期: 2026年7月20日; 录用日期: 2026年8月12日; 发布日期: 2026年8月24日

摘 要

工业革命和资本主义的发展, 一方面, 极大地解放了社会生产力、丰富了社会物质财富, 另一方面, 以资本增殖为根本目的的资本主义生产方式, 使异化现象蔓延至社会的方方面面。消费社会的出现, 使社会生产生活方式转向重消费, 由此产生的个人消费行为异化、社会资料过剩、生态环境遭到消费主义严重破坏等问题接踵而至。资本作为社会主义市场经济的重要生产要素, 在激发消费活力方面发挥着重要作用, 但也助长了消费主义。因此, 消费在我国经济发展中, 也呈现出促进经济增长与沦为消费主义附庸的双重属性。因此, 把握弗洛姆消费异化理论, 对于指导我国建设更加文明、健康、绿色的消费体系具有重要指导意义。

关键词

弗洛姆, 消费异化, 异化, 消费异化理论

Erich Fromm's Theory of Consumer Alienation and Its Contemporary Value

Luyao Zhang

School of Marxism, Xinjiang University, Urumqi Xinjiang

Received: July 20, 2026; accepted: August 12, 2026; published: August 24, 2026

Abstract

The Industrial Revolution and the development of capitalism have, on the one hand, greatly liberated social productive forces and enriched material wealth; on the other hand, the capitalist mode of production, driven by capital accumulation as its fundamental purpose, has caused the phenomenon of alienation to permeate every aspect of society. The emergence of the consumer society has shifted social production and lifestyles toward a consumption-centric orientation, giving rise to a host of problems, including the alienation of individual consumption behavior, excessive accumulation of material resources, and severe ecological damage inflicted by consumerism. As an important

factor of production in the socialist market economy, capital plays a significant role in stimulating consumption vitality, yet it also fosters consumerism. Consequently, consumption in China's economic development exhibits a dual nature: it promotes economic growth while simultaneously becoming subservient to consumerism. Therefore, a thorough understanding of Erich Fromm's theory of consumer alienation holds significant guiding value for directing China in building a more civilized, healthy, and green consumption system.

Keywords

Erich Fromm, Consumer Alienation, Alienation, Theory of Consumer Alienation

Copyright © 2026 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. 问题的提出

消费在我国经济发展中扮演着双重角色。一方面，消费是驱动经济增长的重要引擎。我国通过扩大内需战略、消费补贴、场景创新等政策手段持续释放消费潜力；另一方面，消费主义的蔓延也引发了一系列的社会问题。符号消费、炫耀性消费、过度消费等现象导致了资源浪费与个体精神异化。消费的双重角色反映了“促消费”与“反消费主义”之间的独特张力。这种张力正是我国经济发展中结构性矛盾的深刻表征——既需要通过消费拉动经济增长，又需要遏制消费主义引发消费异化的负面影响。消解这一矛盾需要厘清消费异化是什么、何以产生、如何克服等问题。

异化的本质是人自身与其类本质相脱离，消费异化则是消费过程与人性需求相脱离，由此呈现出异化与非理性特征。二者同为资本主义基本矛盾运动下的产物。“法兰克福学派的弗洛姆深受异化理论的影响，提出了异化消费的概念” ([1], p. 35)，他深刻揭示了资本主义社会消费异化现象及其所派生的一系列矛盾，揭示了消费异化造成了人的异化、社会不平等的加剧以及生态环境被严重破坏的后果。

国内学界围绕这一理念，展开了广泛而深刻的研究。国内学界的现有成果主要集中在三个方面。一是对弗洛姆消费异化思想的系统阐释。弗洛姆认为，在发达资本主义国家的消费社会中，“消费让人异化，成为消费的机器” ([1], p. 35)，致使消费从手段异化为目的。弗洛姆的消费异化论揭示了，“消费异化使人性毁灭，把人变成被动人格，扭曲人们的幸福观” [2]。二是对消费异化根源的分析。弗洛姆认为，消费异化现象源于“社会结构对个体心理持续塑造的动态结果” ([3], p. 89)。并且揭示了“资本主义通过其特有的生产方式形式、私有制基础和资本逻辑规律这三个相互关联的因素” ([3], p. 89)，系统地塑造、引导人们的消费心理和消费行为，最终使消费环节完全服务于资本增殖。三是对弗洛姆理论局限性的反思。有学者指出，弗洛姆未能从“私有制的角度去分析消费异化问题” [4]，未能从根本上撼动资本主义社会的制度基础，因此具有乌托邦色彩。

总体而言，现有研究在对弗洛姆消费异化理论的系统阐释与批判性反思方面成果丰富，但将这一理论用于分析我国消费社会特殊性的研究较为薄弱。因此，本文将探析弗洛姆消费异化理论及其当代价值，将其用于分析如何消解我国消费社会结构性矛盾，尤其是“促消费”和“反消费主义”这一内在矛盾。这对于我国规范引导资本，建立绿色、积极、健康的消费体系具有重要价值。

2. 弗洛姆消费异化理论的历史渊源

任何思想都是一定的社会基础和特定时代的产物。弗洛姆消费异化理论始于消费社会的兴起与马克

思的异化理论、弗洛伊德的精神分析学说以及法兰克福学派的消费异化理论的影响。

2.1. 消费异化理论的背景溯源

消费社会的兴起是消费异化现象及消费异化理论出现的根本原因。20 世纪消费社会兴起后，个人生活及国家政治经济都受消费标准与能力的影响。众多主体涌入消费社会，并受消费主义文化影响，社会生产生活方式因此发生变革，由重生产转向重消费。

在此社会转型期，发达资本主义国家出现“福特主义”，与消费社会兴起紧密相关。福特主义下，恶性生产消费模式出现，垄断格局形成诱发计划性生产，工资增长刺激消费规模扩大，消费从被动变为主动，深入渗透生活。生产和消费是资本主义发展基础，追求剩余价值最大化需“低投入，高回报”。资本主义发展初期，消费集中在生产性消费，对经济发展影响有限。但随着再生产扩大和资本积累，简单生产性消费无法满足需求，经济危机常断裂于“消费”环节，生产与消费失衡。

福特主义引入标准化生产系统，提升整体生产效率，提升工人生产力，降低生产成本，改善工作条件，增加工资，增强消费能力，激发购买欲，刺激社会的整体消费，实现批量生产与大市场结合。然而，20 世纪 60 年代以来，福特主义显露结构性危机，生产和消费良性循环失效，社会产能停滞，高额投资限制生产，带来经济风险。

为缓解福特主义负面现象，后福特主义逐渐产生。它强调生产“弹性”，满足消费“个性”，构建竞争型市场结构，利用广告等符号调动消费者猎奇心理，充斥象征性交换和非等价消费，实现社会由生产向消费的快速过渡，消费社会达到新高度。

2.2. 弗洛姆消费异化理论的理论渊源

弗洛姆的消费异化理论源于马克思的异化理论、弗洛伊德的精神分析学说以及法兰克福学派的消费异化理论。

首先，马克思的异化理论为弗洛姆消费异化理论提供了重要的哲学基础。马克思认为，在资本主义社会中，劳动者与其劳动产品、劳动行为及他人之间均存在异化现象。劳动者在强制的劳动过程中失去了主体性和创造性，变得如同商品一般。弗洛姆继承了马克思的异化思想，并将其扩展至消费领域，指出消费异化是资本主义异化现象在消费领域的具体体现。

其次，弗洛伊德的精神分析学说为弗洛姆提供了心理学视角。弗洛伊德关于“潜意识”与“个性构造”的理论对弗洛姆影响深远。弗洛姆认为，消费异化不仅是一种经济现象，更是一种心理现象。消费者在消费过程中往往受到潜意识的影响，追求虚假的欲望和需求，从而陷入消费主义的陷阱。弗洛姆借鉴了弗洛伊德的无意识理论，强调通过意识和理性的提升来摆脱消费异化的束缚。

最后，法兰克福学派的消费异化理论直接启发了弗洛姆。法兰克福学派从马克思的异化角度出发，提出了消费异化的概念，并深入分析了消费异化在资本主义社会中的普遍性和严重性。弗洛姆在此基础上进一步发展了消费异化理论，指出消费异化不仅导致过度的商品消费和拜物教现象，还加剧了人与人、自然、社会之间的矛盾。他提出了消除消费异化现象的方法，旨在使人们从被消费奴隶的怪圈中脱离出来。

3. 弗洛姆消费异化理论的核心内容

弗洛姆在其消费异化理论之上，深刻揭示了西方资本主义社会的“不健全”与生存在其中的现代西方人的“病态”。资本主义社会的基本矛盾导致了社会方方面面的异化，弗洛姆指出消费就是其中一个异化尤为严重的层面，且会随着社会的发展而愈演愈烈。人们作为社会消费活动的主体，其理性消费与非理性消费都会对社会消费活动的方方面面产生深刻影响。

3.1. 消费异化的本质与表现

异化的本质是人的存在与其类本质的脱离，而消费异化的本质则是消费过程与人性需求相脱离，由此呈现出异化与非理性特征。弗洛姆主要从三个层面出发对消费异化进行了阐释，第一，在物的获取方式上，金钱成为新的交换媒介，导致人们获取物的方式异化，人们不再通过与物性质相对应的努力来获取，而是依赖金钱进行交换，这违背了人性获取方式。第二，在物的使用过程中，对物的占有的目的性超越了使用的目的，人们的消费行为受消费主义以及广告营销的影响，丧失了对物的使用价值的真实感受，只为了占有物，消费目的异化为占有而不是使用。第三，在闲暇时间的安排上，消费主义使社会充满商业气息，导致人们被动接受外界影响，缺乏自主性和创造性。消费异化使人们在消费的过程中与自我需求、对物的使用需求相异化，在消费主义的诱导下失去自我，违背了消费的本质与目的。

消费异化在当今社会的表现主要在以下两个层面：第一，在社会层面，消费理念出现错位。消费原本是实现幸福的一种手段，却逐渐异化为目的本身。在占有欲望的驱使下，人们盲目追求物质满足，忽视了消费的真正意义，导致真假需求脱节。资本家通过广告、媒体等手段制造虚假需求，加剧了这一趋势。第二，在个体层面，作为社会主体的人，在消费过程中逐渐失去理性判断，盲目跟风消费。消费行为不再基于对商品的真实了解和需求，而是被资本家制造的虚假欲望所引导。人逐渐沦为物品的奴隶，丧失了主体性与创造性，人的价值被简化为占有物的多少，而非其本质属性。

3.2. 消费异化的根源剖析

资本主义的飞速发展，一方面促进了社会物质财富的极大丰富，另一方面也使异化现象充斥人们的生产生活之中，并向消费领域蔓延，却愈演愈烈。消费异化的根源在于社会价值观的错位与个体理性的丧失。在社会层面，随着消费水平提升，消费逐渐异化为目的本身，人们追求物质满足，却忽视了消费作为实现幸福的手段。资本主义社会中，资本家通过广告等手段制造虚假需求，使人们陷入盲目消费，导致真假需求脱节。在个体层面，人作为感性与理性的综合体，在消费异化中失去理性，成为失去判断力的消费机器。资本家有意识引导消费，使人们在虚假的消费欲望支配下盲目消费，人逐渐沦为资本家实现经济利益的工具，丧失了人的本质，成为“消费人”。这种异化消费不仅扭曲了人们的消费理念，也剥夺了人的尊严与自由。

3.3. 消费异化的后果

第一，消费异化首先会导致人的异化。在异化的消费模式下，消费者往往被商品所奴役，被重占有的消费理念所侵蚀，追求物质享受成为生活的唯一目标，从而忽视了精神世界的丰富与自我价值的实现。这种异化不仅削弱了个体的独立思考能力，还可能导致人际关系的疏离与冷漠。

第二，消费异化会加剧社会不平等。在异化的消费环境中，资源往往向少数人集中，导致贫富差距进一步拉大。这种不平等不仅体现在物质财富上，更体现在教育、医疗等社会资源的分配上，从而影响社会的整体和谐与稳定。

第三，消费异化还会对环境造成严重破坏。过度消费和浪费导致资源枯竭和环境污染，威胁到人类的生存与发展。这种短视的消费行为违背了可持续发展的原则，对长期福祉构成了潜在威胁。

消费异化的后果包括人的异化、社会不平等的加剧以及环境的破坏。因此，我们需要警惕消费异化的趋势，倡导理性消费、绿色消费，以实现人的全面发展与社会的和谐进步。

4. 弗洛姆对克服消费异化的路径构想

弗洛姆立足人的全面发展和构建“健全的社会”两个维度，对扬弃消费异化提出了系统的路径构想。

4.1. 立足于人的全面发展

第一，弗洛姆强调，个体需首先在心理与精神上认识到异化处境，通过心理治疗与自我反思，实现从非生产性人格向生产性人格的转变。生产性人格以创造性、爱与理性为核心，能够激发人的内在潜能，使人可以将其力量实现创造性转化，从而实现自我成长与获得更多的幸福感。

第二，教育应超越单纯的信息传递，转而关注人的全面发展。弗洛姆主张将手工艺、现代工艺技术与理论研究相结合，培养具有创造力和批判性思维的人才。同时，成人教育亦不容忽视，以构建终身学习的社会氛围。此外，弗洛姆认为，真正的艺术应成为人们生活的重要组成部分，而非单纯的消遣。他倡导集体艺术的创设与非宗教仪式的举办，以增强社会成员的归属感和信仰，促进文化的健康发展。

第三，弗洛姆主张建立人道的消费方式。他认为，建立全社会正确的消费观念和价值观念，是除了从政策法规层面纠正消费行为和方式之外，更为重要的推行人道的消费方式的一种手段。弗洛姆从富裕的人和为温饱而发愁的两种社会阶层出发分析问题，提出想要实现人道的消费，首先要确保人们的最低生活标准，在此基础上帮助人们寻求更舒适的生活；第一方面，要限制富人对奢侈品消费的追逐。此外，他强调重生存的生存方式，反对重占有这种不健康的生存方式，他认为，“我们只有不断地消除重占有的、以及不是以生存为价值取向的生活方式，重生存的生活方式就会树立起来”[5]。他反对无休止不合理的占有行为，但指出要在保证功能性占有的基础上满足人的基本需求，由此建立一种积极健康的生存方式。

4.2. 构建“健全的社会”

弗洛姆提出，要彻底克服消费异化，需要对社会的经济、政治及文化层面进行系统性的结构性改造。

第一，在经济层面，弗洛姆主张推行工人参与管理和决策的人道化经营模式。在工业生产层面，他主张，“工业体制要改变追求利润最大化的‘人为’目标，避免盲目无序地扩大生产，让生产为人的现实生活服务，满足人的真正需求”([3], p. 90)，从而能一定程度上缓解无序生产带来的资源浪费与生态破坏问题。在管理层面，他主张，“在生产中，要形成人与人之间相互了解的和谐境遇”[6]，形成共同分担劳动、共享劳动经验的和谐生产环境。

第二，在政治层面，弗洛姆倡导建立基层参与式民主。弗洛姆认为，真正的民主需在小团体中实现，通过面对面的探讨与研究，集思广益作出决策。这种民主制度能够确保决策更加合理，反映多数人的意志，而非被异化环境所左右。

第三，在文化层面，弗洛姆强调必须变革现存的教育方式，在教育过程中要注重“塑造个人的自我意识与‘批判的能力’，培育个人自觉抵制不良规训的自我鉴别力”([3], p. 92)。他认为真正的教育应为促进人的进步与成长而服务，为激发人的潜能与创造力而存在，而不是仅仅要求人们与社会需求相适应。此外，他还提出通过集体艺术的创设与非宗教仪式的举办，增强社会成员的凝聚力和信仰，形成对某种信仰的普遍认同感。

弗洛姆的克服消费异化路径构想，以个体的全面发展为目标，以社会的系统性改造为手段，二者互为前提、互相支撑。尽管这一构想因其未触及资本主义社会制度基础而具有乌托邦色彩，但其对消费异化的深刻揭示、对克服消费异化路径的积极探索，至今仍具有重要的现实启示意义。

5. 弗洛姆消费异化理论的局限与当代价值

5.1. 历史局限

弗洛姆的消费异化理论一方面为消费异化研究提供了独特视角，但也存在一定的局限。

第一，理论矛盾与含混不清。弗洛姆提出的异化概念含混且自相矛盾，既认为异化源自资本主义生产方式，又归咎于人的生存两歧，导致理论解释力不足。同时，其理论逻辑未脱离资本主义意识形态，仍停留在生产逻辑体系内，未能深刻揭示资本主义经济结构的本质问题，提出的改革措施多为妥协与改良。

第二，人本主义视角的局限性。弗洛姆自称人本主义者，其消费异化理论以人性理论和人本主义视角为基础，但对马克思存在误解。马克思在后期著作中已超越费尔巴哈的人本主义，而弗洛姆却继承了马克思早期思想中关于人的本质界定，这在一定程度上曲解了马克思的理论。

第三，乌托邦色彩。弗洛姆扬弃消费异化的举措具有乌托邦倾向，如信用贷款、征税调节消费等，均未触及资本主义经济模式的根本。其政治改革方案亦不可行，如团体划分难以涵盖各层次社会成员，民主决策难以实现等。

尽管弗洛姆的消费异化理论存在诸多局限，但其对人类现状的深刻分析、对人类未来命运的关心及浓厚的人文关怀，仍值得我们敬仰与尊重。其理论为深入探究消费现象提供了思路支持。

5.2. 理论价值

弗洛姆将马克思主义思想与弗洛伊德的学说相融合，不仅用心理学补足了马克思理论存在的不足，也丰富了精神分析理论的内容。弗洛姆的消费异化理论对于认识、剖析资本主义社会的本质具有指导意义，深刻揭示了资本主义出现和发展之后，引发的消费异化现象及由此所派生的一系列社会问题。

弗洛姆批判了支撑资本主义经济制度的极端享乐主义与利己主义。他强调人性复归与人的全面发展的重要性，警示人们应看清消费异化的本质，摒弃重占有观，推动理智消费与可持续发展。在当今社会，随着改革开放与全球化推进，消费观扭曲与占有欲膨胀问题凸显，弗洛姆的理论为平衡经济发展与构建正确消费观提供了重要参考。此外，弗洛姆理论还倡导构建绿色消费观与健全社会制度，以实现人与自然的和谐共生。这一观点与我国坚持推进生态社会治理的理念相契合，为构建积极消费风气、实现人的自由全面发展提供了理论支撑。

5.3. 实践价值

有货币的地方，就会不可避免地出现消费异化的现象，我国虽然是社会主义国家，也未能幸免。由于我国目前尚处于社会主义初级发展阶段，加之西方消费主义的渗透，人们的消费行为不可避免地受到影响，更加科学的消费观也有待完善建立。

弗洛姆认为，消费只是人们满足自身需要、获得幸福的一种手段，而不应成为人的最终目标，不应成为仅仅占有某种物的简单手段，他反对浪费性消费与炫耀性消费，指出此类消费不仅无法真正为人带来幸福。所以，资本主义社会下的消费异化反而会加剧社会贫富分化，加剧阶级对立。消费者盲目追求对物质的占有，而非考虑其是否符合自身真正的类本质需求，奢侈浪费现象便由此激增。

这一理论对我国构建健康的消费观具有重要的指导意义。第一，坚持以人民为中心，防止消费主义侵蚀人的全面发展。构建健康的消费观必须始终以人的全面发展为目标，避免将消费水平等同于幸福指数。我国提倡并在社会范围内建立健康的消费观，极力摒弃不良的拜金主义和享乐消费思想，旨在通过有意义的消费获得真正的幸福。第二，发挥制度优势，构建健康有序的消费体系。我国的社会主义基本经济制度为构建健康的消费体系提供了制度保障。具体而言，既通过扩大内需实现了消费对经济增长的驱动作用，又通过法律法规有效遏制了资本无序扩张对消费环节的操纵行为。例如，加强对平台经济的反垄断监管、整治诱导过度消费的营销行为，旨在使消费回归满足人们真实需求的本质。第三，坚持构建生态主义消费体系。资本主义社会下，消费异化使人们对物的占有，对自然资源的占有与破坏愈演愈

烈,导致生态环境遭到破坏。面对这一问题,我国倡导绿色消费,结合我国具体实际和优秀传统文化,在社会范围内培育绿色消费,保护生态环境的观念意识,以应对和改善生态系统退化问题,培养资源节约型和环境友好型的社会观念。第四,加强教育引导,培育全社会的健康消费观念。教育在解决消费异化问题中扮演重要角色。在学校教育层面,应注重学生正确消费观的树立,将理性消费、绿色消费观念更好地融入思政课堂与校园实践中。在家庭教育层面,家长应以身作则,在日常生活中践行量入为出、勤俭节约的消费观念。在社会教育层面,应借助媒体宣传、社区活动、公益广告等形式,向全社会宣传正确的消费观念,营造崇尚节约、理性消费的良好氛围。

参考文献

- [1] 李辉. 弗洛姆: 异化的消费[J]. 山东师范大学学报(人文社会科学版), 2008(5): 35.
- [2] 邓志伟. 弗洛姆对消费异化的伦理批判[J]. 消费经济, 2005(4): 73-77.
- [3] 林志友, 李盈卓. 弗洛姆消费异化思想的理论意蕴与叙事历程[J]. 浙江社会科学, 2025(9): 86-96+158.
- [4] 杨晓琴. 论法兰克福学派研究中的消费异化问题[J]. 世界哲学, 2018(2): 40-45+160.
- [5] [美]埃里希·弗罗姆. 占有还是生存: 一个新社会的精神基础[M]. 关山, 译. 北京: 生活·读书·新知三联书店, 1989: 95.
- [6] 陈永森. 弗洛姆消费异化理论及其启示[J]. 兰州学刊, 2008(3): 77-80.