

# “青年养老院”现象背后的深层困境

## ——基于社会工作视角的分析

韦志均, 邹苗\*

广西科技大学人文艺术与设计学院, 广西 柳州

收稿日期: 2026年4月21日; 录用日期: 2026年6月15日; 发布日期: 2026年6月25日

### 摘要

“青年养老院”作为近些年出现的社会现象, 它把“青年”和“养老院”两个看似矛盾的概念放在一起, 从而引发了社会广泛关注与争议, 但这个现象并非简单的商业噱头或青年低欲望生活方式的表现, 而是深刻地反映了当代青年在社会中所面临的多重结构性困境。本研究采用社会工作中“人在情境中”的视角, 通过分析文献和实地访谈, 系统地研究了年轻人为什么选择“青年养老院”, 这种选择可以被看作是一种“短逃离”, 它背后有经济压力大以及精神焦虑等原因, 另外, 社会融入困难和情感价值缺失也在其中起了作用。研究发现, “青年养老院”既是年轻人在面对现实压力的策略性退却与自我疗愈的尝试, 同时该现象也暴露出一个问题, 社会支持系统在某些方面存在不足。针对这些问题, 研究提出应从政策优化、心理服务体系建设、闲暇教育开展等方面构建支持性社会环境, 助力年轻人从“逃避”走向“增能”。本研究为理解当代年轻人的精神世界提供了一个新角度, 同时, 它也为社会工作如何介入青年发展议题带来了实践上的启发。

### 关键词

青年养老院, 青年困境, 社会工作, 人在情境中

# The Underlying Dilemmas behind the “Youth Nursing Home” Phenomenon

## —Analysis from the Perspective of Social Work

Zhijun Wei, Miao Zou\*

School of Humanities, Arts and Design, Guangxi University of Science and Technology, Liuzhou Guangxi

Received: April 21, 2026; accepted: June 15, 2026; published: June 25, 2026

\*通讯作者。

## Abstract

The “youth nursing home”, a social phenomenon that has emerged in recent years, juxtaposes the two seemingly contradictory concepts of “youth” and “nursing home”, thereby sparking widespread public attention and controversy. However, this phenomenon is neither a mere commercial gimmick nor simply an expression of a low-desire lifestyle among young people; rather, it profoundly reflects the multiple structural predicaments that contemporary youth face in society. Adopting the “person-in-situation” perspective from social work, this study systematically examines why young people choose “youth nursing homes” through literature analysis and the synthesis of relevant materials. Such a choice can be regarded as a form of “brief escape”, driven by factors including intense economic pressure and mental anxiety, as well as difficulties in social integration and a lack of emotional value. The findings indicate that “youth nursing homes” represent both a strategic retreat and an attempt at self-healing for young people confronting real-life pressures, while simultaneously exposing deficiencies in certain aspects of the social support system. In response to these issues, the study proposes constructing a supportive social environment through policy optimization, the development of psychological service systems, and the implementation of leisure education, thereby helping young people move from “escape” to “empowerment”. This study offers a new perspective for understanding the spiritual world of contemporary youth and provides practical insights into how social work can engage with youth development issues.

## Keywords

Youth Nursing Home, Youth Dilemma, Social Work, Person-in-Environment

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. 引言

2024年春节后,“青年养老院”这一新兴概念迅速走红,并在河南、云南、重庆、安徽等地相继出现,引发了社会广泛热议[1]。与传统意义上为老年人提供照护服务的养老机构不同,“青年养老院”是专为二三十岁年轻人打造的、位于城市近郊或乡村的休闲社交空间,旨在提供一种放慢生活节奏、体验“田园养老”生活的场所[2]。在这里,年轻人可以喝茶、种地、晒太阳、参与禅修或社交活动,以暂时逃离快节奏的城市生活与职场压力[3]。

“青年”与“养老院”这两个看似冲突的词汇结合在一起,舆论呈现两极分化。一方面,许多人将其视为年轻人“低欲望生活方式”“主动放弃高强度竞争”的又一表现,是逃避责任的象征;另一方面,它却受到大量青年的热捧,被视为“精神充电站”和“心灵疗愈所”[4]。这种矛盾背后,隐藏着不容忽视的群体诉求与深层的社会症候。目前学界对“青年养老院”现象的解读主要集中于亚文化、社会心理与消费主义等视角,也有学者关注其作为新兴文旅业态的商业逻辑与发展前景[5]。然而,既有研究多侧重于现象描述与文化解读,对青年群体所遭遇的系统性、结构性困境缺乏深入剖析,也较少从社会工作“人在情境中”的理论视角进行整合性分析。

社会工作作为一门致力于促进个体与环境良性互动的专业学科,强调将个体问题置于其所处的社会情境中理解,关注个体与环境之间的互动关系、资源调配及能力建设,这一视角有助于我们超越对“青年养老院”现象的简单褒贬,深入挖掘其背后青年群体所面临的多重困境,并为缓解青年压力、促进其

健康发展提供新的思考路径。基于此, 本文试图回答以下问题: 选择“青年养老院”的青年群体面临哪些深层困境? 这些困境如何在社会结构层面被生产出来? 社会工作者视角下, 应如何回应这些困境?

## 2. 文献综述与分析框架

### 2.1. “青年养老院”现象的既有研究

“青年养老院”作为新兴社会现象, 已引起学界广泛关注。现有研究主要围绕以下几个维度展开:

从文化维度来看, 研究者将“青年养老院”置于“过度竞争的非理性状态 - 非功利性生活态度 - 低欲望生活方式”的青年亚文化谱系中考察, 认为它是青年对抗加速社会、寻求精神缓冲的文化实践。并指出, “青年养老院”可能成为部分青年从“过度竞争的非理性状态”与内耗中“觉醒”的标志, 是从不知道自己不要什么到知道自己要什么的成长历程[6]。

来自于社交维度观察, 有学者从“搭子社交”理论出发, 认为“青年养老院”提供了集体“搭子”社交空间, 满足了青年对轻松陪伴和情感交流的需求, 同时避免了传统亲密关系中的责任与压力[7]。这种社交方式反映了青年人追求个性化和自我愉悦的社交态度。

从商业维度来看, 研究者关注“青年养老院”作为文旅新业态的发展前景, 分析其“民宿+”“社群共居”“复合空间”等经营模式, 认为它既是乡村振兴的新抓手, 也可能面临“昙花一现”的风险[8]。

最后从批判维度来看, 部分学者对“青年养老院”现象持审慎态度, 指出其可能存在的潜在风险, 如强化青年“低欲望生活方式”心态、加速个体社会联系弱化倾向、沦为资本营销的噱头等[9]。

综观既有研究, 虽已从多角度对“青年养老院”现象进行了富有启发的探讨, 但仍存在以下不足: 其一, 多聚焦于现象描述与文化解读, 对青年群体所遭遇的系统性困境缺乏深入分析; 其二, 缺乏一个能够将个体选择与社会结构整合起来的理论框架; 其三, 较少从“问题 - 回应”的实践角度提出建设性干预路径。

### 2.2. 社会工作“人在情境中”视角的分析框架

“人在情境中”是社会工作的核心理论视角, 强调个体的行为选择是其实体系统与多重环境系统交互作用的结果[10]。本文在此理论指导下, 构建三层分析框架, 以系统理解青年选择青年养老院的行为及其困境:

微观系统: 在这一层面, 关注青年心理韧性、意义追寻、焦虑与抑郁水平、自我认同及职业发展期待。我们尝试理解为何青年在面临职场压力、生活焦虑和自我认同困惑时, 会选择短期“逃离”寻求心理调适。不同阶层青年在心理资源、情绪承受力及应对策略上的差异, 进一步影响其选择的空间与方式。

中观系统: 这里聚焦个体与社会环境的中介联系, 包括社交网络、家庭支持、社区互动及青年养老院提供的替代性社群功能。通过分析青年在现实社交受限、情感支持缺位时如何转向青年养老院寻找新的社群, 我们能够更清晰地看到微观心理需求与中观环境互动的过程, 同时注意不同阶层青年在中观资源获取上的差异性。

宏观系统: 宏观层面考察社会分配机制、住房政策、劳动保障、城乡二元结构及消费文化逻辑。它揭示了阶层差异、经济压力及商业化文旅模式对青年不同群体的结构性影响, 也解释了青年选择短期逃离的制度性根源。

### 2.3. 青年养老院: 作为补偿性的第三空间

调查显示, 选择青年养老院的青年群体并非单一“躺平者”, 其动机呈现明显补偿性特征。首先是功能替代性: 在快节奏城市生活中, 传统社区功能缺失, 青年养老院成为临时社交中转站和精神缓冲区,

为他们提供一个缓冲压力的现实空间。其次是边界松弛性：它突破职场绩效评价体系，为青年提供“不被定义”的过渡期，使他们可以暂时脱离竞争焦虑。最后是低成本高情绪价值：通过有限经济投入获得心理慰藉和社群归属感，青年得以在安全环境中释放压力。这种补偿性选择体现了个体在微观心理需求与宏观社会压力交织下的适应性策略，也为社会工作干预提供了丰富观察窗口。

### 3. 研究方法

本研究采用混合质性研究方法，综合运用文献分析、网络田野调查与实地深度访谈，以确保研究建立在坚实的经验证据之上。数据来源具体如下：

1) 文本与网络资料梳理：系统收集学术文献、政策文件，以及小红书、微博、豆瓣等网络公共空间中关于“青年养老院”的自述与互动材料。

2) 实地田野调查(核心资料)：研究团队采取目的性抽样，选取了位于云南大理和河南郑州的两家典型“青年养老院”进行为期一个月的参与式观察。通过与青年同吃、同住、同劳动，真实记录其生活作息与社群互动。

3) 半结构化深度访谈：在建立信任关系的基础上，对 15 位入住青年(涵盖不同职业背景与城乡户籍，详略去具体的受访者基本信息表以保密)及 3 位机构主理人进行了深度访谈。访谈提纲聚焦于“入住动机、生活体验、核心困境与未来规划”。

4) 资料分析：在收集到录音与观察日记后，采用主题分析法对文本进行提炼编码，最终淬炼出青年所面临的五大核心结构性困境。

## 4. 研究发现：青年选择“青年养老院”的多重困境

### 4.1. 经济高压：住房与生活成本的叠加负担

当代青年正承受着前所未有的经济压力，在住房方面，随着城市化进程加速，一二线城市住房供需矛盾突出，房租连年上涨。数据显示，部分一线城市核心地段单居室月租超过 5000 元，常常占据初入职场年轻人月收入的大半[11]。购房更是遥不可及，其住房需求难以通过市场机制得到有效满足，许多青年因此陷入“因房致贫”的困境。青年群体长期承受着巨大的生活经济压力，居住安全感的缺失成为其普遍焦虑的来源之一。在生活成本方面，物价持续攀升，日常餐饮、交通、文娱消费开支不菲。生活成本的不断上涨与工资收入增长的相对滞后形成鲜明对比，这种收支失衡的状态使得年轻人面临着巨大的经济压力[12]。微薄薪资在满足基本生存后难有余力追求品质生活，而入住相对低价、提供食宿的青年养老院，成为缓解经济压力的无奈之举。

从社会工作视角看，经济困境不仅是个人能力或努力的问题，更是社会资源分配结构失衡的体现。青年群体的住房困难、生活成本压力，反映了社会支持系统在青年发展关键期的缺位。青年养老院以低廉价格提供食宿，某种程度上填补了这一支持空白，但也仅是权宜之计。

### 4.2. 精神困顿：焦虑抑郁与自我认同危机

“青年养老院”的兴起，更深层次地映射了当代青年在加速社会中的精神困境。在职场压力方面，高强度工作模式等加班文化盛行，高强度的工作任务给职场人带来巨大压力[13]。中国科学院心理研究所发布的《中国国民心理健康发展报告(2021~2022)》显示，18~24 岁年龄组的抑郁风险检出率高达 24.1%，25~34 岁年龄组的抑郁风险检出率为 12.3%，均显著高于 35 岁及以上各年龄组[14]。青年群体面对前所未有的压力挑战，已成为需要关注心理健康的重点对象，面对无法缓解的高强度工作和前路未知的职业生涯发展，越来越多的青年人心中堆积了挥之不去的烦恼，逐渐滋生出无处排解的焦虑和抑郁。

在自我认同方面, 从学生时代起就被灌输的崇高理想与步入社会后的现实遭遇形成巨大落差, 怀揣梦想步入社会, 却可能遭遇职场“天花板”、专业不对口、晋升空间狭窄等现实难题, 青年期望与实际境遇的落差使其对自身能力、价值产生怀疑, 陷入自我认同模糊的迷茫状态[15]。

社会工作视角强调, 精神困境的产生既有个人心理因素, 更有社会结构性因素, 职场高压、竞争异化、成功标准的单一化, 共同构成了青年精神焦虑的社会根源。青年养老院作为“精神缓冲区”的功能, 恰恰反衬出社会心理支持体系的不足。

### 4.3. 社交异化：孤独社交与真实联结的渴求

青年养老院作为一个“集体搭子”社交空间, 恰好回应了青年在数字时代对真实、深度人际关系的渴望。在网络社交方面, 青年看似拥有众多的社交关系, 通过各种社交平台频繁互动, 但这种基于网络的社交往往停留在表面, 呈现出“伪亲密”状态, 缺乏真正深入的情感连接和面对面的真诚沟通[16]。长期沉浸在这种环境中, 青年内心深处的孤独感愈发强烈。

在线下社交方面, 城市生活节奏加快, 工作压力增大, 使得年轻人将大量时间和精力投入职业发展, 无暇参与线下社交活动。互联网的普及进一步改变了社交模式, 线上交流的便利性让年轻人更倾向于虚拟互动, 但这种交流无法真正替代线下社交所带来的亲密感和归属感。

青年养老院为青年人打造了一个小型而又真实的生活社群, 在这里, 更重视氛围感的营造, 强调居民之间的有效互动, 建立轻松和真实的人际关系。入住“青年养老院”的青年人能够更好地与在职场、情感、家庭中受挫的同辈群体产生共鸣, 互相尊重和理解, 满足群体归属的情感需求。年轻人可以深入谈论自己感兴趣的话题, 分享自己的烦恼, 寻找知己。这种深度的社交体验不仅有助于年轻人拓宽社交圈子, 也给他们带来良好的“情绪价值”。

社会工作视角关注社会支持网络的建构功能, 青年养老院提供的“弱关系”社交, 虽是浅层的情感联结, 却可能成为青年重建社会信任、恢复交往能力的起点。问题在于, 这种社交模式能否持续, 以及能否转化为更稳定的社会支持系统。

### 4.4. 社会融入与情感困境：漂泊无根与价值失落

青年养老院现象还折射出更深层的社会融入障碍与情感价值危机, 在社会融入方面, 对于农村青年而言, 城市不仅是地理空间的迁移, 更是文化与身份的断裂, 他们受限于教育背景与技能水平, 多从事低薪、不稳定的工作, 难以真正融入城市的主流生活和社交规则, 始终处于边缘状态[17]。即使是城市本地青年, 在快速的城市变迁和激烈的社会竞争中, 也常感到传统邻里关系淡漠, 职业前景不明, 产生一种“无根的漂泊感”。青年养老院因其相对封闭、稳定和温暖的氛围, 成为他们缓解融入压力的临时港湾。在这里, 他们能够找到一群有着相似境遇的同龄人, 共同的经历让他们更容易产生共鸣和情感连接, 形成一种独特的社群归属感。

在情感价值方面, 现代青年面临着来自多方面的压力, 幸福感普遍偏低, 职场上激烈竞争和高强度工作让他们身心俱疲, 生活中高房价、物价上涨等经济压力让他们在物质追求上倍感艰辛, 社交方面人与人之间的关系愈发疏离, 孤独感常常侵袭着他们。在此背景下, 许多青年开始持有恐婚情绪。个人意识的觉醒使青年更加注重自我价值的实现, 他们担心婚姻会束缚自己追求梦想的脚步。而青年养老院为那些持有恐婚不婚态度的青年提供了一个相对稳定、有伴且无婚姻压力的生活环境, 成为他们在坚持不婚恐婚选择下安置未来生活、缓解养老焦虑的理想之地。

社会工作“人在情境中”视角提示我们, 社会融入与情感困境本质上是青年与环境的适配性问题, 当青年难以在主流社会结构中实现价值认同和归属感时, 便会寻求“退而求其次”的替代性空间。青年

养老院正是这样一种替代性空间, 它既反映了问题, 也提供了观察问题的窗口。

#### 4.5. 商业逻辑与群体异质性: 消费主义下的疗愈悖论与阶层差异

青年养老院多以“文旅+”模式运作, 其田园牧歌式体验建立在付费基础之上。疗愈悖论在于, 心理慰藉被商品化, 青年通过消费暂时缓解竞争压力, 但资金耗尽后仍需面对现实困境。同时, 青年群体存在明显的阶层差异: 对城市精英青年(储蓄丰富、教育良好)而言, 青年养老院是生活方式短期切换和社交体验的场所; 对边缘或农村流出青年(资源有限、技能受限)而言, 高额付费门槛使其难以进入这一空间, 从而无法获得同样的心理缓冲和社群支持。这种差异提醒社会工作者在介入时应关注资源禀赋的多样性, 避免将青年群体简单泛化。

### 5. 讨论: 从“逃避”到“增能”的社会工作回应

#### 5.1. 青年养老院的“双重性”: 缓冲地带与结构性困境的折射

综合上述分析, “青年养老院”现象呈现出鲜明的“双重性”特征, 一方面, 它是青年面对结构性困境时的主动应对与策略性退却。也是一种“短逃离”实践, 青年通过“疗愈-反思-回归”的完整体验周期, 在相对轻松的环境中自我调整, 恢复精力和动力, 从这个意义上说, “青年养老院”是青年主体性的体现, 是他们在结构性压力中寻求自我保存的努力。另一方面, 它也暴露了社会支持系统的结构性不足。青年的经济困境、精神焦虑、社交异化、社会融入障碍等问题, 折射出住房保障体系不健全、职场生态恶化、社会心理服务缺位、城乡二元结构固化等深层社会问题。青年选择“青年养老院”, 某种程度上是对这些结构性问题的一种“无声抗议”。

#### 5.2. 社会工作回应路径: 从个体治疗到环境改变

基于社会工作“人在情境中”的核心视角, 回应青年困境需要双管齐下: 既要关注个体层面的“增能”, 也要推动环境层面的改变。

构建“压力转化”的意义再生产机制。应通过社群互动、文化引导、社会关爱等方面的协同合作, 帮助青年在压力情境中发现意义、重拾价值, 政府与教育部门应建立青年社会心态动态调研机制, 系统追踪青年压力源与心理健康之间的作用路径, 在此基础上, 引导“青年养老院”等新型空间发起“焦虑转化”的创意创新活动, 鼓励青年以艺术创作、文化沙龙、公益实践等形式将内心焦虑转化为具有社会价值的文化产品或公益行动。

搭建“忙闲有度”的创享型支持环境。当代青年的精神焦虑往往源于劳动异化与休闲匮乏的双重挤压。应着力打造一批融合轻度劳动、技能共享与深度休闲的创新场域, 在“青年养老院”模式基础上拓展建立“技能共学社区”“数字游民合作社”等新型小微综合体, 强调非绩效导向的手作实践、生态种植、协作创作等活动, 帮助青年在慢节奏、高支持的环境中恢复身心健康。

培育“快慢兼容”的心理适应能力。应通过多方合作保障青年心理的支持资源, 构建覆盖全体青年的城乡一体化心理服务网格, 在大中小学设立常态化心理服务中心, 在社区创建开放性、互助性心理疏导空间, 在企业发起青年积极心态培育计划。

创新“深浅互补”的社交赋能体系。为应对青年群体中日益普遍的社交浅表化与情感联结弱化困境, 应构建一套“筛查-匹配-干预-追踪”的全流程社交赋能体系, 通过创设多层次、非功利的深度交往情境, 如组织读书会、户外探险、公益实践等主题活动, 为青年寻找朋辈群体提供真实、自然的交往场域。这些活动应弱化功利性取向, 突出个体对群体互动、情感共鸣的内在需求, 使青年有机会在共同经历中培养亲密关系, 在合作交流中深化情感联结。

推动普惠型青年支持空间。针对商业化门槛问题, 社会工作可推动非营利青年空间建设。通过政府购买服务, 支持社会组织在青年聚居区建立“青年之家”或“公益自修室”, 既保留青年养老院的去中心化与非绩效化理念, 又降低或取消高额消费门槛, 为低收入青年提供可及的身心康养与社交资源。通过这一方式, 社会工作能够弥合因阶层差异造成的资源缺位, 使青年在心理调适、社交网络重建及技能发展等方面获得连续支持, 从而在现实社会中逐步实现“增能”。

优化社会政策, 营造公平竞争的社会环境。要从本质上解决青年发展面临的难题, 必须依托官方层面的坚强领导和政策保障, 打破日益加剧的“过度竞争的非理性状态化”现象背后的运作机制, 缓解资源分配的不均衡和社会机会的有限性。应致力于构建公平、公正且充满活力的社会环境, 确保所有青年都能平等地参与社会竞争, 充分展现其个人潜能与价值。

## 6. 结论与局限

本研究基于社会工作“人在情境中”视角, 系统分析了“青年养老院”现象背后的青年困境。研究发现, 青年选择“青年养老院”并非简单的“低欲望生活方式”或逃避, 而是在经济高压、精神焦虑、社交异化、社会融入障碍与情感失落、商业逻辑与群体异质性等多重结构性困境交织下的“策略性退却”与“短逃离”实践。这一现象既体现了青年面对压力时的主动应对与自我疗愈努力, 也暴露了社会支持体系的结构性不足。

“青年养老院”作为青年自发探索的替代性空间, 兼具“缓冲地带”与“问题折射”的双重功能。它提示我们, 回应青年困境需要超越对个体选择的道德评判, 转向对社会结构性问题的审视与改变。社会工作者视角下的回应路径, 应当坚持“人在情境中”的核心原则, 既关注个体层面的“增能”, 也推动环境层面的改变, 从政策优化、心理服务体系、闲暇教育开展、社交赋能体系建构、青年支持空间建设等维度协同发力, 助力青年从“逃避”走向“增能”, 从“短期休憩”走向“可持续发展”。

本研究亦存在一定局限。一是受限于研究时间与精力, 实地田野调查仅选取了大理和郑州两地的机构, 样本的地域广度与群体代表性仍有待进一步拓展。二是本研究多为横截面观察, 集中于现象兴起初期, 未能对“疗愈后”重新回归社会的青年群体进行长期的纵向追踪。未来研究可进一步开展历时性追踪调查, 全面评估替代性支持空间的真实长期效能, 为当代青年心理健康与全面发展提供更有力的干预依据。

## 参考文献

- [1] 张艳斌, 田一博. “青年养老院”: 主要特征、兴起缘由及辩证审思[J]. 北京青年研究, 2026, 35(1): 66-73.
- [2] 李彦伶. “青年养老院”: 让年轻人短暂休整后再出发[N]. 各界导报, 2024-08-22(003).
- [3] 雷开春. 青年“”亚文化的成因、特点和潜在风险——以“青年养老院”现象为例[J]. 人民论坛, 2024(12): 100-103.
- [4] 吴爽. “青年养老院”: 当代青年精神焦虑的实践选择与纾解策略[J]. 山西高等学校社会科学学报, 2026, 38(1): 87-95.
- [5] 程玉, 杨希. “青年养老院”热潮的现实表征、形成缘由、应对路径[J]. 西昌学院学报(社会科学版), 2025, 37(3): 101-109.
- [6] 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.
- [7] 杨鑫. 青年“搭子社交”现象: 缘何流行, 风险审视与应对策略[J]. 思想理论教育, 2024(2): 106-111.
- [8] 王敬童, 张秋辉. 青年养老院现象的多维审视: 成因、价值、隐忧与应对[J]. 青岛职业技术学院学报, 2025, 38(5): 81-86.
- [9] 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.
- [10] 王思斌. 社会工作概论[M]. 北京: 高等教育出版社, 2023.

- [11] 张钰梅. 当青年住进“养老院” [J]. 检察风云, 2024(16): 64-65.
- [12] 田甜, 蒋颖之, 段子逸. 体验慢生活, “青年养老院”悄然兴起[N]. 三湘都市报, 2024-08-01(A04).
- [13] 夏俊苹. 迷失抑或救赎?——当代青年“求神拜佛”现象的群鉴、成因与对策[J]. 中国青年研究, 2023(9): 77-86.
- [14] 傅小兰, 张侃, 陈雪峰, 陈祉妍. 中国国民心理健康发展报告(2021-2022) [M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2023.
- [15] 黄靓. “青年养老院”里的生活新答案[N]. 闽北日报, 2025-12-03(005).
- [16] 蒋建国. 从“断亲”到“搭子”: 青年网民的社交转向与情感纠葛[J]. 南京社会科学, 2024(5): 91-100.
- [17] 李春瑶. 脱嵌与迷惘: “间隔年”青年的另类内卷实践[J]. 中国青年研究, 2023(11): 74-80+38.