Source: *Lianhe Zaobao,* p16
Date: 31 March 2026

在不确定时代为下一代构建确定性

杨木光　石建政

网络上常说，当代年轻人是不容易的一代，他们未必更辛苦，而是更迷茫。今天的年轻人拥有更好的教育资源、更先进的科技工具，也有更多选择。但与此同时，焦虑与不确定感却没有减少，反而更普遍。这种“条件更好却更不安”的现象，其实说明一个问题：困境的根源，不在年轻人本身，而在他们所处的环境。

我们习惯把青年问题理解为个人问题，比如抗压能力不足、想法太多、缺乏定力。但现实更复杂。很多年轻人面对的是多重压力同时出现：手机和网络占据时间与注意力，社交媒体放大比较与焦虑，学业和家庭的期待不断叠加，而就业的不确定，又让人对未来缺乏信心。这些问题并不是分开的，而是互相影响、不断放大，让人很难靠个人努力去“调整好”。

换句话说，这一代人面对的，不是某一个问题，而是整体环境在转变。其中最关键的变化，是从“能力问题”变成“路径问题”。

过去，一个人的成长路径相对清晰：读书、工作、积累经验、逐步发展，虽然竞争激烈，但方向是明确的。但今天，这条路径正在改变。人工智能正在重塑就业结构，很多基础、入门级岗位减少，那些原本是年轻人进入社会的重要起点，当“第一步”减少甚至消失时，就会出现一个现实困境：没有经验找不到工作，没有工作又无法获得经验。因此，问题不是年轻人不努力，而是“第一步”变得不确定了。

与此同时，数码环境的影响也在加深。手机和平台早已不只是工具，而是社交、比较和自我认同的重要来源。每天不断接收信息、不断与他人比较，很容易让人产生焦虑和不安。更重要的是，在价值观尚未稳定的阶段，如果现实世界没有提供清晰方向，网络就会填补这个空缺。但网络给出的“答案”未必是健康的，甚至可能放大情绪和偏差。

所以问题的关键不在于年轻人够不够坚强，而在于大环境是否有清晰的边界和足够的引导。也正因此，我们须要换一个思路来看待这个问题，如果问题是环境造成的，就不能只靠个人去解决，必须从制度和路径上去调整。否则，我们只是不断要求年轻人“再努力一点”，但他们面对的困难并没有真正减少。

那应该怎么做？一个核心方向是重新为年轻人建立“确定感”。

首先，在数码环境上，不是远离科技，而是要有边界。通过学校管理、平台责任等方式，让使用科技有基本的节奏和规则，让年轻人不会被环境完全牵着走。其次，在就业方面，与其担心被技术取代，不如学会与技术合作。更重要的是，要重新设计“从学习到工作”的过程，例如通过学徒制和在职培训，让年轻人能在真实场景中积累经验，顺利迈出第一步。第三，在教育体系中，要减少过早筛选与标签化竞争，不是每个人都走同一条路，也不是每个人都需要同样的节奏。给不同类型的学生多一点空间，其实是在为社会保留更多可能。

如果把这些方向放在一起看，会发现一个共同点：它们不是在追求更高效率，而是在重建一种基本的稳定感。这种稳定感不是让未来完全确定，而是让人知道，当遇到问题时，有地方求助；当做选择时，有路径可以参考；当经历失败时，还有机会再来。这正是“确定感”的意义。

说到底，这个时代最大的问题不是变化太快，而是方向变得不清晰。当方向模糊，再多机会也会变成焦虑；当路径不清，再多努力也可能走不远。一个社会真正的竞争力，不只是经济增长或技术领先，而是能不能在不断变化中，依然为年轻人提供一条走得通的路。在不确定的时代，为下一代构建确定性，并不是消除所有风险，而是让他们在面对不确定时，依然有选择、有方向，也有继续前行的能力。这不仅是政策问题，更是我们这一代人必须承担的责任。

作者杨木光是新加坡全国职工总会顾问
新加坡国立大学客座教授
石建政是新加坡社科大学客座讲师

Source: Lianhe Zaobao © SPH Media Limited. Permission required for reproduction.