

从“金豆豆”到元素周期表 年轻人“轻量化”涌入

■一家金店,店员整理黄金首饰。 新华社发

“每月攒一颗金豆,年底收获满满安全感”“日投百元上车白银,轻松参与全球市场”“铜价创新高,赶紧上车抄底”……近期,贵金属投资热潮在年轻群体中持续升温。从1克重的“金豆豆”到线上黄金ETF,从白银期货到沪铜合约,从线下金店排队抢购到社交平台“交作业”式晒单,“95后”“00后”正以低门槛、社交化的方式,成为贵金属市场的新生力量。投资品类已从黄金扩展到白银、铜等多种金属,甚至有人调侃“下一步可以投资整个元素周期表”。

年轻群体正深刻改变贵金属市场的投资者结构与交易生态,这股热潮既是宏观经济环境的产物,也暗含代际消费观念迭代,更伴随着不可忽视的风险挑战。

■新快报记者 范昊怡

低门槛入场

从“奶茶钱攒金” 到多元资产配置

“谁能想到,今年我这个理财小白的血脉被黄金狠狠唤醒!从跟风买金镯子到定投黄金ETF,再跟着大佬学‘新三金’配置,彻底告别了盲目跟风炒股的日子。”一位网友在微博上留言道出了时下众多年轻人的投资心声。

不同于传统投资者偏好大额金条、追求长期保值的逻辑,年轻人贵金属投资更贴合自身经济状况,主打“轻量参与、无痛攒钱”。他们摒弃传统模式“门槛高、周期长”的传统投资模式,将投资行为与日常消费场景绑定,投资方式从单一实物金延伸至“实物+金融产品”的多元配置,覆盖黄金、白银等不同风险等级品类。

刚工作两年的小雅在小红书偶然刷到“奶茶钱攒金豆”的攻略后,便开启了自己的攒金计划。“用奶茶钱攒金豆,既能戒掉乱花钱的习惯,还能保值增值。”小雅选择在支付宝的黄金积存平台购买,每月生活费到账后,固定投入300元,选择“自动购买”模式,在金价相对低位时自动成交。为了更好地记录攒金过程,她还专门买了一个透明的玻璃罐。从2025年3月开始,每月固定买1颗,现在已经攒了12颗,“看着罐子里的金豆越来越多很有成就感,比喝奶茶开心多了。”小雅说,期间也曾遇到金价波动的情况,2025年8月金价下跌时,她还特意多买了1颗金豆。截至2026年1月初,金价

飙升至1400元/克,她也小赚了一笔,“收益比存余额宝靠谱多了”。

调侃“自己没有钱买黄金”的小刘则选择长期持有白银。从事金融工作的小刘在2020年左右以每克3元多的价格买入2万元白银,2021年3月又以每克5元多的价格加仓3万元。尽管中间经历数年下跌,最多时亏损多达1万多元,但前年开始白银价格回升,现在盈利接近10万元。“和股票等投资相比,贵金属简直是一种‘牛马投资’,买了放着就行,不需要去研究各种财报、信息,它给我提供了一种很方便的投资渠道。”小刘表示。

与小雅和小刘偏好实物不同,26岁的程序员小陈更青睐灵活便捷的金融产品。“买金饰的话工费太高不划算,实物金条存放和变现都比较麻烦。”小陈说,2025年初,偶然听公司前辈聊起黄金ETF后,便开始研究贵金属投资,最终选择了一只基金进行定投,每月自动扣款500元,并设置“跌超5%加仓200元、涨超10%赎回20%”的规则。小陈表示,这种“半自动”投资方式既能参与市场行情,又不会占用过多工作精力。从2025年3月至今,他累计投入5500元,当前持仓市值已接近7000元,累计收益率超25%。“每天波动幅度也就几块钱到十几块钱,完全不用慌。”小陈还把自己的定投策略分享到了社交平台,吸引了不少同龄人关注。

行情驱动

贵金属价格飙升 机构上调预期点燃热情

此轮年轻人贵金属投资热潮的兴起,与近期全球贵金属市场的持续走强形成强烈共振,不断攀升的价格成为吸引年轻群体入场的核心动力之一。2026年初,全球贵金属市场迎来爆发式上涨,现货黄金价格率先冲破4370美元/盎司的历史新高,创下多年来的峰值;受国际金价传导影响,国内足金价格也同步飙升至1400元/克以上,较2025年初的838元/克上涨67%,不少品牌金店的小克重金条、金豆产品上架即秒空,甚至出现消费者排队抢购的场景。

展望未来黄金价格走势,业内人士普遍认为上涨的确定性仍然较大。世界黄金协会预测,按当前价位计算,2026年金价有望再上涨15%至30%。中信证券给出乐观预期,中性假设下2026年底国际金价有望突破5100美元/盎司。

在黄金的带动下,白银市场表现更为抢眼。Wind数据显示,2025年12月31日,伦敦银现报收83.971美元/盎司,年度涨幅高达192.71%;2026年1月14日更是首次突破90美元/盎司关口,截至1月16日,今年以来累计上涨31.46%,成为贵金属市场的“涨幅黑马”。除了黄金、白银,

工业属性较强的铜价也迎来大幅上涨,创下历史新高——LME(伦敦金属交易所)期铜价格最高触及13407美元/吨,国内沪铜期货价格同步攀升至105511元/吨,较去年同期涨幅超90%。

持续向好的市场行情,加速了年轻群体的入场步伐。世界黄金协会发布的《2025中国金饰零售市场洞察》显示,18-24岁消费者的金饰拥有率高达62%,而5年前这一数字仅为37%。线上投资渠道的数据同样亮眼,截至2025年10月初,累计已有超890万用户在蚂蚁财富平台上开启黄金ETF基金定投,其中“95后”占比超四成;2025年新增的黄金ETF定投用户中,“00后”占比更是高达52%,成为新增用户的主力军。京东金融黄金一站式平台上“90后”投资者占比突破50%，“Z世代”正成为黄金投资的核心力量。

iiMedia Research(艾媒咨询)的调查数据显示,26-35岁是主力“掘金战士”,36-45岁是隐形扫货大佬,46岁及以上仅占5.02%,打破了传统认知中中老年是购金主力的印象。随着年轻人成为消费主力,曾经“大金链子、厚重金手镯”的偏好被彻底颠覆,小克重、精工艺的黄金饰品一跃成为市场新宠。



社交赋能

年轻人寄托情绪、标记成长的重要载体

如果说宏观经济和产品创新是年轻人投资贵金属的“外在驱动力”,那么社交属性就是“内在催化剂”,让贵金属投资从个人行为转变为群体参与的潮流活动。

在年轻人高度聚集的小红书等社交平台上, #攒金日常# #年轻人的第一颗金豆# #白银投资攻略#等相关话题的笔记层出不穷,这些笔记不仅内容详实,更兼具极强的实用性,为新手投资者提供了一站式参考方案。在这种浓厚氛围的带动下,年轻人定期“交作业”、晒投资成果成为常态,他们在此分享金豆积攒进度、展示账户盈利截图、交流定投策略调整心得。“有一群人一起讨论,投资就不再是盲目跟风,遇到问题能及时得到解答,也能更快发现风险、避开陷阱,感觉更有底。”社交平台上有网友道出了社交化投资对年轻群体的核心吸引力。

在当下的社会语境中,贵金属尤其是黄金,早已超越单纯的金融资产属性,不再仅仅是具备保值增值功能的金融资产,更成为年轻人寄托情绪、缓解压力、标记成长的重要载体。iiMedia Research(艾媒咨询)数据显示,41.79%的消费者将黄金视为“情绪寄托”,其中33.11%的人用它“奖励努力的自己”,31.61%的消费者直言黄金能“缓解经济压力”——在充满不确定性的时代,掌心的方寸金光成了最佳心理安慰剂。

金融机构的产品创新与销售渠道的多元化变革,是推动年轻人参与贵金属投资的重要基础支撑,二者共同降低了投资门槛与参与成本,为这股热潮的形成提供了关键助力。蚂蚁财富平台的专项调查数据显示:超半数年轻人更偏爱线上购金模式,核心是追求自主决策、无缝衔接的“买金自由”,并希望将购金融入日常消费场景,实现碎片化理财的目标。其中,约54.5%的年轻人购金的核心需求聚焦于理财,他们会主动关注金价实时走势、积极寻找最优投资时机,将黄金合理纳入个人资产配置体系。

广州白领李女士向记者展示了自己在支付宝上设置的“攒黄金”计划:目标设定为1克黄金,系统每月从银行卡自动扣款定投。“攒够1克后,既可以兑换成小巧的金饰留作纪念,又能实现资产保值,一举两得。”除了定投,李女士还会在多个理财平台打卡完成任务“薅羊毛”,“攒满100份黄金股票就能兑换0.1克黄金基金”,虽然每天只有几分钱,但李女士仍然乐此不疲,“就当是一种无痛理财啦”。

在产品端,金融机构精准匹配年轻人“低门槛、轻量化、便捷化”的核心需求,打破了传统贵金属投资的壁垒。银行、券商等机构推出的黄金积存、小额定投等产品,让年轻人能用“碎片化”资金参与投资,轻松打通与贵金属市场的连接通道。