劳动边界模糊、工作时间持续渗透生活

边工作边旅居边挣钱
“数字游牧”的生活真的这么美？



当工位不再绑定写字楼、收入不再依附一座固定城市，一批青年正在实践一种全新的劳动生存方式——“数字游牧”。他们依托云协同工具、线上交付体系，完成工作任务、对接客户、参与项目会议，居所、城市可以自主切换，不再被传统通勤、固定办公地点困在一座城市。

调研数据显示，截至2026年一季度，国内“数字游牧”群体规模突破800万人，同比增长32%。这一群体区别于灵活就业者，核心特征是工作链路全线上化、成果可量化交付、不依赖线下固定工位，以跨城市旅居、节点式流动为常态，而不是单一城市内零散接单。

办公从“物理在场”转向“成果交付”，地点不再是劳动关系成立的前提，看起来挺美好的，然而也有观点认为，“数字游牧”属于高门槛的新型劳动形态，它对从业者的专业能力、自律能力、风险承受能力要求很高，很难成为主流就业方式，更多是原有就业体系之外的补充分支。

■策划/采写：新快报记者 罗韵
■制图：廖木兴

数字游牧的核心定义

工作链路可线上	项目对接、协作、交付、结算完全线上
岗位成果可量化	以成果质量考核，不依赖线下坐班打卡
生活状态可流动	网络达标即可跨城居住、节点式迁徙
职业资源可延续	客户、项目、合约不随城市迁移中断

数字游牧群体规模（2026年一季度）

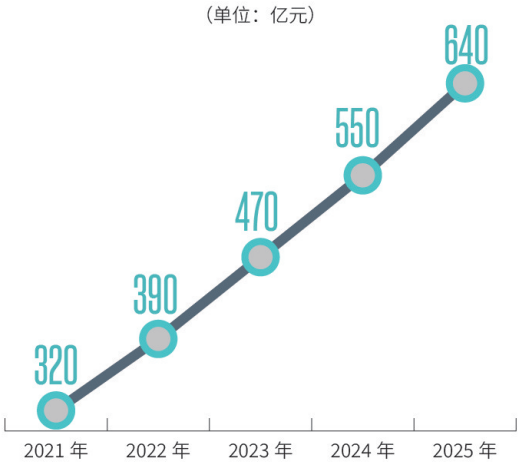
800 万人

数字游牧 VS 普通灵活就业模式

普通灵活就业	数字游牧
属地限制强	无地域限制
依赖本地场景	项目长期持续
接单碎片化	团队协作稳定
收入不稳定	成果标准化
无长期固定项目	可跨城持续执业

2021—2025年协同办公产业规模

（单位：亿元）



数字游牧青年人气国内目的地TOP3

1 云南大理
2 浙江湖州
3 四川成都

数字游牧青年人气国际目的地TOP3

1 印度尼西亚
2 泰国
3 土耳其

01 “数字游牧”兴起 消解“在场办公”硬性门槛

在过去数十年的社会秩序里，地点是身份的基石。户籍、常住地、写字楼工位共同划定一个人的社会坐标，工作地点几乎等同于一个人的社会身份标签。城市房价、通勤成本、单位属地、社保参保地……把劳动者牢牢锚定在特定空间。空间社会学理论认为，传统现代社会是“属地化社会”：场所决定交往圈子、资源获取渠道、晋升路径和公共服务资格。人要获得稳定收入、职业发展和社保福利，就要持续向一个固定城市、一栋固定办公楼投入时间，常态化的通勤成为现代劳动者日复一日的生活方式。

而“数字游牧”的兴起，正在松动这套延续已久的空间秩序。高速网络、云文档、线上会议、项目管理SaaS、异地社保代缴、线上签约存证等数字基础设施，消解了“在场办公”的硬性门槛。一份设计方案、程序代码、内容稿件或线上咨询服务，交付的核心是成果，而不是劳动者是否坐在某一间固定的办公室。

02 节省工作和生活成本 一线城市接单，旅居办公

很多人容易将“数字游牧”和外卖骑手、同城零工、本地自由职业者混为一谈，但二者底层逻辑完全不同。人社部公开数据显示，我国灵活就业人员规模已超过2亿人，其中绝大多数仍属于属地化就业，劳动服务供给、接单范围局限在一座城市，依赖本地线下场景完成交付。而“数字游牧”的核心标识，是劳动生产本身不受地域约束，只要具备稳定网络，就可以在不同城市持续承接同一批长期项目、服务固定雇主，收入链路不随城市迁移中断。

从岗位结构来看，国内“数字游牧”群体集中在远程研发、UI设计、内容策划、跨境营销、线上教研、翻译、线上咨询等岗位，这类岗位产出标准化、可线上核验，不需要高频线下见面沟通。

调研显示，该群体中本科及以上学历占比76.2%，18—35岁青年占比81.7%；一线城市出身或者长期在一线工作的人群占比最高，他们往往是先在一线城市积累专业能力、客户资源、项目经验，再选择脱离固定工位，开启跨城流动。

广州作为华南枢纽城市，成为“数字游牧”网络里重要的中转节点。本地共享办公运营商告诉新快报记者，不少外来“数字游牧”青年会在广州租1—3个月的共享工位，利用广州的商务配套、物流、线下商务会面条件完成阶段性对接，之后去往生活成本更低、自然环境更好的城市。还有一部分广州本地青年，保留广州社保参保关系，长期在外旅居远程办公，依托线上人力资源服务商完成异地参保、薪酬发放、个税申报。

一位文旅领域的MCN运营者介绍，公司中八成员工是内容创作者，常年奔赴在全国乃至海外各个旅游景点进行内容创作和在地客户服务，用网络进行工作沟通，以酒店、短租房为家。他为这些员工在广州租赁了仓库存放个人物品，也为有需要的员工提供以天为单位的短租宿舍。长期下来，公司和员工都节省了大笔租金和大城市产生的工作生活成本。

这种模式的普及，建立在协同办公赛道持续成熟的基础之上。据统计，2021年国内协同办公市场规模320亿元，2025年达到640亿元，行业增速稳定维持在16%左右，钉钉、飞书、企业微信等平台构成远程协作的底层基础设施，文件同步、权限管理、线上评审、项目看板等功能，把跨地域团队协作的摩擦成本持续压低。

03 “数字游牧”的稳定锚点：合同、收入和协作社群

传统社会的社会关系，总是嵌入在具体的时空场景之中；而现代数字技术，把社会关系从固定场景里抽离出来，实现跨时空重组。过去，职场身份必须依托办公室这个空间载体才能成立；现在，职业身份、客户关系和项目协作关系，迁移到线上数字空间，物理地点只承担居住、休闲、临时会面的辅助功能，不再定义劳动者是谁。

长期以来，大城市的价值逻辑是建立在“空间稀缺性”之上：核心地段写字楼、核心居住区，依托区位溢价，筛选、吸附劳动力。年轻人要换取更高收入机会，就要承担高昂房租、漫长通勤、拥挤的城市生活。“数字游牧”相当于跳出这套竞价体系：不再用居住地点换取就业机会，而是带着就业机会，自主选择生活地点。

但“数字游牧”不是漫无目的流浪，流动之中依然存在稳定锚点——稳定的客户合约、持续的项目收入、线上协作社群和固定的工作节奏，这些线上锚点，替代了过去写字楼、社区、户籍地这类线下锚点。流动是表象，劳动者依然需要一套稳定秩序，保障劳动可持续性。

在广州的访谈样本里，有一名互联网产品从业者，常年在广州、清远、大理三地轮换居住。他保留线上固定项目，每周固定时间参与线上评审会，每天保持固定工作时段，只是把居住空间换到成本更低、环境更舒适的城市。他认为，自己不是没有约束，只是约束从“物理空间打卡”变成了“成果交付的时间与质量约束”，工作时长并不比固定办公地点的劳动者少。