

考公考研热度不减 “考场”VS“市场” 年轻人如何选择青春赛道

羊城晚报记者 孙唯 实习生 蓝惠熙

“大一开始准备考公”“毕业后准备二战三战”……近年来，考公考研热度不减。根据中国教育在线统计数据，报考硕士研究生的人数由2011年151.1万人增加到2024年438万人，虽然这两年趋势放缓，但竞争仍然激烈。另一边，考公赛道也是无比拥挤。根据考公雷达的数据，2020年国考报名人数为143.7万，到了2025年，这一数字激增至341.6万。

与高成本相对应的，并不是高回报的结果。中国教育在线统计数据显，十几年来，考研录取率总体下降，其中，2022年录取率不到三分之一。考公雷达的数据显示，2025年度国考参加考试人数与录用计划数之比约为65:1。

众多考生明知风险极高仍坚持考公考研，其动力是什么？这真的是一条值得争抢的赛道吗？

就业前置，盲目跟风非理性

“我这个专业只能考公考编，不是感兴趣，不是外界压力，是我真没招了。”2025届汉语言文学专业毕业生赵乐安在大三下学期决定考公。2021级统计学专业的王册也有考公意向：“统计学专业对口就业方向主要是互联网公司，即使成功入职，后续被优化的概率也不小。我本人对工作的稳定性要求比较高，而这种稳定性只有体制内能够提供。”

信息工程专业的蒋鹏池则选择考研：“大学没学到什么东西，自己也没啥工作能力，担心不能找到适合的工作，而且即使找到了工作可能也很难适应。总得吃吃苦。”

记者在调查过程中发现，选择考公考研的大学生大多出于对现实因素的重重考虑，而非纯粹因为个人兴趣。其中，就业是大学生做出考公考研选择的第一推动力。王册坦言：“公务员有相对固定的工作时间和稳定的收入。”

智联招聘《2024大学生就业力调研报告》显示，2024届求职毕业生中，51%认为“稳定最重要”。此外，2024届毕业生开始找工作的时间相比往年也更早，60.3%的求职毕业生在2023年开始找工作，比2023届毕业生在2022年找工作的比例（49.9%）高10个百分点。越来越多的人提早进入求职状态，求职行为正在前置化。

让大学生考公考研的深层动力究竟是什么？从文化传承关联上，当今社会学生执着于考公考研的观念，与大众比拼高考的情况类似，受到了传统观念的深刻影响。“中国教育科学研究院研究员储朝晖认为，“市场”虽然潜在回报更大，但不确定性和风险都很高。而“考场”有明确的考试大纲、录用名额、晋升路径，一旦“上岸”，稳定性强，虽然自由度较低、回报有限，但确定性高，风险也更低。

由于竞争激烈，部分考生落选后甚至会选择全职备考，和考公考研“死磕到底”，直到了却“上岸”的执念。储朝晖表示，“考公”“考研”是“考场逻辑”在就业阶段的延续，“考场化”倾向使得学生过度依赖考试、证书、经历等“确定性凭证”来获取安全感，却忽视了个体差异、市场机遇与创造性发展。“每年能够考公考研上岸的人数本身是有限的，而参与的人却数以万计。事实上，大多数学生参与考公考编的情况是非理性的。”

“囚徒困境”中，清醒思考才可突围

“我从大三下学期开始每天在图书馆学习，很累。那段日子虽然很难熬，但好在我认识了一群相互鼓励、相互慰藉的好朋友，还是很值得怀念的。”回忆起自己考公的时光，赵乐安十分庆幸能有好朋友陪伴她共同度过。

备战考公考研的时光会充满期待，而“上岸”后的生活却也不完全如当初想象的那般安逸幸福。来自某县

城机关委办的工作人员李梦琪坦言，“‘上岸’后并没有想象中那么开心，可能只有入职前那几天开心吧。”某省直公务员王初则感到不满，“考公后发现氛围与外界传言还是有不同的。有些后悔，我这个岗位规矩比较多，风险责任到人，还需要随时待命，加班多，没有足够的自由时间。”

如今，摆在大学生面前的道路似乎有三条：追求安逸稳定选择考公；意向深造或延缓就业焦虑就选择考研保研；而不想走这两条赛道的人，则需要“卷实习”。

智联招聘《2024大学生就业力调研报告》显示，高达78.4%的应届生至少拥有一段实习经历，其中32.7%的应届毕业生有过两次及以上实习经历。“卷实习”看似无需“考试”，但究其本质，似乎也与考公考研一样，在不确定的就业市场中积累确定的资本。广告学专业的江裕今年读大三却已有3段实习经历，她直言：“学校所学知识与现实需求有一点脱节，不多做实习，毕业很难就业。”

在调查过程中，谈及“实习”，记者捕捉到最多的词汇就是“忙碌”。从运营助理到品牌媒介执行实习生，2025届传播学专业毕业生张章在大学期间一共积累了5段实习经历。大二、大三课程很满，张章就选择寒暑假实习；大四仍有课程，张章经常需要协调工作、学习的时间安排。“现在实习生招聘通常需要我们本身就有实习经验，尤其在大四下学期的时候，公司架构调整，裁了所有实习生，我几经波折才找到现在的工作。”

“对于大多数学生而言，盲目考公考研不理性，盲目刷实习也没有价值，若干年后同学们可能会认识到这一点。”关于大学生这三条竞争激烈的发展路径，储朝晖并不认同，“当整个社会陷入了一场疯狂争夺资源的‘囚徒困境’，就到了需要更多人具备清醒头脑和独立思考的时候了。”储朝晖认为，大学生忽视个体差异的选择背后同样不乏社会机制的问题，“当今社会，我们需要给毕业生提供更多元的就业机会和发展空间。”

应先找到自己，而不是跟风选择

“如果无需担忧未来就业，你会选择怎样度过大学生活？”

面对这个问题，不少同学立即兴奋起来。“自媒体很有趣，我会先做家教攒钱，然后用来作为自媒体的启动资金，搞一下自媒体。”从大三下学期就开始紧张备考公务员考试的赵乐安想做做一些“脱轨”的事。

回想起被“焦虑”充斥的大学生活，张章百感交集，“多参加一些社团活动吧，开始实习后很久没参加社团活动了。还可以安排一些旅游，工作后想出去旅游比较难。”

对于自己从前除了编制无路可走的选择，李梦琪有些无奈，“在别的地方考编可能是退路，但在我们这里考编才是出路。”

王初认为自己的性格不适合其他工作，重来一次可能还是会选择考公，“在就业深造方面，我会积极考证并多实习；在生活方面，我会鼓起勇气谈一次恋爱。”

在大学这个本可以自由探索自我、启航梦想的人生阶段，大学生们各有志向，也各有未尽的遗憾。“当下最关键的是让更多人回归常态，找到自己的优势潜能，探索自己适合的领域。”储朝晖认为，每个学生都应该先找到自己，而不是跟风选择。

“人类历史上的巨大发展进步无不伴随着思想观念的颠覆性变革。”储朝晖表示，建设教育强国需要回归教育本质，从“立德树人”这个根本任务出发，淡化不适应时代的观念，转变观念，改进体制。“大学期间学生的能力发展空间很大，可做之事很多，相比跟随潮流趋势考公、考研、刷实习，选择找到真正的自己并发展自己，对于提升个人能力的价值会更大。”

（应采访对象要求，赵乐安、王册、李梦琪、王初、江裕、张章均为化名）



送外卖路上



陈果多暑假送外卖的总里程表

配送收入-#322-人...	+ 13.60
08-28 22:08	已到账
配送收入-#535...	+ 8.00
08-28 21:56	已到账
配送收入-#107-...	+ 7.60
08-28 21:40	已到账
配送收入-#293-...	+ 13.80
08-28 21:04	已到账
配送收入-#297-...	+ 13.80
08-28 20:57	已到账

林辉的配送记录

用规则简单、反馈直接的体力劳动来对抗学术世界的不确定性与精神内耗 博士生送外卖是怎样一种体验

文/羊城晚报记者 郭子扬 图/受访者提供

脱下实验服，戴上头盔，跨上“电驴”，打开外包软件点击“上线”……对于一些博士生而言，这一系列动作，仿佛打开了一个通往平行世界的开关，他们正用一种出乎意料的方式，为高压的学术生活寻找情绪宣泄的出口。

“建议博士生都去送外卖。”在社交媒体上，“博士送外卖日常”的笔记下，往往吸引了大批讨论者。无论工科、理科还是文科，各个专业的博士生甚至博士后，在这个隐秘的角落分享他们的送餐体验、奇葩订单，以及如何用一种规则简单、反馈直接的体力劳动，对抗学术世界的不确定性与精神内耗。

骑行目标：在学校时每天骑行10公里，在老家骑行20公里。自行车码表上里程数一到，她即刻下线，停止接单。

想什么时候送就什么时候送、想送多久就送多久，随时上线、随时收工——对于科研节奏不固定的博士生而言，送外卖有着天然的自由优势，让身份的切换变得毫无负担，为博士生高压的学术生活，提供了一个可自由掌控的“切换键”。

“薅羊毛般的快乐”

“实验累死累活不一定有数据，但外卖你只要送，就有钱！”在社媒平台上，一位用户如此分享自己当骑手的快乐。

然而，光从数字上看，大多数“博士骑手”通过送外卖获得的收入，似乎并不高。陈果多告诉记者，自己跑了近3个月的外卖，收入共几百元，日均不过六七元。“这笔钱最后的归宿，都用来请我男朋友吃饭了。”

在受访对象中，在成都就读的工科博士生林辉是唯一一个会主动研究平台规则、努力提升时薪的人。一开始，他只在中午和晚上两个高峰时段参与送餐，时薪仅有20多元；后来，林辉便开始像优化实验参数一样，尝试更多的模式和时段。

“比如，美团有个畅跑模式，单量多、更顺路。但单价低需要堆量，必须跑上一天才能比众包模式划算，强度很高。”跑过一次，林辉发现自己反而需要花一两天的时间休息“回血”，严重影响科研节奏，得不偿失。“现在我偏向在平台有活动的日子送外卖，或者说在时薪比较高的时间段送外卖。节假日、下雨天单价更高，奖励更丰厚。送1个小时，时薪可能有四五十元，跑一个晚高峰就能有100多元入账。”

林辉的“精打细算”，更像是一场解构规则的智力游戏。只要顺路，几元的

玩游戏做任务的感觉

“一旦开始送外卖，就好像进入一种玩游戏做任务的感觉。”多名受访者不约而同地用同一个比喻来形容自己的“骑手模式”。

陈果多精准地剖析了这种“游戏感”：“接单前就知道截止时间，快速送完一单，立刻看到钱进账。目标明确，规则清晰。”

这与他们日常的科研工作形成了鲜明的对比。敲定选题、实验验证、四处投稿、苦等反馈……大多数时候，博士生的科研像在深海里沉浮。无法预见手上的工作是否会成功，又会在哪一环节失败。自由裁量权交由他人，而留给博士生的，是一次又一次通宵达旦的内耗。

如今，低成本、高自由度的骑手工作，正平等地抚慰着每一个在学术深海中沉浮的博士生。

“尝试送外卖之后，我感觉自己像是一个开新地图的玩家。”小唐最近发现，学校附近有一个火车道口。每当栏杆放下，她需要和行人一起等待长长的列车缓缓通过。这被迫的几分钟停顿，好像是系统安排的“中场休息”，让她停下来，看看这座城市的另一面。

如今，即便在不跑单的日子里，她也开始留意过去熟视无睹的细节，关心起附近的餐馆、超市、菜市场。“世界突然变大了。”

在这个“开放世界”里，与人的交流也成了随机触发的“NPC对话”，让走出象牙塔的博士生收获了意想不到的温暖。

结束白天的科研工作后，乐乐选择在傍晚开始送外卖。一天晚上，由于学习任务结束较晚，送餐时已经是21时多。在取餐的店铺前，一名后厨阿姨看到她，先是夸她漂亮，随后担心她晚上送外卖的安全问题。随后在附近的第二家店，她又听到两名阿姨用“勤快”“勤劳”来评价她。当她把外卖送到一所学校门口时，接过餐食的年

轻男子同样表达了担忧，并建议她“早点收工”。“一个晚上连续3次收到陌生人的关心，心情突然变得很好。”

“我们做科研时，可能要一整天对着电脑或者文献，不用开口说话。”林辉告诉记者，硕士毕业后自己留在本校读博，以往一起踢球、打桌游的朋友基本都毕业离校，社交圈子大大缩小。有时候闲下来，“不知道自己该做什么好”。

尝试送外卖后，路上遇到的同行成了林辉新的社交网络。遇到找不到的地方、解决不了的平台bug，只要林辉求助送外卖“前辈”，基本都会得到耐心的回答。

精密算法驱动的系统之下，这群走街串巷的外卖骑手，用互帮互助的朴素善意，编织出了一张城市的人情网络，让林辉深感温暖。

探索人生的“第二轨道”

没有复杂社交、没有漫长精神内耗，送外卖，成为博士生们重建生活秩序、对抗学术失重感的一种实践，更激发他们以各自的方式，积极探索人生的“第二轨道”。

对陈果多而言，它是切换状态的开关：想到晚上要送外卖，白天的科研会更有动力；而一旦开始送餐，论文的细节和被拒稿的沮丧便被抛在脑后，新的见闻扩展了她的生活经验，甚至为她的人文研究注入了底气与活力。

乐乐表示，送外卖的价值在于秩序感。“读博的生活很多时候是失序的。连续几天觉得自己在原地打转，看不下文献、写不出东西是常态。但送外卖会要求你立刻行动起来，出门、上线、接单、骑行……这一套流程本身，就是一种对生活的强效结构化。”

乐乐发现，送外卖好像减轻了自己一些焦虑症状。“一开始爬楼的时候，心率很高。慢慢的好像爬楼不那么辛苦了，心里很充实，情绪和状态都在变好。”平时送完外卖，乐乐会收拾衣服去到学校的游泳馆痛痛快快地游一会儿。即使学术进展不顺利，但完成送外卖任务，就能获得一种“今天至少做成了一件事”的踏实感。“晚上睡觉前回想起来，会觉得这一天是高能的、有效的。”

小唐在假期还尝试了摆摊。和送外卖一样，这是对另一种人生可能的主动勘探。“我想体验新的职业，探索自己新的可能性。”她说，“这能弥补我本科以来只知道读书升学的遗憾，让自己不要一直困在一个盒子里。”

“博士生期间没得到想要的成果其实很正常，就算毕业了去送外卖也不丢人。”乐乐表示，如今，自己对人生的容错率已有了新的认识，“人生有很多的选择，有很多条路可以走，没有哪一条是对的，哪一条是错的。只要自己健康开心，我觉得都是可以的。”

走出象牙塔，穿行市井间——在送外卖的路上，这群高知青年得以见众生，更清晰地见自己，亲手把稳了人生方向盘。

（本文受访者陈果多、乐乐、小唐、林辉均为化名）



AI制图