

《2019 中国年轻人可持续生活趋势白皮书》发布

年轻人的可持续观：长效、系统、共益、日常

经济还会下行吗？股市还会下跌吗？地球将来真的会流浪吗？2019 年开年，让人焦虑不安。

电影《流浪地球》中，央视新大楼的画面曾一闪而过。犹记当年从东三环的大楼工地走过，一度觉得大楼建歪了，在惴惴不安中，我们后来见证了一座伟大地标的诞生。

对未来充满期待，你会见证伟大，就像电影中说的那样：“希望像钻石一样珍贵。”事实上，我们就是在无数次的不安和焦虑中，见证了 60 后、70 后创造的 BAT 奇迹，见证了 80 后的 T(头条)M(美团)D(滴滴)跨越式成长。2019 年，90 后最后一批又踏上了 20 岁的青春年华。“如果这纷乱的世界让你沮丧，就去看看她们眼中的光芒……他们是未来的希望。”这是李宗盛的《希望》之歌。

承载未来希望的年轻一代，他们今天的态度与选择又是怎样的？春节之前，一家以推动可持续生活方式与商业向善为使命的社会创新企业——Bottle-Dream 发布了《2019 中国年轻人可持续生活趋势白皮书》，综合过去近 8 年来对 1000+ 个改变者的研究和报道，100+ 次和年轻人玩在一起的线下活动，以及对大量可持续案例的研究，为我们做出了新的诠释。

通观全篇，可感受到年轻人在可持续生活上出现的三大关键变化：一是从外在刺激到内在驱动力的转移。在过去，年轻人的可持续行为很多时候是由外在条件驱动的，年轻人通过很多负面的报道了解问题有多严重，产生焦虑和恐惧，从而激发行动。但这些行动往往是暂时的，而且在负面信息连续不断的刺激下，年轻人开始出现“同情疲劳”的情况，对糟糕的社会环境问题产生无力感，“救救地球”等口号式的沟通无法真正打动他们。从年轻人日常的生活出发，让他们看到可持续生

活方式能给每一天的日常生活带来的影响，把外在的刺激转化成内在的驱动力，才能影响更多年轻人选择可持续的生活方式。

二是从单一行为标准到多元生活场景的转移。大多数年轻人不会把“可持续”挂在嘴边，刻板地要求年轻人去节水节电、垃圾分类、减少一次性塑料制品的使用等往往很难引起他们的兴趣。但如果把眼光放得更广，看到年轻人生活场景的多元性，你会看到年轻人往往不自觉地就开始了自己的可持续生活 style。

三是从长远宏伟的目标到当下具体的结果。讲到“可持续”，很多品牌会亮出自己的“三年目标”、“五年计划”、“2030 目标”，这些对企业层面的可持续行为具有方向性的指导意义，但对于年轻人来说，这些目标都显得太大太遥远了，很难跟自己的日常生活有什么关联感。要让年轻人看到、感知到选择可持续生活方式可以带来哪些具体可见的效果，才会让他们感觉真实、值得，并且促进他们的分享，进一步影响身边的人。

《报告》试图提供“能够激发行动的洞察”，解决希望联结年轻人的企业/组织共同的困惑：到底如何沟通可持续才能让年轻人觉得相关、可信，并且能够激发他们的行动？毕竟，让更多年轻人一起行动起来，才能驱动更大的改变。

年轻人的可持续观

《报告》发现年轻人对可持续的理解，已经远远不止环保那么简单。他们的可持续观由“长效”、“系统”、“共益”、“日常”四个关键词构成。

年轻人看到引起可持续的问题之一是“过度、浪费、只考虑当下”，因此当提到可持续的时

候，他们马上会想到减少浪费以及为长远考虑的相关态度和解决方案，比如“适度”、“循环”，“回收”、“长效设计”等。

年轻人看到可持续的问题不仅是个人的问题，更是系统的问题，包括经济系统、生态系统、法律法规、整个社会的意识形态等。因此，提到可持续，他们会想到“生态系统”、“永续经济”、“循环经济”、“社区关系”、“企业社会责任”等关键词。

在年轻人分享的可持续联想关键词中，有一类关键词是“爱”、“善良”、“善意”。对他们来说，追求可持续不是源于道德压力的“政治正确”，而是“众生平等”的爱与善意。

提到可持续，年轻人认为它不是“遥不可及的概念”，而是非常具体的生活选择。可持续可以是走路或骑行上下班，中午吃到的一顿轻食，购物用的一个帆布购物袋，让人精神愉悦的一本书，是生活中那些让身体健康，心情快乐，体现个人对他人/社会关怀的选择。

可持续生活驱动力

年轻人选择可持续生活方式由什么驱动？一个核心的变化在于：由外在刺激驱动，到由内在动力驱动。

在过去，年轻人的可持续行为很多时候是由外在刺激驱动的，年轻人通过很多负面的报道了解问题有多严重，产生焦虑和恐惧，以及道德正义感，从而激发行动，这些行动往往是暂时的，并且需要依赖外界不断的刺激，年轻人才会意识到自己需要行动。随着中国经济的快速增长，发展的过程当中所带来的生态问题、社会问题等一系列问题不再是“地球的问题”，而变成年轻人实实在在在每天生活当中可感知的问题。生命安全的不可控：生态污染循环回到生活，吃鱼顺便吃进塑料微粒，吃菜吃点残留农药；唯利是图的商家丑闻不断爆发；外卖肮脏；疫苗造假；租来的房子甲醛超标；连五星级的酒店，居然也用擦过马桶的浴巾擦杯子……年轻人活得忧心，不知道明天自己的生活中，又会出现什么问题。生活节奏太快、压力太大、不健康的都市生活方式也在带来越来越多严重的问题，包括过劳死、癌症高发、13 个人当中就有一个人患抑郁。社会大环境也不让人乐观，重庆公交车事件、上海砍人事件、路怒、网络暴力，从媒体、网络甚至现实社会的亲身经历中所感知到的社会戾气，也增加了年轻人的焦虑。

在这些宏观背景的驱动下，可持续从“地球的问题”变成“生活相关的问题”，影响着身心灵的健康与愉悦，因此年



(本版图片出自该报告)

轻人在选择可持续生活方式上，多了内在的动力。具体来说，可持续的内在驱动力包括自我层面、人际关系层面、以及社区/社会影响层面。

可持续生活特点

过去，可持续生活是“一套生活方式标准”，个体按照这些标准去要求自己的行为：低碳出行，节省能源，减少浪费，分类垃圾，减塑……因为年轻人的生活方式呈现多元化，可持续生活不再是一套官方标准，而因年轻人生活理念及生活场景的不同呈现多元化。有五种典型的可持续青年人设及相关的可持续生活场景，能够呈现今天可持续生活方式的多元性。

**废物再造新潮流。**他们从小就爱看《100 个生活小窍门》，剪过大雪碧瓶做笔筒，用零布给芭比娃娃做斗篷，长大以后他们还是这样，生活中的点滴都能变成小巧思，啤酒瓶剪开能种花，花谢了就挂起来做干花，划花了的 CD 挂起来当做装饰。升级版的他们开始尝试塑料瓶做的衣服、海洋垃圾造的鞋、甘蔗渣做的圆珠笔；他们会逛二手商店，淘到实用而便宜的旧衣服；搜集剩食丑食，烹饪出一桌子的美味；他们相信物品的生命是可以不断地延续下去的，世界上没有垃圾，只有放错位置的资源。他们就是行走的“变废为宝”本人。

**新型社交动物。**他们喜欢和人群聚集在一起，热爱分享美好的一切，追求成为有意义的事情的一部分。从朋友的日常聚会，到城市里的各种展览、市集、工

作坊，他们活跃于不同的场合，享受价值观相同的共振，寻找新鲜灵感的启发，也怀着开放的心态接纳不同与多元。

**泛科技青年。**他们信仰科技与知识，热衷于了解新科技、新趋势，并且善于将科技应用于生活使其更方便、高效、可掌控。用智能家居营造更便捷的家居生活，用电子书取代实体书，用电动汽车取代柴油汽车。

**自产能共享青年。**他们是共享经济的忠实粉丝，出行首选共享单车、共享汽车，衣服买的也不多，用共享衣橱就可尝试不同风格。他们看重体验而不是占有，喜欢把钱花在探索和体验上。他们相信，是一次又一次的体验，而不是一件又一件的物品，丰富他们的人生。

**质感青年。**他们相信物品不必多，最适合自己的那一件才是最好的。他们不盲目购买，每一次的消费，都确保自己需要且适合。他们不随便跟风，用自己的一套审美指导生活。基本款的衣服，保证不受时光和潮流的侵蚀；租来的房子，也得改造成最舒服的模样；买来新鲜的食材，精致的餐具，一个人也要吃得愉悦。他们注重生活中的仪式感，每一个生活细节，都希望至少能取悦自己。

《报告》最后总结了年轻人可持续吸引力 11 大法则：视觉美好力、顺便参与力、习惯养成力、DIY 创造力、跨界转换力、持久使用力、联结共振力、文化加持力、科技引领力、流程透明力、眼见为实力。透过这些法则，我们知道了可持续可以有趣又有意义地融入到我们的生活之中。

(龚义)

