

高校考研热背景下青年婚育状况及影响机制研究

李昱, 乐轩, 岳赤, 石明磊

河北工业大学, 天津 300401

DOI:10.61369/ECE.2026010037

摘 要 : 考研热的持续升温使高校大学生群体呈现显著的“高中化”发展特征, 深刻影响青年婚育观念、行为选择与人生规划逻辑。本研究基于全国多所高校 1240 份有效问卷及 150 人次多主体访谈数据, 从婚育规划、恋爱行为、生育认知三个维度剖析考研热下青年婚育的核心特征, 系统梳理其产生的双重影响, 并从升学竞争、发展选择、支持体系、性别差异四个层面探究成因, 最终从高校、政府、家庭、社会四维提出协同对策。研究表明, 考研热下青年婚育呈现规划延迟化与模糊化、恋爱行为主动克制与标准重构、生育认知高顾虑与冲突感知突出的特征, 需多方协同发力平衡青年升学发展与婚育需求, 为优化人口结构、促进青年全面发展提供理论参考与实践支撑。

关 键 词 : 考研热; 青年婚育; 婚育延迟; 性别平等; 人口发展

Research on the Marriage and Fertility Status of Young People and Its Influencing Mechanisms Under the Background of the Postgraduate Exam Boom in Colleges and Universities

Li Yu, Le Xuan, Yue Chi, Shi Minglei

Hebei University of Technology, Tianjin 300401

Abstract : The continuous heating up of the postgraduate exam boom has made college student groups show obvious "high school-like" development characteristics, which has profoundly affected young people's marriage and fertility concepts, behavioral choices, and life planning logic. Based on 1,240 valid questionnaires from multiple universities across the country and data from 150 multi-subject interviews, this study analyzes the core characteristics of young people's marriage and fertility under the postgraduate exam boom from three dimensions: marriage and fertility planning, romantic behavior, and fertility cognition. It systematically sorts out its dual impacts, explores the causes from four levels: further education competition, development choices, support systems, and gender differences, and finally proposes collaborative countermeasures from the four dimensions of colleges and universities, the government, families, and society. The research shows that under the postgraduate exam boom, young people's marriage and fertility present characteristics of delayed and vague planning, active restraint and standard reconstruction in romantic behavior, and high concerns and prominent conflict perception in fertility cognition. It is necessary for multiple parties to work together to balance young people's further education development and marriage and fertility needs, so as to provide theoretical reference and practical support for optimizing the population structure and promoting the all-round development of young people.

Keywords : postgraduate exam boom; youth marriage and fertility; delayed marriage and childbearing; gender equality; population development

一、研究背景与问题提出

新时代我国高等教育进入普及化发展阶段, 就业市场的学历导向与竞争升级形成叠加效应, 推动考研成为高校大学生的主流发展选择, 考研热呈现持续升温且低龄化的显著特征。升学竞争的日趋激烈使大学生日均学习时长普遍达8-12小时, 时间与精力高度集中于专业学习与备考, 学习生活呈现明显的“高中化”特征, 这一发展状态对青年婚育观念、行为及规划产生了深远影响。

婚育是青年人生发展的核心维度, 也是影响国家人口结构优化与社会可持续发展的关键因素。当前我国正面临低生育率、人口老龄化的双重人口发展挑战, 促进青年适龄婚育、推动人口长期均衡发展已成为社会发展的重要议题。而考研热背景下, 大学生群体将升学深造置于人生发展的核心优先级, 其婚育规划被挤压、恋爱行为受主动克制、生育认知存在多重顾虑, 婚育延迟成为普遍趋势, 这一群体的婚育状况与发展困境亟待系统性研究。

现有学术研究中, 考研热相关研究多聚焦升学动机、竞争机制与教育影响, 青年婚育研究则主要围绕婚育观念变迁、婚育延

迟成因与政策支持体系展开，二者的交叉研究相对匮乏，鲜有基于大样本实证调研揭示考研热与青年婚育内在关联及影响机制的成果。本研究采用多阶段抽样法，选取全国东、中、西部12所不同类型高校的本科生为研究对象，共发放问卷1400份，回收有效问卷1240份，同时选取100名学生及50名教师开展深度访谈，样本覆盖不同年级、专业、升学意愿群体，旨在探究考研热下青年婚育的现实特征、双重影响与形成成因，为相关部门制定引导青年平衡升学与婚育的政策提供实证依据。

二、考研热背景下青年婚育的核心特征

考研热下，升学规划成为主导高校青年人生选择的核心变量，其婚育行为与认知围绕升学需求发生显著调整，从婚育规划、恋爱行为到生育认知均呈现鲜明特征，且不同群体间的分化特征尤为突出。

（一）婚育规划：延迟化与模糊化显著，与升学高度绑定

婚育规划明确率整体偏低，升学群体的模糊化特征更为突出。1240名受访者中仅31.8%有清晰的婚恋规划，68.2%处于“无明确规划”（45.7%）或“无暇思考”（22.5%）状态，其中坚定升学群体规划明确率仅20.3%，显著低于倾向就业群体的49.6%和未确定群体的35.2%；大三、大四升学关键期学生的规划明确率分别为18.9%、16.7%，较大一学生的42.8%下降超50%，升学备考对婚恋规划的挤压效应显著。

升学直接主导婚育延迟，且呈现明显的年级与专业分化。46.3%的受访者因升学推迟婚恋相关安排，坚定升学群体该比例高达59.8%，并随年级升高呈递增趋势，大一、大二、大三、大四学生因升学延迟婚恋的比例分别为19.7%、38.5%、57.2%、64.3%；理工类（52.1%）、医农类（48.9%）学生的延迟比例显著高于文史哲类（37.6%）与艺术类（32.4%），与不同专业的升学竞争激烈程度呈正相关。

生育规划意识极度薄弱，与升学规划高度绑定。仅有17.9%的受访者对婚后生育有明确的时间规划和预期，82.1%表示“尚未考虑”（65.4%）或“无清晰预期”（16.7%）；坚定升学群体的生育规划明确率仅8.9%，较倾向就业群体低72.9%，即使是有恋爱经历的学生，该比例也仅23.5%，生育问题在青年人生选择中处于明显的“低优先级”。

（二）恋爱行为：主动克制与标准重构，升学压力主导逻辑

恋爱参与度与升学意愿呈显著负相关。调研显示，37.9%的受访者处于恋爱中或有恋爱经历，62.1%为单身状态；其中坚定升学群体的单身比例达73.5%，且43.1%的单身者明确表示“无恋爱计划”，而倾向就业群体的单身比例为49.8%，仅21.4%无恋爱计划。参加升学培训的群体单身比例达78.2%，显著高于未参加培训群体的56.7%，36.4%的培训参与者因备考主动拒绝恋爱机会。

升学压力重塑青年恋爱选择的核心逻辑，从情感吸引转向现实适配。38.7%的受访者表示升学压力改变了自身对恋爱对象的选择标准，62.3%优先选择“支持自身升学规划”的伴侣，51.7%关注“时间安排契合”，45.9%重视“价值观一致”。同时，29.4%

的受访者因升学压力减少了恋爱相关的时间投入，18.6%表示曾因备考与恋爱对象产生矛盾，升学与恋爱的冲突较为普遍。

主动放弃恋爱机会的群体特征高度集中。27.8%的受访者因升学备考主动放弃恋爱机会，这一比例在大三、大四学生（38.9%）、理工类专业学生（35.2%）、高分段备考学生（39.7%）中尤为突出；而艺术类学生（17.3%）、倾向就业学生（19.5%）的放弃比例相对较低，反映出不同群体对升学与恋爱的优先级排序存在显著差异。

（三）生育认知：高顾虑与冲突感知突出，性别差异明显

生育顾虑高度聚焦于经济与职业发展层面。在有生育相关思考的受访者中，69.4%将“经济收入水平”列为最关注的因素，其次是“职业发展稳定性”（53.1%）和“育儿资源可得性”（42.6%）。升学带来的“长期经济投入”“职业起步延迟3-5年”等预期进一步强化了生育顾虑，58.7%的坚定升学群体认为升学期间及毕业后短期内无能力承担生育成本。

升学与生育的冲突感知分化，“先升学后生育”成为主流选择。42.8%的受访者认为升学深造与婚恋生育规划可以相互协调，但57.2%认为两者存在显著冲突；在冲突处理方式上，52.1%的受访者选择“优先升学，延后生育”，仅5.3%表示“愿意在升学期间兼顾生育”，另有2.6%表示“因生育需求放弃升学”。性别差异特征显著，女性受访者对“升学与生育冲突”的感知比例达63.5%，远高于男性的51.8%，反映出性别视角下的生育顾虑差异。

三、考研热下青年婚育状况的双重影响

（一）积极影响

一是婚育决策更趋理性，升学提升了青年经济基础储备、职业规划能力与心智成熟度，推迟婚育减少冲动型婚育行为，使青年更注重婚姻家庭的现实基础与长远发展，提高婚姻质量与育儿科学性。二是性别平等意识凸显，青年婚育选择更注重价值观一致与相互支持，摒弃“男性养家、女性育儿”的传统刻板印象，女性职业发展与生育平衡的诉求得到更多重视，推动婚育关系向平等包容方向发展。

（二）潜在风险

一是婚育年龄推迟加剧低生育率压力，升学年限延长使青年初婚初育年龄持续推后，未来或面临生育年龄限制、生育能力下降等问题，与人口结构优化目标形成张力。二是社交与亲密关系处理能力弱化，长期“高中化”备考使社交圈狭窄，缺乏婚恋实践，部分青年共情与相处能力不足，增加婚姻家庭矛盾风险。三是女性面临双重困境，过度推迟生育使其遭遇高龄生育风险与职场晋升黄金期错过的压力，加剧职场性别歧视，损害女性发展权益。四是婚育焦虑潜在积累，婚育规划延迟叠加高房价、高育儿成本，易引发青年恐婚恐育，影响身心健康与生活幸福感。五是发展路径单一化，“升学优先”导向形成“唯升学论”，忽视婚育、情感等人生多元需求，不利于青年全面发展。

四、考研热下青年婚育状况演变的成因分析

（一）升学竞争加剧，挤压婚育时间精力

读研普及化使升学竞争日趋激烈，大学生备考周期提前，时间与精力高度集中于学习，难以开展社交、思考婚育问题。理工类、医农类专业备考难度大、周期长，对婚育行为的抑制作用更显著，形成“学习挤压婚育”的恶性循环。

（二）现实风险规避，主导发展优先级排序

就业市场竞争激烈，青年面临升学与就业双重不确定性，形成“先立业后成家”的决策逻辑，将升学上岸、职业稳定视为首要目标，认为婚育会增加经济负担、分散精力。社会对晚婚晚育的包容度提升，叠加高房价、高育儿成本，青年选择通过升学提升竞争力，待发展稳定后再考虑婚育，本质是对婚育现实风险的主动规避。

（三）婚育支持体系缺位，加剧青年顾虑

高校缺乏针对性婚育观教育，58.7% 学生表示学校未提供相关引导；家庭过度关注学业，45.3% 学生表示家长很少沟通婚育问题，忽视情感需求；社会层面，婚恋生育政策支持对青年学生覆盖不足，普惠性托育、婚育补贴等福利体系尚未完善，三方支持体系缺位加剧青年婚育困惑与顾虑。

（四）生育成本性别差异，导致婚育选择分化

女性在婚育中承担更多生理风险、职业代价与时间成本，面临生育年龄限制、职场性别歧视等额外压力，担心生育影响升学与职业发展，对升学与生育冲突的感知更强烈，为实现个人发展目标更倾向于推迟生育，形成与男性显著不同的婚育选择。

五、引导青年平衡升学与婚育的对策建议

（一）高校层面：强化引导服务，搭建平衡平台

构建科学婚育观教育体系，将升学与婚育平衡、亲密关系经营、性别平等与生育权益纳入通识课程或专题讲座；搭建轻量化社交平台，推出线上婚恋分享会、校园微社交活动，增设婚育焦虑疏导专项心理咨询；完善就业与婚育衔接指导，向女生普及职业与生育平衡的政策案例，在实习就业中杜绝性别歧视。

（二）政府层面：完善政策保障，降低婚育成本

强化青年婚育权益保障，禁止因婚育状况的升学、就业歧视，落实产假、育儿假制度，推动灵活工作安排；加大经济与资源支持，推出婚育补贴、婚前体检优惠，在高校周边增设普惠性托育机构；规范升学培训市场与就业环境，遏制过度应试化培训，破除“唯学历论”，缓解升学竞争压力。

（三）家庭层面：转变教育观念，提供情感支持

摒弃“唯升学论”，理性看待升学结果，关注孩子情感与婚育需求，引导树立多元发展理念；加强婚育沟通，传递健康婚恋观念，普及生育健康知识，减少对婚育的盲目恐惧；对有婚育规划的孩子给予经济、精力支持，尊重其婚育选择与人生节奏，避免施加额外压力。

（四）社会层面：营造包容氛围，推动校社协同

通过媒体、社区等渠道宣传科学婚育观与性别平等理念，展示多元化人生发展路径，规避升学与晚婚焦虑；推动婚育服务下沉，鼓励社会组织提供公益婚恋咨询、育儿知识培训；强化高校与社区、妇幼保健机构合作，建立婚育服务联动机制，提供从婚恋咨询到育儿支持的全链条服务。

参考文献

- [1] 刘海峰, 刘亮. 研究生教育扩张与考研热的理性思考 [J]. 高等教育研究, 2022, 43(02): 50-58.
- [2] 文东茅, 马莉萍. 我国考研热的成因与影响分析 [J]. 教育研究, 2019, 40(08): 4-13.
- [3] 王广州, 牛建林. 中国低生育率水平的形成机制与未来展望 [J]. 人口研究, 2020, 44(01): 3-18.
- [4] 吴帆. 中国青年婚育观念的变化与政策应对 [J]. 社会学研究, 2020(04): 1-22+245.
- [5] 许琪. 婚姻推迟与婚姻质量: 基于中国家庭追踪调查的实证分析 [J]. 社会, 2018, 38(02): 162-187.
- [6] 沈奕斐. 性别平等视角下的婚育观重构 [J]. 妇女研究论丛, 2022(02): 11-19.
- [7] 鲍文波, 李静. 生育成本的性别差异与女性婚育选择 [J]. 人口与经济, 2023(01): 89-102.
- [8] 国务院. 关于优化生育政策促进人口长期均衡发展的决定 [Z]. 2021-07-20.