

老年人“花式吃苦”引年轻一代集体吐槽—— “没苦硬吃”该不该吃？

“有福我不享，没苦我硬吃。没病我找病，有病我硬扛。节约三五块，多花三五百。”

最近，老一辈“没苦硬吃”的话题在各大平台引发年轻人的共鸣，话题登上热搜，还有博主把网友的吐槽编成歌词：

“买了水果放着，好的不吃，非得先吃烂的，结果一口好的没吃，全放烂了。”

“四十几度有空调也不开，拿把扇子扇，热中暑了全家人请假去医院陪护。”

该视频在抖音有超过10万条评论，在B站也超过250万播放。在年轻一代的集体吐槽中，人们看到了老一辈五花八门的吃苦方式，也看到了代际间的观念鸿沟。

长辈花式吃苦，年轻人很崩溃

从网友们的描述看，老一辈的“没苦硬吃”体现在日常生活的方方面面。有人放着新做的菜不吃，逮着剩菜来回热；有人放着洗衣机、洗碗机不用，坚持手洗；有人出门旅游坚持不坐飞机、高铁，必须坐卧铺；还有很多老人热衷干苦活累活，比如翻遍小区捡垃圾，或者顶着大太阳捡小麦。

不止如此，很多老人不仅对自己苛刻，还打着“历练”的旗号要求孩子吃苦。

虽然吃苦的目的是省钱，但很多老人却因此住进了医院，得不偿失。有吃变质大米、过期食用油住院的，有舍不得开空调中暑住院的，甚至还有怕药过期大量吃药住院的。苦没少吃，福没享到，钱也没省下来。

有网友跟帖吐槽：“我爷爷舍不得开灯，我妈给他房间换成声控灯，结果他怕灯亮了，轻手轻脚的走，碰到柜子手撞骨折了。”

“一行人为了省10块钱打车费，延误了飞机，花了3500改签。”

“你们听没听过，吃剩下的药，快过期了怕扔了浪费，最后全吃了，药物中毒住院。”

除了有钱硬省、没活硬干，还有生病硬挺，以至于小病拖成大病。

还有的老人小钱节省，大钱花起来却很随意，迷信电视广告里几百上千的保健品，谁劝都不行。

不仅自己吃苦，还把吃苦当成表达爱的方式，在无形中对子女输出“愧疚式教育”。

“明明按人头买的吃的偏偏要说你们先吃，我吃剩

下的，每次听到这句话都很窒息。”

“从小被教育节省，现在上大学在外地，总感觉花钱吃点好的就特别愧疚。”

对于这些观念不同、生活习惯不同，又特别固执的长辈，年轻人的感受也是五味杂陈。

在网络热帖中十几万条包含情绪和立场的评论中，最多的一类是表达对这些家庭矛盾的崩溃和抓狂。

虽然网络上的抱怨很多，但很多人其实已经找到了不同代际之间的相处之道。有人认为两代人之间应该积极沟通，有人选择“不管为净，爱咋咋地”，认为“他们只要吃苦吃得开心就好”。

心理学家认为，所谓“没苦硬吃”，其实是老年人潜意识里在填补内心安全感，也可以说是种“时代病”——过去的经历让他们把消费当浪费，把“吃得苦中苦”当成了通往幸福和成功的必要路径。

“在老一辈的认知中，吃苦就是一件有意义、有价值、有成就感、有担当的事。所以大可不必心疼，他们在吃苦的同时能获得快乐。”

此外，也有不少人对于老年人的行为表示理解，认为年轻人应该换位思考：“年纪大挣不到钱了，在老人看来自己变得没用了，所以要通过这种方式展示自己还有用。”

没苦硬吃背后，是时代的惯性

通过分析网友评论，很



多人由此可以听见年轻人的声音，但却无法获知当下老年人的真实想法。在网络生态中，老年群体往往总是沉默的一方。

老年群体过于保守的消费习惯也是社会科学研究关注的话题。在相关领域的论文中，可以找到老年人“没苦硬吃”的原因。

首先，老年人常说的“过惯了苦日子”，并非自我感动式的“表演”，而是一种普遍存在的事实。

发表于2021和2024年的两篇论文分析了出生年代对老年人消费习惯的影响。研究认为，饥荒、贫困的成长经历整体上塑造了老年人保守、实用、节俭等习惯。

分年龄段看，1940—1951年出生的老人因为享受到了改革开放、养老金制度等时代红利，消费水平相对较高。

而1952年后出生的老人，虽然有更稳定的社会环境和更好的物质条件，但普遍承担了后代的购房、教育支出，形成了“给子女减负”“为子女奉献”的观念，整体消费水平甚至低于更早出生的老人。

其次，除了在子女的成长阶段尽可能提供支持，我国老年人还需要继续为孙辈付出，这都挤压了他们花在自己身上的钱。

另一份基于中国家庭收入调查(CHIP)的研究发现，纯老年人家庭，每个老人平均每年为自己花1.5万多元，其中4600多元花在饮食上。而家里有学生的老年人，消费会比纯老人家庭降低42.17%，用在自己吃喝上的钱只剩下2400多元，分摊到每个月仅200元。

不一样的时代形成了

不一样的生活习惯和消费观念，随着年纪增大，人们会更愿意维持熟悉的生活方式，这是老一辈与年轻人矛盾的起因。

没苦硬吃背后，还有对未来的忧患

老年人极度节省，除了因为自身习惯，还有另外两大因素，有学者将其归纳为“医疗支出风险”和“遗产赠予动机”。

一方面，人到老年，花在看病上的钱极速增长。

根据北京大学中国家庭追踪调查(CFPS)，60岁及以上老年人的消费结构中，食品和医疗支出两项明显超出全体居民，其中医疗支出几乎是全体居民的两倍。

另一方面，中国老年人往往具有很强的遗产观念，这也会导致老年人低消费，以便为后代积累下更多的资产。

基于CFPS的进一步研究显示，如果没有医疗支出风险，老年居民的消费会提高50.8%，而消除遗赠动机，老年居民的消费会提高28.5%。分城乡来看，由于农村的医疗保险和社会保障相对较弱，农村居民受医疗支出风险的影响更大，受遗赠动机的影响较小。

无论是准备大笔的看病钱，还是给后代留下遗产，这都是年轻时少有的忧虑。不换位思考，很难体会老年人的真实心理感受。

老年人曾经年轻，而年轻人也终将老去。不同年代吃苦的方式不同，对苦难的感知也在变化。

无论哪一代人，追求的从来都不是吃苦，而是如何为自己和家人带来幸福。

小山

影响老年人消费的两大因素对比

