

精准契合年轻人多元需求 搭建高质量心理“安全岛” 党群服务中心变身青年“第三空间”



你知道上海的党群服务中心是做什么的吗？近期，上海年轻人打破了党群服务中心的一些“刻板印象”，解锁了在党群阵地学习、办公、健身、跳舞、社交等新的生活方式。某社交平台上，上海党群服务中心相关笔记多达113万篇，部分党群服务中心更是被年轻人称为“天花板”，尽显年轻人的活力和松弛感。

青年报记者 刘秦春

“党给咱年轻人的关怀要好好用”

“不用担心去咖啡馆不消费不让待。咱就去党群中心，能让你免费坐一天。桌椅、插座、网络、饮用水都给你安排好了。”有网友在社交平台分享。

现场实际情况如何呢？记者来到了位于平型关路的静安区大宁路街道党群服务中心。玻璃门上清晰地写着营业时间为周一8:30-17:00，周二至周日8:30-20:30。

跟着刚进来的年轻人一起乘电梯上二楼，沿着走廊右转就能看到一台体型较大的跑步机，还有划船机、肩部推举训练器等健身器材，这里是免费的健身角。窗上贴着“健身器材使用规章制度”告示，这里的开放时间是周一8:30-17:00，周二至周日8:30-20:00，节假日8:30-17:00。

“我以前以为这里不是随便能进的，后来偶然间在社交平台上看到分享，才知道这里有免费的健身器材，比我去健身房花钱运动香多了。”利用午休时间来这里运动的林先生刚刚结束训练，正在拉伸。

三楼思政图书馆“宁的书房”视野非常开阔，朝着马路边的是一整面玻璃墙，正对着的是呈阶梯状的阅读区，背着书包的年轻人来来往往。

记者在入口处碰上正好出来的莉莉，她告诉记者，她现在是一名数字游民：“我没有固定的办公场所，在家里办公效率又很低，看到网友推荐就来这里了。这里氛围很好，很像学校的图书馆，大家都在闷头努力，充电喝水也都很方便，还免费。”

这里坐着很多像莉莉一样的年轻人。上面有木色的多功能书架，正面是书柜，摆放着分门别类的书籍，背面则是桌椅，桌子下方还有插座可以充电，不

少年轻人带着电脑正在这里办公和学习，手边还放着一杯咖啡提神。基本只能听见敲击键盘的声音。

随后，记者又来到了位于复兴路8号的湖南路街道党群服务中心，进门右手边就是咖啡区，三两年轻人正在窗边坐着聊天。询问之下，他们表示：“我们就在附近上班，外卖吃腻了，在网上看到这里有社区食堂，就来这里吃午饭。刚好还可以喝杯咖啡聊聊天，午休结束后再回去上班。”

“平时有很多年轻人来这里办事情，也有一些年轻人来这里看书自习，还有的会去上面的露



大宁路街道党群服务中心三楼思政图书馆“宁的书房”。

本版摄影 青年报记者 刘秦春



大宁路街道党群服务中心二楼免费健身角。

台打卡，露台上最近花开得很好看。灯塔书房也吸引了不少年轻人。”一楼的工作人员这样告诉记者。

走上二楼，拐角处的门开着，出门就是一处鲜花露台。这里最近成了网红打卡点位。正在露台上拍照的晓玲表示：“这里位于市中心，旁边就是非常好逛的淮海中路。进来之后发现空间大，干净明亮，甚至还有露

台专门种着花花草草，非常人性化，希望这样的地方能越来越多。”

三楼有间灯塔书房。正值午休时段，阳光透过一扇大落地窗照进来，窗外美丽风景一览无余。有的年轻人在小憩，有的在抽空阅读。也有穿着工作服的市民朋友靠在墙上午睡。马路上的喧嚣被隔在窗外，书房里非常安静。



湖南路街道党群服务中心社区食堂。

“契合青年多元需求，营造‘心理安全岛’”

国家二级心理咨询师姚项哲惠在接受青年报记者采访时深入剖析了上海年轻人热衷于在党群服务中心学习、办公、健身、社交这一现象。她指出，上海的党群服务中心之所以能获得年轻人的青睐，关键在于其精准契合了年轻人的多元需求，为年轻人搭建起了一座低成本、高质量、多功能的“心理安全岛”。

姚项哲惠分析道，当代年轻人生活节奏快，工作压力大，社交场景却相对匮乏。在这种情况下，低成本且高质量的物理环境与心理环境对年轻人而言就显得尤为重要。而上海的党群服务中心恰好满足了这些需求。

另外，年轻人普遍追求松弛感，而党群服务中心正好为他们提供了松弛感，让他们既可以发展兴趣爱好，又能保持一定的掌控感，实现了拿捏松弛感与保持掌控感之间的平衡。

从社交层面来看，党群服务中心作为一个多功能场域，不仅为年轻人提供了社交空间，还契合了Z世代喜欢“半熟社交”的特点。在这里，年轻人可以在相对熟悉的环境中与他人互动，既避免了与完全陌生人互动的尴尬，

又保持了适当的社交距离，形成了一种舒适的社交状态。

同时，“搭子文化”在年轻群体中盛行，党群服务中心也敏锐地捕捉到了这一点。无论是学习搭子、社交搭子还是兴趣活动搭子，都能在这里找到志同道合的伙伴。这种基于共同兴趣和需求的社交，进一步增强了年轻人在情感上的归属感。

更为重要的是，党群服务中心为年轻人构建了一个安全稳定的心理空间，就像一座“安全岛”。在外部环境充满不确定性的当下，为年轻人提供了可以暂时放下疲惫、放松身心的地方，让他们在这里寻得归属感。不仅拓展了年轻人的物理活动范围，还在他们的工作与生活之间开辟出了“第三空间”。在这个空间里，年轻人有机会结识不同背景的人，学习新技能，丰富生活阅历。

此外，姚项哲惠还观察到，年轻人正逐渐从虚拟世界回归现实世界。党群服务中心作为一个线下实体空间，恰好满足了年轻人这一需求。在这里，年轻人参与各类线下活动，获得真切体验，这种真实的互动有助于他们形成健康、积极的生活态度。

“消除与年轻人之间的时差和温差”

上海像这样多功能、年轻化的党群阵地非常多。奉贤区奉浦街道团工委副书记陶诗雨告诉记者，街道所在的党群阵地不仅提供青年夜校课程，打造活力青年研学社，营建瑜伽、AI工具应用课、KPOP街舞等社群，开放教室免费预约服务，为青年提供社群交流、技能交换空间，每月还开展“周五下班有more有young”活动，打造小酒馆式深度谈话空间，让青年社交破圈。

据奉浦街道党群服务中心工作人员张晓婧介绍，党群服务中心是面向党员、基层干部、入党积极分子和周边群众，开展党务政策咨询、办理党内业务、传播党建理论知识、提供党员政治

生活的场所。

为更好发挥桥梁纽带作用，打破以往只有老人、小孩来党群中心的局面，消除与年轻人之间的时差和温差，奉浦街道党群服务中心特意在晚间、周末开展新颖的青年活动。

奉浦街道青年居民李亮是一位独立音乐教师。一年前，街道团工委与他交流后决定腾出街道党群服务中心的教室用来开展青年夜校，由李亮为青年们带来尤克里里课、吉他课。自此，他的课堂从小小的工作室来到了社区，青年们也能在家门口学到喜欢的乐器。

李亮坦言，党群服务中心为他配备了教学投影、音响设备，还通过微信公众号帮他招募学

员，课堂从最初5人扩展到满员20人。李亮也渐渐摸索出独特的“夜校教学法”：录制短视频预习课件、设计“流行金曲+基础乐理”融合课程、用分组PK促进团队协作等。

他还和夜校青年组建了“六点半乐队”，因为每次青年夜校的课程都是六点半开始。乐队逐渐从课堂走向舞台，去年登上了上海青年夜校大展的舞台，今年五四青年节的时候又登上了全区、街道的活动舞台。

从一个人的音乐工作室到一群人的梦想舞台，党群服务中心的灯光见证着当代青年与社区的双向奔赴。李亮也成长为能带动更多青年的社群带头人、社区合伙人。