

2026年工作&收入预期调研：稳健是底色，分化藏机遇

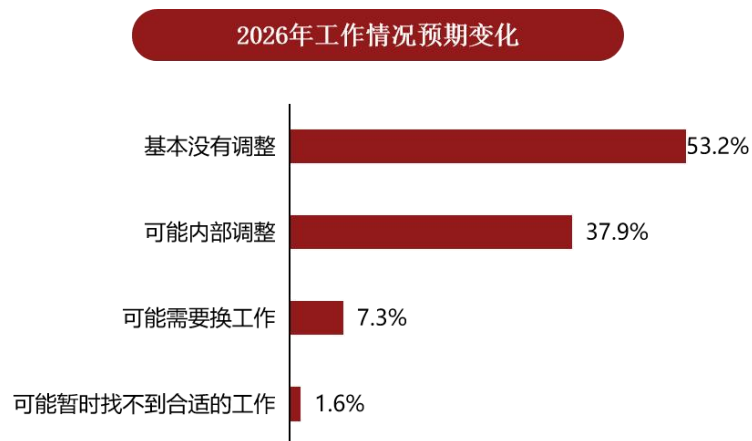
职场人最关心的话题里，“工作稳不稳”“收入涨不涨”永远排第一。根据58同城、安居客的调研，我们整理了2026年不同人群的工作与收入预期核心数据，有人增收预期拉满，有人坚守岗位求稳，有人在岗位调整后考虑返乡下沉……这些趋势不仅关乎每个人的钱包，更影响着置业、消费的每一个决策。今天，就用最直观的解读，带你看清2026年的职场与收入真相。

■ 整体基调：稳定是核心，增长有空间

无论是收入预期，还是工作预期，“稳”都是2026年的关键词，悲观预期仅为局部现象，整体信心稳健。

工作预期：超九成无重大调整，失业风险可控

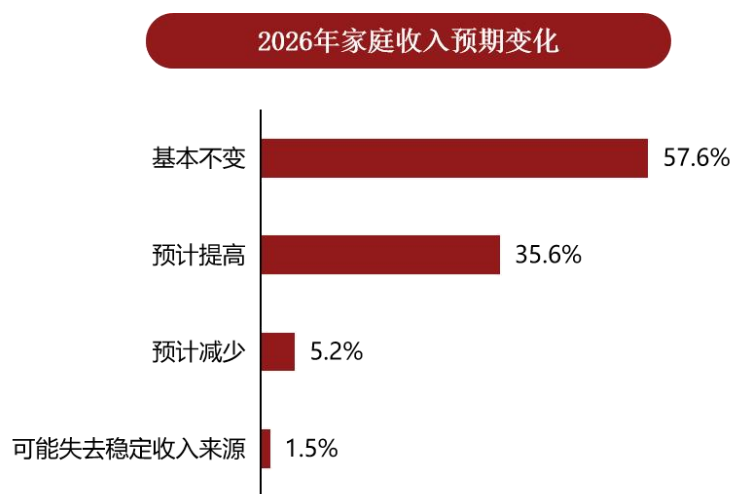
2026年人群工作预期整体呈现“高度稳定、内部优化为主”的格局，超九成人群预期工作无调整或仅内部调整，主动换工作与失业风险的预期占比相对较低。就业市场的高稳定性将进一步强化消费信心，为家居、置业等大宗消费提供持续支撑。



数据来源：《春节置业调查-2026居住趋势展望》报告

收入预期：全人群“稳定+增长”占比超 85%

2026 年家庭收入预期整体呈现“稳健为主、乐观为辅”的格局，所有调研群体中，认为 2026 年家庭收入“基本不变”+“预计提高”的比例，均超过 85%。其中，“基本不变”是多数人的首要预期，成为消费市场的信心压舱石，“预计提高”的人群占比均超 25%，这部分人将成为改善型消费（家居、置业）的核心拉动力量。



数据来源：《春节置业调查-2026 居住趋势展望》报告

■ 人群分化：谁在担心工作？谁在看涨收入？

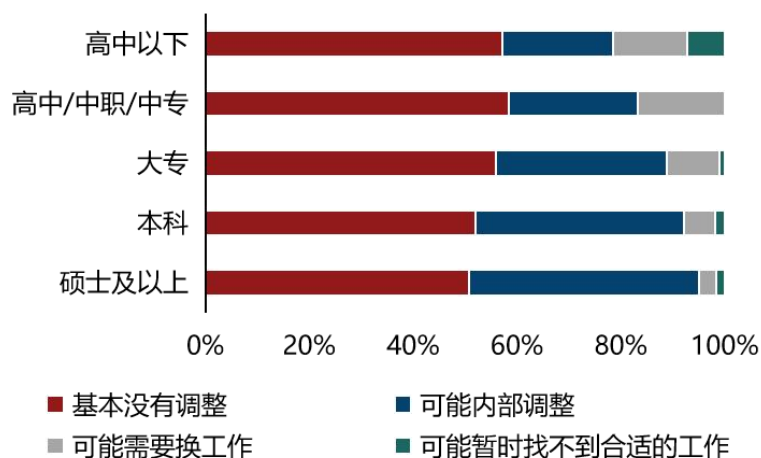
整体稳健的背后，是不同人群的显著分化。收入与工作预期的差异，是受到学历、年龄、代际、城市能级等因素综合影响的结果。

(1) 学历维度：高学历相对更稳定，调整以内部调整为主

从学历来看，“稳定+内部调整”合计占比均超 78%，构成工作预期的核心支撑。不同学历之间的工作预期差异，本质是岗位技术壁垒、行业分布、职业发展空间的综合体现。学历越高，“稳定+内部调整”合计占比越高，即工作预期相对越稳定。收入预期方面，本科、大专均衡稳健，收入预期“稳定+增长”占比近 92%，高中以下学历增收预期领跑全学历，“预计提高”占比达 42.9%，硕士及以上收入增长预期较高（“预

计提高”占 37.7%)，但风险感知也是最强（“可能失去稳定收入”占比 3.3%）。

不同学历工作情况预期变化



数据来源：《春节置业调查-2026 居住趋势展望》报告

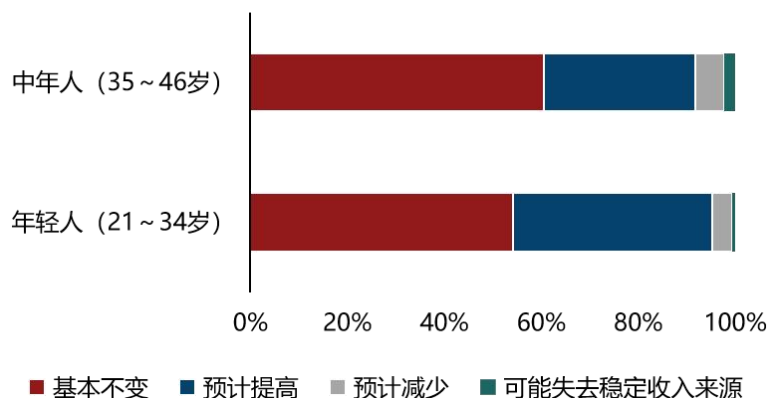
(2) 年龄维度：年轻人进取，中年人求稳

-年轻人 (21-34 岁)：增收与职业流动意愿双高，95 后“预计提高”收入占比 44.0% (全代际最高)，21-34 岁“可能换工作”占比 8.4%，试错成本低，更愿意追求高成长机会；

-中年人 (35-46 岁)：最稳健保守，80 后“基本不变”收入占比 61.1% (全代际最高)，中年人“可能失去稳定收入”占比 2.3%，承担家庭责任，对收入波动容忍度极低，职场“中年危机”感知明显；

-85 后、90 后：中间过渡群体，倾向“稳定中求增长”，85 后内部调整意愿最强 (42.1%)，职业发展路径最稳健。

不同年龄段家庭收入预期变化



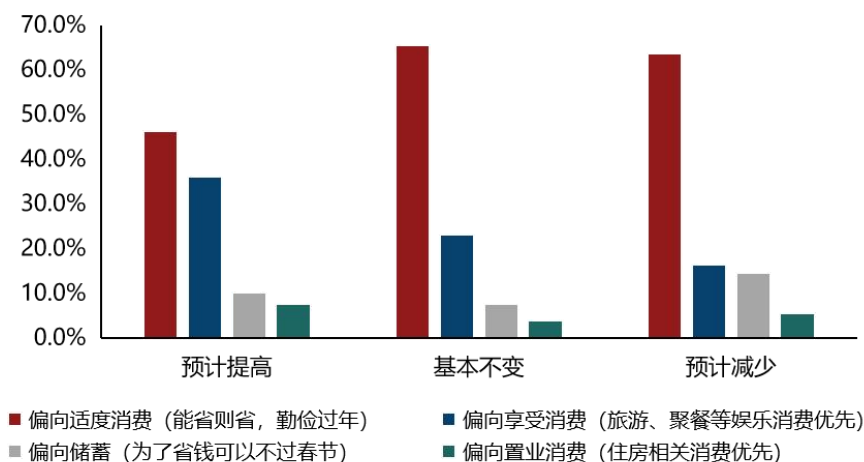
数据来源：《春节置业调查-2026 居住趋势展望》报告

关联洞察：工作收入预期，直接影响你的购房与消费

洞察 1：收入预期提高，能带来更加积极的消费倾向

收入预期对春节消费倾向有着显著影响：收入稳定或预计减少时，“适度消费”成绝对主导，两种情况下的“适度消费”占比均在 60%以上，显著高于其它两种情况；收入预计提高时，“享受消费”与“置业消费”显著提升，享受消费 36.2%，置业消费 7.4%，在预期收入变化三种情况中最高。

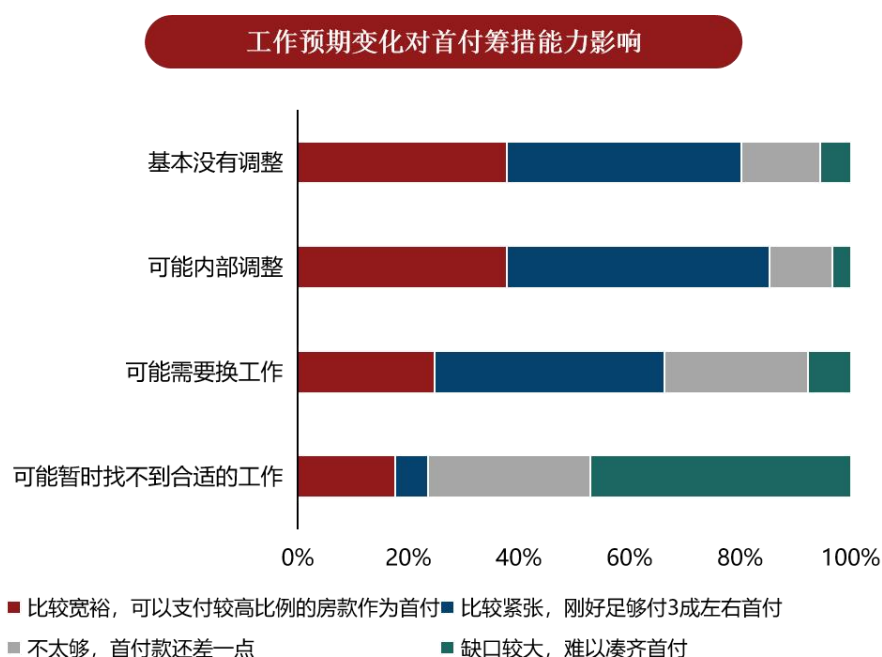
预期收入变化对消费倾向影响



数据来源：《春节置业调查-2026 居住趋势展望》报告

洞察 2：工作预期稳定的人群筹措首付信心更强

工作稳定人群（包括“基本没有调整”和“可能内部调整”）的首付筹措能力显著强于工作不稳人群（包括“需要换工作”和“暂时找不到”），前者超八成可足额支付首付，后者近四成存在较大首付缺口。工作稳定人群中，82.3%可足额支付首付，工作不稳人群中，仅58.5%可足额支付首付。工作稳定人群的首付缺口占比仅17.7%，工作不稳人群的首付缺口占比高达41.5%。



数据来源：《春节置业调查-2026 居住趋势展望》报告

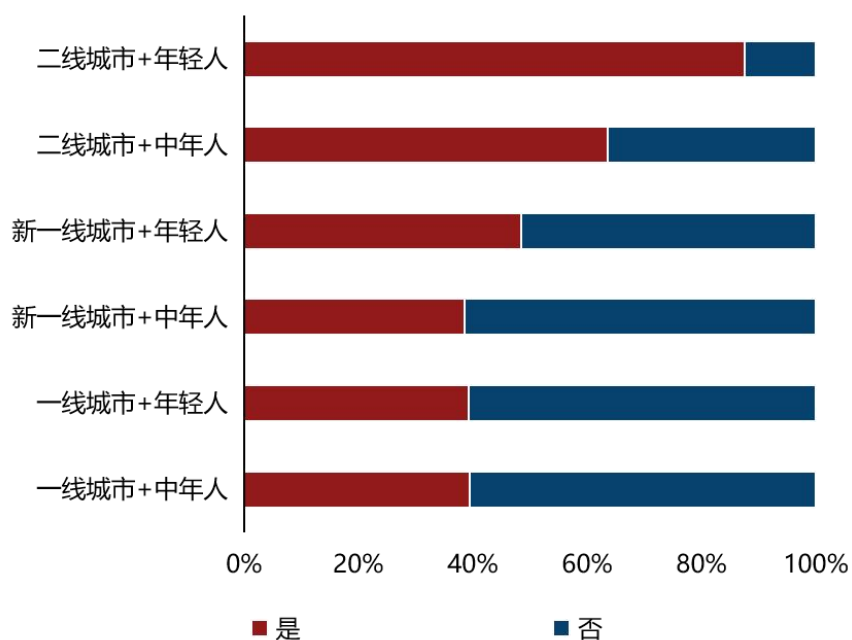
洞察 3：一线新一线中年人群稳定留存，二线年轻人加速下沉

若 2026 年工作发生重大调整，二线城市年轻人迁移意愿遥遥领先，新一线城市年轻人意愿显著高于中年人，一线城市各年龄段坚守意愿都较强。二线城市年轻人选择“是”的比例达 87.5%，是所有组合中迁移意愿最强的群体，二线城市中年人选择“是”的比例为 63.6%，远高于一线（39.5%）、新一线（38.6%）的中年群体，新一线城市年轻人选择“是”的比例为 48.4%，显著高于同能级中年人（38.6%）。城市产业韧性与人生阶段资源沉淀的双重作用，这一格局将推动“二线年轻人口加速下沉、一线新一线中

年人群稳定留存”的人口流动趋势。

二线城市以传统制造业、区域商贸业为主，产业韧性弱，岗位调整后本地优质就业机会稀缺，而年轻人在二线城市的资源沉淀极少（多数无房产、无家庭负担），迁移的时间成本与机会成本极低。对他们而言，岗位调整是逃离二线城市“高生活成本+低发展空间”困境的最佳契机，返乡或前往更低能级城市，既能享受更低的生活成本，又能借助家乡政策扶持寻找新机会。

不同能级城市不同年龄段人工作重大调整时的返乡意愿

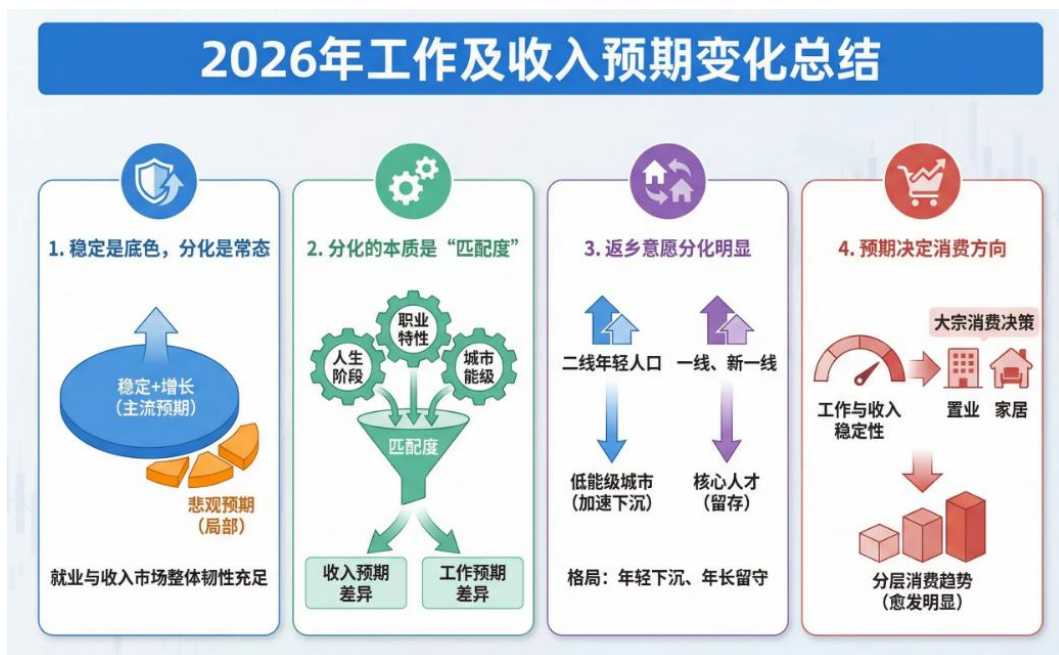


数据来源：《春节置业调查-2026 居住趋势展望》报告

■ 核心洞察与趋势总结

2026 年无论是工作还是收入预期，均表现出“稳定为底色、分化是常态”，无论哪个群体主流预期都是“稳定+增长”，仅局部存在悲观预期，整体韧性充足。分化的本质在于“匹配度”，收入与工作预期的差异由职业特性、人生阶段、城市能级共同决定，并非单一因素。同时，返乡意愿在代际间存在明显分化，二线年轻人口向低能级城市下沉，一线和新一线留存核心人才，形成“年轻下沉、年长留守”格局。此外，工作

与收入的稳定性直接影响置业、家居等大宗消费决策，分层消费趋势愈发明显。



对于个人而言，2026年是“稳中有进”的一年。年轻人可大胆追求成长，中年人需做好风险对冲；对于企业与市场而言，精准匹配不同人群的需求，才能抓住消费与人才的核心红利。

最后想问一句：你对2026年的工作和收入，有什么预期？评论区聊聊你的规划~