



同住的现象被社会形象地称为“妈妈酒店”（Hotel Mama），联邦统计局长期跟踪的数据显示，18岁至24岁青年中大部分依然居住在原生家庭，25岁群体仍有三分之一没有独立迁出；英国国家统计局2025年统计，20至35岁男性与父母同住比例达到35%，女性比例上升至22%，和本世纪初相比增幅明显。

欧盟委员会在2026年初推出《可负担住房计划》，文件承认持续上涨的房价与租金、滞后增长的收入，迫使越来越多年轻人推迟独立成家，青年“离巢难”已经成为整个欧洲共同的结构性的社会难题。

曾经被西方主流价值观奉为圭臬的“成年即独立分户”的人生路线，正在现实压力面前逐渐瓦解。搬回家不再是失败的代名词，而是高昂居住成本、学业债务、职场不确定性、通胀压力叠加之后，年轻人做出的一种被动的理性重组。

调查报告打破刻板印象

上世纪90年代的美国社会，有着一套清晰的成年时间表：完成高等教育、找到稳定长期工作、搬出父母家独自租房、购置房产、结婚生子……

当时工资增长稳定，房价保持在普通工薪阶层可以承受的区间，年轻人依靠一份普通全职工作，就能够负担独立公寓的租金，逐步积累存款购买第一套住房。在这样的时代背景下，成年之后长期依附父母居住，很自然会地会被解读为个人奋斗的失败。

30年后的今天，社会环境已经完全不同。经典的父亲节画面——成年子女回家共进庆祝餐已经发生了变化。对于越来越多的家庭来说，这些子女从未真正搬出去住，或者已经搬回了父母家。2520万35岁以下的成年人仍住在童年时期的卧室里，而非组建自己的家庭。持续多年的经济震荡重塑了公众对于“成年独立”的理解。独立不再简单等同于拥有一处单独的住所，经济安全、职业

稳定、可控的债务负担，成为新一代年轻人更加看重的指标。

Realtor.com 报告的撰稿经济学家汉娜·琼斯（Hannah Jones）指出，22岁本是大学毕业生进入租赁市场的年龄，如今近半数（49.3%）的人仍选择居家生活，这一比例较疫情前的46.1%有所上升。随着年龄增长，这种居家居住的延迟现象愈发显著：到2025年，24岁人群中与家人同住的比例跃升至35.2%，较2019年的29.6%大幅上涨。这意味着，每三名即将步入25岁的成年人中，就有超过一人仍在等待组建自己的独立家庭。而在25岁—29岁这个职业初期的年龄阶段，仍然有五分之一的人与父母同住。这一数据也比本世纪初高出了近6个百分点。

在30岁至34岁这一年龄段人群中，与父母同住的比例低于更年轻的群体，但这一比例一直在稳步上升，2025年达到12.7%——大约每8人中就有1人。这一数字自2000年以来几乎翻了一番。如今，约有300万30岁出头的成年人与父母同住，而本世纪初这一数字仅为140万。

汉娜特别指出，调查数据显示本次回巢人口增长的主力是拥有稳定工作的青年，并非人们刻板印象中的失业群体。从历史上看，大学文凭曾标志着人们离开父母家独立生活的起点，但如今这一发展轨迹正日益停滞。对这一代人而言，大学学位或许仍能帮他们谋得一份职业，但它再也无法保证人们拥有组建独立家庭的资本。

同住人口的增长几乎完全源于尚未组建独立家庭的人群，也从另外一个侧面印证了住房负担能力不足才是年轻人与父母同住的根本原因。越来越多欧美年轻人开始公开讨论和父母同住的好处，社交媒体上大量分享“回巢理财计划”，把在家居住看作减少支出、偿还贷款、积累首付资金的过渡方案。

结婚率下降、初育年龄持续推迟，进一步消除了尽快搬出父母家的外部驱动力。在没有组建新家庭的压力下，独居不再是必然选择，和父母共同生活成为一种可行的长期方案。疫情更是放大了这一趋势，2020年大量