

脫歐十年 英陷細碎化損耗困境

人均購買力年縮水2300鎊 八成青年認為跨國發展受限

地緣解碼

「後悔，他們沒撈到多少好處，脫歐並沒有讓英國人過上大不同的生活，更多的是憋屈、煩惱」(Regrets, they've had a few. Brexit has not made life in Britain

vastly different, just more annoying) · 這是6月20日英國《經濟學人》一篇文章的標題。文章跳出「經濟崩潰論」和「脫歐復興論」的對立敘事，依託追蹤數據、民間走訪、中小企調研，以及2026年最新民調與官方經濟測算，提出脫歐雖沒有催生英國毀滅性危機，卻也製造了滲透衣食住行、貿易經營、人才流動的常態化細碎負擔，讓英國人的日常變得處處繁瑣，事事添堵，長期累積，形成全民性「脫歐悔意」(Bregret)。

●香港文匯報記者 裴軍運



來源：英國官方數據及相關研究機構

2016年6月23日英國脫歐公投落地，到2026年6月恰逢十年節點。過去脫歐陣營反覆宣揚「拿回主權、節省會費、全球自貿紅利、移民自主管控」，留歐陣營則總是認為脫歐將引發英國深度衰退、金融崩盤、社會撕裂。但十年過去了，現實證明，英國既沒有走向崩潰，但也沒有迎來復興(Brexit 10 years on: Neither collapse, nor renaissance)，而是陷入一種「運行效率持續劣化」的停滯狀態。《經濟學人》認為，脫歐十年，真正推動民意反轉、催生全民悔意的，並非難以感知的經濟增速缺口，而是日復一日、高頻次、無法規避的細碎麻煩，這種低烈度、全覆蓋的隱性損耗，是英國脫歐十年付出的最持久代價。

四大核心承諾全部落空

脫歐派當年爭取選票的四大核心競選承諾，歷經十年驗證，均未兌現，這也是大量民眾後悔支持脫歐的核心根源。

第一，移民管控承諾失敗。脫歐最核心的訴求是終結歐盟人員自由流動，長期壓低全國淨移民總量。2023年英國淨移民達94.4萬的歷史峰值，遠遠高於脫歐前的33萬左右的水平。歐盟藍領勞工持續流失，醫療、農業、養殖行業爆發大規模用工荒，政府只能放寬非歐盟積分移民標準補充人力，這波非歐盟移民浪潮被英國媒體稱為「Boriswave(鮑里斯浪潮)」，源自前首相鮑里斯·約翰遜執政期間放寬簽證政策。2026年6月More in Common民調顯示，58%當年投脫歐票的選民認為移民問題持續惡化。客觀而言，英國確實收回邊境簽證自主權，但並未實現脫歐派承諾的移民規模大幅收縮，僅完成移民來源地的結構置換。

第二，每周3.5億英鎊歐盟會費投入民生淪為空話。歐洲改革中心(Centre for European Reform, CER) 2026年測算顯示，脫歐新增海關行政、雙邊貿易補償、中小企業跨境扶持等年度開支，遠超每年省下的歐盟預算分攤金。同時經濟增速下滑導致稅收減少，形成持續財政缺口。十年間英國NHS(National Health Service, 英國國家醫療服務體系) 醫護人力缺口長期維持10萬級別，高峰期突破13萬，教育、養老等公共開支持續收緊，承諾的民生額外增量完全沒有兌現。

第三，全球自貿紅利無法彌補對歐貿易損失。十年間英國陸續與澳洲、新西蘭、加拿大、東南亞多國簽署獨立雙邊自貿協定，拓展歐洲以外市場，但2026年歐洲改革中心權威貿易數據顯示，英國對歐盟商品出口較留在歐盟的基準場景下滑16%，所有新興自貿協定帶來的出口增量，不足對歐貿易損失的十分之一。歐盟至今仍是英國第一大貿易夥伴，

核心承諾

終結歐盟人員自由流動，大幅壓低全國淨移民總量

實際結果

2023年淨移民達94.4萬歷史峰值，遠高於脫歐前33萬左右水平；僅完成移民來源地結構置換，未實現規模收縮

1

核心承諾

每周3.5億英鎊歐盟會費用於NHS等民生領域

實際結果

脫歐新增海關行政、貿易補償等年度開支遠超省下的會費；NHS醫護人力缺口長期維持10萬級別，民生額外增量完全未兌現

2

核心承諾

徹底擺脫歐盟規則束縛，實現全領域監管自主

實際結果

法理上收回完整立法權，但製造、食品、醫療等支柱行業必須主動對齊歐盟監管標準，實際監管自主空間極小，紅利微乎其微

4

核心承諾

拓展全球自貿市場，紅利覆蓋對歐貿易損失

實際結果

對歐盟商品出口較留歐基準下滑16%，所有新興自貿協定出口增量不足對歐損失的十分之一

3

核心承諾

但增長質量明顯走弱，企業投資長期低迷，人均產出近乎停滯

實際結果

但增長質量明顯走弱，企業投資長期低迷，人均產出近乎停滯。但真正戳中普通人的，是日常生活中高頻、細碎、無法迴避的繁瑣負擔，不停地印證着脫歐後面臨的更多煩惱(just more annoying)。

民間跨境往來便利度永久性降級。脫歐後英國退出申根區，原本穩定運行的邊境規則徹底改變變英歐民間往來模式。對於跨境家庭、青年學生、藝術從業者、商務人士衝擊更強。歐盟短期商務洽談、藝術巡迴、學術交流，如今須提前辦理全套審批文件，耗時耗力。英國退出伊拉斯謨交換計劃(Erasmus Programme, 歐洲共同體1987年設立的學生交換項目)，18歲至24歲青年赴歐深造、實習門檻大幅抬高。YouGov民調顯示，80%英國年輕人認為脫歐直接限制自身跨國發展機會。雙向人員流動壁壘割裂英歐民間交融，跨境出行從日常便利變為持續性額外負擔。

居民消費成本持續抬升，商品選擇大幅收窄。歐盟是英國生鮮、輕工業消費品核心供應來源，原產地規則、海關關稅、查驗成本全部向下游消費者轉嫁。英國零售協會多年跟蹤數據顯示，歐洲進口食品、日用品長期承擔顯著額外成本，累計漲幅接近四成；中小型超市大幅削減歐洲小眾生鮮、酒水、輕工業商品，民眾消費選擇持續收縮。

英國國家經濟社會研究院(NIESR, National Institute of Economic and Social Research) 長期宏觀NiGEM模型則測算，隨著貿易摩擦、投資下滑與生產率走低持續累積，長遠來看英國民眾人均購買力較留歐基準縮水約2,300英鎊，其中高度依賴歐盟服務與商品貿易的倫敦、英格蘭東南區域，人均經濟損失明顯高於全國平均水平。相較抽象難以感知的GDP增速缺口，物價持續走高、實質薪資萎縮帶來的年度可支配收入損耗，是工薪階層最直觀、感受最強烈的脫歐負擔。

中小企跨境貿易成本激增

脫歐對大型跨國企業影響有限，大型跨國企業有完備的法務團隊可適應新規則，但佔英國就業主體的中小微企業持續承受文書、通關、關稅多重成本。英格蘭東南部製造業小微企業主講述：脫歐前對歐貿易當日通關、無額外手續；2026年每一筆出口均需原產地證明、報關申報、合規核驗全套材料，企業必須增聘專職報關人員，手續費、倉儲延誤成本長期侵蝕微薄利潤。

歐洲改革中心(CER) 貿易數據顯示，英國中小企業對歐出口規模十年收縮21%，大量小微企業直接放棄歐洲市場；中小企業是基層就業核心載體，市場收縮進一步加劇地方用工與居民收入壓力。

流動斷裂形成人才損耗

歐盟人員自由流動曾為英國醫療、農業、建築、服務業輸送穩定勞動力。脫歐後，歐盟勞工大規模返鄉，NHS基層診療等待時間大幅延長，果疏採摘、畜牧業常年季節性用工短缺。同時人才壁壘雙向生效：英國科研、技術人才赴歐盟就業、聯合科研合作門檻抬升，英歐學術交流、產業技術聯動持續弱化。勞動力與人才雙向割裂，短期引發公共服務危機，長期拖累英國生產率，形成持續性人才損耗。

上述所有因素，滲透生活，經營每一處細節，長年累月的負面體驗，是「脫歐令人煩躁」最直觀的現實。綜合十年發展軌跡，英國雖然並未出現留歐陣營預言的經濟崩盤、社會顛覆，但脫歐派四大核心競選承諾悉數落空，經濟運行成本、跨境辦事便利度、公共服務財政空間、勞動力供應效率全方位下降，英國經濟學界將這一狀態概括為令人煩躁的停滯(annoying stagnation)。

脫離單一

市場帶來的非

關稅壁壘、通關摩擦

成本，短期內無法依靠全球

自貿協定對沖。長遠看，新簽署的自貿存

在緩慢增長潛力，但遠遠達不到脫歐派預期的「環

球貿易爆發」。

第四，完全自主立法監管的主權紅利有限。法理

層面上英國已收回完整立法權，不再受歐洲法院終

審管轄，漁業配額、農業補貼體系實現自主調整。

但為保障對歐商品正常流通，製造、食品、醫療器

械等絕大多數支柱行業必須主動對齊歐盟監管標

準，否則將面臨嚴格邊境檢查甚至禁入。脫歐派宣

稱的「徹底擺脫歐盟束縛、全領域規則自主」僅停

留在法律層面，實際經濟運行中監管自主的可操作

空間十分狹小，整體紅利微乎其微。

日常細碎損耗滲透全民生活

民眾的脫歐悔意並非來自宏觀的GDP數字：脫歐並未引發短期經濟崩潰，2016年至2025年英國實際GDP累計增長13.2%，年均複合增速維持1.25%，



●脫歐後英國人的日常變得處處繁瑣，事事添堵，形成全民性「脫歐悔意」。網上圖片



●日前「英國重返歐盟遊行」組織舉行的重返歐盟遊行示威走過大笨鐘和丘吉爾雕像。網上圖片

匯觀世界

十年折騰 英國近乎白忙一場

裴軍運

脫歐公投落地至今整整十年，這場當初被大力鼓吹、視為英國「重獲獨立國運」的戰略抉擇，最終證明只是一場徒勞無功的國家內耗。當年脫歐陣營許下的貿易升級、移民優化、民生改善、國家主權紅利四大承諾悉數落空。十年折騰下來，英國不僅沒有迎來預期的發展紅利，反而深陷政壇動盪、經濟停滯、基建低效、外交失序的多重困境，近乎白忙一場。

政治持續內耗，是英國十年發展停滯的核心根源。十年間，政壇劇烈震盪、內閣頻繁重組、首相輪替不斷，始終無法形成穩定、連貫的執政體系。派系對立嚴重，朝野拉扯不休，各屆政府多忙於權力鬥爭與政治攻防，難以落地長遠的治國方略。

政局混亂直接拖累經濟基本面。十年來，英國經濟增長長期疲軟，GDP增速常年位居七大工業國末

位。與此同時，民眾實質薪資增長緩慢、生活成本高企、公共服務動不動因地方政府破產而停滯，基層民眾始終未能分享到所謂「脫歐紅利」。

旗艦基建HS2(High Speed2) 高鐵項目，更是英國治理低效的真實縮影。十年之間，該項目飽受政治爭議拖累，預算連年失控暴漲，決策反覆搖擺。雖有局部工程啟動，但整體進度嚴重滯後，北段(通往曼徹斯特) 規劃直接廢除，改為僅到

伯明翰，全線通車遙遙無期。長期的政治拉扯，讓重大基建難以落地見效，拖累國家發展節奏。

外交層面，英國同樣退守失據、處處被動。長期奉行緊隨美國的依附式外交，徹底弱化了自身獨立外交話語權，追隨美國戰略卻屢遭輕視與邊緣化。

回望脫歐十年，全是爭吵、空轉與內耗。無謂的政治博弈透支國力、錯失發展窗口期，最終國家無進步、民生無改善、國際影響力持續下滑。十年折騰終成空，脫歐不僅沒有重獲英國復興，反而將其牢牢鎖死在停滯不前的困局之中。年內就算下一任首相就任，面臨內耗與爭鬥，恐怕還將是一場無奈。