不请自来，我来谈一谈焦虑

早上惯例PUBG之后，看到了群里和朋友圈刷屏的知乎回答，也看到了LGU2的又一波热度。为什么今天想我也想来说一说这个事情呢？因为文章里提到的知乎问题《为什么香港中文大学（深圳）感觉身边的人总有些隐隐的绝望》这个问题的最高赞就是我回答的。

然而，写那篇回答的日期是2017年12月10日，是我在港中深的第三个学期。今天，是2021年3月27日，是我从港中深毕业之后的第二个学期。时间过去了四年，我从看着学长学姐焦虑申请，到自己和身边人卷入焦虑恐慌，又看到现在的大四们的申请现状和学弟学妹们的焦虑讨论，一波又一波的焦虑像洪流一样裹挟着一届又一届的港中深学子卷向未知而迷茫的远方。

焦虑，他从未离开过港中深。

时过境迁，龙大的焦虑有着些许形式上的变化：在我写回答的那个年代，最大的焦虑来自于朋友圈的GPA截图：似乎每到公布成绩的时候，朋友圈都有着十个八个的满绩。而现在，焦虑的形式变成了凡尔赛，一句轻描淡写的有手就行，压垮了无数手脚并用哪怕尽力伸长脖子也【就是不行】的普通灵魂。

今天我不想讨论谁对谁错，我想聊聊龙大焦虑的根源和怎么解决焦虑。

仿造我四年前的回答，先说结论：龙大的焦虑来自于GPA过高的比重、没有参考案例和明确路线、以及有效信息/正面情绪传递的高成本高门槛。

1. GPA过高的比重

在龙大GPA约等于一切。这其实又有三个方面：1）明面上和GPA明确挂钩的资源：交换/交流，合作项目，申请，奖学金，Dean List等；2）具有港中深特色的家长参政议政和家长群放大了GPA的压迫；3）和GPA不明确挂钩，但被GPA间接影响，或者错误认为被影响的：本科研究机会，实习，选课，社团，恋爱，以及自信。

首先资源与GPA挂钩并非是完全不好：不管怎么说，这是一个相对公平公正的方式。国内的高校有很多不公平的资源获取方式，但是这在某种程度上居然缓解了焦虑，因为心里可以有小九九认定是ta背后搞了关系。至于家长群，他能解决吗？从商业逻辑考虑，家长群本质上是九万五学费包含的附加服务，属于unearned revenue，是校方尤其是招生老师默许和鼓励的。如果要彻底解决，要么降低学费，要么提升商品本身的价值（教学资源与发展资源），短期来看是不大可能的。

第三方面的GPA压迫，实在是人云亦云的太多，本身这些事情大部分是真的和「优秀」或者GPA与否没有关系。但你看到官方宣传的、朋友圈里的、父母口里的所有优秀的人，几乎都是高GPA的神人，他们似乎什么都有，于是你认为什么都是因为GPA。这个问题的本质又引发了下一个问题：没有参考案例，不知道怎么提升自我，于是进入一种我不行 – xx机会都是大佬的，不可能是我的 – 错过xx机会 – 我更不行了的死循环。

1. 没有参考标准和明确路线

大部分人在港中深，是one man army。更有甚者，自己摸着黑往前找路，身后还有碎碎念的父母，身旁总能听到找到路却爱装逼的人大喊大叫。

我是一个幸运的人：在找路的时候我的父母一直很支持我，我朋友圈大部分是不爱装逼的狐朋狗友，以及我或因为运气或因为努力找到了一条路。但我不会忘记我走金工的时候，我是如何一个人收集着各种信息，以及如何寻求着校外的帮助：因为我完全不认识从我校毕业走金工方向的学长学姐，我根本不知道参考的标准是什么；也不认识同届搞金工的伙伴

国内的高校就完全不一样了：非常非常明确的路线。保研，考研，找工，找不到就去考公考证，每一条路都是千千万万学长学姐走过的路，每一条路上都有各种各样的辅导机构和伙伴战友。这样一定好吗？不一定好，每个人的发展应该是多样的，这也使我认定从港中深杀出来的幸运儿大多比其他学校的要敏锐、优秀、自我了解。

但每个人都是幸运儿吗？每个人都是金字塔尖的人吗？答案是否认的。从高考出来的我们习惯了有一个参考案例，以及有一条明确的升级、杀敌、买装备的路线，但现在我们找不到做过自己感兴趣方向的学长学姐，不知道走某条路要选什么课，做什么实习，联系哪个教授，自己的水平又在哪个档次。

而乐意去帮助我们的诸多资源，无论是父母还是中介，实在对我校，对我自己太不够了解。港中深中介市场充斥着大量不了解我校、不了解我校学生背景/诉求/心境/申请历史的辅导机构，给一碗国内高校天天吃的米饭，但我手上只有刀叉，能怎么办？从我自己过来人的经验来看，虽然有些难，但还是要找到走过路的学长学姐。我们是独自走过某条路的人，我们不仅会有自己的经验、方法、判断，同时也知道在港中深发展和进步有多难，多苦楚。和很多同届人交流之后，在很大的程度上，我们是真心愿意帮助学弟学妹的。

1. 有效信息传播的滞涩

作为本科经济学专业的学生，我相信市场的力量。无论是神话GPA还是没有参考标准，本质上逃不开信息市场：负面消息诸如焦虑和恐慌传播太廉价。一个炫耀GPA的朋友圈不需要成本就可以刺痛几十上百个同学，一个不负责任的知乎回答可以让同届申请的几百人感到不悦，而家长群晒出的一份工资单，可能传播到几千个家庭产生矛盾与焦虑 – 以上都是我所经历过的真人真事。

而积极信息，比如学长学姐的经验分享、发展规划，某件事情没GPA到底能不能做，GPA不够高到低怎么办，这些问题被你们不断反复地提问，问题的答案在我和身边很多人手上，但是要么没有沟通和分享的平台，要么被多人多次反复单独提问，比如很多金工的学弟学妹问我怎么选课，怎么选校，怎么写文书，差不多的问题我可能已经回答过30次了。我也在CDO做了几次关于金工的分享，但大多类似分享都是一次性的，缺乏持久的，行之有效的信息传播媒介。

其实这是信息碎片化时代的问题，不是港中深的错，只是港中深的特性放大了这个弊端。

四年过去了，我对龙大焦虑已经有了一定深度的认知：我们需要打破GPA迷信；我们需要参考案例、发展路线、和解答思路；我们需要建立一个上述信息传播的市场，对接供给与需求。

在这样的考量下，我在不久之前发起了一个平台：这个平台是由港中深前职业发展处咨询师投资的，港中深在校生团队管理的，计划在CIDE注册创业的，由我和不少港中深毕业学长学姐加入的道路分享、答疑解惑、深度交流的创业平台。平台还在完善和规划中，无论提供怎样的服务，其本质不会变：**垂直对接港中深毕业校友和港中深在校生，专注解决港中深焦虑和个人发展问题。**我们目前一直在未来也一定会提供一部分的免费资源，比如每周请一位学长学姐主讲进行分享，但这个平台不会是完全公益的，是一个创业平台和商业平台 – 我相信长期的稳定发展，不可能纯粹为爱发电。如果对我们平台的资源和信息感兴趣的同学（每周学长学姐的分享和日常实习讯息，行业动态，本周的主讲人是宁文涛学长！），可以加小助手微信xxxx入群或关注公众号【**神仙湖解忧屋**】；如果对创业、管理平台、或者与优质校友共事感兴趣的同学，可以加李羽希同学微信lyx312811商讨加入平台；如果有学长学姐愿意加入平台，分享自己的路线、提供咨询、或者愿意和我一起发展平台，可以发邮件 songhaocuhksz@outlook.com给我，或者其实我一直默默躺在你们的朋友圈里。关于学长学姐，我们的标准不像中介一样要找高GPA名校大厂，只要你有自己的想法，只要你愿意分享，只要你是港中深毕业，你就是我们眼中的优质校友。

我始终相信，港中深的问题必须由港中深的学生来解决。我希望能和你们一起提供力所能及的帮助！