

香港如何賦能兩岸青年 破解“內卷”困局

文 | 陳迪源 香港創科發展協會創會主席 江渺渺 中國傳媒大學海峽兩岸青年創新創業學院執行院長

當前，全球正處於百年未有之大變局，新一輪科技革命與產業變革加速演進。中國正從“十四五”規劃的輝煌成果基礎上，邁向以“發展新質生產力”為核心的“十五五”規劃新征程。與此同時，一個嚴峻的現實擺在我們面前：高度同質化的競爭，正讓兩岸青年深陷“內卷”的集體焦慮。傳統的成功路徑日益狹窄，青年人的才華與抱負，在激烈的存量博弈中被不斷消耗。

如何破局？答案蘊藏在新質生產力的核心——以人工智能為代表的顛覆性技術之中。數字經濟的浪潮，不僅在重塑產業結構，更在創造全新的價值空間與職業可能。這為我們提供了一個歷史性契機：引導兩岸青年從“紅海”的存量競爭，轉向“藍海”的增量開拓，共同投身於建設科技強國的偉大事業。

在此背景下，探討一個關鍵命題：香港，作為國家“引進來、走出去”的雙向平台，應如何發揮其在制度、資本和國際網絡上的獨特優勢，積極落實“十五五”，不僅成為連接兩岸青年科創力量的“超級聯繫人”，更要成為一個賦能他們利用數字經濟、擺脫“內卷”困局的“增量價值放大器”，為實現中華民族偉大復興貢獻力量。



海峽兩岸暨香港、澳門青年技能邀請賽現場。

陳瀟雨攝（新華社發）

時代的雙重挑戰—— “內卷”之困與“十五五”之機

我們必須正視當代青年面臨的共同困境。無論是在大陸還是台灣地區，青年一代都面臨著前所未有的競爭壓力。優質教育資源的普及，在提升整體素質的同時，也加劇了人才市場的同質化競爭。有限的優質崗位，對應著大量背景相似的求職者，導致“投入產出比”不斷下降的“內卷化”現象。這種困局不僅消磨青年人的銳氣與創造力，長遠來看，更不利於整個社會創新活力的迸發。

真正的破局之道，在於創造新的賽道，做大增量市場。這恰好與國家“十五五”規劃的核心精神不謀而合。如果說“十四五”規劃重在鞏固數字經濟基礎，那麼“十五五”規劃的核心，將是圍繞“發展新質生產力”展開，強調以科技創新驅動產業創新，特別是以“人工智能+”行動，催生新產業、新模式、新動能。這意味著，未來經濟增長的主要動力，將不再