

把“失败的那些事儿”摆上台面,不再遮掩或回避 这届年轻人在失败之夜笑谈挫折

N 北京青年报

在北京的一家咖啡馆里,几位年轻人聚在一起,不是谈成功经验,而是主动分享各自的“失败”:考研落榜、创业受挫、减肥反复……看似沉重的话题,却在轻松的氛围中化解为笑声与共鸣。

如今,“失败分享会”正逐渐在中外年轻人之间流行。他们把挫折摆到台面上,不再遮掩或回避,而是尝试从不同角度去理解、接纳,并从中汲取新的力量。

对许多参与者而言,这些经历并非终点,而是成为重新认识自我、调整职业选择、反思学业与情感的路径。当失败被重新定义为成长的一部分时,它将转化为推动年轻人继续前行的力量源泉。



三水咖啡店的社交沙龙

分享会 年轻人聚在一起 讲述失败经历

7月12日(周六)晚上,5个年轻人没有回家休息,而是来到北京华纺新天地的三水咖啡店,参加一场名为“失败之夜”的沙龙。大家围坐在一起,聊起各自人生中“那些失败的事儿”。

沙龙组织者海蒂首先为每位参与者分发小纸条,引导大家以匿名的形式写下自己过往的“失败经历”。完成后,大家随机交

换纸条,尝试从他人的视角解读上面的内容,体会不同人对“失败”的定义与感受。

接着,就由主持人念出参与者写在小纸条上的失败故事。有人写道,“考研没能进入理想的学校,只好提前进入职场”;有人提到,“当项目组长时,组员摆烂,最后2/3的工作都压在自己身上”;还有人说,“乘飞机时在起飞前15分钟才匆匆

赶到机场,差点误了航班”。这些经历轻重不一,有些甚至算不上真正的失败,不过是生活中的小插曲,但在一些年轻人看来,也同样会带来挫败感。

而每当这样的故事被念出来,现场总会立刻响起回应:“那你不是早赚了三年的工资,早拿了三年的社保?”“碰到这种情况就得标注出每个组员的贡献度,不

能让老实人把活儿全包圆。”“这哪是迟到,分明是时间管理大师,再说就算真迟到,也能改签或者换高铁。”

随着大家不断从不同角度去解读纸条上的“失败”,原本凝重的气氛逐渐轻松起来,甚至有人大笑出声。那些写在纸条上的委屈感,也在一片自嘲与调侃中被一一化解。

酒吧开放麦 聊职场“搞砸经历”

5天后,又一场以“失败”为主题、名为“搞砸之夜”的沙龙在好运街的致敬酒吧开场。

与“失败之夜”不同,“搞砸之夜”更像是一场谈话类节目,聚焦于职场中的“搞砸经历”。一位中国嘉宾和两位外国嘉宾依次登台,每人用8分钟讲述,

分享结束后,观众可以就感兴趣的细节向他们提问。活动最后还设有开放麦环节,任何有失败故事或困惑的参与者都可以上台分享,并得到现场回应。

其中,分享者 Michelle 的经历尤其令人印象深刻。她坦言,自己毕业后先进入一家快速崛起的互

联网公司,凭着拼劲儿很快升任管理岗位,年纪轻轻就带着十几人的团队。但好景不长,随着行业寒冬来临,她也被迫离开。之后,她尝试转战新能源赛道,本以为抓住了“风口”,却因创业公司资金链断裂,再次陷入困境。

Michelle 接着说,正是

这些起落让她意识到,所谓的“失败”并不是终点。“它让我明白,成功从来不是理所当然的。我必须不断调整心态,积累新的技能和经验。韧性就是这样练出来的。”她笑着说,“每次跌倒再爬起来,你才会发现下一次突破自己的可能。”

参与者 收获别样的快乐和回忆

“失败”和“搞砸”是这类沙龙活动的主题,也正是吸引年轻人参与的主要原因。大二学生沁沁坦言,她起初是出于好奇,想看看这样一个似乎充满“负面”的活动究竟会是什么样。

真正参与后,她发现台上分享经历的多是外界眼中的“精英”。他们并不回避曾经走过的弯路,而是坦然呈现挫折,让在场的人从中得到警示。“更打动我的,是他们面对失败的态度。”

沁沁说,讲述者们能用自嘲和玩笑的方式谈起那些曾经令人焦虑的经历,这本身

说明他们没有被失败击倒。“这种状态传递出很强的力量,它让我明白,失败不是终点,关键在于如何把它转化为前进的动力。”

沁沁说,当有人讲起失败时,台下常有人会心一笑,觉得“这件事我也遇到过”,或者惊讶于“原来不只是我会失败”。这种共鸣让大家意识到,挫折是所有人都会遇到的。

让沁沁感受更为强烈的是“上进”。她原以为“搞砸之夜”会充满负能量,没想到现场传递的全是积极信号。分享者讲述的重点

不是“我有多惨”,而是“我如何走出来”。听众得到的,也不是同情,而更多是一种激励——在困境中不被击倒,点燃心底那股“我也行”的劲头。“这比任何心灵鸡汤都管用。”沁沁说。

在三水咖啡店参加“失败之夜”的晶晶也有类似体验。那天是周五,她原本已经有些疲惫,活动结束时已近深夜,但当她走出咖啡店时,却觉得精神焕发,“好像重新充满了电”。

在现场,晶晶写下了自己的经历:考研失利、感情挫折、求职困境。她记得考

研成绩公布那天,因未能进入心仪院校而大哭不止,最终掉档,只能提前找工作。受落榜打击影响,她一度对求职也提不起劲儿。

然而,如今已工作5年的她再次回望,却发现考研失败并没有想象中那样深远地影响人生。“没考上,我就去工作了,也走出了一条新的路。现在再看,即使当初考上了,或许也会遇到新的困扰,比如毕业焦虑,甚至更激烈的就业竞争。人生的走向很难预料,关键在于如何走好当下的路。”

创办宗旨 重新体会人生的意义

海蒂是“失败之夜”的主理人。本科在美国留学时,她主修心理学和人类学。

在本科阶段,她第一次尝试举办“失败之夜”,邀请几位教授分享自己的人生低谷。这些在学生眼中已“功成名就”的学者,也曾有过挫折与困境,他们的讲述让台下学生深受触动。

读研期间,海蒂又组织了一次“失败之夜”。现场既有美国本地学生,也有来自亚洲、欧洲的留学生,大家畅谈各自的失败,其中不少经历与初到异国时的语言障碍、文化不适有关。这些真诚的讲述让参与者体会到,失败并不可怕,而是不同文化背景下青年共同的成长经历。

留学毕业后,海蒂把“失败之夜”的活动带回家乡北京。在活动中,海蒂发现,不同国家的年轻人提到的“失败”多集中在学业、工作和感情等方面,而涉及婚姻、育儿或赡养老

人的故事并不多。因此,最令她难忘的是,一位年龄稍长的参与者讲述了自己婚姻中的挫折。她的真诚引发了全场的凝神倾听,也让年轻人意识到:在眼前的学业和工作之外,未来的人生还会面临更多未知的挑战。

海蒂说,那次聆听让她获益良多。她开始理解,不论处在人生的哪个阶段,都难免会有低谷。失败并不意味着结束,关键是能重新站起来,再次勇敢出发。

在交流中,海蒂还注意到一个现象:二三十岁的年轻人往往更容易焦虑,总担心自己不够优秀;而到了40岁以后,许多人逐渐放下执念,看待问题也更加坦然。她认为,这或许就是“成熟”的表现。正因如此,当年轻参与者听完那位姐姐的分享后,反而减轻了焦虑,意识到失败并不是例外,而是人生不同阶段都会经历的过程。

海都锐评

笑谈失败 勇敢出发

当“失败”成为沙龙的主题,当“搞砸”被搬上开放麦的舞台,年轻人展现出新的精神面貌:他们不再将挫折藏于阴影之下,而是将其置于对话的中央,用笑声解构焦虑,以共情对抗孤独。

曾几何时,成功是悬在年轻人头顶的标尺,失败则是不敢示人的伤疤。考研落榜便觉人生失序,职场受挫就陷自我怀疑,就连赶飞机险迟到的小插曲,也会被放大成能力不足的焦虑。那时的失败,像江上的巨石,让人困在“何时才能绕过”的迷茫里,忘了抬头看两岸的风景。而如今,“失败分享会”成了破局的钥匙,那些曾压得人喘不过气的“大事”,在笑声里渐渐显露出“不过如此”的本相——原来所谓挫折,多是“当局者迷”的执念,换个视角便成了“柳暗花明”的伏笔。

“失败分享会”里,当

年轻人面对相似的职场困境会心一笑,在他人的挫折中明白“原来不只是我会失败”,这份“有人与我同路”的默契,消解了独自扛压的孤独。而坦然谈失败是解开执念的第一步,那些从失败里打捞成长的养分,则是更珍贵的进阶。他们在分享中不再困于“为什么是我”的怨怼,而是专注“接下来如何走”的思考,那些摔过的跤、吃过的苦,终成垫脚的石,让人在复盘里看清方向,在沉淀中积蓄力量。

从遮掩到坦然,从焦虑到清醒,年轻人对失败的态度转变,恰是对人生的重新解读:所谓成长,从不是一路坦途的顺遂,而是踏过坎坷仍能笑对的从容。当失败不再是禁忌,当挫折成了谈资,那些曾以为跨不过的“万重山”,终将在前行的舟楫下,化作身后的风景,载着人走向更开阔的远方。(一醉)

分类信息
广告热线: 0595-22567990
15259412788

遗失声明

石狮市卓越门窗安装服务部(统一社会信用代码: 91350581MA338L0W82)不慎遗失圆形橡胶公章一枚,印章编码: 35058110002052,声明作废。

遗失声明

福建省泉州墨轩体育用品有限公司(统一社会信用代码: 91350582MA35D96D7C)遗失圆形橡胶公章一枚,印章编码: 35058210023613,声明作废。

遗失声明

厦门市之拉电子商务有限公司遗失公章、财务章,声明作废。
厦门市思想者包袋有限公司不慎遗失公章、财务章、私章,声明作废。

冲岸服饰广告语:

小奖大奖