

# 一个科学怪人的自白

——“用知识武装内心”的观察分析者

夏子钰

我是一名博士，一直以来我从没有停止过探寻自己内心，我不停地学习心理知识，想要找到自己做每一件事情的意义和出现每一个情绪的根源。

我喜欢挑剔，不相信任何不符合科学逻辑的事情，质疑每件事物，每个人，最讨厌的词就是我认为就是这样，传说是，老人家说的，那个年代就是这样的。。。我认为所有事物都在发展，没有事情是肯定一定的。而且我具有极强的风险意识，每一件事都往悲观方面去思考，比如，刚学车，油门和刹车踩错了一次，我就会有阴影，觉得如果有人在旁边那后果不堪设想；看到新闻，说有人淹死在车里因为电子车窗打不开，我就会买安全锤放在车上；看到有人遇到火灾无法从家里下来，我就会心里预演火灾发生后我们该怎么做，买救生绳放在家里；看到因为治疗费用无法负担而绝望的人，我就会去买保险。但是人生中的危险成千上万种，不可能面面俱到，所以关于灾难的新闻和事故的视频我极少去看，心理不舒服，我想想主要原因还是映射到自己的生活上。

我喜欢收藏，无论是信息还是其他有趣的东西，人际交往中，如果发现自己某方面不懂或者不如别人，或者争论失败，我就会暗暗下定决心，回去查阅文献和咨询专业人士，绝不信网路传闻和网页搜索出来的信息，一般查阅期刊网，google 学术，或知乎等知识分子聚集的网站，并把资料分为很多类别，不喜欢资料混为一团，会让我焦躁。

任何事情都要追根溯源，比如喝酸奶是止泻还是致泻的？我不会相信网上那些编辑转达的信息，而是会查阅医生写的文献，比如减肥的原理是什么，热量差原理是不是可靠的？我也会去查相关的研究报告和权威人士的解释，甚至人站姿是怎么是正确的？从模特站姿到我们常人站姿我都会去研究一番，看哪种是符合人体力学的，对我们肌肉放松是有利的。

看书喜欢看实用性的，不喜欢鸡汤文，如果对我目前困惑没有实质性的帮助，我就如字盲症看不进去一句，喜欢看说明书类的，告诉为什么该怎么做。听人说话也喜欢听有实质性的问题和答案的，如果聊聊国家大事，聊聊文学艺术，往往我会走神，即使聊家长里短，有问题和答案，可以探寻自我，我也是有兴趣的。

研究表明，女生多线操作能力和动手能力弱，这些却是我的强项，我喜欢多线操作的节奏，让我有成就感，做事情我喜欢有 list，看着每一条被划掉，觉得光阴没有被浪费。能自己动手的，不会求助他人，包括拆卸电脑，拼装衣柜，拆卸玻璃门，我都会自己去做，很有趣。

遇到自己喜欢的话题或者探究过的领域，往往变成活跃分子，乐于参与讨论和表达自己的想法，提供咨询，给予帮助，让我很有成就感，对于自己不感兴趣的，听听就算了，也可能整个过程不会说一句话。

虽然读博士，但是有冒牌综合征，觉得世界太大，自己学习的东西有限，没有达到博士该有的水平，在不擅长的领域缺乏自信心。

对于爱情，我也是有一套理论的，不会靠感觉去找恋人，不会有藕断丝连的情况，找恋人前是做好充分的准备的，比如，我要找一个和我一样学历水平的人，找一个父母人品可靠的，找一个对我给予充分自由空间的，发现不对盘立即分手，感情可以迅速抽离出来，所以我现在找到了自己理想的情侣，博士，长得帅，对我无限支持，我觉得科学怪人都具备这种特质，有目标的找到另一半。

学习了人格理论，也是我探索自己的人格其中一步，测试人格我也是查阅了相关资料，用了最权威的平台和做多套的测试题目，致力于得到精准的结果，测试了几种，并研究这些结果，得到结论，自己第一型是科学怪人，其次是享乐型和好好先生，什么意思呢，我是一个喜欢享乐的科学性好好先生。如果找到喜欢的事物可以坐 5 小时不动，但是完成后必须要休息一下，追下剧或者逛街聊天，和朋友聚会时候会避免冲突，做调节者，让气氛尽量不尴尬或者有冲突，也不喜欢当主角，把我当透明人最好，当然我觉得人格不是无法转换和改变的，就像我从前本科的时候就是好好先生风格最最突出，因为当时作为喜欢追求知识的人，知识还没有累计到一定层级，缺乏自信，处处做老好人，别人要求的尽量达到，并以此获得认可感，而随着心理学知识的累计，学历的增长，找到自己的自尊感和自我认可，就不太需要别人对我的肯定，好好先生就退居第三，科学怪人人格开始凸显，因为知识让我强大，让我有安全感，让我有拒绝别人的资本，好好先生这个角色也开始退出我人生的舞台，当然这也是我期望的。

我喜欢找到自己的感觉，因为可以借此探究可以让自己快乐的方法，知道自己失落和负面情绪原因，我在不断 update，因为我在不停的学习。