

问题：为什么越来越多博士逃离科研？

博士应该逃离的不该是科研，而是特定的人生困境。

不要错误的定性。定性错了，整个问题就错了，而错误的问题已经预定了错误的答案，后面都是注定的一条死路。

什么叫特定的人生困境？

我们开一开上帝视角，飞到二三十年后俯视整条时间线，你会发现一件非常可怕的悲剧——

你所选择的第一项事业、你的第一个雄心壮志，大概率是会以你自己心灰意冷甚至愤懑绝望告终的。得到这个结局的时候，你是三百六十度全身心的这样认为的，没有一点点怀疑的。

但是到了二三十年后，你会发现——其实事情根本就没有你那时以为的那么严重。当时你所认定十恶不赦、如同邪魔化身的“敌人”、“小人”，其实根本就没有你想的那么可怕。甚至更悲剧——对方何止没有“针对你”，甚至干脆实际上是站在你这一边的。

问题的真正症结，根本就不是你当时笃信无疑的所谓“烂透了、根本没希望”，那只是你当时既无知、又傲慢，既迷茫、又自负所催生出来的一个你必须要拿到的、唯一可以保护你自己那些虚荣和脆弱的借口、幻觉而已。

你的第一份事业（有人甚至是第二、第三份都要被卷入）只是非常不幸的，发生在这样一个被诅咒的时段罢了。

在这个时段里，其实你选了什么，包括你自己自以为“完全没有类似问题”的所谓“正确的选择”，都不会改变这个结果。

真正导致你失败的，是你当时追求事业的整个 mindset，那一整个极易猜疑、极易生忌、极易记恨，却极难调解、极难宽容、极难释怀的 mindset。

哪里是什么“绝无可能”，其实把那份工干出成绩的人也不是一个两个，真正绝无可能的是当时那个不识轻重、反认得失的心。

人家给你的提醒，被你认为耻笑；人家给你的指正，被你以为凌辱。越想越真，越真越想，直到深入骨髓，积重难返，势不两立。

第一份事业、乃至第一个爱人、第一群伙伴，只是为这第一层心障做了磨石、随之凋谢了罢了。

而这问题，对一般人虽然感慨，但却多半可以称为人生回忆，但在“博士科研”这个问题上却糟糕了。

因为博士们做第一份事业时相当多人是真没机会先去社会里历一番沉浮，先拿什么“销售工作”、“客服工作”来给这份少不更事做陪葬磨刀石的——抬脚第一步，就是科研，一支付“年轻的代价”，结果就成了“逃离科研”了。

把这话点明，是为了希望多少有几个青年的博士思考这种现实的风险——如果你读博士的同时自觉的、不懈的坚持心理上的自我建设，会大大的有利于你撑过这一关。

这甚至可能不是一个“可选项”，可以等你心情已经陷入焦虑后再去考虑。当你已经陷入焦虑，你的防御心态是极度强烈的，你还是个能言善辩的博士，马力全开可以轻松的、头头是道的把天下一切道理全部拒之门外。

这层保护要在你心情放松、还有足够幽默感时就着手，对你是事半功倍的。

如果你觉得条件有限，那么盯住我的内容，这几千篇也好歹可以先给你顶一顶。

这事不应轻视，最好重视起来。

聪明的人并不见得比愚蠢的人容易想得开——因为作为自己的敌人，聪明人也狡猾得可怕。

编辑于 2023-08-25

<https://www.zhihu.com/answer/3181365568>

---

评论区：

Q: 回想读研伊始，父亲说读研最重要的任务是以时间换空间，将自己磨练得更成熟再进入社会。读研仅过半年父亲猝然离世。再没有人像父亲那般淳淳教导，道理掰开了揉碎了说。常在心中以父亲的语气问自己：还记得读研的任务吗？道理易懂，每每实践却难以落实，或回想起来，总觉得是自己疏忽怠惰。常看答主的内容，令人警醒。

A: 常来

---

Q: 比较同意答主的看法，很多选择的时候，第一≈炮灰/磨刀石。因为那时候对世界有一套自己的不符合实际的认知，第一份选择/工作/事业总会有这样那样的不如意，自然会生出很多放弃/逃离的念头。

再说利益相关，中国科大博士在读，明年毕业。我自己是硕士毕业之后，去工作了1年半的样子，然后去读的博士。工作主要是是创业公司算法工程师/研究员，当时自然是有很多不如意的地方，现在回想起来，感激更多。

在博士期间也有很多抑郁/焦虑的时候，和朋友聊天交流有用，其实这些工作也有帮助，首先是对人，其实很多人真的不是对着你干，人家只是为了完成自己的目标罢了，比如说公司老板为了完成利润，996，pua都是人家认为能实现目标的方式而已。此外是让我知道还有其他选择，就算科研不顺[捂脸]还有其他退路。大不了回去接着干工程师。

对其他想要读博的读者一点建议吧，在之前的阶段可以多探索，可以去体验科研以外，有助于去形成更加符合现实的世界观，在此过程中形成理想-现实相结合的价值观和人生观，为读博积攒点燃料

B: 想起了刘国梁说张继科——运动员成绩看起来就差一点点，实际上这一点点差的很多。伦理修养非常重要。

---

Q: 障不消，换工作换环境也只是偶得一夕安寝，马上优惠陷入到过去的困境当中。

我今年毕业，已经换了三份工作，回头再看答主的文章，早就已经说清楚了，只是当时自己看的时候误以为自己理解。对象不合适，换；工作不理想，换。要么换到自己不想再换于是只好得过且过，要么明白这个道理。

答主写过一篇文章，关于人的天使魔鬼二象性。现在入职的工作，是同学介绍的，那天他告诉我“新人要在第一次团建会上打圈敬酒”，第一时间听到这个消息会觉得愤怒。

细想一下，以损害健康的理由拒绝饮酒是不成立的。缺乏运动，睡眠不足同样有害健康，可自己依然在做。如果我认为，所有的人际关系都充满了恶意与试探，那么在日后工作当中即便得到赏识，也会认为是当初拍马溜须的结果，如果工作不顺，自然要怪罪到没有阿谀奉承。

可抱定一种与人为善的心态就不相同。当对方愿意栽培新人时，所表现出来的是愿意结交的示好态度。即便对方存心戏弄也可以出于这种谦卑的姿态，躲过一关。哪怕是一个职场新人对行业经验丰富的前辈的尊敬，“敬酒”也并不让人感到愤怒。

愤怒，只是一个高傲盲目的人不愿低头的反应。

世界并没有想象中的那么坏，我以什么样的面目待人，人也以什么样的面目待我。

B: 很多时候就是一念之间的事。一个念头的解读，导致了完全不同的走向。这背后是一个人的伦理修养，这才是人真正的内在。

---

更新于 2023/11/16