## 外部完美主义

### 特征

对其他都要求完美，看到有缺陷的东西，就烦恼，比如看到不完美的手机，不完美的软件，看到完美的东西如获至宝，总体上看到的不完美的东西比普通人多。

### 分析

**好处**:

对别的东西挑剔可以让别人给我更多一些的服务，不至于草草了事。

可以彰显我的品味。

买东西不满意就退货，可以尽最小可能被坑。

**坏处**:

* 挑剔别人，让我和别人保持了距离，讨厌身边的朋友，人际关系变差，赚钱受到影响。损失更多
* 挑剔别的东西，在挑选中浪费了大量时间，退款让我头痛。又要选择更好的东在性价比中徘徊，对事物满意感降低，时间就是金钱浪费时间，挑选别的东西劳力伤神，也许做点创造价值的东西更轻松有趣。一些东西的缺点厂家都知道他们也想解决，迫于各种经济和技术原因不能解决，要不东西也不会越来越进步。我们不比这些人聪明。觉得自己挑剔聪明，这是自作聪明
* 变得烦恼多，看什么都不顺眼。

### 解决方案

多对别的东西抱着欣赏的眼光。多看到其他东西的优点。