**二十个特点**

1. 我是邓皓巍
2. 我是一个男生
3. 我是一个比较高大的人
4. 我是一个比较专注的人
5. 我是一个比较愿意尝试新鲜事物的人
6. 我是一个比较有责任心的人
7. 我是中科大的学生
8. 我是学计算机的
9. 我是篮球队的中锋
10. 我是喜欢二次元的人
11. 我是进击的巨人的粉丝
12. 我是比较能吃的人
13. 我写字比较丑
14. 我是比较宅的人
15. 我是和父母关系比较融洽的人
16. 我是不太关注娱乐新闻的人
17. 我是写作业比较快的人
18. 我是没怎么被ddl折磨过的人
19. 我是比较温和的人
20. 我是爱吃巧克力味食品的人

**采访周围的人**

采访了我的同学，收集他们对我有而我自己没有太意识到的的印象。

对于上面的二十个特点，他们表示都比较明显，每个特点和我熟悉的人都表示知道或者不感到惊讶

他人印象（原句复制黏贴）：

1. 看起来很爱学习
2. 有时候有点严肃
3. 好像很正经
4. 一开始没有想到我是这么搞笑的人
5. 大佬！快带我

我觉得出现一开始认为我很严肃现象的主要原因是……我的牙齿有一些前凸，笑容会不明显，导致看起来比较严肃

当我和他们说出这个原因时，他们表示好像确实是这样，因为和我比较熟的人都知道我不是一个很正经的人。

**Johari 窗口**

以上列出的特点全部位于我知大家知的范围内，当然个人也是有我知大家不知的内容的，但是就不打算在这里说了，毕竟说了就变成大家知了。对于老师所说的随着时间增长我不知大家不知的版块，我个人认为会减少。因为随着时间的推移，对自己的了解会不断增加，当然人也是在不断变化的，但是最能意识到自己变化的还是自己

**本次采访的感悟**

我一向觉得我是一个比较了解自己也比较能整理自己情绪和各方面计划的人，因此采访并没有超出我的意料，这也和我平常过得比较坦然有关系，在别人面前从来不刻意隐藏什么东西。主要原因是我觉得那样活着太累了，这样非常自然的展现自己是一件牛奶比较轻松的事情。而且因为我也是一个比较自信且温和的人，所以自然的表现也不会有什么不妥。

平常遇到某件事时我也常常会在过后静下来想想到底什么是自己的真实想法，我觉得这是一个很有用的方式。仔细辨别这一件事的哪一部分让自己最开心或者最难过。这样可以更加清晰地让自己自己了解到自己的喜好和价值观，能够清晰地了解到自己会喜欢或者是讨厌什么样的人，以及自己应该变成什么样的人。我觉得每个人心中都会有一个自己理想的样子，同时对外的表现会趋向于这个理想中的形象。因此我觉得外在表现出来的给他人的印象和自己本身有部分差别不一定是坏事，这个差别有可能是你理想中的形象和实际状态的差距，通过不断地表达理想中的形象，人有可能变得习惯了这些优秀的形象，从而产生进步。

总体来说我对我现在的状态还是比较满意的，所有我想做到的事都大概完成了，和朋友家人之间的关系也非常好，常常能够体会到强烈的成就感。