

# 过分热衷自拍或有强迫症倾向

朋友圈里发自拍,发到停不下来……



自媒体时代,用微信晒自拍的人越来越多。但却有专家把自拍与精神疾病联系起来,并且提出,常常在网上晒自拍的人,在某些情况下可能有病。太爱晒自拍,真的是一种病吗? 明星们的自拍图 资料图片

## 现象

网上发自拍,每天十来条

小婷是个热爱自拍的女孩子。早晨醒来,脑子里闪出一句有哲理的话,配张P过的慵懒照,上朋友圈里发个#早安#的自我问候;早饭后化好妆容,也要秀一下才能出门;等红灯时,抽空自拍一下;午餐美食当然要和朋友远程分享;去咖啡厅喝杯花茶,美图得多传几个;下了班做个新指甲,绝对不能错过……美照发得停不下来,周围的人有的首肯有的反感,但小婷还是一如既往,几乎以每天十来条的速度发着微信。

类似小婷这样热爱自拍的人,并不少见。“我一个同学,以前用微博时,一天能发上十来条信息,有转发的,有自己写的,看得我都跟着烦躁,后来不得不拉黑她。”徐宏大学毕业已经5年,她的大学同学隋青(化名)就喜欢发微博、微信,“现在她不玩微博了,转战微信朋友圈了。手机拍照也方便,几乎天天发照片,各种PS出的美照,弄得我和同学们都很无语。”

## 心理

过度自拍,或有心理疾病

小婷把自拍照发到朋友圈之后,朋友们的点赞往往让她很是欣喜,在心理专家看来,这份对关注、赞美的期待,可能与自恋或自卑有关,更多的可能是乐于分享的生活态度使然。可以说,人们对美都有着天然的敏感度,遇到美丽的风景,或者是遇到有趣的事情,甚至美食,多半会萌发“与人分享”的念头,只是外向的人,这种行动会更多,内向的人相对少些而已。

美国马萨诸塞州波士顿媒体心理学研究中心主任帕梅拉·拉特利奇博士曾撰文称:“自拍经常引发自我放纵或对寻求关注的社会依赖,导致自恋或极度自卑。”

一位传播学教师表示,频繁晒自拍照的人,也不乏出于无聊或者满足虚荣心的目的,过于频繁地自拍和晒照恰恰是内心空虚的表现。

据英国《每日邮报》网站4月10日报道,南伦敦和莫兹利NHS信托基金和修道院诊所的精神病专家戴维·维尔博士表示:“拍照手机流行起来以后,找我看畸形恐惧症的患者,三分之二都有反复自拍并把照片发到社交媒体的强迫症。”而强迫症,则属于明知晒自拍这件事没有什么意义,但无法摆脱,有时心理还对自己的行为感到痛苦和内疚。

## 提醒

自拍停不下来,小心得上躁动症

热爱自拍并不能算是一种“病”,对自己较为自信,才会热衷于自拍“晒图”。但是,自信也必须掌握一个度,如果过分自信那就可能是一种夸大妄想了。

凡事第一想到的,就是拍下来发到网上,朋友圈里发自拍,发到停不下来;无论独处还是和朋友在一起,十分八分就得刷一下手机,看看有没有人回复,这种情形,就要注意了。

有些人处于这种状态是一过性的,几天后自己就能调整回来。但无论是频繁自拍还是刷微博、玩电子游戏,过度沉迷其中,都存在导致年轻人注意力不集中、精神涣散的问题,给学习或生活带来负面影响,情形严重的话,也可能引发心理疾病。

## “自拍者的理由”

### A 记录生活,感受美好

孩子刚刚三岁的辣妈小夏,喜欢在网上晒宝宝的各種变化,“微信也是我的生活记录仪,宝宝从出生到现在,各种变化我都会拍照记录下来,也经常发到朋友圈里,和朋友相互交流。”

### B 展现魅力,消遣娱乐

在企业工作的肖女士则认为,自己还年轻,样貌也还算漂亮,多拍点照片晒一晒,一方面自我欣赏,一方面也是一个消遣。“张爱玲不是说吗,有美的身体,以身体悦人;有美的思想,以思想悦人。我年轻,发美照不是和那些文人写文字一样,让人感受到美吗?”

### C 工作所需,加强联络

在广告行业工作的小伙子小徐告诉记者,他经常出差,参加的活动也多,有时还和名人一起出席活动,晒自己的照片,更多是出于和客户联络的角度,“我的所有客户都在我的朋友圈里,经常晒晒自己,讲讲高兴的、出糗的事,也是让大家更了解我,对我的工作也很有好处。”

### D 记录心情,抒发感受

帅哥小李是个飞行员,他喜欢自拍,是因为周围朋友都对他的工作、生活感兴趣。“可能是我的工作有点神秘感吧,我随便发张照片,说说心情什么的,回复就几十个。”平时跟父母电话联络不多,小李说他的微信也是爸妈了解他行程的渠道。

## “剪刀石头布”获胜策略究竟意义何在?

最近,“剪刀石头布”的话题在持续升温。一则我国科学家所做的关于剪刀石头布策略的研究引发诸多网友热议,不少人调侃“没帮助”,也有人怀疑该研究的价值。研究作者在论文中称所发现的“赢家留,输家变”的策略可以带来更多人类决策模式的研究,而未参与该论文的多位科研人员则肯定了从人类认知角度研究剪刀石头布这一方向,但并不认可该研究的结论。你怎么看?

这个关于“剪刀石头布”策略的研究由来自浙江大学、浙江工商大学和中科院理论物理研究所的科研人员所做。根据该研究论文,玩家往往倾向于采用上一轮赢了策略,而导致其输了的策略,玩家往往会在下一轮中更换。比如,

一个人上一轮比赛出了石头赢了,其下一轮会倾向于再用石头,而如果其用石头输了,下一轮可能会选择换布或者剪刀。剪刀石头布的获胜策略由此得出:如果你的对手前一轮用石头打败了你,那你这一轮可以选择用布;如果你的对手前一轮出石头输了,那你可以针对其此轮可能会出的剪刀或布,给出相应的克制招。

北大数学科学学院一名不愿意透露姓名的教授表示,这个研究更多是人类行为、思维惯性的研究,只有在人的因素明确的情况下才能引入数学模型。其表示,从剪刀石头布出发来研究博弈论等问题,研究思路是可以的,但关键是,如果建立一个数学模型的话,需要将人的习惯、心理等各种主观因素合理

地纳入到数学模型中,才能进行讨论。他认为,从目前研究的内容来看,其建立的数学模型并没有完全将人的独立因素排除在外。

在北京工作的一位博弈论和人类行为研究分析师尼尔斯·菲尔表示,博弈论是很重要的研究,其最主要需要突破的问题是如何判断认知偏见是怎样影响人决策的。他认为,这次研究的假设没有问题,即人在玩剪刀石头布的同时,带有“认知偏见”——往往会重复自己赢了策略。而从研究角度说,“认知偏见”是有价值和意义的,“剪刀石头布”之外,聪明的做市场的人利用认知偏见来影响消费者行为,或操纵人们的感受”。但是他认为,研究本身并没能很好地验证这个假设。 据《新京报》

## 穿青人

56个民族之外的“穿青人”民族获认可

四川眉山,穿青人,56个民族之外的族群,多数人连听都没听说过。资料显示,从1953年第一次人口普查确认民族成分开始,穿青人这个是否属于汉族身份的问题,一直存在于被承认和被否认之间。近日,嫁到丹棱县杨场镇黄庙村4组的穿青人郭丹欣喜若狂,她接到了杨场镇派出所民警的电话,期待已久的身份证马上可以拿到手了,而且“穿青人”三个字终于写在了身份证的民族一栏里。

穿青族(也叫青族、川青族),是一个主要分布在贵州黔西北地区,人员相对集中的少数民族。由于多次考察所遗留的疑问,穿青族暂不在我国56个民族中,其身份证上所注民族为“穿青人”。穿青人现分布于贵州省西部的毕节地区、安顺市、六盘水市、黔西南、黔南五个地区、州、市所属二十多个县,人数约六十七万人(第五次全国人口普查的数据)。 据中国广播网