# 不要在办公室起腻 办公室恋情

来源：网络 作者：落霞与孤鹜齐 更新时间：2025-04-14

*满街都在争说办公室恋情。怎么办啊，如何预防啊，好像办公室真是爱情的温床，爱情在其中像春草一样疯长。 我当然不敢说办公室恋情是没有的。不过，就我目力所及，真没怎么见过办公室恋情，倒是常常见识办公室起腻。 起腻是北京话。准确的名词解释不容易找，...*

满街都在争说办公室恋情。怎么办啊，如何预防啊，好像办公室真是爱情的温床，爱情在其中像春草一样疯长。

我当然不敢说办公室恋情是没有的。不过，就我目力所及，真没怎么见过办公室恋情，倒是常常见识办公室起腻。

起腻是北京话。准确的名词解释不容易找，似乎是取“起”字的建立之意，取“腻”字的黏糊之意，大约是建立一种黏黏糊糊的、故示亲昵的关系。“故示”两个字很重要。真的亲昵，可能就成其为所谓办公室恋情了，故示，是让关系显得比实际的样子要黏糊一些，不清不楚一些。例如在众目睽睽之下，以倾诉衷肠的口气说：“我会想你的”，以及此类影视剧常用对白。果真如此，早找没人的地方执手唏嘘去了，谁耐烦在这儿热辣出演。说的人作情深款款状，众听者无不跟着哄乐，起腻呗。

起腻之所以容易在办公室发生，而不是在工地，是因为大家都受过相对高的教育，会掌握分寸，遣词用句止于“雅谑”，听上去不至于像“流氓”。那些无伤大雅的玩笑，尽量迷离的眼波，温文尔雅的调情，基本停留于打情骂俏阶段。据说这可以调剂工作情绪，属于“男女搭配，干活不累”中的技术手段之一。

在男人，或许是。女人就比较为难，因为不能急，羞涩和翻脸都会显得你特当真，傻大姐一样。人家分明是开玩笑，偏你给根棒槌就认针(真)，显得智商低下。不翻脸，笑纳了，又好像太随便，不够三贞九烈。在职业场上，智商低是大忌，所以女人多半只好两害相权，取其轻。要当职业人，就不能太腼腆。

更要命的是，女性对起腻的忍耐和容让，很多时候居然被男人自我感觉良好地认为是“喜欢”，自鸣得意，进而变本加厉地起腻。也许真的有女人喜欢这种起腻，把它假想成一种倾心或追求而满足而得意，但应该是百不有一——大家一路考试公平竞争上来的，哪里就那么容易找着傻到这个份儿上的?

不过，职业女性应对办公室起腻，方法确实有限。在不翻脸的前提下，无非两种：一是面部保持微笑，视而不见听而不闻，眼观鼻鼻观口口观心，只当入定。当然这会显得比较木讷;一是兵来将挡水来土掩，参与游戏，看谁先吓跑谁。那需要个性豪放，经验老到，浑不吝。

办公室起腻的心理渊源，颇不可考。我猜，和虚荣心有关。把女同事叫成美女，不是花瓶也像花瓶，是不是可以令男性获取更多职业上的优越感?当他跟自己强调你是靠脸蛋混的时候，才有把握居高临下。

再就是追求亲似一家的效果，幽默不好瞎幽默，以为起腻可以显得风流倜傥平易可亲，忘了还有所谓“画虎不成反类犬”。

还有一个原因，恕我妄揣——这个世界再没有三妻四妾的机会，真的穿梭在老婆和情人之间，又辛苦至极。女同事是距离最近的女性，跟她们有上一点牵丝拉藤的关联，哪怕是假装呢，在自己和众人的想像中有某种发展的可能，属于一种自娱自乐——客气一点，就不说是自慰了。你还可以把认识的女性都想像成自己的三宫六院呢，自己不赫然就成了皇上?过瘾啊，感觉好啊!曾经有过一个心理学流派有理论叫做“假装它是真的”，说充分发挥想像可以补现实之不足，是人自我调节的妙着。办公室起腻，也不过就是“假装它是真的”吧?

明乎此，也就没什么想不通的。优越惯了的男人，面对一个各方面强势都在锐减的社会，是比较难适应的。可恨之人，必有可怜之处。办公室起腻，是一种多么可怜的保持优越感的努力啊，就让着他们一点儿，算了。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！