

我与闺蜜栽进同一个男人的陷阱

倾诉人：欣颖 年龄：25岁 性别：女 职业：公司职员 倾诉方式：抖音 记录整理：晨晓艾

刚大学毕业，我带着青涩懵懂进入一家规模不小的公司。作为职场新人，我对职场规则一窍不通，连基础报表都手忙脚乱，常因细小数据出错反复修改，每天过得小心翼翼，生怕失误被批评、被辞退。这份工作是我投了几十份简历才得到的，承载着我和父母的期盼。

就在手足无措、满心焦虑时，我遇到了比我大六七岁的组长。公司里没人不怕他，他性子急躁、对下属严苛，我曾亲眼见老员工因弄错项目参数，被他当众训斥半个多小时。可他对我的耐心，哪怕我反复问同一个问题，也会放慢语速细致讲解，从未对我红过脸。涉世未深的我，只当运气好遇到好领导，满心感激，愈发努力工作回报他的“照顾”。

职场里的“偏爱”让我深陷暧昧陷阱

他对我的偏爱格外明显，同事偶尔投来异样目光，我却沉浸在被重视的喜悦中。谈重要客户时，他会单独带我，提前告知客户喜好和谈判重点，路上教我谈判技巧，事后逐字逐句帮我复盘纠错，哪怕细微的语气停顿都不放过。

平时他总以布置工作为由叫我去办公室，有时给我带热腾腾的早餐，有时是水果、零食，笑着让我多吃点补身体。远离家乡孤身打拼的我，下班回到空荡荡的出租屋格外孤单，他的这些小举动，像一束暖光照亮了我枯燥的职场生活，让我感受到久违的暖意。

有一次我感冒发烧请假，昏昏沉沉睡了一整天，门铃突然响起，开门竟是他，手里提着保温桶，身上带着寒气，说下班路过放心不下，特意绕路来看我。保温桶

里是他做的小米粥和清淡小菜，他轻声叮嘱我好好休息、多喝粥。那一刻我深受触动，眼泪忍不住掉下来，对他的好感倍增。一来二去，我们氛围变得暧昧，他下班会发消息关心我，加班晚了送我回家，说些暧昧的话。我明知办公室恋情敏感，却控制不住自己，自然而然和他在一起了。

我们不敢声张，在公司装作普通上下级，只敢下班或周末偷偷见面，即便如此，我仍偷偷期待上班，天真地以为这份感情终能走到阳光下。公司里，我和别的部门做行政的小雅很要好，我们团建时相识，兴趣相投、无话不谈，私下常约着逛街吃饭。她会吐槽感情里的小矛盾，我知道她有男友，却从不敢问是谁，也不敢透露我和组长的事，怕影响工作和友情。

我和闺蜜，谈的是同一个男人

一个周末，我和小雅逛街，我包上挂着组长送我的卡通挂件，小雅随口说她对象也有个一模一样的，买了一对。我笑着打趣有缘，完全没多想。后来我们逛累了在奶茶店休息，我说约着各自对象四人聚餐，小雅瞬间犹豫，支支吾吾说她对象也是公司的，不想声张。我心里隐隐不安，追问之下，她拿出手机，我看到照片瞬间懵了——她对象正是我的组长。

我浑身发抖、泪流不止，心里又酸又痛。小雅红着眼哽咽道，他们已谈一年多，她早已憧憬未来，可最近组长总找借口加班、对她冷淡，她从未想过会被背叛。

当晚我们去了小酒馆，小雅边喝边哭，吐槽自己的愚蠢，我反复道歉，说自己毫不知情，心里满是委屈和愧疚。我们聊了一整夜、哭了一整夜，只剩同病相怜的心疼。

当晚，组长冷漠地给小雅发了分手消息，毫无愧疚。我把他设为免打扰，刻意躲着他，可他总找机会凑过来：我加班他送宵夜，应酬帮我挡酒，一次酒后还强行拉着我，红着眼说早就想和小雅分手，对我才是真心的，求我再给一次机会。我对他仍有感情，看着他痛苦的样子，心里防线慢慢松动，最终还是和他复合了。

最后，我们一起揭穿了他

复合后我满心愧疚，不敢联系小雅，可越怕越出事。一天晚上，组长加班时急着让我送“客户急需”的文件去他家，我匆匆赶去，却看见小雅拿着备用钥匙站在门口，眼神冰冷。我羞愧得无地自容，反复道歉，小雅却只平静地说：“他怎么对我的，后面就会怎么对你，你好自为之。”于是转身就走。后来我才知道，他叫我过去，只是怕碰面，所以把我当挡箭牌。

很快，我们的恋情被举报，领导谈话时，组长竟把所有责任推给我，说我主动纠缠他。下楼后，他先哄我离职，说会养我，见我不同意，就威胁我说他是老员工，公司会保他，逼我主动离职，否则我在行业内难立足。那一刻我彻底清醒，他的温柔全是伪装，我和小雅都只是他的消遣，我当即提交了离职申请。

离职后没多久，小雅给我发来了组长吃项目回扣的证据，说本想给他留后路，可他做得太过分，不想让他继续逍遥。我们一起整理材料，举报到公司总部，最终组长被开除，相关责任也被追究。那一刻，我只有摆脱背叛的解脱。

如今回头看，我特别感谢小雅，她没有记恨我，还帮我看清了真相；我也很愧疚，因自己的懵懂伤害了她。好在我们都挺过来了，关系比以前更好，成了彼此的依靠。愿我们以后都能擦亮眼睛，远离渣男，好好生活、努力工作，做一辈子的好朋友。



情感专家“包包”分析

文中女主的经历，是初入职场者极易陷入的“情感陷阱”，核心是“涉世未深的懵懂+对‘偏爱’的渴望+自我认知不足”，最终在背叛与伤害中完成清醒与成长。女主的核心心理，一是“初入职场的依赖感”，刚毕业的她，孤身一人、职场迷茫，组长的“特殊偏爱”，恰好填补了她的孤独与不安，让她误以为遇到了“救赎”，忽略了这份偏爱背后的异常；二是“恋爱脑式的天真”，被表面的温柔蒙蔽，缺乏对感情的判断力，即便发现被骗，也因残留的感情轻易动摇，陷入自我内耗；三是“愧疚感驱动的成长”，伤害闺蜜的愧疚、被背叛的痛苦，最终促使她清醒，学会拒绝与反击。

女主的幸运，在于闺蜜的包容与并肩，而她自身的成长，也值得肯定。对于有类似经历的人而言，当下最关键的是做好两点：一是“复盘过往，正视自身问题”，承认自己的懵懂与天真，不必过度苛责自己，但要记住这份教训，学会警惕“单方面的特殊偏爱”，尤其是职场中，上下级之间的“过度关怀”，往往藏着私心，需保持边界感；二是“重建自我，专注自身成长”，初入职场，感情不应是重心，应专注于提升专业能力，建立独立的自我认知，不依附他人的关怀获得安全感，学会分辨真心与伪装，不轻易投入一段模糊不清的感情。

此外，要珍惜身边的真心朋友，遭遇背叛时，不要独自硬扛，真诚的道歉与沟通，往往能化解矛盾，获得并肩前行的力量。往后，既要保持对生活的热爱，也要带着教训清醒前行，不卑不亢，不慌不忙，在成长中学会爱自己，在清醒中遇见更好的感情。

