

# 职场女人哭吧哭吧不是罪

翻译 / 胜一

姑娘们，在巨大的工作压力面前，或是因为遭遇失败而万分沮丧时，你是否有忍不住想要流泪的冲动？如果关起门来，一切都会变得简单；但如果你没控制得住情绪，在办公室里痛哭——在大多数人的职场逻辑里，这就是懦弱和没有能力的表现。

然而，职场里的眼泪真的有罪吗？如同放声大笑和欢呼雀跃一样，哭泣无非是一种意想不到的情绪表达——鄙视他人在工作中哭泣，也属于一种歧视。是时候重拾敢于在公众场合落泪的传统了。



## 41% 的女性员工曾在工作期间哭泣

10年前，当美国哥伦比亚广播公司总裁将通讯记者米卡·布热津斯基(Mika Brzezinski)开除时，米卡泪洒当场。之后她对自己的举止有些后悔。两年前她在接受美国《赫芬顿邮报》采访时说：“当时我只是眼泪多得没地方放而已。无论如何，哭泣会让人显得脆弱。”

该报采访了15位曾因在工作中哭泣而受人关注的女性，她们中的大多数人或多或少地表达了悔意。美国女童子军前首席执行官弗朗西斯·赫塞尔本(Frances Hesselbein)则更直接，她说：“眼泪应该留在家里。”

这种对职场人在工作中哭泣的普遍轻视，是一种奇怪的现象，因为哭泣本身并不存在任何错误。在过去的

几个世纪中，成年人在大庭广众之下哭泣甚至是值得庆贺的事。跟软弱屈服不沾边，人们给予伤心落泪的男士的，往往是深深的敬意，即使对泣不成声的国会议员也是如此。

在工作场合，如同狂笑和欢呼雀跃一样，哭泣无非是另外一种意想不到的情绪表达。但不同于前两者，哭泣是消极的情绪，更容易引起人们的注意。

在办公室哭泣这种被认为不体面的行为，也更多被认为是女员工而非男员工的问题，因为女性比男性落泪的次数更多。在去年的一项涉及700人的调查中，《职场情绪管理》一书的作者安妮·克里默(Anne Kreamer)发现，41%的女性员工承认曾在工

作期间哭过，而男性的这一数据仅为9%。

对于原因的部分解释是，两性激素分泌不同：男性产生了更多的睾酮，它有抑制眼泪的作用；而女性的催产素刺激产生了更多的眼泪。解剖学也找到了一些原因，男性比女性的泪腺大，眼泪能被更多地留在眼内，而不是夺眶而出。

何种场景更容易让人流泪？女性的看法其实不尽相同，让她们流泪的往往不是悲伤本身。相反，正如荷兰蒂尔堡大学心理学家埃德·温格霍茨教授(Ad Vingerhoets，同时也是著名的哭泣研究专家)写的那样，“孤立无援、绝望和对现实的无能为力”，才会让她们更容易落泪。

## 让职场中的泪水正常化：别再躲进厕所流泪

当女性遭遇困境时，表现出愤怒情绪恐怕对其不利。研究发现，相较于易怒的女性，暴脾气的男性往往被认为理应获得更高的地位和更高的工资，工作中他们也会做得更好。

温格霍茨教授指出，正因如此，女性在职场中时常会感到无助，“她们开始哭泣，而此时男性倾向于咒骂或做出其他愤怒的反应”。

所有研究都表明，如果女职员遇到令人沮丧的状况，比如项目被取消了，她的反应很可能是，“好吧，让我自己哭一小下，然后继续工作”，而不是为此咆哮或叫嚷。但要小心这样的反应，即便女性在社交中和生物学上更容易掉泪，她们在工作中哭泣仍会给人以不得体的印象——比男性哭泣更为不得体。

美国加州大学戴维斯分校的管理学教授金伯莉·艾尔斯巴赫(Kimberly Elsbach)，从进修工商管理硕士课程的“商业女性”中招募了65人，询问她们在工作中哭泣的次数，以及遇到过多少次别人在工作中哭泣的情况。她发现人们更愿意接受他人因为家庭成员去世等个人原因掉眼泪，而

不是因为工作中的糟心事，比如破产等。如果哭泣发生在某人的办公室里，并且很快就过去了，则更容易获得他人的理解。甚至，这种眼泪泛滥的情况还能建立起同事之间的情感纽带。

大多数人告诉艾尔斯巴赫，她们也不想在众人面前哭泣，愿意尝试做点什么止住泪水。常用的办法是掐自己，但其实没有想的那么管用。

在会议或业绩评估期间，爱哭的人会得到负面的评价。人们往往鄙视因工作压力大或意见分歧而哭鼻子的同事。正如曾有人说过：我认为最不该哭的时候，就是当你无法承受来自工作和职场的压力时。假如你处在管理岗位，看到下属因为工作压力大而掉眼泪，你就会想：“好吧，他连当前的工作都无法应付，我怎么给他升职呢？”

艾尔斯巴赫还惊讶于人们经常将在办公室哭泣认为是作秀。她说：“落泪者表示无法自己，周围的人却认为这是有意为之，‘她的工作没能跟上进度，哭是为了得到别人的帮助’。”

艾尔斯巴赫一共收集了110个在工作中哭泣的例子，其中包括100名

女性和10名男性。她发现，相对于女性，人们更认可男性的眼泪。人们对女性的“基本”印象是“更情绪化和缺乏自控力”，而动不动就哭鼻子只是印证了这一印象罢了。

与此同时，男性则被认为是更加坚毅和不易情绪化的，当他们掉泪时，也会以更加克制和深沉的方式。艾尔斯巴赫说，当他们哭泣时，人们更倾向于这样想，“一定发生了什么可怕的事”或“肯定有人做了什么伤害了他们”。男性往往因哭泣而获益，大家会觉得，“眼泪让我和他更亲近了”，“让他更有人情味儿了”。

哭泣同化妆、全职照看孩子等一系列行为一样，遭到了众人的鄙夷，究其原因无非是更多的女性会这样做。看起来唯一的解决方案就是使所有人在工作中的哭泣变得正常化。男人不能因为落泪获得优待，女性也不应担心她们的眼泪会被看作是要手段或无能的表现。如今，职场人正处在各种各样的重压之下，因此不要再躲在厕所里抽噎，或假装落泪是因为过敏。

(原载美国《大西洋月刊》)

游走在法律和道德夹缝的职业“捉奸人”  
专门接待女客户，  
捉奸视频上百份

蹲守，跟踪，偷拍……8年来，调查千人捉奸数百次，见证了无数个家庭分崩离析。尽管目前尚未取得合法身份，但仍然难以阻挡客户源源不断的需求。这些在地下隐秘活动的“捉奸人”，游走在法律和道德的夹缝之间，帮助婚姻中遭受背叛的一方，在这场围城内的战役里扳回一局。当然，他们的收入也是非常可观的，每接一个捉奸的任务，起步价在4万元左右。

调查员的工作，看似时间灵活自由，但背后常常要付出很多艰辛。一旦接单后，调查员的生活作息就要完全跟着被调查者的规律来。调查员们早已习惯了这种漫长的等待，“就像猎人一样，要有足够的耐心，才能等到最后胜利的那一刻。”

有5年从业经历的阿风，已算是团队里经验丰富的“老手”。相比之下，团队负责人翁语(化名)更加资深。2008年前后，在律师朋友的介绍下，翁语开始接手类似的案子，后来成立了“赤色女子调查团队”，专门接待女性客户。

一开始，翁语自己也曾被“丈夫们”的所作所为震撼过，“那时候也会觉得，世界上怎么还有这样的人渣啊”。后来见得多了，她已不再觉得惊讶，因为觉得什么样的人都有，转而认为“这种人渣就得好好收拾才行”。

团队会先核实委托人的身份，并查看对方结婚证，之后翁语会与委托人见面，了解详细情况，征求委托人意见后确定

方案，再安排手下  
的调查员开始行动。  
一般情况下，  
一次行动的价格  
在4万元左右，  
但还需视情况而  
定，如果调

查进展缓  
慢，耗时  
较长，委  
托人也  
会在中  
途追加  
一部分费  
用。

从业的8年  
间，翁语的团队成  
功捉住了数百对出轨  
男女，“平均每年六七  
十对左右吧”。在她的电脑里，存储了上百  
份捉奸视频。“干我们这行的，当然黑白  
两道都要有点朋友。”翁语笑了笑，她并不  
担心这种来自被调查者的所谓威胁。

记者了解到，早在1993年，公安部就已发布通知，明确禁止任何单位和个人开办“民事事务调查所”、“安全事务调查所”等私人侦探所性质的民间机构。

目前网上能查到的很多公司，虽然也都号称是从事调查业务的正规公司，但事实上，按照注册信息来看，他们被允许的营业范围，多为企业管理咨询、知识产权信息咨询等业务，并不包括进行侦探调查。关于最终取得证据的合法性问题，有律师认为，需要区别对待。

(据《京华时报》)

