

是情绪慰藉的“导师”，是职场社交的新媒介，也是追求生活品质的载体

## “工位宠物”治愈打工人

一组Labubu盲盒手办正在电脑显示器旁“站岗”，名为“禁止蕉绿”的水培香蕉在文件堆里“躺平”，活海星在迷你鱼缸里悠闲地当着“派大星”……这些被称为“工位宠物”的小物件，正成为职场人的“新搭子”，成为对抗压力、促进社交的“治愈系神器”。

□融媒体记者 李菁 文/图(除署名外)

### 现象

#### 工位成了“治愈系动植物园”

当下最火的Labubu,Jellycat(英国毛绒玩具品牌)的毛绒盆栽、蔬菜、兔子……市民小文的工位摆满了“宠物”，阵容堪称“豪华”。记者了解到，光是几个毛绒盆景，花费就要数千元，更别提最近价格水涨船高的Labubu了。“工位是除了家之外，每天待最久的地方，把它布置成自己喜欢的样子，能让我心情愉悦，工作起来也更有劲头。”小文说道。

工位上流行的“宠物”有哪些？记者了解到，从最近火到不行的泡泡玛特Labubu，到国内外动漫手办，从不发出噪声、容易饲养的小动物，到绿植、鲜花，办公桌上的“大人玩具”可不少。

6月，市民“王小喵”终于收到了春节后通过预售购买的哪吒和敖丙手办。这对手办，她准备放在办公桌的“C位”。“等了3个多月，虽然当初的期待感有些减退了，但拆开包装看到实物时，那种满足感又回来了。”王小喵兴奋地说。

在“工位宠物”中，潮玩手办是最受欢迎的品类之一。中国社科院财经战略研究院和中国动画学会发布的《中国潮玩与动漫产业发展报告(2024)》数据显示，中国潮玩产业总价值预计2026年将攀升至1101亿元，年均增速超过20%。京东、得物APP的数据则显示，已有60%的成人踏入潮玩的世界，Jellycat、迪士尼等品牌毛绒玩偶、积木玩具的用户需求激增。

“禁止蕉绿”“放青松”“莓有烦恼”“万事不南”等以缓解压力为创意的谐音梗绿植也受到打工人的追捧。“蕉绿”谐音“焦虑”、“青松”呼应“轻松”等，年轻人希望借此能在职场上更顺利一些。市民“小今”购买了一款“禁止蕉绿”，带根的绿色香蕉一共9斤，一到办公室后就收获了来自同事们的热烈围观和“认领”请求。“这个‘上班搭子’既养眼，还能吃，真是一物多用。9斤的香蕉有几十支，同个办公室的同事都各自‘认领’了一只。水培了5天就熟了，味道又香又糯，很好吃。”她笑着说。

活体宠物也成为工位上的“新宠”，记者了解到，目前金鱼、乌龟、海星、寄居蟹、相守蟹等都是热门选择。在线上购物平台，一个名为“新手高性价比”的寄居蟹套餐售价38.9元，月销量已超500份。该套餐包含2只寄居蟹、1个养殖箱及装饰品。“养寄居蟹就像开盲盒，特别有意思。它们会生长蜕皮，成体和幼体的形态完全不同。而且寄居蟹饲养简单，它们不挑食，可以喂食水果粮，省心省力，完全能适应办公室的环境。”



周绿植、玩偶、手办等将工位布置成自己喜欢的样子。(受访者 供图)



▶“放青松”谐音“放轻松”  
(受访者 供图)

### 分析

#### “工位宠物”提供情绪价值

“这些潮玩不仅是装饰品，更像是职场人的‘精神布洛芬’(能够缓解心理压力、带来情绪慰藉)。”王小喵表示，每天工作疲惫时看看这些手办，心情就会好很多。

《2024职场人压力调查报告》显示，近半数职场人正面临“压力山大”的困境，年轻人愿意“为情绪买单”。他们在消费中格外注重“情绪价值”，愿意为能带来心灵慰藉和愉悦放松的商品服务付费，以此疗愈身心。一项情绪经济社会认知度调研显示，过去一年中，超过八成的受访者有过“情绪消费”，中国情绪消费市场规模将突破2万亿元。解压类玩具、谷子消费(二次元周边商品的消费行为)是“情绪消费”的两大主要品类，高达97.34%的消费者认为，这些商品能够起到陪伴和情感共鸣的作用，还能满足社交需求。

带着鲜明个人印记的“工位宠物”，不仅成为职场人的“情绪安抚官”，还让格子间不再千篇一律。在“王小喵”看来，工作必须专业，但工位可以有个性。桌上的潮玩手办和定期更换的应季鲜花，是她向同

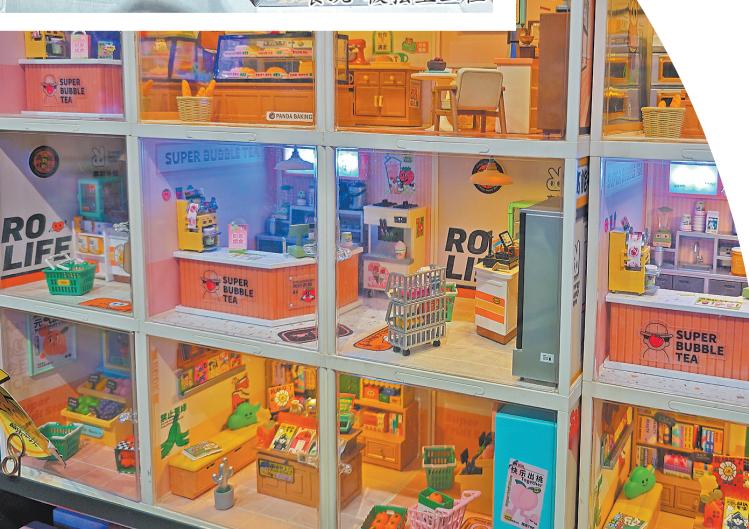
事展现兴趣与审美的“窗口”，是一种个性化的表达。“在遵守规则的同时，我们也要做自己。”王小喵说，对于“90后”和“00后”来说，“工位宠物”是平衡工作与生活的智慧。

“工位宠物”也成了办公室里的“社交神器”。小文的办公桌是公司里最受欢迎的办公桌之一。下班后，同事们常常不自觉地聚在她的工位旁，驻足欣赏她最新入手的“宠物”，戳一戳毛绒龟背竹盆栽的叶子，摸一摸毛绒兔的长耳朵，给Labubu拍拍照，还会和她交流潮玩新品的“情报”。“我的办公桌像个开放式的会客厅，有了这些‘小宠物’，我和同事之间的话题不再只有工作，还能分享一些生活里的小确幸。”小文觉得，围绕“工位宠物”产生的社交，恰好满足了现代职场人轻松社交需求。

“为什么‘工位宠物’会受到欢迎？原因不难理解，随着个体心理的发展，年轻人更关注自己的内心情感的滋养。首先，‘工位宠物’提供了宝贵的情绪价值，在快节奏、高压力的工作环境中，这些小物件就像是情绪‘急救包’。工作疲惫时，看看精致的玩偶、逗逗小鱼、小乌龟，能够放松身心，缓解焦虑。同时，精心布置工位也是年轻人彰显个性的方式。此外，围绕‘工位宠物’，同事间多了交流话题，能拉近彼此距离，增强社交互动，满足了年轻人的社交需求。”心理咨询师蔡晓指出。



“食玩”被摆上工位



微缩景观仿真玩具让人赏心悦目(CFP 图)



寄居蟹也成“工位宠物”(受访者 供图)



泉州元素的“工位宠物”畅销



哪吒手办是今年火热的“工位宠物”(CFP 图)



部分企业允许在办公室里养宠物，活跃办公氛围。(CFP 图)

### 建议 理性看待“工位宠物”

成年人对“工位宠物”的喜爱，反映了当代职场人对情绪价值的重视。不过，这种情感寄托应该适度，过度依赖可能适得其反。

#### 适量提神 过量误事

蔡晓提醒，过度依赖“工位宠物”可能会带来多方面的问题。一、若将情感都寄托在“工位宠物”上，一旦出现玩偶、手办损坏，或小动物生病死亡的情况，可能会陷入焦虑、抑郁等负面情绪。二、“工位宠物”虽能缓解职场压力，但也可能掩盖真正的压力源，让人错失解决问题的时机。三、容易让人陷入消费主义陷阱，特别是盲盒类商品可能诱发非理性消费，造成不必要的经济负担；四、过度装饰可能分散注意力，影响工作效率，影响职业发展。

那么，如何把握好这个度呢？职场人要明确工作是首要任务，控制好对“工位宠物”的关注度，不影响工作。购买“工位宠物”时，应设定合理的消费预算，避免因冲动消费而造成经济压力。更重要的是，要建立多元化的减压方式，丰富社交方式，不要仅依赖“工位宠物”来满足情感需求，可以通过培养运动、阅读等兴趣爱好，下载减压视频、歌曲，参加社交活动，多途径获取快乐与满足。

“‘工作宠物’就像咖啡，适量能提神，过量反而误事。我们应保持理性，让它们真正成为提升工作效率和生活质量的助力，而非新的负担。”蔡晓说。

#### 快乐无价 但别花出天价

随着Labubu爆火，手办、玩偶等“工位宠物”盲盒也在职场掀起新一轮消费热潮。

日前，多地市场监管部门发布消费提醒，呼吁消费者理性对待。

“工位宠物”盲盒的本质是装饰性商品，是一种娱乐性消费。商家常以“隐藏款”“限量版”制造稀缺感，利用“未知惊喜”刺激购买。消费者需明确其非生活必需品属性，勿因“集齐全套”的收藏情结或职场社交跟风心理高价购入，更不可抱着“必中稀有款”的投机心态，避免支付超额溢价。

市民应规划消费预算，防范沉没风险，结合自身经济状况划定每周或每月金额上限，避免“集邮式”盲目囤货。盲盒消费虽能缓解工作压力，但职场人需防止因“赌徒心态”陷入高频次、大额消费，确保娱乐消费不影响日常开支。

购买前，务必查看商品种类、款式数量、抽选概率及投放数量等关键信息，对未明确标注概率或使用“超高概率”“必中”等模糊宣传语的商家保持警惕。优先选择品牌官方门店、授权网店或证照齐全的实体店，二手交易需通过正规平台，拒绝流动摊贩或私下交易，避免因渠道不正规导致售后无保障。

拆封后，应第一时间检查盲盒商品是否存在破损、污渍、零件缺失或功能故障，核对实物与宣传图是否一致，拒绝“三无”产品。同时，保存好订单截图、支付记录、商品包装及实物照片，二手交易需保留沟通记录与物流信息。因盲盒拆封后通常不适用“七日无理由退货”，若遇质量问题或虚假宣传，可凭凭证向市场监管部门投诉维权。

### 相关新闻

#### “和宠物一起上班”成为新型职场福利

这一届年轻人，不仅迷上了“工位宠物”，还有“玩”得更大的，在办公室里养起了“大宠物”。

2021年以来，杭州就有多家企业流行办公室养宠物，“和宠物一起上班”成为新型职场福利。位于钱塘江边CBD的墨西哥中国中心，将流浪狗“幸福”培养成“首席安抚官”。这只由公司创始人收养的杰克罗素梗，每天陪着员工上班，甚至参与国际会议，还会“旁听”国际会议，被称为“首席安抚官”，帮助员工缓解职场压力。另外杭州一家IT公司则把从天花板上掉下的灰色小野猫当成“团宠”，养猫费用由公司承担。西溪湿地附近的一家金融公司把法国斗牛犬、泰迪等当成了“共享宠物”。

青岛上哈网络科技有限公司推出“办公室萌宠代养”计划。公司购入了两只猫咪，由运营部门员工签署协议代养，公司每月补贴500元。此外，员工也可自带宠物上班，享受同等补贴。

上海部分文创园区也纷纷推出携宠上班政策。大宁德必易园自2012年开园就支持客户带宠物上班，吸引了众多年轻公司入驻，园区还在草坪设免费便纸箱。2023年，更是引入羊驼、梅花鹿等“园宠”供互动。

据悉，目前部分允许在办公室里养宠的企业还制定了疫苗接种、活动区域限制等规定。“团宠”不仅能缓解员工压力，提升工作效率，还能让办公氛围更活跃，增加员工之间的互动。如果有合作方上门，它们还可能成为促成合作的“润滑剂”。

(李菁 整理)