

问题：该怎么拒绝自己不喜欢的好男生？把伤害降到最低？

题目描述：他很好，各方面条件都很优秀，很温柔，很体贴，对我也很用心，我们也聊得来。但我对他没有异性之间的那种感觉，做朋友刚好。不想伤害他，该怎么拒绝比较好？

感谢大家的回答，我想解释一下“刚刚好”这个词的意思：我说的做朋友刚好是因为我们很聊得来，有很多共同话题，我很怕他对我好，每次他对我超出朋友的体贴其实都让我诚惶诚恐，我不怕他停止对我好，但我怕他不找我聊天不跟我联系了。我希望他还能陪我聊电影，但是不必约我吃饭，不必关心我下雨天出门是否带伞。他感情上的付出我可能无法弥补，但对于之前的几次吃饭看电影，我也在想送点礼物还给他。

第一，对对方屏蔽你的日程安排。

第二，避免对方了解你现在关注的事务。

第三，不和对方讨论自己的人际关系。

第四，不要谈论自己的人生理想。

这不会妨碍你们谈天文地理政治人文科学艺术。

其实这是成年人之间的常态，陌生人知道这些信息是极端不正常的。

无知迷雾是最好的防护。

如果你兴高采烈向人透露这些信息，就等于在许可对方做进一步的尝试。

每一个知道你什么时候空闲可以约吃饭的人，都在客观上拥有你的追求许可。

看清楚，“客观上”。

“客观上”的意思是——说“我没这个意思”没有意义。

---

下面这部分是针对恶性关系的。

如果你是打算让一段关系直接冷却，那么就不要再飞速的查看对方的消息，飞快的情绪激动的回复，回复也不要超出“礼貌标准回复”的范围。没人能对总是隔天才回复简单礼貌回答的人长期保持兴趣。但是人往往能对激烈对抗的人长期跟踪关注。

第二个办法，是跟父母谈论这个困扰。由父母出面直接打给对方，表示自己反对这个关系。

不成熟的人往往很难面对对方家长的强烈而明确的反对。尤其是你自己又没坚定站在 ta 那边。ta 就算再怎么得偿所愿，将来必定是要面对你的父母。父母一开始就把话送到了“我们看得到 ta 很受困扰，我们不希望这样的状况继续下去，感谢你对 ta 的在意，但请你不要再继续联系我们家 xxx，谢谢”这个份上，对方就无法再强撑“深情”了。

对方的父母已经直接站出来反对，对方自己也没站在你这边，如果继续强行坚持，至少不能再自称自己是“出于爱”了，无法再自我正义化 (justify)。

这可能会导致对方移恨你的父母，但这至少分摊了集中在你一个人身上的恨意。

在很多情况下——你自己要注意，这并非父母的当然义务——父母是愿意为你分担这种仇恨的。如果真的有即将射向你的子弹，而 ta 们有机会选择，相当部分的父母们会选挡在你前面。ta 们会宁肯去恨自己，而少恨一点你。

而且 ta 们比你想象的强大很多。

编辑于 2021-05-23

<https://www.zhihu.com/answer/1486294142>



评论区：

Q: 不要向自己不感兴趣的人展露自己，这是标准的隔绝起手式，即“不要被看见”。

A: 这的确是上策。

B: 可是我们是同学怎么办？我得拿奖学金，我得被老师看见！

B: 其实你可以先确定清楚【看见】的真实含义，并不是单纯的物理上的“看得见”，他是你的同班同学，当然会经常看见你，但你不用担心这种物理的看见，你需要做的是，用上述四点去制造【合理的距离感】，有了这份距离感，对方也能明显感觉到想和你进一步展开点什么会非常困难，于是达成【知难而退】的效果。

物理上的“看得见”是改变不了的，试着改变【亲密关系】上的距离，你把距离感做到位，对方自然就“看不见”那个私密的你了。

---

Q: 这回几乎要算“答非所问”了啊，按问题描述，当事人被请吃饭看电影陪聊天可都是接受了的，也承认对方感情上物质上有各种不对等的付出，根本就不存在“无意的允许”啊

A: 看电影吃饭聊天根本无足轻重

Q: 大段时间二人独处，且一直由一方买单，按一般理解就是绿灯大开了吧？我认为到这个程度就不存在“无意识允许”的解读可能性了。

A: 无法一概而论，自己把握

---

Q: 对方把敷衍式的聊天都当做暧昧该如何是好

B: 逐渐拉开回复时间间隔，从一天到三天五天七天。

---

Q: 看情况吧，如果都照做，那岂不是个异性朋友都没有了

A: 恰恰相反，只有这样你才会得到朋友。

不这样做得到的不是朋友可难说的很

B: 为什么这样说呢[发呆][发呆]，真正的朋友定义如何呢

C: 不这样做，很可能他们只是看你有利可图

D: 真正的朋友 <https://www.zhihu.com/answer/2783626399>

---

Q: 同性适用吗（不是同性恋），就是室友同学之类的

A: 对谁都适用啊。这本来就该是一视同仁的

---

Q: 提问，如果对方谈论自己的这四条并在之后询问你的情况，应该怎样拒绝而不使气氛变得尴尬呢？或者说应该在一开始就打断对方的叙述？这样似乎有些不近人情呀

A: “瞎忙，没有啥确切的计划”

---

Q: 换句话说，如果想和某异性接近，可以去了解 ta 的日程安排、近期关注点、人际关系、人生理想，是不是？

再换句话说，如果有异性愿意和我分享 ta 的日程安排、近期关注点、人际关系、人生理想，就说明我有进一步的可能？

A: 不。

恰恰相反，完全不要去了解这些信息。

这些东西只有对方自己告诉你的你才要知道。

哪怕是因为工作等原因自然知道的，也要在私人交往时当作不知道。

---

Q: 那延伸出镜像问题，我是不是该大概根据这四点去追求女生呢

A: 不能，除非对方三十岁以上有丰富经验（于是不可能出于无知）

---

Q: 前四条简称冷暴力

A: 把别人的合法自由称为对自己的暴力，这本身是一种暴力。

---

更新于 2023/4/5