

# 语音剧脚本 - 夜灯下的温柔守护

Souris Ray

著于 2025 年 7 月

绿色表示环境音

蓝色表示表演笔记

红色代表主人公

颜色采用无障碍调色板 Paul Tol's Muted。

**标签：**职场治愈、小组长、加班陪伴、暗恋暖流、细腻温情

**背景：**夜深的办公楼里，只剩下观众还在埋头工作。你发现后决定留下陪伴，在这个安静的夜晚，你用最温柔克制的方式表达着关心。这是一个关于默默守护与温暖陪伴的治愈故事。

## 夜晚办公室 - 安静的加班时光

### 温和关切的发现

【键盘敲击声，偶尔停顿，空调低频运转声】

你

咦？怎么还有人在……

【声音轻柔，带着一丝意外和关切】

【轻缓的脚步声，渐近】

是你啊。现在都快九点半了，你怎么还在公司？

【停顿，似乎在观察对方的工作状态】

【椅子轻微转动声，纸张翻动】

看起来……是那个月底报表还没做完吗？我记得今天下午你好像遇到了一些数据统计的问题。

【语调温和耐心，没有任何责备的意思】

【轻柔的叹息声，夹杂着理解】

唉，我知道，这个项目确实挺复杂的。数据量大，而且各个部门的统计方法还不太统一，是不是卡在这里了？

【声音中透露出想要帮助但又不想显得突兀的小心翼翼】

【远处传来电梯运行声，更显办公室的安静】

你看，整栋楼就剩下我们了。保安大叔刚才还问我是不是忘记什么东西了呢。

【轻松的语调，试图缓解气氛】

## 内心挣扎与决定

【脚步声轻移，似乎准备离开又停下】

你

我……我本来是准备走的。东西都收拾好了，车钥匙也拿在手里了。

【声音中有一丝犹豫和自我坦白】

【钥匙轻微碰撞声】

但是看到你还在这里，一个人对着电脑……说不担心是假的。

【语调变得更加轻柔，带着真诚的关切】

【椅子移动声，似乎坐了下来】

这样吧，我也不急着回去。家里就我一个人，回去也是刷手机。

【语调自然，但透露出想要陪伴的心意】

【轻微的衣物摩擦声，重新安顿的声音】

不如我在这里陪你一会儿？不是要监督你工作啊。

【连忙解释，语调中带着一丝紧张和可爱】

就是……有个人在旁边，总比一个人加班要好一些。

【声音温和坚定，已经做出了决定】

## 温柔的试探与安排

【轻柔的脚步声，走向茶水间方向】

你

你先忙你的，我去给你倒杯热水。刚才路过的时候看到你的杯子是空的。

【烧水壶启动声，倒水声】

对了，你吃晚饭了吗？我记得今天没有在食堂看到你。

【关切中带着一丝担忧】

【脚步声返回，水杯轻放在桌上的声音】

水温刚刚好，不会烫到。

【椅子轻微移动，似乎在调整距离】

如果你不介意的话，我就在这边的位置坐一会儿。

【征求同意的温和语调】

【轻微的空空调节声】

空调是不是有点凉？我调高一度。夜里温度本来就低，再加上大楼里人少，确实会觉得冷。

【自然的关心，语调中透露出想要为对方创造舒适环境的心意】

## 默契的陪伴开始

【轻柔的翻页声，偶尔的笔记声】

你

你继续专心工作吧，我就在这里看看资料。刚好趁这个时间整理一下明天的工作安排。

【语调轻松自然，为对方减轻心理负担】

【远处夜风轻拂窗户的声音】

夜晚的办公室还挺安静的，没有白天那些嘈杂声。说实话，这样的环境反而更容易集中注意力。

【偶尔传来的车辆声，更显夜晚的宁静】

不过你也别给自己太大压力。这个报表虽然重要，但身体更重要。如果今天实在做不完，明天我可以帮你向上级说明情况。

【键盘声渐渐恢复，伴随着安心的工作氛围】

【声音中充满温暖的守护感】

就这样，我们各自忙各自的。你有什么需要随时叫我，我就在这里。

【安静的共处氛围音效，键盘声、翻页声交织】

## 温馨共处的夜晚时光

### 细心的工作协助

【安静的键盘声持续了一段时间，偶尔停顿】

你

看你刚才皱眉的样子，是不是遇到什么难题了？

【观察细致，语调关切而不突兀】

【椅子轻微移动声，似乎稍微靠近了一些】

嗯……我看看。哦，是这个跨部门的数据统计对吧？我之前也遇到过类似的问题。

【理解的语调，准备提供帮助】

是这里，财务部和市场部的数据统计方法不一样，需要先进行标准化处理。我这里有个模板……

【耐心解释，声音中透露出专业和温和】

【键盘敲击声，操作演示的音效】

这样调整一下公式，数据就能完美对接了。你试试这个方法。

【轻松的语调，为对方解决问题后的小小成就感】

对，就是这样！你学得真快。你的思路是对的，就是这个小细节的问题。

【温和的鼓励，语调中透露出对对方能力的认可】

### 贴心的生活关怀

【脚步声轻缓离开，向茶水间走去】

你

工作了这么久，先休息一下吧。我去给你冲杯茶。

【温和的建议，语调自然但不容拒绝】

【烧水壶启动声，水流声，轻微的冲泡声响】

记得你平时喜欢喝柠檬蜂蜜茶，我特意用温水冲的，不会太烫。柠檬的香味应该能帮你缓解疲劳。

【脚步声返回，杯子轻放桌上】

温度刚好，我凉了一会儿。还有这个……

【轻微包装袋声响】

是我今天下午买的小饼干，你现在看起来需要补充一点能量。

【自然的分享，语调中透露出对对方的特别关心】

【椅子移动声，重新坐下】

你继续工作吧，我就在这里陪着。对了，如果眼睛累了记得看看远处，或者闭眼休息一下。

【贴心提醒，语调像在照顾重要的人】

## 默契的理解与支持

【远处传来夜雨轻敲窗户的声音】

你

听，下雨了。幸好我们在室内，不然回家就麻烦了。

【轻松的闲聊，缓解工作压力】

【雨声渐强，营造更加温馨的室内氛围】

虽然有点扫兴，但这样的雨夜最适合静下心来做事情了。外面的世界仿佛都安静下来了。

【键盘声再次响起，伴随着雨声】

你知道吗？看到你这么认真工作的样子，我也会不自觉地想要更努力一些。

【真诚的感慨，透露出对对方的欣赏】

【轻微的停顿，似乎在考虑是否该说出心里话】

有时候我在想，能和这样负责任的同事一起工作，真的是一件很幸运的事情。

【克制的情感表达，语调温暖但立刻收敛】

【轻咳声，转移话题】

咳……我是说，从专业角度来讲，你的工作态度真的很让人佩服。

【略显紧张的补救，可爱的小慌乱】

## 渐进的亲密时光

【工作节奏放缓，氛围变得更加轻松】

你

看起来进度不错，最难的部分已经搞定了。你觉得累吗？要不要伸展一下？

【关心的询问，语调轻柔】

【椅子转动声，身体活动的轻微声响】

长时间盯着屏幕确实对眼睛不好。我教你一个小方法……

看远处那栋大楼的楼顶，专注看十秒钟，然后闭眼休息。这样能放松眼部肌肉。

【耐心指导，语调中带着想要照顾对方的温柔】

【安静的共同休息时间，只有雨声和空调声】

对，就是这样。感觉怎么样？眼睛是不是舒服一些了？

【关切的询问，声音近在咫尺】

你的肩膀看起来有点紧张，是不是坐姿保持太久了？我帮你调整一下椅子高度……

【椅子调节声，很轻很小心】

这样应该会舒服一些。工作重要，但也要好好照顾自己啊。

【温和的叮嘱，语调中满含关怀】

## 深夜的温暖守护

【工作声音逐渐减少，整理文件的声音】

【真心的赞美，语调中透露出骄傲】

你

看起来差不多了，只剩下最后的格式调整和检查。你真的很棒，这么复杂的报表都能处理得这么好。

【轻柔的文件整理声】

【声音越来越轻，似乎不小心说出了心里话】

说实话，刚开始看到你一个人对着这堆数据，我还挺担心的。但是看到你一步步解决问题，那种……那种专注的样子……

【短暂的停顿，意识到说得太多】

我的意思是，你的专业能力真的很强。我真的是有幸能够成为你的同事。

【连忙补救，但语调中的温柔无法掩饰】

【夜雨声渐小，办公楼更显安静】

时间过得真快，不知不觉就快十一点了。等会儿下楼的时候，我送你到停车场吧。

【自然的提议，语调温和而坚定】

这么晚了，一个人走夜路总是不太安全。虽然公司这一带治安挺好的，但小心一点总没错。

【体贴的考虑，语调中透露出保护的愿望】

## 归途前的温柔时光

### 工作完成的满足时刻

【最后几下键盘敲击声，保存文件的提示音】

你

终于完成了……看你长舒一口气的样子，是不是很有成就感？

【欣慰的语调，为对方的努力感到骄傲】

【椅子往后靠的声音，放松的叹息】

整整三个多小时，你一直保持着这样的专注度，真的很了不起。

【真心的赞美，语调温暖而真诚】

【轻柔的文件收拾声】

明天把这个报表提交上去，领导一定会很满意的。不过现在，最重要的是……

【故意拖长语调，制造小小的悬念】

【轻笑声】

好好休息。你今天已经做得够多了。

【温和的关怀，像在照顾珍贵的人】

## 收拾离开的不舍

【收拾桌面的轻微声响，物品归位】

你

来，我帮你整理一下桌面。这些资料明天还要用吧？我帮你分类放好。

【主动帮忙的温和语调】

【纸张轻柔的摩擦声，分类整理】

你的工作习惯真的很好，连草稿纸都写得这么工整。我第一次见到有人能把临时笔记都做得像正式文档一样认真。

【细致的观察和发自内心的欣赏】

【轻微的停顿，似乎在凝视什么】

其实……其实我很少这样仔细观察一个人的工作方式。但是和你一起的这几个小时，我发现……

【声音渐小，似乎不经意说出心里话】

【意识到说得太多，轻咳一声】

发现能从同事身上学到很多东西。你的专注力和耐心，都很值得我学习。

【连忙转为工作话题，但语调中的温柔无法掩饰】

【关灯声，办公区域渐暗】

走吧，该下楼了。记得带好你的包，还有这个保温杯……咦，怎么还是满的？

【关心的发现，带着一丝责备的语调】

你刚才光顾着工作，连水都忘记喝了。这样不行啊，要好好照顾自己。

【温和的叮嘱，语调中满含关怀】

## 电梯里的私密时光

【电梯按钮声，下降的轻微震动感】

你

这部电梯晚上开得特别慢，大概是为了节能吧。

【轻松的闲聊，缓解电梯里的安静】

【电梯缓慢运行的背景音】

不过这样也好，不用那么急着结束今天的……今天的工作。

【语调中有一丝不舍，但立刻掩饰过去】

【轻微的衣物摩擦声，似乎在整理外套】

外面的雨停了，但地面应该还是湿的。你开车回去的话，记得小心一点。

【体贴的提醒】



【电梯到达的提示音，门开启声】

还有，如果明天在整理报表的时候遇到什么问题，随时可以来找我。不管是技术问题还是……

【声音渐小，似乎想说更多但又克制住了】

还是工作上的任何事情，我都很愿意帮忙。

【温和的承诺，但语调中透露出更深的关心】

## 停车场的告别

【脚步声在空旷停车场中回响，夜风轻拂】

你

你的车在那边吧？我送你过去。

【自然的提议，脚步声保持在旁边】

【车钥匙轻微的碰撞声】

今天晚上……谢谢你让我陪伴你加班。说起来可能有点奇怪，但是……

【声音变得更加轻柔，带着一丝羞涩】

【停下脚步，环境音更加安静】

但是我觉得这是我最近过得最充实的一个晚上。不是因为完成了什么重要工作，而是因为……

【声音越来越小，似乎在鼓起勇气】

【深呼吸的声音】

因为能够在你需要的时候陪在你身边，这让我觉得……觉得自己是有用的，是被需要的。

【真心话流露，语调温柔而真诚】

【意识到说得太多，轻微的慌张】

我……我不是想给你压力或者什么。我只是想说，作为你的组长，不，作为你的……同事……

【声音有些结巴，努力寻找合适的词汇】

总之，以后如果再遇到这样的情况，不要一个人硬撑。有我在，你不是一个人。

【最终还是回到安全的表达方式，但情感已经传达】

## 温暖的结尾余韵

【车门轻开的声音】

你

好了，上车吧。记得系好安全带，慢点开。

【温和的叮嘱，像在送别重要的人】

【车内轻微的整理声】

到家以后，记得给自己泡个热水澡，早点休息。明天如果觉得累，上午可以稍微晚一点到公司。

【体贴入微的关怀，语调温柔】

【车窗摇下的声音】

还有……今天晚上的事情，不用觉得不好意思。每个人都会遇到需要帮助的时候，这很正常。

【理解和安慰的话语】

【轻微的停顿，似乎在犹豫要不要说出心里话】

而且，能够帮助到你……对我来说，也是一件很开心的事情。

【声音轻得像羽毛，但满含真心】

【车辆启动的声音】

路上小心，明天见。

【最后的告别，语调中带着不舍和期待】

【脚步声渐远，车辆驶离的声音，夜风声渐起】

【轻声自语】

明天……希望还能有机会……好好照顾你。

【自语声渐小，融入夜风中，留下温暖的余韵】