



主持人:红娘婉儿

想接住你的婚恋情绪
也想见证你的美好相逢

婚恋路上,不少单身男女难免遭遇种种困惑:该如何拿捏择偶标准?怎样把握相处边界?面对迟迟未至的缘分又该如何自处?十堰晚报红娘特开设互动话题专栏,邀请专业“婚恋助力团”答疑解惑、分享观点,帮助单身朋友理清婚恋认知,遇见更适合自己的良缘。

大龄青年的硬核择偶清单

删的是条件,守的是真心



在相亲婚恋市场中,一直存在一个颇具争议的现象:年少时,人们向往纯粹爱情、敢为爱奔赴,择偶更偏向理想主义;随着年龄增长、阅历渐深,单身男女的婚恋心态悄然转变,更看重相处契合与现实安稳。

有人认为,年岁渐长愈发通透,褪去年少浮躁,择偶不再苛求完美,更愿意务实包容、适配将就;也有人表示,阅历拓宽眼界、沉淀认知,对伴侣品性、三观契合、婚姻质量的要求更加清晰严苛,择偶反而愈发审慎、挑剔。

年龄越大,择偶究竟是愈发“将就”,还是愈发“挑剔”?本期十堰晚报红娘互动话题,邀你一起探讨:年纪渐长,你的择偶标准是变宽了,还是变高了?

记者 杨天娇



图片由AI生成

清单越删越短,标准越理越清

“我今年36岁了,身边朋友都劝我别太挑剔,差不多就行。可我实在做不到‘差不多’。”一个周五下午,会员陈女士来到十堰晚报红娘工作室,言语间满是无奈。她一身得体职业装,妆容精致,看得出对自身有着较高要求。

填写完问卷后,她从包里拿出一张纸摊在桌上,纸上密密麻麻写满择偶标准。“你看看,这是我以前列出的条件。”陈女士苦笑着说,“本科学历、有房、身高175厘米以上、不抽烟不喝酒、情绪稳

定、孝顺父母、会做饭、热爱旅行……”

十堰晚报红娘问道:“那现在还坚持这些要求吗?”陈女士沉默片刻,摇了摇头:“说实话,不少条件我已经在心里划掉了。比如身高,以前非175厘米不可,如今172厘米也行;住房方面,原先要求全款房,现在有房贷也能接受。”

“那剩下的条件呢?”红娘继续追问。陈女士抿了抿嘴唇:“余下的底线我一条都不愿退让。情绪稳定,这一点绝不妥协;对方真心待我,同样没有商

量余地。”红娘没有急于评判,向她发问:“和过去相比,你觉得自己的要求是变高还是变低了?”纸上的硬性条件划去大半,但留存下来的每一条,她都态度坚定。“表面看标准有所放宽,可内心觉得,更清楚自己想要什么,反而更不愿意将就。”陈女士感慨道。

陈女士的困惑,也是许多三十岁、三十五岁之后单身群体共同的拷问:年岁增长,我们究竟是在降低择偶标准,还是在重新定义择偶标准?

划掉的是条件,留下的是底线

在晚报红娘工作室,红娘婉儿接触过大量类似陈女士的单身会员。她发现一个有趣的现象:不少人口中说着“要求降低了”,深入沟通后会发现,他们只是放宽了可量化的外在条件,对于三观这类内在特质,反而坚守得更加牢固。

“25岁时,很多人择偶优先罗列身高、收入、学历、房、车、家庭背景。”婉儿介绍,而到35岁时,他们会适当放宽条件:住房可以有贷款,收入略低于自己也能接受。与此同时,会新增年轻时不曾看重的要素,如情绪稳定、聊得来、相处轻松。

这究竟算是要求变高还是变低?

婉儿认为都不是,而是择偶标准发生了转变。她分享了一则案例:男会员赵先生从事工程行业工作,自身条件不错。28岁时,他的择偶诉求十分简单,只要外形出众,其他的都可以让步。34岁来到晚报红娘工作室,想法已然改变:“外貌不再是首要考量,对方要能理解我的工作性质,我常年驻外,不能因此频繁产生矛盾。另外,她要有属于自己的生活,不能把我当成生活的全部。”

赵先生删掉了“长相出众”这一条,却新增了相互理解、人格独立的要求。在婉儿看来,这本质上是择偶门槛的提

升:追求的不再是外在看上去般配,而是内在的真正契合。

结合大量相亲案例,婉儿总结:年纪越大的单身者,择偶目标往往越明确,更清楚自身需求,但这并不代表年龄增长就更容易找到合适对象。因为收入、房产、学历等外在条件可以直观衡量,而情绪稳定、是否聊得来、相处不舒服,只能通过实际相处感受。这便是不少大龄单身者的现实处境:标准愈发精准,筛选愈发艰难。他们并非不愿将就,而是体会过将就的滋味,明白低质量的亲密关系,不如高质量的单身。

乍见之欢不如久处不厌

有这样一句话:美好的亲密关系,是久处不厌,闲谈不烦,从不敷衍,绝不怠慢。爱情没有统一答案,但好的感情离不开良性沟通与互相提供情绪价值。择偶固然要考量现实因素,但想要长久相伴,人品、性格、情绪稳定、精神契合格外重要,唯有如此,相处才能轻松不累。

乍见之欢,不如久处不厌。年轻时,人们容易执着于条条框框,过度看重物质外在,容易错过精神同频的人。随着年岁增长,褪去浮华表象,向内看清自己的需求,懂得寻

找真正适合自己的伴侣,这是一种成长。感情冷暖自知,日子终究是过给自己,相处舒服自在远比旁人眼中的般配更为重要。千金易得,知音难觅。择偶无论要求高低,收获幸福才是最终的归宿。

(国家二级心理咨询师杨箫瑟)

晚报红娘
客服微信号