



人间烟火,最盼同心相伴;岁月漫长,只愿有人同行。为搭建高效、温馨的婚恋交友平台,十堰晚报红娘栏目推出“秦男楚女”专属版块。在这里,我们为单身人士提供贴心牵线指引,助力大家结识怀揣真诚婚恋憧憬的异性伴侣。愿每一位期待爱情的单身男女,都能邂逅爱情,不负真心、不负期待。

■记者 杨天娇

晚报红娘
客服微信号

情绪稳定和坦诚沟通 才能让爱情更长久

情感故事

见到周叙的第一眼,便能感受到他是个沉稳内敛的男人。说话不急不躁,眼神温和笃定,笑容干净略带腼腆,自带让人安心的松弛感。今年32岁的他,在十堰一家国企从事技术工作,朝九晚五、双休稳定,生活规律简单,不嗜烟酒、圈子干净纯粹。做事踏实、待人真诚,是长辈眼中“靠得住”的那类年轻人。可优秀沉稳的他迟迟未婚,究其根本,是不愿将就,始终执着于一段情绪稳定、双向良性互动的亲密关系。

周叙并非没有爱过。此前,他曾认真经营过一段长达三年的恋情。前任性格热烈直率、爱憎分明,起初,周叙被这份鲜活真实深深吸引。可相处日久,强烈的情绪波动渐渐席卷了两人的生活。对方心情明媚时热烈似火,情绪低落时却沉默疏离、习惯性冷战。每逢有了分歧矛盾,对方的第一反应不是沟通磨合,而是拉黑回避、刻意消失、拒绝交流。

三年里,周叙耐心哄劝、主动包容,试着冷静沟通、频频让步,一次次努力修复这段关系,可所有付出都如石沉大海,徒劳无功。最让他心力交瘁的,是时刻紧绷的相处状态:永远不知道哪句话会触碰到对方的情绪底线,一言一行都要反复斟酌、小心翼翼。

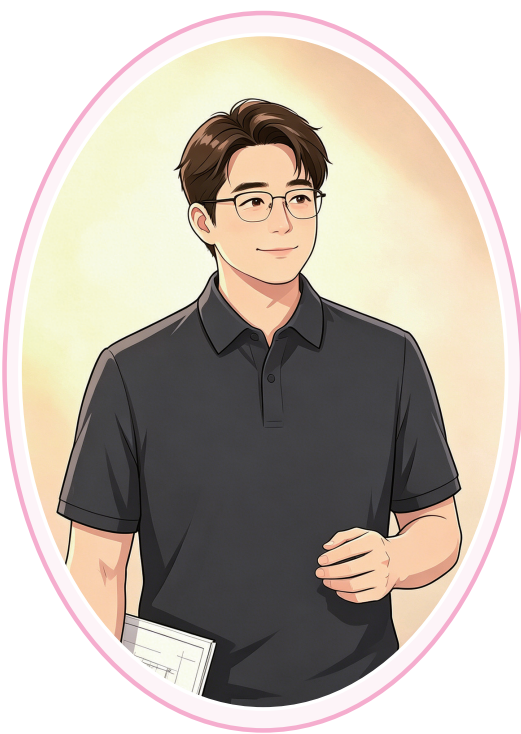
这段本该彼此温暖的感情,最终变成了持续内耗的负担。

“我可以包容情绪,但接受不了反复失控。”周叙坦言,那段感情后期,自己早已身心俱疲。不是不爱了,是不敢再这样爱了。他慢慢意识到,婚姻是数十年的朝夕相守,如果两个人连好好说话都做不到,再深厚的爱意也会消磨殆尽。

分手后,身边不少亲友为他介绍对象,他却始终没有仓促开启新恋情。独处的日子里,他认真梳理过往感情中的遗憾与问题,慢慢厘清了自己内心真正向往的亲密关系模样。

深思熟虑后,他主动找到晚报红娘,清晰笃定地说出了自己的择偶期待,希望能遇见一位情绪稳定、三观契合的伴侣,拥有一段松弛自在、双向包容的良性感情。

人物名片



姓名:周叙(化名)

年龄:32岁

职业:国企工程师

身高:178cm

婚姻状况:未婚

择偶关键词:同城相处、情绪稳定、遇事沟通、拒绝冷暴力



朋友眼中的他

在同事与朋友眼中,周叙是沉稳可靠、情绪稳定的那类人。工作中的他严谨细致、思路清晰,面对突发状况从不慌乱,总能冷静研判、妥善处置,是团队里让人安心的存在。

生活里的周叙温和内敛、待人赤诚。话语不多,但句句实在。朋友遭遇困境,他会默默伸出援手,不张扬、不邀功。日常自律的他,喜欢跑步、阅读、钻研厨艺,将独居生活打理得井井有条。他不热衷社交,但对待身边人却真诚厚道,属于那种“平时互不打扰,遇事一定在场”的朋友。

想找的她

周叙希望未来的另一半,年龄在27至33岁之间,未婚,定居或长期在十堰城区工作生活,有稳定的工作和独立的生活能力。他希望对方品性端正、真诚善良,情绪稳定、心智成熟,遇事愿意沟通,不冷战、不逃避、不情绪化。

他不奢求对方多漂亮、多优秀,但一定要有处理情绪的能力和经营感情的诚意。他希望两个人能好好说话、好好相处,有分歧就沟通,有情绪就表达,而不是用沉默惩罚对方、用冷战消耗感情。他理想的感情,是平淡踏实的:下班后一起做饭、周末一起散步、遇到问题一起面对,谁也不用猜谁的心思,谁也不用小心翼翼地活着。

“经历过情绪风暴的疲惫,我更珍惜平静温柔的相处。”周叙说,他期待的爱情,不是电光火石的激情,而是细水长流的安心。希望能遇见一个情绪稳定、愿意好好说话的人,两个人彼此包容、互相托底,把平凡的日子过成踏实温暖的余生。

婚恋观访谈

记者:你为什么把情绪稳定放在择偶第一位?

周叙:情绪是否稳定,决定一段感情能走多远。热恋期谁都可以温柔体贴,但真正考验人的,是日常相处中的分歧和摩擦。情绪不稳定的人,开心时给你全世界,不开心时却能把最伤人的话砸向你。我不想在婚姻里活得小心翼翼,也不想让孩子在一个充满争吵和冷暴力的环境里长大。对我来说,情绪稳定不是加分项,而是底线。

记者:对你而言,和情绪不稳定的人相处,最大的消耗是什么?

周叙:最消耗的是精力和信任。你永远不知道对方下一秒会怎样,说话要斟酌,做事要试探,连表达自己的真实感受都要犹豫再三。时间久了,你会变得越来越不像自己。感情里最可怕的不是吵架,而是吵完之后没有沟通、只有冷战,问题永远得不到解决。我不想再过那种“猜来猜去”的日子。

记者:面对相亲,你现在的心态是什么样的?

周叙:不着急,也不将就。我清楚自己要什么,也愿意等那个对的人。我不在乎对方的外在条件和家境,我更看重的是两个人能不能好好说话、遇到问题时会不会坐下来沟通解决。我可以包容和付出,但前提是对方也愿意用心经营,而不是把情绪当武器、把冷战当习惯。

(图片由AI生成)