2026年11月24日 星期二
责任编辑：王勇 编辑：封荣娟 版式：肖延辉
十堰晚报



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。

# 相亲多久确定关系最合适？

## 三次相亲经历，她道出节奏之痛：太急吓跑人，太慢耗感情

“红娘，相亲认识，多久确定关系合适？”日前，会员林晓向十堰晚报红娘婉儿道出心中困惑。这是她的第三次相亲，前两段都栽在相处节奏上。

第一次相亲，相识仅一周，男方就急于确定关系、催促见家长。彼此尚不熟悉，频繁施压让她倍感局促，只能拒绝。第二段则走向另一个极端，两人断断续续聊了半年，一直停留在暧昧阶段，最后在拉扯中渐行渐远。

今年9月，经红娘牵线，林晓认识了从事工程设计的陈屿。对方沉稳自律，分寸感强，初次见面交流三观、生活规划，没有急于推进婚事，让林晓觉得相处十分舒服。加微信后二人轻松分享日常，线上聊到第五天，陈屿主动约她线下见面，之后两人保持每周两次见面的频率。相处两三个月，眼看进展顺利，林晓却萌生退意：因为对方始终不肯明确关系，只说“慢慢来”。奔着结婚相亲的她，需要清晰的身份认可，长期模糊的暧昧消耗着她的安全感。

不少相亲者都有着同样的纠结：太快确定关系，担心仓促出错；相处太久迟迟不表态，又害怕陷入无效拉扯，浪费时间和感情。那么，到底什么样的相处节奏才恰到好处？

本期互动话题：相亲认识，多久确定关系最合适？

■记者 杨天娇



图片由AI生成

### 节奏不同步，是相亲里隐形的“拦路虎”

林晓的困惑，也是不少相亲者共同的难题。一段相亲缘分无疾而终，未必是两个人不合适，很多时候，问题出在节奏错位带来的双向消耗：一方急于推进关系，一方还在观望犹豫；一方盼着落定名分，另一方只想停留在当下状态。

婉儿接待过不少有相似遭遇的会员，她发现，节奏失衡大多不是突然发生的，隐患早在第一次约会时就已埋下。“刚相亲时，大家都清楚自己想要什么，可相处一段时间后，有的人放下底线选择将就，有的人却始终不敢说出自己真实期待。”

婉儿说，有的人三五天就仓促确定关系，并非已经充分了解对方，只是畏惧孤单，担心很难再遇见下一个合适的人。这种依靠新鲜感维系的选择，等热度褪去，三观、生活习惯上的矛盾很快就会显现。与之相反，还有人相处三四个月却迟迟不肯表态，不是还在认真考察，而是享受有人陪伴、相约见面的轻松，却不愿承担承诺带来的责任。“真心想和你走向婚姻的人，不会一直让你处在不确定的位置上。”婉儿表示，无论是急于速成，还是无限期拉扯，这种悬而未决的模糊相处，早已背离了相亲原本的意义。

婉儿认为，相亲中有两种误区是很多人容易踩坑的。一部分人觉得相亲奔着结婚就要讲求效率，把快速确立恋爱关系当成诚意，却忽略了感情长久的基础是彼此了解。相亲的高效，在于真诚沟通、互相了解，而非一味赶进度。也有一部分人迟迟不愿表态，嘴上说着再多了解，实则过于谨慎，不敢投入感情，相识三四个月、见面十次以上依旧不给明确答复，很容易让对方误以为自己只是备选。感情本就需要一点勇气，没有人能彻底看透另一个人，只要了解对方性格底色、核心观念、生活习惯，相处融洽、互生好感，就可以确定关系，更深的磨合，完全可以放到恋爱之后，不必在暧昧期无限观望拉扯。

此外，很多人分析相亲的成败，会把原因归于沟通不到位、性格不合，却常常忽略，眼缘也是左右相亲节奏最直观的因素。

婉儿说，当然眼缘并不是只看颜值，它是一种综合性的直观感受，包含外形气质、神态谈吐、举手投足带给人的整体印象。眼缘到位，双向心动，关系就容易快速升温；若是眼缘差那么一口气，哪怕对方硬件条件样样拔尖，两个人也很难跨过朋友那道坎，只能长期停滞在暧昧阶段。

专家点评

### 跟着感觉走

很喜欢这首老歌的歌词：“跟着感觉走，紧抓住梦的手，脚步越来越轻越来越快活，尽情挥洒自己的笑容，爱情会在任何地方留我。”它描述了爱情的滋味，那是一种甜蜜而自在的感觉。

相亲的目的固然是为寻个般配的人，早日进入婚姻殿堂。但没有爱情，只是将就，漫漫人生路又怎能风雨同舟？当新鲜感过去，露出本来面目，为短暂驱赶孤独付出的代价是残酷的。爱情不是快餐，需要用心慢慢体验。越是急躁，越容易错失那个对的人。

每个人带着过往留下的痕迹和原生家庭的烙印，会呈现多种面孔，也具有复杂性。相亲伊始，总想把自己最美好的一面展示给对方。时间长了，很多习性会暴露，脱下伪装的外衣，你才会看清真实的人性。婚姻若想天长地久幸福，取决于人品。在我看来，不必为相亲而相亲，更不必为结婚而结婚。说到底，幸福才是人生正解，结婚不是目的。即便在快节奏的时代，相亲也无需功利，不要给自己定计划，不要明确的时间表，应该跟着感觉走，听从内心的安排，如果遇见对的人，心境到了，相亲几次便可确定，如果没有感觉，哪怕天天见面也枉然。

人生是一种体验，不妨抱着平常心，以交友的目的去相亲，也许有意外收获。当遇见有缘人时，无需有顾虑，跟着感觉走吧！

（国家二级心理咨询师杨箫瑟）

秦男楚女
有情感困惑、交友需求，就找晚报红娘。靠谱交友，就找晚报红娘。
交友热线：13277195200（微信同号）

晚报红娘
客服微信号