

春节假期 单身的你被安排“相亲局”了吗？

□本报记者 红波

“红娘姐姐，我们的婚礼刚刚圆满结束啦！”上周末单身多年的晚报相亲会员 36 岁男生小彭，终于和相恋半年的女生喜结良缘，“婚礼视频是我自己做的，花了一上午的时间。”小彭开心地表示感谢晚报相亲平台一路的陪伴和支持，今年过年终于不用再被家长催婚也不用再参加“相亲局”了，还可以带着新媳妇拜年收红包，加上即将出发的蜜月旅行，想想都期待春节的到来。

临近春节，晚报相亲平台会员好消息不断，不仅有会员报喜领证结婚，也有一些会员赶在春节前确定了恋爱关系。这些朋友自然不用担心春节的到来，但是对于更多还在寻觅爱情的单身男女而言，春节被催婚依然是他们不得不面对的课题。近期晚报红娘就收到不少有关春节被父母安排多场“相亲局”的咨询求助，比如家在邢台市因为工作忙几个月没回家的 33 岁男生小李就发愁地说：“家人已给我发来了相亲安排，春节假期大概要密集见 10 个相亲对象，让我务必要好好重视和对待。”

据《2023 年 Q4 单身人群调研报告》显示，超六成单身青年表示有相亲经历，其中 3.9% 的人表示每周至少相亲约会一次；9.67% 的人每月至少一次；9.94% 的人只要节假日都会有相亲约会的安排。

“我最关心的是有什么办法能有效提高我们相亲的成功率，改善相亲体验呢？”准备回家的小李向晚报红娘咨询春节该如何相亲。对此，晚报红娘表示只需调整心态，找准自己的定位，就能轻松度过这段特殊的相亲时光。

第一，摆正心态，接受相亲，找准自我定位。相亲，不是简单的见面认识，也不是单方面的审视和挑选，而是一个相互尊重相互理解的过程。首先要对自己的条件清晰定位，明确自己的优势和特点，包括外在条件、性格特点、生活习惯、价值观、婚恋观等，明确自己想要寻找的

伴侣类型。同时也要注意个人形象，从衣着打扮到言谈举止，都要展现自信大方的一面。

相亲一次成功的人有，但是不多。每一次相亲，都是了解自己和他人的机会。不要轻易放弃，也不要轻易下结论。给自己和对方足够的时间和空间，去感受那份可能的美好。

第二，学会抓大放小，降低预期。对于相亲对象期待值过高可能会带来失望。很多人会给相亲对象列出条条框框，比如年龄、身高、外貌、职业、收入等，要求相亲对象每一项都要符合。其实符合一两项的大有人在，但每项都符合的完美对象，可能梦里才有。所以你要学会抓大放小，确定对你最重要的是哪一项标准，其他条件可以适当放低要求，否则永远都找不到意中人。

第三，保持真实。在相亲中，最重要的是展现真实的自己。不要刻意隐藏或夸大，让对方认识真实的你。诚实和真诚的交流更容易建立起友好的氛围，也有助于双方更快地了解对方，看清是否有共同的兴趣和价值观。同时，要保持积极开放接纳的心态，相信总会遇到合适的人，也要学会拒绝不合适的人选，不要为了迎合别人而委屈自己。

此外，要主动积极参加家庭聚会、朋友聚会。家庭聚会中经常能遇到优质的对象，因为能够陪父母参加家庭聚会的人，一定孝顺且工作不错，所以不能错过这样的机会。有朋友邀请参加聚会时，也一定不要轻易拒绝，这也是脱单的大好时机。

经济学家韩秀云曾发视频表示春节相亲成功率要比平时更高，因为春节期间父母安排的相亲选择性多，而且父母介入能大大降低相亲对象的选择成本，因为他们过滤掉的单身男女，可能比你一年中接触到的都多。其次是春节时间和平时相比更充足，日常年轻人都忙工作、忙事业，而春节休假期长，假期增加见面机会，有助于相亲成功。



■每年春节假期都是一个相亲高峰期。(资料图片)

总之，过年相亲只是生活中的一小部分，不必对此过于焦虑和紧张。相亲是一种选择，而不是强加于你的责任。不妨将过年相亲视作人生中的一次体验和学习。只要保持着平和的心态，相信你会在相亲中找到更多意想不到的惊喜。

放下标准，放平心态，就当去认识一个陌生人，去了解一个新朋友，你会发现其实脱单也不是什么难事！作为服务石家庄优质单身的公益相亲平台，我们不仅帮助众多优质单身牵线搭桥，还会通过专业心理辅导帮助单身朋友更清晰地认知自己，合理改善择偶需求，更精准地为大家服务。来燕赵晚报找三观相似、学历高素质的单身朋友，更容易“因爱好相遇，因学识相识”。你选择，我牵线，喜欢就把 TA 选出来，让我们一起告别单身！想认识本期推荐的优秀单身，请添加晚报红娘微信 15032136173 或扫二维码咨询。



在北京工作的河北优质单身

北京 01 年 税务局公务员 京户女生

出生年月:2001 年 6 月 身高:170cm

学历:985 大学本科 户口:京户

职业:西城区税务局 公务员

个人自述:未婚,性格文静,孝顺,通情达理,善解人意。

家庭背景:家在河北衡水,母亲教师,父亲从事个体经营,有社保医保,有一个妹妹,县城原生四口和睦之家。

期待的 TA:未婚,1997 年以后出生,身高 175cm 以上,全日制重点本科以上,医生、金融、央企、互联网加分,不限户口,有能力购房(首付),父母有正式工作或者有退休金和医保。

北京 86 年 银行 年薪 50 万元的硕士男生

出生年月:1986 年 5 月 身高:175cm

学历:211 大学硕士研究生

工作单位:北京某银行总行 年薪:50 万元以上

个人自述:未婚,性格开朗,踏实靠谱,爱好音乐、旅游、电影。

家庭背景:非独生子女,房子目前在石家庄,已办理工作居住证,户口等几年可落户北京。老家邢台,父母健康,生活有保障。

爱情观、家庭观:互相尊重、平等和睦,把家庭放在首位。

期待的 TA:最好 33 岁以内,身高 160cm 以上,本科或以上学历,在北京有稳定工作,性格活泼开朗、孝顺父母。

在石家庄工作的优质单身

95 年 在编教师 温和自律的本市女生

出生年月:1995 年 8 月 身高:175cm

学历:本科 职业:小学在编教师

月收入:4000 元 在本市有没有房:有

个人自述:未婚,温和、自律。

家庭背景:本市人,家里有一个姐姐已婚,父母双职工退休。

期待的 TA:1990 年以后出生,身高 178cm 以上,学历本科,工作稳定,家庭和谐,有责任心。

97 年 国企 积极向上有担当的男生

出生年月:1997 年 6 月 身高:178cm

学历:本科 工作单位:国企 技术岗

月收入:10000 元以上

在本市有没有房:有房无贷款

个人自述:未婚,自信善良,积极向上,有担当,爱好打球、旅行。

家庭背景:家在河北省邢台市,姐姐在市医院工作,父母目前在农村,生活有保障。

爱情观:相互包容、相互理解、相互促进,共同成长。

家庭观:努力赚钱,用实际行动投入自己的家庭,创造美好生活。

期待的 TA:1996 年以后出生,身高下限 160cm,学历大专及以上,有稳定正式的工作。

93 年 国企 喜欢美食的 211 硕士女生

出生年月:1993 年 11 月 身高:168cm

学历:211 硕士研究生 工作单位:国企

月收入:9000 元 在本市有没有房:无

个人自述:未婚,开朗活泼,偶尔还有一点可爱,平时喜欢刷刷看电影以及烹饪各种美食。

家庭背景:家庭和睦,邢台人,父母双职工,有退休工资,弟弟在读大学

期待的 TA:1991 年以后出生,身高 174cm 以上,本科或以上学历,有稳定工作,父母双职工。

95 年 私企 有人才绿卡的本市独生子

出生年月:1995 年 5 月 身高:179cm

学历:本科 是否是绿卡人才:是

工作单位:私企 行政岗 月收入:6000 元以上

在本市有没有房:3 套房

个人自述:未婚,积极向上,有责任心事业心,爱好运动、音乐、游泳、健身。

家庭背景:本市独生子,父母国企退休。

期待的 TA:年龄在 28 岁以内,身高 165cm 以上,本科及以上学历,最好本市家庭。

96 年 小学在编教师 本市独生女

出生年月:1996 年 11 月 身高:164cm

学历:本科 职业:小学在编教师

月收入:5000 元

个人自述:未婚,性格开朗阳光,喜欢运动、唱歌、打乒乓球。

家庭背景:本市人,独生女,母亲事业单位,父亲个体经营。

期待的 TA:1994 年以后出生,人品好,性格好,稳重靠谱,工作稳定,最好在编,身高 176cm 以上。

93 年 国企 喜欢骑行的阳光女生

出生年月:1993 年 6 月 身高:160cm

学历:本科 工作单位:国企

月收入:6000 元

在本市有没有房:有(无贷)

兴趣爱好:骑行、爬山,追剧、动漫,喜欢小动物。

家庭背景:邯郸人,父母做小生意,有一个弟弟已婚,原生家庭幸福和睦。

期待的 TA:1989 年以后出生,身高 170cm 及以上,本科及以上学历,工作稳定,人品好,三观正,情绪稳定,踏实上进,为人真诚。

80 年 国企 注册一级建造师男士

出生年月:1980 年 9 月 身高:172cm

学历:本科

职业:国企 建筑项目经理、注册一级建造师

年薪:20 万元以上

在本市有没有房:本市有房 2 套,30 万元车一辆,无贷款。

个人自述:未婚,性格内外皆有,不抽烟,居家传统过日子型,爱好运动、看书、旅游。

期待的 TA:1982 年以后出生,性格温和好沟通,身高 160cm 以上,接受离婚未育。