

# “30岁+”女生 如何走出婚恋困局

七夕有爱人的快乐着,无爱人的期待着。尤其是步入30岁后的单身女生,拥有高学历、好工作、高收入,她们的婚恋困局该如何破解?本期两位受访女生都是晚报90后硕博公益相亲群的会员,在这个接近500人的群里,她们是“30岁+”单身女生的典型代表之一。本期婚恋专家将从不同角度为“30岁+”女生支招。

□本报记者 红波

## 王艺女 30岁 央企 211本科 “我不想因为对方拉低生活水平”

王艺的求学、工作经历都比较顺利,从河南老家考入一所211大学,到毕业后校招进入石家庄的一家央企工作,她感觉自己的努力都有回报。唯独在找对象的问题上,她没想到竟然不知不觉间把自己拖到了30岁还单身。

“我虽然家不在石家庄,但已经在这里买了房,每个月工资1万元以上,加上年终奖,感觉经济上没有什么压力。”说活温温柔柔的王艺,皮肤白净,性格外向开朗。工作的这几年,她也相过亲,却总是谈不到半年就分手了。她说自己有点在意男生的经济状况,希望他至少工资不能比自己低,有一份稳定的工作,不能在一起拉低自己的生活水平。

“结婚得有一定的经济保障,如果对方收入比我还低,我觉得不够有安全感。”王艺也知道能遇到比自己条件更好的男生并不算多,而且还要排除掉身高175cm以下、年龄和她相差超过四岁的,其实多数相亲遇到的男生都是她自己选择放弃的。“30岁对我来说应该是个分水岭吧,之前可能自己是不是要求过高了一些?现在觉得有些条件可以适当降低一下,希望能早日脱单吧。”婚姻对她来说,有渴望有期待,但王艺也表示,作为独立女性,她有自己的事业,有独立的社交圈,也有自己的兴趣爱好点,可以一个人活得很好。

## 雅楠女 34岁 银行 海归硕士 “相亲多次我还是不知道自己要什么”

34岁的雅楠是一位金融丽人,从英国留学回来后她入职一家银行,有着不错的收入。“一个人的时候,我常常意识不到90后的我已经三十几岁了。可是一回家看到父母,我就有点慌,他们虽然很少表达出来‘催婚’,但我知道他们看我的眼神充满了期待,也有无奈。”

雅楠对记者表示,自己现在真的有点着急了,眼看着年龄一年年变大,那些曾经在相亲路上她看不上的男生,那些曾经被她因挑剔而放弃的男生,如今都成了家,日子越过越好。“我怀疑是不是我的眼光越来越差了。”曾经,家里人、亲朋好友、同事同学都主动给她介绍过,从她刚回石家庄工作到现在,也快10年了,她回想其实给她介绍过的都挺优秀的,但可能是性格原因,她不够主动,也不太会给对方提供情绪价值,而且20多岁的时候年轻漂亮,有颜有钱,在意的因素太多,结果错失了不少好机缘。

“其实我现在依然不知道我想要啥,这两年身边能给我介绍的越来越少,即使有,感觉还不如前几年的条件好,而且开始有人给我介绍离异的,还有年龄大我七八岁的,我觉得自己还不太能接受。明明自己的条件无论外在还是经济上都不差,为啥就是遇不见适合我的?”雅楠说这话的时候,一脸愁容,确实能感觉到她如今的焦虑程度。

## 婚恋访谈

### 合适的钥匙才能打开幸福的大门

吕晓慧:国家二级心理咨询师,河北师范大学心理学硕士,河北师范大学校友导师。

记者:听说您本身也是“30岁+”女生,而且婚姻幸福,儿女双全。作为一名专业心理咨询师,您怎么看待现在“30岁+”依然单身的女孩子?

吕晓慧:确实,我是1992年出生,而且我和爱人也是通过相亲走入婚姻的,现在已经有5岁的儿子和一个3岁的女儿了。昨天刚刚过完我们结婚6周年纪念日,我感觉婚姻还是很甜蜜的。

女生过了30岁,常被冠以“大龄剩女”的称号。我认为实际上如今的“剩”应该换为“胜”。她们拥有高学历和较好的职业地位,经济上更加独立,却也往往经历过父母的催婚、亲友的质疑和社会的压力,这使得她们更加重视自我成长,不再将婚姻视为生存的必需品,不再盲目追求他人的认可。所以,“30岁+”并不是束缚,更应该是现代社会中一道独特的风景线。

记者:现实中经常有“30岁+”的单身女生发愁到底该坚持自己的要求还是爱情可以将就?对于条件合适却喜欢不起来的人,该怎么办?

吕晓慧:将就的爱情于己于人都是不公平的,尽管对方在物质条件、社会地位等方面与自己相匹配,如果没有情感上的共鸣和相互吸引,这段关系是很难长久维系的。面对这种情况,我们可以:坦然面对自己的内心感受,不要因为外界的压力而让自己做出遗憾的选择;勇敢地告诉对方你的想法,保持尊重和礼貌,不因感情问题而贬低对方;继续寻找,不要因为一时的挫败而放弃寻找真爱。爱情是非常美好的,不应也不能将就,只有合适的钥匙才能打开幸福的大门。

记者:对于女生常要求的身高、学历、工作、收入等择偶条件,您觉得怎样做才是正确的取舍?

吕晓慧:没有十全十美的爱人,但是有最合适的人,我们需要不断反思自己的择偶标准是否合理,找到自己最在乎的点。过于注重外在条件可能会让我们错过那些真正适合自己的人。保持一种开放的心态,不因先入为主的观念而错过可能的缘分。有时候,那些看似不符合我们预设条件的人,却可能成为我们生命中最重要的人。

记者:女生从自身角度,如何修炼提升自己,做好准备遇到对的人?

吕晓慧:首先,我们一定要坚信自己配得上爱情,对的人在前方等我们,还需要再修炼提升自己,比如多读书、多思考、多与人交流,培养自己的见识和智慧,保持良好的身材和健康的生活习惯,注重个人形象和品味,学会从挫折中汲取经验,保持对生活的热爱和对未来的期待。反求诸己,勇于面对自己的不足并努力改进。成长是一个不断学习和进步的过程,只有不断地提升自己,才能在感情中找到真正的幸福。



## 今年七夕石市1034对新人登记结婚 连续两年七夕领证人数超千人

本报讯(记者 红波)今年的七夕恰逢周末,全市22个婚姻登记机关为爱加班“不打烊”,再次迎来婚姻登记小高峰。记者从石家庄市民政局相关部门获悉,七夕当日全市共办理结婚登记1034对,其中长安区106对,裕华区98对,桥西区95对,新华区49对,结婚登记数量是平时的4-5倍。

据悉,为了满足市民的登记需求,石家庄市民政局提前一个月就给各区婚姻登记处下发了通知,要求“七夕”全市22个婚姻登记处提前做好准备工作,保障七夕节当天登记秩序平稳有序。今年全市的七夕活动也非常丰富,元氏县在封龙书院举办了“爱满鹊桥·缘定七夕”集体婚礼活动,正定县举办了“爱在七夕践文明,和谐家风共传承”新人婚前恳谈会,桥西区开展了现代婚恋观移风易俗“七夕”专题培训,高新区、栾城区、晋州市、深泽县、行唐县、赞皇县等婚姻登记处都为新人举办了集体颁证仪式。

据石家庄市民政局相关负责人介绍,石家庄市“七夕”婚姻登记数据“甜度爆表”,连续两年七夕当日领证人数超千人。这一数字的背后,不仅彰显了石家庄“青年友好型”城市蓬勃发展的活力与魅力,更反映出石家庄市民对美好生活的追求以及对美满婚姻的向往。

## “三十而立·余生有你” 适婚青年百人交友联谊会 报名火热进行中

本报讯(记者 红波)燕赵晚报将在8月25日举办爱在石家庄之“三十而立·余生有你”适婚青年百人交友联谊会。报名目前正在火热进行中。我们根据读者建议,年龄放宽到26岁以上,据报名统计,26岁到34岁之间的本硕博单身青年报名最积极。

这是一场专门为“30岁+”的单身举办的相亲活动。他们正处于适婚年龄,高颜值高学历,工作近10年,有房有车有积蓄,又有一定的社会阅历,思想也相对更成熟,全方位的结婚准备最充分。

8月25日,燕赵晚报“三十而立·余生有你”适婚青年百人交友联谊会,希望“30岁+”的你做好准备,用一颗真诚的心去认识和了解一个人,以“交友”为主线,认识不同行业领域的优秀同龄人,拓宽自身的认知,在这座城市寻找一群志同道合的朋友,在交流中寻找对方的闪光点。

报名时间:8月7日-22日 举办时间:8月25日 14:00

报名人数:100人 男女各半

报名要求:26岁-40岁之间,男生条件好可放宽到45岁,本硕博学历

报名咨询电话:晚报红娘波 15032136173;晚报红娘薇 15176871317

燕赵晚报将爱平台,你选择,我牵线,更多优质单身助您脱单,进群热线:15032136173(同微信),更多信息请关注将爱公众号。



## “家国同庆 见证幸福” 2024 全国万人集体婚礼 石家庄新人火热招募中

本报讯(记者 红波)为弘扬中华民族优秀传统文化美德,引导广大家庭和青年树立正确的婚恋观、生育观、家庭观,为爱情“减负”,给幸福“加分”,在全社会营造社会主义家庭文明新风尚,9月22日,全国妇联将通过主分会场的形式在全国举办“家国同庆 见证幸福”2024全国万人集体婚礼,河北省妇联将在我市举办河北分会场的集体婚礼。

记者从石家庄市妇联获悉,本次集体婚礼为公益性质,想参加的新人须符合《中华人民共和国民法典》规定,已办理婚姻登记并取得结婚证,凭结婚证自愿报名参加,不包括已经按当地风俗举办了婚礼的新人。

新婚新起点,喜事喜开端。两个人的幸福,一座城的祝福。河北省将招募200对新人参加,按照报名顺序确定,特邀新人双方父母、亲属(人数不超过10人)。