

## 大龄女性脱单有诀窍 认清自我 主动出击

文/陈鹤隆

“明明自己不比别人差,怎么就遇不到我的真命天子呢?”今年37岁的温小姐大学毕业后来厦门创业,事业上发展势头很好,家庭条件优越,外形条件也相当不错,有内涵有能力,完全就是大众眼光中教科书般的现代优质女性。但就是这样优秀的她却成为父母眼中的脱单“困难户”。温妈妈告诉记者,“亲戚朋友也帮忙介绍了许多男生,要么她自己看不上,要么人家觉得年龄不适合就拒绝了。”

在遇见网的数据库中许多学历高、收入高、职位高的大龄单身女青年,他们该如何转“剩”为“胜”呢?遇见网情感顾问林佳老师认为:“大龄女性单身原因有很多,有些是因为择偶要求过高;有些是因为专心学业错过恋爱的最佳时间;有些是因为过于矜持,不敢主动追爱;有些是平时忙于事业,社交圈狭窄。但这并不意味着大龄女性就无法收获美好的婚姻,只要适当调整择偶观念,找准脱单方法,拥有美好爱情不是难事。”



### 切勿过度挑剔 树立正确的择偶观

每个人都难免对未来和另一半抱有幻想,如果不切实际,那就需要引起重视了。一些大龄单身女生对自己的认知不够,没有分清现实和电影,让自己活在韩剧里,幻想着能遇上一个个各方面条件都非常拔尖的“高富帅”。如果常常沉浸在此类梦里,那么她在现实中就很难遇到合适的对象。林佳老师指出:“许多大龄单身女性在择偶时对另一半有较高的要求,例如要求另一半的学历要高于自己,要有较好的经济条件、有独立婚房等,然而事实往往和要求有所偏差,导致许多大龄女性迟迟未能脱单。”

1984年出生的何小姐来自湖南,长相靓丽,大学毕业后在一家外企工作,等到年纪大了才开始考虑自己的婚姻大事。通过亲戚朋友的介绍相亲过几次,却总因男方条件无法达到她的要求而无疾而终。“她要么觉得对方一般,要么觉得收入不够高,又或嫌

男生不够帅、长相老气,我是没办法再给她介绍了。”何小姐的朋友抱怨道。但何小姐对自己的择偶标准也很坚持:“我未来的另一半,最起码身高要178cm以上,岛内要有两套房,收入也要比我高,这样我婚后的生活质量才有保障。”

对此,林佳老师表示:“很多女生觉得对方条件一定要比自己好,但事实上一个合适的伴侣未必限制得太严格,外在条件并不是并不是两人是否合适的必要因素。对于大多数大龄女生来说,应该要认清自身的情况,从实际出发去调整自己的择偶标准,并深入地去理解婚姻结合的必要条件:两人相似的三观和共同的目标,不要死守着自己的要求,做到‘随机应变’,千万不要让挑剔的条件成为你们相亲的阻碍。”

### 创造交友机会 主动拓宽社交圈

许多大龄女生在懊恼遇不到自己男神的同时,工作之余却选择“宅”在家里刷微信、玩游戏、追剧,不愿出门,大大缩小了自

己的社交范围。这对一个想要脱单的人来说无疑非常致命。大龄女生如果渴望摆脱“剩女”的行列,就不要再固执地坚守原有的社交圈,傻傻地看鸡汤文,静静地等待缘分的到来了。想要获得爱情需要主动出击,如果没有机会,就要自己亲手去创造机会。比如说多去参加同城的交友会,或者求助于专业的婚介机构等。

林佳老师表示:“有研究表明,在户外活动中,男女之间的关注度会比其他场所高,而有效的互动是增加男女感情的必要条件。大龄单身女性不妨利用周末,约上三五好友出去短途旅行、开展户外活动,或者参加一些社交联谊活动,多结识异性,与异性进行良好互动。”

此外,林佳老师指出:“想要什么样的另一半,就要去融入什么样的圈子。当你局限在自己周边寻找时,往往只能从好友、同事之间选择,范围大小限制了可选性。要扩大社交圈,首先应该培养自己的兴趣爱好,喜欢户外摄影的可以参加摄影协会,喜欢阅读的多去图书馆,当然还有类似健身、音乐、运动、甚至车友会等,这样会帮助你找到有共同话题的另一半。”

### 避开相亲雷区 借助正规交友平台

脱单最便捷的方式是借助于交友平台,有些人在生活中无法找到合适的对象,又拒绝参加各类相亲,这无异于把自己的姻缘拒之门外。大龄单身女性应积极借助交友平台,主动去参加各类活动,为自己增加脱单机会。

从一开始的觉得“到婚介机构相亲很丢人”,到现在越来越多的人认为“通过婚介机构相亲机会多”。这几年来,婚介机构的地位发生了很大的改变。34岁的庄小姐告诉记者:“以前我很排斥到婚介机构相亲,总觉得婚姻和爱情是一件很神圣的事情,通过婚介机构相亲会觉得被‘明码标价’,加上网上经常出现一些相亲活动中出现虚假信息,甚至酒托、婚托等情况,让我对此处于消极态度。但随着身边好几个朋友都通过婚介机构找到了对象,自己也渐渐改变了想法,认为到婚介机构相亲并不丢人,毕竟平时工作繁忙,社交圈又有限,选择婚介机构机会更多。而我也相信通过专业红娘的牵线搭桥,自己能很快脱单。”

当然,选择正确的相亲渠道也很关键。林佳老师说道:“有些大龄单身女性盲目选择各种相亲方式,面对各类相亲机构举办的相亲活动全盘接收。这样,往往容易误入‘陷阱’,只有选择正规的渠道,才能避开雷区,少做无用功。”

遇见  
找靠谱对象  
就到遇见婚恋网  
隶属厦门日报社  
党报主办的婚介平台  
幸福热线  
13395033520  
www.yujian520.cn

### 帅哥靓女榜 陈鹤隆/整理

#### 蒋先生

出生日期:1996年  
身高:172cm  
籍贯:厦门  
学历:本科  
婚姻状况:未婚  
工作背景:设计师  
年收入:16万  
房车:已购房  
家庭背景:独生子,父亲自营,母亲在家,家庭和睦  
兴趣爱好:爬山,运动  
性格评价:蒋先生阳光开朗,上进心强,有责任感,没有不良嗜好。希望找一位知书达理、好相处的女士为伴。

#### 顾小姐

出生日期:1997年  
身高:162cm  
籍贯:漳州  
学历:本科  
工作背景:国企单位  
月收入:7000元  
家庭背景:父母自营,有一个妹妹  
兴趣爱好:电影、阅读、旅游  
性格评价:顾小姐善良有孝心,温柔贤惠,端庄有才气。希望找一位性格稳重、三观正的男士为伴。

#### 林先生

1983年,身高172cm,未婚,本科学历,总监,厦门已购房,厦门户口,父母已退休,独生子。希望找一位独立自主、气质优雅的女士为伴。

#### 柯小姐

1992年,身高162cm,未婚,本科学历,编内教师,已购房,厦门人,父母国企在职,独生女。希望找一位有上进心、责任心强、阳光乐观的男士为伴。

#### 黄先生

1970年,身高169cm,离异未育,大专学历,客户经理,已购房,厦门人,父母已退休。希望找一位温柔娴静、孝顺顾家的女士为伴。

#### 洪小姐

1987年,身高161cm,未婚,硕士学历,国企职员,厦门人,父母企业在职,独生女。希望找一位成熟稳重、幽默风趣的男士为伴。

#### 郑先生

1986年,身高182cm,未婚,硕士学历,事业单位工作,在厦已购房,漳州人,厦门户口,父母在老家务农,一个弟弟已参加工作,家庭幸福和睦。希望找一位学历相当、相貌姣好的女士为伴。

#### 陈小姐

1990年,身高160cm,离异未育,本科学历,厦门人,国企职员,已购房,独生女,父母均企业退休。希望找一位离异没孩子、有责任心、有担当的男士为伴。

#### 施先生

1984年,身高170cm,离异,硕士学历,厦门已购房,厦门户口,事业单位编内,独生子。希望找一位工作稳定、条件相当的女士为伴。

#### 潘小姐

1994年,身高161cm,未婚,硕士学历,私企职员,厦门已购房,厦门人,独生女。希望找一位定居厦门、三观一致的闽南籍男士为伴。

#### 毛先生

1991年,身高175cm,离异未育,本科学历,自营,年收入50万元,已购房,三明人,有个哥哥已成家。希望找一位在厦门发展、性格温和、有包容心的女士为伴。

#### 姜小姐

1995年,身高160cm,未婚,硕士学历,事业单位工作,福州人,父母在老家。希望找一位有主见、有上进心的男士为伴。

如果您对以上单身男女  
感兴趣,欢迎拨打热线

13395033520

### 红娘

#### 支招

陈鹤隆/整理

## 如何追求慢热型的女生

相亲过程中,男生遇到比较慢热的女生怎么办?慢热型的女生不善于表达自己的感情,她不明白应该通过什么方式拉近双方的关系,往往显得较为含蓄。即使面对自己喜欢的人,也不会给出比较明确的信号,导致男生很难把握她们的心思。那么,如何才能让她对你敞开心扉呢?

#### 1、用真诚打破拘谨

如果想和她保持朋友关系或更进一步,就不要在最初见面时把她吓跑。别把自己塑造成高冷的形象,那样很容易让她望而却步。用真诚自然的态度与她相处,表达和展现出你的诚意和真实的一面,内向的女生才更容易被打动。

#### 2、选舒适的环境见面

在不熟悉的环境中相亲约会,容易让慢热型的女生感觉到拘谨和不自在。所以我们在选择约会环境时,最好选在舒适轻松的地方,既有利于对方卸下防备,也有助于提高约会质量。如果条件允许,还可以带上一两个共同的朋友。

#### 3、主动开启话题

慢热的女生大多不会主动开启话题。男生需要主动开启共同话题来帮助彼此顺利进行交流,这也是了解对方的一个好机会。工作中的任何小事都可以拿来分享。但要注意的是,和内向的女生交流时,需要加强两人的互动部分,时不时提问、聆听对方说话、眼神对视等都不能忽略。只要你做足社交礼仪,与内向的女生约会不会太难。

#### 4、注意现场气氛的变化

和慢热的女生约会要特别注意气氛

变化,尽量避免出现抱怨、愤怒、失落等坏情绪,这些情绪会破坏约会的气氛,也将给对方带来负能量。如果想让自己被对方所接受,应当拿出你热爱生活、用心去爱的正能量来影响她。

#### 5、主动获得联系方式

慢热型女生大多比较害羞,即使对你有好感,也不好意思主动索要联系方式。所以,相亲的时候,一定要多想办法与对方互动。如果你对对方有好感,那在相亲结束前积极主动取得对方的联系方式,获得沟通的主动权。



遇见幸福专线:  
18020740529  
4008199520

**林佳** 厦门人,1976年,从事婚恋行业13年左右,国家婚恋咨询师,能够精准匹配不同类型会员的需求,秉持良好的服务态度+专业丰富情感经验,永远把会员的终身大事放在第一位,希望成就天下更多男女好姻缘。

### 成功

#### 故事

陈鹤隆/整理

## 敞开心扉让你重获幸福



**潘先生**  
1986年 身高173cm 离异未育 自营 漳州人  
**秦小姐**  
1987年 身高160cm 离异带一个女儿 教师 龙岩人

潘先生37岁,家境虽然一般,但上进的他靠自己在厦门奋斗拼搏,目前已小有起色。因为前几年将心思精力完全投在事业上,忽略了对家庭的关心,最终导致第一段婚姻走到了终点。而长相清秀的秦小姐同样经历过一段失败的婚姻,离婚后她独自抚养女儿。当红娘老师把秦小姐推荐给潘先生时,潘先生对女方已有孩子心存芥蒂,觉得她的条件不符合自己的要求,因此没有抱什么希望。两个人的第一次见面约在一家茶馆。出乎意料的是,两人见面后相谈甚欢,不管是兴趣爱好、阅历、三观都相当一致。用潘先生的话来说,他看到秦小姐后,就认定了这个女生是他要携手一生的伴侣。两人见面后又一起共进晚餐,聊了五个小时后才依依不舍地离开。之后潘先生也见了女方的孩子,他对孩子表现出来的耐心和热情

得到了女方的肯定。经过一段时间的相处,两人发展迅速,进入热恋期。

**红娘点评:**经历过一次失败的婚姻,更应该了解婚姻的本质。不要给自己设定太多条条框框,或以条件限制去否定对方,若是连见面的机会都不给,很容易错过原本属于你的缘分。

#### 吴先生

1952年 身高170cm 丧偶 退休 湖南人

#### 林女士

1954年 身高162cm 丧偶 退休 江西人

吴叔叔71岁,有个女儿已经成家生子,丧偶多年的他在退休后感到老年生活太孤单,萌生了找个老伴的念头,但碍于世俗的看法,又担心女儿的想法,未能付之行动。去年在一次与女儿的交谈中,他无意间提到了这事,得到了她的大力支持。于是,吴叔叔来到了遇见网。情感顾问在了解吴叔叔的需求后,给他介绍了三个对象,但因为种种原因都没有成功。有一天,吴叔叔在遇见网的资料库里看到了林女士,觉得对方条件挺不错,希望能与其相见。在老师的牵线下,女方同意了约见。第一次见面两人交谈了很久,并互留了联系方式。事后,吴叔叔很主动,隔三岔五就给林女士打电话,关心对方的生活情况。相处三个月后,吴叔叔邀请林女士到家里做客,将其介绍给女儿。吴叔叔的女儿也十分喜欢林女士,热情地接待了林女士。过了一段时间,吴叔叔一家也与林女士的女儿见了面,并用真诚打消其女儿的顾虑。两个老人现在在厦门过上了幸福的生活。

**红娘点评:**现如今,社会对老年人“再婚”的宽容度越来越高,有许多老人逐渐抛开世俗的偏见,渴望寻求伴侣一起幸福快乐地颐养天年。作为子女,我们更应该给予相应的支持与帮助。