宁波日报 NINGBO DAILY

青年人的婚恋路 如何能走得顺些

记者 王佳
本版图片由丁安提供

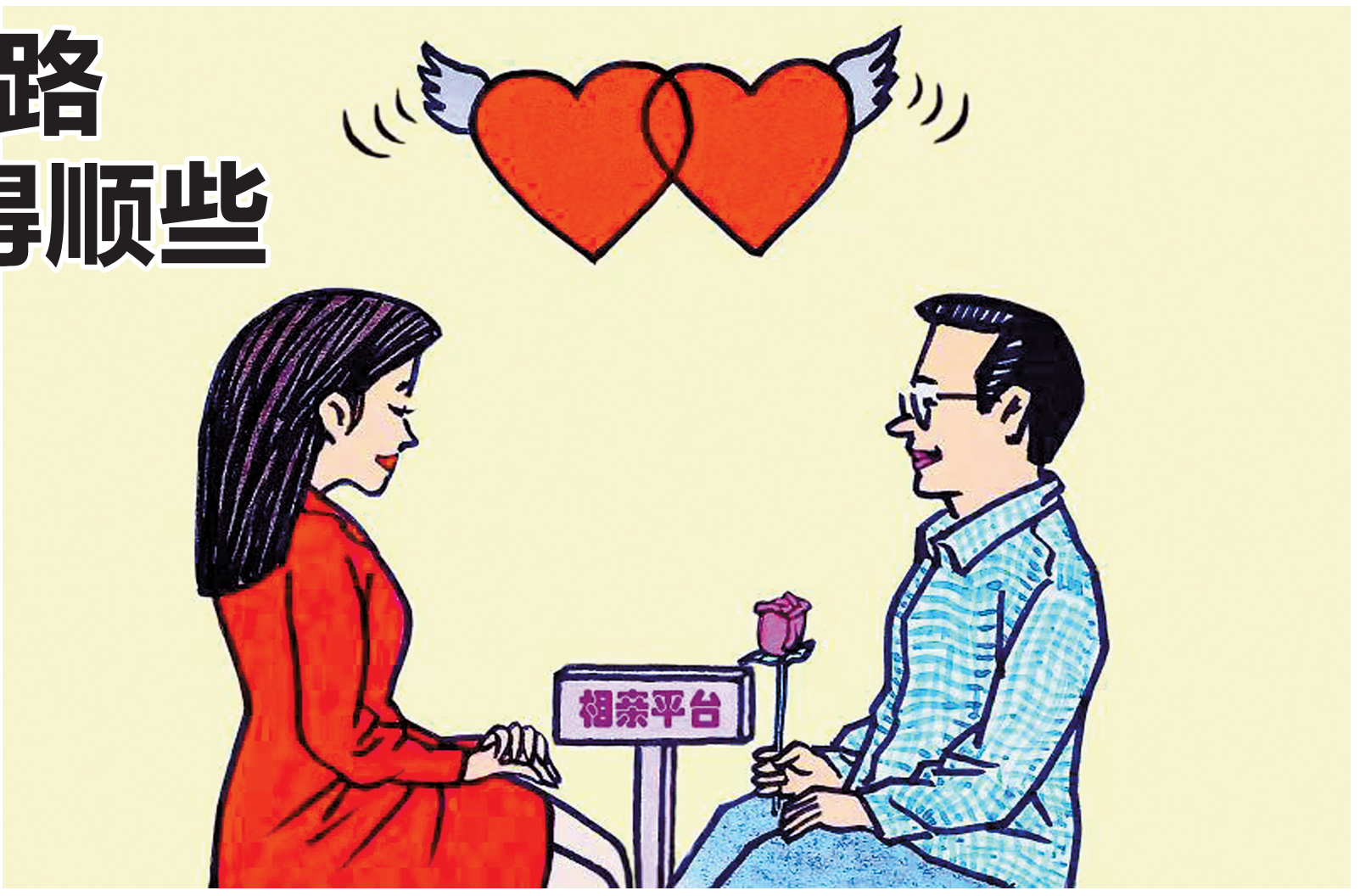
今年市两会期间，我市青年的婚恋问题受到政协委员们的热切关注。

曾几何时，原本天经地义的男婚女嫁，似乎正变成一道难题，有的甚至没有“冲进去”的勇气和渴望，而更多的则继续在为“脱单”苦苦努力。

是渠道少吗？是联系方式不便捷吗？究竟是什么原因，加大了这个“困局”？

成立于2013年的宁静港湾婚姻家庭服务中心，一直致力于公益婚恋服务；近些年，中心整合海曙区婚姻家庭领域的公益服务机构、志愿力量和民间组织，推出“婚恋、婚嫁、婚姻”一站式服务。在这样一个平台，单身青年来来去去，寻寻觅觅，有的牵手热恋，有的喜结良缘，也有的始终进不了状态、单身依旧。

近日，记者走进这个平台，采访公益红娘、婚姻家庭咨询师，听听他们的所思所想。



在原生家庭“被爱” 在恋爱路上“受阻”

孔红蕾，海曙公益红娘联盟负责人之一，专职做公益红娘5年了，牵线中与大龄青年深交，发现有些人被“耽搁”是因为父母和他们的期许存在差异。

“比如有些父母更看重孩子的另一半有较好的经济实力，而孩子将外表、气质作为第一‘决定项’，导致父母介绍的，孩子‘不来电’；孩子相中的，父母不满意。其间，横生枝节，更有甚者，‘上马’干涉，结果，找不好、定不了，年龄一年年拖大。”孔红蕾说。

“怕儿娶错妻，忧女嫁错郎。可怜天下父母心。”公益红娘王萌感叹，也许是因为看多了年轻一代的婚变，不少父母开始进一步放大自己对子女的那种“自说自话式的支配”。他们从儿女小时候支配他们怎么处事，怎么学习，怎么工作，进而开始支配儿女怎么婚嫁。而这种错误的支配正成为青年人婚恋的一大“杀手”。

“这还与当下的一个恋爱误区有关。”红娘们说，在一些未婚男女以及父母们看来，婚姻的幸福快乐和谐，似乎基于是不是“找”到了“成品好男人”或“成品好女人”。

红娘们认为，年轻的成品好男人、理想中的成品好女人不是没有，但能够拥有的概率就像买张2元钱的彩票想中个百万元千万元的大奖一样。

“恋爱，其实找‘基本适用的原材料’便可，抓住主要的、关键的，然后，可以用自己的智慧、辛劳和情感来打造。”红娘们对此这样认为。

不得不说，现在确实有单身者在要求对方的同时，往往不正视自己的缺陷与不足，潜意识里是想从对方身上挖掘优点和长处，弥补自己的不足。这只会让恋爱碰壁。

“恋爱是在实践中成长的。现实中，总有人重结果，对过程缺少应有的耐性，不尊重恋爱需要时间、精力等投入与磨合这一自然规律。‘现实效益最大化’等类同于市场经济的方法、手段与理念，是恋爱之大忌。”红娘们直言。

情感认知懵懂 婚恋辅导确有必要

“我没有排斥大家给我介绍对象，但我真的不着急，也许我需要的是一个时机，啥时候心态成熟了，时间充裕了，顺其自然我就结婚了。”

“结婚真的不该是一件凑合的事情，要我对付着找一个人过日子，我做不到。”

“两个人总有争吵和摩擦，对比起来，一个人的生活，真的很轻松自在。况且，我平常工作很忙，而结婚意味着我的生活里又需要肩负起更多重任，我恐怕暂时还承受不来。”

……

催婚的当下，经常能听到这样的说辞，在宁静港湾婚姻咨询师林祯看来，要看到这些青年人对婚姻说“NO”的背后，他们的困扰、他们的渴望。

当然，情感交流，需要先付出，才能有所收获，恋爱概莫能外。“年轻人在原生家庭中得到的多是接受型的爱，难免养成以自我为中心的相处习惯。”林祯说，想要恋爱，这个模式必须学着打破。如果打不破，那么，双方约会时一个小小的不小心、不周到，都会让爱的感觉在瞬间扼杀。

更重要的是，“我是个什么样的人？我要找怎样的人，组建怎样的家庭？别看简单几句话，能看出一个人持有怎样的爱情价值观，找对象的心态是否成熟。”林祯说，这也是目前很多来咨询的单身青年的盲点。“其实，婚恋需要学习、需要成长。”

“感觉有些相亲就像在市场上做交易，双方分别讲讲自己有什么，比较一下，如果条件对等，那就互相交换。”这是一位厌倦了相亲的大龄青年给出的理由。

在婚姻咨询师看来，倘若“相”这些，只会给婚姻埋下隐患。其实，更应该“相”“软性”因素，比如对方碰到亲朋间争执、事业遭遇瓶颈等，回应多为“内归因”还是“外归因”，也就是说，是会向“自己开刀”，还是一味归咎别人，归咎环境。

“类似这些很重要，为什么？问问身边的‘围城中人’，他们都懂。”为了提升单身青年的情感认知，宁静港湾婚姻家庭服务中心今年正打算推出相关的公益项目，帮助青年人“发掘”自己的真实想法，更好地认识自己，以期在未来的婚恋路上走得顺畅些。

完善自我学会包容 幸福自会水到渠成

“想找个合心合意的人咋这么难？”不少单身青年在感叹的同时，也不时“鼓励”自己，生活要继续，相亲也要继续。

事实上，因为工作忙、压力大，空闲时间少，即使有社交圈，多半也是闭环式的，结识另一半很多时候还是靠“牵线”，不管是同龄人，还是长辈、左邻右舍，形式不管是组团活动，还是单人聚会。

那么，怎样才能找到自己想要的另一半呢？

首先，要锻造良好的“内循环”。通俗地讲，在寻找另一半前，先“检视”一下自己快不快乐，对自己满不满意。“内循环”良好者，在寻找另一半时，不会下意识地将“目标”定为“弥补”自身不足的“能量体”，更不会将自己当成藤蔓，依附于另一半。有人说，如果对方是一棵树，你也必须是一棵树，这样跟他（她）相识相爱，才是对等的，不离不弃的。

其次，相亲若要成功，先得给自己做个心理建设：爱上一个有缺点的人，才是真正懂得恋爱，世上本无完美的人。不要一次就判对方“出局”，细节很多时候也暗藏着“偶发因素”。从心理学上看，一方重复三次以上的事情，才会显出一个人生活中的真实一面。

再者，应多关注一些“软性”条件。比如对方面对负面事件时的情绪反应，在面对矛盾、挫折时能否管理好自己的情绪，这是一个人内心素质、修养习惯的集中体现。

此外，一个人与异性的互动，往往带有原生家庭的影子，婚姻咨询师建议，为人父母者，不妨回头看看，自己的婚姻有没有给孩子造成一定的负面影响，以及一直以来对孩子的教养方式有没有偏差。

与其“越位”帮助，横加“包办”，不如在家给孩子营造一个温暖的环境，改善与孩子的亲情关系，接纳孩子，当孩子的倾听者，让孩子慢慢了解自己，清楚自己的内在需要，总结原来亲密关系中的一些经验，重新出发，勇敢寻爱。

单身青年相亲会

相关链接 1

想让父母“放手” 需要自己为选择负责

“有对象了吗”“打算什么时候结婚”……长辈们的“关心”，在不少年轻人看来，犹如“重负”。

不得不说，儿女婚嫁，一些父母之所以会“越位”，帮助斟酌，施加压力，很大程度上是因为孩子的一举一动并没有传递坚定、有主见的信息，让他们放心不下，对孩子是否具备独立生活的能力表示质疑，担心孩子承担不了自己将来的生活。

年龄与成年，不一定成正比。一个人是不是进入成年期，标准只有一个：愿不愿意、能不能为自己的选择负责。

现实中，经常可以见到这样的场景：单身男女在择偶、恋爱时，一方面纠结于父母对自己的控制，另一方面又无力承担责任，经常受家人、他人的影响，左右摇摆。一旦碰壁，往往把“球”踢给家人，尤其是父母。

如果想让父母“放手”，有必要让父母看到、听到，同时确认：在终身大事上，在未来生活中，你很清楚自己需要什么，你正在努力寻求属于自己的幸福，并愿意为自己的选择承担结果。

来自各界的关注和应对 营造环境助力青年婚恋

其实，结婚这件“私事”一直是社会发展和稳定的“大事”。

在中共中央、国务院印发的《中长期青年发展规划（2016—2025）》中，对做好青年婚恋工作提出了明确目标。共青团中央、民政部、卫健委等据此联合发布了《关于进一步做好青年婚恋工作的指导意见》。

今年市两会期间，宁波市政协共青团青联界别委员们提出：要健全社会支持体系，建议从营造“亲青恋·爱宁波”的文明风尚、培育一批公益性婚恋服务项目、拓展线上线下服务平台和促进青年婚恋服务行业规范发展等方面着手，来关心青年男女的“婚姻大事”。

近些年，宁波陆续有社会组织、专业团队，依托公益创投项目资金、政府购买服务等形式，开展“婚姻学堂”、婚恋辅导等公益服务。

未来需要更多的专业力量加入。目前，宁波这类的专业社会组织还非常有限，从事婚姻家庭辅导的志愿者也为数不多。

“希望专业组织、专业服务能更多些，期待服务能更加持久。”市民们有期待，社会组织也有期待，希望能得到更精准的扶持，帮助他们更好地成长，共同打造“幸福家园”。

此外，社会应该倡导新的婚俗文化，摈弃婚庆攀比风，为年轻人结婚“减负”。

去年，我市正式启动婚俗改革，倡导文明节俭新风。“颁证婚礼”正是其中的重要内容，改变原本填表、盖章、领证的婚姻登记，将结婚仪式搬进了颁证厅，增强仪式感；不断创新方法和载体，建立特邀颁证师制度、签订节俭办婚事的承诺书等，传承优秀家风、倡导新风尚。

相关链接 2

数读宁波大龄青年婚恋现状

今年市两会期间，宁波市共青团青联界别的政协委员们用一组数据来解读当前宁波大龄青年婚恋现状。

调查显示，我市青年结婚平均年龄为男性31.9岁、女性30岁，其中初婚年龄为男性28.2岁、女性26.5岁。纵观全市，男性初婚年龄前二位分别为象山县的29.5岁、宁海县的29.2岁；女性初婚年龄前二位分别为高新区的27.5岁，东钱湖的27岁。此外余姚、慈溪总平均初婚年龄分别为26.7岁和26.6岁。总体上，我市青年初婚年龄呈现大龄化。

在行业人群分布上，高层次女性人才、重工业中外来务工男性单身比例较高，出现明显“甲女丁男”现象。

这份调查还关注了大龄青年的婚恋观念，结果显示部分大龄青年婚恋观念出现大幅变化。调研发现，我市部分大龄青年，相对自由主义的恋爱观极大消解了“男大当婚、女大当嫁”的传统价值观，使年龄对婚姻的推动力减弱。

政协委员们在对243名大龄青年的问卷调查显示，在择偶观上，宁波青年最看重的是人品，其次是感情和能力，但是对学历、职业、住房、收入等现实因素的考虑有所加强。在婚姻价值观上，只有两成受访青年认为婚姻是生活必需，多数青年持“宁缺毋滥”的态度。

据统计，受访者中有35.8%表示“找不到满意对象宁愿单身”，有53%认为“高房价、高物价”是造成自己单身的重要原因，有42.8%表示“不懂得如何和异性交往”，有30.8%青年则表示“一定会进行婚前财产公证”。整体看，宁波市大龄青年群体进入婚姻的态度更加谨慎，结婚的原动力不足。