

特稿 211

从传统的一对一、面对面,到“流水线”式互选,互联网不仅重塑了相亲的过程,也深刻影响着年轻人对亲密关系的认知。在这段通向未知的旅程中,当情感被技术和效率“加持”,青年一代经历着理性与感性的彷徨,有人身陷挫败和迷茫,也有人在反思中不断成长。

# 5个年轻人的互联网相亲简史

本报记者 陈曦



更多精彩内容  
请扫描二维码

线下百人速配轮桌相亲活动。受访者供图

坐地铁上班时,在单位吃午饭,晚上睡觉前——每天的这三个时段,陈脉会分别登录三个婚恋交友平台,查看“今日推荐”。目光扫过男生的年龄、学历、工作,她平均2秒做出一次判断:“无感”或“心动”。

这是陈脉“云相亲”的第三年,疲惫和期待像潮汐一样交替出现。

从主打名校校友的相亲网站,到赋予年轻人更多选择权的社交平台,再到诞生于互联网大厂员工婚恋需求的交友软件……相较于传统相亲,互联网婚恋交友市场的规模正在持续扩大。数据显示,国内已有超过6000个线上社交APP,互联网婚恋交友用户数量已突破3000万。

这种新模式下,用户填写自我介绍和择偶偏好,平台利用大数据进行个性化匹配和推荐,相互“心动”即可开始聊天,进而走向线下交往。艾媒咨询发布的《2024-2025年中国婚恋社交服务市场研究报告》显示,超半数消费者对相亲呈积极态度,42.1%的消费者倾向于通过线上结识的方式寻找婚恋对象。在此过程中,择偶标准被拆解,个人魅力被量化,算法充当红娘,相遇变得更容易,互动也变得更高效。

当获得了空前的选择权,不少年轻人发现,爱上一个人依然不是容易的事。

## 向主流交作业

5年前,从天津某高校硕士毕业的陈脉来到北京,成为一名社科类出版社的编辑。刚工作那两年,她把出租屋布置得舒适温馨,沉浸在独居的快乐中,“下班后学吉他、看电影,周末就出去探索北京。”刚走出校园的她,雀跃地拥抱新生活,对恋爱和结婚并不急切。

最先沉不住气的,是陈脉的父母。女儿高考考上211大学,又被保送到985高校读研,在学业上一直是“别人的孩子”,唯独在恋爱方面不开窍。这几年,陈脉的表哥、表弟和堂妹相继结婚,过年催婚的话头转向了陈脉。父母觉得她一直在“社会时钟”推着走,好不容易在应试中“卷”赢了,还没来得及喘口气,又要开始“卷”结婚。面对父母的催婚,她也抗拒过,但最终选择妥协,“只有先向主流交作业,才能真正做回自己”。

然而,结婚这件事的难度,超出了陈脉的想象。她的理想型是阳光开朗的理工男,跟自己形成互补。然而,上班后每天两点一线,生活轨迹固定,结交新朋友的机会也不多,很难在熟人圈子之外遇到合适的男生。

上世纪70年代以来,人们的爱情观逐步转变。新华社发布的《中国50年相亲史变迁》总结回顾了中国人近几十年的“相亲”方式及渠道变化,从“00年代”的相亲网站和手机短信,到“10年代”的网恋奔现,再到近几年的桌游等多种方式,新生代年轻人在相亲时更为期待寻觅灵魂伴侣。

一些主打高学历的社交婚恋交友平台吸引了陈脉,她发现这种方式“认识人更容易”。注册完成后,陈脉把其中三个平台的服务号在微信聊天页面“置顶”,开始勤勤恳恳地每天登录打卡,“用对待学业的态度对待相亲”。

与陈脉不同,33岁的张煜一直对婚姻满怀憧憬。张煜成长于一个幸福的家庭,在他儿时的记忆里,父母之间总有说不完的话,母亲的声音清脆好听,父亲则总是微笑着回应——提到爱情,这样的画面就会自然而然地在张煜脑海中浮现。

从北京某高校数学系毕业后,进入职场的他更加渴望亲密关系,期待得到支持和陪伴。由于时间和精力有限,追求效率的他决定上网找对象。两年前的“光棍节”(11月11日)那天,他点开互联

网相亲小程序,开始了一场“寻爱之旅”。

## “流水线”式互选

开始“云相亲”前,要先打造个人主页。平台会要求用户填写年龄、身高、体重、教育经历、家庭背景、兴趣爱好、爱情观等内容,以便访客查看并快速做出判断。为了展示自身最有价值的部分,每个人都要经历一番仔细斟酌和自我拆解。

在个人主页上,张煜的形象是一个“身高171cm”“硕士学历”“年薪50万元”的33岁金融男。为了提高竞争力,他没事就刷别人的主页,然后不断完善自己的简介。比如,看到别的男生写“性格温和、善于倾听”,他就会补上“虽然是山东人,但绝不大男子主义”,看到女生写“介意脱发”,他也会加一句“毛发旺盛,家中无遗传”。

每天中午12点,平台会向张煜推荐10位精选用户,每隔3个小时,还会为他匹配30位同城单身女生。起初,张煜会认真地看完每位女生的叙述,考量性格是否合适,但时间久了,他开始迷茫,“兴趣爱好那栏,很多人写着读书和旅游。而在择偶要求里,出现频率最高的是‘三观契合’‘有责任心’”。

他觉得,每个人都很相似,像是人群中面目模糊的一团。现在,张煜的筛选变得更加高效。女生的主页,他的目光先锁定出生年份,如果对方比自己大,就直接滑过。然后再看身高,筛掉158cm以下的女生。年龄、身高都达标的,他会快速扫一眼照片和其他内容,如果对对方颜值、学历尚可,出身城镇家庭,他就毫不犹豫地发送“心动”。

在相亲平台上,要想获得更多选择权,有两个办法,一个是在平台的社交版块频繁发布动态,以增加个人曝光,另一个则是充会员,这也是此类平台创收的重要来源之一。

作为一个i人,陈脉选择了充会员。她使用的三家平台中,以季卡为例,会员费分别是318元、499元、588元,一番比对应之后,她决定从费用最低的平台试起。成为会员之前,她能够“解锁”访客和心动者的次数非常有限。而现在,陈脉可以无限次查看访客和对她“心动”的男生,还可以设定条件进行更精准的筛选,“像HR筛简历,也像皇帝翻牌子。”她笑称。

26岁的沈忱是辽宁人,在深圳某高中当老师。和陈脉一样,她也同时游走

于几个平台之间。这样的弊端是,有时候会“串台”。有一次,一位在某个平台上谈了约的男生,又在另一个平台上联系了她。上一轮聊天中,这位男生翻来覆去就是几句话:“吃饭了吗”“下班了吗”“在干嘛”,当时沈忱觉得对方木讷无趣,现在她意识到,人家可能对她兴趣有限,只是在“广撒网”。“这种流水线式相亲,在不认识之前,又能要求几分真心。”她无奈道。

## 约会像“拆盲盒”

双方互选成功后,平台的服务就结束,剩下的步骤要靠用户自己推进。传统相亲模式下,有介绍人做背书,双方大多在见面前就“心中有数”。而在相亲平台上,用户的资料经过修饰和美化,呈现出的是一个更为“理想化”的自我。这就导致,见面更像“拆盲盒”。

对于线下约会,陈脉的态度有一个转变的过程。刚开始相亲时,她对见面有些畏惧,一连关注了多位情感博主,上班摸鱼时看的是“如何快速了解相亲对象”“怎么聊天不尴尬”“第一次见面应该吃饭吗”。如今,她倒成了先提出见面的那个人,“在微信上聊个一周左右,不反感就见面,速战速决”。

每次出门之前,陈脉会登录平台,复习一遍对方的资料。她的经验之谈是,“不仅要呈现出来的部分,更要关注没写到的部分”。比如,如果对方的资料里,“家庭背景”一项草草带过,她就会委婉地回问“父母是否退休”“有没有养老金”。此外,很多细节也是她观察的重点:男生的身姿是否挺拔,点菜是否照顾她的口味,以及对待服务员的态度……

在相亲中,男生通常会被期待更主动,张煜也倾向于掌握主动权。第一次见面,他会约在咖啡馆,要是没感觉,就到此为止。“如果每次都约饭,是一笔挺大的开销,有时对方会提出AA,但我不会让女生掏钱,因为这可能是一种考验。”如果还有第二次约会,张煜会邀请女生爬山、看展、逛公园,在轻松的氛围中,进一步加深了解。

李建中是张煜的本科室友,在海淀某互联网大厂做程序员。或许是出于职业习惯,李建中对待相亲,也有着写代码一般的严谨。

为了记录相亲进度,李建中建了一个Excel表格,里面分门别类列出了相亲对象的基本信息、互加微信的日期、约会的时间地点。第一次见面之前,他

会根据对方的兴趣爱好列出几个问题,用于尴尬时救场。每次见面之后,他会在表格里附上几句总结,或是失败的原因,或是后续的打算。

沈忱则经历过不少幻灭的瞬间。有的男生资料上写着身高180cm,实际上限172cm的沈忱差不多高。有人线上聊天时侃侃而谈,见面后却是十足的社恐,讲话都不看她的眼睛。还有一次,对方的职业特别符合沈忱的择偶标准,晚饭后,男生主动提议去公园走走,却在僻静处对她做出过分举动。

从此,沈忱不再有“职业滤镜”,也拒绝把第一次见面安排在晚上。类似的事件让人们对于互联网相亲更为谨慎。艾媒咨询的调查数据显示,超四成消费者对婚恋社交服务中的婚恋对象信息虚假、营销套路、隐私泄露等方面表示担忧。

“使用平台相亲,也要‘留个心眼儿’。”李建中渐渐总结出一些经验。比如,为保证用户资料真实可靠,一些头部平台进行“学历认证”和“工作认证”。如果对方这两项认证未通过,即便自我介绍写得再天花乱坠,李建中也不会考虑,“认证并不复杂,如果这种基础工作都不做,要么学历和工作是硬伤,要么对方的目的不是相亲”。

## 合适但不心动

沈忱曾离“上岸”很近。今年年初,她在平台上匹配到一个条件很合适的男生,对方是位律师,高瘦身材,硕士毕业,父母也在体制内,算得上门当户对。两个人接触了5个月,男生对她很上心,每周都约她出来,下雨天会提醒她带伞,十分周到有礼。

但沈忱就是无法进入状态。一次午餐时,对方试探性地询问能否进一步发展,她实在给不出答案。她想,可能是男生的身材太瘦弱,也可能对方缺乏一点幽默感——总之,她忘不了大学谈恋爱时那种“小鹿乱撞”的悸动,那或许才是爱情的样子。

沈忱心里明白,走到相亲这一步,理性应该战胜感性,但又见了几次面后,她还是拒绝了对方。

对于从事科研工作的苏伟来说,上网相亲跟做实验很像,略带玄学色彩,不是努力就有结果。苏伟身高182cm,戴黑框眼镜,很符合人们对理工男的印象。他一路从本科读到博士,将学业摆在第一位,从未谈过恋爱。等他开始着急找对象时,已经过了而立之年。

为了锻炼自己的社交能力,每次单位工会组织联谊活动,苏伟都会报名。在他看来,有单位牵线,大家背景相似,更有共同语言,他还能向其他男嘉宾“偷师学艺”,在实践中进步。

为此,苏伟准备了一段风趣幽默的自我介绍,认真程度堪比考研面试:“作为一个物理学博士,必须得厅堂下得厨房,修灯泡、通马桶全都不在话下。作为一个物理学博士,如果你是太阳光,我会努力成为三棱镜,读出你无人发现的喜悦和忧伤……”

为了增加相亲的成功率,李建中还加入了校友会的“单身俱乐部”,有空就参加活动。她们去过京郊的水库自助烧烤,也玩过剧本杀、摸蛋和飞盘。比李建中高一届的学长在一次剧本杀中脱单,“那次是一个推理本,他和药学院的小学妹‘斗智斗勇’,玩得很有趣。两个人都意犹未尽,后来又单独约过几次剧本杀,顺理成章就在一起了”。

去年底,李建中脱单了,进度表里的名字数量停留在19个。他和女朋友在平台上相识,对方在银行工作,年龄小他两岁。认识两个月之后,双方确立恋爱关系,如今已经在筹备婚礼。“爱情很难,有人愿意跟你‘双向奔赴’,不容易,应该好好珍惜。”李建中说。

“云相亲”三年,陈脉的心态起伏很大。在相亲平台上,为提高效率,年轻人基本都是多线程交流。陈脉经常同时跟两三个男生接触,然后不由自主地陷入权衡和比较,稍有不合意,她就产生放弃的念头:“平台上选择那么多,要不然再等等?”

学历和收入都不错的年轻人,在互联网相亲群体中占据一定比例。婚恋交友平台“陌上花开”发布的《高知婚恋行业白皮书》显示,截至2022年4月,该平台66.51%的用户最高学历为硕士。此外,男性用户和女性用户年收入在50万元以上的占比分别为45.3%和24.09%。

2023年相亲进度

姓名	加好友日期	见面时间	活动	进展	总结
96年海说小学老师	12年1月	2月8日	中关村约饭	奶茶、看书	不太聊得来,年龄差距?
94年银行	2月20日	2月21日	什刹海喝咖啡	爬山、户外	很心动,但觉得太累了……往真高……
91年央企私聘	3月4日	3月18日	办公室下午茶	参观博物馆看展脱口秀	聊……对方嫌我工作忙
91年公务员	4月8日	4月15日	中关村约饭	夜写	说不好,能见面被拒,但双方都感觉不错
92年学校心理教师	4月24日	4月27日	来找我一起吃晚饭	读专业相关书籍……	感觉还行,可以再了解(失败)

李建中制作的相亲进度表格。受访者供图

每当陈脉刷到条件优于自己的男生时,又会生出一些自卑:“我要是再优秀一点就好了”,但没人会等她成长。她觉得,比起自由恋爱,相亲更像谈生意,大家待价而沽。

面对看似无尽的选择,陈脉有时会生出一种无力感,不知道自己在等待什么,也不知道这种“大海捞针”何时是终点。

## 学会如何去爱

陈脉大概算了一下,自己见过的相亲对象已经超过50位。她的父母将女儿的努力看在眼里,态度开始缓和。母亲知道相亲不易,为了助女儿一臂之力,她注册了某家长相亲平台的会员,连广场舞也不跳了,每天睡前一定要刷完平台推荐的36个男生。

现在,陈脉依然每天登录平台,但她尝试着放平心态,状态好就安排见面,没有能量时也不逼迫自己。她觉得自己需要“回回血”,更需要弄明白一个问题,爱情到底是什么?

“云相亲”是一个契机,让苏伟渐渐意识到,“学会如何去爱”跟学业、事业一样重要,自己欠缺的这节课,是时候补上了。

最近,每次跟相亲对象见面后,苏伟都会在微信上“回访”,虚心地向女生指出自己的不足。有人建议他改变一下着装风格,他便开始学习穿搭,有人觉得他有点腼腆,他便尝试着打开自己,挖掘自己做研究的趣事,主动跟相亲对象分享。

张煜发现,自己把相亲对象处成了搭子。自从开始线上相亲后,他几乎戒掉了游戏,成了公园、剧院、博物馆的常客。为了妥帖地安排相亲,他没事就刷北京游玩打卡攻略。“我有几个约会基地,中国美术馆一年的特展我都看过,奥森和朝阳公园的花期我也门儿清。”

今年5月,张煜在“二狗”平台上认识了一个广西女孩。恰巧“中国美术馆”公众号给他推送了“漓江画派”的作品展,他便邀请女生一起去看。他们对美术都不算在行,但就这么边走边聊,女生给他讲家乡的风物和山水,他也分享自己去桂林旅游的经历,结束后又一起去吃了南宁老友粉,两个人都生出些不一样的情愫。

8月,张煜表白成功。他表白的女生生活活泼可爱,两个人能玩到一起,也很有共同话题。他不知道这算不算爱情,但他的每个周末都充盈起来,“那就先从搭子开始呗。”张煜心想。

得知沈忱一个人在深圳打拼,几位年长的同事经常邀她去家里玩,做些家常菜给她换换口味。一个周六的下午,太阳晒得暖融融的,同事两口子在厨房忙活,沈忱在客厅里跟小朋友一起搭乐高,猫咪好奇地围着她俩转圈——或许是被温馨的氛围所感染,那一刻,沈忱很想在这座城市安家。

最近,沈忱参加了一场同学的婚礼,新郎和新娘在一次朋友组织的搭伙旅游中相识、相爱。在沈忱看来,男生在学历、家境两方面都稍逊女生一筹,可两个人对视时,眼中是盈盈的爱意。她不禁想,“如果真的相爱,是不是就没有那么多条条框框?”

为了找回“心动”的感觉,沈忱决定暂时从相亲平台抽离,换一种方式遇见爱。她报名参加了几个户外运动社团,一到周末就去登山、远足、划桨板,一方面是为了锻炼身体、认识朋友,另一方面,她喜欢高高壮壮的男生,“在这里遇见的几率或许更大”沈忱害羞地说。

许多像沈忱这样的年轻人,希望通过轻松自然的方式结交异性,以便双方更真实地了解彼此,在互联网相亲外,“恋综式旅行”悄然兴起。不同于传统旅游团,旅行社根据报名者的兴趣爱好、年龄等相关信息组队,并组织各种主题游活动,成为年轻人寻找爱情的又一新途径。

不久前的一个周末,沈忱和团友一起去梧桐山看日出。凌晨5点半,天边渐露曙光,目之所及云雾缭绕,群峰若隐若现。没过多久,火红的圆日从云海跃出,刹那间,天地透亮,万物生辉。

站在山顶,虽然有朋友在侧,沈忱却突然感到孤独,脑子里跳出一个念头——要是有个对象就好了。

(为保护个人隐私,文中受访者为化名)



高学历专场轮桌下午茶相亲活动。受访者供图



百人单身联谊管流动。受访者供图



徒步别树一帜。受访者供图



在七夕节举办的集体婚礼。李义摄/新华社