

厢遇广场

勇敢把心事说出来

感情里最让人疲惫的，从来不是争吵与分歧，而是默默猜忌、独自内耗。很多人把不安藏在心里，把委屈憋在深夜，在胡思乱想中消耗自己，却忘了情绪也需要一个出口。

最近在厢遇广场上，就有不少小伙伴分享着类似的心情：关于感情里的敏感、相处中的困惑、一个人扛下所有的累。大家在这里真诚倾诉、彼此安慰，让每一份心事都能被看见、被理解。

在厢遇，广场是情绪的出口，是同频的港湾。我们为你打造一个真实、轻松、有烟火气的线上社交圈，让每一次随手发帖，都能遇见懂你的人。

广场动态 温暖共鸣

广场实时展示大家的生活瞬间与情感故事，无论是婚姻困惑、恋爱烦恼，还是独处的感悟，你都能自由浏览、点赞、评论，在别人的故事里找到自己的影子，轻松开启同频交流。

一键发帖 随心倾诉

点击页面下方正中央加号，即可快速发布动态。把你的心事、困惑、感悟写下来，配上图片或文字，让更多人看见你、理解你、陪伴你。

话题互动 抱团取暖

广场首页同步更新各类情感话题，#婚姻里的安全感##不想再内耗了##那些说不出的委屈#……参与话题讨论，和有相似经历的人一起，在倾诉与倾听中疗愈自己。

个人中心 记录成长

点击页面右下角“我的”，即可快速查看你发布的所有动态、收到的温暖评论、参与的话题记录，你的每一次勇敢表达，都有迹可循。

广场热门动态精选

“不想再内耗啦，好好爱自己才最重要。”

“有些心事说出来，真的会轻松很多。”

“认真找同频伴侣，性格温和，期待真诚的你。”

如果你也有过这样的时刻，欢迎来厢遇小程序广场，发布你的第一条动态，让有趣的灵魂主动找到你。

重庆晚报-厢遇记者 蒋婷



更多精彩
扫码解锁



工作人员
扫码添加

社交心理小知识

多看效应

该效应又称曝光效应、纯粹接触效应或熟悉定律，指对越熟悉的東西越喜欢的现象。

实例：

小明天天跟单位的同事小姐姐小红一起打乒乓球或者匹克球，一起上下班，一起加班，还时常周末聚餐、出游……然后，两人竟然在一起了。人们常说日久生情，这背后就藏着多看效应的奥秘。

如何拒绝“多看效应”？

如果你发现自己正因为“熟悉”而对某个并不怎么样的人、事、物产生依赖，请冷静。

①物理断联，冷静两天。切断所有视觉信号，不看朋友圈，不回消息。

②去掉滤镜，列出清单。看看你对伴侣的核心需求(比如：价值观、智力水平、行动力、家庭情况等)，综合仔细考虑。

③警惕低质量、低成本的陪伴。陪你的人不一定爱你，他可能只是没地方去，或者没有更好的选择。正好利用“多看效应”博取你的好感，实际却是零(负)付出。



春风十里 且看石语

周六

安岳“石”光

活动亮点：

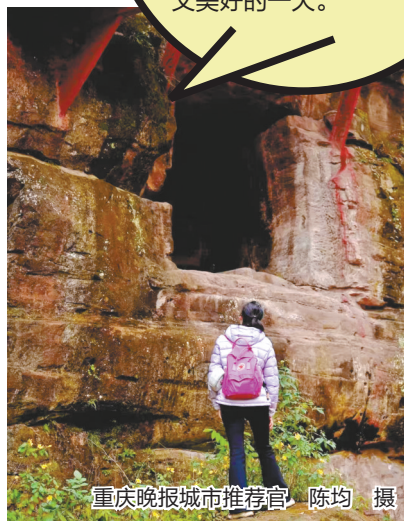
行走安岳山野，探访千年石刻，感受厚重历史与石刻艺术。专业讲解带你读懂石刻背后的故事，精美的造像、古朴的韵味，沉浸式领略传统文化魅力。人文与美景兼具，拍照出片，在历史底蕴中度过充实周末。

主理人手记：

春花绽放，当你驻足仰望，石刻们也穿越千年，静静凝视你！安岳石刻兼具“古、多、精、美”，一凿一刻皆是岁月沉淀，一像一姿尽是艺术风华。开凿之声虽然远去，但我们依然能触摸千年石刻的温度，聆听跨越时光的故事，在古朴氛围中感受文化的震撼。

活动时间：3月7日(周六)07:50-19:50

集合地点：轨道交通海峡路站3A出入口



重庆晚报城市推荐官 陈均 摄

这个周六，大家都准备怎么度过呢？本期“厢遇要市”推荐四个有动有静的活动——无论你是热爱户外徒步，还是喜欢K歌放松，或是钟情乡村田野体验，都能找到心仪归属，与有趣的人共度充实又美好的一天。



女神节·K歌交友

周六

活动亮点：

专为女神节打造的脱单交友K歌局，轻松无尴尬，社恐也能放心参与。金曲嗨唱、趣味互动、缘分小游戏，用歌声打破陌生，在旋律中拉近彼此距离。不用刻意拘谨，自在展现自我，在欢乐氛围里邂逅同频的那个人。

主理人手记：

没有尴尬寒暄，只有歌声与欢笑。有人深情开嗓惊艳全场，有人轻声合唱默契满分，一个音符、一句合唱，就能悄悄拉近距离。周末不孤单，在轻松的K歌时光里，遇见属于你的春日缘分。据说，有的小伙伴就从这里开始脱单哦！

活动时间：3月7日(周六)14:30-19:00

集合地点：报名后添加主理人方可获得地址

周六

红星村徒步

活动亮点：

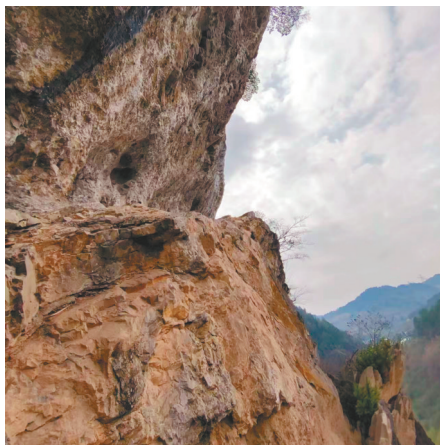
春日治愈系山野徒步，走进武隆白云乡红星村，沉浸式拥抱自然美景。沿途青山绿水、田园风光，路线休闲舒适，新手也能轻松驾驭。远离城市喧嚣，漫步乡间小路，用脚步丈量美好，呼吸清新空气，治愈身心疲惫。

主理人手记：

远离城市的车水马龙，投身山野的宁静治愈。一路风光相伴，伙伴同行，听风吹过林间，看云卷云舒。不用追赶时间，慢慢走、静静赏，沐浴阳光和花香，把烦恼丢在风里，把美好装进口袋。

活动时间：3月7日(周六)07:30-21:30

集合地点：轨道交通嘉州路站3B出入口



21期

植树认领 挖野菜打野

活动亮点：

春日限定田园体验，植树认领种下希望，亲手栽下小树苗，见证成长与生机；还有趣味挖野菜，解锁田间野趣，一起感受农耕快乐。无论是亲子出游，还是邀友同游，都超合适。

主理人手记：

亲手栽下一棵树，埋下一份期待；弯腰挖一篮野菜，收获一份野趣。泥土的清香、自然的生机，远离城市浮躁，沉浸式感受田园慢生活。特别是大家一起挖野菜：脆生生的折耳根、香喷喷的野葱，甚至是沾着露水的清明菜、透着野气的荠菜……简直不要太安逸。

活动时间：3月7日(周六)09:30-17:00

集合地点：轨道交通嘉州路站3B出入口

重庆晚报-厢遇记者 蒋婷