

讲述如何在关系中更好地理解自己女朋友

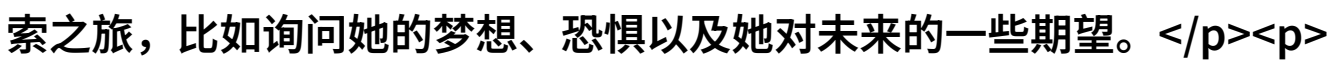
如何在关系中更好地理解自己女朋友的过程？

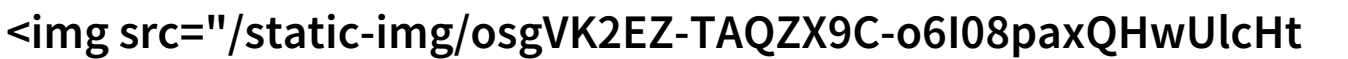


如何开始了解她？

首先，我们需要认识到每个人的性格、兴趣和需求都是独一无二的。

因此，了解女朋友的内心世界是非常重要的。这不仅包括她的兴趣爱好，也包括她的价值观和生活目标。我们可以通过日常对话来开始这个探索之旅，比如询问她的梦想、恐惧以及她对未来的一些期望。





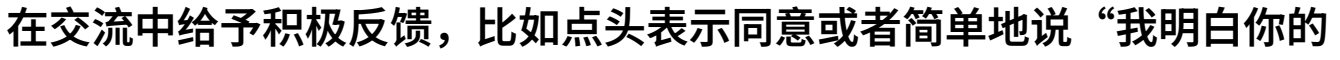
如何倾听并表达关怀？

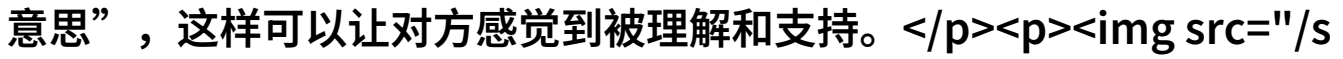
倾听是沟通中的关键。在与女朋友交谈时，要全神贯注地聆听，不要打断也不要做其他事情，这样才能真正理解她话语背后所隐藏的情感。而且，在交流中给予积极反馈，比如点头表示同意或者简单地说“我明白你的意思”，这样可以让对方感觉到被理解和支持。



如何共同成长？

人总是在不断变化的，而一个健康的人际关系应该能够适应这些变化。我们可以一起参加一些课程或活动，这样不仅能增进彼此之间的情感联系，还能促进个人成长。此外，我们还应该鼓励对方追求自己的梦想，即使这意味着我们可能会暂时分开，因为这是对彼此信任最好的证明。

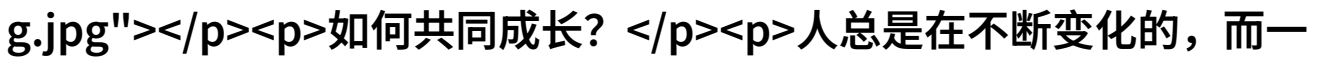


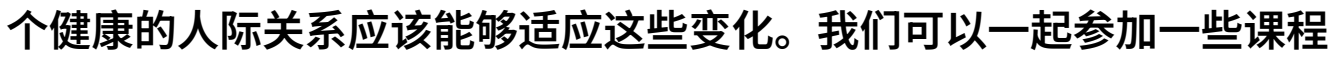




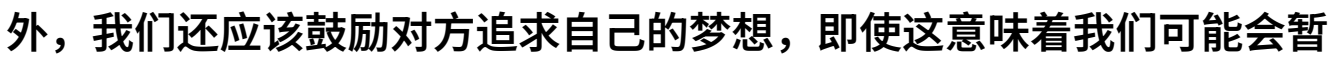


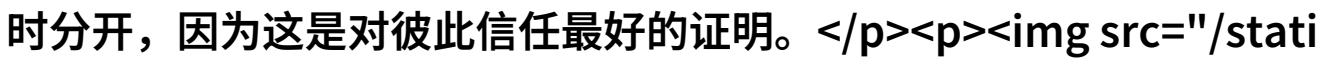














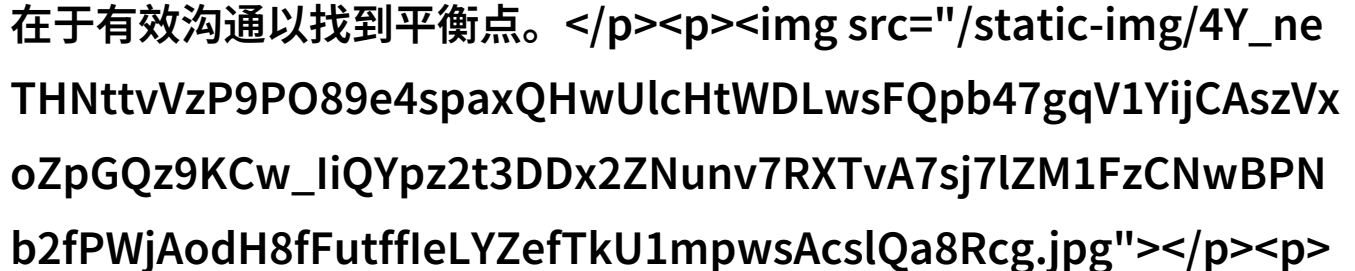




如何在冲突中找到解决方案？

任何关系都不

会完美无缺，有时候会出现矛盾和冲突。但是，如果我们能够勇于面对问题，并寻找双方都满意的解决办法，那么这种挑战就变成了成长机遇。记住，“讲讲是如何c自己女朋友”并不意味着只是顺从对方，而是在于有效沟通以找到平衡点。



如何保持亲密感？

尽管我们的生活节奏快，但保持亲密感对于维持感情关系至关重要。这可以通过简单但有意义的小举动实现，如定期写情书、送小礼物或者计划一次浪漫约会等。如果你不知道怎么做，可以试试翻阅那些关于恋爱的小册子或者咨询专业的心理顾问，他们提供了很多实际可行的建议。

最终怎样确保这一切都不白费？

最后，无论你采取哪种方法，最重要的是始终保持真诚。你不能欺骗别人也不能欺骗自己。如果你的行为完全出自本心，那么即使有时候看起来效果并不明显，你们之间依然建立了坚实的人际基础。而这，就是最宝贵也是最难得的事情——一种深刻而持久的情感连接。

[下载本文pdf文件](/pdf/795481-讲述如何在关系中更好地理解自己女朋友的过程情感交流技巧.pdf)