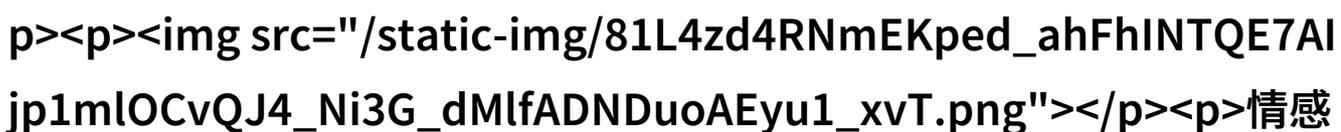
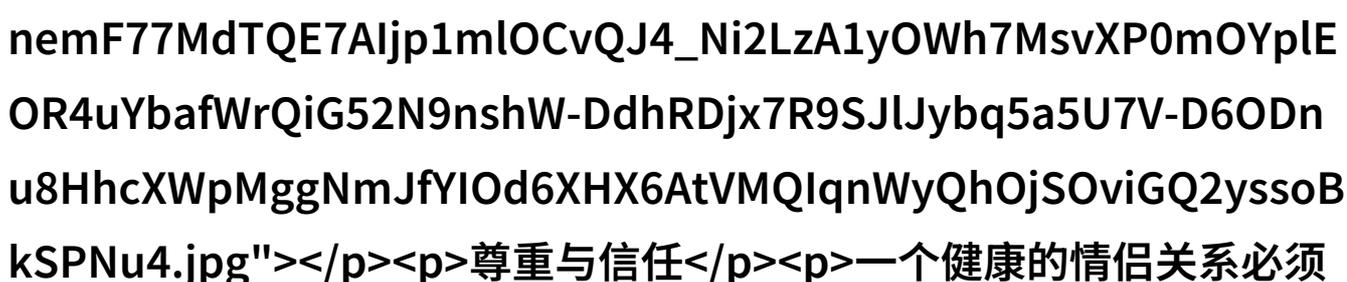


# 就去爱爱探索亲密关系的艺术与哲学

在当今快节奏的社会中，人与人之间的互动变得更加频繁，但真正深入的人际交流却显得异常稀缺。如何在拥挤的城市生活中找到真实的情感联系，是每个人都面临的问题。《就去爱爱》这本书，以其独特而深刻的视角，向我们展示了建立和维护健康情感关系的一系列策略。

情感沟通之道

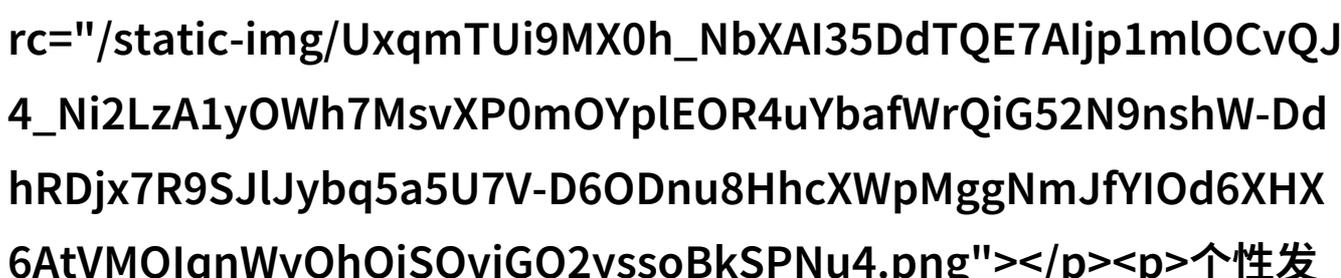
情绪是人类最直接、最强烈的情感表达方式之一。在日常生活中，我们经常忽略了对伴侣的情绪需求，这可能导致误解和分离。通过有效沟通，可以让双方更好地理解对方的心理状态，从而避免不必要的冲突。

尊重与信任

一个健康的情侣关系必须建立在相互尊重和信任上。当我们的伴侣感到被接受并且被尊重时，他们才会愿意开放自己的心灵。这份基础上的信任可以让两颗心彼此贴近，共同成长。

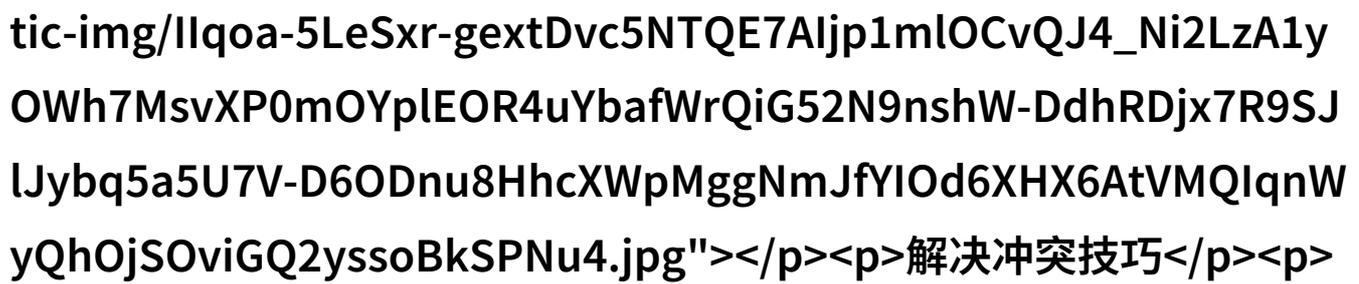
共享体验

分享同样的兴趣、活动或目标有助于加深彼此间的情感纽带。当我们一起经历挑战时，那份共同度过难关的感觉会增进我们的感情，让我们感到安全和支持。

个性发

展

每个人都是独一无二的人，每个人的需求、欲望和梦想也是独有的。了解并欣赏伴侣内在世界，同时也要鼓励他们追求自我实现，这样才能构建出一个平衡又充满活力的关系。



解决冲突技巧

任何关系都无法避免冲突，但重要的是如何处理这些冲突。如果能够学会妥协、倾听对方的声音，并以建设性的方式解决问题，那么即使是在紧张的情况下，也能保持良好的交流氛围，不至于影响整体关系质量。

未来规划

最后，规划未来是任何稳固恋爱关系必不可少的一环。这不仅包括经济上的规划，更是一种精神上的承诺，无论未来的道路多么崎岖，都愿意携手前行。这份对未来的承诺能够给予双方一种安全感，让他们知道自己不是孤单一人，而是一个团队中的成员。

[下载本文pdf文件](/pdf/457347-就去爱爱探索亲密关系的艺术与哲学.pdf)