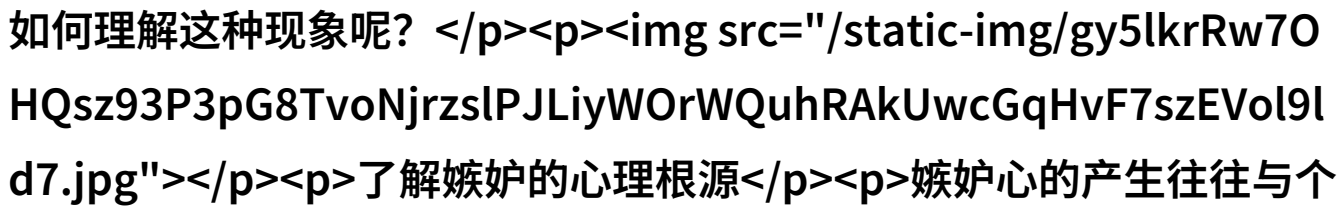
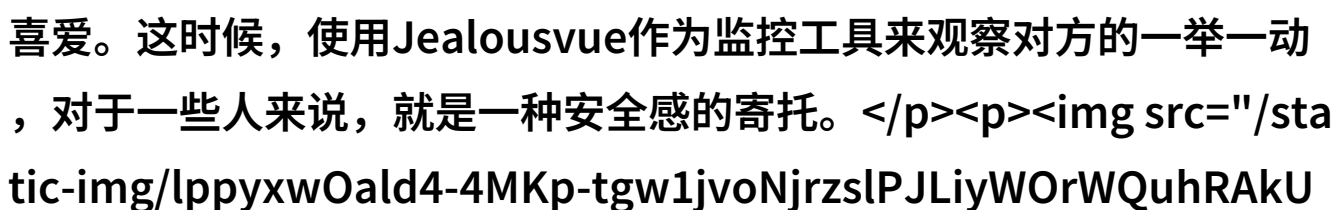


JEALOUSVUE熟睡DATE揭秘爱情中的嫉妒

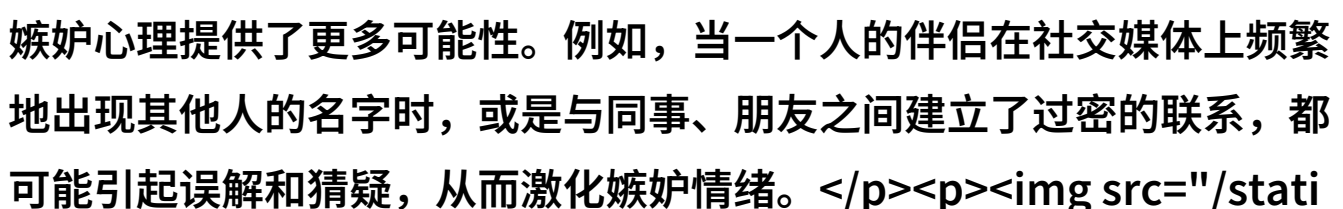
在人际关系中，特别是在恋爱关系中，嫉妒心的存在是非常普遍的。它不仅影响着双方的情感交流，也可能导致矛盾和冲突。那么，我们如何理解这种现象呢？

了解嫉妒的心理根源

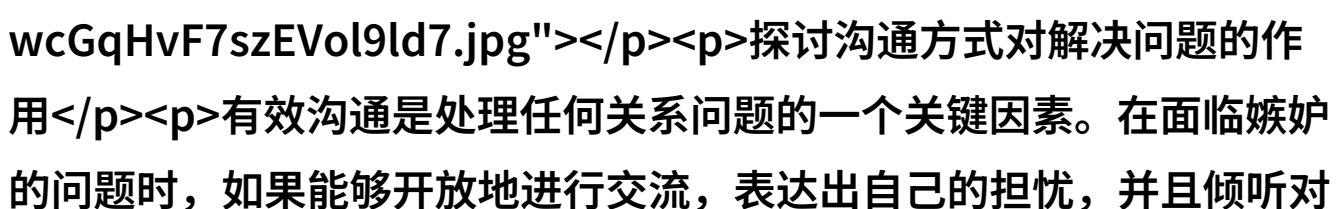
嫉妒心的产生往往与个人内心深处对于被爱和被信任的需求有关。当我们感到自己的伴侣对我们不够关注或忠诚时，就会开始担忧对方是否会背叛或者失去对我们的喜爱。这时候，使用Jealousvue作为监控工具来观察对方的一举一动，对于一些人来说，就是一种安全感的寄托。

分析复杂的人际交往

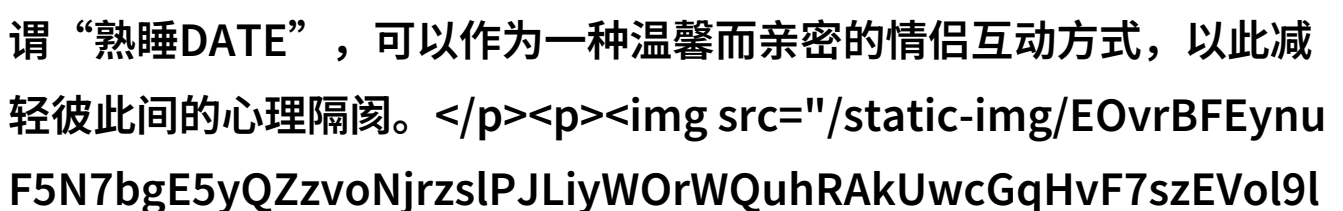
在现代社会，每个人都有自己的社交网络，与外界互动多种多样，这为嫉妒心理提供了更多可能性。例如，当一个人的伴侣在社交媒体上频繁地出现其他人的名字时，或是与同事、朋友之间建立了过密的联系，都可能引起误解和猜疑，从而激化嫉妒情绪。

探讨沟通方式对解决问题的作用

有效沟通是处理任何关系问题的一个关键因素。在面临嫉妒的问题时，如果能够开放地进行交流，表达出自己的担忧，并且倾听对方的声音，有时候就能找到解决问题的一条路径。通过日期活动，即所谓“熟睡DATE”，可以作为一种温馨而亲密的情侣互动方式，以此减轻彼此间的心理隔阂。

探索健康的情感管理方法

面对嫉妒心理，不应该采取极端措施，而应该寻找更为健康的情绪调节方法，比如通过体育锻炼、艺术创作等方式释放压力。此外，与专业的心理咨询师合作也是一种很好的选择，他们可以提供专业意见帮助你更好地管理你的情绪。



。</p><p></p><p>反思个体价值观念及自我成长</p><p>每个人的价值观念都是独特的，当我们遇到挑战或困难时，要学会从自己做起。如果发现自己容易因为小事情就陷入强烈的嫉愤之中，那么需要思考一下自己的内心世界以及如何提高自我认知和成长能力，这对于改善人际关系至关重要。</p><p>重视相互尊重与信任建立</p><p>最终，要想避免由於日常生活中的小插曲引发的大波澜，最重要的是要建立一个基于相互尊重和信任基础的人际关系。当两个人的感情深厚得足以抵御外界干扰，那么即使发生了什么让某些人觉得令人不安的事情，也能够用宽容和理解来化解冲突。</p><p>下载本文pdf文件</p>