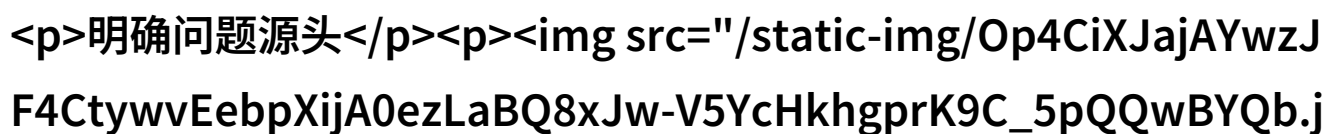


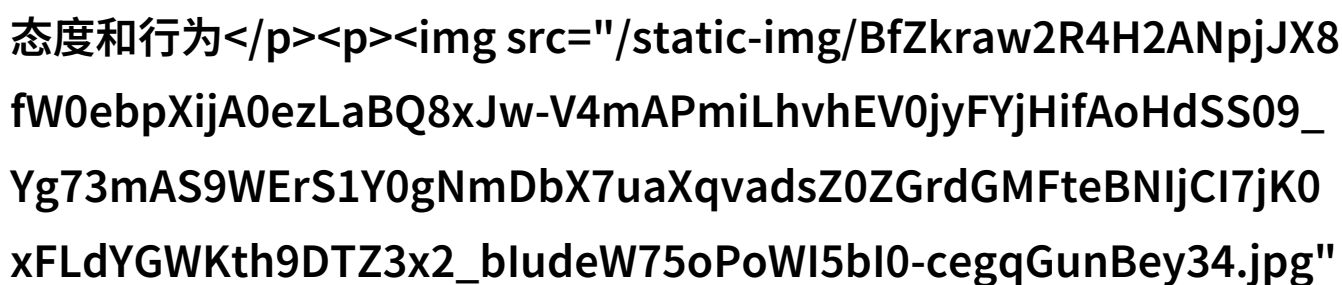
挽回失去的爱情重建关系的艺术与智慧

明确问题源头



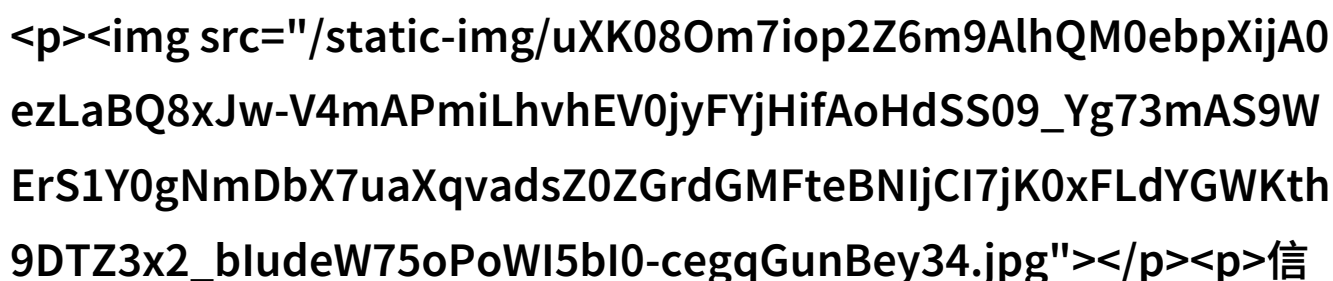
在挽回过程中，首先要做的是深入理解为什么关系会走向分手。这可能是由于沟通不畅、误解或一方的一系列行为。通过分析问题的根源，可以更有针对性地采取措施来解决。

调整自己的态度和行为



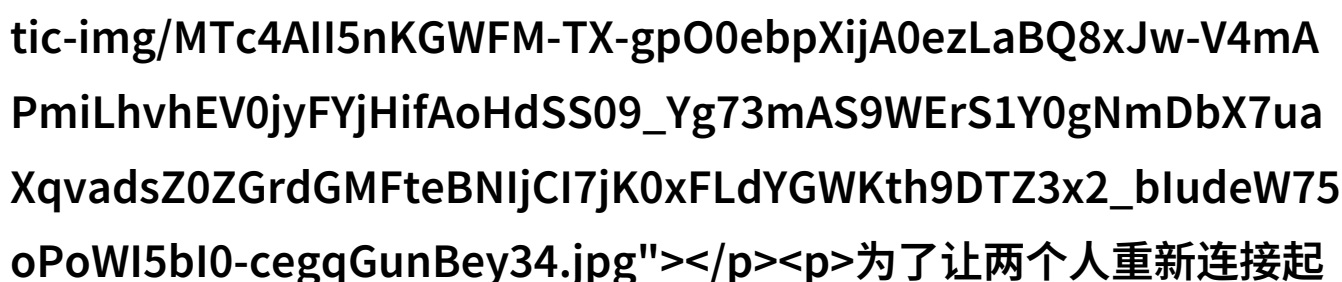
改变自己可能是造成问题的关键因素。比如，要更加开放沟通，不再有条件地要求对方满足你的所有需求，同时也要减少对过去错误的抱怨，这样可以为双方提供一个新的开始。

重建信任



信任是任何关系中的基石。在恢复过程中，需要通过诚实和透明来重建彼此之间的信任。这包括遵守承诺、坦白过去的问题以及展现出你愿意为维护这段关系而努力。

重新建立联系



为了让两个人重新连接起来，可以尝试一些共同兴趣活动，如旅行、学习新技能或者参加社交活动，这些都能帮助你们建立新的共同记忆并增进感情。

学习如何相互支持



g73mAS9WErS1Y0gNmDbX7uaXqvadsZ0ZGrdGMFteBNljCl7jK0x
FLdYGWKth9DTZ3x2_bludeW75oPoWI5bl0-cegqGunBey34.jpg">

</p><p>每个人的生活都会遇到挑战，在这个时候，能够给予对方支持和鼓励将极大地加强彼此的情感纽带。学会倾听对方的声音，并在他们需要的时候提供帮助和安慰。</p><p>终身学习与成长</p><p>最后，

无论是在工作还是在人际关系方面，都应该持续学习和成长。这不仅能提升个人的价值，也能使你成为一个更优秀的人，让你的伴侣感到骄傲，并且愿意继续这段旅程。</p><p>

下载本文pdf文件</p>