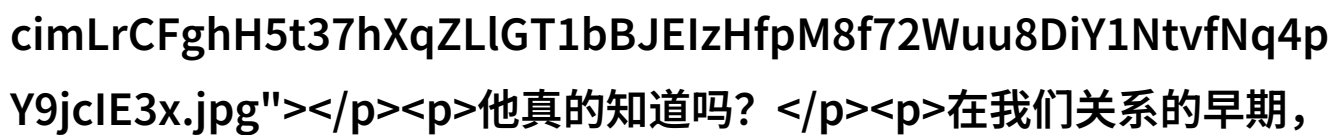
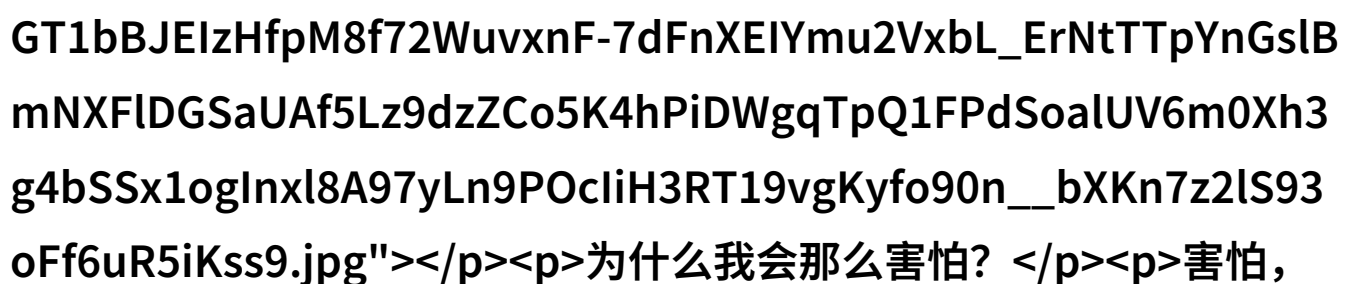


男朋友说我紧张的是真话假话男朋友的言

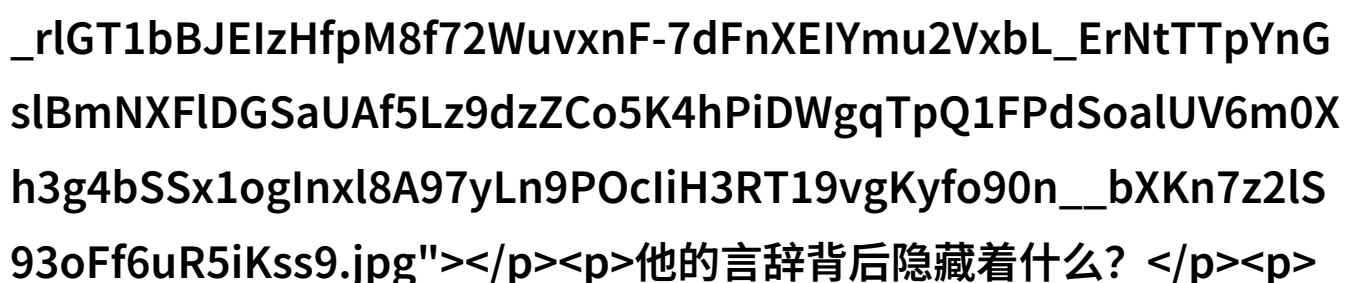
男朋友说我紧张的是真话假话

他真的知道吗？

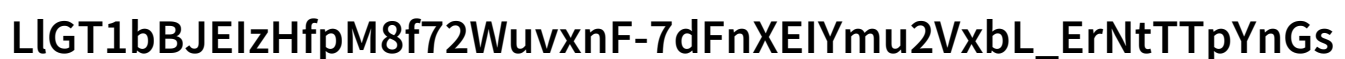
在我们关系的早期，我总是会对男朋友坦白自己的紧张和不安。每当我面对新的挑战或者遇到困难时，我都会毫不犹豫地告诉他我的感受。他的回应通常充满了理解和安慰，但有时候，他会轻描淡写地说：“你紧张的时候说的都是真话。”

为什么我会那么害怕？

害怕，是一种深层次的情绪反应，它源于内心深处的恐惧和不安。当我们面对未知或可能带来风险的事情时，害怕就像一只无形的手，在我们的心中挥舞着。如果一个小小的失误都能让人如此焦虑，那么更大的压力又该如何呢？

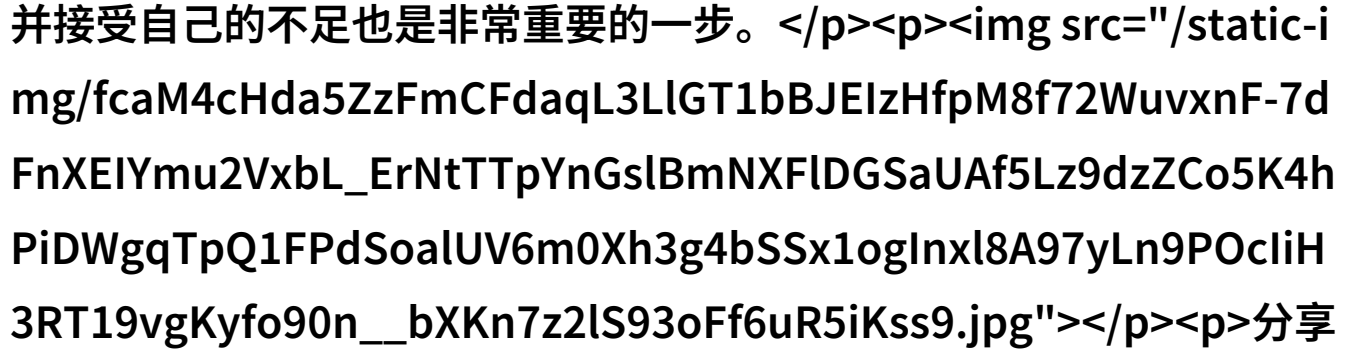
他的言辞背后隐藏着什么？

每当听到这句话，我总是在思考：他真的理解我的感受吗？还是只是出于礼貌而这么说？我开始质疑自己是否过于敏感，也开始怀疑自己是否真的能够表达得清晰。我试图通过行动来证明我的真诚，而不是仅仅依靠言语。

如何克服这种紧张感？

为了

减少这种紧张感，我们需要学会放松自己的情绪，并且学会合理安排时间去处理这些问题。比如，分解任务、设定目标、寻求专业帮助等，这些方法可以帮助我们更好地管理自己的心理状态。在这个过程中，了解并接受自己的不足也是非常重要的一步。



分享与支持是怎样的体验？

随着时间的推移，当我学会了更好地管理自己的情绪后，我发现自己变得更加自信，也更加愿意与别人分享我的担忧。这不仅让我感到被理解，同时也让我意识到，真正的支持来自于互相之间的开放沟通。而那个关于“tightness”的讨论成为了我们关系的一个转折点，让我们的交流更加直接和深入。

未来怎么办？

虽然现在看起来一切都很顺畅，但是生活总是充满变数。在接下来的日子里，无论遇到何种挑战，都希望能够继续保持开放的心态，不断学习如何更有效地表达自己，同时也期待男朋友能够不断提高他的洞察力，以便在关键时刻给予最恰当的支持。这段旅程虽艰难，却也让我们的爱情变得更加坚固。

[下载本文pdf文件](/pdf/341317-男朋友说我紧张的是真话假话男朋友的言辞背后隐藏的真相.pdf)