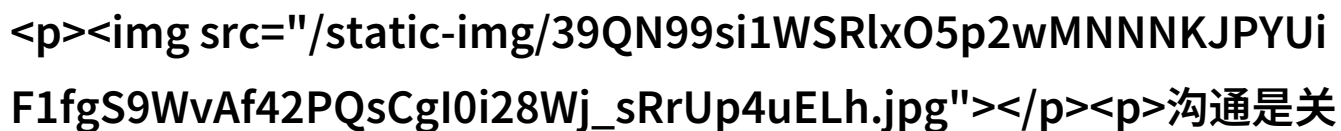
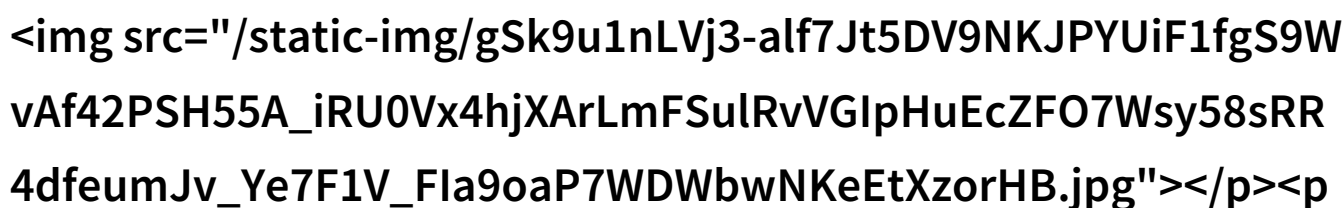


应对女婿提那的策略与建议

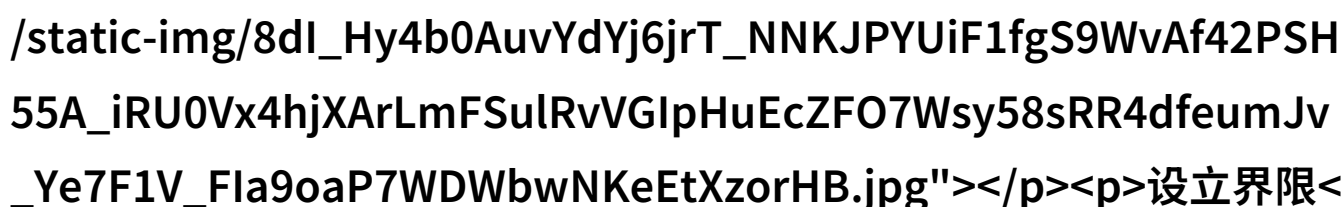
在家庭生活中，女婿提那可能会成为一些家庭成员面临的问题。如何有效地应对这些问题，既要维护家庭和谐，也要考虑到个人的情感需求。在这里，我们将提供六个策略来帮助你更好地处理这个问题。

沟通是关键

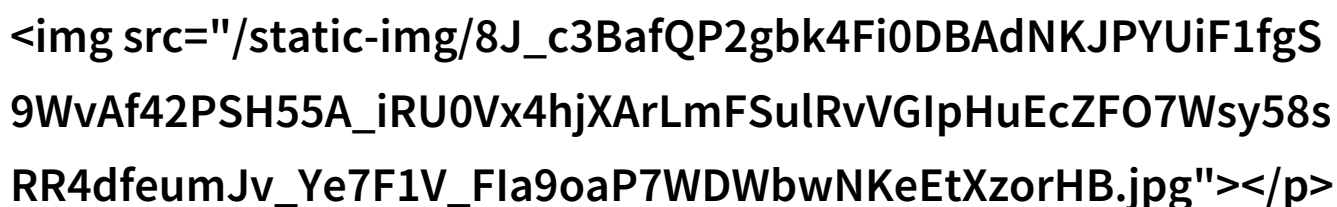
在任何冲突解决过程中，良好的沟通都是至关重要的。首先，要确保双方都能够平等地表达自己的观点和感受，不被对方的话语所打扰或误解。这需要耐心、同理心以及清晰明了的语言表达。

理解彼此

每个人都有其独特的背景和价值观，这些因素会影响他们对事物的看法。如果能深入了解对方的心理状态和行为动机，就可能找到共同点，从而促进互相之间的情感交流。

设立界限

在处理关系时，有时候需要为自己设立界限，这样可以保护自己的权益不受侵犯，同时也让对方知道哪些事情是不可接受的。界限应该是明确且合理的，以避免过度依赖或过分控制的情况发生。

寻求外部帮助

当内部努力无法解决问题时，可以考虑向亲密朋友、家人或者专业人士寻求帮助。第三方通常能够提供新的视角，并通过客观分析来协助双方达成共识。



0Vx4hjXArLmFSulRvVGIpHuEcZFO7Wsy58sRR4dfeumJv_Ye7F1V_Fla9oaP7WDWbwNKeEtXzorHB.jpg"></p><p>培养自我成长</p><p>提升自我是一个长期而持续的事业，对于提高自己的情绪管理能力、增强内在力量以及增加解决问题的方法论非常有益。此外，还可以通过学习新技能或参与社交活动来丰富自己的生活体验，从而减少由于无聊或单调导致的一系列矛盾。</p><p>保持积极态度</p><p>即使遇到困难，也要尽量保持积极乐观的心态。当我们感到沮丧时，往往会采取消极行动，这反过来又加剧了矛盾。因此，要学会从不同的角度看待事情，并相信最终所有的问题都有解决之道。</p><p>下载本文pdf文件</p>