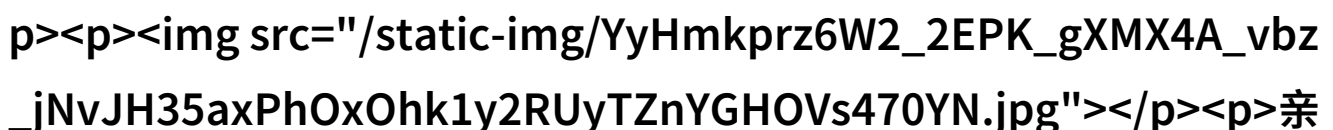
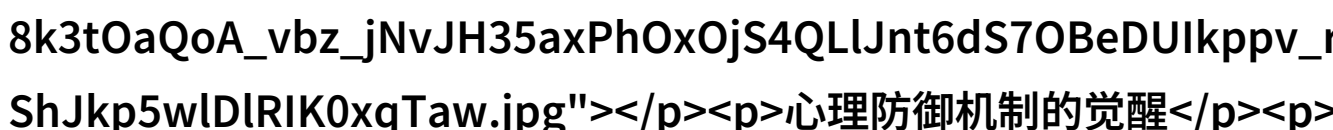


朋友的喷泉被玩弄的心灵之旅

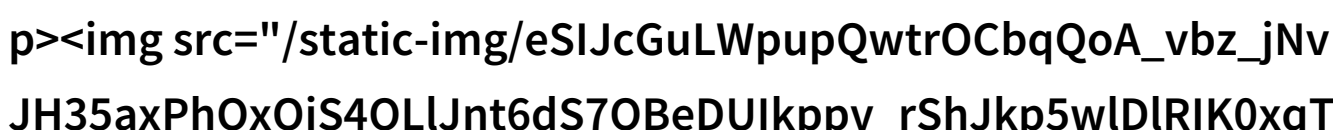
在这个充满欢笑和泪水的故事里，我们追溯了一个人的心灵深处，揭示了友情背后的复杂与狡猾。朋友把我玩成喷泉状态，这个过程中，我学会了许多关于人际关系、心理防御机制以及自我认知的重要性。

亲密关系中的游戏规则

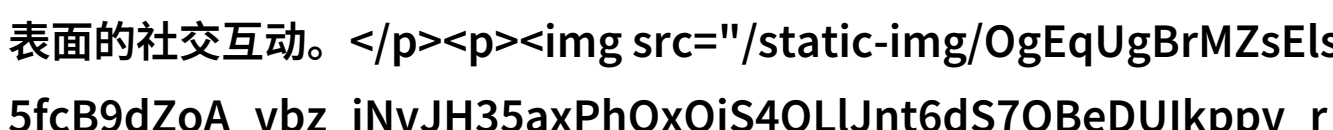
在最初的一段时间里，我的朋友们似乎总是在挑战我的边界，他们用幽默和关怀掩盖着真正的意图。我开始意识到，在亲密关系中，每个人都有自己的游戏规则，而这些规则常常是无形且不公平的。

心理防御机制的觉醒

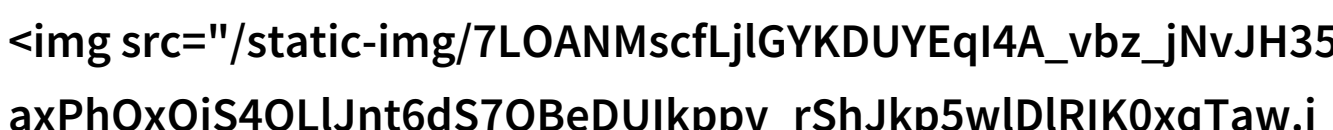
当他们不断地测试我的耐心时，我发现自己正在形成一套心理防御机制。这包括逃避、攻击回击以及自嘲等行为。我开始认识到这些行为是如何影响我们的互动，以及它们对双方的心理健康产生长远影响。

自我认知的大门打开

通过这种“喷泉”的经历，我得以深入了解自己的内心世界。我发现自己对于友谊和信任有着不同的需求，并且学会了区分出哪些是真实的情感支持，而哪些只是表面的社交互动。

友情与责任的界限探讨

我们一起度过了太多难忘瞬间，但当他们超越了界限的时候，我必须站出来重新定义这段友情。在这个过程中，我学到了如何清晰地表达自己的感受，同时也学习到了接受拒绝并维护自身权利的勇气。



人际交往中的策略思考

我开始理解到每个人都是策略家，都在寻找最有效的人际交往方式。有些人可能会使用甜言蜜语来赢得你；另一些人则可能利用你的弱点来支配你。在这个过程中，我学会了一种更为智慧的人际处理方法——既要坚守原则，又要保持同理心去理解他人的立场和欲望。

情感管理与成熟度提升

最终，当我从“喷泉”状态走出来时，我变得更加成熟，也更加能够控制自己的情绪。当面对未来的任何情况时，无论是再次被卷入这样的局面还是其他形式的人际挑战，都能稳定而冷静地应对，因为我已经具备了足够的情感管理能力。

[下载本文pdf文件](/pdf/496878-朋友的喷泉被玩弄的心灵之旅.pdf)