

0:05 / 15:27

• 本期内容 •

“秀”和“作”究竟在表达什么？|不确定性

-本期你将听到-

- 1.秀在表达什么
 - (1) 不确定感
 - (2) 我不配有爱
- 2.作在表达什么
 - (1) 测试你够不够爱我
 - (2) 成功焦虑

-精彩内容摘选-

1.秀有时候来自对感情的不确定，害怕自己没有强大的拥有爱的实力，没那么大竞争力。更多优质课程加微信:YPKC001

2.秀有时候其实是给自己看的。对于自己会不会得到爱，在心里是一个否定的答案。所以不是在昭告天下，而是在不断让自己相信自己确实拥有。

快来发表你的观点吧！

发表留言

所以我一定要高高在上，颐指气使，完成对自己情感的确定。

4. 当自己内心对情感是如此不确定，就很难通过对方良好的呼应来完成内心安全感的确认，就会不断升级。

5. 如果你坚定地认为不能太高兴，高兴时间长了就该出问题了。那在潜意识中就会作，会破坏你的平静，无事生非，来释放成功焦虑。

更多优质课程加微信:YPKC001

收起 ^

< 上一期
为什么总是我在“付出”？|...

下一期 >
放不下的前任，消不退的心痛...

精选留言

暂无评价

快来发表你的观点吧！

发表留言