情侣交往过程中最忌讳的就是彼此的不信任，而不被信任的爱情，只会让人觉得痛苦，累，而往往这种感情，最后都会分开。

为什么说不被信任的爱情最终都会分开，因为即使两个人再相爱，但双方没有信任感，只会想要把对方抓的更紧，只会想要把对方牢牢的栓在自己身边，但这样的爱情就像两只刺猬拥抱，抱的越紧反而越痛苦。

因为不相信对方，所以在对方出门的时候，你会怀疑对方是不是去找别人，当他不接你电话不回你信息的时候，你会想他是不是在陪别人，当他不愿意跟你聊天，不愿意回你话的时候，你会想他是不是有了别人。

总之你害怕失去他，所以你把他看的很紧，而这样的爱情，让他觉得没有个人空间，没有自己的自由时间，就好似一定要活在你的眼皮底下你才开心。

你会痛苦，而被你爱的人也痛苦，你们都会很辛苦，到最后你越来越敏感，而被你爱的人越来越觉得这段感情给他的只有窒息感，没有了爱情原本应该有的美好，所以到最后两个人一定会分开。

在爱情里没有什么所谓的个人空间，也没有什么太多的隐私，如果你愿意对你的恋人坦白，任何事情都与对方沟通，其实就不会造成不信任的情况，但往往有些人总是有一些秘密不愿意让恋人知道，结果就导致两个人之间好似总有什么东西挡在中间，让两个人的距离明明很近，但却又觉得似隔着山海。