**相处要点**

**容易造成破坏的行为：**

1. 晚上睡前谈论三观、未来、健康等严肃话题 —— 容易吵架
2. 一方情绪低、能量低时，电话交流 —— 心情更不好，应及时挂断、避免继续交谈

**不要和对方谈论的话题：**

大房子、孩子

**对方谈及我不喜欢的话题：**

温和地告知自己不喜欢，并立刻中止这个话题

**分清哪些事情是对方真正影响到我的，否则克制要求对方：**

**总体原则：少和对方逼逼叨，惹人烦**

* **食品安全**

1. 过期食品（看到就扔，避免争吵，不要生气、不要心疼钱，对方愿意花，买的时候对方开心了，钱总是要花的，自己也不是每分钱都用到刀刃上）
2. 塑料（不用塑料加热、不用塑料触碰热菜，如有发生，要求对方积极告知，自己不吃就好了，善意提醒一周一次，以身作则）
3. 农残（清洗非有机蔬菜的时候，自己参与，自己不参与，就少逼逼，不放心可以少吃，不要心疼会剩下来，食物扔了也会被其他微生物吸收、营养土壤等）
4. 剩菜（自己不吃，看情况扔，无论再贵的食材只要是剩下来就失去了原先的价值，扔了也会加入自然循环、被微生物吃掉，不会浪费的）
5. 食物多盐（涮水后再吃，克制自己和对方逼逼的次数，善意提醒一周一次，以身作则）
6. 非质量放心食品（不吃，如果无法避免对方会给自己用到，就扔）
7. 器皿：觉得不放心就换、给猫狗用或者种花草

* **空气安全**

1. 不添加板材（如果对方购买，阻止；无法阻止，不要生气，远离，等过一个月对方新鲜劲过去了再扔，不要心疼钱，至少对方买了开心了一个月）
2. 可活动的家具视情况扔和更换
3. 燃气灶燃烧的有害气体（和对方逼逼要求开油烟机--全程开，自己多用电磁炉，远离厨房，一年后考虑厨房加门2025.5.9- 一年内不和对方提及该解决方案）

* **感官体验**

1. 垃圾乱扔（非对方卧室外，要求扔掉）
2. 床上吃东西（2025年后，次卧加床，其他床都不管，暂时忽视）
3. 餐盘等（觉得脏，自己不想收就不收，对方询问缘由，再耐心告知，多用厨房纸巾，不要心疼浪费，想想美国用法）
4. 东西乱放（应当给对方一定空间去放置，地方是共同的，对方怎么放都不管，感觉对方超过空间，帮忙放回去或者视情况扔掉，不要总收拾，物品多了就扔）