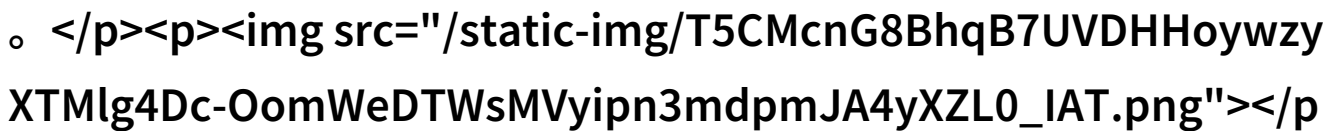


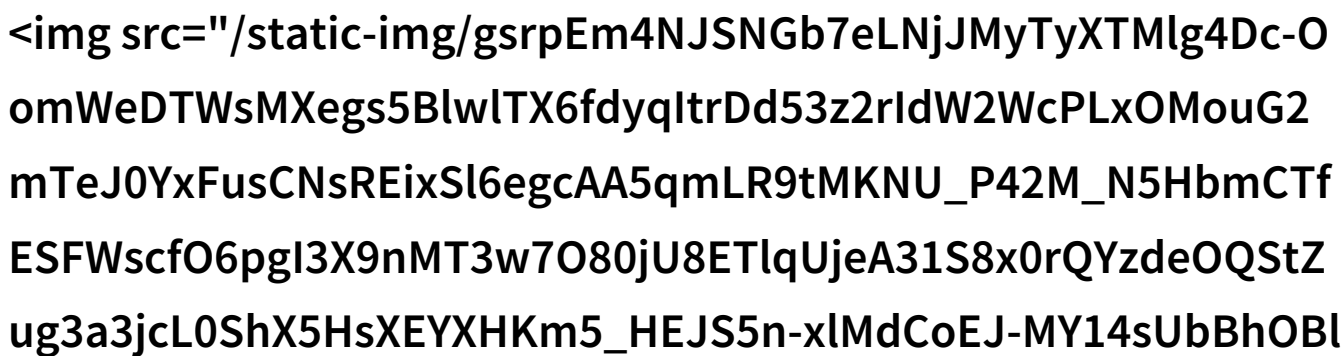
前女友黑化日常-逆袭的阴影前女友的黑化日常

在现实生活中，有些人在感情关系结束后，可能会经历一段时间的痛苦和悲伤，但也有部分前女友选择走上了一条黑化的道路。这种情况下，她们往往会表现出极端的情绪波动，从而影响到周围人的正常生活。



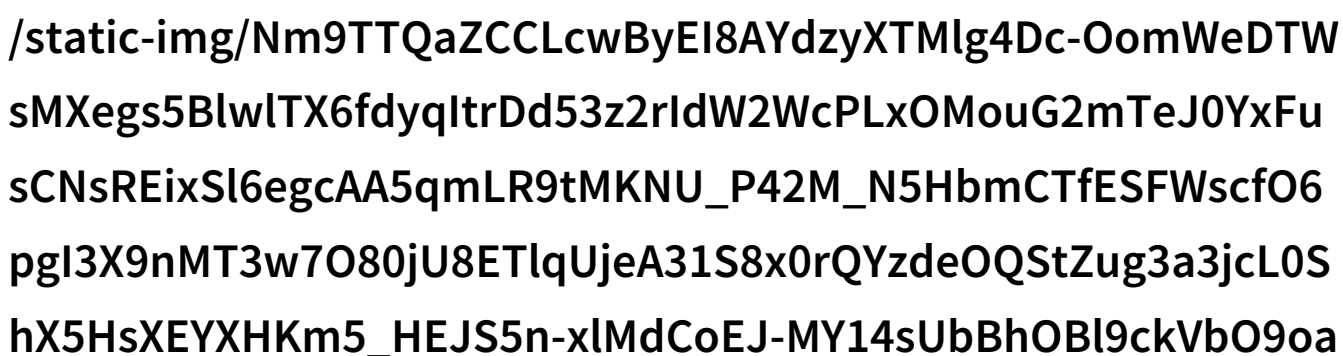
例如，有一个案例显示，一位名叫小红的女孩与她的男朋友分手后，开始变得越来越神秘和冷漠。她总是穿着成套的黑色服装，不仅外表阴森，而且还喜欢在社交媒体上发表一些不太吉利的话语。这让她的朋友圈都感到害怕起来。

另一个例子是小洁，她曾是一个温柔善良的人，但是在一次意外的事情之后，她突然变了一个人。她的行为变得不可预测，对周围的人态度也大变样。她甚至开始散播谣言、挑拨离间，这种行为让她原来的朋友们都不敢再近距离接触她了。



对于那些遭遇前女友黑化日常的情况人来说，可以采取以下几步来处理这个问题：

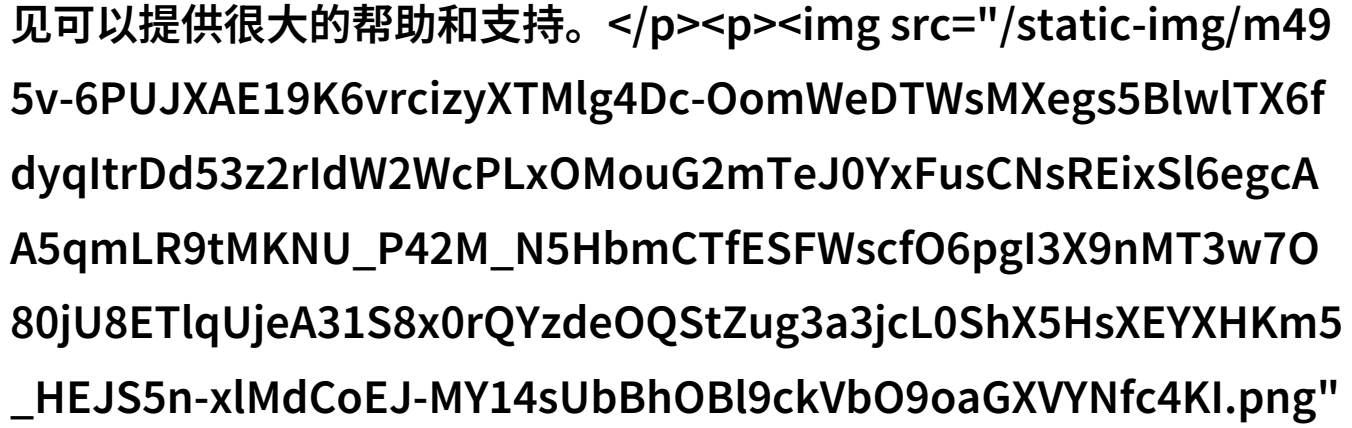
首先，要保持冷静，不要被对方的情绪所左右。面对这种情况，最重要的是不要回应他们的负面情绪，因为这只会使事情恶化。



其次，设定界限。如果对方的一些行为对

你的日常生活造成了影响，你需要明确地告诉他们你不能再接受这样的待遇，并坚持自己的立场。

最后，如果情况严重，可以考虑寻求法律援助或专业的心理咨询。在处理这种复杂的人际关系时，专业意见可以提供很大的帮助和支持。



总之，无论如何，都要保护好自己，不要因为别人的情绪波动而失去自我。这也是为何人们说“爱自己”，只有当我们能够照顾好自己的时候，我们才有能力正确地处理那些复杂的人际关系。

[下载本文pdf文件](/pdf/762175-前女友黑化日常-逆袭的阴影前女友的黑暗转身.pdf)