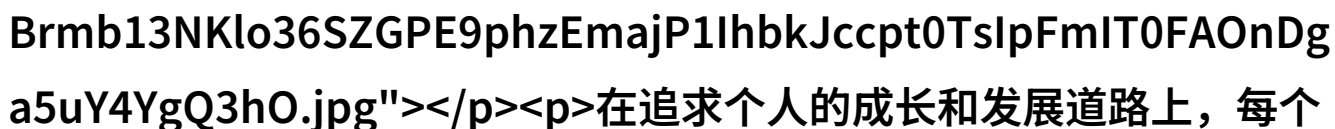
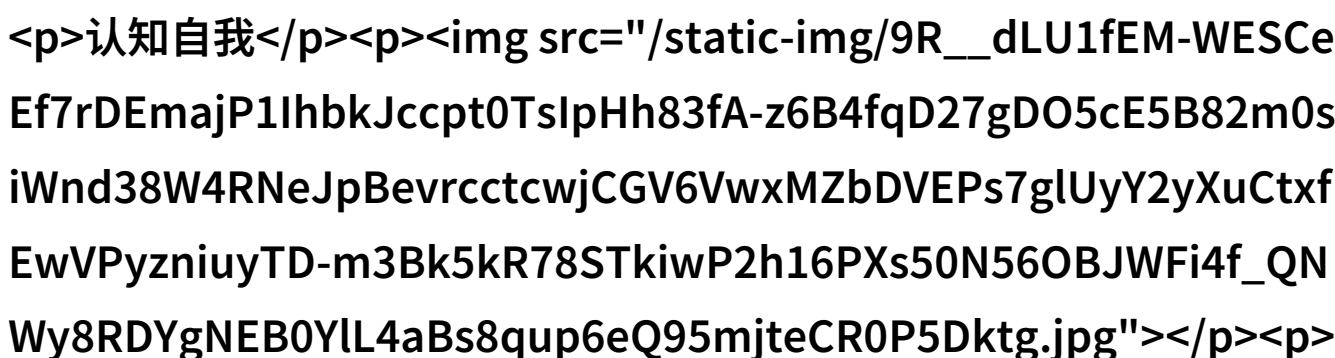


揭秘G点之旅自我发现的艺术

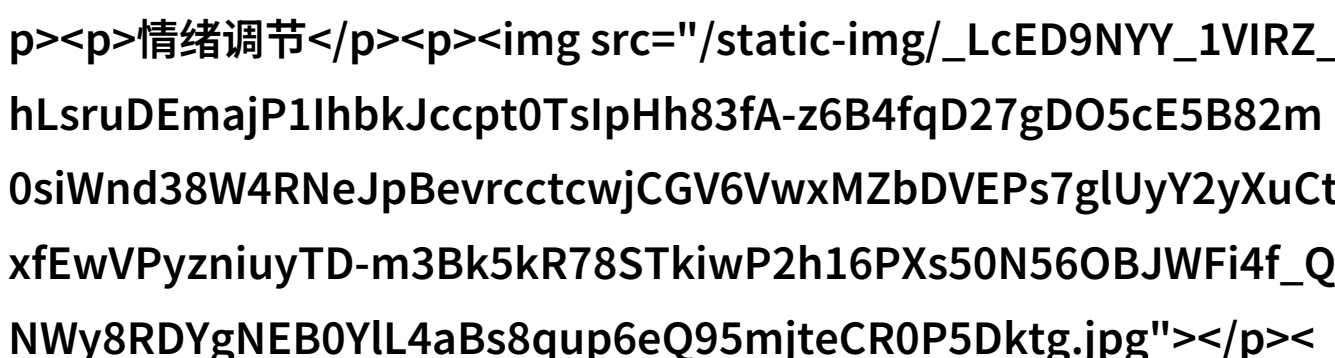
揭秘G点之旅：自我发现的艺术

在追求个人的成长和发展道路上，每个人都有一个独特的“G点”，它是我们内心深处最真实、最强烈的情感反应所在。找到自己的G点，不仅能够帮助我们更好地理解自己，也能带来更丰富的人生体验。在这个过程中，寻找合适的教程是关键。

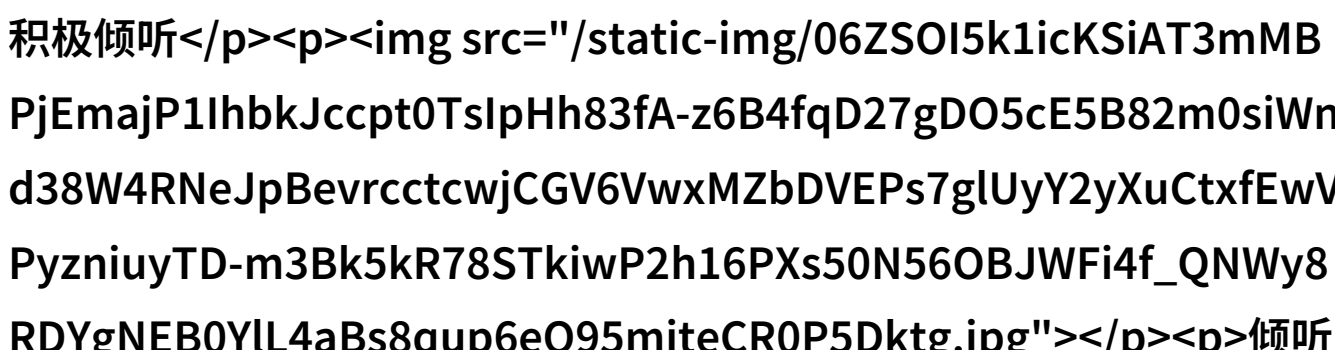
认知自我

在了解自己之前，我们首先需要认识到自我价值与不足。通过心理测试和反思，我们可以逐渐了解自己的性格、兴趣爱好以及潜在的能力。这一过程通常涉及对过去经历进行回顾，以及对未来的期望进行设定。

情绪调节

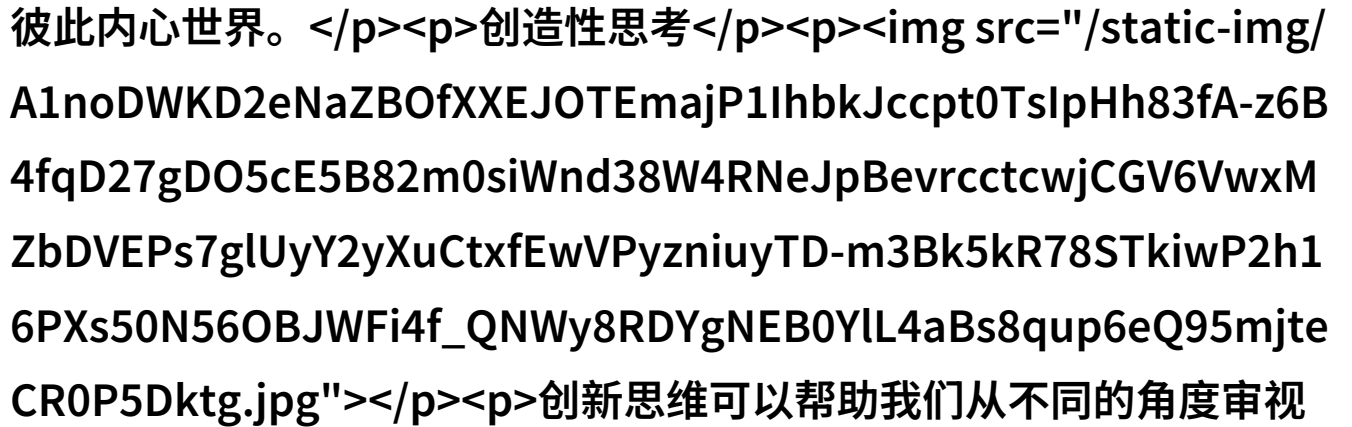
情绪管理对于找到G点至关重要，因为我们的情绪往往会影响我们的决策和行为。学习如何识别并有效处理负面情绪，可以帮助我们保持清晰头脑，从而更加接近那个触发我们深层次情感反应的地方。

积极倾听

倾听

他人尤其是那些经验丰富或智慧超群的人的声音，可以为我们提供宝贵的视角。此外，与志同道合的小伙伴交流也能激发新的想法，共同探索彼此内心世界。

创造性思考



创新思维可以帮助我们从一个不同的角度审视问题，开启新的可能性。当你尝试将现有的知识与你的具体情况结合起来，你可能会惊喜地发现一些以前没有意识到的联系，这些联系可能指引着你的G点所在。

践行与反馈

实践才是检验真理的唯一标准。在不断尝试和失败之后，再次回到起始位置，并分析哪些方法奏效了，哪些需要改进。这一过程中得到的一切反馈都是宝贵的资源，有助于你一步步靠近那个触动你灵魂的地方。

持续探索

找到自己的G点并不意味着结束，而是一个开始。在这一过程中，你将不断地发现更多关于自己的秘密，这也许会改变你的生活方式，让你变得更加充实、满足。如果不停止探索，那么无论未来发生什么，都不会让你的精神世界感到空虚。

[下载本文pdf文件](/pdf/505602-揭秘G点之旅自我发现的艺术.pdf)