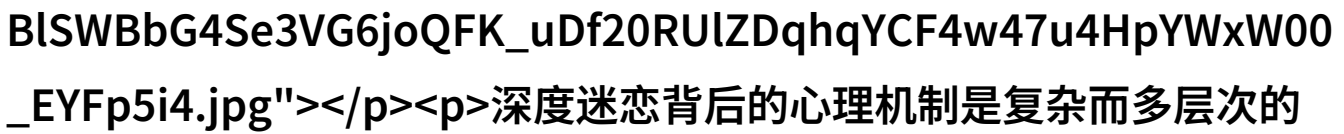


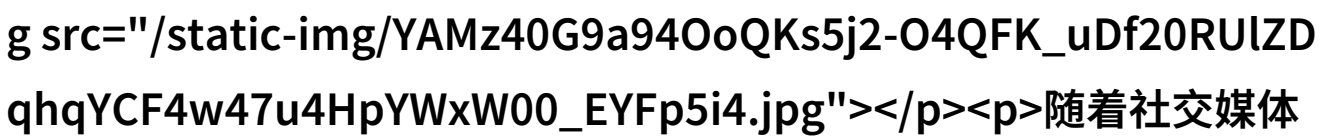
深度迷恋揭秘心灵的无尽追逐

心理学角度下的深度迷恋

深度迷恋背后的心理机制是复杂而多层次的

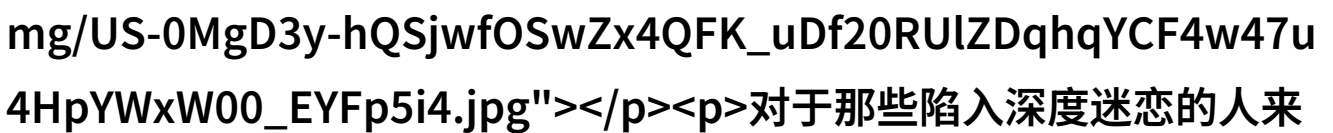
，涉及到人类的情感需求、社会认同以及对伴侣的依赖。它可能源于个体在童年时期未能获得足够关爱或安全感，从而在成年后寻找通过关系来填补这些缺失。

社交媒体时代的深度迷恋现象

随着社交媒体

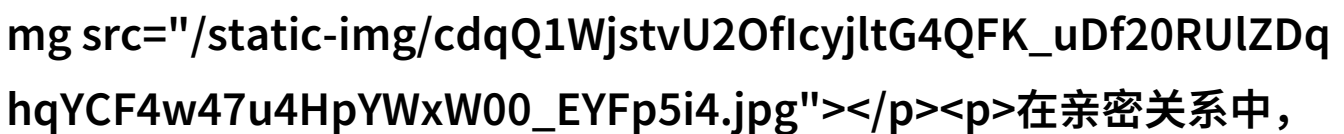
技术的发展，我们越来越容易被别人的生活轨迹所吸引，这种现象正导致了网络上广泛存在的一种叫做“虚拟粉丝”的现象。人们通过观察他人分享的内容，试图找到自己缺乏的一面，并将其作为目标去模仿和追求。

深度迷恋与自我认知的关系

对于那些陷入深度迷恋的人来说，他们往往会忽略自己的价值观和个人特质，而是过分地专注于伴侣。

在这个过程中，他们可能会失去自我意识，甚至开始模仿对方，以此来维持这段关系。

亲密关系中的深度迷恋表现形式

在亲密关系中，

深度迷恋可以表现为极端的情感投入，比如不断地给予关怀、理解和支持，无论是在情感上还是物质上。这种行为看似温馨，但实际上也可能是一种控制手段，用以维持对方对自己的依赖性。

深度迷恋如何影响个体的心理健康

长期陷入深度迷恋可能会对个体的心理健康产生负面

影响，如焦虑、抑郁等情绪问题。此外，它还可能导致个体放弃原本有利于自己成长和发展的人际互动，从而限制了其全面成熟和发展。

如何从深层次解脱出这一状态

解脱出深层次的感情困境需要时间与努力，不仅要有意愿，还需采取具体行动，比如减少与对象接触频率，或参与兴趣活动提升自我价值感，最终实现自主性的恢复并重建更平衡的人际互动模式。

[下载本文pdf文件](/pdf/120122-深度迷恋揭秘心灵的无尽追逐.pdf)