



“來自星星的你”

出現時...

—愛情初體驗

今天讓我們來『談情說愛』…

◎ 我覺得愛是……………

(試想三中可代表愛的物品、動物、植物、大自然等)

【閉上眼睛!think~】

◎ 是什麼讓你想到這些東西?!

◎ 這就是你所感受過的“愛”~放在心裡好好的品嚐唷!





- 每個人想到的”愛”之所以不同，因為愛是獨特的，會自己感覺到放鬆、自在、愉快，以及幸福感，以致帶給自己體驗到的形式、程度、以及價值觀就會有所不同！

一起來看一個關於“愛”的故事！

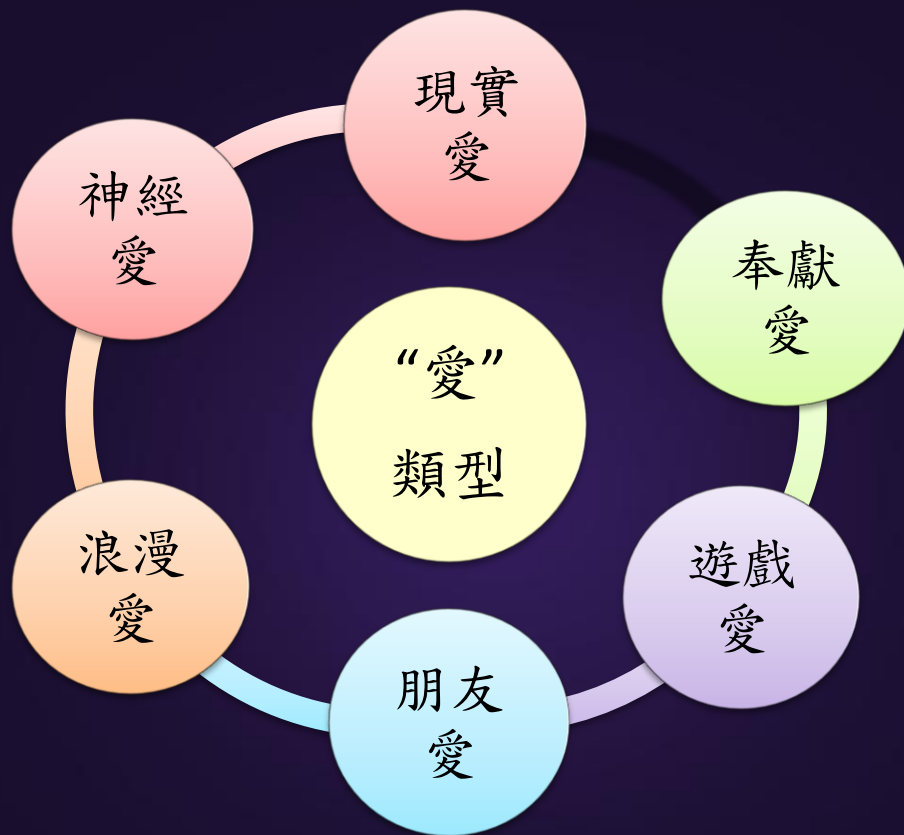


- 如何讓自己在這樣的關係中解脫出來呢？人們常會有一種迷思是：「我只要全心全意的付出，對方就會跟我在一起」，會委屈自己付出所有的一切，只求對方跟你在一起。
-
- 可以提醒自己去思考另外一種的可能性：「那有沒有一種可能是你在付出愛情同時，也會重視到自己的需求呢？」只要委屈自己，就可以得到對方的愛，是這樣嗎？讓個案認識到，付出一切委屈自己，並不是可以控制對方來愛你，對方事實上也有自己可以選擇的權利。
-
- 在愛情當中，我們習慣向外看，看到對方是否愛我認同我，我們常會忽略了向內看，問一個最簡單的問題：「我們在關係當中，是否你掉入了失去愛自己的牢籠，是為全心全意的為對方付出，找不到自己在哪裡呢？」
-
- 若愛情的關係讓你感覺到苦惱，若感情讓你感覺到沮喪，試著讓自己休息片刻，靜下來找到你自己，回到自己身上愛的源頭，重新的從疼愛你自己開始。



愛，對內、對外
——到底有什麼“關係”？！

論 六 類 愛 的 類 型



木目 — 木目 心 心



- ※在你的經驗過的關係中，曾出現過哪些類型？
- ※在那樣類型的關係中，你感覺如何？

- 在愛的分類中，當然沒有絕對，但每個人都想要一個完美的愛，這是需要時間及耐性去發覺並爭取的，沒有任何一個人可以找到完全適合自己的對象，都是在逐漸調整的狀況之下才能漸漸的適合。

學生輔導中心關心、陪伴這每一個你(妳)~

讓我們在馬偕的學習路健康又快樂😊



學輔FB：馬偕專校學輔中心粉絲團

