

「愛情先修班---青春四人行」學習活動三

我倆是朋友或情侶？  
作決定的技能



# 【活動一】

## 大話情人 & 情人的條件(15')

大話情人——與同學討論現今的八卦或是緋聞，認為現在最轟轟烈烈的明星戀情有哪一些人？如蔡#琳及周#倫、#月與霍#奇…，大家如何看待這些戀情，請學生努力發表意見，再試問，如果這些明星只是普通朋友，並沒有緋聞或是八卦中所說的的男女朋友情愫，以上討論的這些看法或是想法會不會有所不同？請同學分組討論並各組推派代表發表言論。



# 情人的條件—學習單



使用說明:全組請將不同的色塊剪下，並請同學依照心目中的想法寫下後，在黏貼拼湊成一個心，條件若是不充分，心就會有缺憾，就無法完成一個完整的戀情!

## 【活動二】NG!再來一次!(15')

- 情境說明：

小明與小芬從國小時期就是無話不談的好朋友，上了國中之後兩個人還是同班同學，從上了國中開始，小明就覺得小芬越來越有女人味，也深被她吸引，於是在某一天下午，學校的涼亭中，小明開口向小芬希望他們可以成為男女朋友的關係，小芬點點頭，但他們現在是國中生，而且是三年級，你們認為如果劇情重頭再來一次，小明應不應該提出要求？小芬應不應該答應呢？她們的未來會如何？怎樣的決定才是最好的！

當我面臨已經心儀很久的對象...

表白

不表白

被拒絕

被接受

釋懷

痛苦

進一步  
交往順利

交往  
不順利

詢找  
協助

默默  
承受

.....  
.....  
.....

思考  
接下來兩  
人的發展

問題  
解決  
重新  
面對  
人生

.....  
.....  
.....

# 【活動三】「我倆是朋友或情侶？」影片

我倆是朋友或情侶-怡靜該如何做決定呢？



1



彼此信念



2



無條件接納



3



有效溝通



4



平衡關係

彼此不信任/彼此信任  
有條件接納/無條件接納  
缺乏溝渠/有效溝通  
沒有平衡關係/平衡關係



# 由普通朋友成為男女朋友關係 的四個判斷準則---做決定的依據

彼此信任

懷疑與忌妒是兩性關係的兩大殺傷力，  
「信任」是維持穩定兩性關係的基礎。

無條件接納

愛上一個人，是不只接納對方自己所喜歡的  
優點，其缺點也要願意概括承受。

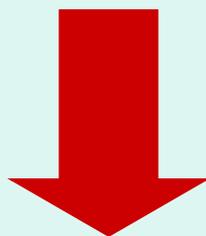
有效溝通

溝通的層次有5個層次：穩定的兩性關係的  
溝通要達到「分享情感」及「自我表露」，  
分享彼此的思想、信念、價值觀、希望與夢想。

平衡關係

朋友間的友誼與情侶間的愛情發展  
同樣重要





- 做決定(Decision making)
- 定義：有能力列出可能的解決方法或做決定的依據，以及每項解決方法或所依據條件的結果，選擇一個適當的行動。例如：面對國中、高中階段適合的兩性交往階段、面對彼此關係是朋友或情侶做決定、面對婚前性行為的抉擇。



# 做決定技巧的要領



- ① 先確定你必須作決定。
- ② 列出所有可能的選擇或做決定的依據。
- ③ 列出所有選擇的優缺點或符合所依據條件的情形。
- ④ 作出決定。
- ⑤ 評價決定：這是一個好的決定嗎？



# 做決定技巧的要領



- 男女交往會有許多的可能性，不同的決定導致不同的結果，做決定時需要考慮許多因素。
- 尤其在兩性交往時，作出是否違男女朋友的決定並不容易，要考量更多的點，透過影片中的引導，讓同學更能夠抓到作好的決定的訣竅。

