

# 桃園市立中壢高商109學年度第一學期



## 我與愛情的距離



愛情可能是人生必修的學分，也是青春發展階段的重要議題，然而，愛情有時如同大富翁一般，似乎只能交由命運擺布。然而，若能對於自己對於愛情的想法與價值觀有多一些的了解，更認識自己也認識愛戀關係中的不同的狀態以及每階段中所具備的能力。



雖然愛情可能無法完全順心如意，但若能夠減少誤會和遺憾，相信愛戀關係能夠在我們人生中留下美好的經驗與成長的。

對象: 高一、二、三學生6-10人

時間: (共一天半)  
109年12月19日 9:00~16:00  
109年12月20日 9:00~12:00

地點: 輔導室團諮室

帶領者: 陳嘉玉心理師



\*\*全程參與者，輔導室將頒予參加證明，可以豐富學習歷程檔案喔~

次數	日期/時間	名稱	內容
1	2020/12/19 09:00-10:30	我是誰	1. 團體成員認識與團體目標說明 2. 協助成員自我了解及認識性別特質
2	2020/12/19 10:30-12:00	我們這一家	1. 探索與了解個人原生家庭 2. 了解原生家庭的影響(含性別角色期待)
3	2020/12/19 13:00-14:30	愛情地圖	1. 探索戀愛觀:協助成員分辨友情與愛情 2. 探索擇偶觀:愛情重要元素及愛情風格
4	2020/12/19 14:30-16:00	理想愛情	1. 探索心中理想情人 2. 建構我的理想情人
5	2020/12/20 09:00-10:30	做情感的主人	1. 認識網路交友概念 2. 如何說分手(含認識恐怖情人概念)
6	2020/12/20 10:30-12:00	美好的祝福	1. 瞭解性別刻板的影響(性別選擇及限制) 2. 團體結束回顧與祝福



\*\*非常推薦未來想就讀心理相關科系的同學參加，對面試有加分喔\*\*  
填寫完報名表後，請繳至輔導室沈珈卉老師處，將於12/16(三)12:00前公告名單。需報名表或相關疑問請洽輔導室沈珈卉輔導教師，謝謝!

# 桃園市立中壢高商109學年度第一學期



## 我與愛情的距離小團體報名表



請完成以下資料填寫，讓我們多了解你，作為參與團體的篩選參考~

有任何疑問請洽沈珈卉輔導老師

### 【基本資料】

班級:\_\_\_\_\_ 姓名:\_\_\_\_\_ 座號:\_\_\_\_\_

性別: 男 女

Email:\_\_\_\_\_

參加團體經驗:  無，從未參加過正式團體  
 有，參加過\_\_\_\_\_次，  
性質是\_\_\_\_\_



對象: 高一、二、三學生6-10人

時間: (共一天半)  
109年12月19日 9:00~16:00  
109年12月20日 9:00~12:00

地點: 輔導室團諮室

帶領者: 陳嘉玉心理師



\*\*全程參與者，輔導室將頒予參加證明，可以豐富學習歷程檔案喔~

你說說你是一個怎麼樣的人？	報名參加團體的動機是什麼？	對團體的期待以及期望自己的改變？

導師簽名:\_\_\_\_\_ (請找導師簽名，讓導師知道你有報名小團體喔~)

\*非常推薦未來想就讀心理相關科系的同學參加，對未來面試有加分喔~

\*提醒你，填寫完報名表後，請繳至輔導室沈珈卉老師處，將於 12/16(三)12:00前公告名單。需報名表或相關疑問請洽輔導室沈珈卉輔導教師，謝謝!



幸福沒那麼容易，才會如此令人著迷

