

活動訊息

- ◇ **生命教育月-腦筋急轉彎**：輔導處辦理《腦筋急轉彎》電影賞析活動，並於輔導處外面的桌子上擺放小卡，期待各位同學可以寫下你真實而存在的情緒經驗，並張貼在心情留言板，讓大家可以互相交流及更認識自己的內在世界。
- ◇ **107 學年度繁星推薦及個人申請簡章已公告**，歡迎同學上網查詢!
- ◇ **107 學年度特殊選才招生訊息**：今年有多所學校提供特殊選才名額，歡迎有興趣同學至輔導處→最新消息或升學資訊-特殊選才專區瀏覽相關招生消息。
 - 國立臺灣海洋大學：106 年 10 月 30 日上午 9 時至 11 月 20 日下午 5 時止。
 - 國立清華大學拾穗計畫：106 年 11 月 1 日上午 10 時至 11 月 8 日下午 5 時止。
 - 國立中興大學：106 年 11 月 1 日上午 9 時至 11 月 30 日下午 5 時止。
 - 國立高雄醫學大學：106 年 11 月 20 日上午 9 時至 12 月 1 日下午 5 時止。
 - 國立成功大學：106 年 11 月 23 日上午 9 時至 11 月 30 日中午 12 時止。
- ◇ **106 年 12 月 2 日（星期六）文藻大學下午舉辦 106 學年度「認識文藻半日遊」活動**，歡迎有興趣的同學踴躍參加！

性別平等教育文章

愛不到就毀了你~談危險情人

參考資料:網路相關資料與書籍，由高二輔導老師林詠昌老師編輯。

Part1 恐怖情人的特徵

一、極度自我中心：

1. 無法承受挫折與失敗:假如分手，所有原因責任全都是因為他人(包括妳)，而他一定會要他人負全責或是得到報應。
2. 對自身以外的事物極度冷漠:對你很好，不太會顧別人的感覺，無論是你的或是他人的，甚至冷血。EX:虐待動物、對服務生隨意咆哮。「對自我意識較強的恐怖情人而言，他們對自己世界以內的事物都會極度關愛，但自己世界以外的事物都缺乏憐憫，有時甚至會用接近暴力的方式來展現。」

二、除了愛情，生活沒有其他重心

1. 把感情擺在生命裡的第一位，對女方有強烈佔有欲，並逐漸控制，進而放棄一切，不論是自己的學業、事業，甚至是自己。認為世界上沒有任何一個人能比他更愛妳，認為妳離開他，這輩子絕對得不到幸福。
2. 「當一個人用生命在愛你時，代表他除了你之外什麼都不想要，包括他自己。」。在生活領域一無所有的人，會傾向用同歸於盡的方式解決問題；國外常被討論到的一個徵兆，就是這些恐怖情人都會有跟蹤的行為。

三、情緒起伏過大，內心充滿矛盾

1. 把分手視為整個人生都失敗了，非常非常無法接受分手。透過口頭恐嚇或暴力威脅來阻止分手，但會在事後表達極度歉意尋求挽回機會，本身心理上就陷於極大的矛盾。EX:情緒控管不佳:摔東西、甩巴掌
2. 認為自己的情緒是對方造成:他們認為是對方造成他們有這麼強的情緒，所以是你要負責處理跟解決。因此由妳產生的「讓他們想打妳」的情緒，也是妳咎由自取，怨不了人！



3. 用菸、酒、檳榔來排解情緒
4. 藉由傷害自己或他人紓解情緒
5. 當被激怒或情緒低潮時，經常用傷害自己的方式排解，或是當提出要求卻不能得到滿意的答覆時，就會以自殘來威脅對方，千萬別以為他讓自己的身上多幾個小傷口沒什麼，這刀今天割在他的手臂上，難保下次就不是割在誰的頸項上啊..

四、不擇手段威脅：裸照、自殺

五、疑心病與不安全感：經常反覆的想確認妳的感情，容易懷疑妳已經不愛他了，三不五時就要妳說「我愛你」等話語，「在跟誰 line?」、「你同學幹嘛在你照片下留言說你很正?」、「昨天晚上沒接電話是跟誰在一起?」...

六、控制慾很強：

1. 要完全掌握妳的行蹤。無法忍受分離，即使只有一、兩個小時都一樣。經常檢查手機、發票、簡訊內容等等，確定沒有欺瞞他關於行蹤的事。
2. 無法忍受分離的關係，因此妳會一直被迫跟對方綁在一起、黏在一起，大量減少妳和其他人接觸相處的時間

七、佔有慾很高：干涉你和異性朋友的相處，連你的親人和同性好朋友，都會被他視為剝奪你們相處時間的討厭鬼。會希望你全部的時間都屬於他，最好能成為你世界的中心，讓你所有的生活都圍繞著他轉

八、生活圈狹窄：整天待在家裡，從來沒見過他跟哪個朋友約見面，生活中除了電腦、網路、遊戲。

九、過度的物質饋贈：如名貴包包、手錶、旅遊，或是無微不至的噓寒問暖。

十、肢體暴力：無論你作出再怎麼過分的事惹對方生氣，只要他認真的對你動了粗，請絕對要開始思考這段感情是不是該放手。

Part2 恐怖情人交往停、看、聽

一、留意對方的生活背景、過去感情經驗、人際關係。

二、對方過去的感情經歷、交往過程

Part3 如何與恐怖情人說 BeyBey-傷害 STOP

一、Safe 安全：

1. 避免落單，請同學、朋友、家人陪同，協助上下學。
2. 要提分手時，告知他人談分手時的「人、事、時、地」等資訊，或者可以請人陪同。
3. 注意如果對方手拿任何物品或器械，千萬不可靠近對方，並想辦法呼救、離開現場
4. 有危險時撥打 110 求助

二、Time 時間：

1. 提分手前 2 周，對方的情緒最好沒有太大波動。
2. 最好選擇白天且安靜明亮的地點，並找朋友同行。
3. 不要偶斷絲連，不要讓對方有複合機會的想法。
4. 如果對方非常不理性，必要時不要提分手直接消失。

三、Occation 地點：

1. 審慎選擇分手的時間地點，地點不要太偏僻，盡量挑公開場合，最危險的地方常常是自己或對方的住處，因為武器隨處可得。
2. 注意他與其他人的互動是否低俗粗暴。不要讓對方進到住處，特別是獨居的時候。
3. 不要在無人的街巷或空地提分手，要在有他人的地方。
4. 必要時換住家鑰匙、搬家、換車

四、Person 對象：

1. 不要在對方心情低落時提分手。
2. 談判時絕對不要刺激對方。