

【活動訊息】

- ◇ 輔導處辦理**國內外申請入學**學長姐經驗分享，邀請今年上榜的學長姐跟大家分享他們上榜準備策略及口試秘訣。地點：五樓演講廳。時間：12:10~13:00。

日期	日期	日期
108.5.21 (二)	108.5.22 (三)	108.5.29 (三)
主題：國外留學申請	主題：自然組個人申請	主題：社會組個人申請
306 許紘瑄學姊 錄取薩凡納藝術設計學院 (SCAD) Film and Television 317 蔡景全學長 同時錄取美國 3 所大學(綜合型大學 +醫藥型大學)	310 蔡佳齡學姊 成大醫學檢驗生物技術學系/ 嘉大獸醫等 310 陳姿穎學姊 北醫牙體技術學系/高醫香粧品學系 /中國醫藥用化妝品學系等 319 江茗為學長 中國醫醫學系(繁星二階面試)/ 中國醫藥學系	318 林珮瑤學姊 政治大學播學院一大二不分系(社 會組)/政大日本語文學系/政大外交 學系

- ◇ **國立交通大學第四屆人才培育計畫：**
- 培育人才：物理、物理科學、化學、生物、人文社會、人社暨商科人才。
 - 報名資格：班排前 20% 的高中職在校生(特殊班及檢附推薦函不在此限)家境清寒生課程費全免!(請附家境清寒、中/低收入戶之證明)。
 - 報名期間：即日起至 6 月 20 日，先報名審查，各課程限額 50 名。
 - 上課時間：108 年 6 月底至 9 月初，詳情請見 nctu.347.com.tw。
 - 通過各培育計畫評量，頒發交大修業證明/結業證書。
- ◇ 各大學暑假營隊訊息已陸續上網公告，請同學把握機會踴躍參加!相關訊息可至本校社團活動組【文華高中>學生事務處>社團活動組>最新消息】或輔導處網頁查詢【文華高中>輔導處>大學營隊】查詢。
- ◇ 國立清華大學「Open House 學院參訪日」，各院系時間請參閱輔導處網頁。

【升學資訊】

- ◆ 請注意!!有參加備審資料講座、模擬面試、與老師討論備審資料的同學，秉持「受之學校，幫助學弟妹」的精神，請務必上傳備審資料電子檔，將老師們的用心傳遞下去!【文華高中首頁>線上服務>大學備審資料】
- ◆ **【備審資料大募集】**各位高三參加個人申請的同學，如果有多餘的紙本備審資料請送給輔導處一份，傳承妳們的重要經驗，分享你們的愛心!!:)

相關資訊請參閱本校輔導處最新消息

【性別平等教育文章】

關於愛情：個性相近好，還是互補好？

作者:瑪那熊心理師

「該找跟我像的人，還是跟我不一樣的人？」這是在講座常被問的問題。通常我很會奸詐地反問聽眾，並且來個意見調查。有時舉「應該找跟自己像的人」較多，有時則是認為「要找互

補的另一半才好」較多，但往往人數差異不大，沒有哪個答案可以得到壓倒性的支持。事實上，這問題可以拆解，套用在「交往期」與「交往後」兩個階段。

對單身者來說，前者就是：「跟對方相似比較容易『撩』到，還是互補容易成功交往？」大多數情境下，人與人關係的建立遵循著循序漸進原則，在接觸初期、彼此還不熟悉的時候，「相似性」可以發揮良好的效果。試想如果你剛進新公司的第一天，都還不認識同事，戰戰兢兢向負責帶你的前輩打招呼，這時對方卻說「咦？你也是板橋人呀？離我家滿近的哩！」想必原本的緊張感會快速消滅，而且發現更多的相似點：唸同一間國小、都吃過某家在地人才知道的餐廳，以及開始聊起共同經驗。這些都會讓雙方不斷產生**熟悉感**，關係也逐漸拉近。又或者，當你參加朋友的生日聚會，與同桌的女孩/男孩寒暄後，發現都喜歡棒球，剛好同樣都是爪迷，話匣子大概一開就停不下來，如果又聊到都會去現場看球賽，說不定立馬就約下週末一起去了。



然而，正如同中國知名心理諮詢師「大將軍郭」在新書《我們終將告別那些揮之不去的痛苦》中所說，相似與互補都能促成戀愛的發生。為什麼？相似性除了能讓雙方聊天有更多共鳴，當我們看見對方與自己的相似處時，同時是對自我的肯定與強化。白話講，覺得對方某個跟自己很像的部分好棒，其實你是在誇自己！

那互補性呢？大將軍郭用榮格的「顯性/隱性」個性來解析：若對方的顯性個性恰好是你平常壓抑的隱性個性，會讓你感到興奮，有一種被補償、釋放的暢快感。你難以直接展現的一面，在對方身上卻大剌剌地清晰可見，自然讓你覺得「特別」、「想更瞭解」。除此之外，互補性的好處，還能從 Arthur Aron 提出的「**自我擴展**」得到應證。人們期待從對方身上，得到更多的知識、經驗與眼界，也就是喜歡接近「能幫我們增廣見聞」的人。這也在告訴你，「生活經驗」的豐富才是情場能否常勝的關鍵，不知能帶來許多聊天話題，與對方找出相似性，更能運用互補性吸引對方，製造更多好感。

因此，與其爭論何者用來「撩人」，不如說應該交互使用：關係初期先以相似性找話題、建立熟悉，再用互補性延伸互動、展現獨特。例如發現雙方都喜歡自助旅行、也都聊到曾去過同一個城市的經驗後，接續分享自己其他的旅行故事吧。

交往期，相似互補都有效果，那交往後呢？「大將軍郭」認為，促成戀愛長久與穩定的，是彼此個性與價值觀的相似性。甚至跳脫個人，用更宏觀的如社會地位、家庭背景層面來看，彼此相近的人可能是較好的選擇。這是因為，差距過大的兩人，互動時較容易產生摩擦、消耗感情。相反地，相似的兩人產生衝突機會少，比較不需花太多時間精力在解決吵架與分歧，相處時可以產生較多的愉悅體驗。再加上，和諧一致的思考與行動方式，有可能激發或推動彼此更多的成長：兩顆輪子的大小、材質與前進方向愈一致，自然走得更順更遠。愛情的甜蜜來自雙方許許多多「積極共鳴的微小瞬間」，而相似性高的情侶，有更多的機會能創造、體驗到這些片刻。

但是，我們身邊不難觀察到看似互補的情侶（或是你跟另一半就是如此），例如一個樂觀一個悲觀、一方活潑一方內斂，難道就無法走得長久嗎？

當然不是。

不論相似或互補，要在相處時持續發生「積極共鳴的微小瞬間」來豐富愛情，包容、同理是最重要的關鍵，並用以滿足另一半期待被支持、受照顧的依戀需求。套句我學習愛情心理學時，一位恩師說過的話：「想要幸福愛情？找個有能力與你溝通，或是有意願嘗試溝通的人吧！」

雖然個性、背景差異大的兩人「先天較為不足」，但練習多了解對方、站在對方角度思考與感受，能持續增加雙方的相似處，而減少過大的差異。別讓相似或互補，成為愛情不順的理由；你永遠可以調整自己、持續成長！