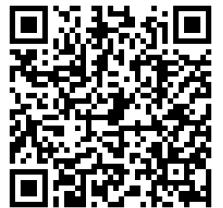


♥ 近期活動訊息

1. **【113 學年度繁星/個申簡章開放查詢】**：113 學年度大學「繁星推薦」暨「申請入學」招生簡章已開放查詢！請高三同學可自行至「大學甄選入學委員會」網站-點選[校系分則]進行查詢，了解目標科系今年在學測採計、倍率篩選的規定喔！
2. **【113 學年度日間學士班各院、系(組)、學位學程新生招生名額分配表】**：輔導處已將完整版及簡要整理版公布於輔導處網站[生涯規劃專區(升大學資訊)]-[大學核定名額]，歡迎高三同學及家長瀏覽。
3. **【校系宣導】**：地點在 5 樓演講廳，名額有限，請同學把握機會、準時到場。
 - (1) 國立成功大學 生物醫學工程學系：112/12/05(二) 12：10-13：00
 - (2) 中山醫學大學 醫學檢驗暨生物技術學系：112/12/11(一)12：10-13：00



♥ 性平教育文章

關係結束就是失敗？破除三大愛情迷思

作者：吳姵瑩 諮商心理師

一、「只要我夠好，就會找到完美伴侶。」

我會說，這世界上沒有完美的伴侶，只有滿意度很高的關係。當你的目標改為「滿意度高」的關係，就不會只是你單方面要求對方做好，也不會只要對方是白馬王子，你就能幸福快樂；而是要彼此理解，雙方才能一起創造出滿意度高的關係。

那怎麼樣才是滿意度高的關係呢？簡單來說就是彼此的需求被滿足，當然這後面還有很多東西.....好比有些人會希望每天晚上一起吃晚餐、散步，所以有一個重點是，這個需求滿足有沒有切合實際？而這也就回到你有沒有夠理解對方、夠尊重對方上。

二、「關係結束，就是失敗。」

如果你也是這麼認為，那代表你經常性用關係來定義自己的價值，也代表你共依附的程度是高的。共依附在心理諮商裡，可以解釋為強烈失去自我的一個狀態，一個人一旦進入這樣的狀態，就很容易對人事物有附著的情況，你可能會附著在一段關係裡，或是透過解決他人的問題來忽略你自己。

而這種失去自我的狀態通常也會帶來高度的困擾，因為你是為了照顧某個人而活，而這個人最後卻離開了你，你的人生就會有一股強烈的破碎感，更沒有辦法發展自己的夢想。

三、「在健康的關係中，不會有不理性和情緒化的爭吵。」

健康關係裡也可能會有不理性和情緒化的爭吵，但是健康的關係能做到的事情叫做，「我在彼此有負向情緒的時候，我會知道如何面對及回應對方」。

也就是我會願意轉向他、我會願意面對對方的失望、願意回應對方的悲傷，並且理解對方的情緒，以及我們之間的差異性，最後再一起找到共識。

意思是，健康關係的兩人不會就把關係放在那邊、冰凍在那邊，而是他們會願意一起去面對關係中的問題喔！（摘自：愛心理 <https://www.iiispace.com/2023/10/20/001517/>）



♥ 兒少性剝削防制

避免成為被害人



遇興起
不拍照



不要答應任何要拍攝自己私密影像的請求。即使是自拍留念，也有影像遭盜用散布的風險。

遇索取
不要給



要你提供自拍私密影像的理由很多，但都不足以讓你承擔被外流的痛。

遇威脅
不隱忍



只要答應一次就會擺脫不了糾纏，甚至讓自己受到更多傷害。所以請勇於求助。