

## 活動訊息

### 政大包種茶節行前說明會

輔導處將於 **11月7日(星期五)中午12:30-13:00** 舉辦政大包種茶節行前說明會，地點：**4F 團體諮商室**，請有報名參加的同學於行前說明會當天攜帶紙筆並準時到達活動場地，以掌握出發行程及相關注意事項。

## 升學資訊—高三同學請務必詳閱！

### 104 學年度甄選入學（繁星推薦&個人申請）簡章公告

104 學年度甄選入學（繁星推薦&個人申請）招生簡章總則、校系分則、附錄及其他事項（如參加術科考試校系一覽表等）已公告在 104 學年度大學甄選入學委員會網站，請至該「大學甄選入學委員會」網站 <https://www.caac.ccu.edu.tw> 進行查閱。

### 國立教育廣播電臺「教育單元系列報導—大學之道」

為服務參加 104 學年度學科能力測驗之考生，**國立教育廣播電臺自 103 年 11 月 10 日至 12 月 31 日**，製播教育單元系列報導—大學之道 38 集，邀請各學科優秀教師在節目中協助考生複習各考科內容，歡迎同學多加使用。**電台收聽頻率臺中 FM103.5**，如欲知詳細播出時段請至本校網頁/最新消息/輔導處查詢。網址：<http://www.whsh.tc.edu.tw/NewsDetail-1.php?id=5228>

重要訊息！

## 性別教育文章

### 愛情依附風格



小時候我們自然而然會黏著爸爸、媽媽或是照顧我們的人，這就是一種依附的情感，而我們每個人的依附風格隨著我們的發展漸漸的就成為我們的人格、待人接物的特性。依附風格大致能夠被分為四類如下：

#### 1. 安全依附：

能接納自己，能自在的和別人相互親近，也能保有個人自主性。

#### 2. 逃避依附：

需要別人的接納，卻會害怕和別人親近，以免被拒絕或受傷害。

#### 3. 焦慮依附：

尋求他人接納和肯定，擔心別人不喜歡自己，在乎別人的看法。

#### 4. 排除依附：

比較喜歡一個人自由自在，過自己的生活。

你是否也有注意到同學間對於友誼有不同的看法呢？

有沒有一些人不會太在乎怎麼相處但卻很介意別人阻礙他的行程？

有沒有一些人希望你有什麼消息都告訴他否則他會很失望？

有沒有一些人在相處時讓你感到很麻吉不必擔心得罪他會怎麼樣？

其實我們都帶著自己從小培養的依附風格進到人際關係中，在朋友間交織出不同的花樣，同樣的，我們的依附風格也會影響與我們更親密的男女朋友。

這樣一來，有許多過去難以解釋問題都能解開了。我們會聽到別人嫌情侶很黏、很冷漠、沒主見、很包容、很熱心……都與每一對情侶兩邊各自的依附風格有關係。

而情侶兩人不同依附風格的配搭又能分成五種類型：

### 1. 相容型：



當情侶雙方都是安全依附風格時，情侶的關係最容易達到和諧。

### 2. 相斥型：

當情侶雙方同樣都是焦慮依附、逃避依附或排除依附時，兩個人在對於情感的需求上雖然有相同的需要但也有相同的害怕，然而彼此並沒有辦法互相解決害怕，因此並不容易達到彼此和諧。

### 3. 互補型：

當情侶雙方其中一個是焦慮依附、另一個是安全依附時，雖然焦慮依附的人容易缺乏安全感，但是安全依附的人卻能在保有其自主性的情形提供焦慮依附的人的需要，因此反而比較容易達到和諧關係。

### 4. 互剋型：

當情侶雙方其中一個是焦慮依附、另一個是排除依附時，焦慮依附的人需要透過對方給予安全感時，排除依附的人卻討厭自己生活被侵擾，並且不太會顧對方，反而使焦慮依附的人更加焦慮，是最不順利的一種組合。

### 5. 單向型：

當情侶雙方其中一個是安全依附、另一個是排除依附時，因為安全依附的人喜歡和人接近，然而排除依附的人卻比較喜歡過自己的生活，因此在平常相處時通常只能有一方能被滿足，不容易達到彼此和諧。

知道自己的戀愛是什麼樣的類型後，會有「一切都是註定」的無力感嗎？

其實，若我們瞭解自己與情人的人際依附風格，以及雙方人際依附風格的互動對於愛情關係發展與適應的影響，我們就能開始學習相互調適並將負面的影響降至最低，仍然能發展和諧的愛情關係。每個人的背景只是幸福的一小部分，更大的部分在於彼此在學習下的調適與成長，千萬不要輕易放棄喔！

資料來源：iLove 戀愛時光地圖

<http://mrep.moe.edu.tw/pageshow.aspx?TYP=PAPER&i=PGE20120702111451N8N>

