

假如我和擁有這態度的人拍拖半年.....

1. 「明知自己情緒不穩定，但從不改善，心想拍拖後對方會遷就自己」

這段關係的質素如何：(圈出分數)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(1: 非常惡劣，必定分手收場

10: 非常好，感情發展更穩固)

過程中有可能出現甚麼問題？

2. 「相信一見鍾情，第一眼啱 *Feel* 就追求對方」

這段關係的質素如何：(圈出分數)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(1: 非常惡劣，必定分手收場

10: 非常好，感情發展更穩固)

過程中有可能出現甚麼問題？

假如我和擁有這態度的人拍拖半年.....

3. 「從不思考自己的未來和人生目標，總之今朝有酒今朝醉」

這段關係的質素如何：(圈出分數)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(1: 非常惡劣，必定分手收場

10: 非常好，感情發展更穩固)

過程中有可能出現甚麼問題？

4. 「一心只想要對方滿足自己的要求，包括金錢、親密的身體接觸等等」

這段關係的質素如何：(圈出分數)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(1: 非常惡劣，必定分手收場

10: 非常好，感情發展更穩固)

過程中有可能出現甚麼問題？

假如我和擁有這態度的人拍拖半年.....

5. 「同得我拍拖就一定要又型又靚」

這段關係的質素如何：(圈出分數)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(1: 非常惡劣，必定分手收場

10: 非常好，感情發展更穩固)

過程中有可能出現甚麼問題？

6. 「因為怕悶，加上人有我有的心態，所以找個人拍拖來陪自己」

這段關係的質素如何：(圈出分數)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(1: 非常惡劣，必定分手收場

10: 非常好，感情發展更穩固)

過程中有可能出現甚麼問題？

假如我和擁有這態度的人拍拖半年.....

7. 「只看對方是否適合自己，但不反省自己是否適合對方」

這段關係的質素如何：(圈出分數)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(1:非常惡劣，必定分手收場

10:非常好，感情發展更穩固)

過程中有可能出現甚麼問題？

8. 「一定要時時刻刻都好浪漫好激情，否則就認為對方不再適合自己」

這段關係的質素如何：(圈出分數)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

(1:非常惡劣，必定分手收場

10:非常好，感情發展更穩固)

過程中有可能出現甚麼問題？

潛伏期：初期約會階段，與傳染者有初步認識

病徵：患者感到輕微興奮和激盪，同時會有點疑惑

舉動：與傳染者開始有約會，但彼此都不太肯定是否還有下一次約會

✂-----

中招期：與對方已有初步認識，彼此間的好感有增無減，希望進一步了解對方的一切

病徵：患者不介意坦誠表露自己的心意，會不時幻想大家未來成為情侶

舉動：約會次數越來越多，渴望常見到對方

✂-----

病發期：雙方已有足夠的認識，感情上亦有一定基礎，彼此互相欣賞，在共識下正式發展為戀人。

病徵：對對方產生期望，亦會因應對方的言行舉止產生良好或負面情緒。

舉動：雙方有更多、更穩定的約會，感情趨向深化，彼此亦有較親密的身體接觸。

✂-----

危險期：拍拖已有一段日子，由起初的浪漫激情轉為較平淡

病徵：因著雙方在性格、際遇、價值觀等方面的不同，彼此的相處可能由甜密親暱變為出現不少衝突。

✂-----

穩定期：雙方清楚了解對方的優點、缺點、價值觀及人生方向，認定對方是自己未來的終身伴侶，願意向對方委身，準備進入婚姻。

宜：「睇清睇楚，咪盲摸摸」

可勇敢地多分享自己的人生經驗、價值觀等。過程中可能會發現對方美好的特質，但亦可能發現對方的缺點，甚至有些是你不容易接受的。這時你要冷靜考慮，看自己是否願意接受對方不理想之處。

✂-----

宜：「大家相處總有不同意見，學習溝通當作人生磨練」

兩個成長背景、人生閱歷不同的人走在一起，出現意見不同、產生衝突在所難免。從積極角度看，衝突其實可使我們更了解自己，學習包容對方，磨練溝通的技巧；也可讓我們更認真考慮是否真的願意接受對方和自己的差別，作出協調、適應，或經考慮及商量後，理性、平和地結束關係。

✂-----

宜：「耐心發掘，觀察虛實」

以多角度認識對方的喜好、性格，除一般逛街、看戲外，也可邀請對方參加群體活動，觀察對方和不同人士相處時的表現

✂-----

宜：「恭喜恭喜，你們終於在一起」

結婚是人生一個極重要的里程碑，千萬人中，最終找到了另一半，是何等喜悅的事！若你倆都是對對方認真、甘心樂意進入婚姻的話（例如不是因女方有了 BB，或純粹害怕日後「冇人要」而勉強結婚），你們必定為這段關付上不少心血才能開花結果，要好好珍惜啊！

✂-----

宜：「有得拍拖，也有自我」戀愛中的情侶巴不得日夜相對，覺得對方就是全世界。但除拍拖外，也適宜保持有自己的個人空間、興趣，以及須兼顧學業等的個人責任。

忌：「強製外殼，虛假幻覺」

不適宜過份刻意製造美麗的形象來吸引對方。不錯，美麗的外表在認識初期的確非常吸引，但這卻容易造成一個虛假幻象，而長遠來說，假象終有破滅的一天，可能令大家感到失望、後悔和受傷害。



忌：「擒擒青青，嚇到人驚」

身處此階段不宜太急進，有些病人可能很快便會在此階段就顯得過份熱情，來一個「無定向多角度開 turbo 猛虎撲兔」式追求，為求迅速奪取對方的好感，殊不知若對方是個稍為成熟、理性的人，反而會容易把嚇怕對方。



忌：「心生『打獵性格』，婚姻不得其法」

記著，結婚只是一個起點，前面還有很長的路要走。有些人以為對方願意與自己結婚，便不再需要努力。建議這階段兩人需要更多溝通，落實計劃未來，例如經濟、生育、婚後雙方的角色等等。最好能參加一些婚前輔導課程，多看一些關於婚姻關係、家庭計劃的教育書籍，或請教有美滿婚姻的長輩。



忌：「因不捨得而勉強繼續，埋下危機日後更難克服」

切忌當察覺到有問題而不正視及解決時，誤以為隨著時間的推移，問題會自動消除。把未解決的事情帶進婚姻，情況往往會更糟，最終如火山爆發，一發不可收拾。



忌：「太過親密，得不償失」

戀愛中的情侶因感情滋長，加上開始有身體接觸，容易產生性慾上的放縱，沉迷在肉體的親密接觸，讓情慾主導了彼此的關係。因此應避免在太僻靜無人的地方約會，雙方亦應對身體親密程度的界線有清楚的共識，以免破壞感情的健康發展。

婚姻 vs 同居

偉仔和嘉玲是一對熱戀中的男女，他們已到適婚年齡。二人均對戀愛認真，視對方是自己的終身伴侶，希望能一起生活。

1. 若你是偉仔或嘉玲的父母，你希望偉仔和嘉玲選擇過同居定結婚的生活呢？為什麼呢？
2. 結婚和同居各有什麼好處和壞處呢？
3. 假設你是偉仔或嘉玲，你的選擇又如何呢？

婚姻 vs 同居

偉仔和嘉玲是一對熱戀中的男女，他們已到適婚年齡。二人均對戀愛認真，視對方是自己的終身伴侶，希望能一起生活。

1. 若你是偉仔和嘉玲將來的子女，你希望偉仔和嘉玲選擇過同居定結婚的生活呢？為什麼呢？
2. 結婚和同居各有什麼好處和壞處呢？
3. 假設你是偉仔或嘉玲，你的選擇又如何呢？

婚姻 vs 同居

偉仔和嘉玲是一對熱戀中的男女，他們已到適婚年齡。二人均對戀愛認真，視對方是自己的終身伴侶，希望能一起生活。

1. 若你是迷戀偉仔或嘉玲的朋友，你希望偉仔和嘉玲選擇過同居定結婚的生活呢？為什麼呢？
2. 結婚和同居各有什麼好處和壞處呢？
3. 假設你是偉仔或嘉玲，你的選擇又如何呢？

婚姻 vs 同居

偉仔和嘉玲是一對熱戀中的男女，他們已到適婚年齡。二人均對戀愛認真，視對方是自己的終身伴侶，希望能一起生活。

1. 若你是婚紗展職員，你希望偉仔和嘉玲選擇過同居定結婚的生活呢？為什麼呢？
2. 結婚和同居各有什麼好處和壞處呢？
3. 假設你是偉仔或嘉玲，你的選擇又如何呢？