


我的愛情樂音

小名：



每一段感情，都是生命中愛的軌跡，試著將自己每一段的戀情，找出一首代表的歌曲，並寫下你覺得最能代表這段關係的一段歌詞吧！

名字或暱稱	這段戀情的代表歌曲	為什麼選擇這首歌？	最讓你有共鳴的一段歌詞
彭家昇	輸情歌 J. Sheon	最後還輸給了 愛情。	夢該醒了，是時候 停了。
范瑋晨	沒有你了怎麼辦 高愷蔚	很想有他的陪伴。	一個人吃飯 一個人洗碗 一個人在大大房間對著 天花板，所有畫面都 心酸。
蔡致倫	回到過去 周杰倫	回到那天，我會好 好的說聲抱歉和 再見！	想回到過去，試著抱 你在懷裡。
徐凌瑋	愛而不得 王理文	從那一刻後，愛不再 那麼美好。	也許從未如此的痛過， 寫下我的心得，就在那刻， 生活裡的不停拉扯， 也悔了許多。
崔哲遠	我的世界沒有你 蘇怡	珍惜久了，換來 的愛情，太累了。	有些人再怎麼去珍惜， 也是猝不及防的結局。
馮	再為你做點什麼 持修	想彌補過去的錯， 想在做一些沒做到的。	別放棄我 拜託 讓我再為你做點什 麼。
我	低調女孩 奉悅	好好珍惜， 現在的自己。	珍惜現在，更期待 未來。也許就是上天的 安排。

愛情放大鏡

小名：日曼

來做個關係角色的自我檢核表吧！檢核結果，我比較屬於加害者的角色。

這跟你想像中的一樣嗎？你覺得哪一個描述最貼切或最不認同：

1. 你總共經歷過幾段愛情？11段
2. 你理想中的愛情是什麼樣貌呢？試著從對方的條件、相處的模式、互動的方式等具體描述看看。
是很甜蜜很美好的。對方要比我高，要互相包容，傾聽對方，每天至少要有一個時間陪伴我，帶我往好的方向。

3. 最令你刻骨銘心的是哪一段感情，有甚麼特別之處讓你難以忘懷？

蔡政倫，沒有一個好好彌補，和一個再見的機會。

4. 接續第2題，是否有一段感情讓你覺得最接近自己理想中的樣貌？有的話，思考為什麼並寫下來。

范瑋晟：因為是帶我往好的方向，會互相包容。

5. 找找看這些交往過的對象有甚麼共通點嗎？如類似的特質、相近的年齡等

都比我大3-4y，都比我高，暖男，都是提分手的那方。

6. 回顧這些經歷過的愛情關係，你有覺察到自己會重複出現的狀況是什麼嗎？

都一直在玩，都沒去認真對待，失去了才知後悔

7. 幫自己過往的情人做個類型整理，並寫下為什麼你覺得他是這個類型吧！

A. 憤怒 B. 控制 C. 媽寶 D. 競爭 E. 綠葉 F. 冰箱 G. 依賴 H. 無辜 I. 雙面 J. 點心 K. 人魚 L. 花心

名字或暱稱	病態情人類型	原因	我在關係裡偏向的角色.....
彭家宥	C.	就以媽為主.	加害者
范瑋晟	C.	=	=
蔡政倫			=
翔翔	G.	依賴我...	拯救者
徐凌璋	F.	都一個人完成	受害者
陳岳杰	G.	依賴我...	=
崔哲遠	K.	就是單純的愛.	=