《人間世》

0302

如何走出感情的陰霾

目　錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.108～109	無	**1 感情的問題不能太天真**	1.1 不能只要求別人，期望別人 1.2 感情要持久，必須多付出
		2. 失戀的人用四它來處理與面對	2.1 失戀的人應該面對它、接受它、處理它、放下它

0302 如何走出感情的陰霾

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.108～109	無	**1 感情的問題不能太天真**	1.1 不能只要求別人，期望別人 1.2 感情要持久，必須多付出

1 感情問題不能太天真

1.1 不能只要求別人，期望別人

1.1.1 一對情侶分手的故事

1.1.1.1 戀愛中的情侶，常常為了小事鬥嘴，忽然就分手了

1.1.2 不能只要求對方配合自己、照顧自己；不要將對方當成自己的分身；不期望對方百依百順

1.2 感情要持久，必須多付出

1.2.1 多一分關懷、愛護與照顧，少一分計較、管教與占有，感情才能持久彌新

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.108～109	無	**2. 失戀的人用四它來處理與面對**	2.1 失戀的人應該面對它、接受它、處理它、放下它

2. 失戀的人用「四它」來面對與處理

2.1 失戀的人應該面對它、接受它、處理它、放下它

2.1.1 要能夠面對它

2.1.1.1 有些人無法面對，甚至想乾脆出家了事，都不是好的方式。

2.1.2 不要因為失戀而失落自己的一 生，要將失敗的經驗作為一種成長

討論題目

1. 對於男女情感與兩人相處，應該抱持怎樣的態度？
2. 如何走出失戀的陰霾？
3. 面對失戀，索性出家，合適嗎？為什麼？