

足以令戀愛關係「玩完」的 10 項「大忌」

1. 相識不久，很快便認定對方是一個理想的伴侶
2. 戀愛後進入忘我境界，忽視其他生活、朋友或自己的需要
3. 拍拖後急於表露優點及缺點，以考驗對方是否真心
4. 拍拖後即有性關係，以認定對方是自己的終身伴侶
5. 沈醉於浪漫中，忽略雙方在價值觀、生活習慣上的不同
6. 刻意製造事端，以為可以更加鞏固雙方關係
7. 分分秒秒都要求在一起
8. 將對方那些侵犯或傷害自己的行為置諸不理
9. 投注太多的關注在對方身上，亦期望對方如此
10. 要求對方為自己做出種種深愛自己的表現

令感情關係長久的 10 項「秘訣」

1. 遇上心儀對象，耐心觀察瞭解後，才展開追求
2. 二人世界以外，建立個人生活圈子、目標與方向
3. 懂得自處，不過份依賴對方
4. 有基本的價值觀，作為思想與情感交流的基礎
5. 感性的分享與理性的溝通並重，不單憑感覺決定愛意
6. 坦誠相處，遇有問題不迴避，積極面對
7. 熱戀中保持界線，親密中尊重彼此的習慣與空間
8. 自然流露不造作，敢於表現真我
9. 約會後作適時檢討，促進瞭解，改善相處
10. 遇上感情困難，不要自困，不妨向外求助



突破網上輔導熱線 UTOUCH

網址：<http://www.uzone21.com/utouch1/indexNew.epl>

(以上資料由突破輔導中心提供)