

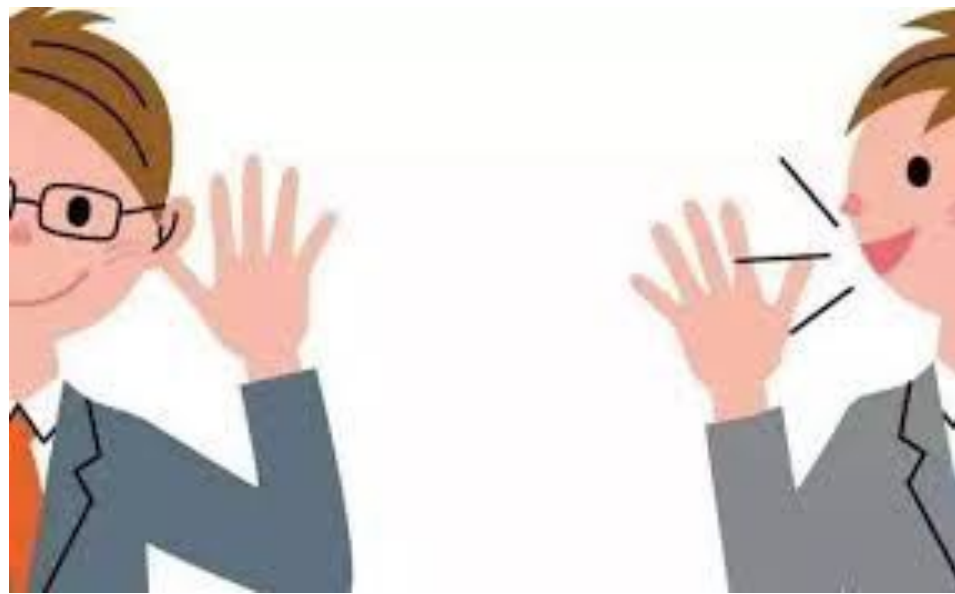
家人與我



.....溝通



我家是.....



也可能是.....



有話好好說.....溝通8不曲

- 先入為主：你每次。 。 。 。 。
- 重翻舊帳：之前。 。 。 。 。
- 對錯之爭：你的想法不對，我說的才
對。 。 。 。 。
- 情緒失控：啊。 。 。 我恨你。 。 。 。 。

有話好好說.....溝通8不曲

- 間接溝通：你去跟他說。 。 。 。 。 。
- 雙重訊息： 。 。 心口不一 。 。 。 。
- 自我中心：只在乎自己的想法
- 表面溝通：沒關係。 。 。 （內心很在意）

5種愛之語

- 1：肯定的語言：鼓勵，讚美，給對方加油（小卡片，小紙條）
- 2：精心的時刻：能仔細的傾聽對方說話，彼此分享內心的想法或感覺
- 3：貼心的禮物：用心準備禮物，表達『愛』『思念』『感謝』
- 4：服務的行動：做令他/她心動的事物
- 5：肢體的親密：牽手，摟肩，擁抱，傳達友善親密的訊息

愛的小書



操作

做法 how to fold?



- 1 將紙橫放，如圖摺成八等分。



- 2 左邊往右摺 1.5 格（即左邊三格對摺），距離中央水平線上方 5cm 處往右下剪斜線。剪好後打開紙。



- 3 右邊往左摺 1.5 格（即右邊三格對摺），距離中央水平線下方 5cm 處往左上剪斜線。剪好後打開紙。



4 紙打開後，中央兩格已剪出左上右下尖形屋頂。



5 紙右轉 90 度，讓中央剪開屋頂的兩格往上摺凸起，另兩邊則壓平。



6 左右兩邊往下摺。



7 立起變成十字形。



8 將非屋頂的那兩頁往左右拉開，變成城堡形。



9 寫上文字與插畫，城堡內部也要寫與畫。

完成品

take a look

