

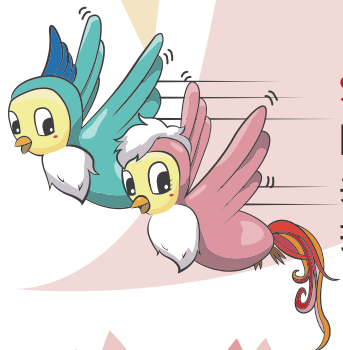
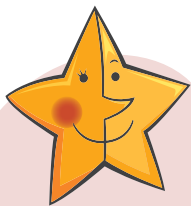
# 預約 幸福3<sup>!!!</sup>撇步

糖果·星辰·愛情鳥



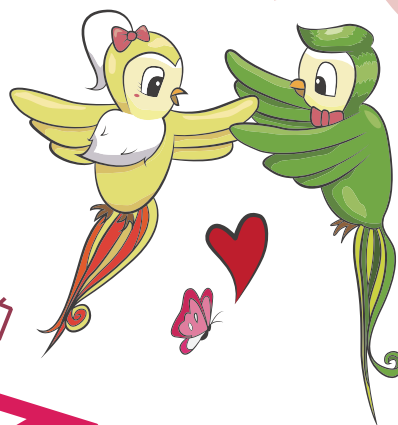
**Step1 勇於表達：**  
無論是告白或溝通，必須勇敢說出心內話與甜言蜜語。

**Step2 保持距離：**  
給對方一些自由的空間，有點黏又不太黏，增加愛情的保鮮度。



**Step3 共同成長：**  
隨著物換星移，需要有共同成長的潛能，互相扶持。

預防  
「情流感」  
的



## 「三不」策略✓

不緊迫盯人：  
儘量避免奪命連環call。

不強求回報：  
降低預期可以減少不甘心。

不妄自菲薄：  
萬一情路受挫，要有自信是別人沒眼光而非自己不好。

\* 作者：臺北醫學大學公共衛生學系所 呂淑妤老師  
\* 美編：蕭妘芯、李欣穎  
\* 企劃：臺北醫學大學公衛暨營養學院 邱弘毅院長  
請上FB搜尋「校園關心運動」  
教育部教學卓越計畫

# 小鳥量表 Q版

算一算，愛情EQ  
知多少？



臺北醫學大學 關心您



# 談情說愛，

您做好心理準備了嗎？

「愛情EQ量表」也稱「小呂量表」，就是「小倆口量表」的意思，而且此量表是由呂老師發展的，名稱一語雙關喔！COOL！

量表作者：臺北醫學大學公共衛生學系所 呂淑好老師

- 1 就算不喜歡對方，我仍會感恩所有對我有好感的異性。
- 2 如果我告白後未獲肯定，我會隨緣，不強求。
- 3 我對感情的付出，並不會強求一定要有回報。
- 4 寧可我辜負別人，別人不能辜負我。
- 5 即使面對壓力，也不會遷怒對方。
- 6 吵架時不翻舊帳。
- 7 吵架或冷戰的時間，以不超過24小時為限度。
- 8 萬一被甩或被騙，也不會用激烈手段報復對方。
- 9 縱然有巨大的情傷，也不會傷害自己的生命。

	非常同意	同意	不同意	非常不同意	分數
1	3	2	1	0	
2	3	2	1	0	
3	3	2	1	0	
4	0	1	2	3	
5	3	2	1	0	
6	3	2	1	0	
7	3	2	1	0	
8	3	2	1	0	
9	3	2	1	0	

## 愛情EQ量表 總分說明~



0分~16分  
(低愛情EQ)

喔歐~您對高病原的「情流感」抵抗力不足，快找幫手加強您的免疫力嘍！



17分~20分  
(中愛情EQ)

OK啦~您屬於普羅大眾型，建議您再加強修練，讓愛情EQ進化喔！



21分以上  
(高愛情EQ)

哇~ 您是愛情EQ高手，為情傷風的親朋好友們，正需要您來幫他們克服「情流感」呢！



\* 美編：蕭姩芯、李欣穎  
 \* 企劃：臺北醫學大學、中山醫學大學  
 \* 出版：2012年6月