

我們這一

Family



立花柚彦(花柚子)

兒子



立花蜜柑(花橘子)

女兒

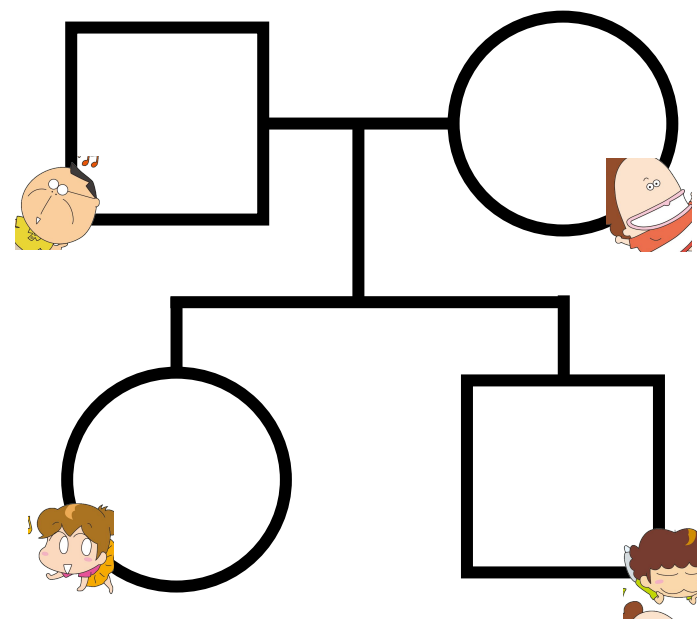
立花翠(花媽)

媽媽

立花仁(花爸)

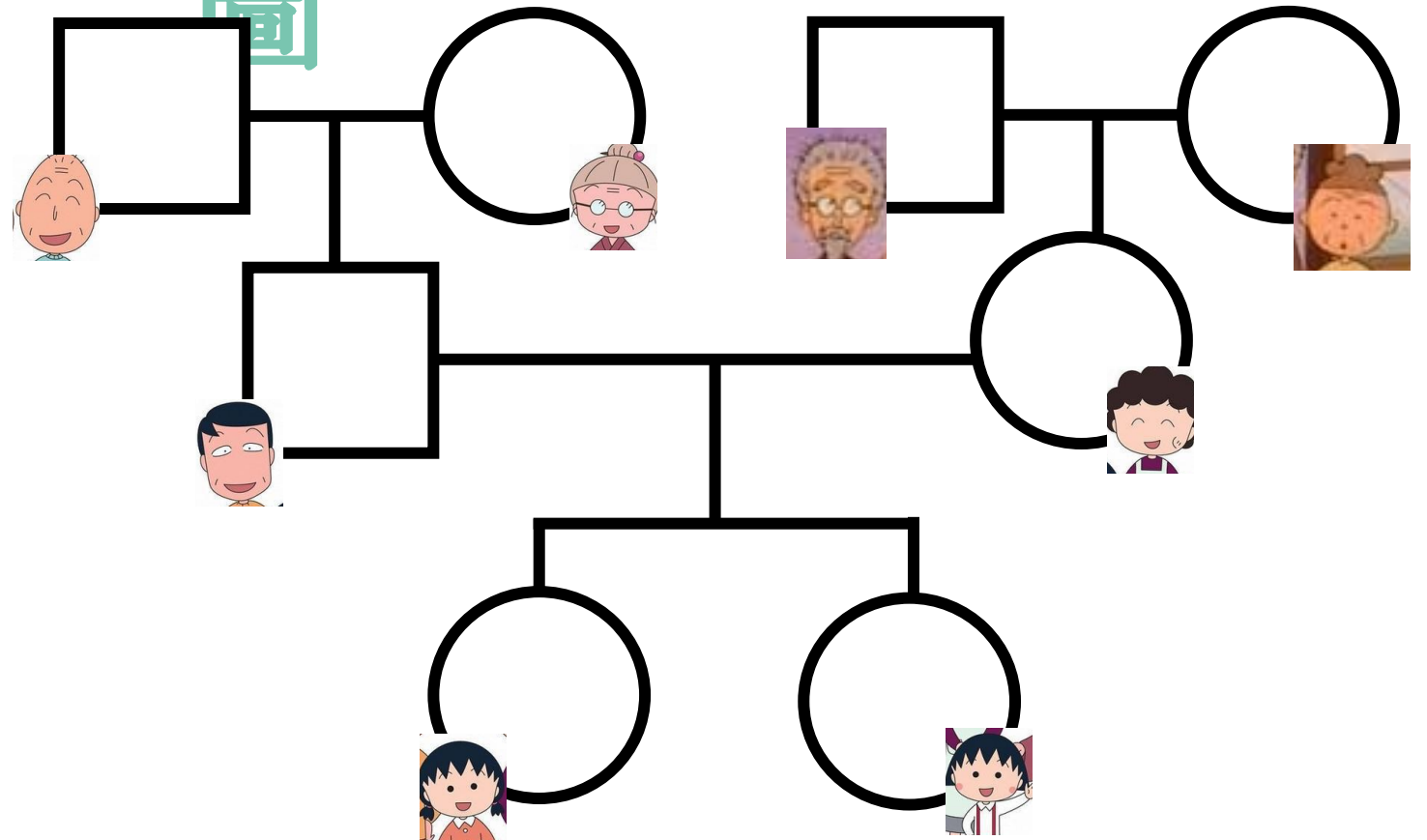
爸爸

花家家系圖

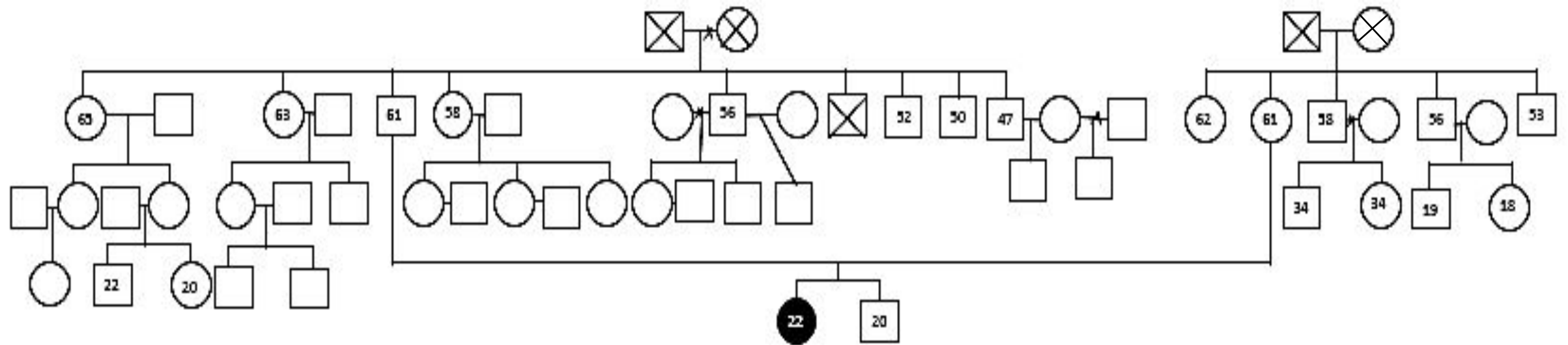


櫻桃家家系

圖

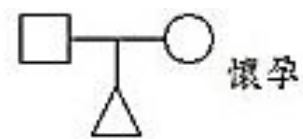
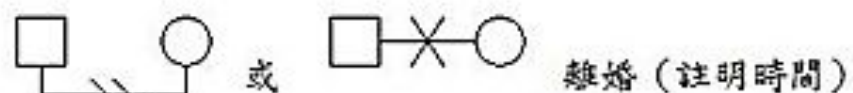
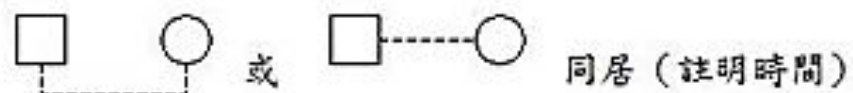


老師家家系圖



請繪製屬於你們家的家系圖

繪製家系



影片欣賞



<https://8maple.me/play/15839-11-1.html>

討論問題

- 你的家人中和影片中的那些角色很相似呢？
- 影片中古魯家族的約束跟規範，你認為跟你自己家的家規有甚麼相同或是不相同之處呢？
- 你自己在家庭內跟家庭外所扮演的各種角色有哪些呢？其中又有什麼差異呢？

影片欣賞



<https://fb.watch/fvKymRVf2p/>

討論問題

- 你曾經有說過這些傷透父母的話嗎？
- 與家人相處過程中，有過什麼樣的衝突經驗？
- 造成家人衝突的原因可能有哪些？
- 是否曾經因為家人的不悅而影響到自己？
- 是否曾經因為自己的不悅而影響到家人？

影片欣賞



<https://www.youtube.com/watch?v=hHaxFggjYDA>

討論問題

- 上次跟家人「說話」是什麼時候？
- 上次跟家人「談心」是什麼時候？
- 很少跟家人談心的原因可能有哪些？
- 如何增加跟家人的相處時間？

影片欣賞



<https://www.youtube.com/watch?v=I7x-SImzXN0>

討論問題

- 短片中有哪些愛的語言？愛的行動？
- 多多和父親會有小紙條溝通，你認為這個方式有何優缺點？
- 現代人也常使用 LINE來溝通，你認為這個方式有何優缺點？
- 當你面對人生的挫折，你會告訴你的家人嗎？

影片欣賞

更多精彩翻譯影片，臉書搜尋 " B.C. & Lowy "



你是否曾希望某人從你的生命中消失

<https://www.youtube.com/watch?v=WLmyzTHCqx4>

討論問題

- 在影片中你有觀察到哪些愛的語言與行動？
- 你曾經對家人們使用過哪些愛的語言與行動？

愛之語測

驗

有沒有曾經覺得家人的關心與愛，自己卻接收不到？

或是自己想關心家人時，卻不知道怎麼表達呢？

你覺得表達愛的方式有哪些呢？

愛的通關密語－了解愛之語

《愛之語：兩性溝通的雙贏策略》一書的作者

蓋瑞·巧門告訴我們，每個人的內心都有一個愛箱，當這個愛箱被滿足時，我們會感到安心、信任。

這個愛箱，可以透過五種愛之語來累積！



肯定的言語

用鼓勵或讚美的話來肯定對方、向對方表達自己的情感，口頭表達或是寫卡片、紙條都是很好的方式。



精心的時刻

一段專注於彼此互動的時刻，也許是一起聊天或是一同做一件事情，在過程中能感受到彼此的親密。



貼心的禮物

贈送適合他、符合需要的禮物。可能是有形或無形的。不一定要非常貴重，但能象徵真誠的情感。



服務的行動

真誠地用行動為對方做一件事。例如：幫對方泡杯咖啡、接送對方、打掃家裡...等等。



身體的接觸

友善的肢體碰觸，如擁抱、牽手、靠肩或是伴侶之間的性，傳達給對方的支持與情感。