

2022共讀會 在怦然之後

圖書股長 | 林燁、羅立勛
填報同學 | 林燁



共讀 書目

《在怦然之後： 關於愛情的16堂課》 (增新版)

程威銓（海苔熊）



讀書會**流程**之一



01

播放一首日文
歌—Yoasobi
《たぶん》



02

解析歌詞中
對感情的態度



03

分享感情經驗



04

分組創作愛情
愛情相關的
現代詩

讀書會**流程**之二



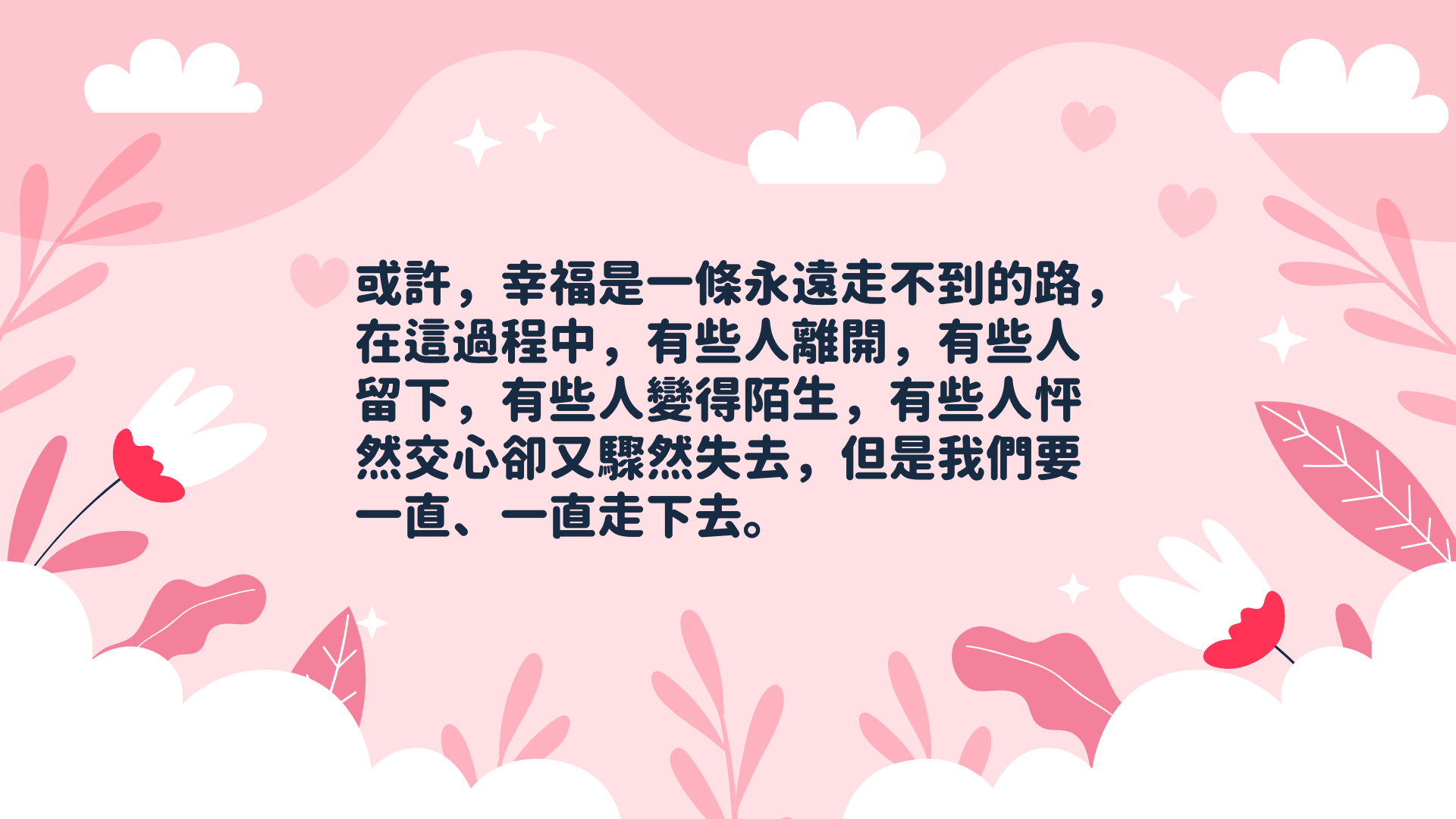
05

上台解釋
創作想法



06

以blooket
答題遊戲
測驗書中內容



或許，幸福是一條永遠走不到的路，
在這過程中，有些人離開，有些人
留下，有些人變得陌生，有些人怦
然交心卻又驟然失去，但是我們要
一直、一直走下去。



**我後來發現，感情能長久，
其實沒有什麼秘訣，只是
在風風雨雨中，找到一個
跟自己步調相仿的人。**



真正的幸福不在於兩人一起去做什麼，而在兩人的眼睛裡看見了什麼；所謂「洋溢著溫暖的愛情」，不在於對方的樣子，而在於對方在你眼中的樣子。

議題討論01



議題：怎樣的人會吸引你？

書中有提到吸引力有四大要素：熟悉性、相似性、外貌吸引力、相互性。

熟悉性就是出現在你身邊的頻率與被你注意到的次數，同學就說了一個很常見的例子就是補習班的學妹，因為每天去補習時常常能看到她坐在固定第幾排第幾個的位子，久而久之就會有一種熟悉感產生而開始好奇起來。

而相似性就是指兩個人有相同個性、興趣等等，有喜歡閱讀的同學也分享了他遇過一個女生，兩人常常在圖書館碰見（同時是熟悉性的例子），交流後發現兩人喜歡的書籍類型差不多，開始互有好感。

外貌吸引力就顯而易見了，很常是使人「暈船」的一大因素，同學提到這就十分踴躍了，紛紛表示贊同，外表上的美帥還是一個吸引力大加分項。

相互性就比較是兩人成為朋友後，開始增溫的契機，藉由相互的付出、贈予，來達到「互惠」的感情關係。同學舉出像是自己請對方吃飯後，對方表示下次由他請，不但延續了關係事件，也表示出了不排斥的態度。

議題討論02



議題：怎麼緩解與另一半的爭吵？

爭吵經常是一段關係出現裂縫的警示，若不能好好處理而任由裂縫擴大、無法癒合，最後將走向分手。

有目前有女朋友的同學分享，在發生爭吵時當下不能專注於令你們吵架的「事」本身，在那個時間因為情緒的緣故，不可能把事情解決或談妥，所以這時該先照顧對方情緒，待雙方都冷靜下來後才能好好處理事情。「情理情理，情為先，理為後」這應該就是這位同學所想表達的觀念了，書中在如何緩解衝突與另一半不安全感的方法中也有「情感誇飾」的部分，即是說明應先放下誰對誰錯的爭論，優先緩解對方激烈的情緒反應。

議題討論03

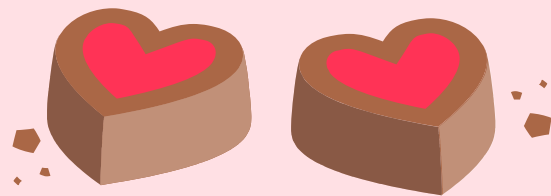


議題：失戀後如何走出去？

無論是喜歡的人被追走了，限動裡她和他身處的夜景在你心中卻是一幕閃電的慘白；或是兩人因各種原因分手了，看著以前的聊天記錄定格在最後一句「就這樣吧」，失戀都讓人痛苦且久久不能平復。如何平復呢？有些同學會去找朋友一起吃個飯、唱個歌把情緒發洩出來；有人選擇專注在其他事務像是課業或樂器來轉移注意力；有人也選擇去運動，感受自己的身體也讓思緒冷靜，以上都是書中提過的平復方法。

總結來說，把情緒用對的方式發洩出來，就是最重要的一點。

贈書卡
獲獎人



詹翔宇

在設計的blooket 1v1書中內容知識淘汰賽中存活到了
最後，得到第一名，成為202感情小博士♥

An illustration of a man with dark skin and short dark hair, wearing a mustard yellow jacket over a white shirt and brown pants. He is smiling and holding a bouquet of three white daisies with red centers in his right hand. The background is a soft pink with white clouds, hearts, and stars. The text is in a clean, sans-serif font.

自由書寫

最後一次幫忙班上準備讀書會了，看到大家能踴躍的討論還是很開心吧，也感謝圖書館辦的研習，提供了曾經還新上任懵懂的我一些準備的方向，即使是後來我比較熟悉流程了，但還是注意到每年在研習上都會有小小的變化，真的很用心。主任跟老師們人都很好，愛竹中圖書館，身為當了三學期的正副圖書股長我很榮幸☒







後
色信封掉出
一把鑰匙
門的金鎖卻已換
了
下萬箱關於你的一切
眼中只是一廂情願
放不下她
的心放不下我

妳的青春是空白的底片
是按不停的快門
我是被景鎖
的鎂光燈
情如燈集成一束
人卻僅能分隔兩處

在夜色深處尋覓你的剪影
繁星黑黑
皆化作你溫柔的眼波
思念如霧
靜靜籠罩我心

原來妳走之際
神似一艘向海洋奔去的渡輪
放牠一拉開兩人的距離
動盪的情海飄浮著我心的碎冰

共奏一曲青澀
踏下靦腆
步上紅潮
曲終人散
你離席鞠躬
我盼伊人
再彈響我二子的心

一封訊息
阻隔妳我的距離
想念那迢迢的香氣
心中盪起漣漪
後來卻
如止水
若鏡
彷彿過杯曾有過妳
淚滾紅塵中
星點點獨行

下
二三四五六
下
值日生