



是否有心儀的對象？請透過以下題目檢視彼此的感情狀況，依照真實情形圈選答案。

題 目	同意	不確定	不同意
1.不管他/她作什麼決定，我相信他/她一定認為這是較好的（信任）	③	2	1
2.我可以和他/她分享所有的感覺，並完全信賴他/她（信任）	③	2	1
3.我們總是一起為我們的感情努力（信任）	③	2	1
4.雖然和他/她已認識一段時間，但他/她還是很吸引我（接納）	③	2	1
5.儘管他/她有許多缺點，我還是願意容忍他/她（接納）	3	②	1
6.和他/她相處愈久，就愈喜歡跟他/她在一起（接納）	3	②	1
7.有什麼想法或心事時，第一個想到的就是和他/她分享（有效溝通）	③	2	1
8.對他/她知道愈多，就愈想了解他/她（有效溝通）	③	2	1
9.喜歡知道關於他/她的事，正如他/她也認真了解我的想法一樣（有效溝通）	③	2	1
10.在他/她面前我能輕鬆、自然的展現自己，或做自己想做的事（平衡關係）	3	②	1
11.我們有共同相處的時間，也有各自的空間（平衡關係）	③	2	1
12.我們有共同的興趣，但有時也各自拜訪朋友或培養自己的興趣（平衡關係）	③	2	1

將圈選的數字加起來，即為總分。

※總分： 33 分

※結果分析：

1.12～20分：自己與對方還只是朋友，如果彼此都希望感情有進展，不妨敞開心胸，試著多了解對方；如果對方不認為有更進一步的必要，自己就應思考這份感情的去向。

2.21～28分：彼此感情還不錯，但也有一些曖昧，讓人心情不定，若能試著溝通對愛情的期待（尤其是彼此有疑慮的地方），將有助於感情發展。

3.29～36分：彼此正沈浸在愛情中，別忘了持續溝通，一起為未來的目標努力，才能讓愛情滋味更濃郁。