

班級：() 年 () 班 編號：() 姓名：()

單元名稱：情感的表達與處理(二)

活動名稱：想法與感覺

一、停、看、聽

狀況一(1) 當你快樂的騎著自己的腳踏車經過街上，有一個小孩卻對著你大叫：「把車還給我，不要偷我的車。」



☆我感到 莫名其妙 很害怕 奇怪 生氣
 ☆因為 明明是我花錢買的 無理取鬧 在公開場合罵我

其它：_____

(2) 你停下來，告訴那個小朋友這車是你的，他卻告訴你，他以為是他的，因為他存了兩年的零用錢買的車被偷了。

☆我感到 為他難過 高興，想借他 好像騎錯了 鬆口氣

其它：_____

☆因為 因車被偷了 他很可憐 他存了那麼久才買到

其它：_____

狀況二(1) 在一個商店門口，一個婦人在你前面快速地衝出來，差一點撞到你

☆我感到 生氣 好痛 以為他是瘋子

☆因為 害我嚇一跳 那麼大了還亂衝 他撞痛了我

浪費了我的錢 其它：_____

(2) 之後你聽到旁邊的人說：「她的小孩剛剛被救護車載走了。」

☆我感到 難過 他很可憐

☆因為 關心他兒子 其它：_____

狀況三(1) 放學時你不小心撞到一個五年級的女生，她罵你是個大笨蛋！

我感到 自己冒冒失失 奇怪 生氣 害怕 無聊

他好討厭

因為 我撞到他了 我不是故意的，罵我有什麼用

我很想反擊

(2) 隨後他向你道歉並說明她因為社會考試考得不好而心情不好。

我感到 很對不起 快樂 同情 算了 沒關係

因為 我撞到他 知錯能改，善莫大焉 他也不是故意的

班級：() 年 () 班 編號：() 姓名：()

單元名稱：情感的表達與處理(二)

活動名稱：想法與感覺

· 每次的反應都一樣嗎？ 一樣 不一樣

因為 狀況變了 每件事都會有不同的想法 _____

二、如果今天你考試考了一百分，回到家很高興的向你的媽媽說，她卻回答你：考一百分有什麼用？

你會怎樣想：



1. 媽媽不喜歡我 2. 我錯了 3. 媽媽不好 4. 可能是媽媽的心情不好
 5. 媽媽不重視我的考試成績 6. 我可能太得意了 7. 媽媽以為我作弊

其它：_____

☆ 為什麼？ 可能他有心事 我的成績太爛了 媽媽被開除工作
 媽媽太累了 因為品行好才是最重要的

三、如果今天老師為了一件平常並不在意的小事，對你嚴厲的責備，你會怎樣想？

1. 老師特別不喜歡我 2. 我犯錯太多了 3. 老師的脾氣不好

4. 可能是老師的心情不好 5. 可惡 其它：_____

☆ 為什麼？ 可能有心事 因老師平常都很重視我 太忙了

四、如果今天你最要好的朋友突然不理會你，你會怎樣想？

1. 我得罪他了 2. 他太驕傲了 3. 他不再喜歡我了 4. 好奇怪

5. 可能是他的心情不好 6. 他嫉妒我 7. _____

為什麼？ 我可能做過得罪他的事 可能考試考不好 可能他有新朋友
