

班級：() 年 () 班 編號：() 姓名：()

單元名稱：情感的表達與處理 (三)

活動名稱：不同的你·不一樣的心情

☆☆☆ 心 情 備 忘 錄 ☆☆☆

- ①快樂(高興) ②生氣 ③失望 ④緊張擔心 ⑤著急
 ⑥難過 ⑦委屈 ⑧奇怪 ⑨光榮 ⑩其他

★★ 小朋友！當你遇到下面這些事情時，你會有什麼樣的心情呢？★★

(請先在三個□中，勾選一個最接近你心情強度的答案，再填入你的心情代號)

1. 當你的錢包被偷了，你覺得 非常 一些些 沒感覺 []
2. 你父母要你每次月考拿到好成績，你覺得 非常 一些些 沒感覺 []
3. 你最好的朋友搬家了，你覺得 非常 一些些 沒感覺 []
4. 你被老師誤會、冤枉了，你覺得 非常 一些些 沒感覺 []
5. 你將去逛街買衣服，你覺得 非常 一些些 沒感覺 []
6. 你被選為班級幹部時，你覺得 非常 一些些 沒感覺 []
7. 有人叫你不雅的綽號，你覺得 非常 一些些 沒感覺 []
8. 你在比賽中贏得冠軍，你覺得 非常 一些些 沒感覺 []
9. 你可以晚一點睡，看一個非常受歡迎的節目，你覺得 非常 一些些 沒感覺 []
10. 上學快遲到了，你仍然找不到你的制服時，你覺得 非常 一些些 沒感覺 []

