

2. 請在下列方格中填入家人名稱（包含你自己），並將代表家人情

緒之顏色塗進方格中（不限制一種顏色）：

家人名稱	爸爸	弟弟	媽媽	我	
顏色					

三. 情緒的表達

1. 我能感覺自己的情緒變化嗎？

可以

2. 日常生活中，我的情緒最常是什麼顏色？

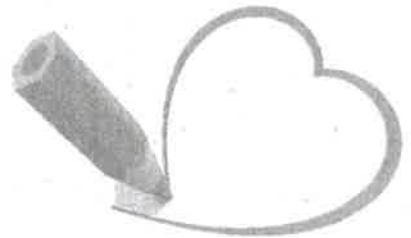
綠色

3. 以前當我情緒不好的時候，我會怎麼做？

躲起來

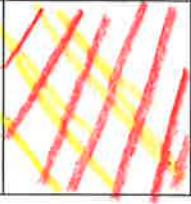
4. 今天上完課後，如果情緒來了，你會怎麼做？

接受情緒者，找出原因，做。



2. 請在下列方格中填入家人名稱（包含你自己），並將代表家人情

緒之顏色塗進方格中（不限制一種顏色）：

家人名稱	媽媽	我	弟弟	爸爸	
顏色					

三. 情緒的表達

1. 我能感覺自己的情緒變化嗎？

有時生氣有時開心有時難過有時悲傷

2. 日常生活中，我的情緒最常是什麼顏色？

是紅、黃

3. 以前當我情緒不好的時候，我會怎麼做？

自己一個人在房間靜靜靜

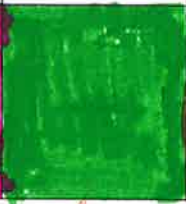
4. 今天上完課後，如果情緒來了，你會怎麼做？

要想為什麼而生氣



2. 請在下列方格中填入家人名稱（包含你自己），並將代表家人情

緒之顏色塗進方格中（不限制一種顏色）：

家人名稱	我	爸	爺	奶	祖
顏色					

三. 情緒的表達

1. 我能感覺自己的情緒變化嗎？

可以

2. 日常生活中，我的情緒最常是什麼顏色？

綠色

3. 以前當我情緒不好的時候，我會怎麼做？

跟朋友玩

4. 今天上完課後，如果情緒來了，你會怎麼做？

跳舞

