

活動(四)：情緒大紀錄

目的：

1. 讓組員留意日常生活中曾出現的情緒及了解造成情緒的原因
2. 鼓勵組員專注地聆聽匯報，然後對事件提出自己的看法

步驟：

1. 派發工作紙
2. 抽一張「情緒貼紙」，然後貼在方格內
3. 回家後，記錄一件引發起相關情緒的事件
4. 下一節活動開始時輪流匯報工作紙
5. 匯報完結後，匯報者可以發問兩條相關的問題，以測試其他組員有沒有留心聆聽匯報
6. 鼓勵組員對事件作出回應

組員回應指引：

- 如果你是當事人，你會有甚麼情緒？
- 你會有甚麼反應或行動？

教材：

- 「情緒大紀錄」工作紙（每個組員一份）
- 情緒貼紙



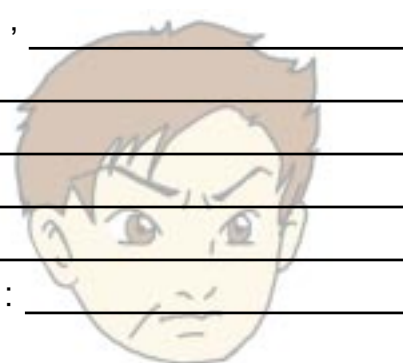
情緒大紀錄

日期：_____

姓名：_____

貼上情緒
貼紙

今天我覺得很_____ 因為，_____



小組備註 (姑娘的話、組員的話)：_____

家長的話：_____

