情緒點名

學習單：L11 賽博特衛星

未成年懷孕者在家庭、校園、社會中，必須面對各種評價或挑戰，藉由站在她／他們的位置，思考她／他們可能會遭遇的困難，並理解在這些處境中所產生的情緒。想一想，如果妳／你是茉莉.....

班級：_____

組別：_____

第一步

幫茉莉、安迪、家長、同學選出不同的「代表色」。

準備 4 種顏色的筆，在 4 張情緒總表左上方的 □ 格內個別塗上不同顏色 ，作為該角色的代表色。

第二步

勾出角色的情緒。

根據老師的提問及指示，用各個角色的代表色，在下方情緒總表中對應的情緒打「✓」。

第三步

數量統計。

統計每張情緒表上的正向情緒和負向情緒總數，並記錄在學習單上。

□ 茉莉的情緒總表

正向	驚訝	舒服	高興	驚喜	感動	平靜	幸福	期待	總數
	感激	放鬆	安心	羨慕	自豪	充實	希望	自得其樂	
負向	難過	不安	緊張	擔心	驚慌	恐懼	悲傷	疲憊	總數
	後悔	沮喪	丟臉	愧疚	絕望	委屈	震驚	憤怒	
	孤單	失望	害怕	尷尬	懷疑	挫折	無奈	抓狂	
其他									

□ 家長的情緒表

正向	驚訝	舒服	高興	驚喜	感動	平靜	幸福	期待	總數
	感激	放鬆	安心	羨慕	自豪	充實	希望	自得其樂	
負向	難過	不安	緊張	擔心	驚慌	恐懼	悲傷	疲憊	總數
	後悔	沮喪	丟臉	愧疚	絕望	委屈	震驚	憤怒	
	孤單	失望	害怕	尷尬	懷疑	挫折	無奈	抓狂	
其他									

□ 安迪的情緒表

正向	驚訝	舒服	高興	驚喜	感動	平靜	幸福	期待	總數
	感激	放鬆	安心	羨慕	自豪	充實	希望	自得其樂	
負向	難過	不安	緊張	擔心	驚慌	恐懼	悲傷	疲憊	總數
	後悔	沮喪	丟臉	愧疚	絕望	委屈	震驚	憤怒	
	孤單	失望	害怕	尷尬	懷疑	挫折	無奈	抓狂	
其他									

□ 同學的情緒表

正向	驚訝	舒服	高興	驚喜	感動	平靜	幸福	期待	總數
	感激	放鬆	安心	羨慕	自豪	充實	希望	自得其樂	
負向	難過	不安	緊張	擔心	驚慌	恐懼	悲傷	疲憊	總數
	後悔	沮喪	丟臉	愧疚	絕望	委屈	震驚	憤怒	
	孤單	失望	害怕	尷尬	懷疑	挫折	無奈	抓狂	
其他									