

## 情緒教育課程-好人氣養成班



班級上課情形 1



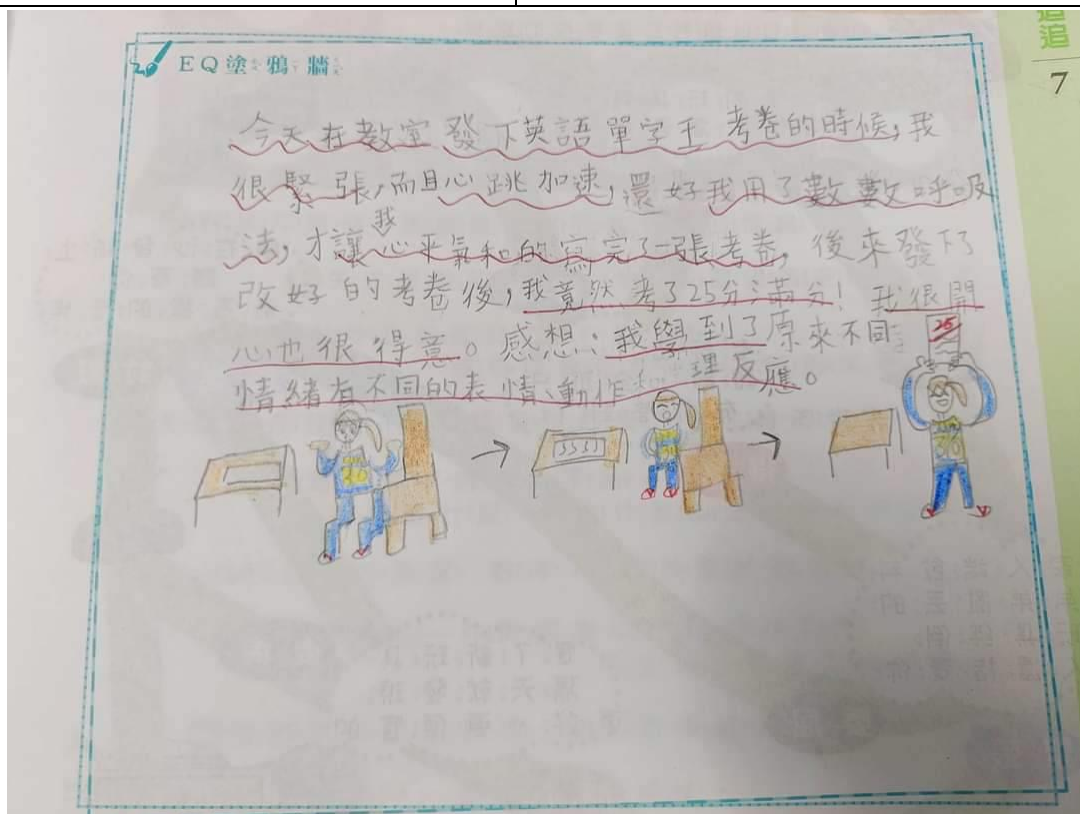
班級上課情形 2



班級上課情形 3

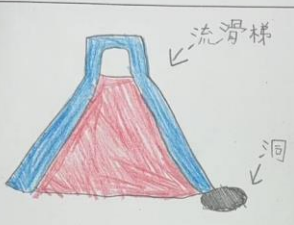


家長入班一起和孩子進行情緒教育課程



學習成果 1

一、二、三、四、五、六、日、一、二、三、四、五、六、日



，	實	，	要	了	在	了	氣	童	禮
所	是	但	告	一	玩	一	墊	樂	拜
以	有	是	訴	個	的	次	，	園	六
我	點	因	那	洞	過	。	所	玩	，
一	害	為	裡	在	程		以	，	媽
直	羞	我	的	漏	中		那	我	媽
說	、	的	工	氣	，		天	很	帶
不	怕	個	作	，	我		我	喜	我
出	生	性	人	我	發		又	歡	去
口	的	其	員	想	現		玩	玩	兒

學習成果 2

## 說出 自己的情緒和發生的事情

EQ 武·功·秘·笈：情·緒·光·譜·環

請：告·訴·家·人·什·麼·是·「情·緒·光·譜·環」，邀·請·家·人·一·起·說·說·看！  
 今·天·有·出·現·光·譜·環·上·的·那·些·情·緒·？  
 當·時·碰·到·了·什·麼·事·情·？



接著，請把你或家人「有」用「光譜環」表達的情緒和發生的事情記錄下來，讓你自已和家人人都成為EQ高手吧！

練習：說出「自己的情緒和發生的事情」是「EQ高手」的練習，記得邀請家人和你一起練習哦！

主·角·人·物·	發·生·的·事·情·	當·時·的·情·緒·
爸爸媽媽	爸爸說要把古騰堡圖書館交給媽媽管理	害怕
老師、全班	老師教我們籃球拍球動作	開心
大姐、姐、李麗穎	我們玩Roblox的恐怖遊戲	開心

+3.

學習成果 3