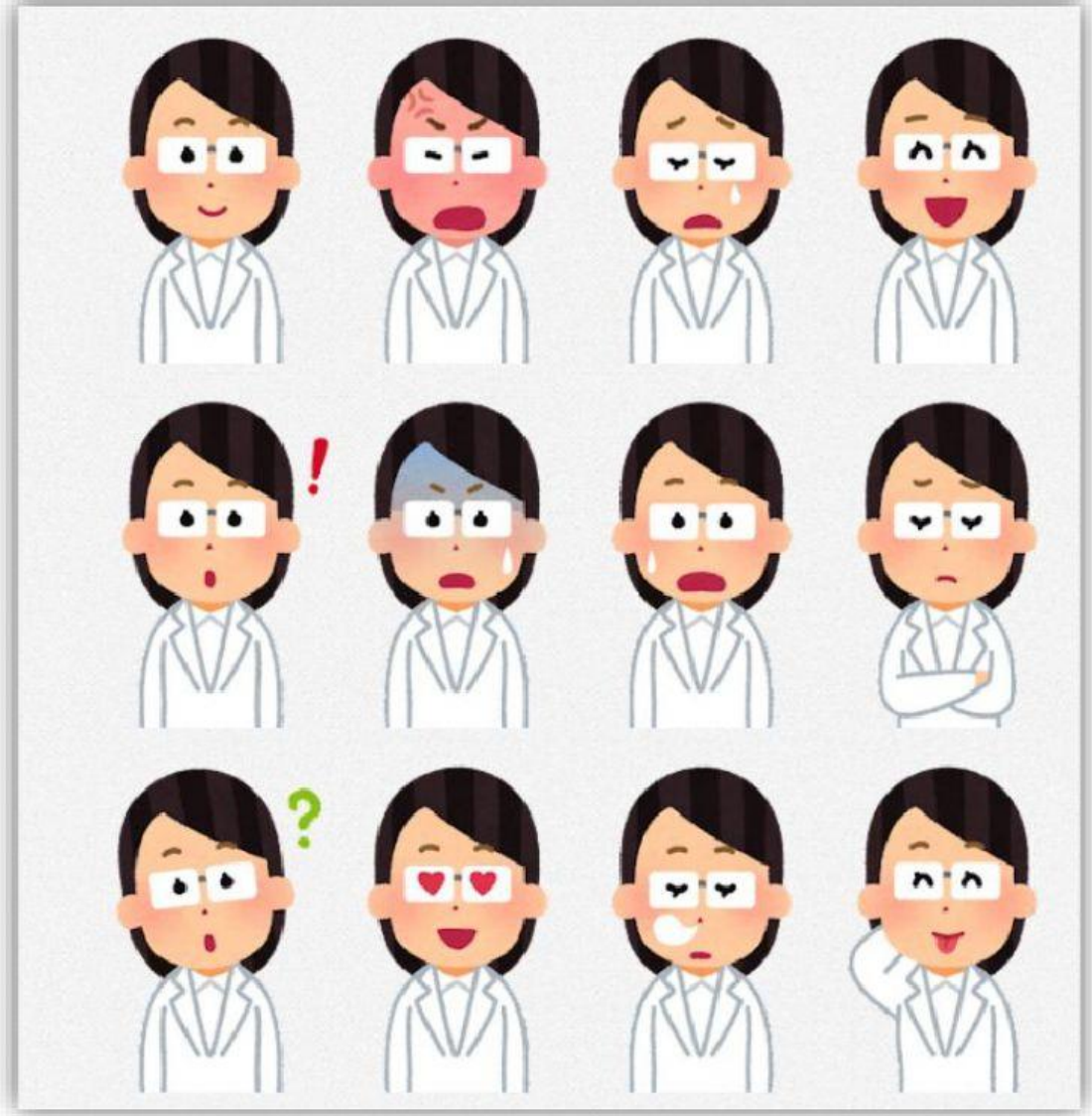


# 認識常見的情緒



哪<sub>3</sub>一<sub>1</sub>張<sub>出</sub>臉<sub>カ</sub>代<sub>カ</sub>表<sub>ハ</sub>你<sub>3</sub>現<sub>ト</sub>  
在<sub>ハ</sub>的<sub>カ</sub>心<sub>ラ</sub>情<sub>ク</sub>呢<sub>ネ</sub>？

你<sub>3</sub>現<sub>ト</sub>在<sub>ハ</sub>的<sub>カ</sub>心<sub>ラ</sub>情<sub>ク</sub>如<sub>ニ</sub>何<sub>ニ</sub>？

我<sub>ニ</sub>覺<sub>レ</sub>得<sub>セ</sub>我<sub>ニ</sub>很<sub>ニ</sub>\_\_\_\_\_。



我<sup>ㄇ</sup>很<sup>ㄟ</sup>開<sup>ㄉ</sup>心<sup>ㄊ</sup>

今<sup>ㄣ</sup>天<sup>ㄊ</sup>收<sup>ㄩ</sup>到<sup>ㄟ</sup>生<sup>ㄣ</sup>日<sup>ㄊ</sup>的<sup>ㄟ</sup>禮<sup>ㄟ</sup>物<sup>ㄟ</sup>，  
是<sup>ㄟ</sup>我<sup>ㄇ</sup>最<sup>ㄆ</sup>喜<sup>ㄊ</sup>歡<sup>ㄟ</sup>的<sup>ㄟ</sup>玩<sup>ㄟ</sup>具<sup>ㄟ</sup>，  
我<sup>ㄇ</sup>真<sup>ㄟ</sup>的<sup>ㄟ</sup>好<sup>ㄟ</sup>開<sup>ㄉ</sup>心<sup>ㄊ</sup>！



心<sup>ㄊ</sup>情<sup>ㄟ</sup>很<sup>ㄟ</sup>好<sup>ㄟ</sup>， 希<sup>ㄊ</sup>望<sup>ㄟ</sup>大<sup>ㄟ</sup>家<sup>ㄣ</sup>  
也<sup>ㄟ</sup>一<sup>ㄟ</sup>樣<sup>ㄟ</sup>開<sup>ㄉ</sup>心<sup>ㄊ</sup>。 我<sup>ㄇ</sup>可<sup>ㄟ</sup>以<sup>ㄟ</sup>  
把<sup>ㄟ</sup>喜<sup>ㄟ</sup>歡<sup>ㄟ</sup>的<sup>ㄟ</sup>物<sup>ㄟ</sup>品<sup>ㄟ</sup>跟<sup>ㄟ</sup>大<sup>ㄟ</sup>家<sup>ㄣ</sup>  
分<sup>ㄟ</sup>享<sup>ㄟ</sup>。



## 我<sup>ㄇㄨˊ</sup>很<sup>ㄉㄨˊ</sup>難<sup>ㄣˊ</sup>過<sup>ㄍㄨˋ</sup>

要<sup>ㄞˋ</sup>畢<sup>ㄣˊ</sup>業<sup>ㄟˋ</sup>了<sup>ㄌㄜˊ</sup>， 想<sup>ㄒㄩㄥˊ</sup>到<sup>ㄉㄠˊ</sup>要<sup>ㄞˋ</sup>和<sup>ㄉㄨˊ</sup>  
好<sup>ㄉㄨˊ</sup>朋<sup>ㄣˊ</sup>友<sup>ㄟˊ</sup>分<sup>ㄉㄨˊ</sup>開<sup>ㄟˊ</sup>， 我<sup>ㄇㄨˊ</sup>覺<sup>ㄐㄩㄝˊ</sup>得<sup>ㄉㄜˊ</sup>  
很<sup>ㄉㄨˊ</sup>難<sup>ㄣˊ</sup>過<sup>ㄍㄨˋ</sup>。



我<sup>ㄇㄨˊ</sup>可<sup>ㄎㄜˊ</sup>以<sup>ㄧˊ</sup>把<sup>ㄅㄚˊ</sup>難<sup>ㄣˊ</sup>過<sup>ㄍㄨˋ</sup>的<sup>ㄉㄜˊ</sup>心<sup>ㄒㄩㄥˊ</sup>  
情<sup>ㄘㄩㄥˊ</sup>說<sup>ㄕㄨㄛˊ</sup>出<sup>ㄨˊ</sup>來<sup>ㄌㄞˊ</sup>， 並<sup>ㄅㄧㄥˊ</sup>想<sup>ㄒㄩㄥˊ</sup>想<sup>ㄒㄩㄥˊ</sup>  
有<sup>ㄞˊ</sup>哪<sup>ㄋㄚˊ</sup>些<sup>ㄒㄩㄝˊ</sup>方<sup>ㄈㄤˊ</sup>法<sup>ㄈㄞˊ</sup>可<sup>ㄎㄜˊ</sup>以<sup>ㄧˊ</sup>  
做<sup>ㄉㄞˊ</sup>。

我<sup>ㄇㄨˊ</sup>可<sup>ㄎㄜˊ</sup>以<sup>ㄧˊ</sup>打<sup>ㄉㄚˊ</sup>電<sup>ㄉㄩㄢˊ</sup>話<sup>ㄗㄞˊ</sup>或<sup>ㄟˊ</sup>寫<sup>ㄒㄩㄝˊ</sup>  
信<sup>ㄒㄩㄥˊ</sup>給<sup>ㄉㄞˊ</sup>好<sup>ㄉㄨˊ</sup>朋<sup>ㄣˊ</sup>友<sup>ㄟˊ</sup>， 繼<sup>ㄐㄩˊ</sup>續<sup>ㄘㄩˊ</sup>  
聯<sup>ㄌㄢˊ</sup>絡<sup>ㄌㄜˊ</sup>。



我<sub>ㄇㄟ</sub>很<sub>ㄌㄞ</sub>生<sub>ㄌ</sub>氣<sub>ㄣ</sub>



媽<sub>ㄇㄚˊ</sub>媽<sub>ㄇㄚˊ</sub>禁<sub>ㄌㄞ</sub>止<sub>ㄗ</sub>我<sub>ㄇㄟ</sub>看<sub>ㄅㄞ</sub>電<sub>ㄉㄢ</sub>  
視<sub>ㄅㄞ</sub>， 錯<sub>ㄘㄟ</sub>過<sub>ㄘㄟ</sub>心<sub>ㄌㄞ</sub>愛<sub>ㄆㄞ</sub>的<sub>ㄌㄟ</sub>卡<sub>ㄗㄞ</sub>  
通<sub>ㄘㄟ</sub>， 我<sub>ㄇㄟ</sub>覺<sub>ㄌㄟ</sub>得<sub>ㄌㄟ</sub>很<sub>ㄌㄞ</sub>生<sub>ㄌ</sub>氣<sub>ㄣ</sub>！



我<sub>ㄇㄟ</sub>可<sub>ㄌㄟ</sub>以<sub>ㄣ</sub>先<sub>ㄌㄞ</sub>深<sub>ㄌ</sub>呼<sub>ㄅㄞ</sub>吸<sub>ㄌ</sub>讓<sub>ㄌㄟ</sub>  
自<sub>ㄆㄞ</sub>己<sub>ㄌㄟ</sub>冷<sub>ㄌ</sub>靜<sub>ㄌ</sub>， 找<sub>ㄘㄟ</sub>其<sub>ㄣ</sub>他<sub>ㄘㄞ</sub>  
活<sub>ㄌ</sub>動<sub>ㄌ</sub>轉<sub>ㄘㄟ</sub>移<sub>ㄣ</sub>生<sub>ㄌ</sub>氣<sub>ㄣ</sub>情<sub>ㄌ</sub>  
緒<sub>ㄌ</sub>。

再<sub>ㄆㄞ</sub>找<sub>ㄘㄟ</sub>時<sub>ㄆ</sub>間<sub>ㄌㄞ</sub>跟<sub>ㄌ</sub>媽<sub>ㄇㄚˊ</sub>媽<sub>ㄇㄚˊ</sub>討<sub>ㄘㄟ</sub>  
論<sub>ㄌ</sub>看<sub>ㄅㄞ</sub>電<sub>ㄉㄢ</sub>視<sub>ㄅㄞ</sub>的<sub>ㄌㄟ</sub>約<sub>ㄌㄟ</sub>定<sub>ㄌ</sub>。



我<sub>ㄇㄨˊ</sub>很<sub>ㄉㄨˊ</sub>害<sub>ㄆㄞˊ</sub>怕<sub>ㄆㄞˊ</sub>

房<sub>ㄈㄤˊ</sub>間<sub>ㄐㄩㄢˊ</sub>內<sub>ㄋㄟˊ</sub>有<sub>ㄩˊ</sub>蟑<sub>ㄓㄨㄥˊ</sub>螂<sub>ㄌㄤˊ</sub>，  
我<sub>ㄇㄨˊ</sub>覺<sub>ㄐㄩㄝˊ</sub>得<sub>ㄉㄜˊ</sub>很<sub>ㄉㄨˊ</sub>害<sub>ㄆㄞˊ</sub>怕<sub>ㄆㄞˊ</sub>。



我<sub>ㄇㄨˊ</sub>可<sub>ㄎㄜˊ</sub>以<sub>ㄩˊ</sub>尋<sub>ㄒㄩㄣˊ</sub>求<sub>ㄗㄞˊ</sub>幫<sub>ㄅㄞˊ</sub>忙<sub>ㄇㄞˊ</sub>，  
告<sub>ㄍㄠˊ</sub>訴<sub>ㄙㄨˊ</sub>大<sub>ㄉㄚˊ</sub>人<sub>ㄣˊ</sub>， 看<sub>ㄎㄢˊ</sub>如<sub>ㄣˊ</sub>何<sub>ㄉㄜˊ</sub>  
處<sub>ㄘㄨˊ</sub>理<sub>ㄌㄩˊ</sub>。  
遇<sub>ㄩˋ</sub>到<sub>ㄉㄜˊ</sub>害<sub>ㄆㄞˊ</sub>怕<sub>ㄆㄞˊ</sub>的<sub>ㄉㄜˊ</sub>事<sub>ㄕㄨˊ</sub>情<sub>ㄥˊ</sub>，  
要<sub>ㄞˊ</sub>找<sub>ㄗㄞˊ</sub>方<sub>ㄈㄤˊ</sub>法<sub>ㄈㄞˊ</sub>去<sub>ㄘㄩˊ</sub>面<sub>ㄇㄢˊ</sub>對<sub>ㄉㄜˊ</sub>它<sub>ㄘㄩˊ</sub>！