

日期: 6/7

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

興奮

愉快

					X			

放鬆

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

憂鬱

低激發

放鬆

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

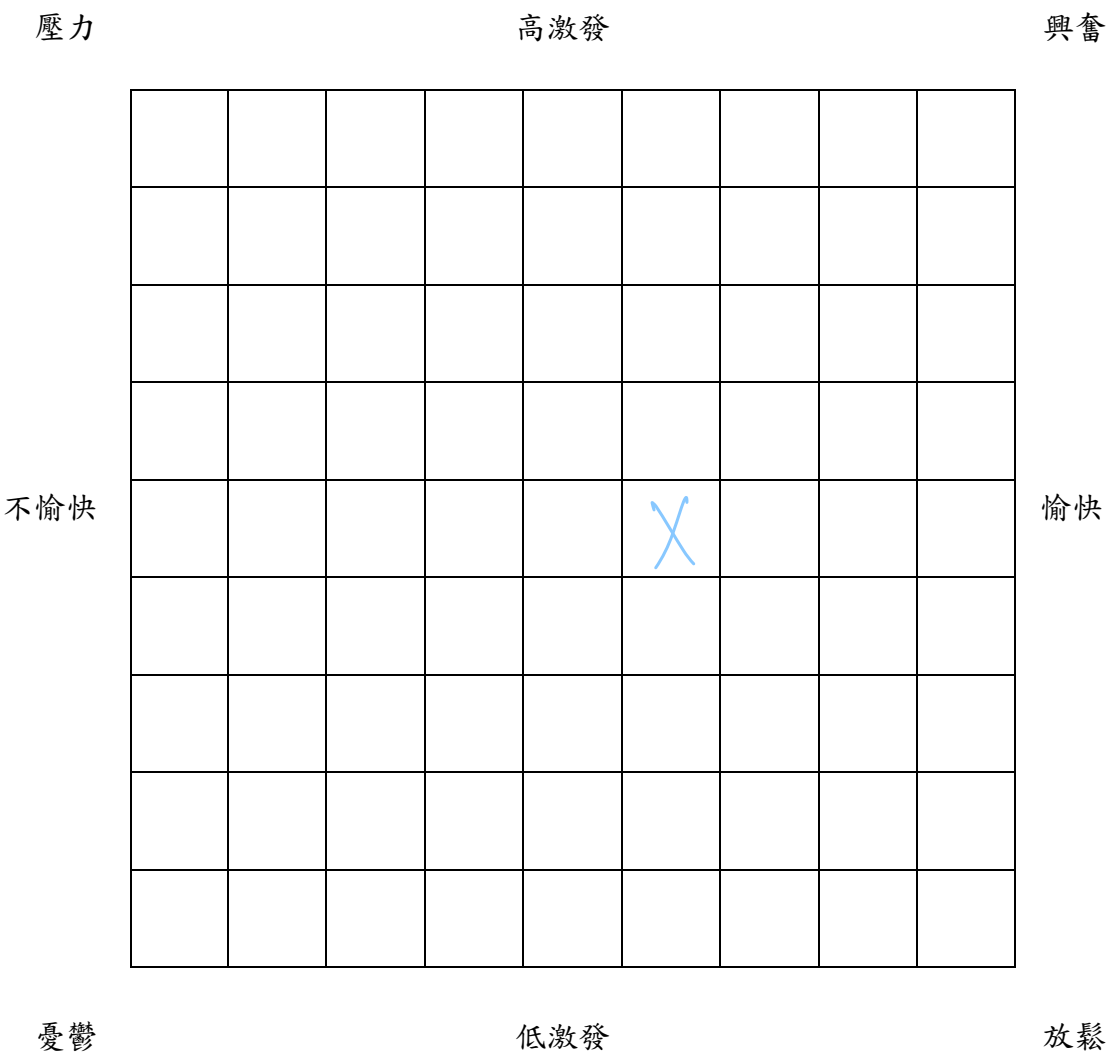
憂鬱

低激發

放鬆

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。



6.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

不愉快				X						愉快
憂鬱										放鬆

5, 5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

憂鬱

低激發

放鬆

5.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力										興奮
不愉快						X				愉快
憂鬱										放鬆

6, 5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力	高激發									興奮
不愉快										
					X					
憂鬱	低激發									放鬆

5.6

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

憂鬱

低激發

放鬆

5.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

不愉快					X					愉快
憂鬱										放鬆

6.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

憂鬱

低激發

放鬆

5.6

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

憂鬱

低激發

放鬆

5.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力										興奮
不愉快					X					愉快
憂鬱										放鬆

5.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

憂鬱

低激發

放鬆

S. 6

情緒方格

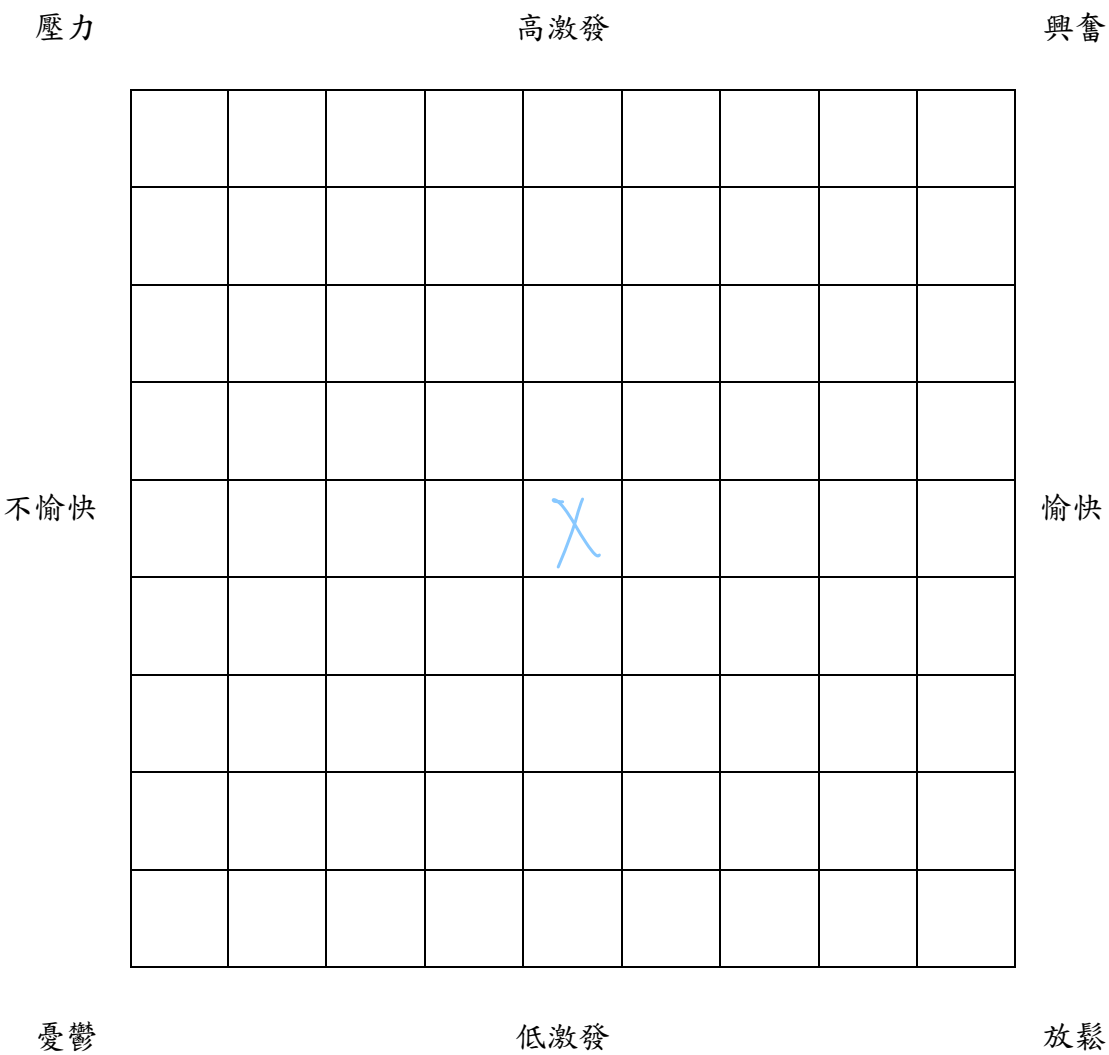
請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力	高激發									興奮
不愉快				X					愉快	
憂鬱	低激發									放鬆

4.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。



5.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

憂鬱

低激發

放鬆

4.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力	高激發									興奮
不愉快					X				愉快	
憂鬱	低激發									放鬆

8.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

憂鬱

低激發

放鬆

\$.5

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

憂鬱

低激發

放鬆

S. 6

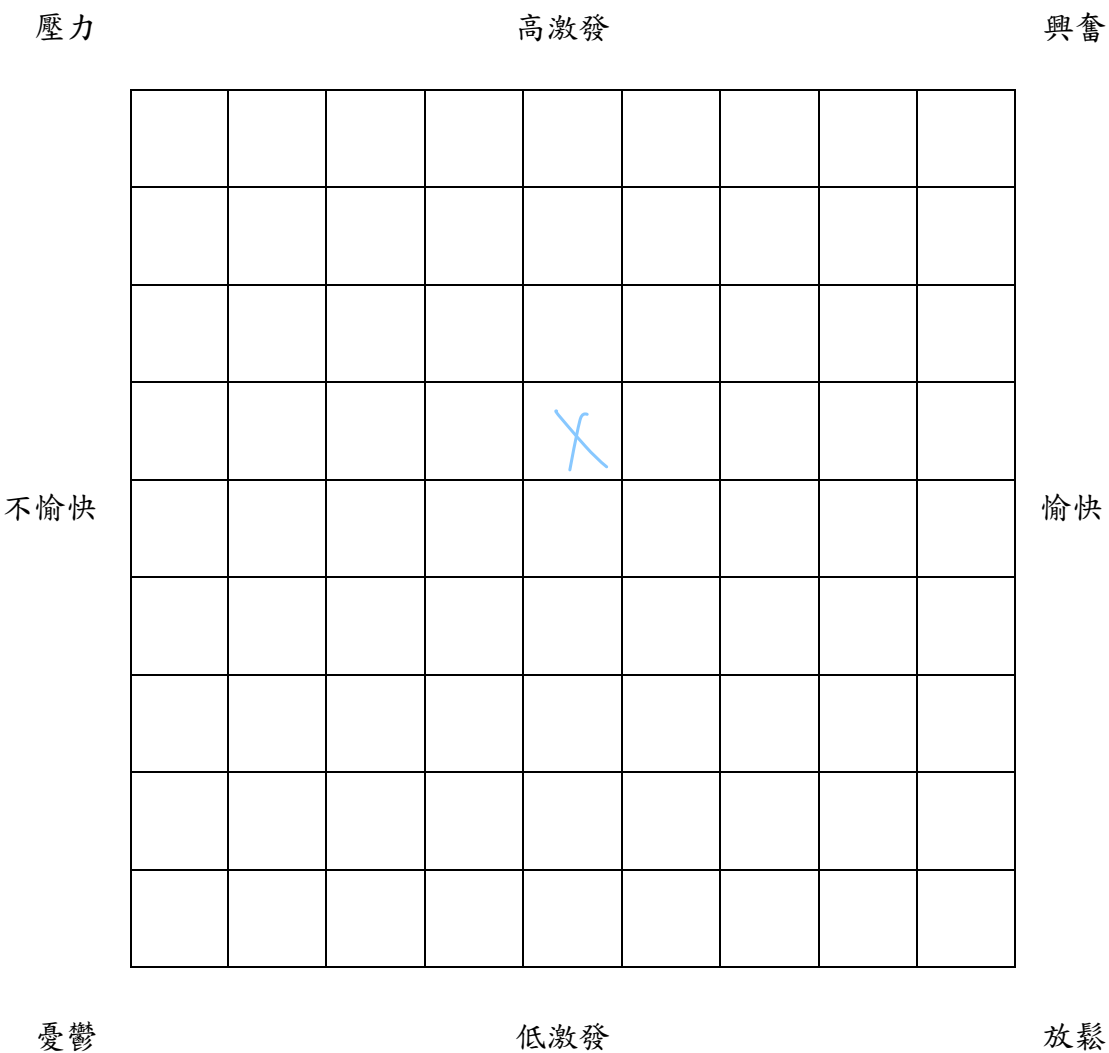
情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

				X						

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。



5.6

情緒方格

請將最接近您此時此刻的感受，以“X”的記號標記在方格裡。

壓力

高激發

興奮

不愉快

愉快

憂鬱

低激發

放鬆

5.5