

| | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|------|------|-----|------|-----|----|---|----|-----|----|--|-------|
| 市立新北高工 109 學年度第 2 學期第一次段考試題 | | | | | | | | 班別 | 甲 | 座號 | | 電腦卡作答 |
| 科 目 | 社會技巧 | 命題教師 | 陳怡婷 | 審題老師 | 謝昀祁 | 年級 | 三 | 科別 | 綜合科 | 姓名 | | 否 |

一、是非題(每題 5 分，共 25 分)

- ()1. 在老師面前有情緒是一件不好的事。
- ()2. 憤怒是負向情緒。
- ()3. 一個人只可以有正向情緒才是好的。
- ()4. 我在職場工作時可以有悲傷的情緒。
- ()5. 當我在職場被欺負感到憤怒時，我可以用肢體衝突表達情緒。

二、選擇題(每題 5 分，共 15 分)

- ()1. 當我在學校時，同學一直在罵我，我覺得很生氣。

下列何者是較適合表達情緒的方式？

- (A) 碎碎念 (B) 不要動手，表情不好即可 (C) 打自己出氣 (D) 到較少人的地方大叫
 ()2. 當家人誤會我，大聲責備我時，我覺得很生氣、難過。

下列何者是較適合表達情緒的方式？

- (A) 說出自己的情緒 (B) 摔門 (C) 大聲回嘴 (D) 離家出走
 ()3. 小芝的爺爺過世了，她的心情很低落，覺得很傷心。

你是她的朋友，下列何者是你可以對她做的？選較合適的。

- (A) 叫她不要傷心 (B) 陪伴、尊重她 (C) 請她振作起來

三、問答題 (60 分)

1. 請寫出 4 種正向情緒。(12%)
-

2. 請寫出 4 種負向情緒。(12%)
-

3. 請問「情緒」本身是壞事嗎？當我有情緒時，什麼很重要？(6%)
-

| | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|------|------|-----|------|-----|----|---|----|-----|----|--|-------|
| 市立新北高工 109 學年度第 2 學期第一次段考試題 | | | | | | | | 班別 | 甲 | 座號 | | 電腦卡作答 |
| 科 目 | 社會技巧 | 命題教師 | 陳怡婷 | 審題老師 | 謝昀祁 | 年級 | 三 | 科別 | 綜合科 | 姓名 | | 否 |

4. 安迪因為和女朋友分手，覺得很難過、痛苦。請問屬於正向還是負向情緒？

他可以如何表達情緒呢？(6%)

5. 佳佳很擔心段考成績考不好，整天一直很焦慮、不安。請問屬於正向還是負向情緒？

他可以如何表達情緒呢？(6%)

6. 茴茴找到了一份喜歡的工作，他覺得很興奮、開心。請問屬於正向還是負向情緒？

他可以如何表達情緒呢？(6%)

7. 剩下沒幾個月就要畢業了！你的心情如何呢？試著寫出你的情緒以及原因。(6%)

8. 試想看看，當你在面試找工作時，會有什麼樣的情緒？你可以如何表達或排解你的情緒？

(6%)
