



快乐秘方

选择你对下面事情的回应，及完成句子。

1. 当你要留在家做功课，不得出外玩，你会

- ☐ 照做，但不开心。
- ☐ 发怒，踢椅子。
- ☐ 开心地做。

2. 当妈妈拒绝你的要求，你会

- ☐ 不吃饭／不做功课。
- ☐ 接受，但不开心
- ☐ 开心地接受

3. 当爸爸转了你正在看的电视台，你会

- ☐ 开心地接受。
- ☐ 大发脾气。
- ☐ 接受，但不开心。

快乐秘方是：（填上箭嘴内适合的词语）

1. 想及_____是明白我的感受。
2. 想及_____的需要。
3. 想及事情对_____的益处。

别人神自己