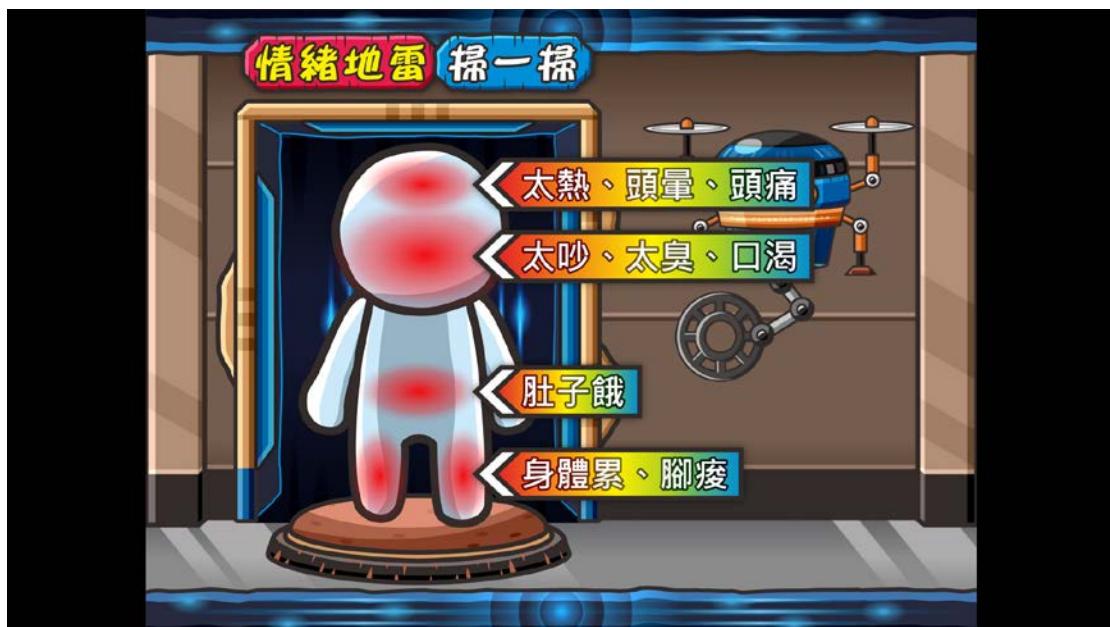
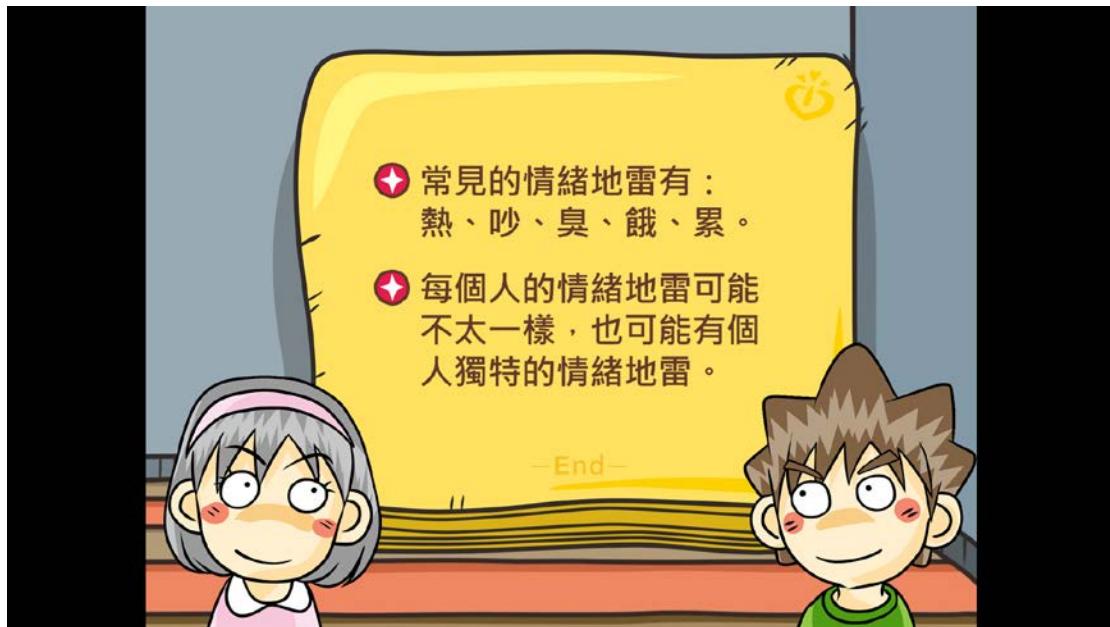


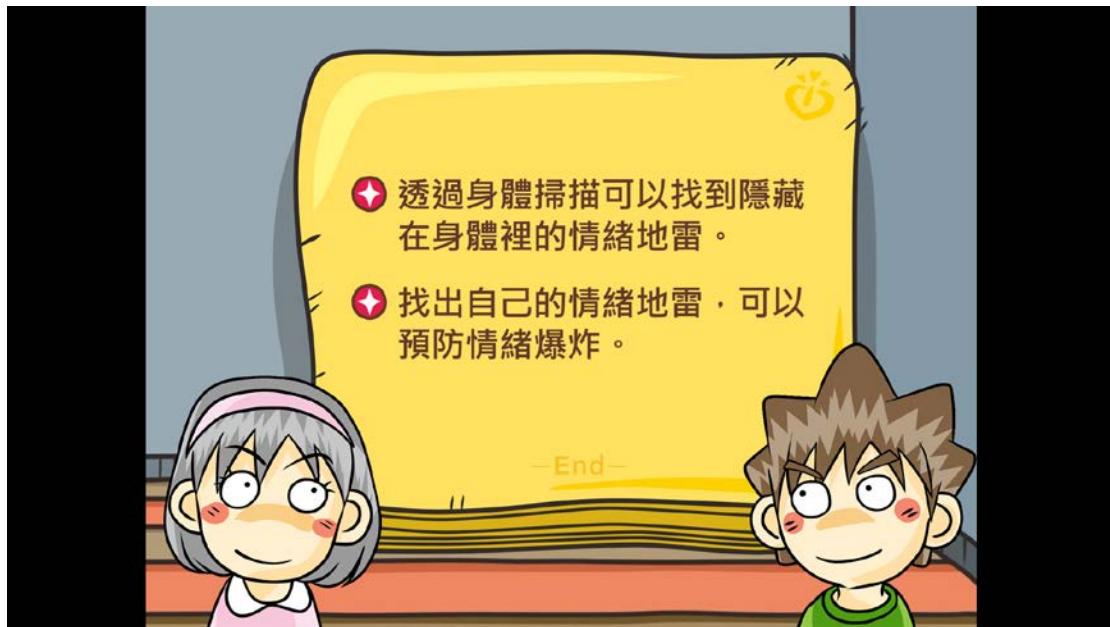


想一想 說說看

①依照熱、吵、臭、餓、累這五個地雷
對你的情緒的影響力，由大到小會怎麼排列？

②除了這五個地雷，還有什麼身體狀況
會影響你的情緒？





EQ知識寶典

- 容易影響我們的情緒地雷有哪些？
熱、吵、臭、餓、累
- 什麼工具可以幫助我們發現情緒地雷？
地雷掃描機
- 今天學的EQ武功祕笈是什麼？
情緒除雷箱