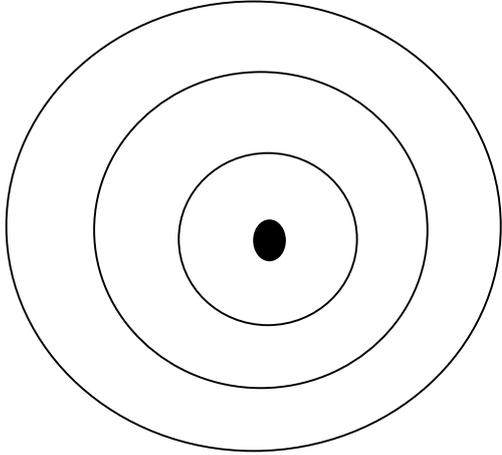


# 安心班輔



班級： 姓名：

①這次的大地震事件對我的影響是：



②事件後我觀察到自己不一樣的部分是：

情緒：

生理：

想法：

行為：

③這段時間我用來陪伴自己的方法是？

信仰：

運動：

同伴：

轉念：

改觀：

④這次的事件讓我體會到？

我還想要說的是？

## 適應狀態滿意度評分

極度不滿意

適中

極度滿意

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10