中正國小高年級學生對情緒處理的需求度調查表

|  |
| --- |
| 各位同學好：  我們是中正國小學生自治會的成員，我們觀察到同學們有許多煩惱及心事無法說出口，情緒找不到宣洩的管道，所以想要舉辦一個幫大家消除負面感受，找回快樂情緒的活動。所以要想收集更多同學的需求及自身經驗，來讓這個行動方案進行的更順利，希望同學們可以協助我們填寫。  中正國小學生自治會 全體敬上 |

第一部份：基本資料（請在適合的選項內打勾）

1.年級： □五年級 □六年級

2.性別 ： □男 □女

第二部份：問卷內容（請在適合的選項內打勾）

1.請問你是否有過困擾的事，卻找不到方法解決的時候？ □是 □否

2.請問你是否有過覺得生氣時，卻找不到人抱怨的情形？ □有 □沒有

3.請問你是否有過不開心的時候，卻找不到人傾訴的情形？ □有 □沒有

4.請問你是否有過想和別人真心道歉，卻開不了口的經驗？ □有 □沒有

5.請問你是否有個困擾你很久，卻怎麼樣都改不了的壞習慣？ □有 □沒有

6.請問你有嘗試去解決過以上的困擾嗎？ □有 □沒有

7.請問你嘗試過用大吼大叫來解決以上困擾嗎？ □有 □沒有

8.請問你嘗試過用摔東西來解決以上困擾嗎？ □有 □沒有

9.請問你嘗試過用大哭一場來解決以上困擾嗎？ □有 □沒有

10.請問你還嘗試過其他方式來宣洩情緒嗎？

□有,其他方式是:＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿ □沒有

11.用以上方法來宣洩情緒有讓你覺得比較好一點嗎？

□有 □沒有

12.請問你認為用以上敘述的方法來宣洩情緒會干擾到別人嗎？

□會 □不會

13.我們想在校園內舉辦一個｢告別壞情緒｣的體驗活動，讓困擾你(妳)的煩惱有宣洩的管道，且不會干擾到任何人，請問你願意參加這個活動來幫助自己解決煩惱嗎?

□願意 □不願意

本問卷到此結束，感謝你的填答