

附件3.3 情緒功能配對卡

提升幸福感和生活動力

具爆發力，驅使我們威懾
敵人，維護自身的權益

表達我們對失去的人和事的
重視，提醒我們珍惜所擁有

提醒我們避開令自己感覺不
舒服的人和事

保護我們遠離可能出現的問題
和威脅、督促我們做好準備

讓我們集中心神觀察、思考，
幫助我們專注處理未能預計的
事或留意令人喜悅的經歷