

## 活動訊息

- ◇ 網路資料填寫：高一同學請於 **9/16** (日) 前填寫完畢 (系統將於凌晨關閉)。請注意，本次填寫將列入高一生命教育課成績考核！高二、高三同學亦請於 **9/16** (日) 前，進入本校網頁→校園資源→輔導管理學生系統，填寫學生綜合資料。(帳號：學號，密碼：身份證字號，記得開頭字母要大寫喔！)
- ◇ 認輔活動開跑囉！請有意願參加的同學，於 **9/20** (四) **12:30** 前繳交報名表至輔導室。
- ◇ 本校將於 **9/23** (日) 舉辦親師座談會，請同學準時繳交邀請函回條 (9/10 (一) 中午前)，以利各班輔導股長統計參加人數。

## 圖文分享區

### 快樂練習題—尋找自己的「小確幸」 part 1

每個人都想要快樂，每個人都想找快樂，可是什麼才是快樂呢？

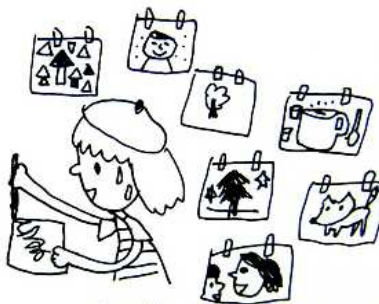
what is my happiness?

我想想看喔...

1



寫信送給女朋友  
想到他們收到信的表情  
很快樂



畫畫畫到忘記了時間停不下來  
的時候很快樂

2



有人用真心的表情跟我說  
“我好喜歡妳的畫!!”  
的時候很快樂  
雖然我每次害怕羞到說不出話  
只會傻笑 沒辦法!

3



聽音樂的時候  
很快樂  
可是有的時候是  
因為那首歌想到某件  
事或是某個人而快樂

4



看到甜點的時候  
想到它甜甜的味道  
和精緻的可愛模樣  
很快樂

5



可以跑來跑去  
到處旅行的時候  
很快樂！

6



可以幫助別人的時候很快樂  
因為可以幫忙，代表自己還有  
這麼一點用途！

7



聞到香香的東西很快樂，

看到漂亮的東西很快樂。

8



可以為別人做點什麼的時候  
很快樂，  
因為可以付出就是幸福

9



10



心裡可以想著某個人的時候很快樂  
有愛人的能力就是幸福

快樂可以很簡單  
身邊圍繞著喜歡的東西、  
喜歡的人、喜歡的事情  
就是快樂

註：「小確幸」這個詞出自村上春樹的一篇文章，指的是「微小但確切的幸福」。  
村上春樹說：「如果沒有這種小確幸，人生只不過像乾巴巴的沙漠而已」。