

# 心情 - 2023 第 2 期 特優 大華高中附設國小部 鍾○漣

- 5 年級誠班

心情

成績考差了，  
我難過得愁眉苦臉。  
和妹妹拌嘴鬥舌，  
我氣得搥胸頓足。  
好朋友跟我鬧翻了，  
我難過得傷心落淚。  
啊，壞了！  
我氣得暴跳如雷，  
我氣得憤憤不平，  
我氣得火冒三丈，  
天底下要大亂，  
我讓自己掉入萬丈深淵。  
一段時間後，  
對不起三個字，不好說，  
但我努力把它當成功課，  
認真的練習。  
我的心沉靜了，  
磅礴的心跳，漸漸的平穩下來，  
緊握的拳頭，慢慢的放鬆開來，  
擁抱著我親愛的妹妹，  
緊靠著我親愛的同學，  
我們和好了。  
找出學習的方法，  
課業步入正常軌道。  
原來學習不是那麼困難，  
學習成績分數也不是唯一。  
每天心情就像三溫暖，  
時而喜、時而怒、時而悲、時而樂。

每天心情更像四季，  
愉悅到像溫暖的春暖花開，  
憤怒到像炙熱的夏日炎炎，  
難過到像凋零的秋風蕭瑟，  
興奮到像久違的冬日可愛。

他日

情緒再狂風暴雨，  
心情再日麗風和，  
我仍然怡然自得。  
因為我學會處理心情，  
我明白控制自己的心情，  
而不是情緒掌控我的生活。