

臺中市108年度特教教材編輯小組
社會技巧課程-處人技巧

我會處理他人嘲笑-

桌子很髒



我們來看看影片中的學生發生什麼事



小翔因為桌子很髒被同學嘲笑

錯誤版

小偵探大觀察一

- 剛才的影片，你看到了什麼？
- 請你舉手，等待老師的指示再回答。
- 專心回答正確的人都可以得到獎勵卡喔！

小偵探大觀察一

- 很好！
- 你們的觀察都很仔細喔！
- 接下來的影片再請你們仔細的看！
看看與前一段影片有什麼不一樣的地方？

我們來看看影片中的學生做了什麼



小翔因為桌子很髒，被同學嘲笑

正確版

小偵探大觀察二

- 在這一段影片中，你有看到了什麼？
- 請你舉手等待老師的指示再回答！
- 專心回答正確的人，都可以得到獎勵卡喔！

小偵探大觀察二

- 很棒！
- 你們都非常的專心、細心！
- 接著，我們從剛剛的影片找出幾個步驟來幫助大家學習「處理他人嘲笑」！

步驟一 確認情境

你的桌子好髒亂
骯髒鬼

他在嘲笑我

- 說明

同學在嘲笑我。



步驟二 先冷靜

- 說明

深呼吸讓自己冷靜。

深呼吸我不生氣



步驟三 想一想方法

• 說明

想出解決方法

方法1：不理他。

方法2：跟同學說出自己的感受

方法3：告訴老師。



步驟四 選擇方法

- 說明

選出自己想做的方法。

我選方法3
告訴老師



步驟五 開始動作

老師同學嘲笑我!

- 說明

舉手告訴老師



處理他人嘲笑的步驟

步驟	說明
一.確認情境	確認自己被嘲笑了
二.先冷靜	深呼吸讓自己冷靜
三.想一想方法	想出正向的解決方法 方法1：不理他 方法2：向對方說出自己的感受 方法3：告訴老師
四.選擇方法	選出自己想做的的方法
五.開始動作	告訴老師 「老師同學嘲笑我」

演練時間

- 現在你已經知道如何適當的處理他人嘲笑的問題。
- 現在就讓我們來練習看看以下幾個情境，並按照步驟做出來喔！
- 其他同學請幫忙填寫步驟演練的檢核單。

狀況一

- 考試分數很低被同學嘲笑，怎麼辦呢？

狀況二

- 走路不小心跌倒被嘲笑，怎麼辦呢？

狀況三

- 作業很多錯誤被嘲笑，怎麼辦呢？

檢查看看

- 演練結束，非常好！你們愈來愈棒了！
- 現在請你看一看，是不是每一個步驟，你都有做到了？
- 如果你都做到了，就可以得到獎勵卡喔！

步驟檢核表 (做到打「v」，沒有做到打「x」)

	考試考不好被嘲笑	上課不專心被嘲笑	走路跌倒被嘲笑	作業錯誤多被嘲笑
步驟一 確認情境				
步驟二 先冷靜				
步驟三 想一想方法				
步驟四 選擇方法				
步驟五 開始行動				
自我肯定	<input type="checkbox"/> 我好棒 <input type="checkbox"/> 我再試 <input type="checkbox"/> 我努力			

總結

- 大家都已經學會「處理他人嘲笑」的步驟
- 請利用平常在學校的時間，依照步驟完成檢核單。
- 下次上課完成檢核單的人，可以獲得獎勵卡。
- 加油，相信你可以做得很好！

我會處理他人嘲笑的情境了

好開心