

104 學年度特殊教育教學示例

國小身心障礙教育特殊需求教學設計－我的情緒小管家

澎湖七美國小 張又云老師

壹、設計理念

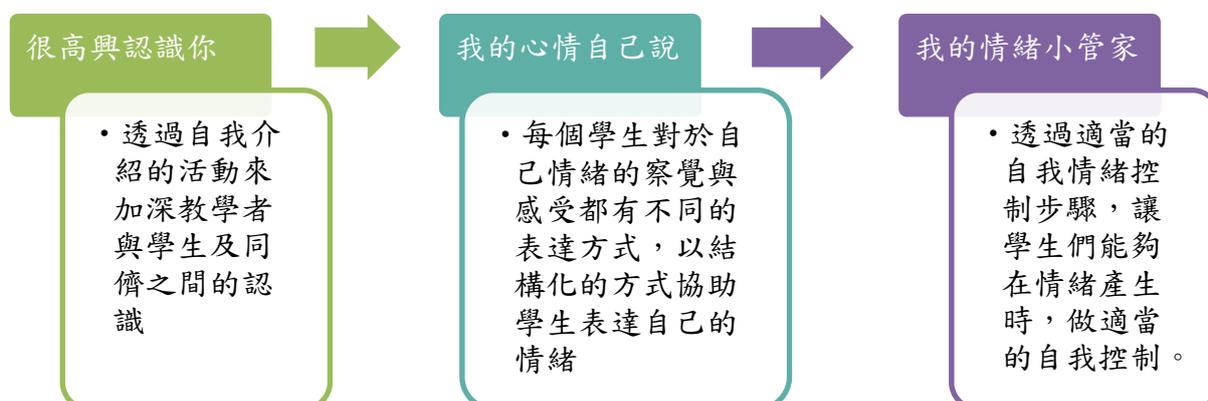
在教室裡，有些孩子常常在課堂中公然反抗老師或不聽指令，而且經常與同學或老師鬥嘴，故意說反話，把過錯歸咎於他人，就像一隻憤怒的刺蝟（孟瑛如 2013）。這些不適當的行為是孩子們表達與因應自己某種情緒的表現，我們透過適當的自我情緒控制步驟，讓學生們能夠在情緒產生時，做適當的自我控制。這個單元的課程一共規劃五節課，以遊戲的方式融入社會技巧的課程讓學生們在遊戲過程中學習與自己的情緒對話。

貳、教學分析

一、教材分析

在國小的階段，正好是孩子們發展同儕友誼的關鍵時期，生活重心逐漸由家庭轉移至學校和同儕之間（楊寶玉，2005）。透過與同儕之間的互動，他們能夠學習如何與他人相處並獲得不同的價值觀。而人際互動的第一步是「認識彼此」，因此學生在互動的過程中必須先認識他人，且能夠在適當的情境之下打招呼，維持良好的互動關係。

另外，許多身心障礙學生在負面情緒產生時，無法察覺與表達自己的情緒，因此在教導學生能夠處理自己的負向情緒前，學生應具備認識與表達自己情緒的能力。



二、學生能力分析

本單元教學對象為三位國小資源班中年級自閉症學生，以下將針對個別學生的情緒與人際關係、溝通能力以及認知與學業能力做說明：

(一) 小婷

1. 情緒與人際關係：

與同學之間的相處上，除了認知能力的影響之外並未有太大的問題，大致上都能夠與同學和睦相處，也能夠主動尋求加入活動。但情緒的部分易受到外在環境影響，且挫折忍受度低，遇到挫折以及參與不熟悉的活動時，會以哭鬧的方式來表示不願意，嚴重的時候甚至會有嘔吐的情況發生。情緒的起伏落差大。

2. 溝通能力：

說話時的語詞貧乏，且不太能夠做適當的描述。在具有信心的學習活動上，會主動發表，但多數的情況下是怯於表達，且表達時會有部分口齒不清的情形。上課時的配合度及表達意願會受到情緒的影響，較不穩定。學習較為被動，需要多給予鼓勵。

3. 認知與學業能力：

在認知的部分，小婷的注意力較短暫，且常有衝動性思考的行為發生。對於文字的理解部分也有困難，無法說出語詞及語句的涵義，教學時需搭配圖片或具體物來協助理解；在學業能力的部分，識字量較少，且缺乏文句書寫的能力，握筆及運筆的能力差。數學學習的能力整體來說無法跟上同儕的學習速度，概念的部分能力也不佳，需要具體物或圖卡的教學協助。

(二) 小丞

1. 情緒與人際關係：

小丞是個個性較為溫和的學生，與同儕之間的相處融洽，但較為被動且安靜，在班上大多是獨自行動。在情緒的部分，因為個性較固執，會因為一些事情而有產生激動的情緒，說話較為急促。

2. 溝通能力：

具備基礎的日常生活口語表達能力，當他有自己的想法時，能夠完整的表達，但用字遣詞較為冗長或語句不通順。偶爾有訪說的情形，或是說話時錯用代名詞。與他人溝通時，缺乏眼神注視。

3. 認知與學業能力：

在認知的部分，小丞有注意力短暫且渙散的情形，上課時，他會靜靜的聽課，看似分心，沒有在聆聽課程的內容，但其實過一會兒會發現，他有在想老師問的問題，當他想到要回答時，往往已經過了回答問題的最佳時機。對於抽象文字的理解有困難，且思考的方向較為僵化；而學業能力的部分，識字量多且能夠造詞，但在握筆、運筆的能力上較差，以圖像式的方式做文字書寫。數學整體概念較差，抽象的部分需要具體物或圖卡的教學協助。

(三) 小軍

1. 情緒與人際關係：

小軍有一個稱號叫做苦瓜臉，是一個反差極大的孩子，許多事情沒有自信，逃避失敗，經常說：「我不知道、我不會」，且皺著眉頭，看起來很苦惱的樣子。情緒的控制較不穩定，容易畏縮及依賴心重。在普通班與同儕之間能夠和睦相處，但較為安靜及被動；在資源班與同儕之間的互動較多，但容易忽略同儕或周遭他人的感受、還有不當的行為及話語出現。不懂得如何適當表達自己的情緒以及處理負面的感受。

2. 溝通能力：

口語表達能力還不錯，能夠主動表達自己的想法及意見，但容易出現不適當的用語及表達方式，對於教學者的指令有的時候無法理解，導致無法正確回答問題，有聲調混淆的情形。

3. 認知與學業能力：

在認知的部分上，缺乏注意力，對於抽象概念的理解上也有些困難；在學業能力的部分，國語文能夠獨立閱讀，但會有聲調錯誤的問題，數學部分概念較差，有運算困難及無法理解題目的問題。在學習的過程中，缺乏學習的動機，當他遇到不擅長的學科內容時，他會選擇逃避，沒有認真去思考就表示自己沒有辦法完成，或是用其他不願意服從指令的方式來反抗學習的環境。

三、教學方法分析

(一) 結構化教學

由於三位學生均為自閉症，結構化教學對自閉症學生來說是一種重要的學習方式，教學者利用視覺提示(圖卡、句條、劇本等教具)提升學生的學習成效。

(二) 直接教學法

教學者運用社會技巧訓練方式來教導學生處理自己的負向情緒，大致可分為以下五個步驟：1. 引起動機－問題討論、2. 教學步驟－聰明小法寶、3. 角色扮演－劇場設計、4. 技能練習－遊戲介入、5. 分享回饋與討論。

(三) 遊戲情境的介入

利用不同遊戲的功能層次，帶入社會技巧課程中，教學者運用的遊戲類型如下(引自賴麗珍，2010)：

1. 輪流遊戲－讓學生清楚了解遊戲規則並知道在進行遊戲時必須能夠等待及輪流。
2. 團體遊戲－利用團體遊戲的進行能夠讓學生在遊戲的情境中展現真實的反應，並從中協助學生察覺自己情緒反應並學習做適當的處理。
3. 裝扮遊戲－透過裝扮遊戲的進行，學生能利用想像力及實際演出來呈現家庭或學校的生活，並從中進行社會技巧技能的演練。

(四) 運用正向且具體的社會性增強

在教學的過程中，除了代幣制度的應用之外，以正向的語言具體告訴學生表現好的地方，讓學生能夠知道自己的表現情形。

參、教學活動設計

單元名稱	我的情緒小管家(處理負向情緒)	適用年級	中年級
教材版本	自編教材(參考 SUPER SKILLS)	教學時間	共 200 分鐘 (共五節課，每節 40 分鐘)
設計者	張又云	指導教授	王欣宜教授
教學準備	白板、增強版、教具條、氣球、角色牌、劇本、電影拍板、桌遊		
學習目標	單元目標	具體目標	
	1. 能察覺自己的情緒並做簡單的表達	1-1 能適當的語詞表達自己的情緒 1-2 能在不同情境下運用適當的情緒語詞 1-3 能說出「我覺得現在____(心情)」	
	2. 能運用適當的方式處理負向情緒	2-1 能在負向情緒產生時安靜五秒鐘 2-2 能做出深呼吸的動作 2-3 能說出兩項處理負面情緒的方法 2-4 能在負向情緒出現時運用適當的方法	
	3. 能夠積極參與課程且與同儕互動	3-1 能在課程中認真參與 3-2 能回答教師的提問且在發言前舉手 3-3 能與同儕之間互相合作協助 3-4 能在進行活動時等待且輪流	
對應課程綱要之能力指標	各領域之能力指標	融入議題及其能力指標	
	<p>【特殊需求領域-社會技巧】</p> <p>1-1-1-1 能分辨自己基本的正向或負向情緒</p> <p>1-1-1-2 能表達自己基本的正向或負向情緒</p> <p>1-1-1-4 能嘗試處理自己的負向情緒</p> <p>【綜合活動領域】</p> <p>1-2-1-1 能從參與各類活動中觀察自己會做的事，了解自己的優點。</p> <p>1-2-1-5 能從參與活動過程中，接受自己的限制。</p> <p>1-2-3-4 能運用適當方式處理自己與他人相處的情緒。</p>	<p>【人權教育議題】</p> <p>1-1-1 探索並分享對自己以及與自己相關人事物的感受。</p> <p>1-3-1 欣賞並接納他人。</p> <p>1-3-5 覺察生命的變化與發展歷程。</p> <p>3-1-2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。</p> <p>3-2-2 參與各類自治活動，並養成自律、遵守紀律與負責的態度。</p> <p>3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效處理人際互動的問題。</p> <p>【生涯發展教育議題】</p> <p>2-2-7 能參與簡易的短劇表演。</p> <p>6-1-1 樂於參與各種課堂練習活動。</p> <p>6-1-2 樂於回答老師或同學所提的問題。</p>	

具體目標編號	教學內容	時間	評量方式	教材教具
3-1 3-2 3-4	<p align="center">【第一節課】</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一)暖身活動</p> <p>準備教材教具、點名、說明增強制度、打招呼</p>	3 分鐘	口頭 評量	增強板
1-2 3-1 3-2 3-4	<p>(二)問題討論</p> <p>拿一個氣球，吹氣直到快要脹破為止。問學生們如果繼續吹氣球，會發生什麼事情?告訴他們生氣的時候就像氣球一樣，會一直累積越來越大，這時候我們要停下來，然後想辦法讓氣球慢慢的消氣，接下來的幾節課我們要一起來練習處理不好的情緒。</p> <p>1. 以大雄生氣的情境圖片來請學生思考，生氣的時候會怎麼樣?</p> <p>2. 每個人生氣的時候都會有不一樣的表現，你呢?</p> <p>當我們生氣的時候，可以怎麼做?</p>	7 分鐘	口頭 評量 、 觀察 評量	氣球 情境圖片 情緒卡
2-1 2-2 2-3 2-4 3-1	<p>二、發展活動</p> <p>(一)聰明小法寶</p> <p>處理負向情緒時的五個步驟---不開心的時候，可以怎麼做：</p> <p>1. 停。(心中數到3)</p> <p>2. 深呼吸。</p> <p>3. 吐氣。</p> <p>4. 心裡想：「發生了什麼事情？」</p> <p>5. 做計劃：</p> <p>A. 等它過去</p> <p>B. 請求協助並說出自己的感覺</p> <p>C. 離開現場</p> <p>D. 找事情做</p>	15 分鐘	實作 評量	聰明小法 寶步驟條
3-1 3-3 3-4	<p>(二)深呼吸的練習</p> <p>烏龜長壽的秘密，每一次的吸氣吐氣時間越長，</p>	5 分鐘	實作 評量	

具體目標編號	教學內容	時間	評量方式	教材教具
	<p>可以幫助我們冷靜而且更長壽，請學生盤腿坐好，準備練習深呼吸與吐氣。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 深呼吸(吸氣肚子凸出來五秒鐘) 2. 吐氣(肚子縮進去數到五秒鐘) 			
1-1 1-2 1-3 3-1 3-2	<p>三、綜合活動</p> <p>(一) 分享與回饋</p> <p>教師針對課程中每一位學生的表現做說分析，且請他們分享課程中的心得感想或感受，並對於學生好的表現做增強，待加強的部分做說明。</p> <p>(二) 複習今天的聰明小法寶。</p> <p style="text-align: center;">【第一節課結束】</p>	10 分鐘	口頭 評量	增強版 增強物 聰明小法 寶步驟條
3-1 3-2 3-4	<p style="text-align: center;">【第二節課開始】</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 暖身活動</p> <p>準備教材教具、點名、說明增強制度、打招呼</p>	3 分鐘	口頭 評量	增強板
2-1 2-2 2-3	<p>(二) 複習聰明小法寶步驟</p> <p>處理負向情緒時的五個步驟---不開心的時候，可以怎麼做：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 停。(心中數到3) 2. 深呼吸。 3. 吐氣。 4. 心裡想：「發生了什麼事情？」 5. 做計劃： <ol style="list-style-type: none"> A. 等它過去 B. 請求協助並說出自己的感覺 C. 離開現場 D. 找事情做 	5 分鐘	口頭 評量 、 實作 評量	聰明小法 寶步驟條

具體目標編號	教學內容	時間	評量方式	教材教具
2-1 2-2 2-3 2-4 3-1 3-2	<p>二、發展活動</p> <p>(一)哆啦A夢劇場(角色扮演)</p> <p>1. 依照不同的情境圖片，請學生利用聰明小法寶裡面的步驟及計畫為生氣的大雄想一想解決的方法。</p> <p>★場景：大雄進到教室之後，發現他桌子上的鉛筆盒不見了。</p> <p>★角色：大雄、小夫、靜香、導演</p> <p>2. 教師示範-大雄發現鉛筆盒不見後生氣的樣子以及適當處理自己負向情緒的方式。</p> <p>3. 學生模仿並練習劇本台詞-(教師事前可將每人的劇本中，該腳色的對話用螢光筆畫出)</p>	20 分鐘	實作 評量	電影拍板 角色牌 情境圖片 道具(鉛筆盒、玩具)
2-4	<p>(二)哆啦A夢劇場(進行演出)</p> <p>請學生各自扮演不同的腳色，將劇本內容以戲劇的方式呈現，並將主角如何處理負向情緒的方式表現出來。</p>	5 分鐘	實作 評量	電影拍板 角色牌 情境圖片 道具(鉛筆盒、玩具)
1-1 1-2 1-3 3-1 3-2	<p>三、綜合活動</p> <p>(一)教師針對今天課程中學生好的表現給予增強</p> <p>分別對每一位學生在戲劇中的表現做分析說明，也請他們分享課程中的心得感想或感受，並對於學生好的表現做增強，待加強的部分做說明。</p> <p>(二)複習今天的聰明小法寶。</p> <p>【第二節課結束】</p>	7 分鐘	口頭 評量	增強版 增強物 聰明小法寶步驟條
3-1 3-2 3-4	<p>【第三節課開始】</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一)暖身活動</p> <p>準備教材教具、點名、說明增強制度、打招呼</p>	3 分鐘	口頭 評量	增強板
2-1 2-2 2-3	<p>(二)複習聰明小法寶步驟</p> <p>處理負向情緒時的五個步驟---不開心的時候，可以怎麼做：</p> <p>1. 停。(心中數到3)</p>	5 分鐘	口頭 評量 、 實作 評量	聰明小法寶步驟條

具體目標編號	教學內容	時間	評量方式	教材教具
	2. 深呼吸。 3. 吐氣。 4. 心裡想：「發生了什麼事情？」 5. 做計劃： A. 等它過去 B. 請求協助並說出自己的感覺 C. 離開現場 D. 找事情做			
2-1 2-2 2-3 2-4 3-1 3-2	二、發展活動 (一)哆啦A夢劇場(角色扮演) 1. 依照不同的情境圖片，請學生利用聰明小法寶裡面的步驟及計畫為生氣的大雄想一想解決的方法。 ★場景：放學回家之後，大雄不寫作業一直在玩，媽媽很生氣的罵他 ★角色：大雄、小夫、靜香、導演 2. 教師示範-大雄被媽媽罵之後如何應用聰明小法寶適當處理自己負向的情緒。 3. 學生模仿並練習劇本台詞-(教師事前可將每人的劇本中，該腳色的對話用螢光筆畫出)	20 分鐘	實作 評量	電影拍板 角色牌 情境圖片 道具(鉛筆盒、玩具)
2-4	(二)哆啦A夢劇場(進行演出) 請學生各自扮演不同的腳色，將劇本內容以戲劇的方式呈現，並將主角如何處理負向情緒的方式表現出來。	5 分鐘	實作 評量	電影拍板 角色牌 情境圖片 道具(鉛筆盒、玩具)
1-1 1-2 1-3 3-1 3-2	三、綜合活動 (一)教師針對今天課程中學生好的表現給予增強 分別對每一位學生在戲劇中的表現做分析說明，也請他們分享課程中的心得感想或感受，並對於學生好的表現做增強，待加強的部分做說明。 (二)複習今天的聰明小法寶。 【第三節課結束】	7 分鐘	口頭 評量	增強版 增強物 聰明小法寶步驟條

具體目標編號	教學內容	時間	評量方式	教材教具
3-1 3-2 3-4	<p align="center">【第四節課開始】</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一)暖身活動</p> <p>準備教材教具、點名、說明增強制度、打招呼</p>	3 分鐘	口頭 評量	增強板
2-1 2-2 2-3	<p>(二)複習聰明小法寶步驟</p> <p>處理負向情緒時的五個步驟---不開心的時候， 可以怎麼做：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 停。(心中數到3) 2. 深呼吸。 3. 吐氣。 4. 心裡想：「發生了什麼事情？」 5. 做計劃： <ol style="list-style-type: none"> A. 等它過去 B. 請求協助並說出自己的感覺 C. 離開現場 D. 找事情做 	3 分鐘	口頭 評量 、 實作 評量	聰明小法 寶步驟條
3-1 3-2	<p>二、發展活動</p> <p>(一) 說明今天玩遊戲必須遵守的規則</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 要一起玩(不能夠中途而廢) 2. 提醒學生，在遊戲中一定有輸贏，如果不如意的時候能夠依照聰明小法寶的步驟，適當的處理自己的情緒，能夠得到點數。 	2 分鐘	觀察 評量	
3-1 3-2	<p>(二) 說明遊戲玩法-【閃靈快手】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 猜拳決定順序，順時針進行 2. 輪到該玩家的時候，將場中央的排庫翻一張牌，放到讓所有人都可以看到的位置 3. 所有人必須搶該任務中的模型 4. 搶到的玩家即可獲得該任務牌 5. 搶錯的玩家必須給搶對的玩家一張牌 	2 分鐘	觀察 評量	桌遊【閃靈 快手】

具體目標編號	教學內容	時間	評量方式	教材教具
	6. 獲得越多任務牌的人獲勝			
1-1 3-3 3-4	<p>(三) 遊戲的進行</p> <p>遊戲時請學生遵守遊戲規則，教學者隨時觀察學生的情緒反應，提醒他們並協助以適當的方式處理自己的負向情緒。</p>	20 分鐘	實作評量	桌遊【閃靈快手】
1-1 1-2 1-3 3-1 3-2	<p>三、綜合活動（分享與回饋）</p> <p>(一)教師針對今天課程中學生好的表現給予增強</p> <p>針對遊戲過程中每一個人的表現增強，且說明表現好與待加強的部分，請學生表達出自己的情緒和感覺。</p> <p>(二)結算增強版</p> <p>將增強的點數換成糖果，並請學生協助收拾場地。</p> <p style="text-align: center;">【第四節課結束】</p>	10 分鐘	口頭評量	增強版增強物

肆、教學評量

具體目標	評量方式	備註
1-1 能適當的語詞表達自己的情緒	口頭評量	
1-2 能在不同情境下運用適當的情緒語詞	口頭評量、實作評量	
1-3 能說出「我覺得現在____(心情)」	口頭評量	
2-1 能在負向情緒產生時安靜五秒鐘	實作評量	
2-2 能做出深呼吸的動作	實作評量	
2-3 能說出兩項處理負面情緒的方法	口頭評量	
2-4 能在負向情緒出現時運用適當的方法	實作評量	
3-1 能在課程中認真參與	觀察評量	
3-2 能回答教師的提問且在發言前舉手	口頭評量、觀察評量	
3-3 能與同儕之間互相合作協助	觀察評量	
3-4 能在進行活動時等待且輪流	觀察評量	

伍、教學說明（含特色）與注意事項

一、「我的情緒小管家」教學五步驟

（一）引起動機－問題討論

第一節課引起動機，運用實物及提問的方式，設計該單元社會技巧教學目標的相關問題，從中了解學生對於該技能的認識，並引導學生了解該社會技巧技能之概念。

（二）教學步驟－聰明小法寶

主要的社會技巧技能以簡單且結構化的步驟呈現，幫助學生在了解該社會技巧技能之後，能夠運用步驟達到行為訓練的目的。教學者在進行聰明小法寶的教學時，必須先進行說明及示範，接著請學生覆述該步驟及演練。

（三）角色扮演－劇場設計

透過情境的安排與角色對話的設計，營造出劇場的氛圍，將該單元社會技巧技能融入劇本中，使學生在進行角色扮演活動的過程中，能夠練習該單元社會技巧技能的學習步驟。

（四）技能練習－遊戲介入

每個單元皆安排兩個遊戲活動，教學者可以針對該單元社會技巧技能、學生的興趣及能力選擇合適的遊戲。遊戲進行的次數視學生的學習狀況而定，但在遊戲前必須清楚說明要遵守的遊戲規則。遊戲規則的訂定則是依照學生的行為問題以及社會技巧困難做設計。在教學中，若學生無法遵守遊戲規則時，教學者會先提醒並給予一次機會，第二次無法遵守遊戲規則時，將取消當日上課進行遊戲的資格。

（五）分享回饋與討論

每一節課的最後 7-10 分鐘，進行課程的分享回饋與檢討，共分為三個部分進行，第一個部分為「複習該社會技巧技能的學習步驟」；第二個部分為「討論該節課學生的社會技巧表現」教學者會針對個別學生在課程中的正向行為做說明並給予鼓勵，且提出可以繼續努力的部分；最後一個部分為「具體的增強」，教學者在說明完學生的良好表現後，會給予社會性增強或代幣制的增強。



二、注意事項

(一) 了解學生社會技巧困難的原因及感興趣遊戲活動

國小資源班學生的社會技巧困難並不一定是缺乏該社會技巧，而是在某些外在因素的影響之下，使他無法表現該有的行為，進而產生許多問題。在教學介入前，可以先了解學生的家庭背景、父母管教方式、學習狀況及人際關係等等的相關資訊，做行為問題及社會技巧困難的分析，更能夠針對學生的狀況給予適當的課程設計。另外，選擇學生能夠感到興趣的活動甚為重要，在教學介入前可以先了解學生平時喜歡的卡通、遊戲及休閒活動等等，在設計課程時更能夠掌握學生的需求。

(二) 遊戲規則依學生的需求做調整

進行社會技巧課程的遊戲活動時，需依照學生的能力狀況做遊戲規則的調整，先從簡易版的開始進行，讓學生對於該遊戲產生興趣及獲得成就感，可以提高他們玩遊戲的動機。之後學生們對於該遊戲熟悉與了解之後，可以進行原本的遊戲方式或給予進階版的玩法。

(三) 教學步驟的內容與長度

教學中若要使用社會技巧的教學步驟，可以視學生的社會技巧困難及學習狀況來調整長度或內容多寡，或著可以循序漸進的給予步驟，非一次呈現全部的內容。

(四) 善用視覺提示及道具引起學生的學習動機

教學單元目標的步驟時，研究者會以文字搭配圖片的方式給予學生視覺提示，能夠幫助他們學習與記憶。另外，進行角色扮演活動時，豐富且多樣化的道具可以營造不同情境，引起學生們的興趣，並產生學習動機。

陸、參考文獻

孟瑛如 (2004)。國民中小學社交技巧行為與特徵檢核表指導手冊。台北:心理。

孟瑛如與陳志平 (2015)。情緒森林探險：情緒教育輔導方案。新北市：心理出版社。

張又云 (2016)。遊戲介入國小資源班學生社會技巧教學之行動研究。未出版之碩士論文，國立臺中教育大學，台中。

黃穎峰與廖敏玲 (譯)(2012)。SUPER SKILLS 給亞斯伯格症、高功能自閉症與相關障礙孩子的社交技巧團體課程(Judith Coucouvanis)。臺中市：社團法人臺中市自閉症教育協進會。

楊寶玉 (2005)。認識身心障礙兒童活動方案對國小二年級普通班兒童接納身心障礙兒童之影響。未出版之碩士論文，國立花蓮師範學院，花蓮。

賴麗珍 (譯)(2010)。教養自閉症兒童：給家長的應用行為分析指南 (Shira Richman)。台北：心理出版社。

柒、教學專業活動紀錄

教學專業活動紀錄	
	
角色扮演道具	教室上課空間
	
遊戲規則說明	遊戲情境介入

附件一 角色扮演劇本

【場景一】大雄進到教室之後，發現他桌子上的鉛筆盒不見了。

(角色：大雄、小夫、哆啦A夢、導演)

小夫：(偷偷把大雄的鉛筆盒藏起來，覺得很有趣)

大雄：(走進教室，發現桌上怎麼空空的)「我的鉛筆盒怎麼不見了?」

小夫：「我不知道喔!沒看到耶!」

大雄：(看起來很生氣)提醒自己「停，數到3，然後做深呼吸」

• 接著可以怎麼做呢?

1. 自己去找找看
2. 請老師幫忙
3. 回家再找哆啦A夢幫忙

【場景二】小夫帶了自己最喜歡的玩具到學校，卻被同學用壞了。

(角色：大雄、胖虎、老師、導演)

大雄：我今天帶了玩具來喔!有人想要玩嗎?

胖虎：我想要玩!(小夫把玩具借給胖虎)

胖虎：(玩到一半)阿!壞掉了!

大雄：(很難過)這是最喜歡的玩具耶!

胖虎：對不起啦!我不是故意的

大雄：(覺得很生氣)提醒自己「停，數到3，然後做深呼吸」想辦法

• 接著可以怎麼做呢?

1. 請老師幫忙
2. 回家再找哆啦A夢幫忙