对于孩子自言自语这个问题行为，我们必须进行功能行为评估, 了解行为的功能，以提供最佳的干预方法。

**分析行为问题**

在应用行为分析中，孩子的自言自语可能是因为要得到注意、任务逃脱、以获得物品或自我刺激的原因，我们把这些原因称之为行为的功能。如果我们想要成功地干预孩子自言自语的行为，就必须找出行为的功能，接下来才是去探究如何干预。

家长也会很困惑：究竟要怎么样才能分辨孩子出现自言自语的功能呢？别着急，除了需要专业的老师来评估外，家长们在家也有一些简单可上手的方法来学习！以下几种是孩子出现自言自语时最常见的原因，家长们可对孩子的行为具体观察，认真分析区别干预！

1. **获取注意力**

对于孩子想要获取关注的情况，我们就要教他们怎么去找注意力。如果喊名称就能够获取注意力，就让他以喊名称的方式来练习。

当然喊话主要针对有语言的小朋友，如果小朋友自言自语时说的是一些无意义的音节，也发不清音，我们就要换种方法，可以教他拍一下妈妈的手或胳膊来获取关注。

不同的人可用同种方法类化练习。我自己教小朋友的时候是先辅助他。妈妈不看他时，我拿起他的手拍一下妈妈，同时喊一声“妈妈”， 如果他仿说能力很好，“ 啊，妈妈”！ 那他就能获取妈妈的注意力。

这种方式也要看小朋友的程度，同时需要看对他的目标行为是什么：是拍一下就能获取注意力？ 还是拍完后再喊妈妈才可以？

➤ 如果是刚开始要求简单 ，那只要他拍一下就可以了；

➤ 如果将来还想让他喊妈妈 ，那就慢慢再把语言加进去。

1. **逃避**

当家长或老师让小朋友做事情或者任务时，他想要逃避，也会出现自言自语的行为。这里最重要的是，家长要找到他不愿意做事情或玩玩具的原因在哪。

第一， 看小朋友的动机还在不在， 为什么不愿意做？

第二， 我们有什么方法可以提高小朋友的动机？

逃避是因为节奏太慢还是太快？ 做的事情太容易还是太难？ 就是要搞清楚他逃避的是什么，我们才能对症下药！

还有，当小朋友逃避时，如果一开始是找不到他的注意力，就要先尝试把他的注意力拉回来，再观察动机， 看什么方法他可以接受，还要警惕我们让他做的事情究竟有没有问题。

大多数情况，小朋友如果是因为逃避而出现自言自语的行为，那极有可能不是他的原因，而是我们的问题。这个时候就要反思下是不是我们让他做的事不合理，我们该怎么做，都要重新理一理。

可能他逃避是因为要做的事情太难，也可能是太容易。我们知道后就可以改，把他要做的事调整一下。

✔ 如果太难，我们就多辅助他一些，然后慢慢辅助消退；

✔ 如果特别难，你也给了他很多机会尝试，但他不懂就是不懂，你让他做多少次也没用时，那就需要把目标设定容易些。

很关键的一点，我们要分清楚是辅助没到位还是目标太难，两者有很大差别。另外一方面要注意的是，我们给他的强化物够不够强，他有没有这个动机。

1. **表达需求**

这种时候，我们要做的是教给孩子提要求的方法来代替自言自语的行为，让他能通过适当的行为实现表达需求的目的。比如他想要某个玩具，他可以用手指向玩具， 我们可循序渐进教他说:“ 要”,“ 我要”,“ 我要这个”,等等， 具体要看孩子的程度。

当孩子有了合适的表达需求的方式，就不会再自言自语。

1. **自我刺激时**

例如，安安一个人坐在那里无事可做，然后一直自言自语。而在他上课或互动时, 他很少自言自语, 那么在这种情况下， 安安的自言自语可能是因为自我刺激。我们该怎么做？我们可以教他独处时可以做什么。

首先，给他清晰可做的目标。主要是教他独自一人时可以玩什么，多教几种不同方面的技能，比如，玩不同的东西，不同的玩法，玩多久也要使用他们可以理解的方式告诉他。

其次，要看小朋友的程度，功能很高的你直接告诉他就可以了，功能低一些的要教具体的玩法、步骤！

注意，我们要给小朋友他懂得如何去操作的玩具，让他自行安排玩法。等到时间了就提示他，哇，你的时间到了！看，分针指向了这里，或是定时器已响，告诉他可以做其他事情了。这样做的目的是让他对时间和正在做的事以及做事顺序有一个了解。爸爸妈妈在家要忙其他事情， 或煮饭或做家务时， 就可以使用这个方法。让小朋友有事情可以做，他就不会坐在那里自言自语， 慢慢地，他就知道原来可以通过做其他事情来实现自我刺激。

★ 但要注意的是，家长在家干预孩子自言自语时需看实际情况，还要根据小朋友的程度来，因为程度不同处理方法也不同。以上是几种简单可分辨的干预策略，家长具体参照时要根据实际情况来进行。我们必须意识到行为的功能, 才能有最好的干预策略。