

第九章

让我们专业一些

孩子是怎样学习的？

本章目标：阐述帮助孩子更好地参与、沟通和学习的基本原理和策略，以便你运用这些新的方法来促进孩子的学习。

第4~8章已经提供了构成孩子学习基础的基本要素。如果你遵照这些策略进行练习，那么你已经完成了一部分，而且也注意到孩子参与、沟通以及学习的能力有明显提升。好样的！现在我们想介绍一些关于孩子如何学习的背景知识，这样在孩子进步和遇到学习中新的挑战时，你就可以将这些原理灵活地运用到新场景中。

当你理解了前提（某个行为发生前的事件）、行为（孩子指向目标的行动）和结果时，即学习的ABC原则，你就能激励并教导孩子学习一些更新更动复杂的行为，例如从假装到开口说话。这些原则基于ABA原理。我们已经在第一章中解释了，ABA是对学习科学的一种应用，以帮助人们学习新的行为或者改变已有的行为，减少问题行为出现的频率。对ABC原则的运用贯穿了整本书。

为什么ABA如此重要

虽然我们已经解释了什么是ABA，但你可能还不知道，它并不是一种具体的干预方法。这是一种很常见的误解。ABA指运用学习的科学来理解

并改变具体的行为，它是许多幼儿早期干预方法的基础。关键反应训练、早期干预丹佛模式、相互模仿训练法、情景教学法、随机教学法等都用到了ABA原理。

其实你已经在运用它们了！如果你一直遵照每一章的指示，和孩子尝试每种策略，那相信你已经教会孩子一些技能了。换句话说，你让孩子觉得学习你教的内容是值得的，从而鼓励孩子学习新技巧。因为我们认为学习一些与孩子互动的新习惯对父母很有用，所以我们一直在避免提到ABA术语的同时，指导你使用这些策略。事实上，学习原理也在塑造改变你自己的行为！你一直遵从新行为的学习“规则”；你一直尝试新的策略，看着孩子从你身上学到东西时，你也体会到了运用这些策略带来的愉悦和奖赏。这很令人鼓舞，给人动力，不是吗？

现在是时候更专业、更系统地理解学习的“规则”了，因为这可能帮你更好地注意到更多东西，如：

1. 你自身的行为。
2. 孩子行为背后的意义与目标。
3. 不同情境如何导致或提示孩子做出特定行为。
4. 孩子行为之后的不同事件如何成为对孩子特定行为的奖励。

理解了学习的ABC原则如何建立并维持孩子的现有行为模式后，你就有了达成以下目标需要的工具：(1) 教孩子与年龄更相符，或更被社会接受的新行为（鼓励良好行为，阻止不良行为）；(2) 增加孩子日常活动中潜在的学习机会；(3) 帮助孩子充分利用你提供的这些学习机会。

在孤独症孩子身上发生了什么？

孤独症孩子对学习的ABC原则的反应与其他孩子一样，但孤独症的三个方面让我们需要在孤独症孩子的学习上投入更多精力：

1. 孤独症孩子不像其他孩子那样喜欢取悦他人。大多数孩子能意识到父母对他们的言行所做出的回应是开心的还是不开心的。所以，父母对他们

行为的赞成与反对自然地塑造了他们的行为举止，因为孩子会积极地争取父母对自己的注意和赞同。然而，孤独症孩子通常意识不到他们的行为举止产生的微妙的（甚至很明显的）社会后果，或许他们根本不受这些后果的影响，因此，他们也不太可能为了让大人开心，而做大人希望他们做的事。

2. 孤独症孩子不像其他孩子那样喜欢与他人分享经历。多数小孩子通过目光接触、微笑、给予或展示物品、向父母指出某个感兴趣的物品等方式来与人分享。例如，多数12~18个月大的孩子，都会开始用手指向他们觉得有趣的东西，给这些东西命名，然后望向父母，用眼神与父母分享，或向父母展示他们正在关注的事物。他们希望得到父母的注意和回应。然而，孩子的这些行为——共同注意行为（joint attention behaviors）——在年幼的孤独症孩子身上很少出现。这种工具行为的缺少使孤独症孩子错失了大量的语言学习、社交学习和人际互动的机会。这就是你需要使用之前你已经学习过的策略来提升孩子共享式注意（shared attention），或共同注意（joint attention）的

“我儿子不像其他孩子那样渴望独立，但看见姐姐或朋友做的吸引人的事情后，他对模仿他们越来越有兴趣。我第一次注意到他的这个变化是在他的姐姐四处跳着，假装自己是只青蛙的时候。他发现姐姐玩得非常开心，然后开始与她一起四处蹦跳，哪怕他当时并不明白假扮游戏的意义（他现在3岁6个月了，已经明白了这个游戏的意义）。我觉得由姐姐或其他模仿对象来展示好玩的活动，对我儿子关注和模仿同龄人的行为有很大帮助。比起其他孩子，他仍然缺乏模仿那些看上去不是那么好玩的事情的动机，例如洗手，但是我觉得在他理解了他可以从别人身上学到东西之后，这种模仿的动机也在增加。他做出了越来越多的我们期望的行为；而不仅仅是有趣的行为。（他最近开始学习跆拳道，因为他模仿他人和做出适当行为的能力进步了。）在前面章节中提及的许多活动都可以由其他孩子使用，来鼓励合作性游戏和模仿行为（特别是当这些孩子逐渐长大时）。”

原因。我们将在第十章详细介绍如何提升孩子的共同注意。

3. 孤独症孩子比同龄人更少模仿他人。其他孩子似乎内心都希望与他人一样，他们似乎可以从模仿他人的行为和独立做事的过程中找到乐趣。普通孩子都想要自己拿着勺子，自己穿鞋袜，做任何她的哥哥姐姐能做的事。我们听到不少孤独症孩子的父母说：“我想他会十分乐意让我永远为他穿衣服（喂饭、换尿片等），他似乎没有任何自己独立完成事情的愿望。”孤独症孩子也许会模仿他人玩玩具或得到饼干，换句话说，他们模仿他人的动作是为了达到自己的目标，而不是想和其他人一样。没有这个有力的目标，孤独症孩子不会练习他看见别人如何使用某一物品的技巧，因此也错过了通过观察他人学习社交和适应性行为的机会。这就是我们为什么要在第八章里花如此多的时间讲模仿——激发孩子模仿别人的动机。

为什么这是一个问题？

因为孤独症孩子对取悦他人、与他人分享经历和模仿别人的兴趣很低，他们错过了许多日常照顾活动以及游戏中的ABC学习机会，正是这些机会使得普通孩子能够持续地学习。这些机会的错失阻碍了儿童的发展——语言发展、示意动作的发展、照顾自己的技巧和社交游戏，而这些都是孤独症的早期征兆。既然孤独症孩子很难把现有的社交作为学习机会，那他周围的人要更清晰地呈现这些学习机会。令人高兴的是，让孤独症孩子学会享受他人的赞美、享受模仿他人以及与他人分享的乐趣，这是有可能的。为了让这种可能性出现在更多的情况下和更多的行为上，你需要了解在学习发生时起作用的基本原则。

当莫莉看见姐姐蒂娜从冰箱里拿出牛奶时，她尖叫着从姐姐那儿抓过牛奶。爸爸对蒂娜说：“妹妹想要一些牛奶，给她吧！你自己再去拿点。”蒂娜配合地把牛奶递给莫莉，然后又去拿了一杯。发生了什么事？莫莉尖叫和抓取（发生在看见牛奶之后）的行为产生了积极的结果，或者强化：她达到了目标，得到了想要的牛奶。下次莫莉看见别人拿着牛

奶，自己又想要的时候，她就更可能尖叫和抓取。莫莉的爸爸是一位关心并理解女儿需求的善意的父亲，却不小心在让姐姐把牛奶递给莫莉时，鼓励了莫莉不可取的行为。正如你将看到的，运用本章介绍的学习原则将极大地改变这样的结果。

如何理解并教会孩子学习的 ABC 原则？

你要执行六个步骤来增强自己对学习的 ABC 原则的理解，并教会孩子新技能和合适的行为。

步骤 1：注意孩子的行为，学习的 ABC 原则中的 B 即指行为。

步骤 2：选择奖励，学习的 ABC 原则中的 C 即指结果。

步骤 3：弄清楚行为发生之前的状况，学习的 ABC 原则中的 A 即指前提。

步骤 4：把学习的 ABC 原则结合在一起。

步骤 5：用 ABC 原则来增加孩子的学习机会，教孩子新技巧和行为。

步骤 6：改变不可取的行为。

步骤 1：注意孩子的行为，学习的 ABC 原则中的 B 即指行为

原理 所有的行为（behavior）都是合理的。换句话说，孩子做所有事都是有理由的。孩子（或其他人）做的每件事背后都有理由——无论这个行为多不合常理，其背后总有一个逻辑，总有一个原因。这不仅适用于人们做什么和不做什么，也适用于人们说什么。当看见孩子做一些对你来说毫无意义的事情时，停下来问问自己：“她这么做的目标是什么？”通常你这样想之后，孩子的目标就清晰了，你也能看清孩子看似令人困惑的行为所具有的目标与功能。所有的行为都有其功能——它通常能给做出行为的人带来积极的结果。我们在后文中会详细讲解这方面，但是现在，思考以下规则能帮助你了解孩子行为背后的原因或目标。

规则 1 我们关注孩子做什么——他们的行为——而不是他们知道什么。

我们不以孩子最后知道了什么作为衡量教学成功与否的标准，而是看他们通常做了什么。为什么呢？因为孩子不会告诉我们他们的想法，并且我们想教会他们的是对于孤独症孩子来说很困难的行为——如对待他人的方式、与人沟通、操作物品和参与日常娱乐活动。我们常问孩子的父母“她会使用叉子吗？”这样的问题，然后得到“是的，她知道如何使用。但她宁愿用手，但如果我让她用叉子，她会用叉子吃一口。”这样的答案。我们认为，在这种情况下，这个问题的答案应该是“不会”，因为知道如何做一件事情和做这件事情完全是两回事，而孤独症孩子需要学会的是在没有他人提示的情况下一直独立使用的技巧（包括讲话、示意动作、分享、与他人玩耍、问候他人、交流感情等）。因此，当我们关注孤独症孩子的行为时，我们实际上在谈论容易看见的、持续的行为。并且，在他们的行为背后都是有原因、目标或功能的，而这些都来自于他们以往的身体经历或行为带来的结果。

规则 2 人们一般做的事情无非是为了：a. 得到某件他们想要的或令他们愉快的东西；b. 避免某件他们不想要的、令他们不愉快的东西。也许这个道理看起来简单得有些不真实，但是这是行为的主要原因、目标或功能。孩子做出特定的行为，因为这样的行为在过去帮他得到了某件有益处的东西，或帮他逃避了他不喜欢的经历，或避免了阻止他达到目标的事情。

■ 活动：观察孩子的行为

我们建议你找些时间，在两三天中观察孩子的行为举止，并思考这些行为背后的目标或功能。试着对这些活动都进行观察：玩具或其他物品游戏，社交游戏，吃饭，照顾（洗澡/穿衣/换尿片/睡觉），看书和做家务。这并

有益的建议

请记住，行为必须是一个易观察到的、有意图的动作：大喊大叫、哭泣、抓取、伸手、讲话、看，而不应该是一种感觉或者状态：沮丧、愤怒、痛苦、疼痛或者疲倦。

这意味着你必须坐下来，拿着记事本在一边观察记录。而是花一点点时间注意孩子的行为，以及在 15~20 分钟里孩子周围发生了什么。观察并简单记录孩子的特定

行为，包括那些你想更多地看见的行为（例如，叫“妈妈”、向你微笑、过来坐在你的腿上），以及你不喜欢的、希望减少的行为。

请记住我们假设所有有意识的行为都有功能和以目标为导向。然后问你自己：当孩子尖叫、看着你、朝你微笑，或牵着你的手，走到冰箱前的时候，他的目标是什么？在下一页里有一个供你做记录的表格，以培养你观察孩子行为并思考行为背后目标的习惯。试着把积极和消极的行为都记下来。表格里有一些示例来帮助你顺利开始。如果你需要更多空间，就打印多一些这样的表格。

■ 步骤 1 小结

如果你遵循要求执行了之前的活动，那你已经知道如何“看到”孩子行为背后的目标。这个步骤从理解孩子在不同情境中行为的功能开始。在后面的步骤中，我们将介绍如何“看见”导致孩子在上述每种情境中行为的前提和结果，结果这一线索可以强化在不同环境下孩子的行为，但是现在，看看你是否赞同以下清单中的大部分说法。如果是，那么你已经具备了理解目标和行为间关系的重要技巧——你将在步骤 2 中用到这些技巧。如果不是，那么再回顾一下这部分内容，多花一点时间观察，同支持你的人讨论你观察到的内容，直到你能在不同情境中轻易地看出孩子行为的目标。

活动清单：我是否有效地观察了孩子的行为？

- 我花了一些时间观察孩子，并列了孩子行为的清单。
- 我明白易观察到的行为和对状态的解释之间的区别（例如，抱怨=行为，疲倦=状态）。
- 清单上列出的所有行为都是易观察到的行为，而不是状态。
- 我明白孩子某些请求行为的目标。
- 我明白孩子某些不良行为的目标。
- 我做到了对六种目标活动中的大多数活动进行观察。

观察行为的目标

孩子的行为	孩子的目标
举起手并看着我	想要被抱起来
指着狗狗	想听我发出“汪汪”的声音
说“帮帮我”，把玩具放在我的手里让我修	想让这个玩具能再次动起来
当妹妹靠近的时候尖叫并抓紧玩具	想拿着玩具，不想让它落到妹妹手里
哭泣地看着橱柜	想要橱柜里的饼干

步骤 2：选择奖励，学习的 ABC 原则中的 C 即指结果

原理 结果 (consequences) 是指环境对孩子行为做出的反应。这将影响孩子是否会达到一个特定的目标再次做出同样的行为。请参看第 209 页表格中的例子。在第一个例子中，孩子抬起手，扬起脸，希望有人把他抱起来。如果家长做出相应的回应，把孩子抱起来，那么孩子的目标就实现了。一个积极的结果（奖励或是强化）就形成了。孩子的行为让他成功地达成目标。通过抬手这样的示意动作获得奖励（被抱起来），增加（强化）孩子下次想被抱起来时使用这个示意动作的可能性。这是一个学习机会。孩子做出了你想要的行为 (B) ——在此处是一个清晰的示意动作，然后出现了积极的结果 (C)。换句话说，你把孩子抱起来奖励、强化了孩子的行为，孩子的目标也达到了。这就是我们所说的：你让孩子做出了你想要的行为或习得你想让他学习的技巧，随后一定以积极的结果作为奖励——通常是孩子想要达成的目标。不良行为也会获得积极的结果。当孩子尖叫时，跑过去安抚她、关心她，这是家长典型的反应。但是，如果孩子尖叫的目标就是为了获得你的注意，那么家长的关心让孩子达成了目标，带来了积极的结果，这就奖励或强化了孩子尖叫行为。这样做会给孩子传递一个信息：尖叫是一种获得你注意的强有力方式。下次孩子更可能通过尖叫来获得你的注意，因为这次她成功了。

弄清楚孩子为什么做出特定行为的第二步，就是观察孩子行为产生的结果。无论孩子的行为是我们喜欢的（友好地玩耍、运用语言），还是我们不喜欢的（大喊大叫、抱怨、重复性行为、尖叫、逃跑、把东西扔到地上、敲打），这些行为都靠具有强化作用的结果来保持。增加某种行为发生概率的结果，专业术语称之为强化（reinforcement）。在上一个孩子通过尖叫来获得关注的例子中，有时我们眼中的“消极”结果也可以起到强化的作用。如果孩子达到了他的目标，那么回应一个正在尖叫的孩子实际上是正强化（positive reinforcement）。

现在，看看另外一种情况。我们将继续关注尖叫这种行为。乔丹就是刚才例子中那个尖叫的孩子，她今年 4 岁了，她的父母正在尝试给她刷牙。他

们手里拿着牙刷走向乔丹。乔丹的父母刚碰到她，她就立刻开始尖叫，而当父母试着把牙刷放进她嘴里时，她激烈地反抗。乔丹的父母无法为她刷牙，只能沮丧地放弃。刚才发生了什么？乔丹的目标是为了逃避刷牙。她的尖叫和反抗得到了奖励，因为她成功逃避了刷牙。记得我们之前讨论过的行为的两种功能吗？即获得想要的，逃避不想要的。这是一个以逃避刷牙作为奖励的例子。我们把这种现象称为负强化（negative reinforcement）。事情的结果仍然是有强化作用的——乔丹达到了她的目标——但是我们称之为负强化，因为这种强化是通过移除令孩子厌恶的刺激达成的，故称之为负。在先前的例子中，乔丹通过尖叫达到吸引父母注意的目的，这就是一个正强化的例子：她得到了期望的结果。得到令人愉快的东西、避免令人不愉快的东西，这两者都能强化孩子用来达成目标的行为。当你在观察孩子行为的结果时，这是要遵循的一条重要的规则。

规则3 学习新行为是对行为结果的回应。在使用本书第二部分的每个章节时，你已经运用了这条规则来教导孩子。每次你给孩子选择的机会，他做出选择时，孩子都告诉你了他的目标：得到某件东西。当你教孩子张开双臂来要求你把他抱起来时，你首先知道了孩子心中的目标，因为他走向你，在某种程度上表达了他的愿望。之后你张开双臂，让孩子也张开双臂（这是你想教孩子的新技能）。他举起双臂之后（新技能），你把他抱起来。你这样做确保他达到了他的目标。你把他抱起来就是对他新行为（即伸出手臂）的奖励和强化。这是一种强化，因为这是他想要的——他的目标。

▣ 活动：你要奖励什么样行为？

每次你给孩子他想要的玩具、食物或活动时，都是在奖励她之前的行为。如果她之前在哭，你就是在奖励她哭的行为。如果她之前在注视你，你就是在奖励她注视你的行为。如果她之前没有看着你，你就是在奖励她不看你的行为。如果她之前抓着一件东西，你就是在奖励她抓东西的行为。你强化或奖励之前的任何动作或行为。在与孩子互动时记住这一点，这能帮助你成为一个更有效的老师。试着确保孩子做出你想要的行为后，会得到积极的结果。

同时也要试着确保孩子不会因为不良行为而得到积极的结果。

规则4 不被强化的行为将会随着时间的推移而减少。移除所有积极的结果或奖励会削弱一种行为（即减少发生频率），我们把这个过程称为消退（extinction）。当所有可能的好处都没有了，一种行为也就消退了。

莫莉怎么样了？莫莉的爸爸决定，不再奖励她对着她姐姐的东西大喊大叫这种行为了。他告诉蒂娜，在莫莉尖叫着想要抓走蒂娜手中的东西时，蒂娜应该背对着莫莉走开。蒂娜喜欢这种变化，如果莫莉开始尖叫，她就走进自己的房间并关上门。一周后，莫莉不再向蒂娜要东西了，而是走向父母，拉扯父母来得到她想要的东西。父母觉得比起尖叫和抓取，这是一种更好的沟通方式，所以他们允许莫莉拉着自己走向橱柜或冰箱。我们看见在一周内，莫莉尖叫和抓姐姐东西的这种行为已经消失了。这种行为不再具有达成她的目标的功能了，所以她放弃了这种行为，转而找到一种新的、能够达成目标的行为——把父母拉到她想要的东西面前。父母满足莫莉的愿望，所以这个新行为得到了积极结果的奖励。

消退也可以减少良好行为，下面列举一个常见的例子。

艾丽莎是马克思和他的姐姐凯瑞的妈妈，马克思有孤独症。艾丽莎告诉马克思，应该向姐姐提出获得玩具的请求，而不是每次都直接抓过来。当马克思向凯瑞要手电筒时，凯瑞忽略了他的请求。因此马克思没有得到奖励。尝试三次之后，马克思一把抓过电筒开始玩。他抓取的行为得到了奖励，因为他拿到了玩具；他的请求却被忽略了。如果这种情况继续发生，他将不再提出请求了。他提出请求的行为很快会消失，因为这不能成功地帮他达成目标，他将继续抓取想要的东西，因为这是成功的。

以下是改变这种状况的一种方法：

马克思和凯瑞怎么样了？马克思向凯瑞要手电筒。凯瑞忽视了他的请求。艾丽莎走过来，拉着凯瑞的手把手电筒递给马克思，并确保马克

思拿到了手电筒。马克思提出请求的行为得到了奖励。那么凯瑞呢？她也应该得到奖励，因为她把手电筒交给了马克思。幸好，艾丽莎身边还有一个手电筒，她马上把手电筒给了凯瑞。凯瑞高兴地接过手电筒。所以凯瑞也因为满足马克思的请求，把手电筒给他而得到了奖励。两个孩子都因自己成熟的表现得到了应有的奖励。

在现实生活中，并不是任何时候都有一个现成的物品（你不一定能事先知道孩子们会为什么而争执，一个手电筒、一把叉子，还是一个玩具），并且让大一些的孩子放弃手电筒或其他物品可能会让这个孩子心存不满。给其他兄弟姐妹一些“补偿”可能会对他们的合作有帮助。向他们解释你将如何帮助有孤独症的孩子学会沟通，这很重要。这样一来，当他们让出一样东西时，他们会感到自豪（这算是一种奖励），会得到你的赞扬（这算是另一种奖励），甚至可以得到一个不同的、吸引人的物品。

“不幸的是，孩子的兄弟姐妹并不总是能接受他友善且礼貌的请求。我曾鼓励我的大女儿去帮助弟弟学会与她分享，但即使她弟弟礼貌地要求，她也很难放弃自己心爱的玩具。但我还是想找个办法奖励他礼貌的请求。我们已经设计出了一套可能会有帮助的系统。如果我女儿有一件她无论如何都不愿意分享的玩具，那么她应该把它一直放在自己的房间里，或是她弟弟看不见的地方。如果她在家里的其他地方玩玩具，她就应该和弟弟分享。如果弟弟通过抢夺获得一个玩具，那他就不能玩这个玩具，我会把它拿走，以避免他和姐姐为了玩具产生争执（我们约定好他俩谁都不能抢走玩具，即使对方用不合适的方式拿走了玩具）。如果弟弟友好地要求玩玩具，姐姐至少应该把玩具给弟弟看一下，但她可以马上把玩具要回去（比如她玩游戏玩到一半，不想被打断）。如果她友好地提出要求，那他就应该配合地把玩具还回去。如此一来，弟弟在分享这方面做得很好，他甚至愿意分享自己最珍视的玩具。”

规则 5 除此之外，另一种通过结果逐渐改变行为的方法是：一种行为引起的结果（通常是消极的结果）降低了这种行为的频率，我们称其为惩罚（punishment）。在这种情况下，惩罚并不意味着罚孩子坐在角落里或类似的事情。它仅仅指提供孩子（或大人）不想要的结果，从而减少惩罚前发生的行为。

凯瑞和马克思怎么样了？让我们想象一下，马克思友好地请求凯瑞和他分享玩具，却被无视了，于是他试图抢走那个玩具。凯瑞为了不让马克思得到玩具，很快地带着玩具离开了房间，于是马克思号啕大哭，并找到了艾丽莎。艾丽莎说：“这就是你抢玩具的后果。”那么下次马克思就不太可能抢玩具了，因为抢玩具这种行为导致了不愉快的、消极的结果——他失去了玩具。用专业术语来讲，他的行为得到了惩罚。

长期来看，惩罚和消退都会减少特定行为发生的频率。任何孩子不想要的结果都可以被称作惩罚。对于孩子来说，对她说“不”或“现在不行”、家长或兄弟姐妹拿走了她想要的东西，或在她靠近时推倒了她，这些都可能被称为惩罚性的结果——有意识的行为导致了不想要的结果。

■ 活动：继续观察孩子的行为

在这个练习中，花一两天时间观察孩子行为产生的结果，并考虑孩子的目标。想想孩子行为的结果是否达成了孩子的目标，从而成为行为的强化物。

有益的建议

快速回顾术语

当一种行为紧随目标的达成，产生了积极的结果，这种行为就被强化了。当这种行为之后一直没有发生任何与目标相关的事情，这种行为就会消退。当这种行为导致了不良事件，使目标没有达成，这种行为就受到了惩罚。

消退和惩罚会减弱用来达到目标的行为。强化则加强这种行为。孩子的反应产生的结果会加强或减弱他们有意识的行为。

(R)；孩子的行为是否导致了不想要的结果 / 惩罚 (P)；或这个行为是否完全没有产生跟目标相关的任何结果，从而导致了行为的消退 (EX)。在下一页的表格中，一定记得记录一些孩子有利于社交的行为（目光接触、示意动作、声音或语言）和不利于社交的行为（例如尖叫和扔东西）。针对上述两种行为，要记住强化物就是孩子达成的目标。有时候，表面上似乎是对孩子行为消极的回应（修正、斥责等）也可能成为强化物，如果这个行为能帮助孩子达成目标的话（例如，如果孩子喜欢看见兄弟姐妹不开心，那他们不高兴可能会强化孩子的行为）。如果你需要更多空间，就打印多一些这样的表格。

■ 步骤 2 小结

如果你遵照要求执行了之前的活动，那你现在已经知道如何去“看”孩子行为的后果，如何强化、惩罚孩子的行为或使孩子的行为消失。这一步仍然需要根据不同的情境，理解孩子行为的功能。下一步我们将介绍如何去“看”在每种情境中孩子出现某种行为的前提，但是现在，看看你是否同意以下清单中的大部分观点。如果是，那么你已经掌握了理解目标与行为间关系的重要技能——你将在步骤 3 中用到这些知识。如果不是，就回顾本章，花更多时间观察孩子，并和支持你的人讨论你观察到的内容，直到你能轻而易举地识别孩子在各种情境中行为的结果和结果的类型。

活动清单：我是否识别孩子行为的结果了？

- 我花了一些时间观察孩子，并对孩子的部分行为列了清单。
- 我在清单上罗列的行为都是能观察到的行为，而不是状态。
- 我列出了一些良好行为的目标和结果
- 我列出了一些不良行为的目标和结果。
- 我能把大部分结果分类为强化、消退或惩罚。
- 在六种目标活动中，我观察到了大多数活动中的行为、目标和结果。

行为的结果达到孩子的目标了吗？

孩子的行为	孩子的目标	结果：R/P/EX
举起手并看着我 指着狗狗	想要被抱起来	我把他抱起来——强化 (R)
说“帮帮我”，把玩具放在 我的手里，让我修 当妹妹靠近的时候，尖叫并 拿着玩具 带我去门边	想要我说点什么 想让这个玩具能再次动起来 想拿着玩具，不想让它落到 妹妹手里 想去外面	我说：“这是一只小狗，小狗 这样叫，‘汪，汪，汪。’—— 强化 (R) 我修好玩具并还给孩子—— 强化 (R) 妹妹离开，孩子留住了玩 具——强化 (R) 说“不”，没让他出门—— 惩罚 (P)
看着哥哥玩拼图并发出声音	想玩拼图	哥哥忽略了他——消退 (EX)

步骤3：弄清楚行为发生之前的状况，学习的ABC原则中的A即指前提示

原理 我们讨论了两个关于学习的重要原则：(1) 行为的功能是获得或避免某种经历；(2) 行为产生的结果，会加强或削弱孩子以后在同样的情境中对该行为的使用。现在是时候引入理解和改变行为的第三个关键的原则了：(3) 在行为发生前出现的因素诱发或提示了行为的发生——我们称之为暗示：行为发生的前提 (antecedent) 或刺激因素。

规则6 行为是对刺激的反应，这种刺激也叫前提事件 (antecedent event)

通常来说，你能从孩子所在的环境中观察到它。孩子会看见他想要的东西 (棒棒糖) 或不想要的东西 (药箱)。他听见了意味着爸爸到家的声音 (车库大门打开的声音)。他会看见一只他害怕的狗。他走进奶奶的厨房，看见总是放有薯片的架子。前提也可以是一种感受：他饿了，或是他累了。

虽然我们常常很注意一种行为带来的结果，但是我们也需要注意前提。如果我们想让孩子学会一种行为，我们要想一想什么环境事件——即什么刺激——能提示孩子新的行为。接下来要确保我们的教学方式集中于把新的行为和适当的提示或前提联系在一起。这样一来，我们就能在不同的情境中用前提提示孩子做出我们想看到的行为。我们也可以减少前提来帮助减少不良行为出现的概率。

我们要关注什么样的前提呢？我们很容易关注语言提示。我们希望孩子按我们说的做，但本书的大部分内容都是在帮助你把非口语的 (或肢体上的) 提示作为前提。你向孩子展示如何玩一个玩具 (前提)，孩子跟着模仿 (行为)，这会产生一种有趣的效果 (结果)。你指着某件东西 (前提)，孩子看见那件东西 (行为)，并把她喜欢或想要的东西拿过来 (结果)。你和孩子玩追逐游戏，然后你停了下来 (前提)，孩子开始追你 (行为)，最终被你抓住然后抛到空中 (结果)。你唱了一首孩子喜欢的歌并且用手指做动作 (前提1)，然后暂停 (前提2)，孩子模仿了你 (行为)，然后你继续唱这首歌 (结果)。在所有的这些例子中，你都用到了肢体动作 (即非口语沟通) 作为前提。当你读到本书的这部分时，你应该能熟练使用这类技巧了。

还要注意很重要的一点：我们希望孩子学会的很多行为都是独立技能——其他孩子可以在没有指引或帮助的情况下使用这些技能。自己玩，在需要的时候自己去厕所，和下班回家的父母打招呼，妹妹要求分享玩具时会把玩具递给她，这些都是我们希望孩子可以在没有家长指引的情况下做出的反应。如果你仔细研究每一项复杂的独立技能，你也能发现其中的功能和强化。孩子独立地玩耍，因为他们享受活动中的乐趣（正强化）；孩子独立地使用马桶，因为这避免了弄湿衣服带来的不方便和不适（负强化），也因为当孩子掌握独立使用厕所这项复杂的技能后会得到赞美（正强化）；向父母打招呼是一次充满感情的交换（正强化）；分享玩具避免了冲突（负强化）并维持了愉快的社交（正强化）。这些都是孩子熟练掌握的一系列行为，孩子能在没有任何指引的情况下执行，但当他们刚刚开始学习这些行为时，每种行为都有明显的前提和具有强化作用的结果。孤独症幼儿也能学会这一系列复杂的行为，并独立完成这些行为，只要这些行为伴有明显的前提和有强化作用的结果。本书第二部分的每个章节都在教授这些内容。

如果你想教孩子新技能，但又不确定应该使用什么前提，那该怎么办呢？有一个好办法：你可以想想什么前提能使多数同龄幼儿做出你想要的行为。只要有可能，我们想对孤独症孩子使用和其他孩子相同的前提。如果你还不确定，就去公园、学校、教堂、超市或其他地方观察孩子。或者问问朋友或家人，他们的小孩会对什么做出回应。使用其他家长对孩子采用的前提，意味着你的孩子能明白许多其他人可能使用的提示。这就是我们为什么建议你在和孩子沟通时，使用常见（虽然是简化的）的语言和示意动作。你教孩子的语言和示意动作、玩具、歌曲、游戏和日常常规，很可能就是其他家人和朋友使用的。在日常生活中用身边的物品教孩子这些常见的前提和回应，这能让孩子更容易学习前提—行为链。孩子在学习如何在多种环境中回应很多人，而不仅仅是在“教学”环境中回应一些人。

马克思和凯瑞怎么样了？促使马克思抓东西的刺激或前提，是凯瑞在用手电筒玩有趣的游戏。学龄前的孩子看到其他孩子在玩自己想玩的

玩具时常见表现是什么呢？抓取是可能发生的一种行为，但理想情况下，他们会请求他人让自己玩一玩。所以，妈妈艾丽莎提示马克思向凯瑞提出玩一下手电筒的请求是正确的。对于马克思的请求，应得的、典型的奖励是他可以玩一下玩具。

这里的目标是教马克思在看见凯瑞玩玩具时（前提），他应该请求凯瑞让他玩一玩（行为），并期望能拿到玩具（结果）。思考下一页表格中这些行为和导致这些行为的前提。填上一些你在孩子身上观察到的东西。如果你需要更多空间，就打印多一些这样的表格。

■ 步骤 3 总结

如果你遵照要求执行了之前的活动，你就知道如何在很多情境中“看到”导致孩子行为的前提了。这个步骤将继续帮助你理解各种情境中孩子行为的ABC。下一步将介绍如何运用你学到的所有东西来改变孩子的行为，教孩子了理解前提和行为之间关系的重要技巧——你将在步骤4中用到这些知识。如果不是，那么再回顾一下这部分内容，多花一点时间观察，同支持你的人讨论你观察到的内容，直到你能在不同情境中轻易就能看出孩子行为的前提。

活动清单：我能识别孩子行为的前提了吗？

- 我花了一些时间观察孩子，并列出了孩子的一些行为。
- 我的列表上所有的行为都是易观察到的行为，而不是某种状态。
- 我知道前提、目标和结果共同导致孩子做出了良好行为。
- 我知道前提、目标和结果共同导致孩子做出了不良行为。
- 在六种目标活动中，我观察到了大多数活动的行为，以及与它们对应的前提。

理解行为的前提

孩子的行为	在这个行为之前发生了什么——前提
举起手并看着我	我伸出双臂，准备抱起孩子。
指着狗狗	我问孩子：“小狗在哪里？”
说“带带我”，把玩具放在我的手里，让我修	我问孩子：“你需要帮助吗？”伸出手准备接过玩具。
当妹妹靠近的时候，尖叫并抓紧玩具	她的妹妹正走过来，表现出对玩具的兴趣。
带我去厨房，把我的手放在冰箱上	感觉肚子饿了。

步骤 4：把学习的 ABC 原则结合在一起

原理 我们已经讨论过学习的 ABC 原则，如果你尝试过上述练习，你就已经能像行为分析家一样思考孩子的行为了。步骤 4 要将学习的 ABC 原则结合在一起。每一个孩子都有自己独特的行为、反应和与人交往的方式。通过观察孩子的行为，以及这些行为的前提和结果，你就能知道孩子行为的目标和功能——为什么他会做出特定的行为。孩子的行为会告诉你他之前获得的结果，什么样的提示或前提会导致他现在的行为。不良行为，如发脾气和攻击他人，也是孩子行为库的一部分，如果这些行为多次帮孩子达成目标，即积极的结果，它们就会成为习惯。这些都不是“调皮”的行为，对于做出这些行为的孩子来说，它们都有功能。这些行为是孩子尽最大努力来实现目标的表现。你想要孩子做出的行为，如拥抱或者亲吻，也是由于同样的原因而发生——它们能给孩子带来积极的结果。孩子有意识的行为都符合同样的原则。它们都是截至目前找到的，能帮孩子在有环境提示的情境中达成目标的最有效的方法。无论是不良行为还是你想孩子做出的行为，它们都是功能性的——它们会起作用。

■ 活动：观察良好行为和不良行为，以及这些行为的前提和结果

这个练习会帮你发现、描述孩子习惯性行为背后的一系列因素。开始发现孩子现有的行为库（包括良好行为和不良行为）背后的一系列 ABC 因素非常重要，因此我们建议在你接下来的几天里学习如何发现这些因素。如果你能掌握好这些技巧，你将能在孩子的一生中有效地运用它们来教授孩子新的行为，让孩子做出更多良好行为，减少不良行为发生的频率。这些原则在小学阶段、青少年阶段和成年阶段均可以起作用。一旦你学会了发现孩子行为背后的 ABC 因素，你将不用再刻意观察，而能自然地发现这些因素，这能给你更多关于如何教孩子以新的、不同的方式对情境和经历做出反应的灵感。先列出孩子的行为（B）和目标，这些是定义前提（A）和结果（C）的关键。当你了解孩子的行为（B）和目标后，就要注意结果和前提，就像你之前所做

的一样。你应该觉得这些越来越容易发现了。确保你既写下了良好行为，也写下了孩子的不良行为——你不希望孩子做的事情。

□ 步骤 4 总结

如果你遵照要求执行了之前的活动，你就知道如何在很多情境中“看到”孩子的良好行为和不良行为背后的目标、前提和结果了。这个步骤继续帮助你理解各种情境中孩子行为的功能。下一步将介绍如何运用你学到的所有东西来教孩子新技能，增加学习机会。看看你是否同意以下清单中的大部分说法。如果是，那你已经掌握了这项重要技巧——理解目标、前提和结果之间的关系（三者促成了孩子的各种行为）。你将在步骤 5 中用到这些知识。如果不是，那么再回顾一下这部分内容，多花一点时间观察，同支持你的人讨论你观察到的内容，直到你能从各种良好行为和不良行为中，轻易看出导致这些行为的前提、目标和结果。

活动清单：我把学习的 ABC 原则结合在一起了吗？

- 我已经花时间观察了孩子的行为，并列了一个行为清单，包括孩子良好行为和不良行为。
 - 我理解了一些孩子做出的良好行为的目标、前提和结果。
 - 我理解了一些孩子不良行为的目标、前提和结果。
 - 在六种目标活动中，我观察到了大多数活动中的不良行为和我希望孩子做出的良好行为，并描述了这些行为的目标、前提和结果。
-

步骤 5：用 ABC 原则来增加孩子的学习机会，教孩子新技巧和行为

原理 你和孩子的每次互动都是一个潜在的学习机会。只有留意所有出现的潜在强化物，你才能调动更多机会。这些通常是孩子想要的事物——食物和饮料，被关注、喜欢的物品，被安慰和喜爱，安全与保障，有趣的景象，声音和事件，令人愉快的抚摸和动作。这些也可以是孩子想要避免的令人不快的刺激——饥饿感或口渴，讨厌的声音（吸尘器的声音），让人不舒服的感

觉（黏糊糊的手掌或湿湿的尿片），吓人的刺激，或阻碍孩子达成目标的障碍（修理坏掉的玩具、打开橱柜或冰箱）。

■ 活动：确保孩子成熟地表达自己的目标

为了利用这些机会，你可以在每次满足孩子要求或拿掉孩子不喜欢的东西时，都问自己以下问题：孩子是如何表达她的需求的？她是否用尽可能成熟的沟通行为表达了自己的需求？或者，孩子是否几乎没做任何事来表达自己的愿望，我就提供了强化物？这些都是很重要的问题。一位问过自己以上问题的家长说道：“你知道，他就像是小王子。他根本不需要做任何事情——他不用付出任何努力，我们就满足了他的每个需求。”这一问让她顿悟了。她没有要求儿子做那些我们经常期望其他孩子做的事——尽最大努力沟通。回想一下，我们是不是经常对哭闹的孩子说：“好好说话。”或让要求“给我更多的牛奶”的孩子加个“请”字？我们是否会纠正一个拿走别人玩具的孩子，把玩具从他那里拿回来，还给最开始在玩玩具的孩子，并告诉他要“友好地提出要求”？我们期望孩子用他们现有的沟通能力来达到目标，提示、引导他们做出我们希望的行为。

因此，想想孩子能轻易进行什么样的沟通：伸手？用手指？有意识地发出声音？模仿声音？在两者间做出选择？看着你？无论孩子能轻易使用哪种沟通方式，那都是孩子用来表达自己的一种方式。当孩子用不良行为来沟通时，如哭闹、尖叫，或发脾气，你就做以下这些事：无视孩子的那些行为（消退）；通过示范或引导，提示孩子做出适当的行为来达成目标（伸手或者用声音表达自己的要求）；期望孩子使用适当的行为；孩子做出适当行为后，让他达成目标（奖励）。

列一张孩子目前使用的沟通方式的列表，包括语言和手势。这些是孩子用来表达需求和愿望的工具。下次给你的孩子提供一些你知道他想要的东西时，想想他的沟通方式。明确地向孩子展示，他想要的东西就在那里，我们称之为前提（A）。但是稍等一下，直到孩子用你列出的沟通方式之一，表达了自己想要这件东西，再把东西给他。等待行为（B）的出现，如果孩子需

要帮助，就给他一点提示。一旦孩子进行了良好的沟通，就给他想要的结果（C），即促进沟通的强化物。

如果孩子没有沟通的表现，或做出了不良行为，如哭闹，那怎么办呢？忽略孩子的这个不良行为，提示他做出适当的行为。帮助孩子完成这个适当的动作。如果孩子可以说出一个词，你就示范说这个词。如果孩子会伸手，那就把物品放在他可触及的范围内。如果孩子会用手指，那就示范这个动作。如有需要，手把手指导孩子做出你在教他的回应。孩子完成动作之后，满足他的愿望。经过以上步骤，你为孩子提供了一个学习机会——一个完整的ABC序列。

假设你打算给还不会说话的孩子一个花生酱三明治，你为她设立的沟通目标是，让她发出声音以提出请求。你把三明治切成了8小块。如果你把盛有三明治的盘子端到饥饿的孩子面前（A：前提），孩子伸出手并发出“嗯嗯嗯”的声音（B：行为），你把盘子递给她（C：结果），从而为孩子提供了一个学习机会。

假设你们坐在餐桌旁，当孩子伸出手并发出“嗯嗯嗯”的声音时，你就给她一块三明治。孩子吃了三明治，又伸出手并发出“嗯嗯嗯”的声音。你就再递给她一小块。孩子的饮料刚好在你旁边，而她够不着。孩子伸手想拿杯子。你把杯子拿起来，问：“想喝吗？”孩子伸出手，说：“嗯嗯嗯。”你把杯子拿给她，她喝了一口，你又把杯子拿回来。吃这顿饭的时候，借助三明治、饮料和一些你切好的香蕉块，你为孩子提供了15次或更多用声音表达要求的学习机会。这还不算你模仿孩子吃自己的三明治，并发出“嗯，好吃，好吃”的声音，以及其他模仿交换（更多的学习机会）。

这是一种在孩子的日常生活中创造更多学习机会的重要方式——注意到你想教会孩子的行为之前出现的前提；通过让孩子达成目标来强化行为；在满足孩子愿望前，帮助孩子发展和练习适当的沟通行为。

■ 活动：观察孩子行为中的ABC

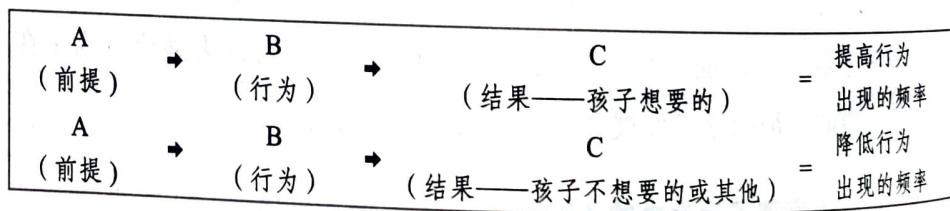
花些时间回顾一下你和孩子的一天。想想今天你给孩子多少次他想要的

东西。想想你多少次拿走或改变了某些孩子不喜欢的东西。在下一页表格的左栏中列出这些物品，作为你提供的强化物或潜在的强化物。对于列出的每件物品，一定要根据孩子的行为——孩子如何表达自己的需求或愿望，有针对性地提供。把这些记在表格右栏中。这些是你在相应情境中提供给孩子的学习机会。如果孩子没有做出任何行为你就奖励了他某物品，那么请在右栏相应位置注明“无”。这是一个错过了的学习机会。在接下来的几天里，看看你能否更注意这些潜在的学习机会，在你提供孩子想要的结果之前，等孩子以某种形式或引导孩子与你沟通，这样你才能把错过的机会转化成学习机会。如果你需要更多空间，就打印多一些这样的表格。

步骤 6：改变孩子的不良行为

原理 和大多数成人一样，孩子也有一些坏习惯。在你刚刚列好的清单里，你可能列出了孩子的一些让你不太喜欢的行为。孩子也许会通过尖叫来表达一个愿望，或是用手拽你、咬人来逃避他人或得到想要的玩具。当孩子的哥哥拿走她的玩具，或你拒绝再给她一块糖果时，孩子也许会跌坐到地上，用头撞地板。孩子为什么要这样做？也许你已经明白其中的道理。在完成本章前面列举的一些活动时，你也许已经注意到孩子的一些不良行为。通过分析这些行为的ABC序列，你已经“评估”了这些行为。你已经知道了促成行为的前提和结果之间的功能关系。如果你还不知道孩子身上某些不良行为的ABC序列，现在是时候进行分析了。在最后一步中，我们将解释如何帮孩子学习更多人们普遍接受的行为来替代不良行为。

■ 活动：识别不良行为并找到替代行为



观察孩子行为的ABC

我所提供的强化物	被强化的行为

挑一个孩子经常表现出的、ABC 结构非常清晰且你很想纠正^①的不良行为。然后回忆学习的 ABC 原则。看看孩子这样做的目标，但不要期望孩子会改变目标。问问自己：“他想要什么？他的目标是什么？”在你回答了这个问题后，再问自己：“我希望他以什么样的方式来达到同样的目标？”如果他用尖叫来逃避他不喜欢做的事或得到一个玩具，你希望他怎样做来请求停止你正在让他做的事，或拿到他想要的玩具？现在当你拿走他的奶嘴时，他会用头撞地板，你希望他怎样做来达到目标，而不是用头撞地板。我们把你希望看见的、能替代不良行为的行为称为替代行为（replacement behaviors）。

规则 7 好的替代行为必须像不良行为一样容易做到且迅速带来同样的奖励。替代行为只有和不良行为功能——简单、高效——相同时才有作用。替代行为必须是孩子已经掌握且只要一点提示就能做出的行为。

■ 活动：教孩子替代行为

所以，就像规则 7 所说的那样，关注你想改变的不良行为，并想想孩子能用什么其他行为立即、轻易、有效地达到同样的目标。这就是你需要的替代行为。写下行为的 ABC 序列：前提（A）是什么，替代行为（B）是什么，孩子的目标是什么，替代行为的结果或奖励（C）是什么？明白了吗？

举例说明。前提（A）= 你手里的百事可乐。不良行为（B）= 孩子用手抓抢。替代行为（B）= 用手指向想要的东西。结果（C）= 你手里的可乐。现在想想如何引导孩子在前提（A）出现后，不良行为（B）出现之前，立即做出替代行为（B）。准备好引导孩子做出替代行为（B），并在孩子做出替代行为（B）后马上给予奖励（C）。如果孩子已经做出了不良行为（B），请忽

① 原注：记住有时孩子表现出哭闹、尖叫和发脾气等不良行为（A），是因为孩子不舒服。记得在第一章里我们讨论过，孤独症孩子有时会遇到肠胃不适、食物过敏、睡眠不足和其他健康问题。有时孤独症孩子很难直接告诉我们他们感到疼痛，或是哪里疼。如果孩子的行为突然变化，如突然变得更大惊小怪或有攻击性，且这些突然的改变与特定的前提或结果没有必然联系，须考虑带孩子去儿科医生那里检查一下。如果孩子睡眠不好或吃得很少，他就更难克制自己的怒火和大惊小怪。确保孩子的健康，这样能让孩子更乐于配合，更少出现问题，学得更轻松，总体上成为一个更快乐、更专注的孩子。

视它，仍然鼓励孩子做出替代行为（B），然后再给予他想要的结果（C）。例如：你拿着可乐坐在沙发上。你的女儿过来想拿可乐。你把可乐拿起来，她看着那罐可乐，你说：“想要喝可乐吗？那就用手指着它。指着可乐。”你做出示范，她用手指着可乐，你给她喝一小口，但没有把整罐都给她。你收回可乐，并喝了一口。她再次接近你，你说道：“用手指。”她照做，并喝到了一口可乐。就这样重复几次，直到她在没有你的任何提示下自己做出了用手指向可乐的动作。抓抢的不良行为一次都没有出现。

莫莉怎么样了？如前所述，当莫莉的姐姐拿着一瓶牛奶时，莫莉会尖叫并试图抢走姐姐的牛奶，爸爸告诉姐姐把牛奶给莫莉，自己去重新拿一瓶。前提（A）=看到牛奶。行为（B）=尖叫和抓取。目标=想要牛奶。结果（C）=得到牛奶。爸爸想用另一个行为替代尖叫和抓取，而莫莉还没学会说话。莫莉能用什么行为来要求得到牛奶呢？指着牛奶？做出“想喝”或“请”的肢体语言？发出声音并进行目光接触？莫莉的家人要决定，当莫莉想从别人那里要东西时，应该使用什么样的适当的行为。他们采纳语言治疗师的建议，让莫莉使用一个简单的“请”的手势——她把手放在胸前。现在，她的父母需要创造机会来让她学习这种替代的沟通行为。

前提出现了：莫莉看见姐姐蒂娜从冰箱里拿了一瓶牛奶，就开始尖叫，想从蒂娜那里把牛奶抢过来。爸爸走向莫莉，把她的手从蒂娜身上拿开，放在胸前做“请”的示意动作，同时说：“请。”莫莉在爸爸的帮助下完成这个手势，蒂娜马上就配合地把牛奶给莫莉，自己又去拿了一瓶。虽然这是向正确的方向更进一步，爸爸却认为还有需要改进的地方：(1) 莫莉仍然会尖叫，抓取；(2) 蒂娜仍然失去了本来属于她的牛奶。爸爸为下一次做好了准备。爸爸让蒂娜去拿两瓶牛奶，他自己站到莫莉身后。蒂娜把牛奶拿过来了，当莫莉看着牛奶时，爸爸马上领着她走向蒂娜，并帮助她做出“请”的示意动作。然后蒂娜给了莫莉第二瓶牛奶，并感到非常自豪，因为她在帮助妹妹学习沟通。现在爸爸确保了莫莉因为做出手势而不是尖叫得到牛奶。

看见发生什么了吗？同样的前提（看见蒂娜拿着牛奶）现在与良好行为（一个适当的沟通行为）联系在一起了，获得了同样的强化物（牛奶），而这个强化物之前一直强化不良行为。随着时间的推移，如果一家人都一致强化这个新行为，“请”这个手势会和牛奶（以及其他莫莉想从别人那里得到的东西）联系在一起，因为只有这样，莫莉才会得到牛奶。牛奶现在会支持积极的行为，而不是不良行为。莫莉在学习更多有用的、被普遍接受的沟通方式的同时，还可以得到牛奶。

参照这个例子，想想你的孩子的不良行为，考虑你该如何帮助孩子用替代行为达到目标。想一想你将如何帮助或提示孩子使用替代行为，然后用强化物强化替代行为。一旦想到如何帮助或提示孩子之后，就马上开始练习。

警告！在面对不良行为时，许多家庭有时试图通过减少对孩子的要求和期望，来避免问题行为。虽然这是对孩子发脾气或攻击性表现的自然反应，但这样做会适得其反，因为随着时间的推移这会降低孩子的学习能力。首先，这样做剥夺了孩子的学习机会。如果孩子没有机会获得他想要的东西，那么他就没有学习机会。第二，这样做会强化不成熟的行为，如哭闹或抓取，或其他不良行为，如莫莉的尖叫。用这种方法避免问题行为并不能改变孩子对不良行为的使用。只有积极地教孩子良好行为，你才能真正地改变孩子的行为，孩子可以学会以更好的行为回应。既然孩子能学会用不良行为回应，那肯定也能学会以更好的行为回应。

■ 步骤 6 小结

如果你遵照要求执行了之前的活动，那你已经知道如何在日常互动中强化良好的社交行为。你也知道了为什么孩子会做出你不希望她表现出的行为，同时也更明白何种结果或奖励会导致孩子的不良行为。你应该已经学会如何用更好的行为替代不良行为的方法，以及避免奖励这些不良行为。你能在孩子的不良行为出现之前，引导孩子使用替代行为，（我们希望）你也能强化这些替代行为了。看看你是否赞同以下清单中的大部分说法。如果是，那你已经掌握了（1）在日常活动中为孩子提供更多学习机会的知识和技能；（2）

让孩子用更为人们接受的、利于沟通的行为来代替不良行为的策略。如果不是很理想的，复习本章最后一部分，和一个支持你的人讨论这些概念和你观察到的现象。这个人应该是一个懂得关于行为方面基本常识的人，如孩子的医护人员。掌握这些概念能使你长久受益（对你的其他孩子也适用！）。

活动清单：我能更有效地理解和应对不良行为了吗？

- 当我给孩子提供他 / 她喜欢的物品或常规时，我花时间观察了自己的行为和我与孩子的互动。
- 我已经更清楚孩子会用什么样的行为来要求获得他 / 她喜欢的物品和常规了。
- 我正在学习更多奖励或提示孩子使用更成熟的沟通行为的技巧，从而把各种情境变成学习机会。
- 我已经成功地用更好的沟通或行为代替了孩子的一些不良行为。
- 当孩子表现出不良行为时，我已经意识到我提供积极结果的倾向，而且我犯这种错误的次数比以前少了。
- 我看见过我学到的新知识在孩子学习用沟通来实现目标的过程中，发挥着积极作用。
- 我看见过我学到的新知识对孩子不良行为的减少有积极作用。
- 在玩耍和照顾活动中，我运用学习的 ABC 原则创造了更多的学习机会。
- 我针对六种目标活动中的大多数活动为孩子创造了更多学习机会。

本章总结

可以通过观察行为发生之前出现了什么（前提），和行为发生之后出现了什么（结果）来理解和判断行为。前提、行为本身和结果是在环境中一起发生的一系列相关联的动作、事件和条件。理解前提和结果，以及两者结合起来对行为本身的影响，能让我们理解一个行为对孩子的功能，从而帮助我们理解如何系统科学地教孩子新的行为，减少不良行为。

1. 注意你强化一些你并不想强化的行为的时候。这些行为包括：尖叫，

乱扔东西、攀爬、大惊小怪、不说话或不给出动作。

2. 注意孩子忽略你的指导或要求，继续做他/她之前在做的事情时，在这种状况下，孩子实际上也在因为无视了你而得到奖赏（因为他/她得以前做他/她想做的事情）。

3. 注意你发现孩子想要某件东西，且在你的指导下他/她进行了沟通，得到自己想要的东西的时候，你强化了好的行为，并提供了重要的学习机会。

4. 注意孩子用不正确的方式，即不成熟的行为或不良行为进行沟通，当你拒绝给孩子他/她想要的东西的时候（以此来帮助他/她改正不良行为），你不该这么做；相反，你应该引导孩子用正确的方式向你提出要求，随后给他/她相应的奖励来支持他/她学习。

每当你强化了良好行为时，你就为孩子提供了一个学习机会。每当你引导孩子运用更加成熟、更适当的技能，并强化这种新技能时，你也为孩子提供了一个学习机会。每当你示范一种良好行为，孩子模仿你的时候，你也为孩子提供了一个学习机会。每当你确保不良行为没有被强化，而是被良好行为或技能替代，并给孩子他/她想要的东西时，你也提供了学习机会。

孤独症孩子需要学习，也具备学习的能力。教导他们其实就是在为他们创造学习机会。理解学习的ABC原则能帮你想出如何创造学习机会来帮助孩子成长，积累更多成熟行为的办法。

重要提示

目标：运用学习的 ABC 原则来理解和教授新行为。

步骤：

- ✓ 任何事情的发生都是有原因的！搞清楚孩子的目标是什么。
- ✓ 孩子行为之后发生的事情会巩固孩子之前的行为。
- ✓ 孩子通过做什么来达到目的？这些行为是你想要的吗？
- ✓ 注意你在过程中提供的奖励和你奖励了孩子的什么行为。
- ✓ 利用孩子的目标在日常生活中教授他新技能。
- ✓ 你更希望孩子做什么？回答这个问题，然后用更容易接受的行为来代替不良行为。
- ✓ 替代行为要和你希望被替代的行为一样简单高效。
- ✓ 你给孩子的奖励有助于保持你教给孩子的技能。