

行为分析工具箱

James Fritzler
James.Fritzler@live.com

Susan G. Friedman, Ph. D.
www.behaviorworks.org

中文译者：李鸿飞 (Hongfei Li)
ninetoinfinity@stu.pku.edu.cn

在护理过程中向学习者教授新的行为并不“难于上青天”，行为科学是每个人都能掌握的，在了解行为的运作机制后，人人都能做个成功的老师。按照下面的步骤和流程图来提高你的教授效果吧！

第一部分：工具组件

按照下列流程定义学习者将要进行的行为；管理学习者所处的环境会使得合适的行为更容易发生；确定短期和长期的强化物，用它们来教授和维持新的行为。



1. 定义你希望学习者做出的行为，即目标行为：

- × 这个行为看起来是什么样的？
- × 在不使用“这个行为不是...”，“停止像...那样”，“停止做...”等句式的情况下，你能否描述这个行为？
- × 你能在不“贴标签”的情况下描述这个行为吗？（见清单 1）



2. 将目标行为分为许多小的步骤用于塑形

- × 想办法将行为分为许多更小的步骤，让行为的习得更加容易。



3. 在行为出现前创造能够支持这个行为发生的环境

- × 在过去，什么样的环境阻碍了这个行为？
- × 为了使这个行为更容易进行，你能对周围环境做出哪些改变？
- × 什么样的线索会预示学习者做出这个行为？
- × 哪些提示能够让目标行为变得清晰易懂，比如模型、口头说明、或者肢体动作上的协助？



4. 确定长期强化物，比如学习者进行该行为时自然而然带来的好处：

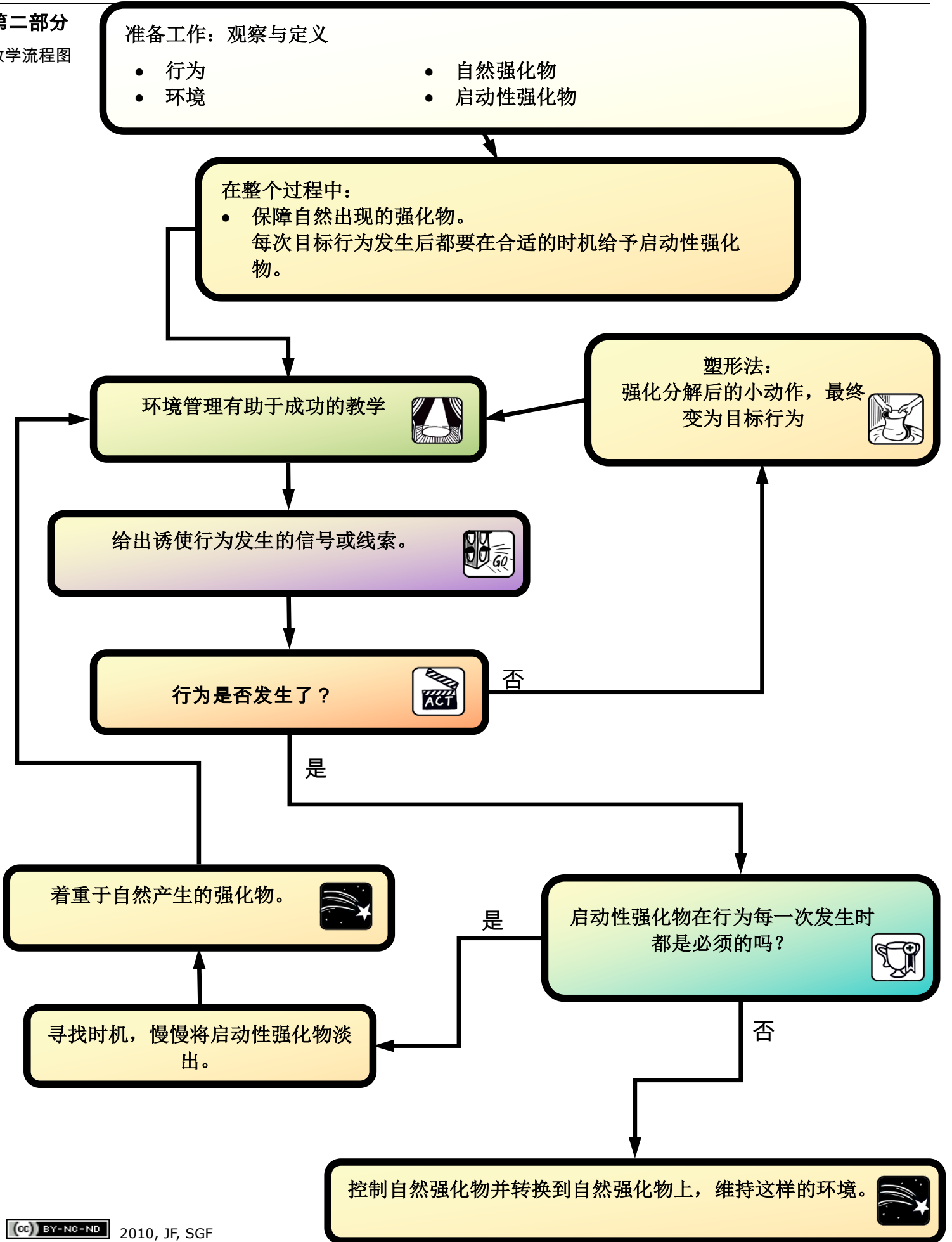
- × 这个行为自然产生的结果是什么？
- × 从长远角度来看，学习者维持该行为是值得的吗？
- × 考虑使用不同类型的强化物：真实存在的物品、社交互动、运动、感官刺激、远离反感的事情。



5. 确定短期内人为创造的“启动性”强化物来促成目标行为：

-
- × 有哪些特别的强化物能够在一开始促使学习者进行目标行为？
 - × 这些强化物是为学习者专门准备和定制的吗？
 - × 当学习者掌握目标行为后，是否能在短期强化物淡出后只靠自然产生的强化物维持这个行为？
 - × 例：表扬、食物奖励、温柔的抚摸、玩具等等。

第二部分
教学流程图



清单 1. 不适合用于描述行为，但经常被人用来描述行为的标签

下列的词语均没有对行为提供任何实用性的描述。阅读这个清单，检查你是否使用过标签来描述一个行为。你应该依据行为的表现来描述行为，而不是使用这些标签。

| | | |
|------------------|------------------|----------------------|
| Abnormal异常 | Disorderly胡乱 | King首屈一指 |
| Aggression攻击 | Disorganized杂乱无章 | Loyal忠心耿耿 |
| Aggressive攻击性 | Distracted分心 | Mean吝啬 |
| Always总是 | Dominate强势 | Messing弄乱 |
| Angrily愤怒地 | Dominating支配 | Messy脏乱 |
| Angry怒火 | Domineering盛气凌人 | Micromanage事必躬亲 |
| Antics滑稽 | Emotional情绪化 | Micromanaged被事无巨细地管理 |
| Argumentative爱抬杠 | Emotionally冲动地 | micromanaging事无巨细 |
| Arrogant傲慢 | Emotions情感 | modest谦虚 |
| Bashful羞怯 | Expectation期待 | nasty讨厌的 |
| Bossy霸道 | Expectations预期 | neurotic神经兮兮 |
| Careless粗心大意 | Expecting盼望 | never从不 |
| Chaotic一团糟 | Expects指望 | normal正常 |
| Cheerful愉快 | Funny好笑 | obedient顺从 |
| Childish孩子气 | Grudge怨恨 | odd古怪 |
| Childlike天真 | Grudgingly勉强 | oppressive压制性 |
| Clingy黏人 | Happy快乐 | ornery卑劣 |
| Cocky自大 | Hates痛恨 | overbearing飞扬跋扈 |
| Confused困惑 | Horrific可怕 | patient耐心 |
| Constantly自始至终 | Hyper亢奋 | pesky麻烦 |
| Controllable可控 | Hyperactive多动 | polite礼貌 |
| Controlling克制 | Immodest自负 | presumptuous放肆 |
| Crazy疯狂 | Impatient不耐烦 | pretentious自命不凡 |
| Cross恼火 | Impolite没有礼貌 | prince道貌岸然 |
| Decent得体 | Incorrect不正确 | princess娇气 |
| Derogatory贬义 | Indecent下流 | proud骄傲 |
| Despondent沮丧 | Infantile幼稚 | psychotic精神失常 |
| Dictating颐指气使 | Intention意图 | pushy强求 |
| Dictator独裁者 | Intentional故意 | queen花里胡哨 |
| Difficult困难 | Intentionally存心地 | questioning怀疑的 |
| Disagree不适合 | Intentions打算 | quirky离奇 |
| Disagreeable讨厌 | Irreverent不敬 | radical激进 |
| Disloyal不忠诚 | Irritable暴躁 | rash轻率 |
| Disobedient不听话 | Jealous妒忌 | refusal回绝 |
| Disobey违抗 | Kind善良 | refuse拒绝 |

| | |
|--------------------|-----------------|
| refuses推却 | unrelenting毫不留情 |
| relentless一刻不停 | unreliable靠不住 |
| resent愤愤不平 | unresponsive迟钝 |
| resentful憎恨 | unruly任性 |
| rowdy捣乱 | untidy凌乱 |
| rude粗鲁 | unwilling不乐意 |
| savage野蛮 | upset沮丧 |
| shy害羞 | vague心不在焉 |
| silly愚蠢 | weird诡异 |
| slob邋遢 | wild狂野 |
| sloppy马虎 | wildly疯狂地 |
| sly狡猾 | wrong错误 |
| snarky挖苦 | wrongly错误地 |
| sneaky鬼鬼祟祟 | |
| stern苛刻 | |
| strange奇怪 | |
| stubborn固执 | |
| submissive听话 | |
| tame温顺 | |
| terrible恐怖 | |
| territorial领地性 | |
| testing棘手 | |
| testy脾气暴躁 | |
| tidy井然有序 | |
| timid胆小 | |
| touchy敏感 | |
| tough坚强 | |
| tyrannical专横 | |
| unattached独立 | |
| unbelievable不可置信 | |
| uncaring冷漠 | |
| uncontrollable失控 | |
| unfocused漫不经心 | |
| unhappy不开心 | |
| unkind无情 | |
| unlimited过度 | |
| unreal不真实 | |
| unrealistic不切实际 | |
| unrealistic | |
| unreasonable蛮不讲理 | |