

管與教

處理行爲問題指引



這本小冊子與您

這本小冊子與您

這本小冊子與您

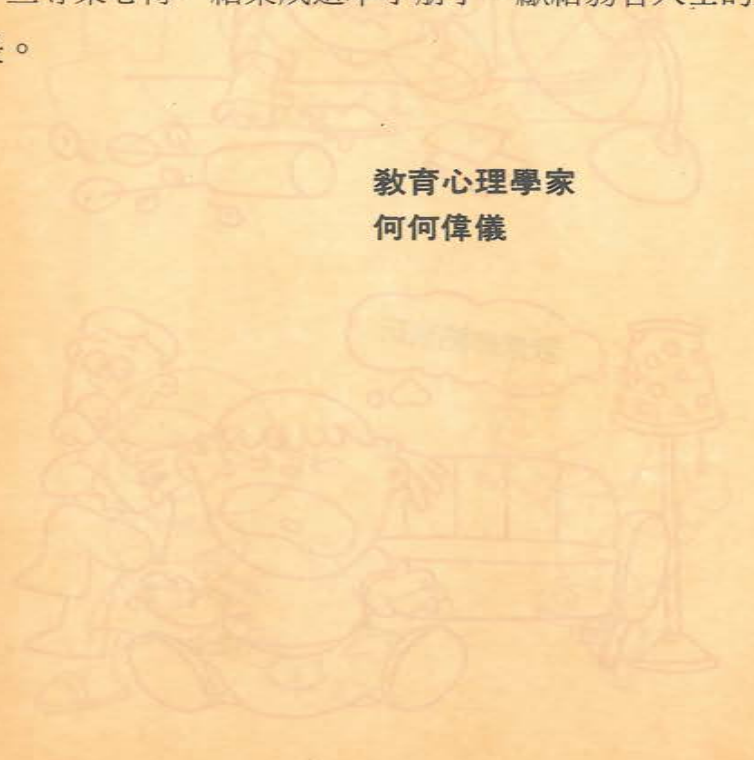
這本小冊子與您

這本小冊子與您

這本小冊子與您

一些弱智人士的家長曾因子女不對勁的行為而非常煩惱，但爲了培育子女，花了許多心思，犧牲了不少時間，處理子女的行為問題。我綜合了他們的經驗，加上一些專業心得，結集成這本小冊子，獻給弱智人士的家長。

教育心理學家
何何偉儀



管與教

處理行爲問題指引

在日常生活中，一些我們覺得是易如反掌的事，可能是一個弱智孩子的很大負擔。他們在生活中更易遇到挫折和失敗，往往出現一些不對勁的行爲，而我們却經常忽略了行爲背後的訊息。



甚麼是行爲問題？

行爲問題就是一些妨礙學習、阻礙已學得的技巧、騷擾他人或對孩子本身有害的行爲。



處理行爲問題

1. 首先，準確地指出孩子的行爲問題是甚麼

過份粗略的定型	準確的描述
頑皮	翻倒抽屜，把東西散在地上
精力過盛	在沙發及餐桌上跳個不停
發脾氣	晚飯時拒絕進食，大聲叫嚷打爸媽

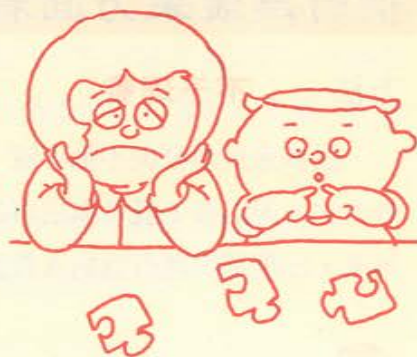
2. 分析問題行爲的**前因**和**後果**



前因 ⇒ 媽媽教導阿輝學砌拚圖板。

行爲 ⇒ 阿輝哭叫，撥開拚圖板。

後果 ⇒ 媽媽停止教學活動。



問題行爲給孩子帶來了一些他認爲是有趣或開心的**後果**，於是孩子會重施故技，以達到所渴望的收穫，許多孩子出現令人煩惱甚至惱怒的行爲問題，是要引人注意、或達到某些目的、或逃避工作責任。

3. 定出明確的行爲目標



從行為後果方面着手

方法一：不予理會

很多家長都發現不瞅不睬、不動聲色是減低問題行為的有效方法。因為孩子既然無法再透過不恰當的行徑取得他期望的效果，出現這問題行為的次數便會逐漸減少。

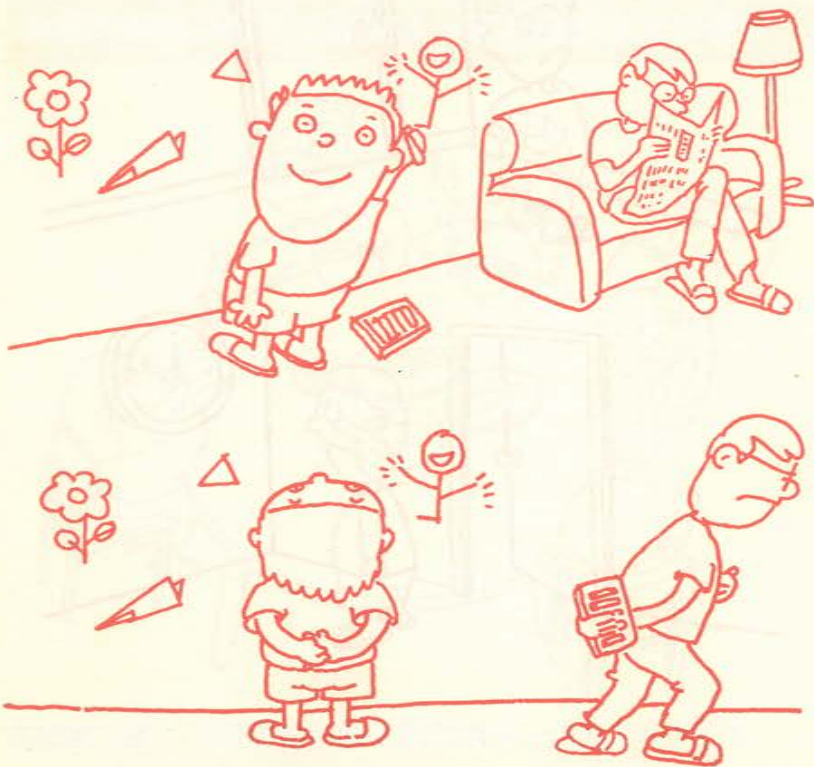


孩子第一個反應必然是更激烈地爭取大人的注意，如更力竭聲嘶地哭叫、更大力打自己等，這是意料中事。不予理會之所以收效是因為父母能夠每次都保持冷靜、堅決地不瞅不睬。縱然孩子初時的表現會更加惡劣，但後來情緒會漸漸平靜，問題行為也跟著消滅。當然，如果孩子表現轉為良好的時候，家長必須加以欣賞和鼓勵。

方法二：取去獎勵

正如不予理會一樣，移走孩子所喜愛的東西或停止他熱愛的活動，也可使他的問題行為不再為他帶來喜愛的效果，於是這行為也隨之減少。如：

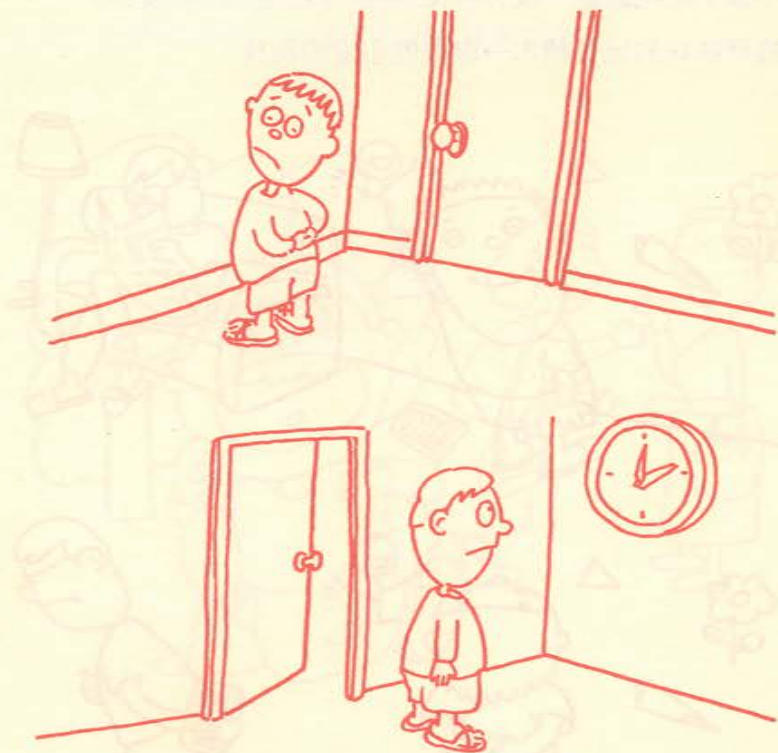
- ①小孩拒絕吃飯餸→沒有飯後雪糕(雪糕是他所喜愛的)
- ②推倒妹妹的玩具積木→取去他心愛的玩具



孩子可能因而叫嚷或進行破壞的活動，這時候應該不讓步或不理會。過了一段相當的時候，待孩子自己安靜下來，不再搗亂，才歸還取去的東西。

方法三：隔離

一些行為如危險的動作等，即使不予理會或取去獎勵，也無濟於事，這時候家長可把孩子隔離到沒有吸引或趣味的境地，如：



這不是由於父母一時激憤或不知所措而把孩子困在某地方，隔離只是針對某一指定的問題行為，每當孩子有這表現時，就必被隔離，不容怠慢。家長的態度必須認真（不是憤怒），特定時間一到而孩子再沒有不對勁的表現，就准許孩子照常活動。之後孩子若有良好的表現，必須表示讚賞。

方法四：鼓勵其他恰當的行為

孩子多表現合宜的行為（如帮手做家務、安坐做習作等），就必然減少不恰當行為（如搗亂、叫嚷等）出現的機會。父母可多花一點心思，獎勵孩子一些良好的行為及一些與不良行為相反的表现。

食飯的時候→阿松跑、叫、跳，拒絕進食→不予理會
食飯的時候→阿松安坐進食→家人給予注意和讚賞



雙管齊下：

不恰當行為——→取去獎勵
恰當行為——→給予獎勵

從行為前因方面着手

方法一：循循善誘，按「步」就班

孩子發脾氣搗亂，可能並不是要引人注意，而是想逃避責任。所以，為免搗亂的情況發生，就要把孩子的工作劃分做細微而容易的步驟，逐步教導孩子。他們只要逐步完成，就達成任務。完成每個簡單步驟定會帶來多少成功感，自然減少了孩子不滿或氣餒的情緒。



家長愈多鼓勵及教導一些生活適應的技巧，孩子便愈不需用不恰當行為來解決問題，別忘記讚賞孩子每一個良好行為及成就。

方法二：獎勵其他孩子的好榜樣



稱讚其他孩子的恰當行為，就是叫你的孩子留意這行為及其理想後果(包括大人的讚賞)，學習別人的好榜樣，在稱讚時，亦對其不合宜行為不予理會。

方法三：防患未然

細心安排生活的小節，可防止問題行為發生。例如媽媽在廚房弄菜的時候，可間歇地停下來跟孩子談笑一會，不要待孩子在客廳哭叫滋事時才出來注意。

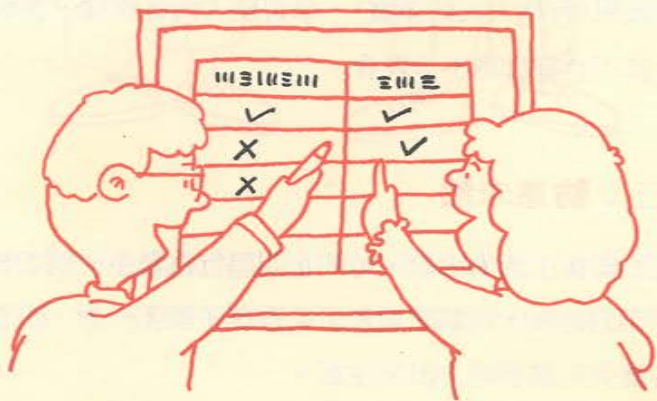
此外，給予適合程度的玩具、採用顏色鮮艷的教材或把易碎物品收藏起來等等，也能減少孩子在家不耐煩或進行破壞的機會。



請留意，這不是「斬腳趾避沙蟲」；留心不要因防禦太多而令孩子失去學習的機會。

三思而後行

其實許多家長已有採用以上的方法處理問題行為，但未必都能夠有系統地推行，或缺乏明確的行為目標。



如果行為處理失效，就先要檢討一下，有沒有犯以下的錯誤，：

1. 無意中仍然對不恰當行為給予注意或獎勵。

2. 防禦不足。

3. 欲速不達：行為改變不是一剎那間的事，家長除了要面對行為問題外，還需時教導孩子一些生活適應的技巧。給予孩子的提示與幫助必須逐步減少，如太急促的話，則弄巧反拙。

4. 賄賂



不要在孩子未有表現時先給予稱許或獎勵。雖然這樣做可能收效，却鼓勵了孩子與父母討價還價，以問題行為吸引注意。

5. 忽略其他引致問題行為的因素，如身體不適、牙痛、視覺或聽覺問題等等。

6. 用語做法不能一致：若父母本身的處理方法常常改變，或家人（爸媽、爺爺、媽媽、公公、婆婆）之間做法不同，行為處理法便告失效，孩子無所適從，可能出現更嚴重的行為問題。

好了，分析檢討完畢，還要留意甚麼呢？



孩子往往能夠有良好的表現，值得我們讚賞。他們需要我們的欣賞和鼓勵，領略成功的滋味。

獎勵可以是：笑容和口頭稱讚

活動(如看電視、往公園等)

實物(如食物等)

象徵式的(如星星、貼紙等)

獎勵是：在良好表現之後才給予的

即時給予的

一致的

個別孩子所喜愛的

不是隨便在其他情況下取得的

即使是給予實物的獎勵，也應加上口頭稱讚，強調孩子的努力及成就。



我哋一齊去飲茶行公司。



作為弱智孩子的父母一定有許多失望、沮喪、徬徨的時刻，但我們不用因而氣餒。只要一方面把握及欣賞孩子的長處，給予多一點成功的經驗；另一方面耐心及積極處理他的行為問題；同時家長之間互相鼓勵支持，一同克服種種的困難。上述行為處理方法，未能詳細討論，請多與專業人士商談。



一九八九年第二版
版權所有・翻印必究

出版機構：香港弱智人士服務協進會
香港灣仔軒尼詩道十五號七〇五室
電 話：五-二八三七九三

Hong Kong Association for the Mentally Handicapped
705, Duke of Windsor Social Service Building,
15 Hennessy Road, Hong Kong.
Tel: 5-283793

版權所有 未經批准 不得翻印



非賣品