

越来越多学校、机构和家庭都选用的教育孤独症儿童的有效方法

以母爱与真情探究的孤独症儿童康复训练的实战操略

孤独症儿童家庭不可或缺的实用手册

于丹、马廷慧、郭延庆等郑重推荐

ABA改变孤独症

杜佳楣◎著

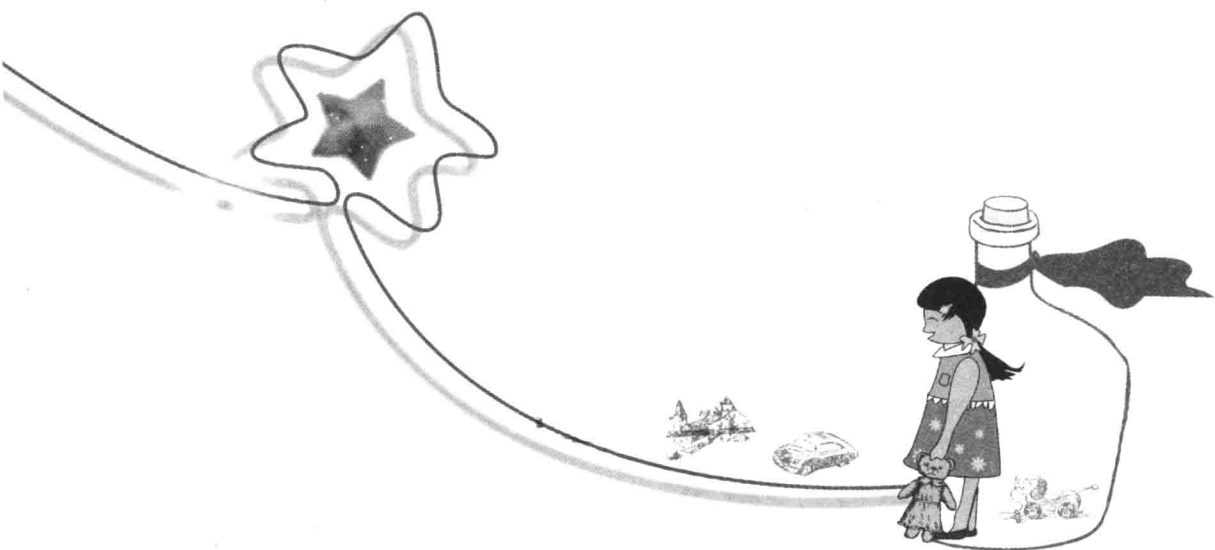


陕西师范大学出版总社有限公司
SHAANXI NORMAL UNIVERSITY GENERAL PUBLISHING HOUSE CO., LTD.

越来越多学校、机构和家庭都选用的教育孤独症儿童的有效方法
以母爱与真情探究的孤独症儿童康复训练的实战操略
孤独症儿童家庭不可或缺的实用手册

ABA 改变孤独症

杜佳楣◎著



陕西师范大学出版总社有限公司
SHAANXI NORMAL UNIVERSITY GENERAL PUBLISHING HOUSE CO., LTD.

图书代号 SK14N1011

图书在版编目(CIP)数据

ABA 改变孤独症 / 杜佳楣著. —西安: 陕西师范大学
出版总社有限公司, 2014.6

ISBN 978 - 7 - 5613 - 7746 - 8

I. ①A… II. ①杜… III. ①行为分析—应用—小儿
疾病—孤独症—研究 IV. ①R749.94

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 129889 号

ABA 改变孤独症

杜佳楣 著

策划编辑 / 张建明

责任编辑 / 张建明 张 佩

责任校对 / 李 恒

封面设计 / 鼎新设计

出版发行 / 陕西师范大学出版总社有限公司
(西安市长安南路 199 号 邮编 710062)

网 址 / <http://www.snupg.com>

经 销 / 新华书店

印 刷 / 陕西金德佳印务有限公司

开 本 / 720mm × 1020mm 1/16

印 张 / 14

字 数 / 200 千

版 次 / 2014 年 6 月第 1 版

印 次 / 2014 年 6 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978 - 7 - 5613 - 7746 - 8

定 价 / 36.00 元

读者购书、书店添货或发现印刷装订问题,请与本社高教出版分社联系、调换。

电 话:(029)85303622(传真) 85307826

序

用ABA武装星星的妈妈



我在心智障碍服务领域整整工作了三十年，接触了许多孤独症儿童的妈妈，她们都有震惊、痛苦、无助的心路历程，都有带孩子四处奔走求医、求训、求学的经历。杜佳楣就是这些妈妈中的一个。她在女儿被诊断为孤独症之后，很快地调整心态，迅速地做出选择。她不仅坚强地站了起来，更是明智地选择 ABA（全称是 Applied Behavior Analysis，翻译为“应用行为分析法”）作为孩子康复训练最为主要的武器。

杜佳楣一步一个脚印，从接受专家培训，到自己研究学习；从依赖康复训练师训练，到亲自给孩子做康复训练；从一个勤奋的妈妈，变成一个孤独症康复领域有名的专家……杜佳楣完成了一次又一次的转变，这些转变都是源于她对女儿的爱，源于她对所有星星的孩子的爱护，源于她对 ABA 应用行为方法的热爱、理解、灵活运用和创新。

杜佳楣的第一本书是《当爱遇上孤独》，有二十万字，记录了煊煊从出生、诊断、训练到就读小学的艰难历程。从近一百个小故事中，我看到了杜佳楣带着煊煊所做的种种努力。汗水、泪水加上智慧推动着煊煊一次又一次地走向进步。

杜佳楣的智慧在于她从众多庞杂的孤独症康复训练方法中，果断地选择了 ABA 应用行为分析法作为煊煊康复训练的主要方法。为此，杜佳楣查阅了国内外大量的专业书籍，每天六个小时 DTT（全称是 Discrete Trial Training，翻译为“回合式教学法”）的实操，不断地总结 ABA 应用行为分析法，并在深刻理解的基础上，对它进行不断拓展，按照中国人的思维和表达方式对 ABA 进行了重新的阐释。

《ABA 改变孤独症》揭开了 ABA 神秘的面纱。让家长、专业人员和非专业人员都看到 ABA 其实就是心理学上的行为流派,如果能够将它
的原理和方法掌握好,将其更好地运用在孤独症康复训练实践中,孤独症孩
子的进步就一定会让人更乐观一些。

《ABA 改变孤独症》虽然是一本专业书籍,但是它用众多的案例,深
入浅出地将深奥的原理和方法朴实地阐述出来。它不仅可以帮助孤独症
家长及专业人士,让他们更好地学习 ABA 理论,将其运用于康复训练的
实践中,也可以帮助非专业人士将 ABA 的原理和方法运用于所需要的领
域,让自己的生活更加有意义。

《ABA 改变孤独症》是现代社会所需要的一本好书,希望大家都能有
机会看到!

(原)中残联副主席 马廷慧

2014 年 4 月 16 日

导 读

20 世纪 80 年代,中国诊断了第一例孤独症患者。自此,孤独症康复技术开始逐渐引入国内。但由于意识的不足、条件的艰苦,孤独症康复技术多半依赖于家长们的摸索和经验式的总结。

大洋彼岸的心理学家洛瓦斯(Lovass)在 20 世纪 60 年代所做实验的结果慢慢地传入了中国,中国孤独症康复领域一片欢呼,大家期待这种“神奇”的方法能给孩子们带来崭新的未来。

然而,因为语言的障碍及传播过程中的偏离,ABA 并没有像大家预期的那样带来“神奇”的疗效。一些“专业人士”对于 ABA 的误解和不了解,及对于 ABA 操作得不恰当,引起了很多人对 ABA 的怀疑和攻击,于是关于 ABA 的种种不是开始蔓延。

作为一个受益于 ABA 的孤独症家长,在高强度、高密度的使用 ABA 长达十年之久后,我总是在思考:这么科学的方法,这么简单易行的方法,家长怎么会视而不见甚至恶语相向呢?

经过跟许多家长和专业人士的沟通,我发现一个有趣的现象:其实很多诟病 ABA 的人,理解 ABA 和操作 ABA 都有一定的偏差。

究其原因,我觉得有如下几点:

第一,思维方法和学习方法的差异。相对来说,美国人(多半的 ABA 资料都是来源于美国)的思维比较活跃,因此在讲述问题的时

候,每个问题都讲述得非常细致,但是他们很少在讲述开始的时候给读者呈现整个 ABA 的框架或者主线索。而中国人比较严谨,习惯了在习得一种方法的时候,先了解该方法的整体框架,再顺藤摸瓜,逐个击破。因此,在看 ABA 原理译著的时候,家长往往表现出:阅读容易,理解难,运用的时候就更加不知所措了。

第二,专业书籍太深奥。因为从国外传过来的 ABA 书籍多半都是比较专业的书籍,文字冗长,表述专业,家长(甚至很多专业人士)很难啃得动这根“硬骨头”。因此,对 ABA 的理解多半不是直接来源于专业书籍,而是来自于一些“二递手”。那么,“二递手”对于 ABA 的理解正确与否,在很大程度上决定了其他人对 ABA 的理解。这样一来,就会让大家离精准的理解越来越远。

第三,一些专业名词的不同含义。因为 ABA 的专业书籍在翻译过程中,出现了一部分专业名词翻译得不精准。这并非译者的水平问题,而是有些词语的翻译本来就是很难对等的。比如“惩罚”这个词,ABA 中的“惩罚”跟我们平时生活中常用的“惩罚”含义就不一样(关于这一点,第三章会讲到,此处不多言)。因此,译者选用的一些专业名词本来是想表达原文中的含义,但是因为这些词在汉语中却是有其他含义的,因此作者的本义没有被读者准确理解,导致对 ABA 理解的偏差。

在经过了十多年的学习之后,在参考国内外不少 ABA 专著的基础上,我从自己当年学习 ABA 的艰难之处着手,理出了一个大的框架,然后再将每个框架细化为多个组成部分,完成了这部拙著。

本书分为 A、B、C 三个篇章,A 篇是理论篇,B 篇是技术篇,C 篇是实操篇。

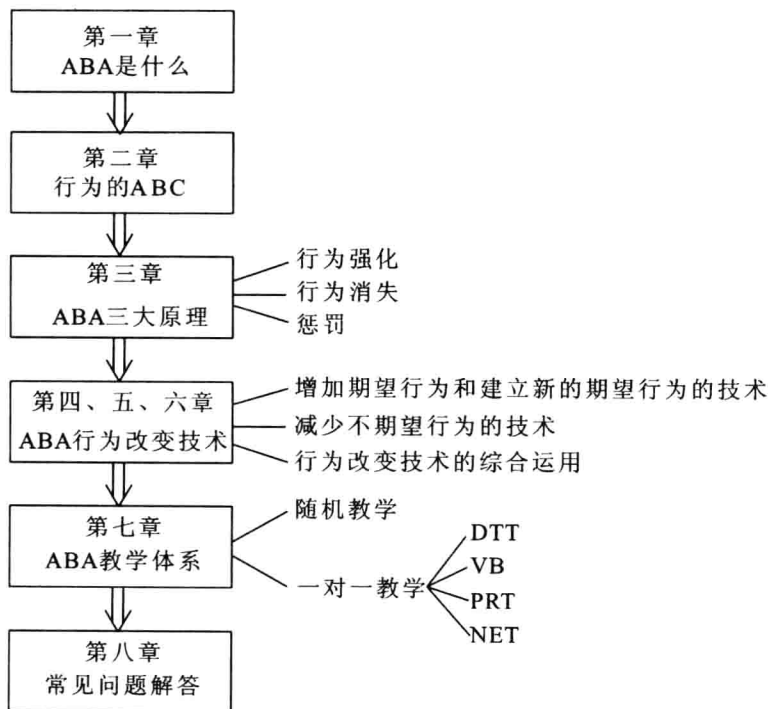
A 篇主要讲解了 ABA 的概念,ABA 的核心及 ABA 的三大原理:行为强化、行为消失和惩罚。

B 篇主要讲解了 ABA 行为改变技术。技术符合原理,是原理的

具体运用。对于孤独症孩子来说,他们主要有两种行为需要矫正:一种是期望行为太少需要塑造;另一种是不期望行为太多需要消退。因此,本书将行为改变技术分为:期望行为的增加和建立新的期望行为的行为改变技术;不期望行为减少的行为改变技术;行为改变技术的综合运用。

C篇是实操篇,一方面是从教学体系的角度讲述了目前比较流行的几种 ABA 的方法,让读者看到在原理和行为改变技术的指导下,是可以演化出很多种不同的教学方法的,这也让读者看到 ABA 原理和行为改变技术的使用是非常灵活和广泛的;另一方面,对于常常会引起大家误解的一些问题进行了解答。

本书结构如图:



在学习了国内外专家们的著作之后,我对传统的 ABA 做了一些

重新的修正和诠释。

第一,行为趋势概念的提出。大部分 ABA 原理的书籍都提到了行为的改变,很多家长对此都表示困惑:既然我已经正确地运用行为消失的原理在消退孩子的一个问题行为,为什么这个行为还会出现?其实行为的消失不是指瞬间或者一次,而是指一段时间内出现的频率越来越少。那种急功近利希望一次见效的心理会让一些实施 ABA 的家长开始诟病 ABA。为了避免大家的误解,我在讲解和分析的时候用“行为趋势”这个词代替了以前的“后果”一词,我希望读者更加清晰地了解 ABA 改变的并不是单次行为,而是这个行为在未来一段时间内出现的趋势。

第二,将行为的 ABC(ABC 是指行为的“前提—行为—后果”。其中 A 是“antecedents”,意为“前提”;B 是“behavior”,意为“行为”;C 是“consequence”,意为“后果”)放在第一位来讲解。大家都知道,研究 ABA 就必须研究行为的 ABC,这样才能更好地进行数据的记录和分析。但是,很多专业书籍都是把行为的 ABC 夹杂在某个章节中,只用短短的一个篇幅就带过去了。思考了很多年我才发现,其实行为的 ABC 是 ABA 的主线,不管是 ABA 原理也好,ABA 行为改变技术也好,都是可以用行为的 ABC 来分析的。用行为的 ABC 来分析,就会更加客观地看到行为规律:一个行为之后如果出现行为人喜欢的结果,行为趋势就会增加;一个行为之后如果出现行为人不喜欢的结果,行为趋势就会减少。因此,在编写本书的时候,我把行为的 ABC 放到了前面(第二章)来讲。在讲解 ABA 原理和行为改变技术的时候,我每次都会用行为的 ABC 来分析实例,我希望读者看到 ABA 任何原理和技术都是由行为的 ABC 这个主线贯穿的。

第三,中国版本的专业名词的确定。最初看 ABA 专业书籍,虽然觉得很兴奋,但也时不时地感到困惑,因为很多专业名词很难理解。这是因为一些专业名词在翻译过程中,原文的含义跟译文的翻译是有

差距的。在中国，名词是有一定的层级的，如：“原理”一般都是指导性的，“技术”一般是操作性的，“原理”往往统管“技术”。因此，为了让读者在阅读的时候能够将这些专业名词的内涵与自己的汉语运用习惯结合起来，我自作主张地对名词进行了一些调整。如我保留了 ABA 原理，因为在汉语中，“原理”也指指导性的概念。但是，一些专业书籍中用到的“ABA 技术及方法”，我就直接采用了“ABA 行为改变技术”这个词。相对来说，“方法”比“技术”要稍微抽象一点，读者总是容易纠结到底是“原理”管“方法”，还是“方法”管“原理”。

当然，尽管我前后用了三年多才将本书初稿完成，并先后做了很多遍的推敲和修正，唯恐在讲述的时候会出现纰漏。但由于能力有限，肯定会有很多不足之处，请各位专家、学者、家长不吝赐教，真心感谢！



目录

contents

楔子 她……真的是孤独症吗? / 001

A

理论篇

第一章 ABA 是什么 / 011

第一节 ABA 是应用行为分析法 / 011

第二节 ABA 的来源 / 018

第三节 ABA 创造奇迹 / 020

第四节 ABA 塑造了问题行为 / 022

第五节 ABA 在孤独症康复训练中的运用
/ 025

第二章 ABA 的核心是行为的 ABC / 030

第一节 行为的 ABC / 030

第二节 A——前提 / 035

第三节 B——行为 / 040

第四节 C——后果 / 043

第三章 ABA 的三大原理 / 045

第一节 行为强化 / 045

第二节 行为消失 / 065

第三节 惩罚 / 083

第四节 行为强化、行为消失和惩罚的比较 / 100

B

技术篇

第四章 增加期望行为和建立新的期望行为的行为改变技术 / 113

第一节 前提控制法 / 114

第二节 辅助 / 120

第三节 区别强化 / 137

第四节 塑造 / 138

第五节 链接 / 141

第六节 角色扮演 / 143

第七节 泛化 / 145

第五章 减少不期望行为的技术 / 149

第一节 问题行为的功能评估 / 150

第二节 消退法 / 158

第三节 区别强化 / 163

第四节 前提控制法 / 167

第五节 负性惩罚 / 169

第六节 正性惩罚 / 171

第六章 行为改变技术的综合运用 / 174

第一节 代币制度 / 174

第二节 行为契约 / 178

第三节 自我管理 / 181

C

实操篇

第七章 ABA 的教学体系 / 187

第一节 ABA 随机教学 / 187

第二节 ABA 一对一教学 / 190

第八章 常见问题解答 / 197

名词解释 / 202

跋 / 205

后记 / 208

楔子 她……真的是孤独症吗？

片段一

“你看看，一点眼神也没有。”

“是啊，比刚才那个孩子还差。”

八月的一个下午，天还是很炎热，我站在医院的诊室里，却感觉全身一阵阵发冷，一种莫名的恐惧让我不寒而栗。先生在一旁结结巴巴地问：“大夫，您看她有什么问题吗？”

先生紧紧地握着我的手，我感觉他的手心在冒汗，看来，他跟我一样紧张。

诊室一片寂静，我和先生屏住了呼吸，我们期待而又害怕地等待着医生的结论。

只有焯焯，仍然自得其乐地站在窗边的一张长方形的凳子上凝视着窗外，她一点都没有察觉她的命运将从这一刻起发生翻天覆地的变化。

“这孩子应该患有孤独症。”

“孤独症？”我和先生异口同声地问：“孤独症是什么病？”

“一种神经性发育障碍。”

“能治好吗？”我的眼睛开始模糊。



“这是一种伴随终身的疾病。”

“有什么方法可以治疗？”先生冷静的声音分明有些颤抖。

“目前没有药物治疗，只能进行康复训练。”医生耐心地解释着。

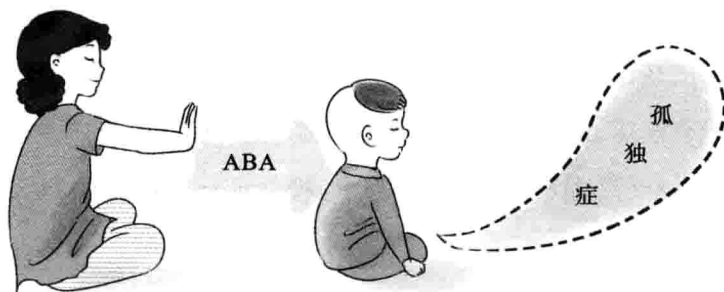
“大夫，您一定要帮我们，救救孩子，我们什么都可以做的，您一定要救救我们的孩子啊！”我抓住大夫的胳膊，呜呜地哭了起来。妈妈经常批评我太脆弱，可是妈妈，焯焯得了不治之症，我坚强不起来啊。

医生看了看我，叹了口气：“赶快训练吧，别耽搁孩子了。”

“那，您能教我们一些方法吗？”先生的眼睛也模糊起来。

“推荐你们看几本书吧。”善良的大夫，给我们写下了几本书的书名。

天近黄昏，医院到处都静悄悄的，先生抱着焯焯，我手中紧紧地攥着写有书名的纸，我们一路搀扶着回家。从此，我害怕黄昏，那种空空落落的感觉让我恐惧。我多么希望这只是一场梦，等我醒来，一切又都归于平静。





片段二

“听说今天下午讲课的老师是刚从美国学习了 ABA 回来的。”我翻着讲义对先生说。

“那好，我们好好做笔记。”先生正在整理他那密密麻麻的笔记。

一位奶奶在培训室踱步，她踱步的方式很特别，左胳膊总是紧紧地端在胸前，好像是随时准备作战似的。

“你看，孤独症孩子的家长是不是也有点特别啊？”我捅捅先生，苦中作乐地问。

“奶奶，您年纪都这么大了，还来学习啊？”一个家长搭讪道。

“是啊，孩子的爸爸妈妈在内蒙古上班，请不到假。”奶奶停下了战士般的步伐：“不过我们昨天已经被排除是孤独症了。”奶奶骄傲地补充道。

“是吗？”一听到排除，好几个家长都围了上来，羡慕地看着奶奶。

“是啊，医生说孩子眼神没有问题，主要是语言发育有一些障碍。”奶奶像个英雄一样被家长们围在中间。

我和先生也不约而同地看着奶奶，这一刻，我多么希望能跟奶奶换一换，哪怕走路姿势再怪点，哪怕容颜再衰老一点也心甘情愿啊。

听到先生压抑的叹息声，我知道，他在揪心：“我们什么时候能听到这样一句话啊？”

一位个头不高的中年男子拎着电脑包走了进来，进来后，就开始目不斜视地安插电线。

“电工都来安装了，估计一会儿郭大夫就来讲课了，我们可得好好听啊。”

“是。”先生应了一声。

不一会儿，“电工”走上讲台，清了清嗓子，自我介绍说：“大家下午好，我是郭大夫……”

啊，这就是我们盼望已久的郭大夫？我还以为是电工呢，看来，人



不可貌相啊。

“ABA 是目前国际公认的对孤独症干预最有效的方法之一。美国加州大学的 Lovass 教授根据 ABA 的原理创设了一套 DTT 教学法，他用这种教学法对 19 个孤独症孩子进行康复训练，两年后，这个实验组中的孩子有三分之一回归了主流。”

听到这，我不禁看了先生一眼，我看到他的眼神跟我一样充满了期待，充满了希望。

ABA，三分之一的孤独症孩子回归主流……

煊煊有救了……

片段三

“你在干什么？”身后突然传来先生的声音，把我吓了一跳。

“你不是上班吗？怎么回来了？”我正在专心致志地收拾房间，没想到先生冷不丁回来了。

“我回来拿份材料。”先生口气听着很不善：“你在干什么？”

“干什么？干什么？你没看见吗？我在收拾房间啊？”本来满腔欢喜地在为家庭效劳，突然听到一家之主这种来意不善的话，气不打一处来。

“不是，我的意思是，这些不用你管啊。”

“不用我管，你看家里都乱成什么样子了。再说了，女人收拾家里，别的男人高兴还来不及呢，哪有你这样兴师问罪的？”平时被爸妈宠惯了的，我最怕受委屈。

“不是，我的意思是，这些家务活留给我下班来干，你专心准备孩子的训练就好了。你看，你训练孩子为家庭创造的价值是无限的，家里脏点、乱点有什么关系，孩子不进步将来才麻烦呢。”看到我生气了，先生忙解释道。



我这才明白，先生刚才语气不善的原因：他怕我干家务活耽搁给孩子的训练准备材料。

自从 ABA 家长培训班的大夫们表扬我的 DTT 水平足以担任孩子的康复训练师之后，先生对我的时间异常珍惜。他把家务全部承担了，把我所有的时间都留给为孩子做训练。

“你看，煊煊还有一会儿就回家了，你赶紧准备下午的训练材料吧。”

真没办法，这清华博士后，宁可用自己宝贵的时间做家务，也不愿意占用我一点点时间。他知道，煊煊每天近六个小时的训练是需要大量的准备工作：备课、写总结、做教具等，够我忙活的。

“好好好，专时专用，我准备煊煊的训练材料去了。”想做个贤妻良母还不让，哎，真是没办法。不过，煊煊训练的准备工作也确实是够多的。

“呵呵，你还没吃饭吧，我给你做去。”先生看到我放下家务走向书房不禁开始讨好我了。

“好啊，下个面条就行了，你也赶紧上班去。”

“吃饭吧，面条下好了。”不一会儿，先生端出来一碗热气腾腾的面条。

“嗯，挺好吃的。”我感觉又回到了高三的时候，妈妈殷切地希望我考上大学，对我照顾得无微不至。

“哎呀，你怎么煎了两个鸡蛋啊？”吃着吃着，我发现有点不对。

“看你挺辛苦的，每天给孩子做训练到那么晚。多补点。”

“呵呵，下次别给我煎土鸡蛋了，这些鸡蛋好不容易从老家捎来，留给煊煊吃吧。”

“我看煊煊最近进步挺大。”别看先生不善言谈，哄我干活还是有一套的。