

管教孩子的16高招

“行为改变技术”实用手册

原著者 N.H. Azrin V.A. Besalel
R.V. Hall M.C. Hall

1

主 编 吴武典博士
译 者 卢台华
张正芬
丘绍春



 中国纺织出版社

D78
229
3

「行为改变技术」实用手册

管教孩子的16高招

——培养良好行为策略

099356



主编：吴武典

译者：卢台华

张正芬

邱绍春



中国纺织出版社

F(306503)

本书中文简体版经台湾心理出版社有限公司授权,由中国纺织出版社独家出版发行。本书文字,事先未经出版者书面许可,不得以任何方式或任何手段转载或刊登。

著作权合同登记号:图字:01-1999-2410

图书在版编目(CIP)数据

培养良好行为策略/(美)阿兹林(N H Azrin)等编;卢台华等译 - 北京:中国纺织出版社,2000 1

(管教孩子的 16 高招/吴武典主编)

ISBN 7 5064 1708-1/G·0049

I 培 II ①美 ②N· ③卢 III 家庭教育 IV G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 50328 号

策划编辑 李东宁 责任编辑 李东宁 责任校对·俞坚凡
责任设计 何建 责任印制·刘 强

中国纺织出版社出版发行
地址 北京东直门南大街 6 号
邮政编码 100027 电话 010—64168226
中国纺织出版社印刷厂印刷 各地新华书店经销
2000 年 1 月第一版第一次印刷
开本:850×1168 1/32 印张 5 75
字数:135 千字 印数 1—5000 定价 10.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

How to Teach Series

**N.H.Azrin V.A.Besalel
R.V.Hall M.C.Hall**

Copyright © 1981 by PRO-ED, Inc.

All rights reserved No part of this book may be reproduced in any form or by any means without the prior written permission of the publisher

序

如

如何做成功的父母，如何培养自己的孩子健康快乐地成长，几乎是当今每个家长执著追求的理想目标。但是，由于缺乏专业的理论指导，缺少对当今社会背景下青少年成长规律的理性把握，特别是缺少一些具体可行的行为指导策略，不少家长尽管在培养孩子方面费尽了心机，甚至吃尽了苦头，但到头来效果并不理想。因此，在培养孩子方面，只有爱心和责任感是不够的，还必须掌握科学的教育方法。我非常同意这样的看法 接受良好的教育，是孩子一生享用不尽的财富 即使是普通孩子，只要教育得法，也会成为不平凡的人。

本套书可以说为广大家长和教师了解、掌握这样一些科学有效的教育方法和策略提供了最大的可能。这套书是翻译引进的，它涉及的文化背景与我们有一定差异，但书中介绍的许多培养孩子的方法、策略是带有普遍性的，是值得每个家长和教师用心学习、体会的。本套书堪称是一本培养孩子行为习惯的方法策略大全，它融深刻的教育理念于具体的指导策略中，将教育原理、具体案例和行为训练有机结合起来，形成了一套实用性、操作性很强的指导方法体系，这在同类书籍中是不多见的。我相信，这套书的出版对于帮

助广大家长、教师更好地掌握指导孩子的科学方法，将起到积极作用。

由于这套书是翻译引进的，因此有些术语的使用、文字的表述上还存在一定的问题。但是，瑕不掩瑜，它所提供的独特的见解，新颖的策略，都值得我们去一谈、一试。

中央教育科学研究所教育实验研究中心主任

田慧生博士

2000年1月



随着这一系列行为管理手册的上市,我们感觉到自己似乎正在向一个应用行为分析的新时代迈进。

其实,这些手册的出版,不过是自十年前我们首次出版行为管理书籍以来始终一贯的延续。对行为管理书籍的广泛需求,显示了专业治疗师及训练者都非常需要有这种非专业性的教材来帮助训练父母、老师及学生。

这些小册子是专门为专业从业人员及父母设计的,其中介绍了特别的行为程序,可以用来管理孩子、学生或者其他可能会在家里、学校和工作环境中出现行为问题的人。这是一套非专业性且循序渐进的教材,它详细地说明了所有的程序,也提供了许多的例子,并给予读者口头及书面上回应的空间。

这套书共有 16 本,它们在形式上很相似,但在内容上,它们都有相当的弹性,适用于许多不同的教学情境。

一如往常,我们非常欢迎您的批评及建议。如果有任何问题,也请您不吝提出。如果您能够成功地改变自己或他人的行为,而使您的人生更快乐、丰富且更有目标,这将是我们的最大喜悦。



未涉世的孩子就像深山中一块古朴的木头，而父母与师长就好像求好心切的雕刻师。这块木头将来是被雕成艺术精品，成为人人称羡或被模仿的对象，还是一块不成材的劣品，要视为人父母与师长的手艺和用心而定。然而，一般而言，父母与教师经常是用心有余，而手艺不足，空有丰沛爱心而无实用技巧，以致于在教养孩子方面，虽然费尽了心力，却收不到预期效果，直怨现代孩子难教。

目前论如何管教孩子的书籍很多，各有其见解，所倡导的方法也各有特色。然而，能把主要而有效的管教方法集大成，供老师与家长弹性运用的却不多。因此，当初见到这套由美国四位教育名家(N H Azrin, V A Besalel, R V Hall, M C Hall)编辑而成的16本“行为管理手册”时，不禁欣喜万分，如获至宝，特约请六位学有专精、年轻有为、均具教育硕士或博士学位的专家(卢台华、张正芬、邱绍春、蔡崇建、王文秀、陈满桦)翻译出来，以饯读者。

这套书得以顺利付梓，除了要感谢六位译者的用心，还得感谢心理出版社的大力支持，尤其总经理许丽玉女士的热心催促、帮忙整理、执行策划，使得这套书能早日与读者见面，更功不可没。

这套书定名为“管教孩子的 16 高招”，包括

第一册 培养良好行为策略

大人如何以身作则

——谈“示范与模仿”的教导策略

卢台华译

2 如何适当地给孩子“甜头”

——“增强物”的应用

张正芬译

3 如何培养孩子良好的行为

——“逐步养成”策略的运用

张正芬译

4 如何奖励孩子

——“代币制”的应用

邱绍春译

第二册 维持良好行为策略

大人说破了嘴仍然无效，怎么办

——“积极演练”技巧的运用

卢台华译

6 如何使孩子朝着我们期望的方向发展

——“系统性注意与赞赏”的运用

蔡崇建译

7 如何加强孩子的语言能力

——谈“随机教学法”的运用

王文秀译

9 孩子的行为只有三分钟热度，怎么办

——谈“维持行为”的策略

卢台华译

第三册 改变不良行为策略

9 怎样骂孩子

——“斥责”技巧的运用

卢台华译

10 如何不理睬孩子

——“忽视法”的运用

卢台华译

11 除了惩罚,难道别无他法

——“隔离”策略的运用

张正芬译

12 孩子大过不犯,小错不断,怎么办

——“过度矫正法”的运用

王文秀译

第四册 培养自导能力策略

13 如何激发孩子的学习动机

——“回馈法”的运用

陈满桦译

14 如何与孩子约法三章

——“行为契约法”的运用

陈满桦译

15 如何教导孩子举一反三

——“类化”技巧的运用

王文秀译

16 如何帮助孩子做自己的主人

——“自我控制法”的运用

蔡崇建译

以上共分为四册十六篇,以理论做基础、实用为依归,实为教师辅导学生、父母管教子女的最佳指引,其原理与技巧亦可供工商企业员工训练之用。

吴武典

于师大特殊教育研究所

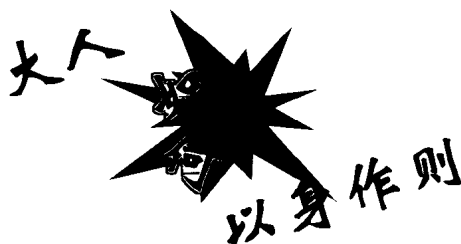
内 容 提 要

“管教孩子的 16 高招”是由美国四位教育名家编著的“*How to Teach Series*”丛书,经台湾心理出版社有限公司组织编译而成。全套书分 4 册,集中介绍了管教孩子的 16 种主要而有效的方法。全书以理论做基础,实用为依归,是专为父母或专业从业人员设计的。

本册介绍了“示范与模仿”、“逐步养成”、“代币制”、“增强物”等策略的应用,并提供大量实例,使读者循序渐进地掌握大人如何以身作则、如何适当地给孩子“甜头”、如何培养孩子良好的行为以及如何奖励孩子等实用技巧。

总目录

- 1 大人如何以身作则**
——谈“示范与模仿”的教导策略(1)
- 2 如何适当地给孩子“甜头”**
——“增强物”的应用 (46)
- 3 如何培养孩子良好行为**
——“逐步养成”策略的运用 (92)
- 4 如何奖励孩子**
——“代币制”的应用 (133)



——谈“示范与模仿”的教导策略

Sebastian Striefel 著

卢台华 译

大人如何以身作则
——谈“示范与模仿”的教导策略

目 录

引言(3)	/	定义(3)	/	自然环境下产生的示范与模仿(6)	/
幼儿的示范与模仿(6)	/	青少年的示范与模仿(7)	/	成年人的示范与模仿(8)	/
模仿的发展历程(9)	/	示范对现存行为的引导作用(13)	/	有效使用示范与模仿的原则(15)	/
模仿原则的教习(21)	/	练习一：经示范与模仿改进人际关系技巧(26)	/	练习二：教导已会模仿者的新的技巧(30)	/
练习三：教导不会模仿者的新的技巧(33)	/	教室内的团体学习(37)	/	练习四：代偿学习(39)	/
如何决定教习内容(40)	/	结束语(43)	/	参考文献(44)	

引 言

本篇是为父母、教师及所有想要运用示范与模仿 (Modeling and Imitation) 进行教学的人编写的。内容涵盖了理论、实施过程, 实例与一些实际的作业练习, 用以协助读者了解与学习如何使用该两项技术。

这个世界上充满了各式各样的范本, 我们皆经由此学习。唯有些范本是“适当的”, 有些却“不适当”, 故了解与教导儿童运用示范与模仿及辨别“好”与“坏”的范本, 便成为相当重要的课题。因此, 协助他们了解如何模仿周围人的行为、如何运用示范原则来教其从事我们想要其模仿的行为亦愈形重要。

书内的一些练习题系提供给有兴趣了解及运用示范与模仿方式, 以获得与教学新技巧的人使用的。本篇可在自习、研讨或在专家指导下使用, 而且适用于各种年龄的人, 其方法可用在家庭、学校及上班场所。

定 义

“范本”这个名词是指训练者的一种行为表现, 受辅

者在训练方案结束后应表现出这个行为；它同时亦是一项受辅者在受训期间期待产生(做或说)的行为。范本会慢慢消除，所以受辅者必须预先牢记在没有范本(提示)的情况下应如何说及做。范本这个词可泛指示范者或要被模仿的行为，通常有两种不同的类型，一为有计划的范本，另一则为未经计划的范本。

有计划的范本

事先安排好有利于教学的范本就属此类。一般而言，必须有预先安排好的提示来帮助一个人了解他或她应该说或做些什么，而且这种范本是看得见的(训练者做出受辅者要做的动作)或听得见的(训练者说出受辅者要说的事物)。

未经计划的范本

这类范本是指一个人在日常生活环境中正在进行的一些行为，这些行为并未经过系统化的组织以直接用于教学中。由于一个人是经由观察周围的行为而学习的，因此任何一个人的行为无论好与坏，都可以说是一种范本。由于父母并未注意到其他人会表现出这种未经组织的范本，因此往往想不通子女是从何处学到这些父母从

未有过的行为的。

示范与模仿

示范是指经训练者展示而希望受辅者学到的行为历程；模仿则是受辅者说出或做出与训练者所做相类似的行为过程。换句话说，模仿即为表现出与先前示范的特定动作或特定声音相类似者。由于延宕的模仿（当范本不再出现时，产生的模仿行为）是经常会发生的，因此模仿一项示范性行为的动作并不需要立即产生。此外，模仿的精确性可能因年龄与技巧层次的不同而有所差异，可能有些人仅能模仿示范行为中的某些部分。

▲请你用自己的话，为范本、示范、模仿下定义：

范本：_____

示范：_____

模仿：_____

▲列举范本的种类及其区别：_____

你的答案应类似下列所叙述者：

1 范本是一种视觉或听觉的提示，以协助个人了解如何去说和做的行为，训练者的行为必须与希望受辅者说或做出的行为完全一致。

2 示范是一项由训练者演示出受辅者所要说或做的事的过程。