

心理咨询与治疗系列

Behavior Modification: Principles and Procedures

行为矫正的原理与方法

【美】R. G. Miltenberger 著 / 胡佩诚 等译

(下 册)



055



中国轻工业出版社

R749.055

M596

2

心理学丛书——心理咨询与治疗系列

Behavior Modification: Principles and
Procedures

行为矫正的原理与方法

【美】R. G. Miltenberger 著

胡佩诚 等译

(下 册)



中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

行为矫正的原理与方法 / (美) 米尔滕伯格 (Milt-
tenberger, R. G.) 著; 胡佩诚等译. —北京: 中国轻工
业出版社, 2000.6

(心理学丛书·心理咨询与治疗系列)

书名原文: Behavior Modification: Principles and
Procedures

ISBN 7-5019-2836-3

I. 行… II. ①米… ②胡… III. 行为治疗
IV. R749. 05

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 17994 号

丛书策划: 石 铁

责任编辑: 朱 玲 张乃束 责任终审: 杜文勇

版式设计: 刘智颖 责任监印: 吴维斌

*

出 版 人: 赵济清 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

E-mail: wqtw@public3.bta.net.cn

电 话: (010) 65288410

印 刷: 北京天竺颖华印刷厂

经 销: 各地新华书店

版 次: 2000 年 6 月第 1 版 2000 年 6 月第 1 次印刷

开 本: 850 × 1168 1/32 印 张: 26.75

字 数: 580 千字 定 价: 50.00 元 (上、下册)

书 号: ISBN 7-5019-2836-3/G · 171

著作权合同登记 图字: 01-1999-0455 号

· 如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换 ·

版权所有 · 翻印必究

前 言

本书的主要内容是介绍行为的基本原理，让读者概括地了解环境事件对人类行为的影响，同时对行为矫正过程进行描述，使读者对改变人类行为的一些方法有所认识。全书一共分为28个相对短小的章节，每一章节都包含了读者可以接受的一定量的信息（例如，一个原理或者一项操作）。本书可以作为标准的一学期课程教材，用于行为矫正、行为分析、行为管理或行为改变等教学课程中。

本书的内容力求通俗易懂，因而即使没有学过有关知识的读者也能够读懂。使用对象为在服务、教育或者康复机构中的专业工作者，他们在治疗服务中需要使用行为矫正技术来处理治疗对象的行为。

书中尽量避免性别歧视。例如，当进行案例讨论时，尽可能地让男女性别人数基本相当。

本书的特征

本书具有下列特点，目的在于帮助读者更容易地学习：

本书的组织

在一般性的绪论之后，第二、三章涉及了行为记录、作图 and 变化测量等知识，这些知识将会应用于下面的每一个章节中。接下来，第四至八章主要集中介绍操作性行为与应答性行为的基本原理。这些原理的应用便成为随后二十章节的主要内容。建立和增加良好行为的操作过程在第九至十五章中进行了描述，而减少

不良行为的操作过程则见于第十六至二十二章的讨论。最后，第二十三至二十八章向大家展示了对其他一些重要的行为矫正过程所进行的调查研究。

原理与操作过程

用于改变行为的各种操作过程是建立在过去60多年来对行为基本原理的实验研究基础之上的。我们相信，读者在学习基本原理之后，会更易于明白各种操作过程。因此，在第四至八章中首先回顾一下操作和应答行为的基本原理，然后在第九至二十八章中详细探讨如何将这些基本原理应用于行为矫正过程中。

从日常生活中得到的例子

每一章都使用各种生活中的真实事件为例，来阐明基本原理与操作过程在生活中的应用，有些例子与大学生有关，有些则来源于作者的临床经验。

来自研究中的例子

本书还结合了传统的以及现代最新的对行为矫正原理和操作过程所进行的各种研究。

应用练习

在讲授操作过程的各章结尾（第二、三和九至二十八章），都提供了几个应用性练习，每一个练习都以真实的生活为例，要求读者运用所描述的操作程序实际应用。书中附有每个练习的模拟答案。这些练习给读者提供了对该操作过程在真实生活中应用的思考机会，并且通过他们的回答迅速地获得反馈信息。

误用练习

应用练习之后是误用练习。每个练习提供了一个案例，应用于这个案例的是不正确或不太合适的操作，要求读者分析这个案例并且描述在该案例中应用这种方法的错处。这些误用练习需要

读者带着批评的眼光来思考操作过程的实际应用。每个练习的模拟答案已附在本书内，所以，读者可以对自己的学习情况迅速地获得反馈信息。

循序渐进地学习

为了加强理解，每当各章讲授到某一专门的行为矫正操作过程时，本书都按循序渐进的方式列出具体的执行过程。

摘要栏

每章结束后都以摘要栏的形式给出有关的内容摘要，旨在帮助读者组织该章节的材料。

自测题

本书不断地给读者提供自测题。读者需要利用本章节中已经提供的信息来回答这些问题，这些问题将帮助读者评估他们对资料的理解情况。在许多情况下，问题的答案是紧跟在问题之后的。

图表

为了阐明那些重要的原理或者操作，大部分的章节都有来自于研究报告的图表。读者必须学会使用前面几章涉及的有关行为记录、作图和变化测量等知识来分析这些图表。

第四部分

减少问题行为的方法

第十六章 通过功能评估理解问题行为

当我们应用行为矫正程序 (behavior modification procedures) 来帮助某人减少或消除他令人讨厌的行为 (问题行为), 首先了解为什么他会出现问题。要做到这点, 必须对三时期前提事件以及哪些是维持此行为的强化后果进行功能评估, 这种在制定治疗方案前对问题行为各种变量的识别就是功能评估。

一、功能评估的实例

<ul style="list-style-type: none">■ 什么是问题行为的功能评估?■ 进行功能评估的三种方法各是什么?■ 怎样使用间接法进行功能评估?■ 怎样使用直接观察法进行功能评估?■ 什么是问题行为的功能分析? 你怎样进行功能分析?	<p style="text-align: center;">雅各布</p> <p>2岁男孩雅各布, 和母亲及4岁的姐姐住在一起, 他的妈妈办了一间托儿所, 共照顾大约10~15名儿童。雅各布出现的一些问题行为包括扔东西、在地上磕头和哭泣。他的妈妈对此非常关心, 参加了一个由心理学研究生瑞查实施的行为治疗实验, 希望能减少雅各布的异常行为。首先, 瑞查通过功能评估来测定雅各布出现问题行为的原因。</p>
---	--

瑞查会见了雅各布的母亲, 问她一些如托儿所的日常作息、雅各布出现问题行为的前提后果、其他人的行为及以前的治疗等

问题。会谈后，瑞查观察了雅各布托儿所的位置，以及关于前提、行为和后果的信息。他观察了几天，直到能够肯定哪些前提是通过行为和后果紧密联系在一起。

在此基础上，瑞查建立了一个关于问题行为的功能假设。他断定每当别的孩子拿走雅各布的玩具时，雅各布很可能出现磕头、哭泣、扔玩具这些行为。这时候别的孩子多半会把玩具还给他，瑞查推测这是对问题行为的强化。

为了验证这一假设，瑞查做了一个小实验。在一段时间内，他让其他的孩子不要去拿雅各布的玩具。另一段时间让孩子们拿他的玩具玩，但是一旦雅各布出现问题行为时就把玩具还给他。瑞查发现在这段时间雅各布很容易出现问题行为，而在别的孩子不动他的玩具时，几乎不出现问题行为。这个实验证明，别的孩子玩雅各布的玩具是问题行为的前提，而别的孩子把玩具还给雅各布是对这些行为的强化。

前提—————> 行为—————> 后果

其他的孩子玩雅各布的玩具 撞头、哭泣、扔东西 孩子们还给雅各布玩具

结果：当别的孩子玩他的玩具时，雅各布更容易出现撞头、哭泣、扔东西的行为。

对雅各布的治疗方案包括教他如何向别的孩子要回自己的东西。这个行为的功能是问题行为相同的，也就是说两者达到了同一目的：孩子们归还了玩具。当雅各布采取敌对性的行为时，他不能要回玩具。

前提—————> 行为—————> 后果

其他的孩子玩 雅各布请求 孩子们还给雅各布玩具
雅各布的玩具 他们归还

结果：当别的孩子拿他的玩具时，雅各布很可能要求他们归还。

这一治疗帮助雅各布用恰当的行为（提出请求）替代原来不适宜的行为（撞头、哭泣、扔东西）。这种治疗措施（使用正性强化）增加适宜行为并减少不适宜行为——在第十八章介绍，瑞查对雅各布进行的功能评估帮助他选择了有效的治疗方案，在使用行为纠正程序减少问题行为时，进行功能评估是首当其冲、必不可少的。

安娜

3岁女孩安娜，和母亲妹妹住在一起，她在家出现一些问题行为包括摔东西和尖叫。为了弄清这些行为的作用，瑞查又做了一次功能评估。他会见了安娜的母亲，然后直接观察了与问题行为有关的三时期不确定事件。在此基础上，瑞查假设安娜的问题行为是由她母亲的注意强化的。当她的母亲没有注意她时（比如她的母亲在屋外工作），安娜更可能出现问题行为。而且，这通常会引起妈妈的注意并立刻停下工作。瑞查做了一个小实验来验证他的假设。

你认为瑞查会怎么做这个小实验？

瑞查让安娜的妈妈准确地控制她对安娜的关注水平，以便测

定哪种注意会成为安娜问题行为的强化。在第一种条件下，安娜的母亲专心陪安娜玩，如果安娜出现问题行为，她的母亲就采取忽视的态度；在第二种条件下，安娜的妈妈则专心工作，如果安娜出现问题行为，就立刻停止工作，对她给予短时的注意。瑞查发现，安娜在第二种条件下出现较多的问题行为。这就证明，瑞查假设母亲的注意是安娜问题行为的强化物是正确的。

前提	—————>	行为	—————>	后果
安娜的妈妈 没有注意她		安娜摔东西、 尖叫		安娜的妈妈给予注意

结果：当妈妈没有注意自己时，安娜很可能会摔东西和尖叫。

瑞查给安娜实施了与雅各布相同的治疗方案。他教安娜如何在需要的时候让妈妈注意自己。就是说，当安娜提出请求时，她的妈妈立刻给以注意；但是，当安娜出现问题行为时则不予理睬。

前提	—————>	行为	—————>	后果
安娜的妈妈 没有注意她		安娜让妈妈 注意她		安娜的妈妈给予注意

结果：当妈妈没有注意自己时，安娜很可能请求妈妈注意她。

当安娜出现问题行为时，妈妈唯一的反应是带安娜的妹妹到另一个房间去，防止妹妹受伤（因为安娜会摔、砸东西）。瑞查发现使用分化可以减少问题行为并增加适宜行为。另外，专门为安娜实施的治疗方案是根据功能评估得到的信息制定的，后者是治疗的第一步。

心理学家们注意到：有时候孩子会发现请求注意是问题行为的替代行为，就会频繁地提出请求，那么“请求”本身又成了问题。Carr 和他的同事们已经找到了一个解决办法。必要的时候，当孩子连续要求注意时，家长可以在作出反应之前逐渐延长孩子的等候时间。孩子的要求就会自然而然地减少了。

二、功能评估的定义

行为分析的一个基本原则就是行为必须合情合理。不管这种行为恰当与否，它的出现是受不同的情境控制的，或者说是情境变量的作用。应答行为是由触发刺激引起的，操作行为是由前提和后果控制的。功能评估就是收集与问题行为的发生有关的前提和后果的过程。评估结果有助于推断问题行为发生的原因。

功能评估会提供以下的详细信息：

1. 前提刺激——包括行为发生的时间、地点、有哪些人在场，以及任何与行为的维持直接相关的环境事件。
2. 问题行为发生的频率。
3. 后果——在物理刺激（行为社会的和非社会的结果）下，其他人的行为和变化。

这些关于三时期不确定事件的信息会有助于识别刺激和控制行为的前提和维持行为的强化后果。

功能评估还能提供其他帮助制定适当的治疗方案的重要信息（见表 16-1）。

4. 替代行为在功能上与问题行为是相当的。
5. 动机变量——建立操作影响刺激作为强化和惩罚的有效性。
6. 对个人可能是强化物的刺激。

7. 以前的治疗史及效果。

表 16-1 功能评估得到的信息种类

1. 问题行为。对造成问题行为的客观描述。
 2. 前提。行为之前环境事件的客观描述。包括物理环境和其他人的行为等方面。
 3. 后果。行为之后环境事件的客观描述。包括物理环境和其他人的行为等方面。
 4. 替代行为。关于在治疗中准备强化以取代问题行为的适宜行为的信息。
 5. 动机变量。影响问题行为和替代行为的强化物和惩罚物的有效性，建立起操作作用的环境事件的信息。
 6. 潜在强化物。具有强化物的功能并将在治疗计划中使用的环境事件（包括物理刺激和其他人的行为）的信息。
 7. 以前的干预。过去使用的干预措施和它们对问题行为的效果。
-

各种用来进行功能评估的方法可以分成三类。间接评估法：通过晤谈和问卷搜集信息；直接评估法：观察者即时记录前提、行为和后果；实验法：在控制条件下观察前提和后果的影响及作用。让我们依次看一下它们的进展。

功能评估方法

- 间接评估：晤谈和问卷
 - 直接观察
 - 实验操纵
-

三、间接法

在间接功能评估法中，使用行为晤谈问卷来获得信息。这些信息来自出现问题行为的个人（来诊者）或其他的知情者（比如家庭成员、教师、领导）。间接评估法也称调查评估法，因为被调查者（来访者或别的人）直接提供与评估问题对应的信息。这种方法的好处是易于操作和不需要大量的时间。另外，评估时有大量现成的晤谈计划和问卷可用。但间接法的缺点在于被调查者必须依靠自己对往事的记忆。因此，通过晤谈和问卷得来的信息可能由于遗忘或偏见而欠准确。

间接评估法由于其简便易行而被广泛使用。实际上，晤谈是心理学家们最常使用的评估方法。从一个好的行为晤谈获得的信息是清晰而客观的。关于问题行为，前提和后果的信息必须能描述环境事件（包括其他人的行为）而不包含推论和解释。举个例子，我们来考虑一下两个对晤谈问题回答的不同之处（假设是由其父母描述的）。如果他父母说：“强尼在不让他看电视、敢快来吃饭的时候就会发脾气。”那他提供的信息是客观的，是有关直接发生于问题行为之前的环境事件的。如果他父母说“强尼如果不能做他想做的事就会发脾气”就是对情景做了解释。这种回答没有提供客观的信息，它没有描述特殊的环境事件。

行为晤谈的目的就是获得关于问题行为、前提、后果以及其他变量的信息，以便形成关于问题控制变量的假说。同时，有效的晤谈会使当事者或知情者懂得：应该认定和具体描述事件和行为，并把推测减到最少，把焦点集中于前提和后果，对于理解和改变行为是十分重要的。下面的问题是主试在归纳有关儿童问题

行为的前提和后果的信息时常问的问题。

前提：

什么时候常出现这些问题行为？

在什么地方常发生这些问题？

问题发生时谁在场？

在问题出现前发生了什么事？

问题就要发生时别人说了什么或做了什么？

在问题行为之前，孩子还有什么别的行为吗？

什么时候、在哪儿、和谁以及什么情况下问题行为最不可能出现？

后果：

出现问题后又发生了什么事？

问题出现时你做了什么？

问题出现后其他人做了什么？

问题出现后发生了什么变化？

问题出现后孩子得到了什么？

问题出现后孩子免除或逃避了什么事？

如你所见，问的都是紧随孩子问题行为前后所发生的事情。主试提这些问题的目的是希望家长能提供客观的信息。如果家长对其中某个或多个问题不能提供详细的信息，主试便反复搞清事情的来龙去脉，并据此形成假说：哪些是触发问题行为的前提，哪些是维持行为的强化物。

在行为晤谈中，相当多的主试会提出一系列的问题以获得清晰、详尽的信息。表16-2表示评估信息的种类和晤谈问题样本。内容来自供行政人员、教师和医护人员使用的功能分析会谈模式，这些问题可用于晤谈和问卷设计中。在晤谈方式中，主试将询问

表 16-2 评估信息种类和功能分析会谈模式中的样本问题

-
- A. 描述行为。
- 引起关注的行为是什么？
 - 对每种行为，限定其表现、频率和持续时间。
- B. 界定可能影响行为的潜在生态事件。
- 当事者正服用何药物，你认为这对其行为有何影响？
 - 现场（工作 / 学校 / 家庭）有多少人？你认为人口稠密度和其他人的相互作用对靶行为有何影响？
- C. 界定预示行为发生的事件和情势（前提）。
- 何时、何地、和谁在一起行为最不容易发生？
 - 什么活动最可能造成行为发生？最不可能发生？
- D. 识别不适宜行为的功能，维持行为的后果是什么？
- 作为行为的后果，当事者得到或避免了什么？
- E. 界定不适宜行为的效率。
- 采取问题行为要付出的努力是多少？
 - 每次采取问题行为都会得到利益吗？
- F. 确定当事者使用的最基本的交流方法。
- 当事者通常使用的表达、交流方式是什么？
- G. 识别潜在的强化物。
- 一般来说，哪些因素（事件 / 活动 / 物品 / 人）可能会强化行为或使当事者乐于接受？
- H. 已知的实用的替代行为是什么？
- 当事者表现的哪种社会性的适宜行为或技能可以取得与靶行为相同的作用？
- I. 举出不适宜行为的历史演变和过去尝试应用的治疗计划。
- 确定治疗计划以及它们的有效性。
-