

一、行为的学习或获得

人的行为是先天素质和后天环境共同作用的产物，惟其如此。人的行为才能够通过教育来获得，又通过教育来消除。



（一）行为的获得

1. 人的行为是怎么来的

从宏观上说，行为是先天素质和后天环境相互作用的结果，忽略了先天素质或后天环境在人的行为形成中的作用都是不恰当的。

行为是心理学、教育学中一个非常重要的概念，也是一个非常复杂的概念。

狭义理解时，它是指个体——主要是人——能够被人观察到的或能够测量到的外显的反应或活动，如骂人、走路、吃饭，等等。

广义理解时，它是指个体能够被人观察或测量到的以及不能被人观察到的个体内在的意识活动或反应，如攻击他人、摇头晃脑以及恨某人、心算、喜欢某人等都属于行为范畴。

本书中的行为是广义理解的行为。

那么，行为是怎么来的呢？

从宏观上说，行为是先天素质和后天环境相互作用的结果，忽略了先天素质或后天环境在人的行为形成中的作用都是不恰当的。

先天素质包括了遗传素质，也包括了生命早期尤其是孕期、产程中的那些获得性的不良影响，例如，对于声音的敏感程度，包括音色、音调等，主要和遗传有关系；而难产导致的孩子的多动行为，则和产程中的获得性损伤（如窒息）有关。

后天环境包括了孩子出生后所接触的一切，包括孩子的饮食、家庭条件（如物质条件），生活的物理环境、自然环境（如空气的质量、空气是否有污染等），接受的教育、同伴的影响、电视、电影、网络的影响等等。

现在，许多人已经承认，遗传素质在人的行为的发展中具有重要的作用。如果没有相应的遗传条件，要想具有相应的行为是困难的。如果某个儿童是色盲患者，要想使他成为一个画家就非常困难。

统计表明，人的智力和遗传有一定的关系。父母都是智力优秀者，所生孩子智力优秀的比例，比父母都是智力落后者所生孩子智力优秀的比例要大得多，如下表所示。

当然，如果有了相应的遗传素质，没有后天恰当的环境，某些行为也是难以出现的。例如，有很多野孩子的事

百分比 子女智力	子女智力		
	优秀	一般	智力落后
双亲智力			
优秀—优秀	71.5%	25.4%	3.0%
一般—一般	18.6%	66.9%	14.5%
优秀—智力落后	33.4%	42.8%	23.7%
智力落后—智力落后	5.4%	34.4%	60.1%

例（如狼孩）说明，即使这些孩子在出生时有人类的遗传素质，但是，由于在出生后就脱离了人类的环境，结果他们的行为就更像动物而不像人。

同时，如果某些儿童有着正常的遗传素质，但环境影响不利的话，他们的行为也会受到不良的影响。生活中有很多由于环境影响不利而导致孩子的行为异常甚至犯罪的例子。

天津市一个十几岁的少年“轻松自如”地杀死了看着自己长大的邻居大妈。这个未成年的孩子按设计好的思路，来到邻居大妈家，大妈热情地接待了他，可是就在大妈真诚地为孩子拿东西的时候，这个少年趁大妈不注意，举起了罪恶的凶器猛击大妈的头部，当场把她打死。不仅如此，他还伪造了杀人现场，擦去了相应的痕迹，以防警察破案。干着这一切，这个孩子几乎是不慌不忙、轻松自如的。可是，事后他还是有些害怕，不得不马上向自己的妈妈叙述了杀人经过。他只是想试验一下，自己作案后，警察是否能够破案。因为，他平日看了太多的凶杀、破案方面的电影、电视、VCD，好奇心促使他模仿影视作品中的形象，才做出了这一番“惊天动地”的事情。

其实，在很多情况下，遗传是以成熟的面孔出现的。也就是说，在孩子还没有成熟时，要想使他出现某些行为

是不可能的。例如，孩子到了 1 岁左右才能开始行走，如果在他 5 个月时就让他走，显然不可能。

明白行为是遗传和环境相互作用的结果，或者是遗传和环境的相互作用决定了孩子的行为，对于我们有效地塑造或改变孩子的行为具有重要的指导意义。

2. 行为的学习和改变

传统意义上的行为都是在出生后、
在遗传的限度内，通过学习获得的。

我们说人的行为是先天素质和后天环境相互作用的结果，并不是说行为都是遗传的，相反，除去那些先天的和生理活动密切相关的行为，如眨眼、吞咽外，我们所看到的传统意义上的行为都是在出生后、在遗传的限度内——包括成熟的作用，通过学习获得的。通过学习，我们学会了说话，学会了交往，学会了计算、书写，学会了弹琴、唱歌，我们所能看到的人的大多数行为都是通过学习获得的。

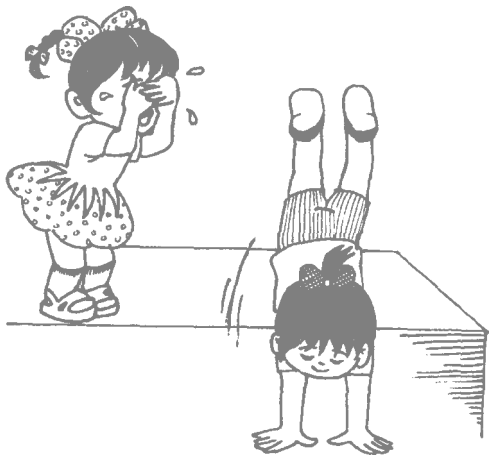
由于大多数行为的后天获得性特点，就使我们能够有意识地创造各种条件来培养塑造孩子的行为，养成我们所需要的行为方式。行为主义的创始人华生就曾经说过这样的话：给我一些健全的儿童，我可以通过相应的方法，把他们培养成为艺术家、律师、医生、盗贼等等。应该说，认为人的行为完全是后天培养的，否认遗传的作用并不恰当，甚至是错误的，但是，行为确实和后天的培养有重要的关系。

一对同卵双生子姐妹（遗传素质基本是相同的），出生第一年在一起抚养，由于抚养环境完全相同，两人的行为和心理发展没有大的差异，如语言和观察力等的发展几乎完全相同。

但是，一岁后，姐姐随农民生活，没有接受专门的早期教育，生活自由自在，并从小就开始参加拾粪、捡柴等力所能及的劳动。

妹妹则和一个医生家庭一起生活，不仅接受专门的早期教育，而且因为家中只有她一个孩子，一切事情都由他人照顾。

从六七岁开始，两人在性格和意志行为方面的表现开始不一样：姐姐粗犷、泼辣、大胆，妹妹则娇弱、文静、害羞。有一次，两人同到一处，姐姐能从 1 米高的戏台上往下翻跟斗，妹妹则吓得遮住眼睛不敢做。到少年期，姐姐成了一个似乎天不怕地不怕的人，而妹妹则文质彬彬。



行为和后天培养有重要关系

值得我们重视的是，既然承认许多行为是通过后天获得的，那么，就有可能通过后天的方法，如我们将要谈到的行为改变技术来改变已经形成的行为，尤其是那些缺陷或不适当的行为，这一点对我们有重要的意义。惟其如此，我们才能够把儿童的优良行为建立起来，把不良行为消除掉。

例如，华生在 20 世纪的 20 年代，就曾经带领自己的研究小组，建立了婴幼儿对尖利的声音的惧怕反应，同时，他还通过实验，把儿童的惧怕行为消除掉。他的研究有利地说明了行为可以通过某些方法建立，也可以通过某些方法来消除。

当然，人们也不能随心所欲地来塑造儿童的行为，或者说，不能够不顾儿童的生理条件、遗传条件来任意塑造孩子的行为。

（二）几种重要的学习方式

1. 经典条件反射——经典学习理论

条件联系既可以通过配对来形成，也可以通过消退使它消失。这对改变和塑造孩子的行为具有非常重要的指导意义。

经典条件反射也称为古典条件反射，是动物和人类的一种重要的学习方式或学习形式，是一种重要的学习机制。

这种理论是由俄国著名科学家巴甫洛夫在研究狗的有

关胃液和唾液分泌时提出的。

狗在吞咽食物如肉松时，就会分泌唾液，或者狗见到食物就会分泌唾液。这里，食物是刺激，分泌唾液是反应，由食物刺激引起的分泌唾液的反应是本能反应，不需要学习，这种反射叫无条件反射。

铃声和狗分泌唾液的行为或反应本来是没有关系的，也就是说，单纯地发出声音，并不能使狗分泌唾液。铃声在这时对狗的分泌唾液来说，是无关刺激物。

但是，当每次喂狗的前后或喂狗时都拉响电铃，那么，在多次把食物和铃声配对之后，狗单独听到铃声时也能够分泌唾液。这时，一种新的学习就完成了，无关刺激物——铃声——就变成了引起反应的有关刺激物。这就是巴甫洛夫经典条件反射，“铃声”是条件刺激物。

在这里，把食物和铃声配对具有重要的作用。如果没有这个配对的过程，无关刺激物就不会变成有关刺激物。这个配对的过程可以称之为强化。

实验发现，条件联系存在着泛化和分化现象，即当实验者对某一频率的声音如 120 响 / 分钟进行强化时，狗对这个频率附近的铃声，如 115 响 / 分钟、126 响 / 分钟等也做出反应，这就叫做泛化；但是，如果只对 120 响 / 分钟的频率进行强化，而对其他频率的声音不强化，那么，狗就只对 120 响 / 分钟的声音做出反应，而对其他频率的声音没有反应，这就叫做分化。

如果已经形成的条件联系长时间地不强化，那么，这个条件联系也会慢慢消失，这叫消退。

此外，巴甫洛夫还发现了关系反射、动力定型、延迟现象等重要规律，这些规律的发现，对于解释人类行为的

形成具有重要的作用。可以说，人类的许多信号学习都和条件反射有关系，因此有人把条件反射叫做信号学习。

例如，人类语言的学习在很大程度上就是配对的结果。人类的言语器官基本上是相同的，但是，世界各地的言语却千变万化。如汉语的“苹果”和英语的“苹果”(apple)发音是完全不同的，甚至广东话的“苹果”和普通话的“苹果”的发音也不同，但儿童都是通过音和物（有时是图形）配对，并多次练习才会说——发出（获得）“苹果”这个语音的。

实际上，人类的很多惧怕行为或过敏行为都是通过不良配对形成的，是不良的条件联系。例如，孩子惧怕洗澡，可能就是在一次洗澡时由于成人没有注意，洗澡水太热或太凉，使孩子受到了强烈的刺激，从而建立起了“洗澡水令人不舒服”的条件联系，并泛化到整个洗澡活动上，从而惧怕洗澡。按照巴甫洛夫的研究，条件联系既然可以通过配对来形成，那么，也就可以通过消退使它消失。这对改变和塑造孩子的行为具有非常重要的指导意义。下文的很多内容都和这个原理有关系。

2. 操作条件反射——操作学习理论

操作条件反射反映的是人类主动地适应世界，人的很多行为就是在不断的外界环境的强化下逐渐巩固起来的。

操作条件反射是另外一种重要的学习现象，是美国著

名的心理学家斯金纳在斯金纳箱中通过老鼠实验发现的。

斯金纳箱中有事先设计好的杠杆，杠杆和箱外的装置相连，每当按压杠杆的时候，就有食物豆滚进斯金纳箱中的食槽内。

实验开始时，斯金纳把饥饿的白鼠放入箱中。开始，白鼠只是没有目的地在箱中到处乱窜、乱碰、乱嗅、乱抓，偶尔碰到杠杆，这时，一颗食物豆滚进食槽。白鼠吃掉后，又在箱中乱跑，又偶尔碰到杠杆，一颗食物豆又滚落下来……慢慢地白鼠就学会了通过按压杠杆这个动作获取食物豆了。白鼠按压杠杆的反应就是操作条件反射。

在这里，白鼠是先有按压杠杆这个行为，然后才得到奖赏的，这个奖赏叫强化物。

斯金纳的进一步实验，说明了如何强化才能更好地巩固白鼠的行为。他发现，当每次行为出现后就给予强化，不仅不经济，而且容易引起消退，使行为消失。如果在行为出现一定的次数（如 10 次）时才给予强化——斯金纳称之为定比间隔强化，那么容易保持反应重复频率的平稳，但也会因为不强化时，容易消退。

但是，采取定时间隔强化策略时，即每隔一定的时间间隔（如 10 分钟），不管有没有反应，都给予强化，那么在不强化时，行为不容易消退，但是，反应的频率不稳定。

如果把定比间隔强化改为不定比间隔强化，即有时行为出现 3 次给予强化，有时行为出现 5 次才给予；或者把定时间隔强化，改为不定时间隔强化，即有时每隔 3 分钟就给予强化，有时则每隔 5 分钟才给予强化，这时效果最好，既不易因不强化而消退，也能够保持反应频率的稳定。

斯金纳的这些发现，对于我们在日常生活中运用这些原理，保持儿童的良好行为，具有重要的指导作用。

如果说，古典条件反射反映的是人类被动地适应世界的话，那么，操作条件反射反映的就是人类主动地适应世界。人的很多行为就是在不断的外界环境的强化下逐渐巩固起来的。

例如，儿童的礼貌行为，比如说见了人打招呼，最初就是在强化下建立起来的。当儿童向人打招呼时，被招呼的人——最初往往是家人——对他的行为进行口头表扬，或还以微笑，或给予物质奖励，慢慢的儿童就习惯了打招呼。

当然，儿童的许多不良行为，如通过哭喊来获取自己想要的物品，开始时也往往是家人对孩子哭喊行为进行“奖赏”——给他想要的物品——而形成的。在后面的内容中，将有专门篇幅来谈论这些问题，此处不再介绍。

3. 观察和模仿——社会学习理论

当儿童看到榜样被奖赏的行为时，就增加产生同样行为的倾向；反之，当儿童看到榜样被惩罚的行为时，就会抑制产生这种行为的倾向。

观察进而模仿，是一种重要的学习方式，是著名心理学家班杜拉等人的“社会学习理论”的核心内容。

班杜拉的一个著名实验是这样进行的，把幼儿园的儿童分成三个小组，然后观看特别拍摄的电视片。片子的开

始是这样的：

一个榜样走近一个成人大小名字叫宝宝的塑料娃娃，命令娃娃把路打扫干净。榜样在瞪眼看了一会儿这个不顺从、胆敢反抗的宝宝后，做出了四种新奇的攻击行为，并且在攻击时，有明确的语言表达。

首先，榜样把宝宝放倒在地，坐在宝宝的身上，一面用拳头击打宝宝的鼻子，一面说：“啊，打鼻子，轰，轰。”

其次，榜样把宝宝拉起来，用木槌连续捶宝宝的头，同时还一边说：“妙极了……呆着吧。”

然后，榜样在房间里把宝宝踢来踢去，一边说着：“快逃吧。”

最后，榜样用橡胶球丸射击宝宝，每次射击时，都发出“砰”的一声。



观察和模仿是重要的学习方式

这一连串的身体攻击和语言攻击重复演示了两遍。

三组儿童在观看了上述片子之后，接下来观看的内容就不相同了。

A 组儿童在观看完后，接着看到了榜样在攻击宝宝后受到了慷慨的奖赏。在片子中，另一个带着一些糖果和甜饮料的成年人出现。成年人称赞榜样是一个“坚强的战士”，并且说榜样的攻击行为显然值得大大奖赏一番。他不仅给榜样倒了一杯香果汁，而且还很乐意地给了他一些包括巧克力棒、爆玉米花和花色齐全的糖果在内的增强活力的滋补品。当榜样急急忙忙地吃着喝着这些可口的东西时，成人也象征性地重演示范的攻击行为。

B 组儿童看的是另外的结局，即榜样因为自己的攻击行为受到惩罚。这时屏幕上出现另一个成年人，威胁地挥动手臂并怒气冲冲地对榜样骂着：“哼，你这个大恶棍。放开手，不许作弄那个宝宝。我饶不了你。”榜样后退时绊倒在地。那个成年人骑在榜样身上，并用卷起来的杂志揍榜样的屁股，同时数落榜样的罪行。当榜样哆嗦着逃跑时，成年人还警告他：“如果我看到你这个大恶棍再这样干，我就饱打你一顿屁股。你可不要再那样干了。”

C 组儿童看完开始的内容之后，没有再看另外的内容。

接着，实验者把所有的儿童分别带到单向观察室，其中有名字叫宝宝的塑料娃娃和球丸、木槌等物品，每人 10 分钟。结果发现，看了榜样受到惩罚的小组——B 组的儿童，模仿攻击行为的反应，大大少于其他两个小组。

当儿童看到他人——榜样——被奖赏的行为时，就增加产生同样行为的倾向，这称之为“间接强化”；反之，

当儿童看到他人——榜样——被惩罚的行为时，就会抑制产生这种行为的倾向。

但是，班杜拉的进一步实验表明，在适当的条件下，尤其是当儿童要求模仿出相应的行为时——模仿出就给予奖励，所有儿童都显示出很高的水平。这就说明，不管看到的行为是否受到惩罚，在条件适当的情况下，儿童都有可能重复看到的行为。

这向我们提出了严重的警告，我们的电视、电影、家人的行为等，给孩子们树立了多少榜样？要想使孩子有好的行为，外界环境应该是什么样的？

（三）行为的改变

1. 行为的自我调节

行为的自我调节，在很多情况下，需要意志力的参与，需要相应的外界环境的引导。

人之所以为人的一个重要特征，就是人的主观能动性，通过这种主观能动性，人就有可能在意志力的支配下，完成改造世界、改造自己的重要任务。这和一般动物的行为有本质的区别。

就人类的学习而言，不仅有上面谈到的几种学习方式，还有其他一些学习方式，如顿悟式学习和认知式学习。顿悟式学习和认知式学习的存在，使得人类能够认识

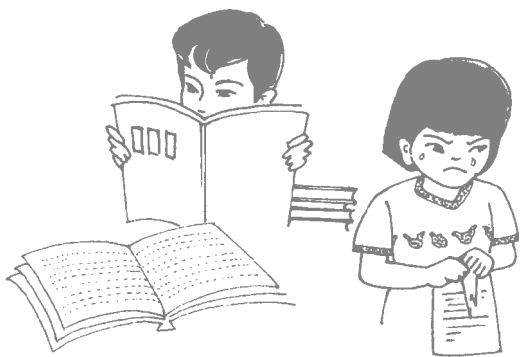
到主体、客体及其相互关系，并在这些认识的基础上，使自己做出更符合人类共同要求的行为。可以说，顿悟式学习和认知式学习是更高级形式的学习。

例如，儿童出生后，就通过各种学习或渠道建立自己的认知系统，在这个系统中，也建立了包括世界观、行为方式等在内的一系列问题的准则或标准，这些准则或标准又反过来影响新的内容的学习。如果已经建立的准则或标准是不恰当的（后文将要谈到这些具体的问题），那么，儿童的行为就可能出现偏差。

两个智力相差不大、平时成绩尚好的同班同学，在一次期中考试中没有考好。但是，如果他们的认知准则标准完全不同，那么，他们对这个事件的反应就会完全不一样，对他们的影响也就会完全不同。

A 生想，这次没考好是因为没有发挥出真正的水平，只要总结教训，再加上平时注意努力，下次就会考出自己的真正成绩。这时，考试失败成为他学习的动力。

B 生则可能是另外一种认知，他可能会想，我应该考



认知准则不同会影响行为反应

好的，可是我怎么这么笨呢？连期中考试都考不好，真是个废物。这时，考试失败成为他自卑、抑郁的导火索，使他对学习失去信心。

当儿童建立起这些不良的认知准则，行为出现异常就是必然的了。这些不良的准则，往往是对事物的歪曲的认知，往往包含对事物绝对化和以偏概全的特点，如我是最酷的、我必须成功、我的方式没有任何错、我真是无用之至等等。

当然，我们已经谈到，人的行为并不完全是后天所致，对于那些有生理损伤的儿童来说，行为的偏差还可能直接和这些损伤有关系，不见得是认知系统的问题。如儿童多动症，就和大脑协调障碍及损伤有密切关系。而另一些多动儿童的表现，则是生理原因和认知系统双重作用的结果。

对于认知准则出现异常的孩子，在外界的引导下，包括儿童被明确地引导和被无意识地不自觉的引导——如儿童自己偶尔听到、看到、想到某些事件时，儿童的认知准则就可能发生改变，这时候他就可能调节自己的行为，从而做出符合要求的举动。这就是行为的自我调节。

在很多情况下，行为的自我调节需要意志力的参与，需要相应的外界环境的引导。但是，只要具备了正确的准则或标准，在意志力的作用下，即使是像不良依赖，如烟、酒依赖、毒品依赖这样的恶性行为也能改变。在许多文学和影视作品中，不乏这样的靠意志力改变不良行为的事例，如奥斯特洛夫斯基在《钢铁是怎样炼成的》一书中创作的“保尔戒烟”的事例。在现实社会中，也有大量通过认知准则的调整而戒烟、戒毒的事例。

2. 异常行为和非异常行为

儿童任何的、哪怕是次数很少、性质不严重的不良行为，也是我们改变的对象。

尽管在实际工作中，儿童的行为是不是异常比较容易判断，但是，要想给出儿童行为异常的确切定义还是很困难的。

一般情况下，从以下几方面来判断儿童的行为是否异常：

(1) 儿童的年龄。

年龄小的幼儿当众撒尿，并不被看成是异常行为；但是，如果已经上小学的儿童还当众撒尿，就应该被看成是异常了。

(2) 具体的场合或情景。

在一定场合下是正常的行为，在另外的场合下不一定正常，如孩子在游戏时骑在爸爸的脖子上不是异常的，但是，当家中有重要的客人时，孩子还想骑在爸爸的脖子上，就应该看成是异常了。

(3) 行为发生的频率。

偶尔发生的不良行为，一般不算做异常行为，但是经常发生不良行为就是异常了。偶尔出现一次攻击他人的行

为并不异常，但是经常出现则是异常。

(4)行为的性质。

有些行为即使出现的次数很少，也要当做异常行为，如偷盗等犯罪行为；另外一些行为，如吃饭时吧嗒嘴巴，尽管不雅观，但是经常发生，也可以不看做异常行为。

(5)行为的后果。

判断儿童的行为是否异常，还要看行为是否能够影响他人或影响自己的学习或发展，是否引起自己的不快。如果是，就可以归于行为异常中，这是在实际工作中判断行为是否异常的重要标准之一。

需要注意的是，上述观点是从行为改变的学术立场来看的。而在实际工作中，从教育的角度——包括家庭教育，由于我们要培养儿童的良好行为，那么，儿童任何的、哪怕是次数很少、性质不严重的不良行为，如吃饭摇头晃脑等，也是我们改变、注意的对象，这一点要格外注意。

儿童的异常行为大体上可以分成三个方面。

一是指行为不足。这往往是指儿童应该有的行为没有，或者说外界环境期望有的行为很少发生或从来没有发生。例如，儿童很少和别人说话甚至不说话，自己不乐意和小朋友玩耍，到了生活该自理的年龄还不会穿衣、吃饭，等等，都属于行为不足异常。

二是指行为过度。这往往是指某一类行为没有节制地出现。如人来疯，上课时打闹、不遵守纪律，见了任何一个人人都点头哈腰地打招呼，等等，都属于行为过度异常。

三是指行为不恰当。此处的行为不恰当，专门指有些