



# 行為改變技術及其個案應用實例

陳香吟、蕭美玲

國立彰化師範大學特殊教育學系碩士班研究生

## 摘要

「行為改變技術」在特殊教育中扮演著相當重要的角色，本文將淺談「行為改變技術」的意義與特性，並以此技術實際應用於資源班某個有問題行為的學生身上，最後提出自身教學經驗的行為管理策略，提供教師教學與父母教育之參考。

## 關鍵詞：行為改變技術

### 壹、前言

在孩子的成長過程中，難免會犯錯或出現偏差行為，教師與父母要能適時扮演指正錯誤的角色，教導孩子反省與改正，以建立正確的行為模式。教師與父母可透過心理學上「行為改變技術（behavior modification technique）」的原理，提昇管教孩子的知能以導正孩子不當行為，進而促進孩子快樂健康的成長。

根據美國聯邦政府 1997 年「障礙者教育法修正案」（Amendment to Individuals with Disabilities Education Act）的指導方針，學校人員需要對有行為問題的特殊學生提出因應策略（Dowdy, Patton, Polloway, & Smith, 2001）。

在筆者任教國中資源班數年的教學經驗

中，經常會遇到伴隨行為問題的特殊學生，不論輕重，皆會對該生的人格及學習產生影響，嚴重者甚至會影響到整個教室秩序以及教師教學成效。以下本文將簡述「行為改變技術」的意義與特性，並舉一個案應用之實例，供教師教學與父母教育之參考。

### 貳、「行為改變技術」的意義與特性

「行為改變技術」雖奠基於二十世紀初期的學習理論，但是從 1950 年代末期才自成系統而廣泛運用於不良適應行為的一種輔導方法。Watson（1962）提出「行為改變技術」這個專有名詞，迄今才四十年光景，卻在行為治療及教學運用方面發展的非常迅速，自八〇年代在輔導諮商及心理治療上，已成為強勢力量（引自李國梁、鄭友超，2003）。

#### 一、「行為改變技術」的意義

Kazdin（1978）鳥瞰近六十年來「行為改變技術」的發展經緯後，持綜合性觀點認為：「行為改變技術」就是應用實驗心理學的基本研究與理論去影響行為，以資解決個人與社會問題，並增進人類功能（引自陳榮



華，1986)。

## 二、「行為改變技術」的特性

「行為改變技術」為大多數專家所接受的特性包括下列四項，茲簡述如下（引自張世慧，1990）：

### (1) 著重行為而非特質：

「行為改變技術」主要是針對「行為的（可觀察或測量的）」，而非「特質（意涵）」（例如：特質是「勤奮的」，其行為可能是每天讀書五小時、仔細地計畫工作及提早完成作業等。）

### (2) 強調學習和環境的重要性：

遺傳因素雖可以影響行為及其發展，但是學習卻提供了個體最為實質且廣泛的過程，來獲取或改變他們所做的任何事情。因此，運用行為改變技術者都會假設行為是容易犯錯的，而且可以藉由提供適當的新經驗來加以修正或改變。

在改變行為上所提供的新經驗則包括改變個體環境的範圍，主要是藉著改變行為的前提事件（*antecedent*）和行為後果（*consequence*）。

### (3) 運用科學方法來研究行為：

「行為改變技術」是強調科學本位的——其核心在於經由科學方法來發現知識。基本上，科學方法包括藉由下列方式來進行：  
(a) 實徵性的搜查資料，也就是直接的觀察和測量；(b) 分析和解譯資料；(c) 設定精確的方法來蒐集資料。

### (4) 改變行為的實用方法：

「行為改變技術」是採取實用的方法，來改變行為（Baer, Wolf, Risley, 1968）。因此

實施「行為改變技術」者大多強調發現和使用能夠產生作用的方法來改變行為，不管此種技術是否符合某一特定的理論。

## 參、「行為改變技術」之個案應用實例

### 一、個案基本資料

◎個案姓名：林○聖

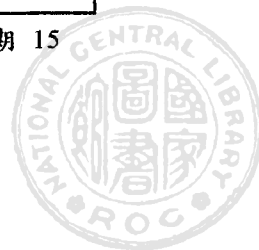
◎現況：○○國中三年級學生，接受英文科資源班服務（上課型態為完全抽離，也就是英文科皆在資源班上課，每週 3 節）。

### 二、功能性行為評量(Functional

#### Behavioral Assessment【FBA】)

筆者依據 Dowdy 等人（2001）所提到之「功能性行為評量」範例，對個案進行問題行為的評量，內容如下：

1. 行為問題：與人說話時口語及態度上的不禮貌。
2. 發生情境：
  - (1) 上資源班的課時。
  - (2) 平時和同學互動時。
  - (3) 上普通班課時（但出現頻率很低）。
3. 具體行為：
  - (1) 與老師講話時，所說的話語不禮貌。（如：會頂嘴、不服從指導）。
  - (2) 與同學講話時，所說的話語不禮貌（如：罵人白癡或說髒話）。
4. 結果：
  - (1) 引起教師與同儕注意：干擾教師教學的進行，並給其他同儕不當的示範。
  - (2) 受到教師的口頭警告、譴責與個別輔導。
  - (3) 失去資源班增強制度中的積分 10~20



分（每滿 100 分，可蓋章 1 格，每滿 5 格可獲得嘉獎乙支）。

5.行為目的假設：表達意見（但不知道其所說的話語不當）。

6.分析行為所使用之具體評量技巧：包含下列五項：觀察、學生面談、其他資源班教師訪談、普通班導師訪談以及家長訪談。

7.相關資訊/考慮事項：

◎學科：

(1)在班上成績十分低落，在家中甚少讀書，但在上課時還頗認真，放學後還要去補習。

(2)記憶與理解能力均弱，整體學習能力不佳。

(3)上課頗認真，有上進心。

◎社交/同儕：

(1)社交能力尚可。

(2)有一些朋友，但這些朋友言行舉止也不恰當。

◎家庭：

(1)家長對其期望頗高，還讓他去補習。

(2)在家中行為甚佳，對家長沒有不敬行為。

◎其他：

(1)欺善怕惡，會聽命於較兇惡的學生。

(2)教師和他講道理時，可以理解，但之後問題行為仍會發生。

### 三、目標行為

1.問題行為：該生上英文課時，常對同學及老師說不禮貌的話，也有說髒話的習慣。這樣的行為本身是錯誤的，

且也干擾同學和老師的上課情緒，並會產生不良的示範效果。

2.欲達成之行為：每次上英文課時，林○聖對同學和老師說話時要有禮貌，絕對不可以說不禮貌的話（如：和老師頂嘴、不服從指導、罵同學白癡以及說髒話）。

### 四、目標行為產生之可能原因

1.平時就是如此：推測該生可能受到行為不當的同儕影響，導致說話沒有禮貌、說髒話；而說髒話是其表達對事情不滿或生氣的一種方式。

2.不怕資源班老師、教學時互動機會多及較缺少同儕壓力：該生上普通班課時，甚少發生目標行為，推測原因為～普通班老師教學風格與資源班老師不同；且因為普通班學生人數眾多，所以普通班老師與該生的互動較少、該生上普通班課時，同儕壓力較大。

### 五、行為改變技術—採 A-B-A 設計

此部分乃筆者參考陳榮華(1986)所著之「行為改變技術」之內容應用於本個案問題行為之解決，茲說明如下：

1.選擇增強物：與學生共同討論，決定增強方式。在契約訂定期間，若能達成上述之欲達成行為，則老師將給予下列鼓勵：資源班榮譽卡蓋 2 格，全校榮譽卡蓋 1 格(蓋滿 5 格，各可記嘉獎乙支)。

2.與學生林○聖訂定行為契約：如附件一。

3.實驗程序～採 A-B-A 設計：

(1)量基準線階段：二週，共六節，實際



瞭解並量化該生問題行為之程度。

(2)實驗處理階段：三週，共九節，與其訂定契約，說明增強方式，並觀察其行為改變之情形。

(3)倒返階段：二週，共六節，此期間已停止之前的實驗處理。

#### 4.實驗紀錄方式～採時距記錄：

(1)一節課 45 分鐘，扣除 3 分鐘教學銜接時間。以 3 分鐘為一時距，一節共有 14 個時距。

(2)記錄方式：為避免紀錄干擾教學進行，故記錄方式是：當學生發生目標行為時，教師記錄下學生問題行為的時間，並在其所屬之時距中劃記。

#### 5.實驗結果：

(1)實驗紀錄結果表：如附件二。

(2)A-B-A 實驗設計之側面圖如附件三。

\*在量基準線階段：

林○聖發生違規行為的頻率一節課約 3~4 次。

\*在實驗階段：

林○聖只有一節課有發生一次違規，仍給予增強：資源班榮譽卡蓋 1 格(減少，因其未完全達到目標)，以及全校榮譽卡蓋 1 格。

\*在倒返階段：

林○聖只有一節課有發生一次違規。

#### 6.實驗結果討論分析：

目標行為幾乎已消除了。就 A-B-A 實驗設計理論而言，當實驗階段結束後，在倒返階段，學生的問題行為出現的頻率應會增加。但實驗結果並非如此，筆者認為原因是

教學情境並非為實驗情境。筆者應用此「行為改變技術」的目的是為了要改善學生的問題行為，因此不可能因為要測試此實驗之成效，而去除掉原本教師就應該做的其他輔導措施。

筆者分析其問題行為幾乎消除的可能原因包括下列三項：

(1)行為契約生效。

(2)自然與邏輯後果：在持續的適性教學下，該生對學習產生信心，讓其於上課期間更能專注於課業，進而減少問題行為的發生頻率。

(3)在反覆輔導後，師生關係的拉近，因此學生較願意遵從老師的規定。

### 肆、輔導資源班學生問題行為之經驗分享

#### 一、資源班增強物選擇之困難

1.本校資源班非實物之增強系統有效，但仍非所向無敵。

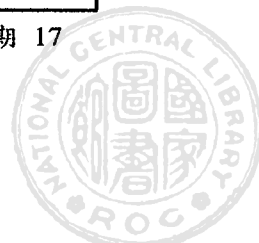
2.實物增強雖非實物增強較有效，但卻容易導致學生產生利益傾向，價值觀偏差。

3.輔導學生問題行為之時間有限：資源班教師可支配時間最多只有上課時間、早自修和中午午休。

#### 二、學生問題行為處理之經驗分享

1.建立常規：上學生的第一節課時，即以條列式明確告知本科的上課守則。

2.自然與邏輯後果：作教學上調整，如：教材適性化、教學活動多變化、以遊戲方式複習教學內容、時間安排緊湊等等，以提高學生的學習動機，進而減少



學生問題行為之發生。

- 3.善用機會給予學生社會性增強：學生一有良好表現，立即給予讚美，以增加其自信與學習興趣。
- 4.個別輔導：多與學生理性溝通，並向其分析該問題行為的影響。
- 5.拉近師生關係：善用機會，對學生噓寒問暖、多聊聊，讓他感覺到老師對他的關心。
- 6.公平處理問題行為，並對事不對人：讓學生知道(1)老師並非討厭他這個人；(2)只要學生不犯錯，老師就會對所有學生一視同仁。

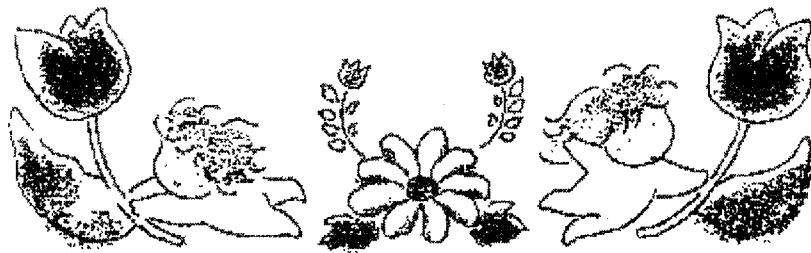
#### 伍、結語

「行為改變技術」在行為的輔導上有很大的助益。而由本個案實驗過程與結果可知，除了教師使用的策略得當之外，個案本

身的意願佔絕大因素。因此，透過「行為改變技術」及其他行為輔導策略，傳達正確的思想及行為模式給學生，讓學生能自願約束自己的行為，才是改變問題行為的關鍵。

#### 陸、參考書目

- 李國梁、鄭友超 (2003)。行為改變技術與學校效能的探討。師說，176，21-25。
- 陳榮華 (1986)。行為改變技術。臺北市：五南。
- 張世慧 (1990)。行為改變技術的基本概念—特性、迷思及正思、簡史及挑戰。國教新知，47 (1)，15-24。
- Dowdy, C. A., Patton, J. R., Polloway, E. A., & Smith, T. E. (2001). *Teaching students with special needs in inclusive settings*. (3rd ed.). the United States of America, MA: Allyn & Bacon.



◎附件一 行為契約◎

## \* 我們的約定 \*

<這是學生 林○聖 和老師 陳香吟 的約定>

☆約定起迄日期：94.05.11~94.05.29，共三週（九節課）。

☆約定內容如下：

◆ 林○聖 必須達成下列事項：

每次上英文課時，林○聖 對同學和老師說話時要有禮貌，**絕對** **不可以** 說不禮貌的話（如：和老師頂嘴、不服從指導、罵同學白癡以及說髒話）。

◆ 假使 林○聖 達成以上約定的事項，老師將給予以下的鼓勵：

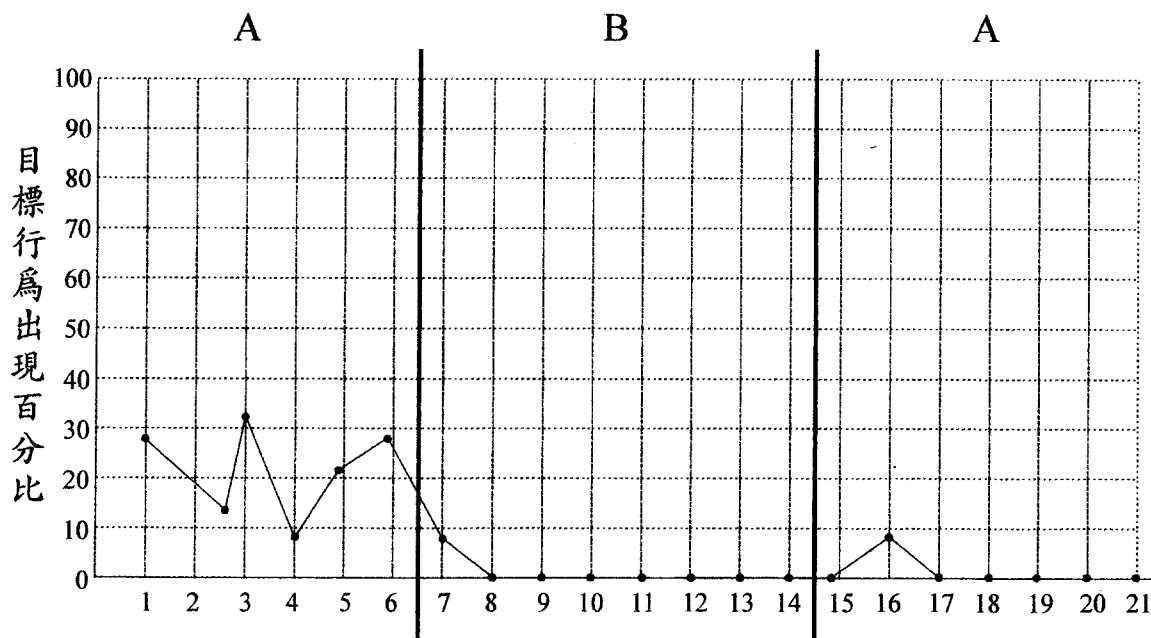
1. 資源班榮譽卡蓋 2 格
2. 學校榮譽卡蓋 1 格

【附註：以上榮譽卡只要蓋滿五格，即可記嘉獎一次。】

學生簽名：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

老師簽名：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

◎附件二 A-B-A設計側面圖◎



◎附件三 實驗紀錄表◎

案 主：林○聖 年齡：15

觀 察 者：陳香吟目標行為：該生上英文課時，常對同學及老師說不禮貌的話（如：和老師頂嘴、不服從指導、罵同學白癡以及說髒話）。

觀察日期：自 94 年 04 月 28 日迄 94 年 06 月 13 日

觀察情境：\_\_\_\_\_上資源班英文課\_\_\_\_\_

節次	3分	6	9	12	15	18	21	24	27	30	33	36	39	42	45	%
1					*			*				*	*			29
2									*					*		14
3									*	*		*		*	*	36
4						*										7
5								*				*		*		21
6								*			*	*			*	29
7													*			7
8																0
9																0
10																0
11																0
12																0
13																0
14																0
15																0
16											*					7
17																0
18																0
19																0
20																0
21																0

◎打『\*』代表該時距目標行為發生。

◎『%』代表該節課發生目標行為的百分比。

◎1-6節：A（量基準線階段）； 7-15節：B（實驗處理階段）； 16-21節：A（倒返階段）

◎結果說明：

在量基準線階段：發生違規行為的頻率一節課約3~4次。

在實驗處理階段：林○聖只有一節課有發生1次違規。

在倒返階段：林○聖只有一節課有發生1次違規。

