

孤独症儿童适应不良行为的成因与辅导策略

罗巧梅 蒋锴

1 湖南省残疾人康复研究中心, 湖南长沙, 410000;

2 湖南师大附中雨花学校, 湖南长沙, 410000;

摘要: 孤独症儿童的适应不良行为不仅严重干扰其自身学习进程, 也给他人带来困扰, 成为特殊教育领域亟待解决的重要问题。本文基于孤独症儿童的行为特殊性, 深入剖析适应不良行为的形成原因, 包括生理缺陷、后天养育不当及环境因素等, 系统阐述行为辅导的核心流程, 并结合具体案例分析不同类型适应不良行为的针对性辅导策略, 旨在为孤独症儿童的教育康复提供理论参考与实践指导, 助力其实现良好的社会适应。

关键词: 孤独症儿童; 适应不良行为; 成因分析; 辅导策略

DOI: 10.64216/3080-1494.26.03.044

引言

孤独症儿童作为特殊群体, 其行为表现具有显著的个体差异性, 既存在人际互动障碍、沟通偏差、刻板行为等特有自闭性行为, 也包含大量非特异性的适应不良行为^[1]。这些适应不良行为如撕纸、撞头、伤人、自我伤害等, 不仅阻碍儿童自身的认知发展与技能学习, 还易引发他人的误解与畏惧, 影响其社会融入。由于每个孤独症儿童的行为成因与表现形式各不相同, 对适应不良行为的辅导必须遵循“因材施教、对症下药”的原则。

1 孤独症儿童适应不良行为的内涵与表现

1.1 适应不良行为的定义

孤独症儿童的适应不良行为, 特指那些非孤独症特有, 但会干扰儿童学习过程, 且使他人感到异常或难以应对的行为^[2]。与孤独症特有的自闭性行为不同, 这类行为往往是多种因素共同作用的结果, 其核心危害在于破坏正常的教育教学秩序, 阻碍儿童与外界的有效互动。

1.2 适应不良行为的主要表现

孤独症儿童的适应不良行为呈现出多样化特征, 常见的有: 感官偏好类行为, 如持续摇晃身体、撕纸、玩手等; 自我伤害类行为, 如敲头、撞头、打自己等; 攻击类行为, 如抓人、推人、伤人等; 以及情绪宣泄类行为, 如在地上打滚、无端哭闹等。这些行为的发生场景、频率与强度存在明显个体差异。

2 孤独症儿童适应不良行为的成因分析

2.1 生理与认知层面的先天缺陷

一方面, 他们对外界刺激的感知异于常人, 可能对某些声音、触觉或动作产生特殊偏好, 进而通过重复性行为满足感官需求, 如喜欢撕纸的声音、撕纸动作带来

的触觉体验, 或把玩碎纸的感官刺激。另一方面, 认知能力的不足使他们难以理解外界情境, 无法对各类刺激做出适当反应。

2.2 后天养育方式的不当影响

许多孤独症儿童在婴儿时期就已出现学习缺陷, 但家长往往未能及时察觉, 将其误认为“发育较慢”或“性格古怪”, 未能采取早期干预措施, 反而放纵了不良行为的滋生^[3]。例如, 儿童哭闹时偶然因听到某首歌而安静, 家长便反复用这种方式安抚, 未及时教其正确的沟通方式, 导致儿童形成“通过哭闹获取满足”的错误认知, 强化了不良行为模式。

2.3 环境因素的诱发作用

首先, 环境的变化与干扰会打破他们对同一性的需求, 孤独症儿童往往存在刻板的行为模式与固定的认知习惯, 当喜欢的活动、固定的做法受到干扰, 或面临陌生环境、嘈杂声响、不喜欢的事物时, 容易因不安而产生攻击行为或情绪失控。其次, 环境中缺乏适宜的活动安排, 导致儿童长期处于无聊状态, 也会促使其通过重复的、无意义的行为打发时间, 进而固化为适应不良行为。

2.4 行为本身的功能导向性

孤独症儿童的适应不良行为并非无意义的随机行为, 而是具有明确的功能导向性, 旨在满足某种需求或达到特定目的。根据观察总结, 伤人等适应不良行为的功能主要包括: 一是寻求关注或帮助, 通过极端行为吸引他人注意; 二是逃避特定任务或环境, 如通过伤人行为摆脱困难的课题、不喜欢的活动; 三是表达需求, 当无法用恰当方式表达对物品、活动或关心的渴望时, 以肢体攻击作为替代。

3 孤独症儿童适应不良行为的辅导流程

3.1 行为功能分析与问题界定

辅导的首要步骤是明确行为问题的核心：一是界定具体问题行为，如区分“撞头”“抓人”等不同行为；二是分析行为发生的情境，包括发生时间、地点、与谁相处时出现；三是探究行为的诱发因素，区分生理、心理、环境等不同诱因；四是明确行为的功能与目的，即行为是为了寻求关注、逃避任务、表达需求还是获取刺激。

3.2 行为观察与记录评估

观察记录的核心内容包括行为出现的频率、强度、持续时间等，例如每天撞头的次数、每次撞头的时长、撞头的力度等。评估方式需根据具体情境灵活选择，可采用百分比统计（如拒绝“吃糖”请求后撞头的比例）、次数统计或时长统计等。同时，评估需兼顾多个维度，如仅统计次数可能发现撞头次数从十次减少到五次，但统计时长可能发现单次撞头从短时间变为半小时，此时需综合判断辅导效果，避免片面性。

3.3 针对性辅导策略制定与实施

基于行为分析与观察评估结果，制定并实施针对性的辅导策略，是解决适应不良行为的关键环节。辅导过程中需坚持“疏导为主、替代为先”的原则，避免简单粗暴的制止，注重帮助儿童建立正确的行为模式。

4 孤独症儿童适应不良行为辅导策略的案例分

4.1 案例一：自我伤害行为（撞头）的辅导

4.1.1 案例背景

孤独症儿童小A（男，6岁），语言能力较弱，仅能说出简单单字，认知水平中等。近一个月频繁出现撞头行为，家长反映其“经常突然用头撞墙或撞桌子”，起初每天约3-5次，后期增至每天10-12次，单次持续10-20秒，偶尔伴随哭闹。家长尝试过大声制止、抱离现场等方式，但效果不佳，反而导致小A撞头时力度加重。

4.1.2 行为功能分析

通过与家长沟通及连续一周的观察记录，明确小A撞头行为的诱发情境与功能：

诱发情境：一是在进行认知训练（如认数字、拼图）时，若任务难度超出其能力（如要求拼10块以上拼图），尝试2-3次失败后开始撞头；二是在想要吃巧克力（其最爱的零食）但家长拒绝时，会立即撞头；三是独自玩耍超过30分钟且无人陪伴时，也会出现撞头行为。

行为功能：结合情境分析，小A撞头行为包含三种功能——逃避困难任务（认知训练失败时）、表达需求（想要巧克力）、寻求关注（独自玩耍无聊时）。同时排除生理因素，经医院检查，小A无牙痛、中耳炎等身体不适。

4.1.3 辅导策略实施

针对“逃避困难任务”：采用“任务分解+正向强化”策略。将原有的10块拼图任务分解为3块、5块、8块、10块四个梯度，从3块拼图开始训练，小A完成后立即给予口头表扬（“小A好棒，拼对了！”）和小贴纸奖励；当他能熟练完成3块拼图后，再逐步提升难度。

针对“表达需求”：教授非语言沟通方式。考虑到小A语言能力有限，制作“我要巧克力”的图文卡片（卡片上有巧克力图案和文字），当他想要巧克力时，引导其拿起卡片递给家长；若家长因时间（如饭前）无法满足，则用另一张“等饭后吃”的图文卡片解释，并约定“饭后可以吃1小块”。

针对“寻求关注”：制定规律的陪伴时间表。家长每天固定在上午10点、下午3点各安排20分钟专属陪伴时间，陪小A玩他喜欢的积木、绘本游戏；同时，在小A独自玩耍时，每隔15分钟主动关注其活动，如询问“小A在搭什么呀？”，减少其因无聊产生的撞头行为。

4.1.4 辅导效果评估

经过4周辅导，小A撞头行为发生频率显著下降：第一周降至每天5-7次，第二周降至3-4次，第四周仅每天1-2次，且多发生在任务难度突然提升时；单次撞头时长缩短至5秒以内，力度明显减轻。

4.2 案例二：攻击行为（抓人）的辅导

4.2.1 案例背景

孤独症儿童小B（女，5岁），无口语能力，主要通过手势（如指物）表达需求，存在明显的刻板行为——每天下午4点必须玩“搭火车”游戏（用积木搭成火车轨道，反复推动积木车）。近两周频繁出现抓人行为，尤其在他人打扰其“搭火车”游戏时，会突然伸手抓对方的手臂或头发，导致老师、家长多次被抓伤。

4.2.2 行为功能分析

通过在幼儿园与家庭的同步观察，明确小B抓人行为的核心诱因与功能：

诱发情境：仅在“搭火车”游戏被干扰时发生，包括他人靠近轨道、触碰积木车、提醒“该吃饭了”“该洗澡了”等打断游戏的行为。

行为功能：维持同一性与刻板行为，小B将“下午

4点搭火车”视为固定流程，当流程被打破时，无法用语言表达不满，只能通过抓人行为“排除干扰”，保护自己的刻板活动。经检查，小B无身体不适，抓人行为与生理因素无关。

4.2.3 辅导策略实施

提前预告与流程可视化：制作“下午活动时间表”，用图片展示“4点搭火车→4点20分收拾积木→4点30分吃饭”的流程，贴在小B能看到的墙上。每天下午3点50分，老师或家长指着时间表告诉小B：“再过10分钟，我们要搭火车啦，搭20分钟后收拾积木吃饭。”

教授“拒绝干扰”的替代行为：考虑到小B无口语，设计简单的手势替代抓人行为——当他人靠近“火车轨道”时，引导其伸出手掌（掌心向外）做出“停止”手势；若他人仍未离开，可拉着对方的手指向“火车轨道”，示意“不要碰”。同时，提前与幼儿园老师、家长约定，当小B做出“停止”手势时，需立即停止干扰行为，尊重其游戏需求。

逐步拓展行为灵活性：在小B适应“提前预告”后，尝试轻微调整“搭火车”流程，如第一周在游戏中加入1块新的“火车头”积木，第二周将游戏时长从20分钟缩短至15分钟，第三周尝试在上午10点额外安排一次“搭火车”游戏。

4.2.4 辅导效果评估

经过3周辅导，小B抓人行为基本消失：第一周仅在未提前预告时出现1次抓人，第二周无抓人行为，第三周在流程调整（缩短游戏时长）时，仅做出“停止”手势，未出现攻击行为。

4.3 案例三：感官偏好行为（撕纸）的辅导

4.3.1 案例背景

孤独症儿童小C（男，7岁），有基础口语能力，能说简单句子，但注意力不集中，喜欢撕各种纸张（如作业本、报纸、纸巾），每天撕纸次数超过20次，撕下的碎纸会散落一地，不仅破坏学习材料，还影响课堂秩序。

4.3.2 行为功能分析

通过观察与行为功能测试（如提供不同材质的纸张、给予撕纸的时间限制），明确小C撕纸行为的功能：

感官需求：小C喜欢撕纸时的“沙沙”声与纸张断裂的触觉体验，尤其偏爱较薄的纸巾、报纸，撕纸时会专注倾听声音，面部表现出愉悦感。

打发无聊：在课堂等待、家庭空闲时间（如家长做家务时），小C因缺乏感兴趣的活动，会通过撕纸打发时间，属于“感官刺激寻求”类行为。

4.3.3 辅导策略实施

提供替代感官刺激：寻找与撕纸感官体验相似但无破坏性的活动，如给小C准备“感官解压包”——包含可撕的彩色海绵纸（撕后可拼接成图案，重复使用）、带纹路的软塑料膜（揉搓时会发出类似撕纸的声音）、泡沫拼图（可拆分再拼接）。当小C想要撕纸时，引导其使用“感官解压包”中的物品，同时告诉其“我们撕海绵纸，不撕作业本，海绵纸撕了还能拼小动物哦”。

设定“允许撕纸”的时间与空间：与小C约定“每天下午5点-5点10分，在客厅的小桌子上撕海绵纸”，并准备专门的收纳盒盛放撕后的海绵纸碎块。在约定时间内，允许小C自由撕纸；若在其他时间出现撕纸行为，温和地制止并提醒“现在不是撕纸时间，等下午5点我们一起撕海绵纸”，避免简单粗暴的批评。

结合兴趣提升注意力：小C喜欢画画，利用其兴趣设计“撕纸画”活动——引导小C用海绵纸撕出圆形、三角形等形状，再用胶水贴在画纸上拼成太阳、小花等图案。将撕纸行为与创造性活动结合，既满足其感官需求，又培养动手能力，同时提升注意力，减少无意义的撕纸行为。

4.3.4 辅导效果评估

经过5周辅导，小C撕纸行为得到有效引导：课堂上撕作业本、书本的行为消失，每天仅在约定的10分钟内撕海绵纸；“感官解压包”成为其随身携带的物品，当感到无聊时，会主动拿出软塑料膜揉搓，而非撕纸；在“撕纸画”活动中，小C能专注参与20分钟以上，注意力与动手能力均有提升，家庭与课堂秩序明显改善。

5 结论

通过上述案例可见，对这类行为的辅导不能一概而论，需遵循“先分析、再观察、后干预”的科学流程——通过行为功能分析明确问题本质，借助系统观察评估掌握行为特征，再结合儿童的能力与兴趣，制定“替代行为培养+正向强化+环境支持”的针对性策略。

辅导的核心目标并非单纯“制止不良行为”，而是帮助儿童建立正确的行为模式与沟通能力，满足其合理需求（如感官需求、关注需求）。

参考文献

- [1] 贾竑晓. 孤独症诊疗指南[EB/OL]. <https://m.dayi.org.cn/disease/1155858?from=jrtt>, 2025-12-02.
- [2] 湖南省儿童医院. “科学+家庭”双轨赋能，我院ABA与WHO-CST融合模式照亮孤独症康复之路[EB/OL]. <https://www.hnetyy.net/xinwendongtai/19444.html>, 2025-09-25.
- [3] ABA教学法应用与案例介绍[EB/OL]. <https://www.renrendoc.com/paper/490553318.html>, 2025-11-12.