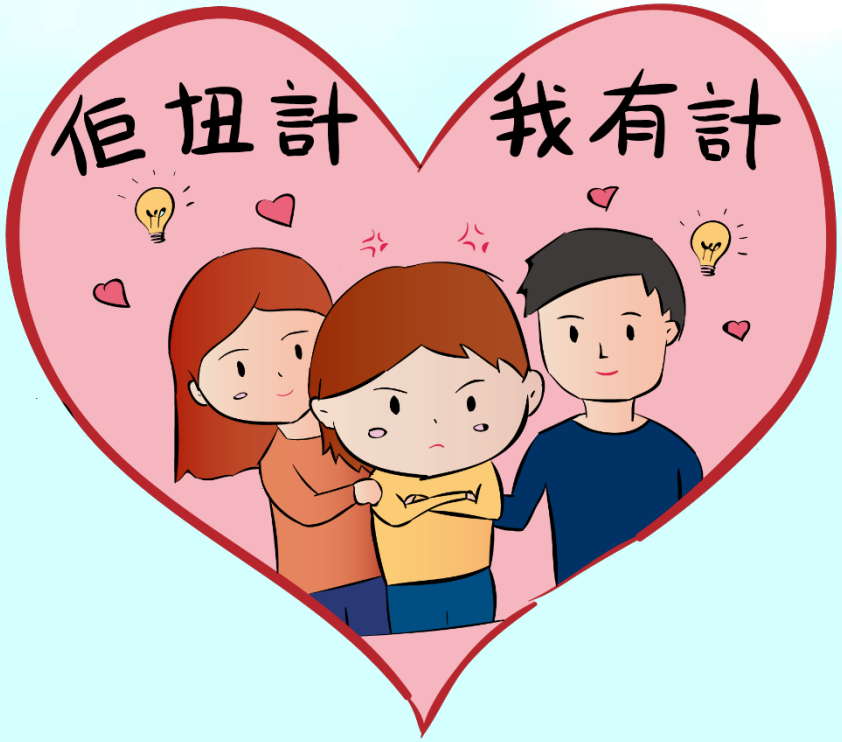
教育局 Education Bureau

Faculty of Education The University of Hong Kong 香港大學教育學院

佢扭計，我有計：兒童行為問題處理



胡嘉如博士 Dr Florence Wu
陳潘潔玲女士 Mrs Kit Chan
香港大學教育學院

2019年11月1日

教育局
Education Bureau

Faculty of Education
The University of Hong Kong
香港大學教育學院

(Dreikurs, 2004; Nelsen, 2006)

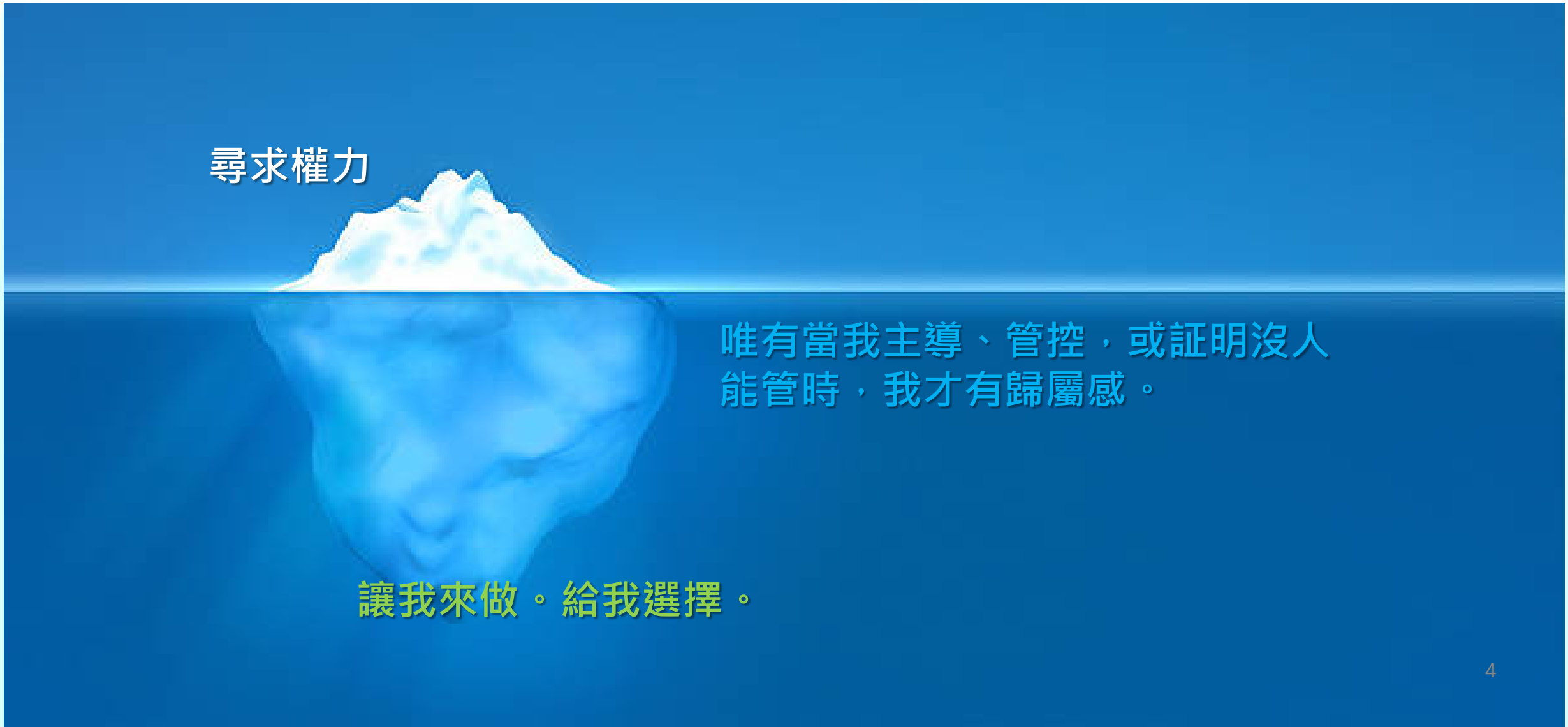
(Dreikurs, 2004; Nelsen, 2006)

尋求過度關注

唯有得到特別關注，或優待時，
我才有歸屬感。

重視我。讓我發揮作用

(Dreikurs, 2004; Nelsen, 2006)



(Dreikurs, 2004; Nelsen, 2006)

(Dreikurs, 2004; Nelsen, 2006)

正面管教

- 先溝通，後指正
- 若稱心，更願做
- 有楷模，學得好

行為本質

需要處理的行為包括：

- 具侵略性
- 暴力
- 違規/不合法
- 尋求關注
- 不專心
- 挫敗後的發洩
- 逃避要肩負的責任
- 自我刺激
- 孤立
- 挑戰權威
- 缺乏社交能力
- 缺乏學習動機
- 與特殊學習需要相關的行為

香港學前兒童最為普遍的情緒及行為問題

1. 規矩
2. 學習行為
3. 社交情緒行為

行為的功能
- 事出必有因

先問問自己：

- 出現的那個行為是為了滿足哪種需要?
- 有甚麼**環境的因素**促使一些不良的行為?

前因 (於行為出現前剛發生的事情)	行為	後果 (發生在行為之後，通常是其他人的即時反應)

為什麼這些情緒及行為問題很難處理？

行為由多重功能 (multiple functions) 引起或得以維持
(例如：避免肩負責任及尋找關注)

多重功能會導致不同行為的表現
(例如：因未能得到iPad而尖叫、拍打或腳踢他人)

行為有時候是由一個原因引起，但會因另一原因而繼續
(例如：為逃避工作而弄鬼臉→所有人一起笑→能夠得到關注)

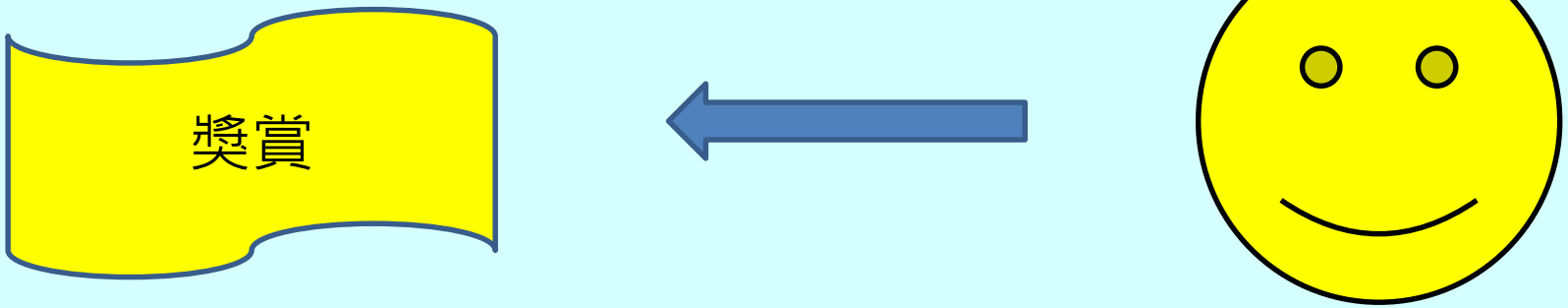
常見的不當處理行為

- 賄賂
- 使用不合適的結果
- 運用錯誤策略
- 忘記信守承諾
- 太多的說教及責備

參考資料：
https://www.youtube.com/watch?v=0T2R8pTpcoo
https://www.youtube.com/watch?v=3rIV_Cw9q5E
https://www.youtube.com/watch?v=y2bgO6leTpg&list=PLcTm82VWzbBJ0FeGvuRZwYcTNaEl5WYoo

加強正面行為

- ✓運用獎賞以建立正面行為
- ✓運用獎賞以減少負面行為
- ✓教導社交技巧或遊戲的技巧
- ✓教授知識、概念



實用策略 (1)

不要賄賂

a. 清楚表示規則
b. 有需要時提醒有關規則
c. 如有改善，加強正面行為

實用策略(2) - 訂立行為計劃

運用正確策略

a. 建立SMART行為目標
b. 用「小步子」方法，逐步實行策略
c. 將已學的策略推廣至其他情況及環境

這些是特定、明確及可達到的目標嗎？

1. 先做好自己本份，再提醒他人
2. 外出時不要失控，能控制情緒
3. 與妹妹相處融洽
4. 玩耍後要收拾

行為計劃

具體的目標行為

你的目標是...

⬆合法行為

⬆合理的替代行為

⬇不合理行為

教導新的行為

由淺入深→獲得獎賞

實用策略(3) - 運用「強化」(Reinforcement)小貼士

何時

- 即時用於正確行為之後
- 考慮出現負面行為的頻度和強度來決定獎賞的頻度及推行的階段

甚麼

- 你的孩子喜歡的事物
- 孩子較難得到的東西
- 細小而較頻密的總比巨大而單一的強化會更有效

怎樣

- 一致及堅持
- 運用「印花」(tokens)

為何

- 結合強化及強化的原因
- 要對孩子的「行為」、「態度」及「期望以外的良好行為」加以肯定

哪些是有效的增強物 (Reinforcers)？

1. 孩子的最愛
2. 容易觸碰並順手拈來
3. 量少而短促
4. 可以立即實行
5. 與口頭讚賞、社交讚賞及讚賞的原因連結起來

兌換
獎賞

A

超級市場

資料來源：
https://hk.ulifestyle.com.hk/activity/detail/112807/尖沙咀好去處-尖沙咀新開7000呎大型夾公仔店-50部公仔機-新手都夾到

印花的運用

- 印花的種類—點數、✓號、星星、貼紙等
- 幾多？
- 幾頻密？

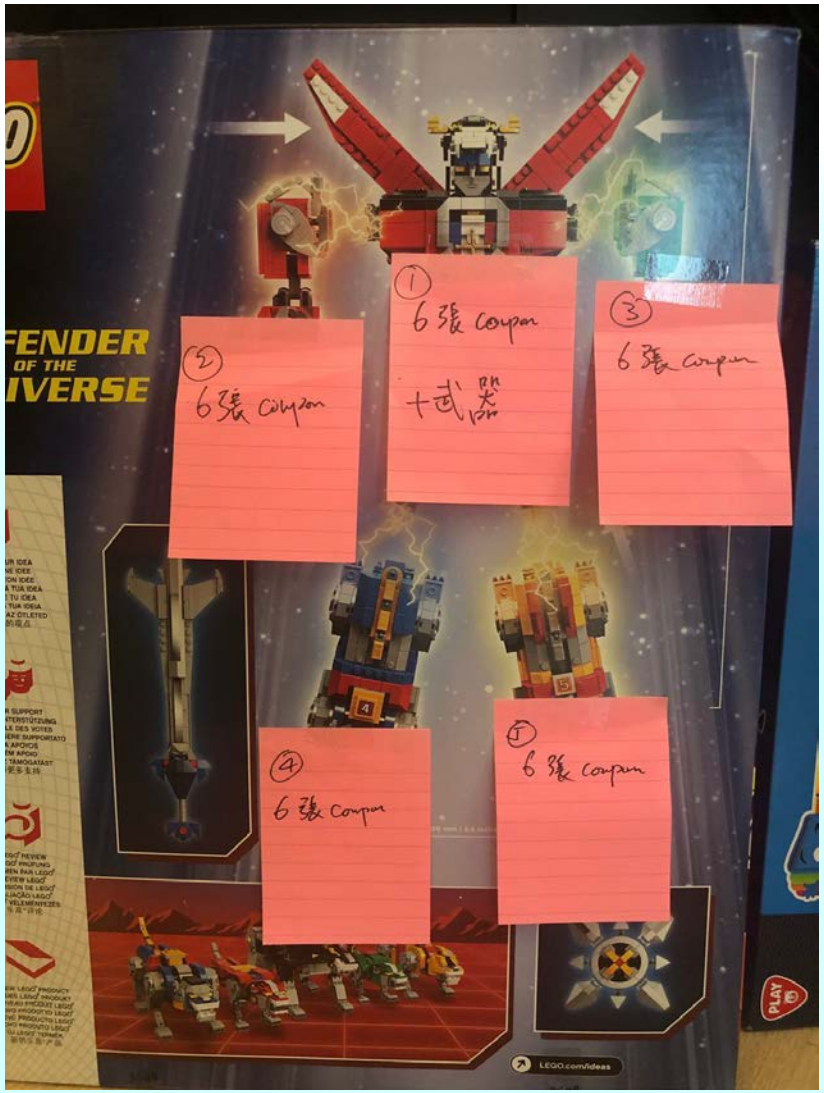
由5個印花開始
記得信守承諾

實用策略(4) – 建立自控能力

時間累積：
利用其中一部分的強化去換取更大的獎賞

兌換
獎賞

15,000 里數	台灣, 昆明	$1,500, $2,000
20,000 里數	宿霧, 北京, 北海道	$2,000, $2,500, $?
40,000里數	悉尼	?
60,000里數	歐洲	$6,500



實用策略(5) - 運用計時器

a.清楚表示規則
b.運用計時器
c.提前警告/提示
d.數 3-2-1

規則是....

3-2-1

實用策略(6) - 減低負面行為

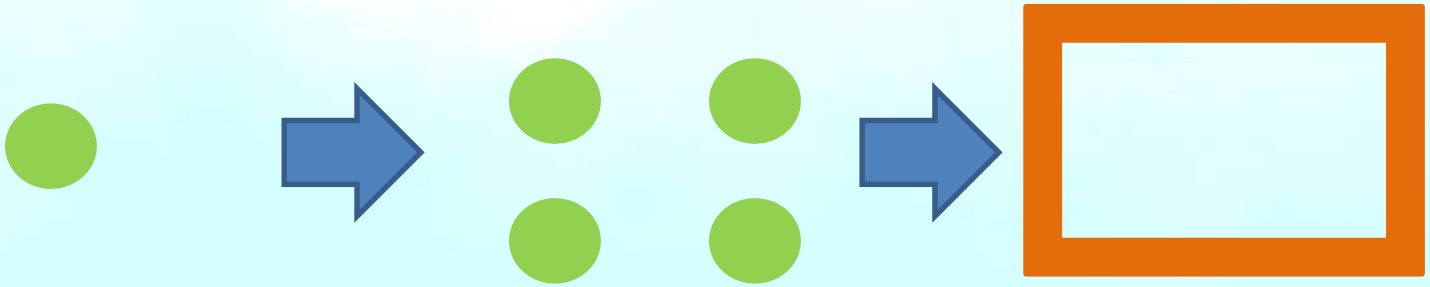
連繫前因及後果

a. 清楚表示規則
b. 有需要時提醒有關規則
c. 如出現負面行為，要求孩子承擔後果

減低負面行為

- 第一次犯錯時立即給予警告，但同時給予一次機會
- 第二次犯錯及之後奪去印花
- 糾正錯誤(over correction)
- 如有良好行為立即獎賞印花

使用策略(7) - 類化(Generalisation)的重要



把已建立的良好行為類化到其他人和環境，
確保孩子不只是依從一個人的指示。

行為是可以透過學習而來的!

- 應於行為問題初期及早處理

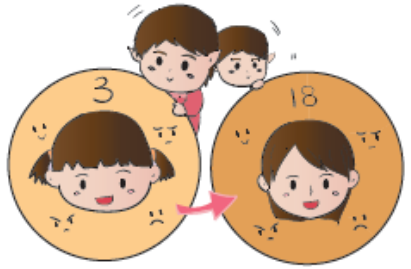
❖行為是可以改善的

❖新的行為，包括正面和負面行為也會不停出現

教育局 Education Bureau

Faculty of Education The University of Hong Kong 香港大學教育學院

三歲開始定八十，
及早改善更見效。



實用策略

各種方法有千秋，
互補齊用更可靠。

- ✓ 建立自控能力
- ✓ 了解行為功能
- ✓ 類化的重要
- ✓ 訂立行為計劃
- ✓ 運用計時器
- ✓ 運用「強化」
- ✗ 不要賄賂
- ✗ 減低負面行為

身教言教做楷模，
社交行為讀書優。

預防更勝於治療，
訓練「兒」早不宜遲。

- ⭐ 先溝通，後指正
- ⭐ 若稱心，更願做
- ⭐ 有楷模，學得好

了解更多：

- 香港大學教育學院
- 賽馬會「玩學相長」計劃

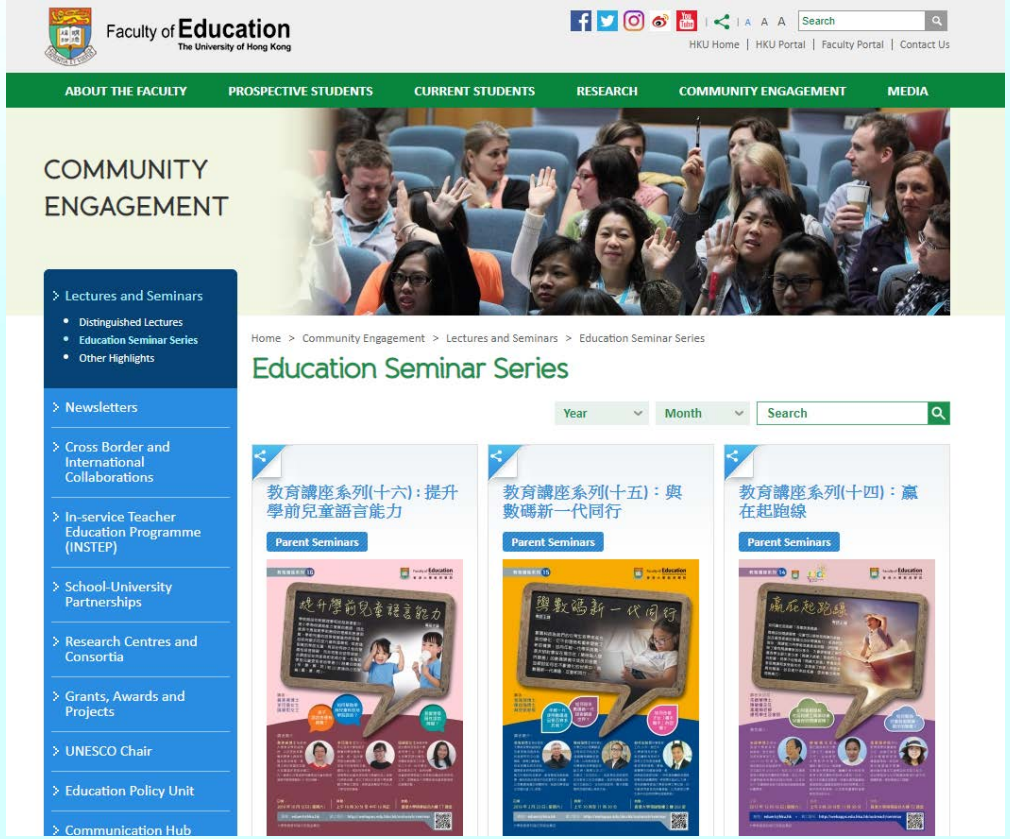
更多資訊...

教育局 Education Bureau

Faculty of Education The University of Hong Kong 香港大學教育學院

香港大學教育學院

https://web.edu.hku.hk/event/parent-seminars



謝謝！