



幼兒身心發展  
從行為主義談  
學齡前兒童身心發展

By

Mei-Yao Huang, PH. D.

# 何謂行為？

- ◆行為是指人類與其他動物的動作、行動方式，以及對環境與其他生物體或物體的反應。在人類或其他**群居動物**的社會裡，有一些行為是**不被接受的**。
- ◆對動物而言，行為可以是有**意識或無意識**的，可以是**自願**也可以是非自願的。而且是受到**內分泌系統與神經系統**的控制。

# 行為如何學習？

◆從行為主義的角度來看，學習（learning）  
意味著行為的改變（建立）——而非通常我們  
所說的「獲得觀念」、「了解道理」等等。

◇包含兩個要件：

(1)行為的改變必須是基於經驗的影響

(2)行為的改變必須是相當持久而穩定的現象

# 行為與後果

如己所願 → 行為再次出現的可能性增強。

如非己所願 → 行為再次出現的可能性便會減少。

# 行為改變技術

◆英文 Behavior Modification

◆根據行為原理，發展而成的改變行為的各種技術的總稱。

◆理論基礎：Pavlov 古典制約

Skinner 操作制約

Bandura 社會學習理論

◆盛行於二十世紀的五〇、六〇年代。

# 認知行為改變技術

◆ 英文 Cognitive Behavior

Modification，簡稱CBM。

◆ 認知心理學與行為改變技術的綜合。

◆ 簡言之，認知行為改變技術是「藉由認知歷程，達到行為改變的目的。」

# 兩者差異

## ◆行為改變技術

=> 老師或父母學會後，用來管教孩子

## ◆認知行為改變技術

=> 直接教當事人學會管理自己的行為

# 行為改變技術的特色

- ◆能精確、具體描述行為。
- ◆可以有效預測與控制行為。
- ◆客觀、有效，容易操作。
- ◆運用範圍廣泛。



# 哪些行為需要改變？

## ◆ 需要建立的行為（缺乏或不足）

例如：發音不標準、缺乏自信、  
不寫作業、做事不仔細、  
不做家事、不守規則、  
不勇敢、不大方、不積極、…等

## ◆ 需要消除的行為（不當或過多）

例如：亂發脾氣、隨地亂吐、一直看電視、  
上網時間過久、說髒話、挖鼻孔、  
抽煙、咬指甲…等

# 理論基礎

- ◆ 古典制約理論 (I. Pavlov)  
( 環境刺激聯結 )
- ◆ 操作制約理論 (B. F. Skinner)  
( 主動操弄環境 )
- ◆ 社會學習理論 (A. Bandura)  
( 間接觀察學習 )

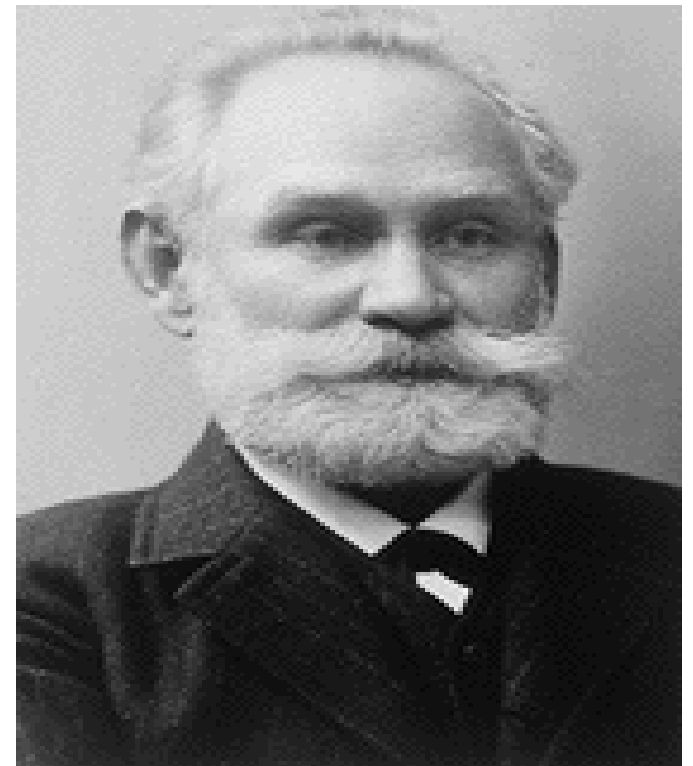
# 古典制約

## Classical Conditioning

### (環境刺激聯結)

Ivan Pavlov

(帕洛夫 1849-1936)



# 巴夫洛夫的研究

- 巴夫洛夫(Pavlov)開始從事古典制約之前，他所研究的是消化系統的機制；並因為研究的成果得過諾貝爾獎(1904)。
- 當把食物放在狗的嘴裡，很快地狗就會分泌唾液。Pavlov認為這個自動的過程深植於狗的神經系統，是一種反射。  
(消化液的分泌是一種反射行為。)

# 巴夫洛夫的研究 (續)

- 在研究消化系統時，Pavlov需要測量狗進食時，各種消化液的分泌量；為了精確的測量分泌量，也為了防止消化液被食物污染，他會將狗的身上插入插管，以便直接測量消化液。

# 巴夫洛夫的研究 (續)

- 他在研究中注意到，當狗在實驗室中待了幾個星期之後，每當狗看到或聽到「常伴隨餵食一起出現的事物或聲音」時（例如，聽到碗盤的碰撞聲，或看到經常餵牠的人），狗就會流口水。
- Pavlov稱這種反應為制約反射 (conditioned reflex)。

# 巴夫洛夫的研究 (續)

- 他認為制約反射是經由經驗而習得機轉。
- 這個發現引起了巴夫洛夫的興趣，所以他致力於了解該現象，直到一九三六年去世為止。

# 古典制約的實驗程序

- ◆ 在一些實驗中，Pavlov將食物直接放在狗嘴裡，然後測量唾液量。
- ◆ 他稱食物為「無條件刺激」(unconditioned stimulus : US)。  
而狗的唾液分泌反應為「無條件反應」(unconditioned response : UR)。



# 古典制約的實驗程序(續)

- ◆ 偶爾幾次，Pavlov會在房間裡搖鈴；當狗聽到鈴聲時，牠會豎起耳朵，但唾液分泌量並未增加。
- ◆ 然後Pavlov開始在每次端上食物前，搖鈴；漸漸地，即使沒有食物出現，狗仍會在鈴聲一響起時，流口水。

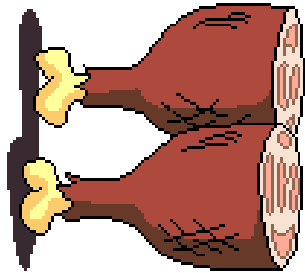
# 古典制約的實驗程序(續)

- ◆ Pavlov認為，狗已經學習將鈴聲和食物連結起來；所以鈴聲已經變成「條件刺激」(conditioned stimulus : CS)而鈴聲響起後增加的口水分泌是「條件反應」(conditioned response : CR)。

# What is 古典制約?

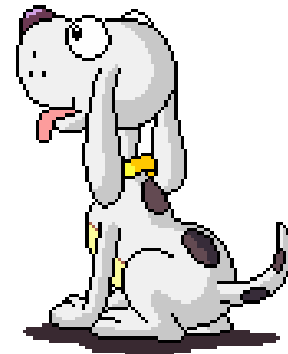
- 任何原本無關的中性刺激，若與反射動作的刺激伴隨出現，連續伴隨出現數次之後，該制約刺激也會引發出反射動作的反應行為。

# 古典制約——制約前



非制約刺激 UCS (食物)

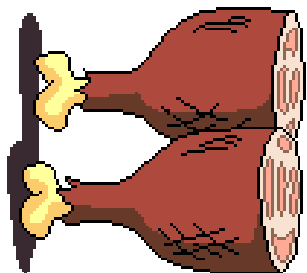
非制約反應 UCR (流口水)



制約刺激 CS (鈴聲)

無流口水反應

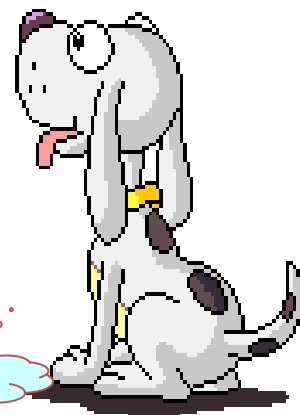
# 古典制約--制約中



非制約刺激 UCS (食物)



制約刺激 CS (鈴聲)

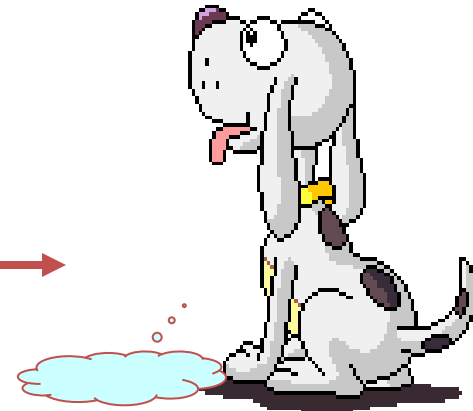


非制約反應 UCR (流口水)

# 古典制約--制約後



制約刺激 CS (鈴聲)



制約反應 CR (流口水)

# 古典制約的程序



- 制約前

CS (鈴聲) → 無反應

(聽到搖鈴沒反應)

UCS (食物) → UCR (流唾液)

(看到裝食物的容器 → 流口水)

- 制約時 (CS 與 UCS 配對)

CS (鈴聲) + UCS (食物) → UCR (流唾液)

(搖鈴之後拿出食物 → 流口水)

- 制約後

CS (鈴聲) → CR (流唾液)

(聽到搖鈴 → 流口水)

## 狗被搖鈴控制了!

# 古典制約

—古典制約說明了某些行為的發生（流口水）是受到了某種外在刺激（搖鈴）所造成的

□例：噓聲→小孩上廁所

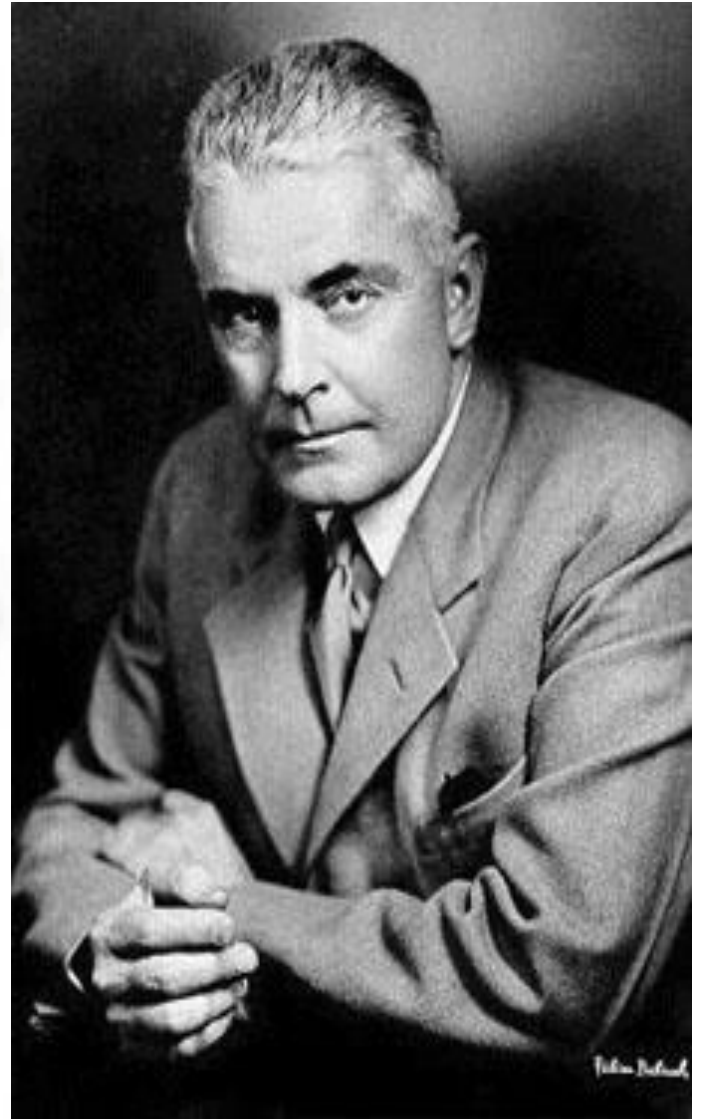
鐘指十二點→肚子餓



# 約翰·華生

(John B. Watson)

- ◆ 是一位美國心理學家，透過動物行為研究而創立了**心理學行為主義學派**，強調心理學是以客觀的態度去研究外在可觀察的行為。



# 環境決定論

- Watson曾說，「給我一打健康的嬰兒，並在我自己設定的特殊環境中養育他們，那麼我可以保證隨意挑選其中一個嬰兒，把他訓練成為我所選定的任何一種專家——醫生、律師、藝術家及小偷等，而不管他的才能、嗜好、傾向、能力、天資和他祖先的種族。不過，請注意，當我從事這一實驗時，我要親自決定這些孩子的培養方法和環境。」

# 古典制約的特色

- 建立在反射動作(Reflex)、或非制約(Un-Conditioned)行為的基礎上。
- 制約：學習得來。
- 非制約：未經學習，天生就具有。
- 古典制約，屬於被動因應的學習。