

甘肃省高等教育自学考试 课程考试大纲

专业名称：心理健康教育（专科）

专业代码：570116K

课程名称：行为矫正（03373）



甘肃省高等教育自学考试委员会 制定

2024年3月

心理健康教育专业（专科）

行为矫正

课程考试大纲

I 课程性质与课程目标

一、课程性质与特点

行为矫正是一门兼具理论与应用的心理学课程，其主要是依据学习原理处理问题行为，从而引起行为改变的一种客观而系统的有效方法。其主要内容包括行为矫正的基本概念、理论基础、行为矫正的强化、惩罚和消退等基本行为矫正技术以及厌恶疗法、系统脱敏疗法等各种主要技术。该课程注重引用大量研究案例来阐述基本原理和研究基础，通过行为矫正的学习，能对一些行为问题进行矫正。

二、课程目标（评价目标）

设置本课程的目的和要求是提高学生熟练掌握行为矫正的基本理论知识、理解行为矫正的基本技术、运用行为矫正的主要技术解决实际心理问题。

1. 学习和理解行为矫正的基本概念、理论基础，重点把握各种理论流派的心理理论观点和相关的研究新进展；

2. 学习和理解功能评估的含义、功能以及行为矫正的研究方法；

3. 掌握强化、惩罚和消退技术的基本含义，重点掌握各种技术的分类，学会将强化、惩罚和消退技术应用到实际案例；

4. 理解刺激控制与差别强化含义，并注意区分其正用与误用；理解塑造、渐隐以及连锁的含义，解其有效运用的原则；

5. 掌握临床行为治疗、认知行为治疗、示范模仿疗法的基本原理，能够运用具体的治疗方法解决现实生活中的心理问题。

三、与相关课程的联系与区别

与本课程相联系的课程是教育心理学、社会心理学、心理测量学、实验心理学等，本课程主要谈论行为矫正理论与应用，其它课程作为本课程的前置基础。

四、课程的重点和难点

本课程的重点包括重点、次重点、一般。重点是行为矫正的核心概念和基本

技术，次重点是行为矫正的一般理论和研究方法，一般内容是行为矫正的简单应用。

II 考核目标

本大纲在考核目标中，按照识记、领会、简单应用和综合应用四个层次规定其应达到的能力层次要求。四个能力层次是递进关系，各能力层次的含义是：

识记（I）：要求考生能够识别和记忆本课程中有关行为矫正的概念及行为矫正的主要内容，并能够根据考核的不同要求，做正确的表述、选择和判断。

领会（II）：要求考生能够领悟和理解本课程中有行为矫正的概念及原理的内涵及外延，理解相关行为矫正知识的区别和联系，并能根据考核的不同要求对相关知识进行解释和说明。

简单应用（III）：要求考生能够根据所学的行为矫正的基本原理，对行为矫正的相关问题进行举例和分析。

综合应用（IV）：要求考生能够根据所学的行为矫正的理论知识，对心理问题进行综合心理分析和论证，并得出解决问题的综合方案。

III 课程内容与考核要求

第一章行为矫正的基本概念

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握行为矫正的定义、基本特点，了解行为矫正的发展简史，正确辨别行为矫正与行为治疗，掌握影响行为改变的因素并能进行具体分析。

二、考核要求

1. 识记：行为的定义、行为的特征、异常行为的定义、行为矫正的定义、行为矫正的基本特点、行为矫正的发展简史。

2. 领会：影响行为改变的因素、问题行为的类型、区分行为矫正与行为治疗。

三、考试内容

行为

1. 行为及其改变

2. 行为的定义：既包含了外显的行为变化，也包含了内隐的心理过程。

影响行为改变的因素：遗传与环境，成熟与学习。

3. 行为的特征：行为就是人们的所说所做和所思所感、行为可以被他人或自己所观察和测量、行为和环境具有某种程度的因果关系。

4 问题行为

(1) 异常行为的定义：指个体的某项行为异为常态，也就是偏离年龄相仿，教育水平相近的人群的平均值。

(2) 问题行为的类型：行为不足、行为过度、行为不当。

行为矫正

1. 行为矫正的定义：依据学习原理（行为学习理论或认知学习理论）处理问题行为，从而引起行为改变（矫治不良行为和增强良性行为）的一种客观而系统的有效方法。

2. 行为矫正的基本假设：问题行为是习得的；各个问题行为是分别习得的；问题行为与环境有特殊关系；重新学习可以矫正问题行为

3. 行为矫正的基本特点：行为矫正着眼于问题行为的解决；行为矫正有明确的学习理论基础；行为矫正强调环境和学习的作用；行为矫正重视专业和生活的结合；行为矫正强调对行为改变的测量

4. 行为矫正与行为治疗

行为治疗主要指在治疗室内治疗师和行为者之间借语言互动(谈话疗法)来进行的行为处理。行为矫正则指在自然的生活环境 或特殊的训练情境下进行的行为处理。

5. 行为矫正的发展简史

巴甫洛夫的基础性工作：狗的条件反射研究、华生：婴儿恐惧实验、斯金纳和班都拉等人的发展性工作

四、本章应用

1. 能举例说明行为矫正的定义及其内涵。

2. 能够正确辨别行为矫正与行为治疗，掌握影响行为改变的因素并能进行具体分析。

3. 依据学习原理（行为学习理论或认知学习理论）处理问题行为。

五、本章关键问题

教学重点是行为矫正的内涵、行为矫正的基本假设、行为矫正的基本特点；教学难点是行为矫正的内涵与基本假设。正确辨别行为矫正与行为治疗，简单了解行为矫正的发展简史。

第二章 行为矫正的理论基础

一、学习目标与要求

通过本章的学习应该掌握认知学习理论、社会学习理论的基本观点，领会各个理论的基本思想，了解各理论之间的区别与联系。

二、考核要求

1. 识记：认知行为学习理论的基本含义、理性情绪行为理论的概要、不合理信念的主要特点、观察学习的定义、观察学习的基本过程。

2. 领会：巴甫洛夫的经典性条件作用理论、斯金纳的操作性条件作用理论、影响观察学习的主要因素。

三、考试内容

巴甫洛夫的经典性条件作用理论

巴甫洛夫的经典实验

巴甫洛夫：狗的唾液分泌反应

斯金纳的操作性条件作用理论

斯金纳：饿猫打开迷笼实验。

经典性条件作用和操作性条件作用的比较

人物	巴甫洛夫	斯金纳
实验	狗进食摇铃实验	迷箱实验
理论	经典性条件作用理论	操作性条件作用理论
研究对象	应答性行为	操作性行为
过程	先有刺激 后有行为	先有行为 后有刺激
地位	有限（被动）	最高（主动）

知行为学习理论

1. 认知行为学习理论的基本含义：结合行为理论和认知学习理论，认为通过影响个体的内在认知可以改变个体外显的问题行为。

2. 艾里斯的理性情绪行为理论

(1) 理性情绪行为理论的概要

在 ABC 理论模型中，A 指诱发性事件，B 指个体在遇到诱发性事件之后建立的相应信念，即对这一事件的想法、解释和评价，C 指在特定情境中，个体的情绪及行为的结果。

(2) 不合理信念的主要特点：绝对化要求、过分概括化、糟糕至极。

班都拉的社会学习理论

1. 观察学习的定义：所谓观察学习就是人们通过观察他人的行为及行为的后果而间接进行的学习。由于观察学习理论主要关注的是个体社会行为的习得和个体社会化的历程，因此也叫社会学习理论。

2. 观察学习的基本过程：注意过程；保持过程；动作再现过程；动机过程

3. 影响观察学习的主要因素：榜样与示范、观察与模仿、替代强化和自我强化。

四、本章应用

综合应用：能结合理论原理联系实际分析论述，逻辑思维清楚，合理解决实际问题。

五、本章关键问题

教学重点和教学难点是认知学习理论和班杜拉的社会学习理论体系与观点。

第三章问题行为的功能评估

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握功能评估的基本概念，理解功能评估的价值、评估方法，区分功能评估的几种策略。

二、考核要求

1. 识记：功能评估的含义、问题行为有关的 5 个方面的信息、问题行为的功能、功能评估的方法、问题行为的调查评估、问题行为的观察评估、问题行为的实验评估。

2. 领会：功能评估的价值、建立行为矫正方案应考虑的因素、建构等值性行为模式的步骤。

三、考试内容

功能评估

1. 功能评估的含义：功能评估是一种搜集行为资料并分析其行为功能的过程，也就是收集和分析与问题行为的发生有关的前提和后果的过程。

2. 功能评估的价值：实施功能评估核心的目的是提高行为矫正的效果和效率。通过功能评估，明确问题行为发生的环境刺激和强化后果，有助于建立科学有效的行为矫正方案。

3. 问题行为有关的 5 个方面的信息：描述问题行为；明确前提事件；确定行为后果；提出明确假设；收集科学数据

4. 问题行为的功能：社会性正强化、社会性负强化、感觉性正强化、感觉性负强化

5. 功能评估的方法

(1) 调查法：与当事人本人或者是了解当事人的其他人进行直接接触和交谈。

(2) 观察法：所谓观察，是指在日常生活中系统地观察问题行为者。

(3) 实验法：实验法也称功能分析，它是系统化地操纵与问题行为有关或无关的特定变量，以便找出行为所代表的真正功能，从而明确问题行为、前提事件和行为后果之间的因果关系。

功能评估的主要策略

1. 问题行为的调查评估：

(1) 调查的对象、时间及结果

(2) 调查评估的内容

(3) 功能性评估面谈表的运用

2. 问题行为的观察评估：

(1) 观察者与观察长度

- (2) 观察评估的内容
- (3) 功能性评估观察表的使用

3. 问题行为的实验评估

- (1) 实施时机和参与人员
- (2) 实验评估的基本过程
- (3) 实验评估的基本原则

建立行为矫正方案

1. 建立行为矫正方案应考虑的因素

- (1) 行为矫正方案应描述家庭或支持人员改变的情形
- (2) 以功能性评估资料为依据建立行为矫正方案
- (3) 行为矫正方案应遵循人类行为的基本原理
- (4) 行为矫正方案应配合实施者的能力、资源和价值

2. 建构等值性行为模式

- (1) 分析和说明功能性评估所提供的结论性陈述
- (2) 建立与问题行为功能等值的适当行为
- (3) 使问题行为无用武之地的干预选择

四、本章应用

- 1. 了解功能评估的方法，并应用与日常生活。
- 2. 区分与掌握功能评估的几种策略。

五、本章关键问题

教学重点是功能评估的定义、功能评估的方法、功能评估的几种策略；教学难点是建立行为矫正的方案。

第四章行为矫正的研究方法

一、学习目的与要求

通过本章的学习应该掌握界定和分析目标行为的要求、如何观察和记录目标行为，理解影响观察和记录效果的因素有哪些。

二、考核要求

1. 识记：界定和分析目标行为的要求、观察和记录的意义、观察和记录的准备、观察和记录行为的维度、连续观察和记录、时距观察和记录、时点观察和记录。

2. 领会：界定和分析不需要的目标行为、界定和分析需要的目标行为、影响观察和记录效果的因素

三、考试内容

目标行为

1. 界定和分析目标行为的要求：明确指出并命名全部的问题行为；注明行为改变的方向，是增加某一行为，还是减少某一行为；确定成功的标准，如 95%正确或 100% 正确等。

2. 界定和分析不需要的目标行为：

(1) 行为应予消除，是指使该行为尽可能永远不再发生或不再出现。

(2) 行为应予减少，是指使该行为的发生概率下降，或发生强度减弱。

(3) 行为应予限制，是指行为本身不是问题，但是它发生在不该表现的环境中，因此应将其限制在特定的环境之中。

3. 界定和分析需要的目标行为：

(1) 行为应予加强，是指目标行为并没有像我们所希望的那样经常发生，为此应设法增加其发生的次数或出现的频率。

(2) 行为应予发展，是指当事人当前还不会操作目标行为，需要教会他如何动作来表现这一目标行为。

观察和记录目标行为

1. 观察和记录的意义：有助于确定矫正是否必须实施；有助于选择和评估矫正策略；有助于评估行为矫正的效果；有利于促进矫正过程的坚持。

2. 观察和记录的准备：确定由谁来观察和记录个体的目标行为；决定记录的时间、地点和工具；在自然环境或人为环境中进行的；准备合适的观察和记录工具也非常重要。

3. 观察和记录行为的维度：次数、时间、质量

4. 观察和记录时间的分配

(1)连续观察和记录:连续记录指的是将某一时间内所发生的行为从头到尾记录下来,也称为轶事记录或日记式记录。

(2)时距观察和记录:时距记录是根据需要,先选定一段特定的时段为观察时间,然后将这段时间划分成相等的更短的时段,观察当事人在每个时段中行为出现的情况。

(3)时点观察和记录:时点记录也称时间取样记录,和时距记录相似,也要划分观察时段,以便取得问题行为发生次数的资料。

5. 观察和记录信度的检验

影响观察和记录效果的因素:

①问题行为的定义不清楚、不具体或不完善,使观察者无所遵循,造成不同观察者的观察结果不能完全一致。②观察环境受到干扰。③观察者本身的条件不足。④观察记录表格设计不良。

四、本章关键问题

教学重点是界定和分析目标行为的要求;教学难点是如何观察和记录目标行为。

第五章强化

一、学习目标与要求

通过本章的学习应该掌握强化的定义、类型,理解如何选择强化物,如何有效运用正强化与负强化的原则。

二、考核要求

1.识记:强化的定义与分类

2.领会:强化物的分类、选择强化物的方法、有效运用正强化和负强化的原则

三、考试内容

强化

强化的含义:就是指有机体做出某一行为反应的结果提高了该行为以后发生概率的过程。所谓强化物就是指能起到强化作用的事件或刺激。

强化的分类:

1.正强化：指的是有机体做出某一行为反应后，导致了刺激的出现或刺激强度的增加，并且提高了该行为在今后发生概率的过程。例如，给予食物或加大奖励。

负强化：就是当有机体做出某一行为反应后，导致了刺激的消失或刺激强度的降低，并且结果也提高了该行为在今后发生的概率。例如，回避电击或减轻处罚。

2.无条件强化;不需要任何任何外部因素就能对行为产生影响，强化物与有机体的基本需要相关，如，食物、水、氧气等。

条件性强化：与无条件强化相对，强化物为学校里惯用的分数、名次、社会上常见的称赞、金钱等。

3.连续强化：就是当所需要的目标行为一旦发生，就予以强化。

间歇强化：就是一种偶然地(或间歇地)而不是每一次都对所发生的行为进行强化的方法。

强化物的分类：消费性强化物、社会性强化物、活动性强化物、反馈性强化物。

选择强化物的方法：活动观察；事件调查。

有效运用正强化的原则：正确选择目标行为，使计划顺利进行、正确选择强化物，使训练发挥效力、正确实施正强化，使训练不要错过时机、尽力达成目标，让当事人逐渐脱离程序。

有效运用负强化的原则：

(1) 如果必须通过负强化来建立良好行为，那么在逃避反应和回避反应中，应优先采用回避反应。

(2) 在使用回避反应之前，必须借助逃避反应来建立目标行为。如果逃避反应已经获得，则回避反应一般易于建立。

(3) 在使用回避反应的过程中，所使用的条件厌恶刺激必须是强力惩罚物的信号，必须使当事人获得“警告”。

(4) 必须慎重使用逃避和回避反应。

(5) 负强化最好和正强化结合使用。

四、本章应用

举例说明强化在学习和生活当中的应用。

例 1 当小明在语文课上专心听讲时，语文老师就对他微笑并表扬他，结果小明在以后的语文课上更有可能集中注意力专心听讲（正强化）。

例 2 某家庭主妇正在烹制食物，厨房油烟很大，于是她打开了抽油烟机，油烟被排出了厨房，结果她在今后烹制食物时更有可能使用抽油烟机（负强化）。

五、本章关键问题

教学重点强化含义及分类、教学难点是有效运用正强化与负强化的原则。

第六章 惩 罚

一、学习目标与要求

通过本章的学习掌握惩罚的含义与分类，领会惩罚的特点与正惩罚的有效运用。

二、考核要求

1. 识记：惩罚和惩罚物的定义、正惩罚与负惩罚的定义
2. 领会：惩罚的特点、正惩罚的有效应用

三、考试内容

惩罚的含义：就是指有机体做出某一行为反应的结果，降低了该行为以后发生概率的过程。所谓惩罚物就是指其呈现可以降低反应发生概率的事件。

惩罚的分类

1. 正惩罚定义：厌恶刺激的呈现或厌恶活动的实施；
2. 负惩罚定义：就是强化物（积极刺激或积极活动）的撤离或丧失，分为隔离和反应代价两种形式。

反应代价：指当个体做出某一不良行为后，被剥夺了部分强化物。

3. 惩罚的特点：立即性、情境性、复原性
4. 正惩罚的有效应用：选择好目标行为、选择好惩罚物、做好惩罚的准备、科学地实施惩罚。

四、本章应用

能结合理论原理分析论述，如何正确选择惩罚物。

（1）当需要对个体的不良行为进行惩罚时，我们应该优先考虑隔离、反应代价等撤离或丧失强化物的方式，再考虑施加厌恶刺激和从事厌恶活动的方式。

如果必须使用惩罚物，而且各种惩罚方法都能达到治疗效果的话，则应该优先考虑矫枉过正，然后考虑斥责，最后再考虑体力劳动和体罚。

(2) 一般而言，在惩罚物的选择时，应根据问题的严重程度，尽可能选择那些危害最少、执行最易、要求最低的方式。

五、本章关键问题

教学重点是惩罚的含义、分类；教学难点是如何正确选择惩罚物。

第七章消退

一、学习目的与要求

通过学习掌握消退的含义，消退的特点，能举例说明消退的案例，领会消退的有效运用。

二、考核要求

识记：消退的定义

领会：消退的特点、消退的有效应用

三、考试内容

1.消退的定义：在特定情境中，个体产生了以前被强化的行为，但此时这个反应之后并不跟随着通常的强化，那么当他下一次遇到相似情境时，该行为的发生概率就会降低。

2.消退的特点：渐进性、爆发性、恢复性。

3.消退的有效应用：选择好目标行为、做好消退准备、科学的实施消退、合理的结束消退。

四、本章应用

举例说明消退在教育和生活中的应用：

案例：小亮从小由奶奶带大，只要他一哭，奶奶就拼命地哄他，而小亮父母把他接回身边之后对他的无理哭闹行为不予理睬，逐渐地小亮的哭闹性行为减少了。

五、本章关键问题

教学重点是消退及其含义、特点；教学难点是消退的有效运用。

第八章差别强化与刺激控制

一、学习目的与要求

通过本章的学习掌握差别强化、刺激控制的含义,理解差别强化的有效运用,理解和区分促进刺激的形式。

二、考核要求

1. 识记: 差别强化和行为分化的定义、刺激控制与刺激辨别、刺激促进的定义

2. 领会: 促进性刺激的形式、差别强化的有效运用

三、考试内容

1. 差别强化的定义: 就是具体的期望(良性)行为后面出现强化物而其他(不良)行为后面没有强化物的程序。

2. 行为分化的定义: 就是个体对同一情境中的不同性质的特定行为或同一行为的不同水平进行区分和辨别。

3. 刺激控制的定义: 是指某一特定行为跟随某一特定刺激而不是其他刺激的出现而出现。

4. 刺激辨别的定义: 一个体学会在某一刺激情境中做出特定行为而在其他刺激情境中不做出这一行为的过程

5. 刺激促进定义: 就是在辨别性刺激存在的情况下,在行为发生之前和进行之中所增加的刺激。

6. 差别强化的有效运用: 选择合适的差别强化程序、选用合适的计时装置、逐渐变化获得强化的行为比率标准、对问题行为的低率和缺失或替代行为的高率和出现一致地实施强化。

7. 促进性刺激的形式: 言语指导、行为示范、身体引导、情景诱导。

四、本章应用

举例说明差别强化在教育和生活中的应用

案例：在小学课堂中，小学生喜欢表达自己的意见，但是随意的发表意见得不到强化，只有举手回答问题才能得到强化物，那么小学生就逐渐明确随意发表意见和举手回答问题之间的差别。

五、本章关键问题

教学重点是差别强化和刺激控制的相关含义；教学难点是差别强化的有效运用。

第九章 塑造、渐隐与连锁

一、学习目的与要求

通过本章的学习掌握：塑造、渐隐以及连锁的定义，理解塑造、渐隐、连锁的原则，能够在教育和生活中有效的应用塑造、渐隐和连锁技术。

二、考核要求

1. 识记：塑造的定义、渐隐的定义、连锁的定义
2. 领会：有效运用塑造、渐隐、连锁的原则。

三、考试内容

1. 塑造的定义：就是建立个体在当时还不会完成的新的目标行为的过程，即个体从不能做出某一行为到一步一步学会这一行为的过程。

2. 渐隐的定义：在个体的反应不变的情况下，逐渐改变刺激，直至达到适当的刺激，以使个体对这个适当的刺激做出反应。

3. 连锁的定义：就是把要求习得的整体行为分解为一个一个紧密联系着的环节，即刺激—反应链，然后对当事人的行为链条逐一进行训练，并最终使之习得整体行为的方法。

4. 有效运用塑造的原则：确定好目标行为、选择好起始行为、设定好塑造步骤、把握好塑造进度、有效进行差别强化。

5. 有效运用渐隐的原则：确定好目标刺激、选择好起始刺激、设定好渐隐步骤、实施好渐隐计划。

6. 有效运用连锁的原则：进行任务分析、正确示范练习、科学实施连锁、有效进行强化、渐隐促进刺激。

四、本章应用

举例说明塑造、渐隐和连锁在教育和生活中的应用

塑造的案例：动物的“杂耍”行为，很多表演让我们人类叹为观止，其实它们都是塑造的结果。

渐隐的案例：渐隐尤其适用于对特殊儿童的教学和训练。

连锁的案例：训练儿童的日常用语，例如，“请问，你能借给我一块橡皮吗？”我们在教这句话时，可以把整句话连起来教，并让儿童把这些不同的词联结起来学，每当儿童说完这句完整的话时，就立即加以强化，不断的反复练习。

五、本章关键问题

教学重点是造、渐隐以及连锁的含义；教学难点是有效运用塑造、渐隐以及连锁技术的原则。

第十章 代币系统与行为契约

一、学习目的与要求

通过本章的学习掌握代币系统、行为契约的定义，理解代币系统的特点、行为契约的类型、结构，知道如何实施代币和行为契约。

二、考核要求

1. 识记：代币系统的定义、行为契约的定义
2. 领会：代币系统的特点、行为契约的类型、结构

三、考试内容

代币系统

1. 代币系统的含义：凡是能够累积并用来交换其他强化物的条件性强化物，称为代币。凡是使用代币作为强化物来进行的行为矫正计划，就叫做代币系统。

2. 代币系统的特点

行为契约

1. 行为契约的含义：是连同当事人在内的两位或三位以上的有关人员签署的彼此都同意的条款，这些条款规定了当事人应有的行为表现，及当事人具有这样

的表现或没有这样的表现将会得到的具体结果。其实质就是建立一套以文字条款为形式的、对目标行为的奖励和惩罚机制

2. 行为契约的类型：单方契约、双方契约

3. 行为契约的结构：确定目标行为、确定目标行为的测量方法、确定目标行为必须执行的时间、确定强化与惩罚的发生、确定由谁来实施强化或惩罚

四、本章应用

1. 如何实施代币系统的应用：明确目标行为、确定代币、确定后援强化物、拟订代币交换系统、决定是否使用反应代价、准备代币系统工作手册

2. 如何实行为行为契约：第一，形成文字，详细记录。第二，认真磋商，注意气氛。第三，行文明确，表述恰当。第四，因人而异，及时修订。第五，明确角色，进行演练。第六，公开契约，寻求监督。

3. 比较分析代币系统和行为契约的相同点和不同点。

五、本章关键问题

本章的教学重点是代币系统、行为契约的定义；教学难点是如何实施代币和行为契约。

第十一章 行为维持与自我控制

一、学习目的与要求

通过本章的学习掌握行为维持和自我控制的定义，理解行为维持与自我控制的基本策略、自我控制的基本步骤。

二、考核要求

1. 识记：行为维持的定义和基本策略、自我控制的定义、自我控制的主要方法

2. 领会：行为迁移的促进技术、自我控制的结构、类型、基本步骤

三、考试内容

行为维持

1. 行为维持的含义：行为维持与迁移也称行为泛化。所谓泛化，就是指行为改变的效果延伸到与行为矫正方案不同的情境场所和时间范围。行为改变效果延

伸到其他情境场所，通常称为行为迁移；行为改变效果在时间范围上的延伸，则称为行为维持。

2.行为维持的基本策略：延缓强化、间歇强化、渐隐强化、自然强化、同伴支持

3.行为迁移的促进技术：在目标情境中进行训练、在多种刺激条件下进行训练、制定情境的共同刺激、教授一些功能等值反应

自我控制

1.自我控制的含义：自己对自己实施行为矫正的方法，称作自我控制。

2.自我控制的主要方法：刺激控制、自我监控、自我奖惩、行为契约、社会支持、自我指导

3.自我控制的结构：自我指导、自我监控、自我奖惩

4.自我控制的类型：即时后果短路的类型和表现

5.自我控制的基本步骤：表达自我矫正的意愿和决定、明确目标行为及行为标准、自我监控行为改变进程、对问题行为进行功能评估、选择合适的自我矫正方法、维持和迁移自我矫正的效果

四、本章应用

举例说明行为维持和自我控制的应用案例。

五、本章关键问题

教学重点是行为维持和自我控制的基本含义、基本策略；教学难点是行为维持与自我控制的案例应用。

第十二章 临床行为治疗

一、学习目的与要求

通过本章的学习领会厌恶疗法、系统脱敏疗法、生物反馈疗法、冲击疗法的定义与基本原理。

二、考核要求

1.识记：厌恶疗法的定义、变式、运用原则、脱敏疗法的定义、变式和特点、冲击疗法的定义和应用程序、生物反馈疗法的定义

2.领会：厌恶疗法的基本原理、厌恶疗法与惩罚的区别、有效运用厌恶疗法的原则、系统脱敏疗法的基本原理、系统脱敏疗法包括三个基本步骤、运用系统

脱敏疗法的原则、焦虑等级量表的建立、冲击疗法的基本原理、生物反馈治疗的基本原理、有效运用生物反馈治疗的原则

三、考试内容

厌恶疗法

1. 厌恶疗法的定义：厌恶疗法是将欲戒除的目标行为与某种不愉快的或惩罚性的刺激反复多次结合起来，通过厌恶性条件作用过程，从而达到戒除或减少目标行为的目的。

2. 厌恶疗法的变式：符号性厌恶疗法、想象性厌恶疗法

3. 了解厌恶疗法的基本原理

4. 了解厌恶疗法与惩罚的区别

5. 有效运用厌恶疗法的原则：慎用厌恶疗法、慎选厌恶疗法、科学实施厌恶疗法、巩固厌恶疗法效果

系统脱敏疗法

1. 系统脱敏疗法的定义：系统脱敏疗法在当事人处于全身充分放松的状态下让当事人想象自己处于所恐惧的刺激情境之中，并让当事人从最不恐惧的情境到最为恐惧的情境以小步子的方式渐进而缓慢地一一通过，从而减轻和降低当事人对原来所惧怕的情境的敏感性。由于当事人是逐渐想象自己处于从低到高的各种焦虑水平的情境，因此这一方法也称缓慢暴露法。

2. 系统脱敏疗法的变式与特点：真实情境脱敏法、接触系统脱敏法、自动化系统脱敏法、情绪性意象脱敏法、系统自我脱敏法

3. 了解系统脱敏疗法的基本原理

4. 系统脱敏疗法包括三个基本步骤：肌肉放松训练、焦虑等级排序、实施系统脱敏

5. 运用系统脱敏疗法的原则：介绍系统脱敏的特点、进行系统脱敏的准备、实施系统脱敏的训练

6. 焦虑等级量表的建立：焦虑资料的收集、焦虑等级的排列

冲击疗法

1. 冲击疗法的定义：冲击疗法是把能引起当事人最大恐惧的刺激直接暴露给当事人，置他于极其恐怖的情境之中，欲图物极必反的效果，从而消除其恐惧情绪。

2. 冲击疗法的应用程序：进行全面体检、签订行为契约、进行治疗准备、实施冲击治疗

3. 了解冲击疗法的基本原理

生物反馈疗法

1. 生物反馈疗法的定义：生物反馈是在电子仪器的帮助下，将我们身体内部的生理过程、生物电活动加以放大，放大后的机体电活动信息以视觉(如仪表读数)或听觉(加蜂鸣音)形式呈现出来，使主体得以了解自身的机体状态，并学会在一定程度上随意地控制和矫正不正常的生理变化。

2. 生物反馈治疗的基本原理：生物反馈的作用机制、生物反馈的理论依据、生物反馈的适用症

3. 有效运用生物反馈治疗的原则：填写当事人的情况调查表、测定基础值并确定训练方案、实施生物反馈训练计划。

四、本章关键问题

教学重点和难点都是各种临床行为治疗的定义与基本原理。

第十三章 认知行为疗法

一、学习目的与要求

通过本章的学习掌握认知治疗的定义与基本原理、理性情绪行为疗法的定义与基本原理，领会认知治疗与理性行为疗法的基本过程。

二、考核要求

1. 识记：认知治疗的定义、基本技术、理性情绪行为疗法的定义、基本原理（ABC理论）

领会：认知治疗的基本原理、认知治疗的基本过程、理性情绪行为疗法的基本过程、理性情绪行为治疗的认知技术、理性情绪行为治疗的情绪技术、理性情绪行为治疗的行为技术

三、考试内容

认知治疗

1. 认知治疗的定义: 认知治疗是指根据认知过程影响情绪和行为的理论假设, 通过认知技术来改变当事人不良情绪和行为的心理治疗方法的总称。

2. 认知治疗的基本技术: 识别自动性思想、识别认知错误、进行真实性检验、去中心化、监控忧郁或焦虑水平

3. 认知治疗的基本原理

4. 认知治疗的基本过程: 认知治疗的初期、中期和后期; 治疗过程的基本格式

理性情绪行为疗法

1. 理性情绪行为疗法的定义: 美国著名心理咨询学者艾里首创的心理咨理论及方法。该方法重视不合理信念对情绪和行为的影响, 其核心理论是 ABC 理论, 即对诱发事件所持有的不合理的信念是导致情绪和行为问题等结果的主要原因, 因此治疗的主要方法是通过认知技术、情绪技术和行为技术使当事人的不合理信念得到改变, 从而消除其情绪和行为问题, 并达到无条件地接纳自己这一治疗目标。

2. 理性情绪行为疗法的基本原理: 人性观、生物—心理—社会模式、ABC 理论

3. 理性情绪行为疗法的基本过程: 动员阶段; 评估问题、人际关系和环境; 准备治疗; 执行治疗; 效果评估; 准备结束

4. 理性情绪行为治疗的认知技术: 理性分析、想象示范、劝说他人、变换视角、认知作业、录下会谈内容、停下来思考、双重标准辩论、灾难标尺、魔鬼主张

5. 理性情绪行为治疗的情绪技术: 理性情绪想象、幽默、无条件接纳自我和他人、会心小组、时间投影、放大想象

6. 理性情绪行为治疗的行为技术: 强化与惩罚、暴露练习、促发羞耻的练习、冒险练习、矛盾行为、悖于个性行为、延迟满足

四、本章应用

举例说明认知疗法的主要应用

五、本章关键问题

本章的重点是认知疗法和理性情绪疗法的定义；教学难点是认知疗法和理性情绪疗法的基本原理。

第十四章 示范模仿疗法

一、学习目的与要求

通过本章的学习掌握示范模仿疗法的定义、主要类型、理解示范模仿治疗的基本原理，知道如何运用示范模仿治疗。

二、考核要求

1. 识记：示范模仿疗法的定义、作用、主要类型
2. 领会：示范模仿疗法基本过程、影响因素、运用原则

三、考试内容

模范示范疗法

1. 示范模仿疗法的定义：示范模仿疗法是基于社会学习理论，个体通过观察榜样及其所示范的行为，进而导致个体增加或获得良好行为，减少或消除不良行为的一种行为矫正方法。

2. 示范模仿疗法的主要作用：减弱行为、增进行为、获得行为

3. 示范模仿疗法的主要类型：真实性示范模仿、符号性示范模仿、参与性示范模仿、想象性示范模仿、效果的比较

4. 示范模仿疗法的基本过程：行为示范阶段、行为获得阶段、行为表现阶段

5. 示范模仿疗法的影响因素：榜样特征与行为获得、当事人特征与行为获得、促进行为表现的措施、提高行为质量的措施、促进行为迁移的措施

(3) 示范模仿疗法的运用原则：选好目标行为、科学进行示范、强化模仿行为、反馈进步情况

四、本章应用

举例说明示范模仿疗法的应用：治疗恐怖症、训练社交技能

五、本章关键问题

本章的重点是示范模仿疗法的定义；教学难点是示范模仿疗法的基本原理与基本过程。

IV 有关说明和实施要求

（一）关于考核目标的说明

为使考核内容具体化和考核要求标准化，本大纲在列出课程内容的基础上，对各章规定了考核目标，包括考核知识点和考核要求。

本大纲的考核目标，按识记、领会应用三个层次规定所应达到的能力层次要求。各能力层次的涵义是：

识记：能了解有关的名词、概念和知识的涵义，并能正确认识和表述。

领会：在识记的基础上，能全面把握基本原理和基本知识，掌握有关原理、概念的区别和联系。

应用：是指能够运用基础知识、基本理论去分析和解释行为矫正的基本问题。应用针对具体案例的分析和具体操作技术的掌握。

（二）关于教材

行为矫正考试指定使用的教材是《行为矫正》（伍新春，胡佩诚编著，高等教育出版社，2005.10）

（三）自学方法指导

本课程由于内容较多，同时有一定难度，应考者在自学时应注意以下几点：

1. 在学习前，应仔细阅读本课程的考试大纲以及每章的第一部分考核知识点的有关内容。

2. 认真学习考核知识的具体要点和内容，注意各知识点的能力层次要求，以便在学习教材时做到心中有数，有的放矢。

3. 在自学时要注意严格依据考试大纲进行学习，吃透每一个知识点，对基本概念必须深刻理解，基本原理要牢固掌握。

（四）关于命题考试的若干要求

1. 本课程的命题考试，应根据本大纲规定的课程内容和考核目标，来确定考试范围和考核要求；不要任意扩大或缩小考试范围，提高或降低考核要求。考试命题要覆盖本大纲的第一章到第十四章的内容，并适当突出重点章节，体现本课程的基本内容。

2. 试卷对能力层次的要求应结构合理。对不同能力层次要求的分数比例，一般为：识记 30%，领会 40%，应用 30%。

3. 要合理安排试卷的难度结构。试题的难度分为易、较易、较难、难四等。每份试卷中，四种难易度试题的分数比例一般以 2:3:3:2。试题的难易度与能力层次不同，在各个能力层次中，都可有难易度不同的试题。

4. 本课程考试试卷的题型，一般有：单项选择题、判断题、名词解释、简答题等。

5. 本课程考试时间为 120 分钟，试题量应以中等水平的自学者的规定时间内答完全部试题为度。

6. 考试形式：闭卷（笔试）。

附录 行为矫正核试卷（闭卷）

本卷满分 100 分

一、单项选择题（每小题 2 分，10 共分）

1. 乐乐在学习英语时，妈妈出示给他写有 CAR 的卡片并说“car”，这时妈妈用的促进类型是（ ）
A. 言语促进 B. 姿势促进 C. 示范促进 D. 躯体促进
2. 当小明在语文课上专心听讲时，语文老师就对他微笑并表扬他，结果小明在以后的语文课上更有可能集中注意力专心听讲，这个案例运用了（ ）
A. 正强化 B. 负强化 C. 渐隐 D. 反应代价
3. 在治疗“神经焦虑症”和“恐惧症”时，通常优先考虑使用的方法是。（ ）
A. 正强化 B. 消退 C. 系统脱敏法 D. 惩罚
4. 直接观察评估的方法包括以下哪一部分内容。（ ）
A. 实验法 B. 调查法 C. 间接法 D. 描述法
5. 一个学生由于吃手，老师把他的手按在身边 30 秒，这种行为矫正的原理是什么。（ ）
A. 引导服从 B. 过度补偿 C. 反应阻断 D. 身体限制

二、判断题（每小题 5 分，共 10 分）

1. 行为契约不可以引入惩罚。（ ）
2. 行为矫正理论中所指行为可以是内隐的行为。（ ）

三、名词解释（每小题 5 分，共 15 分）

1. 行为矫正
2. 行为契约
3. 间歇强化

四、简答题（每小题 15 分，共 45 分）

1. 简述功能评估有那些方法？
2. 简述理性情绪行为疗法的基本过程。
3. 简述自我控制的基本步骤。

五、论述题（每小题 20 分，共 20 分）

结合惩罚原理分析论述，如何正确选择惩罚物。

行为矫正核试卷（闭卷）答案

一、单项选择

1. C 2.A 3.C 4.D 5.D

二、判断题

- 1.X 2.V

1. 行为矫正：依据学习原理（行为学习理论或认知学习理论）处理问题行为，从而引起行为改变（矫治不良行为和增强良性行为）的一种客观而系统的有效方法。
2. 行为契约：是连同当事人在内的两位或三位以上的有关人员签署的彼此都同意的条款，这些条款规定了当事人应有的行为表现，及当事人具有这样的表现或没有这样的表现将会得到的具体结果。其实质就是建立一套以文字条款为形式的、对目标行为的奖励和惩罚机制。
3. 间歇强化：就是一种偶然地(或间歇地)而不是每一次都对所发生的行为进行强化的方法。

四、简答题

1. 简述功能评估的方法

- (1) 调查法：与当事人本人或者是了解当事人的其他人进行直接接触和交谈。
- (2) 观察法：所谓观察，是指在日常生活中系统地观察问题行为者。
- (3) 实验法：实验法也称功能分析，它是系统化地操纵与问题行为有关或无关的特定变量，以便找出行为所代表的真正功能，从而明确问题行为、前提事件和行为后果之间的因果关系。

2. 简述理性情绪行为疗法的基本过程。

动员阶段；评估问题、人际关系和环境；准备治疗；执行治疗；效果评估；准备结束

3. 简述自我控制的基本步骤：表达自我矫正的意愿和决定、明确目标行为及行为标准、自我监控行为改变进程、对问题行为进行功能评估、选择合适的自我矫正方法、维持和迁移自我矫正的效果。

五、论述题

结合惩罚原理分析论述，如何正确选择惩罚物。

(1) 当需要对个体的不良行为进行惩罚时，我们应该优先考虑隔离、反应代价等撤离或丧失强化物的方式，再考虑施加厌恶刺激和从事厌恶活动的方式。如果必须使用惩罚物，而且各种惩罚方法都能达到治疗效果的话，则应该优先考虑矫枉过正，然后考虑斥责，最后再考虑体力劳动和体罚。

(2) 一般而言，在惩罚物的选择时，应根据问题的严重程度，尽可能选择那些危害最少、执行最易、要求最低的方式。

V 关于大纲的说明与考核实施要求

一、自学考试大纲的目的和作用（共性部分）

课程自学考试大纲明确了课程学习的内容以及深广度，规定了课程自学考试的范围和标准。因此，它是编写自学考试教材和辅导书的依据，是社会助学组织进行自学辅导的依据，是自学者学习教材、掌握课程内容知识范围和程度的依据，也是进行自学考试命题的依据。

二、课程自学考试大纲与教材的关系（共性部分）

大纲与教材所体现的课程内容应基本一致；大纲里面的课程内容和考核知识点，教材里一般也要有。反过来教材里有的内容，大纲里就不一定体现。

三、关于自学教材

行为矫正考试指定使用的教材是《行为矫正》（伍新春，胡佩诚编著. 高等教育出版社，2005. 10）

四、关于自学要求和自学方法的指导

为有效地指导个人自学和社会助学，本大纲已指明了课程的重点和难点，在章节的基本要求中一般也指明了章节内容的重点和难点。

根据学习对象成人在职业业余自学的情况，可结合自己或他人的教学经验和体会，提出几点具有规律性或代表性的学习方法，并结合本专业的要求、本课程的特点可具体适当展开写出，以便更好地指导考生如何进行自学。

五、应考指导

1. 如何学习

很好的计划和组织是你学习成功的法宝，阅读课本时可以做读书笔记。如有需要重点注意的内容，可以用彩笔来标注。

2. 如何考试

分层分点答题、卷面工整