Public Health
Seattle & King County

应对处理具有挑战性的行为

对您有用的问题

- 为什么这种特定行为值得关切？
- 这种行为还发生在什么地方？
- 它已经发生了多久，什么时候开始的？
- 它发生在何时何地？有具体的时间或地点吗？
- 它是否涉及特定人员？
- 这种行为导致的结果是什么？
- 为帮助孩子改变其行为已做了哪些工作？
- 您认为孩子为什么会这样行事或表现？

行为改变指南

- 用简短的句子来界定行为或问题。 例如：「每当莎拉进入积木区域时，杰瑞就会向她扔积木。」 在此句子中只包含一种行为。
- 收集资料：在行为出现之前、期间、和之后发生的时间、地点、和事件。跟踪行为两天或三天，寻求行为模式。
- 创建想法。集思广益讨论出对其行为或情形可能的解决方案。
- 邀请其家人参与解决方案。尊重家人对孩子最有帮助的想法。
- 选择一个或两个想法在托儿所和家中尝试。
- 沟通计划。确保参与的每个人都了解各自的角色。向家长和老师提供一份计划的书面声明（一份总结儿童会议、做出的决定以及每个人在计划中的角色的概要报告）。
- 设定一个明确的开始和结束日期。监控该计划。
- 评估该计划。再次与家人见面。「计划成功吗？」「计划的哪一部分是成功的？」

Lenore Rubin, PhD, Child Psychologist, CCHP
Revised 2/2022