

代币制在提升智障儿童居家生活自理能力中的运用

陈婷婷

(广东省珠海市特殊教育学校 广东 珠海 519000)

[摘要] 针对一名智力障碍儿童居家生活自理存在的问题,运用代币制来训练该儿童独立吃饭、穿衣、穿鞋子,从而提升该儿童的生活自理能力。结果发现,代币制能够有效提升智力障碍儿童的居家生活自理能力。并就在家庭环境中使用代币制提出建议。

[关键词] 代币制; 智障儿童; 居家; 生活自理能力

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.06.1902

一、引言

智力障碍是一种以智力功能和适应性行为有显著缺陷为特征的障碍,适应性行为缺陷表现在概念性、社会性,以及实践性适应性技能上,障碍发生在18岁之前。^[1]最主要的障碍表现在智力和适应性行为两个领域。智力障碍儿童由于认知、感知觉、大动作、精细动作等方面的发展迟缓,从而影响到其生活自理能力的发展,导致其吃饭、穿衣、进餐、个人清洁等生活技能的发展落后。而生活自理能力是个体综合能力的体现,会影响儿童未来独立生活与适应社会,影响儿童的生活品质和生命质量。培智义务教育对于智力障碍儿童教育的最终目标就是独立生活、融入社会。因此培养智力障碍儿童生活自理能力应当是教师和家长的重要教育目标。

代币制是一种用代币作强化物的行为矫正程序^[2],把奖励结果用虚拟的货币量化,根据一定的规则对符合要求的行为进行奖励,智力障碍儿童获取代币达到一定数量后就可以兑换喜欢的物品或者想参与的活动。此种方法被广泛应用于特殊教育学校的一对一教学、课堂教学和班级行为管理当中,取得良好的教育效果。代币制是否同样适用于智力障碍儿童的家庭教育,家长能否熟练掌握代币制的使用方法?因此本文探讨代币制在提升智力障碍儿童居家生活自理能力中的运用。

二、干预对象

佑佑(化名),男,2013年出生,是一名中度智力障碍儿童,现在在特殊教育学校就读一年级。认知上,具有简单的模仿能力,能理解指令,对学习任务具有较好的理解能力。语言上,说话音量比较小,发音不清晰,主动表达性语言相对较少。社会交往上,共情能力较好,看到老师会主动问好,喜欢和同学一起玩玩具。在生活自理方面,具备独立进食、穿上衣、穿魔术粘贴鞋子的能力,但品质欠佳,偶尔需要提供少量辅助。但是据家长反映,个案在家里较依赖父母,吃饭时要家长喂食,鞋子要家长帮忙穿,衣服要家长帮忙更换。家长迫切希望孩子在生活上能够自理,现阶段希望孩子能够更加独立,自己主动完成吃饭、穿衣、穿鞋。

三、干预过程

(一) 家长指导与培训

在实施干预之前,先后共对个案的家长进行了2次指导和培训。邀请家长到学校,面对面进行沟通和指导。在第一次培训中,告知家长代币制的概念,行为、代币和强化物三者的关系,以及强化物的选择。在第二次培训中,让家长明晰代币制实施的流程和使用代币制的原则,在实施过程中进行动态调整的方法,要求父母双方尽量都参与到孩子的教育中,共同合作使用代币制。最后,与家长达成一致,建立指导与反馈机制,以周为时间单位,家长于每周星期六反馈在家里实施代币制过程中的疑惑或存在的问题,老师给予指导,寻找解决的办法。

(二) 代币制的确定与实施

1. 明确目标行为

家长希望个案的生活自理能力能够提升,增强个案在生活自理方面的积极性和主动性,根据家长的期望以及与家长沟通

的结果,确定干预的目标行为为在家庭环境中:一是能够独立吃饭;二是独立穿套头上衣;三是出门时主动穿魔术贴鞋子。

2. 选择合适的代币

经过和家长的讨论、商量,选择将竖起的“大拇指”卡片作为个案的强化代币,奖励时将大拇指卡片粘贴在有案照片的专用代币板上。代币板摆放在家里客厅中显眼、安全并且个案能够够得着的地方,便于个案看到并能够自行粘贴代币。选择“大拇指”卡片作为代币的原因:第一,在学校班级里,老师把“大拇指”卡片当作代币奖励给学生们,个案已经建立起“大拇指”与强化物的关联,家长可以较快地在家里建立起个案能够理解的代币制度。此外,在家里使用同样的代币能够和学校保持一致,增强了代币的强化作用;第二,“大拇指”卡片对于个案是一种中性刺激物,本身对于个案没有强化作用,使用过程中不会将个案注意力吸引走;第三,“大拇指”卡片方便保存和拿取,奖励时可由个案自己亲手将代币贴到代币板上,且能够在专用代币板上保留一段时间直至兑换强化物;第四,作为代币的“大拇指”卡片只有爸爸或者妈妈发放的才有效,确保了家长对代币的绝对掌控权。

3. 确定有效的强化物

为了充分了解个案的喜好,找到有效的强化物,在观察了解的基础上,同时让家长填写《强化物调查表》。由《强化物调查表》可见,个案喜欢的食物是薯片、可乐,喜欢的活动是看动画片,喜欢玩的操作类玩具是奥特曼拼图,想要拥有的东西是奥特曼公仔,喜欢的社会性表扬是语言表扬(见表1)。让家长对强化物进行了排序,排在前三名的强化物是薯片、奥特曼拼图、看动画片。因此,确定将薯片、奥特曼拼图、看动画片作为奖励的强化物,并且,奖励时同时伴随社会性强化,比如口头语言表扬和拥抱。

表1 强化物调查表

强化物种类	最喜欢的物品(活动)
食物类	薯片、可乐
活动类	看动画片
操作类	奥特曼拼图
拥有性	奥特曼公仔
社会性	语言表扬
喜爱程度排序	薯片>奥特曼拼图>看动画片>奥特曼公仔>语言表扬

4. 明确行为价值规则

根据目标行为对于个案的难易程度,给每个行为规定了相应数量的代币,个案表现出符合要求的行为时,家长奖励一定数量的“大拇指”卡片,否则不予奖励。具体的目标行为价值定为个案“独立吃饭”时奖励1张“大拇指”卡片;“独立穿套头上衣”和“独立穿魔术贴鞋子”都能够分别获得2张“大拇指”卡片。建立目标行为时,坚持使用正向教育方法,个案表现良好时,奖励代币,没有表现出目标行为时,不予代币。

5. 制定代币交换规则

个案一旦收集到足够的代币，便可以兑换喜欢的物品或活动。兑换所需要的代币数量与个案对强化物的喜爱程度成正比。代币交换规则为5张“大拇指”卡片可以兑换薯片；4张可以兑换玩1次奥特曼拼图；3张可以兑换看一集动画片（见表2）。

表2 代币兑换奖励表

想要的奖励	需要的“大拇指”卡片数量
吃薯片	5张
玩奥特曼拼图	4张
看一集动画片	3张

在实行代币制初期，只要个案表现出目标行为，家长立即给予代币奖励，并口头表扬孩子“做得真棒，你自己穿好了衣服”等。待目标行为逐渐建立起来之后，奖励代币的时间固定为每天下午6点，这个时候家人都在家，让奖励代币的时刻具有仪式感，这种仪式感对于个案来说，也是一种强化。

6. 调整代币交换规则

实行代币制1个半月后，家长反映个案在家的生活自理能力有进步，表现出目标行为的次数越来越多，能够比较容易达到强化物所需要的兑换数量。因此，根据个案完成目标行为的情况，增加难度，增加兑换强化物的代币数量，同时延长兑换的时间，固定兑换奖励的时间为每天晚上吃完晚饭后。代币交换规则调整为8张“大拇指”卡片可以兑换薯片；6张可以兑换玩1次奥特曼拼图；4张可以兑换看一集动画片（见表3）。

表3 代币兑换奖励表

想要的奖励	需要的“大拇指”卡片数量
吃薯片	8张
玩奥特曼拼图	6张
看一集动画片	4张

四、干预结果

实行代币制来提升个案居家生活自理能力3个月后，家长反馈个案在吃饭、穿衣、穿鞋子上都已经能够独立完成，不再依赖父母的帮忙。个案在生活自理方面的自信心增强，甚至开始主动要求自己刷牙、洗脸，不让家长帮忙。家长还反映，由于每天点数代币的数量，个案10以内点数的能力也有所提升，能够做到手口一致地点数物品的数量。看到孩子的进步，家长表示很欣慰，计划继续使用代币制来训练孩子的其他生活自理技能。同时在老师的指导下，家长逐渐撤销代币制的强化，减少个案对于强化的依赖，逐渐将吃饭、穿衣、穿鞋变成由内部动机驱动的主动行为。在学校，班主任发现，吃午餐的时候，个案看到不好好吃饭、需要老师辅助的同学，会提醒他们“要自己吃饭”，说明独立吃饭、穿衣、穿鞋子已经内化为个案的认知，成为个案的自觉行为。由此可见，代币制可以有效地激发智力障碍儿童的动机，提升智力障碍儿童的居家生活自理能力。

五、运用代币制的反思与建议

（一）运用代币制的反思

代币制是特殊教育经常使用的行为矫正方法，是一线教师普遍认可的行之有效的教育策略。本次研究将其运用到家庭环境中，所选择的个案为中度智力障碍儿童，具备一定程度的数概念，知道钱币与物品的交换规则，因此能够较快理解代币制度。而对于程度较重、认知能力比较欠缺的智力障碍儿童，代币制的应用效果有待进一步研究。在本研究中，干预目标侧重于培养个案生活自理的主动性和独立性，减少对家长的依赖，

代币制对于智力障碍儿童生活自理技能建立和培养的作用仍需进一步深入的探讨。

（二）运用代币制的建议

在家庭环境中使用代币制提升智力障碍儿童的生活自理能力，有以下几点建议：

1. 选择中性刺激物作为代币

在选择或者制作代币时，应选择中性刺激物，不宜使用儿童特别喜欢的物品，以免儿童的注意力被代币吸引，反而不利于专注地完成目标行为。此外，使用儿童特别喜欢的物品作为代币的话，代币本身可能会成为儿童的强化物，这样会使代币丧失了其作为虚拟货币交换的价值。目前，较常用作代币的物品有“小红花”“笑脸”“星星”“大拇指”卡片或者贴纸。家长可以自行制作，也可以通过购买获得。目前代币制在特殊教育学校被广泛应用，要是孩子所在的班级也在使用代币制，家长就可以选择和班级一样的代币。

2. 代币价值要与行为的难易程度相当

在制定代币的奖励规则时，要根据目标行为的难易程度来确定奖励的代币数量。即完成难度大的目标行为时，可获得数量较多的代币；完成难度较小的目标行为时，则获得数量较少的代币。同理，代币的兑换率要与强化物的喜爱程度成正比，儿童最喜爱的物品或活动要用更多的代币去兑换，比较喜爱的物品或活动则用较少的代币来兑换。制定代币交换规则时，遵循“从易到难”的原则，根据儿童的进步情况逐渐增加兑换所需的代币数量。

3. 确保儿童在实行代币制中的“主体”地位

在实行代币制过程中，要明确儿童是“主体”，是获取和使用代币的主角。因此，奖励时家长要始终让儿童自己粘贴代币，累积到一定数量后，让儿童亲手拿着代币跟家长兑换强化物，并自主决定要兑换哪种强化物。强化物的选择须依据儿童的兴趣爱好，选用儿童喜欢的活动，喜欢吃的食物，喜欢玩的玩具。强化物使用一段时间后，要评估其对于个案的强化效果，避免因个案对于某些物品或活动的喜爱下降，而影响做出目标行为的积极性。

4. 家长合作实行代币制

在提升儿童生活自理能力上，家长的目标要一致，要共同合作使用代币制。为了避免儿童只听从主要训练者的指令，家长可以分工合作，一人负责奖励代币，另一人作为兑换强化物的人。家长教育目标一致，合作使用代币制，更有助于孩子的进步，达成干预目标。

5. 持之以恒实行代币制

家长对于代币的发放要严格遵守制定的规则，做到前后一致，不可随意更改规则，更不能忘记发放代币，尤其在建立目标行为的初期，要求家长及时奖励代币，及时强化孩子的好行为。智力障碍儿童能力差异较大，对于前期理解代币规则缓慢的儿童，家长要给予足够的耐心，给儿童学习和消化的时间，并适当给予辅助和支持。

参考文献：

[1] 王辉. 特殊儿童教育与诊断[M]. 南京: 南京大学出版社, 2007.

[2] 蔡青. 代币制在中度智障儿童学校教育中的应用研究——以广东顺德启智学校为例[J]. 现代特殊教育, 2016(7): 40-41.

作者简介：

姓名：陈婷婷，性别：女，出生年月：1993.11.16，民族：汉族，籍贯：广西玉林，学历：大学本科，职称：特殊教育二级教师，研究方向：特殊教育