

自闭症儿童出现刻板行为及其教师干预方法

胡桓荣

韩国庆一大学国际学院, 韩国 庆山

收稿日期: 2025年7月5日; 录用日期: 2025年8月5日; 发布日期: 2025年8月13日

摘要

自闭症儿童的数量在增加, 教师在教学过程中遇到刻板行为是常见的挑战。有效的教育方法可以帮助这些孩子更好地融入课堂, 提高他们的学习效果, 同时也能减轻教师的压力。了解当前教师使用的方法, 评估这些方法的有效性, 探索新的策略, 帮助教师提升干预能力, 改善自闭症儿童的学习体验与社会适应性。自闭症儿童常见的刻板行为包括重复的动作, 比如摇晃身体、拍手、旋转物品等, 教师需要了解这些行为背后的原因, 才能有效应对, 需要个体化干预, 因为每个自闭症儿童的情况不同。应对自闭症儿童的刻板行为需要综合运用多种方法, 注重个体化、正向支持, 并且需要家校合作和专业团队的协作。

关键词

自闭症儿童, 刻板行为, 教育方法

The Occurrence of Stereotyped Behaviors in Children with Autism and the Intervention Methods for Their Teachers

Huanrong Hu

International College of Kyungil University, Gyeongsan South Korea

Received: Jul. 5th, 2025; accepted: Aug. 5th, 2025; published: Aug. 13th, 2025

Abstract

The number of children with autism is on the rise, and teachers often encounter stereotyped behaviors as a common challenge in the teaching process. Effective educational methods can help these children better integrate into the classroom, improve their learning outcomes, and also alleviate the pressure on teachers. Understanding the current methods used by teachers, evaluating their effectiveness, and exploring new strategies can help teachers enhance their intervention capabilities

and improve the learning experience and social adaptability of children with autism. Common stereotyped behaviors in children with autism include repetitive actions such as body rocking, hand clapping, and object spinning. Teachers need to understand the reasons behind these behaviors to respond effectively, and individualized intervention is necessary as each child with autism has unique circumstances. Addressing stereotyped behaviors in children with autism requires a comprehensive approach that emphasizes individualization, positive support, and collaboration between home and school as well as professional teams.

Keywords

Children with Autism, Stereotyped Behaviors, Educational Methods

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

自闭症儿童常见的刻板行为包括重复的动作，比如摇晃身体、拍手、旋转物品等。这些行为可能是他们自我调节的一种方式，或者是对环境刺激的反应[1]。教师需要了解这些行为背后的原因，才能有效应对。可能的方法有应用行为分析(ABA)，结构化教学(TEACCH)，感觉统合训练，替代行为训练，以及正强化等。ABA 是通过分析行为的前因后果来调整行为，可能适合用来减少刻板行为。结构化教学则是通过环境的结构化来帮助孩子预测和适应，减少焦虑，从而减少刻板行为。另外，感觉统合训练也很重要，因为有些孩子的刻板行为可能是由于感觉处理异常，比如寻求某种感觉刺激或者逃避不适。同时，教师需要个体化干预，因为每个自闭症儿童的情况不同，行为的原因和功能也不同。还要考虑家校合作，教师需要和家长沟通，确保干预方法在家庭中也能一致执行。还有正向支持，避免惩罚，而是通过奖励强化积极行为。采用分步骤的方法，比如首先评估行为功能，然后选择合适的干预方法。同时，可能需要注意方法的科学性和有效性，引用一些研究支持的方法，比如 ABA 有较多实证支持。针对自闭症儿童的刻板行为(如重复动作、固定仪式等)，教师需要基于对行为功能的科学评估，采取个体化、正向支持的教育策略。

2. 自闭症儿童刻板行为的表现

自闭症儿童的刻板行为(又称重复性或刻板性行为)是其核心症状之一，通常表现为重复、固定且无明显功能目的的动作或行为模式。这些行为可能因个体差异而不同，但常见的表现形式包括以下类别：

(1) 重复的身体动作

- 肢体动作：反复摇晃身体、转圈、蹦跳、拍手、甩手、手指扭动、点头/摇头、用脚尖走路等。
- 面部动作：频繁眨眼、做鬼脸、吐舌头等。
- 自我刺激行为：敲打头部、拍打身体、撞击硬物(如用头撞墙)等(可能伴随感官寻求或情绪调节)。

(2) 重复操作物体

- 排列物品：将玩具、积木、书本等按特定顺序排列，不允许他人打乱。
- 机械性操作：反复开关门/灯、旋转车轮、拨动开关、撕纸片等。
- 固定玩法：只以单一方式玩玩具(如只排列小汽车而不进行假装游戏)。

(3) 坚持固定的行为模式

- a. 路线固定：走路时必须沿固定路线(如绕开地砖缝隙)。
- b. 流程刻板：坚持某种顺序(如穿衣、吃饭必须按特定步骤完成)。
- c. 抗拒变化：对日常生活或环境变化极度抗拒(如家具位置变动、饮食更换品牌等)，可能引发强烈焦虑或情绪崩溃。

(4) 感官相关的刻板行为

- a. 视觉刺激：长时间凝视旋转的物体(如风扇、车轮)、反复开关灯观察光线变化。
- b. 触觉刺激：反复摩擦特定材质的物品(如毛毯、塑料)、触摸光滑或粗糙表面。
- c. 听觉刺激：重复制造某种声音(如敲击桌面、哼唱固定音调)。

(5) 语言重复

- a. 鹦鹉学舌：重复他人话语(即时或延迟模仿)。
- b. 固定话题：反复问同一个问题或谈论特定主题(如天气预报、数字)，即使已获得答案。

(6) 其他相关表现

仪式化行为：如吃饭前必须拍手三次、睡前必须检查所有物品位置。

强迫性行为：反复计数、检查门窗是否关紧、排列物品对称等(与强迫症有区别，需专业评估)。

3. 自闭症儿童刻板行为的成因

首先是神经生物学因素。自闭症可能与大脑结构和功能异常有关。比如，前额叶皮层、基底神经节或小脑的异常可能影响行为控制。另外，与神经递质如多巴胺和血清素的不平衡也有关系，因为这些递质在调节行为和情绪中起作用。然后是感觉处理异常。自闭症儿童可能对感官输入(如声音、触觉)过于敏感或不够敏感，导致他们通过刻板行为来自我调节。另外，社会互动和沟通障碍可能使他们用刻板行为来表达需求或情绪，或者作为缓解焦虑的方式。还有心理需求方面，刻板行为可能满足他们对可预测性和控制感的需求，减少不确定性和焦虑。刻板行为可能在特定环境中被触发或强化，比如压力大或过度刺激的环境。其他可能的因素包括遗传和基因影响，某些基因突变可能影响神经发育，导致刻板行为。自闭症儿童刻板行为的成因是多维且复杂的，涉及生物学、心理及环境因素的相互作用。以下是对其成因的系统分析：

(1) 神经生物学因素

- a. 脑结构与功能异常：前额叶皮层、基底神经节和小脑的发育异常可能影响行为调控。研究表明，基底神经节与重复行为模式相关，而小脑异常可能导致运动协调和感觉整合问题。
- b. 神经递质失衡：多巴胺和血清素系统的失调可能影响行为控制与情绪调节，部分药物(如选择性血清素再摄取抑制剂)对刻板行为的改善支持这一假说。
- c. 基因与遗传：特定基因(如 SHANK3、CNTNAP2)的突变可能通过影响突触功能或神经连接，导致刻板行为表现。

(2) 感觉处理异常

- a. 感觉过敏或迟钝：自闭症儿童可能通过刻板行为(如摇晃、旋转)调节感官输入，例如过度敏感时寻求自我安抚，或感觉迟钝时增强刺激。
- b. 感觉寻求/回避：刻板行为可能作为应对环境刺激的策略，如拍手提供触觉反馈，帮助维持感官平衡。

(3) 认知与心理机制

- a. 执行功能障碍：计划、灵活思维和抑制控制能力的不足，使儿童依赖固定行为模式应对变化。
- b. 焦虑与压力应对：刻板行为常作为缓解焦虑或不确定性的手段，尤其在不可预测的环境中。

c. 沟通替代：语言或社交障碍可能促使儿童通过重复行为表达需求或情绪。

(4) 环境与学习因素

a. 强化机制：环境反应(如关注或安抚)可能无意中强化刻板行为，使其成为习得性应对策略。

b. 环境压力源：过度刺激或结构化不足的环境可能触发刻板行为，作为自我调节的方式。

(5) 发展性与个体差异

a. 年龄阶段差异：幼儿期可能更多与感觉调节相关，而学龄期可能涉及社交或认知挑战。

b. 个体异质性：不同儿童的主导成因可能不同，需个性化分析生物学倾向与环境互动的结果。

4. 刻板行为对自闭症儿童的负面影响

刻板行为(如重复动作、固定仪式或对特定事物的过度执着)是自闭症谱系障碍(ASD)儿童的核心特征之一。虽然这些行为可能在短期内帮助儿童缓解焦虑或适应环境，但长期来看，它们可能对儿童的发展、学习和生活质量产生多方面的负面影响。以下是主要的负面影响分析：

(1) 阻碍社交互动与沟通能力

a. 社交隔离：刻板行为(如反复拍手、旋转物品)可能使儿童过度关注自身行为，忽视周围人的互动尝试，导致社交机会减少。

b. 难以理解社交规则：对固定模式的依赖可能使儿童无法灵活应对社交情境的变化(如游戏规则的调整)，加剧社交障碍。

c. 语言发展受限：重复语言(如模仿电视广告词)可能替代有意义的对话，影响功能性语言的发展。

(2) 限制学习与认知灵活性

a. 注意力分散：儿童可能将大量时间投入刻板行为，难以集中注意力学习新技能或参与教学活动。

b. 抗拒变化：对固定流程的坚持(如必须走同一条路线)可能导致儿童拒绝尝试新事物，限制知识获取和问题解决能力的发展。

c. 思维僵化：过度依赖重复行为可能抑制创造性思维和灵活适应环境的能力。

(3) 加剧情绪与行为问题

a. 焦虑与挫败感：当刻板行为被中断(如玩具摆放顺序被打乱)时，儿童可能因无法应对变化而爆发强烈情绪(如尖叫、攻击行为)。

b. 自我刺激的恶性循环：重复行为(如摇晃身体)可能通过感官刺激暂时缓解焦虑，但长期可能演变为自我封闭的依赖模式。

c. 自伤风险：部分刻板行为可能发展为伤害自身的行为(如反复撞击头部)。

(4) 影响生活适应与独立性

a. 日常功能受限：对特定仪式(如固定用餐顺序)的依赖可能导致儿童无法适应日常生活需求(如学校用餐时间调整)。

b. 过度依赖他人：刻板行为可能阻碍自我照顾能力的发展(如因执着于穿衣步骤而无法独立完成)。

c. 限制未来融入社会：成年后若刻板行为未改善，可能影响就业、独立生活和社会参与。

(5) 增加家庭与照护者压力

a. 时间与精力消耗：家长可能需花费大量时间应对儿童的刻板行为需求(如必须按固定路线出行)，导致家庭生活受限。

b. 心理压力：儿童因刻板行为引发的情绪爆发或自伤行为可能使照护者长期处于焦虑和疲惫状态。

5. 教师对自闭症儿童出现刻板行为的教育方法

因为自闭症儿童的行为表现和需求差异很大，刻板行为也分很多种，比如动作上的重复、语言上的

重复,或者对环境和规则的过度依赖。刻板行为通常是自闭症儿童用来缓解焦虑、获得安全感或者感官刺激的一种方式[2]。自闭症儿童通常对规律和秩序有很强的需求,所以给他们一个清晰的日程安排,应该能帮助他们减少对刻板行为的依赖。很多自闭症儿童因为对不确定性的恐惧而表现出刻板行为,所以提前让他们知道接下来会发生什么,可能会让他们更安心。然后是感官整合训练,因为很多自闭症儿童的刻板行为可能跟他们的感官需求有关。比如,有些孩子会一直摇晃身体,可能是想通过这种方式满足自己的感官刺激需求。如果能用一些感官玩具或者活动来分散他们的注意力,可能会减少刻板行为的发生。教师可以采用以下方法来帮助自闭症儿童减少刻板行为:

一、行为干预方法

(1) 正面强化

原理:当自闭症儿童出现非刻板行为时,教师立即给予奖励,增加这种行为再次出现的概率。例如,孩子通常会不断地拍手(刻板行为),但在课堂上孩子安静地坐好并举手发言(非刻板行为),教师可以及时给予口头表扬(如“你真棒,发言很积极”),或者给予一个小贴纸作为奖励。这种正面的强化会让孩子的注意力从刻板行为转移到更具适应性的行为上。

(2) 区别性强化

原理:教师只对与刻板行为相对立的适当行为进行强化。比如,孩子有反复摆弄玩具汽车的一个固定动作(刻板行为),教师就强化孩子正常地玩汽车玩具的行为,如将汽车在轨道上开动等。当孩子出现这种正常玩法时,给予更多的关注和奖励,而对刻板行为则逐渐忽略,以此来塑造孩子的行为。

(3) 消退程序

原理:对于某些刻板行为,教师可以故意忽视,不对孩子的刻板行为给予任何关注(包括眼神接触、语言提醒等),使孩子失去对这种行为的兴趣。例如,孩子总是不断地重复说一个无关紧要的词句(刻板言语行为),教师装作没有听到,不给予回应。但这个方法需要谨慎使用,因为有些刻板行为可能是孩子表达需求或情绪的唯一方式。

二、结构化教学方法

(1) 视觉支持策略

原理:利用视觉提示(如图片、图表、时间表等)来帮助孩子理解环境和活动安排,减少因不确定性和焦虑而产生的刻板行为。

(2) 建立常规和程序

原理:为自闭症儿童制定稳定的日常活动程序,在一定程度上满足他们对秩序感的需求,同时在常规活动中逐步引入变化。

三、增加活动的多样性和灵活性

(1) 引入新活动和兴趣

原理:通过发现孩子的潜在兴趣点,引导他们参与新的活动,减少对刻板行为的关注。例如,如果孩子对绘画感兴趣,教师可以逐渐引导他们尝试不同的绘画风格(从简单的涂鸦到学习简笔画等),或者尝试手工制作与绘画相关的工艺品,如制作绘画用的卡片等。

(2) 变化活动顺序和方式

原理:在日常教学中,教师可以不定期地改变活动的顺序或者活动的具体方式进行。比如,在体育课上,通常先是热身操,然后是跑步练习。教师可以偶尔先进行跑步练习,然后再做热身操;或者改变热身操的动作顺序。

四、感官整合训练

(1) 提供丰富的感官体验

原理：自闭症儿童的刻板行为有时与感官刺激需求有关。教师可以提供各种感官玩具和活动，如触觉板(有不同材质的表面，如毛茸茸的、粗糙的、光滑的等)、沙盘游戏等。

(2) 调节感官输入

原理：观察孩子对不同感官刺激的反应，对于对某些感官刺激过于敏感(如对声音敏感)的孩子，教师可以提供一个安静的学习角落，或者使用降噪耳机等设备；对于感官寻求的孩子，可以安排定时的感官活动时间，如在感觉统合室里让孩子进行荡秋千、玩蹦床等感官运动，帮助孩子更好地整合感官信息，减少刻板行为。

五、游戏干预

(1) 社交游戏

原理：设计一些需要简单社交互动的游戏，如传球游戏。在传球过程中，孩子们需要互相看对方、等待对方接球等简单社交行为。通过这种游戏，自闭症儿童可以逐渐学会关注他人，减少自我刺激性的刻板行为，如独自摆弄手指等。

(2) 模仿游戏

原理：教师先模仿孩子的行为(包括刻板行为)，然后引导孩子模仿教师的其他非刻板行为。例如，如果孩子有反复晃动身体的行为，教师先模仿孩子的晃动，然后慢慢做出一些简单的动作，如拍手、挥手等，引导孩子模仿。在这个过程中，孩子的注意力会从刻板行为转移到与教师的互动模仿上，从而减少刻板行为。

综上所述，教师在面对自闭症儿童出现刻板行为时，一定要先了解儿童为什么会出现这种行为，比如，可能是自闭症儿童缓解自身焦虑，或者是儿童表达自身需要，又或者是因为环境改变导致儿童出现心理不安。教师应对自闭症儿童刻板行为的教育方法有很多，比如 ABA 是通过分析行为的前因后果来调整行为，可能适合用来减少刻板行为。结构化教学则是通过环境的结构化来帮助孩子预测和适应，减少焦虑。感觉统合训练是针对孩子的感觉处理异常，比如提供适当的感官刺激[3]。替代行为训练是教孩子用更合适的行为来代替刻板行为。正强化则是通过奖励来鼓励积极行为。使用视觉时间表、划分功能区域、提供感官工具、拆分复杂任务、允许使用特殊兴趣作为学习媒介等等。这些都是具体的操作方法，需要结合实际情境来应用。另外，家校合作也很重要，教师需要和家长沟通，确保干预方法在家庭中也能一致执行。还有一些注意事项，比如避免强制制止刻板行为，因为这可能引发焦虑或攻击行为，应该通过理解和引导来调整。总的来说，应对自闭症儿童的刻板行为需要综合运用多种方法，注重个体化、正向支持，并且需要家校合作和专业团队的协作。这些策略的核心是理解行为背后的原因，通过科学的方法帮助孩子减少对刻板行为的依赖，提升他们的适应能力和生活质量。

参考文献

- [1] 俞静. 幼儿园特殊儿童教育方法新探[J]. 智力, 2024(4): 5-8.
- [2] 李珍珍. 自闭症儿童的不确定性容忍度及其与重复刻板行为的关系研究[D]: [硕士学位论文]. 上海: 华东师范大学, 2020.
- [3] 陈燕琴, 田海滔, 卢林鑫, 覃基烜. 感觉统合训练对自闭症儿童刻板行为干预的个案研究[J]. 科教导刊, 2023(1): 139- 142.