

# 支持安全行为

能力：安全；正面行为支持



## 引言

您所支持的自闭症患者可能会表现出各种行为，您需要在保持专业实践的同时作出适当反应。当具有挑战性的不安全行为变得长期化、似乎正在出现，或由于环境中的社交或感官诱因、日常习惯的改变，甚至是对过去创伤事件的回忆而突然发生时，情况可能会变得复杂。更具挑战性的是如何实施积“正面行为支持”。正面行为支持是一种基于证据的策略，已被证明能够有效提高个人的安全性。换句话说，正面行为支持的心理理念是在安全行为发生时及时肯定或表扬，而不是在不安全行为发生时急于评判或惩罚。此外，使用正面的支持方式来引导不安全行为，有助于在具有挑战性的情况下更好地保护您和个体的安全。

### 确定目标行为

- 如果可能，让个人参与识别不安全的行为
- 如果无法做到，则通过观察来识别该行为
- 您还可以与了解该个人的家人、朋友或同事交谈
- 每次专注于改变一种行为

### 选择安全的替代行为

- 如果可能，让个人参与替代活动或行为
- 在选择替代行为时，考虑该个人的长处和兴趣
- 如果无法让其参与选择，可以通过观察能使其平静或感兴趣的事物来确定一种安全的替代行为
- 您还可以与了解该个人的家人、朋友或同事交谈

### 将不安全行为引导至替代行为

- 个人表现出不安全行为时，帮助他注意力或活动转移到替代行为上（例如，从自我伤害转移到观看自己喜爱的卡通人物图片）
- 提供视觉支持，展示安全行为为何是更好的选择

### 强化替代行为

- 每当她采取安全的替代行为时，都应给予鼓励和表扬
- 强化她所付出的努力，而非行为的准确性
- 鼓励与他人分享成功

## 您现在可以做什么！

**1** 审查个人当前的目标，以确定是否有需要鼓励的新行为。

**2** 使用此处提供的策略，开始培养新行为的过程。