

# Hvordan snakke atferdsanalytisk til andre?

Børge Holden

## Bakgrunn

- Atferdsanalyse har svært effektive metoder for opplæring og behandling, jfr. Cochrane-oversikten
- Dette gir ikke automatisk anerkjennelse
- Motstand mot atferdsanalyse skyldes ikke minst at den:
- Avviser tradisjonelle, mentalistiske forklaringer av atferd
- Ikke anser følelser og tanker som direkte årsak til handlinger. Oppfattes lett som at vi mener at de er uvesentlige
- Har en "det enkleste først"-tilnærming som har fått noen til å tro at rotter er poenget
- Er assosiert med klientgrupper som har lite kompleks atferd
- Er assosiert med lite kompleks atferd i hele tatt
- Har utført en del tiltak som kunne virke litt primitive
- Til tider har hatt en litt tøff tone som ble tatt ille opp. Barnesykdom

Også selve språket, og måte å snakke på, kan skape problemer:

- Appell påvirkes av hvordan begreper og talemåter mottas av samfunn og brukere
- Å snakke feil kan være svært negativt for omdømmet
- Ikke minst kommer det i tillegg til andre problemer med aksept og forståelse
- Derfor er det viktig å diskutere vårt språk, i ulike sammenhenger:
  1. Internt
  2. Uinnvidde men vennlig innstilte folk
  3. Motstandere
    - Bruk av faguttrykk må altså *graderes*
    - De uinnvidde men vennlig innstilte må vi ikke støte fra oss
    - Motstandernes motstand må vi dempe eller eliminere

NB. Ingen snakker mer om xenofobi enn psykologer, og ingen er mer psykologisk xenofobiske enn psykologer

## Generelt om atferdsanalytiske begreper

- Atferdsanalytiske begreper er preget av at målet er å "kontrollere" atferd
- De har sitt utspring i laboratoriet, og studier av dyr, ikke i kliniske sammenhenger
- Begreper er utformet for å være presise, ikke for at folk skal føle seg hjemme med dem
- Samme begreper for mennesker som for rotter, bortsett fra når det gjelder det verbale

## Ord som lett misforstås. Finnes det løsninger?

### I. Ord vi må bruke men som vi kan forklare

- 'Radikal behaviorisme' betyr at private hendelser er inkludert, men er oppfattet motsatt
- Human behaviorisme (Foxx, 1996) og "foreløpig behaviorisme" (Lindsley, 1991) har ikke slått an.
- 'Atferd' betyr i atferdsanalysen også det indre, private. Blant folk flest betyr det kun ytre atferd. Gir inntrykk av at atferdsanalyse befatter seg med det ytre og enkle, særlig blant folk som legger vekt på følelser og det subtile
- 'Observere' betyr også å observere det indre og private. Men ellers betyr det det som er observerbart for alle. Gir igjen inntrykk av at vi bare er opptatt av det ytre
- Neppe annet å gjøre enn å forklare hva ordene betyr
- Vi kan bl.a. si "en behaviorisme som inkluderer tanker og følelser"

### II. Sjargong som det finnes alternativer til

- Kontroll oppfattes som absolutt, og dermed at fri vilje elimineres. Begrensninger og negative sanksjoner, for eksempel: "Lærere er opplært litt som sykepleiere. Deres primære mål er å "møte barnas behov". De tror at hvis de gjør det, vil det ikke være noen atferdsproblemer. Atferdsproblemer betyr at de ikke oppfyller et eller annet indre behov. Derfor må de arbeide hardere og grave litt dypere. Den typen psykologi de ser etter, innebærer å "forstå" barn, ikke å "styre" dem"( Bailey, 1991)
- Ofte bedre å si "påvirke"
- Manipulere betyr bare å innføre eller endre noe som påvirker atferd. Bedre å si "innføre" eller "endre"
- Uavhengig variabel. Forbindes ikke akkurat med følelser og innlevelse. Ofte bedre å si "tiltak", "behandling", "opplæring"
- Avhengig variabel. Ofte bedre å si virkning, effekt av tiltak eller behandling
- Responsrate, frekvens. Lyder litt fremmed. Ofte bedre med "hvor mye", "hvor ofte", "hvor mange ganger", "sjeldnere", "oftere"
- Private hendelser. Lyder også litt fremmed og uforståelig. Kan si private opplevelser, tenkning og føling

## Tygg så på Foxx' humoristiske forslag

- Adjunctive behavior: Atferd adjunkter viser
- Kontinuerlig forsterkning: Pilarene på Akropolis
- Betinget hemning: Katolsk sexundervisning
- Betinget undertrykking: Langtidseffekter av å bo på Haiti
- Skjult atferd: Kriminalitet
- Diskret respons: Fortelle noen at smekken er åpen
- Diskriminering: Straffbar forskjellsbehandling
- Uforenlig atferd: Partenes oppførsel i et skilsmisseoppgjør

## Folkelige varianter av tekniske begreper

- Vi kan alltid si med få, dagligdagse ord hva begreper betyr
- Grunnen er at alle begrepene benevner observasjoner av ting som skjer
- Når dagligtale er vellykket, definerer den kompliserte begreper godt

- Positiv forsterkning: Belønning, premiering, noe hun liker. Styrke, fremme, framelske, dyrke fram, stimulere, få til å gjenta. Poenget er å få fram **effekt** av konsekvenser
- Negativ forsterkning: Lettelse, unnslippelse. Bli kvitt, slippe, slippe unna, unngå. Effekt er mer av atferd som fører til dette
- Positiv straff: Ubehag. Oppleve ubehag som følge av en handling og dermed slutte med den eller gjøre den sjeldnere
- Negativ straff: Tap, bot. Miste noe som følge av handlingen og dermed slutte med den eller gjøre den sjeldnere
- Folk forstår lett hva straff er. Lett å forklare at det er to typer. Viktig å poengtere at det ikke trenger å være dramatisk
- Forsterkere: Interesser, belønning, påskjønnelse, premie det han ønsker, det hun vil ha
- Aversive stimuli: Ubehag, noe hun vil unngå eller slippe. Hvis vi ikke unngår dem, blir det straff
- Intermitterende forsterkning. Ikke alle handlinger forsterkes
- Non-kontingent forsterkning. Presentere forsterkere regelmessig, uansett hvilken atferd personen viser
- Motivasjonelle operasjoner: Forhold som påvirker hvor effektiv forsterkning er

- Etablerende operasjoner, positivt forsterket atferd: Liten tilgang på positive forsterkere gjør dem mer effektive
- Etablerende operasjoner, negativt forsterket atferd: Aversive stimuli gjør unnslippelse forsterkende
- Opphevende operasjoner, positivt forsterket atferd: Stor tilgang på forsterkere gjør dem mindre attraktive/forsterkende
- Opphevende operasjoner, negativt forsterket atferd: Bortfall av aversiv stimulering gjør unnslippelse mindre forsterkende
- Diskriminere: Skille, skille mellom situasjoner, personer, ting, ved å utføre handlinger når noe viser at det er større mulighet for at visse atferder forsterkes
- Generalisere: Overføre, vise atferd i nye situasjoner og overfor nye personer
- Verbal atferd: Språk
- Lytteratferd: Reseptivt språk, forståelse
- Snakkeratferd: Ekspressivt språk, meddele seg, uttrykke seg
- Mands: Be om, ønske, be om å få slippe
- Tacts: Benevning, beskrivelse

En generell strategi kan være begge deler:

Bruke tekniske begreper, og legge til alternativer som vi definerer. Dermed unngår vi:

- Unødvendige spørsmål om hva begreper betyr
- Unødvendig motstand på grunn av at det er fremmedartet
- Å bruke dagligdagse ord viser at vi forstår hva begrepene betyr!

Samme strategi er gangbar for begreper innenfor RFT

- Arbitrært anvendbar relasjonell respondering: Verbal atferd som ikke er direkte lært
- Relasjonelle rammer: Beskrivelser av relasjoner mellom stimuli
- Evaluering
- Gjensidig utledning: "Trekke ut" mer fra relasjoner mellom to stimuli
- Kombinerende utledning: "Trekke ut" mer fra relasjoner mellom flere enn to stimuli
- Overføring av funksjoner: Effekter av stimuli som sprer seg ved at ord er relaterte, ikke direkte erfaringer
- Kognitiv fusjon: Reagere på beskrivelser av virkeligheten som om beskrivelsen er virkeligheten
- Unngåelse av opplevelse: Unngå ubehagelige tanker og føleøser
- Begrunnelse: Forklare særlig egen atferd ved hjelp av ikke reelle eller mangelfulle årsaker

Globale ord som er gangbare beskrivelser av atferd, som:

- Selvtillit
- Intelligens
- Personlighet
- Psykisk lidelse
- Vilje
- Fri vilje

Det "klassiske" problemet med disse begrepene er at de fungerer som årsak til atferd

Vi må derfor presisere at de er rene beskrivelser av atferd

### Andre mulige problemer

Teleologiske talemåter:

- Selvskader "for å" slippe å pusse tenner
- Skriker "for å" få kontakt

*Kan* gi inntrykk av at hensikten er årsaken til handlingen

Presisere, og dempe hensiktsforklaringen

Kategorifeil:

- Atferd i nye situasjoner "skyldes" generalisering
- Atferd i bare en situasjon "skyldes" diskriminering

Kanskje bedre å si at det er generalisering eller diskriminering

Muligheten for at disse talemåtene og begrepene skaper problemer er liten...

## Merkelig, unødvendig norsk sjargong, og alternativer

- "Målatferd". Problematferd, atferd som skal læres
- "Avvik" (noe som automatisk skal behandles?). Problem
- "Startinstruks". Beskjed, oppfordring om å begynne
- "Formidle forsterker i form av ros". Rose
- "Formidle betinget forsterker i form av bilde". Gi bilde
- "Formidle materiell forsterker i form av tobakk". Tilby røyk
- "Tisseatferd". Tissing
- "Korrekt samhandlingsatferd", "Korrekt respondering". Grei oppførsel, utføre riktig
- "Manglende respondering". Passivitet, venting
- "Måltidssituasjon". Måltid
- "Avtalestyring". Avtale (Skal ikke alle avtaler styre?)
- Faren med disse er at de kan virke rare og at få liker dem

## Krav til atferdsanalytisk begrepsbruk

- Hvor presist må vi snakke for å (1) framstille atferdsanalysen korrekt og (2) beskrive behandling og opplæring riktig
- Må snakke slik at det framgår klart at metodene bygger på grunnleggende prinsipper
- Være tro mot atferdsanalysen og samtidig forklare behandling og opplæring, og bakgrunnen for den for et uinnvidd publikum.
- Å forklare prinsipper grundig betyr ikke å gå på akkord med prinsippene
- For å akseptere atferdsanalytiske metoder er det bare nødvendig å akseptere grunnleggende antakelser og prinsipper
- For å tro på atferdsanalyse må vi bare tro på at det kan være litt system i verden; at atferd kan påvirkes litt systematisk
- Overdreven bruk av begreper frastøter og ekskluderer
- En moderat bruk av fagbegreper kan skjule eller dempe en atferdsanalytisk orientering, og gi innpass

## Tone

- Klienter er per definisjon folk som ikke har det godt
- Klienter er personer som noen er glad i
- Derfor skal vi snakke om dem som folk som ikke har det godt og som noen er glad i
- Klienter skal alltid omtales med respekt
- Behandling og opplæring vi tilbyr, må vi omtale ydmykt og med respekt
- Ikke bare tale, men også kroppsspråk
- Ellers oppfattes vi som uempatiske
- Vi må være uhyre forsiktige med å omtale behandling og klienter humoristisk
- I så fall må det ikke kunne oppfattes som ironisk eller nedsettende
- Skrytehistorier om dramatiske tiltak med dramatiske effekter må ikke forekomme
- Kolleger fra andre fagretninger må også omgås med respekt

## Publisering

- Atferdsanalyse er et psykologisk unntak ved at den kan kreve forkunnskaper
- Mye atferdsanalytisk faglitteratur er teknisk og lite tilgjengelig
- Den er heller ikke *ment* å være praktisk anvendbar
- Den er lite egnet til å presentere hva atferdsanalyse går ut på
- Den fungerer ikke som PR for atferdsanalyse
- Anekdotiske framstillinger i mindre vitenskapelige tidsskrifter er derfor viktig

Skinner fikk sagt det:

”Når vi snakker eller skriver uformelt, vil atferdsanalytikeren like ofte som andre nevne følelser, ideer, tanker, avgjørelser osv. Kritikere bruker slike eksempler for å påvise inkonsekvens, mangel på logikk, eller svak tro. Astronomen er like inkonsekvent når han sier at solen står opp eller at stjernene kommer fram om natten, men det ville være en tåpelig astronom som unngår slike uttrykk til daglig... Når tidlige astronomer ble utfordret, som de kan ha blitt når de snakket om soloppganger, kan de ha begynt å snakke med ikke-geosentriske begreper” (Skinner, 1969).