

Borges Blue corner

NAFO Glåmdal Nes

BBC 47, JULENUMMER: NORSK ATFERDSANALYSE HAR FÅTT VARIG JULEFRED

Jeg har lenge etterlyst tall som viser om denne BBC-spalten har interesse. Ofte har jeg blitt overrasket når folk som jeg ikke kjenner, har fortalt at de har lest BBC, og til med har lest den fast. Men jeg har ikke hatt peiling på det totale omfanget av nedlasting, og det har heller ingen andre hatt. Nå har Nafo laget statistikk på det, og den viser at antall nedlastinger ligger på ca. 1000 per måned. Det er utrolige tall i forhold til hva jeg hadde tenkt meg. Etter de to foregående BBC-ene, nr. 45 og 46 om et "atferdsanalytisk traume", var det til og med en omfattende debatt på Facebook. Det dumme med den, ifølge hoveddebattant Ludvig Steinberg, var at mange av innleggene ikke viste, og at en lang rekke av hans egne innlegg dermed ble stående alene. På den måten kunne det virke som han på egenhånd tok opp litt vel mange temaer. Steinberg skrev mye interessant, men det aller meste var nok en del på siden av det som BBC-ene hadde tatt opp. Han mente også at jeg hadde feilframstilt Chomskys anmeldelse av Skinners *Verbal behavior*. Men siden han ikke kom med eksempler, anser jeg meg for å være på nokså trygg grunn. For øvrig kjøpte og leste jeg Chomskys anmeldelse vinteren 1982, like etter ski-VM i Oslo der Oddvar Brå brakk staven, og har kikket på den flere ganger siden. Jeg vil ikke ha sittende på meg at jeg ikke har satt meg inn i den. Uansett viser både antall nedlastinger, og for eksempel den nevnte debatten, at BBC neppe er en helt uvesentlig kanal i norsk atferdsanalyse.



Kom ikke å si at det ikke er vakkert, eller at det ikke skaper julestemning. Da tar dere livet av meg. Det er et eksempel på hvordan folk i et av Londons kanskje litt mindre privilegerte områder pynter til jul. Huset ligger like ved stasjonen South Bermondsey, tre minutters togtur fra London Bridge og tre minutters gange fra The Den, fotballaget Millwall FCs hjemmebane.

En rekke BBC-er har mer eller mindre hatt aksept, eller mangel på aksept, av atferdsanalyse som tema. Blant annet i de to foregående BBC-ene, og i forrige jule-BBC, nr. 36, var jeg inne på det. I sistnevnte var jeg inne på usaklig kritikk som hadde skadet atferdsanalysens omdømme, men like mye inne på egne feilgrep som hadde bidratt til at det til dels dårlige omdømmet ikke var helt uforståelig. Også i BBC 36 tok jeg opp en del spørsmål som dreide seg om forhold som har påvirket vårt omdømme, og alt i alt har jeg nok gjort det i en rekke BBC-er. Jeg "ber om forståelse", som det heter, for at jeg ikke har full oversikt. En grunn til at aksepten har økt, var jeg faktisk indirekte inne på i BBC 45 og 46, altså de to foregående, der jeg skrev at Chomsky og hans berømmelige anmeldelse hadde hatt stor innflytelse på unge akademikere. Den generasjonen synger nå på siste verset, og dermed minker det på folk som sprer Chomskys framstilling. Det er ikke helt borte, som jeg var inne på mot slutten av BBC 46, men alt i alt er nok fenomenet på retur. Den andre grunnen har jeg vært mye inne på, nemlig at færre dumheter, og mer godt arbeid, sakte men sikkert har bedret omdømmet.

I denne BBC-en skal jeg ta opp at det faktisk har skjedd mange positive endringer i vårt omdømme, og at det i alle fall i mange sammenhenger går lengre og lengre tid mellom hver gang vi møtes med en kald skulder, eller angripes. Det er slutt på tiden da vi nærmest måtte bruke passord for å være sikre at vi var blant frender, og kunne snakke fritt, og da vi bare var et stykke avføring som lå og fløt i psykologiens potte. Det er juletid, og da må de glade budskapene fram.



Ingen nedlatende, finkulturelle kommentarer her heller, takk. Boligblokken som verandaen sitter på, er kanskje ikke av de mest fasjonable, men boboerne i denne leiligheten fortjener heder for å ha gjort et helhjertet forsøk. Bildet er tatt i Rotherhite New Road, som går mellom tubestasjonen Surrey Quays og The Den. Om et par uker dufter det nok kalkun her også.

Fra tid til annen er jeg i kontakt med psykologistudenter, som da jeg ble bedt om å skrive en artikkel om ACT i Impuls, et tidsskrift som utgis av psykologistudentene ved Universitetet i Oslo, og som skulle ha et temanummer om oppmerksomt nærvær. Jeg merket ingen skepsis, heller ikke til at jeg framhevet ACTs atferdsanalytiske opphav. Mitt inntrykk er

at dagens psykologistudenter knapt har hørt om atferdsanalyse. På den ene siden er det synd at de ikke har lært noe om det. På den andre siden er det bedre ikke å ha hørt om det, enn å ha hørt mye negativt og galt om det. Uansett har jeg flere ganger merket en positiv nysgjerrighet når jeg har snakket med psykologistudenter om hva jeg driver med, og det samme gjelder andre studenter og det jeg vil kalle yngre, ubefestede personer. Så får vi se om atferdsanalyse sakte men sikkert får innpass på psykologistudiet igjen, og på andre utdanninger der den er lite representert. Jeg tror det før eller siden vil skje, og at vi kan gjøre noe for at det skal skje, ikke minst ved hjelp av å delta i debatter, for ikke å si *starte* debatter, og ved direkte kontakt. I høst holdt jeg et kurs om atferdanalyse i Oslo. Der var det representanter fra en høgskole til stede, ikke minst for å vurdere om atferdsanalyse burde tas mer inn i utdanningen. Jeg snakket med dem etterpå, og de mente at de hadde blitt styrket i troen på at det bør skje. Jeg synes at alt dette er eksempler på et behageligere klima.

Et svært enkelt eksempel er rene kliniske miljøer som jeg vanker i, for ikke å si jobber i. Der jeg har min hovedjobb, i Habiliteringstjenesten i Hedmark, er vi delt i en barne- og en voksenseksjon, men har mye med hverandre å gjøre. Tidligere kunne nok barneseksjonen være litt skeptiske til oss atferdsanalytikere i voksenseksjon, men det virker å være blåst bort. De visste vel ikke helt hva vi drev med, og har vel blitt beroliget, for ikke å si mildt begeistret i en del tilfeller. Det har da aldri vært noe galt i å gjøre noe med miljøbetingelsene for å endre atferd, eller i å lære folk nye handlinger? Det gjelder bare å gjøre det på de rette måtene, som vi faktisk vet mye om…



Det er utvidelser ved Holden's bryggeri i Woodsetton i Black Country. Jonathan Holden, oldebarn av grunnleggerne, poserer foran nye mashtuns (meskekar), og kan konstatere at arbeidet ligger foran skjemaet. Kapasiteten skal økes fra 50000 til 80000 pints per uke. En del av det er Old Ale, en mørk og fortreffelig 7,2 % "winter warmer" som de bruker som juleøl. Bildet er tatt av Wolverhampton-avisen Express and Star, som dekker hele Black Country.

I juni holdt jeg en forelesning for landets fylkesmenn om sterke og svake sider ved kapittel 9 i helse- og omsorgstjenesteloven. Bakgrunnen var at helsedirektoratet ønsket innspill med tanke på at rundskrivet skal oppdateres. Publikum var i stor grad folk fra

myndighetene, men også fra fagmiljøer som jeg ikke akkurat vil kalle atferdsanalytiske. Jeg la blant annet fram en rekke atferdsanalytiske metoder som jeg mener bør nevnes som eksempler på andre metoder. At jeg ikke opplevde noen lynsjestemning, er et sterkt understatement. Det gjorde heller ikke Kai-Ove Ottersen, en av våre kjære, da han fortsatte etter meg. Uten å gå i detaljer er det liten tvil om at myndighetene lytter mye til det atferdsanalytiske miljøet når blant annet kravene til andre løsninger enn tvang og makt skal beskrives i det nye rundskrivet som er ment å komme til sommeren. Blant annet er Terje Gundhus, mangeårig nestleder i Nafo og en gammel atferdsanalytisk traver i habiliteringstjenesten på Ullevål, og Jørn Kroken, en gammel atferdsanalytisk sliter fra habiliteringstjenesten i Hedmark og i dag seniorkonsulent hos fylkesmannen i Hedmark, i direkte kontakt med de innerste kretser.





Slik skal en pub pyntes til jul. Her er vi på Park Inn, vegg i vegg med Holden's brewery.

Til neste år skal det komme ut en bok om ulike psykologiske behandlingsretninger. Den skal utgis på Gyldendal Akademisk, og redaktører er Leif Edward Ottesen Kennair og Roger Hagen ved NTNU i Trondheim. Jeg ble bedt om å skrive kapitlet om atferdsanalyse, det vil si om grunnleggende atferdsanalyse, altså atferdsanalyse slik det stort sett har blitt anvendt. De ville også ha et kapittel om ACT, og gjorde en avtale med en annen enn meg om å skrive det. Kapitlet om "grunnleggende atferdsanalyse" er i boks, etter en redaksjonell prosess som jeg har mye godt å si om. Ikke minst ble jeg flere ganger oppfordret til å få fram bredden og rikdommen i atferdsanalytiske perspektiver enda klarere. Jeg opplevde ikke et eneste eksempel på negativ holdning til innholdet. Riktig nok er både Kennair og Hagen atferdsorienterte når det gjelder klinisk orientering, etter det jeg kjenner til. Nærmere bestemt er det vel særlig kognitiv atferdsterapi de holder på med. Likevel setter jeg stor pris på en slik imøtekommenhet. ACT-kapitlet fikk de problemer med, da forfatteren som skulle skrive det, av en eller annen grunn ikke leverte. Dermed spurte de meg om jeg kunne ta meg av ACT-kapitlet, for ifølge redaktørene ville ikke boken bli det samme uten et slikt kapittel. Jeg sa "Ja" på den betingelsen at jeg kunne ha med meg Jan Lenndin som medforfatter. Lenndin har

drevet mer enn meg med ACT, og er mer oppdatert på det siste som har skjedd. Lenndin var meget interessert i å delta, men stusset litt da han hørte hvem oppdraget kom fra. Han mente at en av redaktørene hadde kalt ACT-folk for ”rosinsugere”, riktig nok i en annen sammenheng og for lenge siden. Begrepet ”rosinsuger” skriver seg selvfølgelig fra mindfulnessøvelser som går ut på å suge nettopp på en rosin. Jeg nevnte Lenndins skepsis, ut fra den nevnte rosinhistorien, for redaktørene. De tok det pent, og hadde nok bare sitert en engelsk psykolog som litt ertende, og mer vennlig og humoristisk enn sarkastisk, hadde omtalt mindfulnessorienterte psykologer som ”raisin suckers”. Mindfulnessorienterte psykologer består for øvrig av langt flere enn ACT-folk, og andre kan nok være langt mer mindfulnessorienterte enn man er innenfor ACT, og i en slik grad at behandlingen stort sett går ut på meditasjon. Det endte selvfølgelig med at vi takket ja til å skrive kapitlet, og jeg skrev til redaktørene at jeg håpet at det ville bli et kapittel som ikke ”sucks”. Det hadde de liten tro på! Men det hadde de nok. Når vårt ACT-kapittel er klart, vil faktisk to av bokens kapitler handle om atferdsanalyse. Det er en meget god representasjon, og enda et eksempel på at vi ikke bare er på sidelinjen.



I mange år sto denne traktornissen på et jorde ved riksveien på Matrand, men i år vet jeg ikke hvordan det står til. Uansett er det fantastiske julekunstverket behørig fotografert, og vil slik sett leve evig.

Et annet sted jeg har fått meget saklig behandling, er Tidsskrift for Norsk Psykologforening. Mellom fra 1997 til 2007 hadde jeg en mengde artikler på trykk der, og merket aldri at det var noe drawback å skrive ut fra et atferdsanalytisk perspektiv. Heller ikke senere, med ny redaktør, har jeg merket at atferdsanalyse på noen måte er uglesett. I et tidsskrift som Fontene har det aldri vært noen problemer. Det er ingen hemmelighet at det har vært en del skepsis til atferdsanalyse i SOR-kretser, men jeg har aldri merket at det er noen problemer med å få atferdsanalytisk stoff inn i tidsskriftet SOR Rapport.

De positive signalene er så mange og store, og endringen i positiv retning er så betydelig, at det blir lettere å leve med det som henger igjen. I en del akademiske kretser,

særlig på universiteter, og hos de som tildeler forskningsmidler, kan det nok være en del gamle oppfatninger om atferdsanalyse. Men heller ikke det bør være upåvirkbart. Ikke minst finnes det mange fora å føre debatter i. Hvis en slik mulighet ikke benyttes, er det liten grunn til å sutre. Visst har vi en Jesper Juul, som noen av oss irriterer seg grønne over. Selv tar jeg ham mer med ro, og neppe bare på grunn av alderen. Vi kan ikke forvente at alle vinder alltid blåser vår vei, men alt i alt tror jeg det blåser mer vår enn hans vei når det gjelder meninger ute blant folk.

En viktig ting til slutt når det gjelder dette temaet: Fred er ei alltid det beste, og vi må sørge for å synes, særlig ved å presentere det vi holder på med i praksis, publisere i andre kanaler enn våre egne, og delta i debatter. Det har mange av oss blitt riktig flinke til, og det er liten tvil om at det bidrar til respekt. Det er ingen grunn til å være stille.



Selveste sjefsnissen på Breiby i Nord-Odal. Han passer på at smånissene har det godt inne i sitt legendariske hus. Nå før jul har jeg planlagt turene over skogen så elendig at jeg ennå ikke har fått tatt de offisielle 2013-bildene, men jeg går sterkt ut fra at kulturminnet lever videre. Hvis ikke, må lokallaget på banen. Slike småe og rare bygdeforsterkere ”give me reasons to live”.

På nyåret, nærmere bestemt 31. januar, slår Glåmdal og Nes lokallag til med et dagsseminar som skal hete noe i retning ”Atferdsorientert miljøbehandling av psykiske lidelser”. Selv om jeg skal stå for noe av programmet selv, er jeg ubeskjeden nok til å mene at det kan bli bra greier. Jeg vet i alle fall at de tre andre bidragene vil bli bra. Det er ingen grunn til at bare folk fra Sør-Hedmark og øvre Romerike skal melde seg på. Uansett viser seminaret at lokallaget holder koken fram mot 20-årsjubileet i 2023.

Da hilser jeg både til de helfrelste av oss, og til alle dem som i alle fall har døren litt på gløtt for oss. God jul, og etter hvert godt nyttår!

8. desember 2013 Børge Holden